

**DINAMIKA MOTIVASI MENGAKHIRI PERILAKU MEROKOK PADA
MANTAN PEROKOK YANG PERNAH MENGALAMI FASE *RELAPSE***

(The Dynamics of Motivation to Quit Smoking after Relapse on Ex-Smokers)



SKRIPSI

Diajukan sebagai Persyaratan untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi
Universitas Indonesia

Disusun Oleh:

KEMAL ADHI PRADANA

NPM: 0802800229

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS INDONESIA**

JANUARI 2008

LEMBAR PENGESAHAN

Universitas Indonesia

Fakultas Psikologi

Program Strata satu Kelas Khusus Internasional (KKI)

Skripsi ini telah diujikan pada hari Rabu, 2 Januari 2008

Panitia Sidang Ujian

Pembimbing Skripsi



(Dr. Siti Purwanti Brotowasisto)

Ketua Sidang dan Penguji I



(Drs. M. Ramdhan, M.Si.)

Sekretaris Sidang dan Penguji II



(Dra. Augustine R. Basri, M.Si.)

Disahkan Oleh,

Depok, Januari 2008

Dekan Fakultas Psikologi U.I.



Dra. Dharmayati Utoyo Lubis, MA.Ph.D.

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini yang berjudul “**Dinamika motivasi mengakhiri perilaku merokok pada mantan perokok yang pernah mengalami fase *relapse***” adalah hasil karya sendiri bukan merupakan jiplakan dari hasil karya orang lain.

Apabila dikemudian hari ditemukan adanya kecurangan dalam karya ini, saya bersedia menerima sanksi apapun dari Fakultas Psikologi Universitas Indonesia sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Depok, Januari 2008

Yang membuat pernyataan



Kemal Adhi Pradana

NPM: 0802800229

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS
(HASIL KARYA PERORANGAN)**

Sebagai sivitas akademik Universitas Indonesia, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Kemal Adhi Pradana
NPM/NIP : 0802800229
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Indonesia **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-Exclusive Royalti-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul:

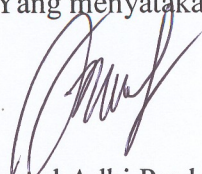
**Dinamika Motivasi Mengakhiri Perilaku Merokok pada Mantan
Perokok yang Pernah Mengalami *Relapse***

beserta perangkat yang ada (bila diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Indonesia berhak menyimpan, mengformatkan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data, mendistribusikannya, dan menampilkannya di Internet atau media lain untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah ini menjadi tanggungjawab saya pribadi. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Dibuat di: Depok

Pada tanggal: 5 Januari 2008

Yang menyatakan



(Kemal Adhi Pradana)

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan cobaan, rizki, rahmat-Nya, dari awal penulisan hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan hasil yang InsyaAllah telah maksimal. Penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada seluruh anggota keluarga, papah, mamah dan adik peneliti atas kesabaran, perhatian, dukungan serta doa-doanya selama proses pengerjaan skripsi ini.

Pada kesempatan ini pula, dengan penuh rasa hormat, penulis mengucapkan rasa terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada Dr. Siti Purwanti Brotowasisto selaku pembimbing skripsi atas kesabarannya, arahan, dan semangat kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini. Tak lupa ucapan terima kasih penulis tujukan kepada semua pihak dari Fakultas Psikologi Universitas Indonesia yang telah turut membantu melancarkan proses pengerjaan dan penyelesaian skripsi ini.

Terima kasih juga buat Phidut selaku teman dekat dari adik peneliti yang telah meminjamkan *student account* University of Queensland-nya, tanpa itu tidak akan mudah bagi peneliti mencari bahan/teori untuk menyelesaikan skripsi ini. Selain itu kepada Onie, yang bersedia membantu peneliti dengan mencarikan subyek penelitian untuk skripsi ini. Kemudian kepada Nita, terima kasih telah memberikan masukan dan kritik mengenai skripsi yang telah peneliti kerjakan, tanpa umpan balik tersebut peneliti mungkin akan menjadi terlalu percaya diri terhadap skripsi yang telah dibuat dan tidak menyadari celah kesalahan yang terdapat didalamnya. Terima kasih juga kepada seluruh teman-teman KKI angkatan 2002 yang selalu memberi dukungan meskipun tanpa suatu pertemuan.

Depok, Januari 2008

Kemal Adhi Pradana

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
ABSTRAK.....	iv
ABSTRACT.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	x
BAB I.	
PENDAHULUAN.....	1
I. 1. Latar Belakang.....	1
I. 2. Masalah Penelitian.....	7
I. 3. Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	7
I. 4. Sistematika Penulisan.....	7
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....	9
II.1. Perilaku Merokok.....	9
II.1.1. Pengertian.....	9
II.1.2. Alasan Merokok.....	12
II.1.3. Berhenti Merokok.....	13
II.1.3.1. Alasan berhenti merokok.....	13
II.1.3.2. Metode berhenti merokok.....	13
II.1.3.3. Proses perubahan perilaku.....	14

II.1.4. Kembali Merokok (<i>Relapse</i>).....	18
II.1.4.1. Faktor-faktor penyebab <i>relapse</i>	19
II.2. Motivasi.....	21
II.2.1. Pengertian dan Karakteristik.....	21
II.2.2. Motif Pembentuk Perilaku.....	23
II.2.3. Jenis Motivasi dan Kekuatan Motivasi.....	29
II.2.3.1. Jenis motivasi berdasarkan orientasi sebab-akibat.....	30
II.2.3.2. Kebutuhan dasar psikologis sebagai kekuatan motivasi.....	31
II.2.4. Integrasi Teori Motivasi pada Perilaku.....	34
II.3. Motivasi dan Mengakhiri Perilaku Merokok.....	36
BAB III. METODE PENELITIAN.....	38
III.1. Pendekatan Kualitatif.....	38
III.2. Metode Pengumpulan Data.....	39
III.2.1. Pedoman Wawancara.....	39
III.3. Partisipan Penelitian.....	40
III.4. Prosedur Penelitian.....	41
III.4.1. Persiapan Penelitian.....	41
III.4.2. Instrumen Penelitian.....	42
III.5. Teknik Analisis Data.....	42
BAB IV. PELAKSANAAN, HASIL DAN ANALISIS.....	44
IV.1. Waktu dan Tempat Pelaksanaan Penelitian.....	45
IV.2. Analisis Intra Kasus.....	45
IV.2.1. Partisipan Guh.....	45
IV.2.1.1. Hasil Observasi.....	45
IV.2.1.2. Data diri dan Riwayat Perilaku Merokok Partisipan.....	47
IV.2.1.3. Gambaran Motivasi dalam Usaha Berhenti Merokok Partisipan.....	54

IV.2.1.3.1. Usaha berhenti merokok yang berakhir relapse.....	54
IV.2.1.3.2. Usaha berhenti merokok dari fase <i>relapse</i> terakhir hingga menjadi mantan perokok.....	74
IV.2.1. Partisipan Hel.....	83
IV.2.1.1. Hasil Observasi.....	83
IV.2.1.2. Data diri dan Riwayat Perilaku Merokok Partisipan.....	85
IV.2.1.3. Gambaran Motivasi dalam Usaha Berhenti Merokok Partisipan.....	91
IV.2.1.3.1. Usaha berhenti merokok yang berakhir <i>relapse</i>	92
IV.2.1.3.2. Usaha berhenti merokok dari fase <i>relapse</i> terakhir hingga menjadi mantan perokok.....	105
IV.3. Analisis Inter Kasus.....	116
IV.3.1. Riwayat Perilaku Merokok Partisipan.....	116
IV.3.2. Gambaran Motivasi pada Usaha Berhenti Merokok.....	118
IV.3.2.1. Usaha berhenti merokok yang berakhir <i>relapse</i>	118
IV.3.2.2. Usaha berhenti merokok dari fase <i>relapse</i> terakhir hingga menjadi mantan perokok.....	122
BAB V. KESIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN.....	126
V.1. Kesimpulan.....	126
V.2. Diskusi.....	128
V.3. Saran.....	130
DAFTAR PUSTAKA.....	131
LAMPIRAN.....	

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1	Gambaran umum partisipan	42
Tabel 4.2	Gambaran umum motivasi partisipan dalam usaha berhenti merokok yang mengalami <i>relapse</i>	118
Tabel 4.3	Gambaran umum motivasi partisipan setelah mengalami <i>relapse</i> hingga menjadi mantan perokok	122

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Skema perubahan perilaku	19
------------	--------------------------	----

