

## Gambaran smoking abstinence self-efficacy dan perilaku sehat pada mahasiswa perokok di Universitas Indonesia = Description of smoking abstinence self efficacy and health behavior among smoker students of Universitas Indonesia

Annisa Puspitaria, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20430689&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran mengenai smoking abstinence self-efficacy dan perilaku sehat pada mahasiswa perokok di Universitas Indonesia. Adapun perilaku sehat yang diukur dalam penelitian ini adalah aktivitas fisik, diet sehat, menjaga berat badan, dan tidak mengonsumsi alkohol. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang menggunakan alat ukur Smoking Abstinence Self-Efficacy Questionnaire (SASEQ) untuk mengukur smoking abstinence self-efficacy dan alat ukur Perilaku Sehat untuk mengukur perilaku sehat. Partisipan penelitian ini adalah mahasiswa perokok di Universitas Indonesia (UI) dan terkumpul sebanyak 151 data dari partisipan yang diperoleh melalui teknik nonrandom sampling.

Berdasarkan analisis deskriptif dan perbandingan terhadap rata-rata hipotetik, diketahui bahwa mahasiswa perokok di UI memiliki smoking abstinence self-efficacy yang rendah. Sedangkan, perilaku sehat pada mahasiswa perokok di UI secara umum cukup tinggi. Berdasarkan masing-masing jenis perilaku sehatnya, aktivitas fisik, menjaga berat badan, dan tidak mengonsumsi alkohol tergolong tinggi, sedangkan diet sehat merupakan satu-satunya jenis perilaku sehat yang tergolong rendah.

.....

This study aims to find the description of smoking abstinence self-efficacy and health behavior among smoker students of Universitas Indonesia. The type of health behavior that measured in this study is physical activity, healthy dietary, keep in healthy weight, and not drinking alcohol. This study is a quantitative research using Smoking Abstinence Self-Efficacy Questionnaire (SASEQ) for measuring smoking abstinence self-efficacy and Perilaku Sehat questionnaire for measuring health behavior. The participant of this study is smoker students in Universitas Indonesia (UI) and 151 data were collected from participants using nonrandom sampling technique.

Based on descriptive analysis and compared to hypothetical means, found that smoking abstinence self-efficacy in smoker students in UI is low and the health behavior is high. Based on each type of the health behavior, smoker students in UI are high in physical activity, keep in healthy weight, and not drinking alcohol, whereas healthy dietary is low.