

**Pengaruh Pelatihan Kemampuan Asertif Remaja Terhadap  
Pencegahan Perilaku Merokok Di MTSN 1 Pangkalpinang**



**SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

**Oleh:**

**SITI FATIMAH**

**1924038**

**Program Studi Psikologi Islam**

**Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam**

**Kepada:**

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI**

**SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK**

**BANGKA BELITUNG**

**2023**



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM

Jalan Raya Pematang KM 11 Cak. Mendi Panti, Kab. Bangka, Prov. Kepulauan Bangka Belitung 33177  
Telp. (071) 8222222/8222221/8222223  
Website: www.iainabbelitung.ac.id

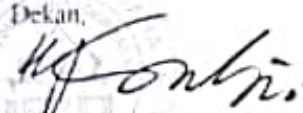
**SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIARISME**  
Nomor : B. 165 /In.40/FD/B12/PP.00.9/03/2023

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung menerangkan bahwa Mahasiswa dengan identitas berikut.

Nama : SITI FATIMAH  
NIM : 1924038  
Program : Strata 1  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam  
Program Studi : Psikologi Islam  
Judul Skripsi : "Pengaruh Pelatihan Kemampuan Asertif Remaja Terhadap Pencegahan Perilaku Merokok di MTSN 1 Pangkalpinang"

Dinyatakan sudah memenuhi syarat batas maksimal Plagiasi sebesar 25% pada Skripsi yang disusunnya sesudah Munaqosyah.

Demikianlah surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bangka, 31 Maret 2023  
Dekan,  
  
Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag  
NIP. 196601051997031001



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)  
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM  
Jln. Raya Mentok KM 13, Desa Petaling, Kec. Mentok Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep.  
Babel, 33173

### NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi  
Siti Fatimah

Kepada Yth.  
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam  
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung  
Di Bangka

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Setelah melakukan beberapa kali bimbingan dan meneliti hasil perbaikan, maka kami selaku Pembimbing berpendapat bahwa skripsi mahasiswa:

Nama : Siti Fatimah  
NIM : 1924038  
Prodi : Psikologi Islam  
Judul Skripsi : Pengaruh Pelatihan Kemampuan Asertif Remaja Terhadap Pencegahan Perilaku Merokok di MTSN 1 Pangkalpinang

Telah layak diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung guna memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi). Harapan kami Semoga dalam waktu dekat skripsi ini dapat dimunaqsyahkan.

Demikian Nota Dinas Pembimbing ini kami buat, atas segala perhatiannya diucapkan terima kasih.  
*Wassalamu'alaikum, Wr. Wb.*

Pembimbing I

Dr. Zaprul Khan, M.S.I  
NIP. 197402132009011005

Bangka, 23 Agustus 2023

Pembimbing II

Wahyu Kurniawan, M. Psi, Psikolog  
NIDN. 2025128802



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)  
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM  
Jln. Raya Mentok KM 13, Desa Petaling, Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep.  
Bel. 33173

### NOTA DINAS PENGUJI

Hal : Skripsi  
Siti Fatimah

Kepada Yth.  
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam  
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung  
Di Bangka

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Setelah melakukan beberapa kali bimbingan dan meneliti hasil perbaikan, maka kami selaku Pembimbing berpendapat bahwa skripsi mahasiswa:

Nama : Siti Fatimah  
NIM : 1924038  
Prodi : Psikologi Islam  
Judul Skripsi : Pengaruh Pelatihan Kemampuan Asertif Remaja Terhadap Pencegahan Perilaku Merokok di MTSN 1 Pangkalpinang

Telah layak diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung guna memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi). Harapan kami Semoga dalam waktu dekat skripsi ini dapat dimunaqosyahkan.

Demikian Nota Dinas Penguji ini kami buat, atas segala perhatiannya diucapkan terima kasih.  
*Wassalamu'alaikum, Wr. Wb.*

Penguji I

Eva Harista, M.Pd  
NIDN. 2015058701

Bangka, 07 Maret 2023  
Penguji II

Zulkarnain, M.A  
NIDN. 2002039001



**KEMENTERIAN AGAMA RI**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI**  
**SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG**  
Jalan Raya Petaling Km. 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung  
E-Mail: [humas@iainsasbabel.ac.id](mailto:humas@iainsasbabel.ac.id)  
Website: [www.iainsasbabel.ac.id](http://www.iainsasbabel.ac.id)

**PENGESAHAN**

Nomor: B. 127 /FD/04/2023

Skripsi dengan judul: "Pengaruh Pelatihan Kemampuan Asertif Remaja Terhadap Pencegahan Perilaku Merokok di MTSN 1 Pangkalpinang"

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Siti Fatimah  
N I M : 1924038  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam  
Program Studi : Psikologi Islam.

telah di munaqasyahkan pada hari : Kamis Tanggal 02 Maret 2023 dengan nilai B (79.60), dan dinyatakan sah dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar S.Psi.

**DEWAN SIDANG MUNAQASYAH**

Pembimbing I,

Dr. Zaprul Khan, M.S.I  
NIP. 197402132009011005

Pembimbing II,

Wahyu Kurniawan, M.Psi., Psikolog  
NIDN. 2025128802

Penguji I,

Eva Harista, M.Pd  
NIP. 198705152015032007

Penguji II,

Zulkamain, M.A  
NIDN. 2002039001

Ketua Panitia

Nila Siska Sari, M.A.  
NIP. 199011272022032002



03 April 2023

Sydi Sulaiman, M.Ag  
196601051997031001

## MOTTO

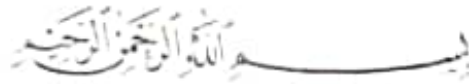
**“Hidup yang tidak dipertaruhkan, tidak akan pernah dimenangkan”.**

-Cak Lontong-

**“Sebab setiap manusia memiliki harapan.”**

-Siti Fatimah-

## PERSEMBAHAN



*Assalamu'alaikumWr.Wb*

Penulis panjatkan puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat, serta hidayah-Nya kepada semua hamba-Nya sehingga kita bisa merasakan nikmatnya yang masih mendapatkan keimanan dan keislaman hingga saat ini. Solawat teriring salam yang kita curahkan pada nabi besar kita Nabi Muhammad SAW yang telah melimpahkan rahmat kepada umatnya dan semoga kita mendapatkan rahmat pertolongan di hari akhirnya nanti.

Setiap mengawali sesuatu yang baik tidaklah mudah, apalagi harus menjaga dan membawanya kearah yang lebih baik dan sempurna, begitu pula dengan penulisan skripsi ini. Penulis memulai penulisan skripsi ini penuh dengan perasaan yang sabar dan tekad usaha yang gigih, serta tidak lupa untuk terus berdoa supaya dipermudahkan dalam penulisan skripsi ini sehingga akhirnya penulis bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Disamping itu, dalam kesempurnaan penulisan skripsi tidak lepas berkat adanya dorongan serta nasehat dari berbagai pihak.

1. Puji syukur aku persembahkan kepada yang Maha Agung, Maha Tinggi, Maha Adil dan Maha Penyayang yaitu Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta hidayah-Nya hingga kepada Dialah segalanya bergantung.
2. Nabi besar kita yaitu Nabi Muhammad SAW sebagai sang inspirator hidup.
3. Aku persembahkan karya kecilku kepada semua keluarga, terutama kepada kedua orang tua yang aku cinta yaitu Bapak Abdul Rasyid dan Ibu Finis Hernawati.

4. Kepada kakak-kakakku tersayang Satrani Devi dan Sabir Khumar yang senantiasa selalu support mendukung, membantu dan memberikan motivasi kepadaku untuk menyelesaikan skripsi ini.
5. Kepada teman-teman terdekat Shulpa Shetty Tri Syafitri, Demisa Nurhasanah, dan teman-teman angkatan pertama Psikologi Islam yang telah berjuang dari semester awal sampai semester akhir ini yang senantiasa selalu support mendukung, membantu dan memberikan motivasi kepadaku untuk menyelesaikan skripsi ini.
6. Kepada himpunanku yaitu Himpunan Mahasiswa Islam yang telah banyak memberikan ilmu yang belum sempat diajarkan dibangku perkuliahan.
7. Dan kepada semua pihak yang telah terlibat dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga Allah SWT membalas semua kebaikan kalian dengan balasan yang lebih dari mereka berikan kepada penulis. Penulis juga menyadari dengan sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, sehingga penulis berharap untuk mendapatkan kritikan dan saran. Penulis berharap skripsi ini bisa bermanfaat bagi kita semua. *Aamiin Ya Rabbal'alaamiin.*



# PENGARUH PELATIHAN KEMAMPUAN ASERTIF REMAJA TERHADAP PENCEGAHAN PERILAKU MEROKOK DI MTSN 1 PANGKALPINANG

Siti Fatimah

Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam

Program Studi Psikologi Islam

Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik

Bangka Belitung

## Abstrak

Merokok menjadi salah satu perilaku yang dianggap wajar di kalangan remaja sebagai salah satu pembangun eksistensi diri agar remaja tersebut dianggap jantan (*gentle*) dan bukan pecundang. Di Indonesia sekarang ini tingkat merokok remaja semakin meningkat. Peningkatan tersebut disebabkan karena remaja cenderung penasaran, coba-coba, serta ikut-ikutan *trend* zaman sekarang. Keadaan ini yang membuat remaja terjerumus ke dalam pengaruh lingkungan merokok yang diakibatkan kurangnya asertif pada diri remaja. Ketika remaja memiliki tingkat asertivitas yang tinggi, maka hal tersebut akan mencegah remaja untuk ikut-ikutan merokok. Dalam hal ini, upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya perilaku merokok adalah pemberian pelatihan asertif terhadap remaja.

Penelitian ini bertujuan untuk melihat bagaimana implementasi pelatihan asertif yang diberikan kepada remaja terhadap upaya untuk mencegah terjadinya perilaku merokok dan untuk melihat pengaruh dari perbedaan sebelum diberikan pelatihan dan sesudah diberikan pelatihan asertif pada siswa MTSN 1 Pangkalpinang. Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimen dengan *one group pretest-posttest design*. Populasi pada penelitian ini berjumlah 312 siswa di MTSN 1 Pangkalpinang dengan sampel 10 subjek. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Instrumen alat ukur yang digunakan adalah skala perilaku merokok sebanyak 49 item dan modul yang digunakan sebagai pedoman pelatihan asertif adalah modul pelatihan asertif (menolak ajakan merokok). Teknik pengolahan data menggunakan SPSS 22.

Dari hasil analisis data *Paired Sample T Test* menunjukkan bahwa koefisien sebesar  $p = 0,124 > 0,05$  artinya tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum diberikan pelatihan dan sesudah diberikan pelatihan asertif. Dari hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa dengan melalui pemberian pelatihan asertif dapat membuat sikap asertif pada remaja menjadi meningkat. Akan tetapi, dalam penelitian ini terdapat faktor-faktor yang menyebabkan tidak adanya pengaruh dari perbedaan sebelum dan setelah diberikan pelatihan asertif diantaranya; metode pelatihan yang kurang tepat, motivasi remaja yang rendah dalam mengikuti pelatihan, serta waktu diskusi dan pelatihan yang terlalu singkat.

**Kata kunci:** Asertif, Perilaku Merokok

**THE EFFECT OF ADOLESCENT ASSERTIVE ABILITY TRAINING  
ON SMOKING BEHAVIOR PREVENTION AT MTSN 1  
PANGKALPINANG**

Siti Fatimah

Faculty of Da'wa and Islamic Communication

Islamic Psychology Study Program

State Islamic Institute of Syaikh Abdurrahman Siddik

Bangka Belitung

**Abstract**

*Smoking is one of the behaviors that is considered normal among adolescents as one of the builders of self existence so that these adolescents are considered gentle and not losers. In Indonesia, the smoking rate among adolescents is currently increasing. This situation makes adolescents fall under the influence of the smoking environment due to a lack of assertiveness in adolescents. When adolescents have a high level of assertiveness, this will prevent adolescents from joining in smoking.*

*In this case, the effort that can be made to prevent the occurrence of smoking behavior is the provision of assertive training for adolescents. Assertive training was given to MTSN 1 Pangkalpinang students. This study used an experimental research method with a one group pretest-posttest design. The population in this study amounted to 312 students at MTSN 1 Pangkalpinang with a sample of 10 subjects. The sampling technique used was purposive sampling. The measuring instrument used is a smoking behavior scale of 49 items and the module used as a guideline for assertive training is the assertive training module (refusing to smoke). The data processing technique uses SPSS 22.*

*From the results of data analysis, the Paired Sample T Test shows that the coefficient of  $p = 0,124 > 0,05$  means that there is no significant difference between before being given assertive training and after being given assertive training. From the results of this study, it can be concluded that through the provision of assertive training can increase assertiveness in adolescents. However, in this study there were factors that caused no effect from difference before and after being given assertive training including: inappropriate training methods, low motivation of youth in participating in the training, and the discussion and training time is too short.*

**Keywords:** *Assertive, Smoking Behavior*

## KATA PENGANTAR

*Alhamdulillah*, segala puji dan syukur kehadirat Allah SWT, Sang Penguasa Segala, karena hanya dengan Rahmat dan Hidayah-Nya jualah Skripsi ini bisa diselesaikan. Demikian pula shalawat dan salam teruntuk Junjungan Besar Nabi Muhammad Saw. beserta para Sahabatnya, yang telah membuka tabir jahiliyah sehingga terbentang jalan kebenaran yang terang, sebagai jalan keselamatan bagi umat manusia, semoga Nur yang terpancarkan tidak redup diterpa perkembangan zaman.

Penulisan skripsi ini merupakan kajian singkat tentang nilai-nilai pendidikan Islam di kalangan Ikatan Remaja Masjid Al-Wustho Sungailiat. Penulis menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan, dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, pada kesempatan ini penulis mengucapkan rasa terima kasih kepada:

1. Dr. Irawan, M.S.I, selaku Rektor IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.
2. Primalita Putri Distina, M.Psi., Psikolog, selaku Ketua Jurusan Psikologi Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.
3. Chitra Fraghini, M.Psi., Psikolog, selaku Penasehat Akademik.
4. Dr. Zaprul Khan, M.S.I, selaku Pembimbing I.
5. Wahyu Kurniawan, M.Psi., Psikolog, selaku Pembimbing II.
6. Eva Harista, M.Pd., selaku Penguji I
7. Zulkarnain, M.A., selaku Penguji II
8. Seluruh dosen IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
9. Pengurus Ikatan Remaja Masjid Al-Wustho Sungailiat.
10. Rekan-rekan seperjuangan, yang telah membantu proses penyelesaian skripsi ini.

Ibarat pepatah, “tak ada gading yang tak retak”, demikianlah skripsi ini adanya, banyak kekurangan di sana-sini. Namun demikian, terlepas dari berbagai kelemahan dan kekurangan, besar harapan penulis, skripsi ini bisa bermanfaat. Akhirnya, saran dan kritik yang membangun penulis harapkan demi perbaikan dan pengembangan skripsi ini.

Bangka, 14 Mei 2022

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PERNYATAAN.....	i
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	ii
NOTA DINAS PENGUJI .....	iii
MOTTO .....	iv
PERSEMBAHAN.....	v
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI .....	ix
DAFTAR LAMPIRAN .....	xii
ABSTRAK .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	8
C. Tujuan Penelitian .....	8
D. Manfaat Penelitian .....	9
E. Telaah Pustaka .....	10
F. Kerangka Teoritis .....	13
G. Sistematika Penulisan .....	18
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b>	
A. Remaja	
1. Definisi Remaja .....	20
2. Tahapan Masa Remaja .....	22
3. Ciri-ciri Remaja .....	23
4. Aspek-aspek Perkembangan Remaja .....	24
B. Asertif	
1. Perilaku Asertif .....	26
2. Aspek-aspek Perilaku Asertif .....	30
3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Asertif .....	32
4. Pelatihan Asertif.....	33

C. Rokok	
1. Pengertian Perilaku Merokok.....	34
2. Faktor-faktor Penyebab Remaja Merokok .....	36
3. Aspek-Aspek Perilaku Merokok.....	38
4. Dampak Perilaku Merokok.....	39
D. Dinamika Variabel.....	43
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Metode dan Pembahasan Penelitian.....	47
B. Lokasi Penelitian .....	48
C. Subjek dan Objek Penelitian .....	48
D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	50
E. Identifikasi Variabel Penelitian .....	53
F. Definisi Konseptual dan Operasional Penelitian.....	53
G. Teknik Pengumpulan Data .....	55
H. Hipotesis.....	57
I. Teknik Pengujian Instrumen Penelitian .....	58
J. Teknik Analisis Data.....	59
K. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian.....	61
<b>BAB IV ANALISIS HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Gambaran Umum Responden Penelitian .....	65
B. Gambaran Umum Hasil Penelitian .....	66
C. Pembahasan Hasil Penelitian	
1. Implementasi Pelatihan Kemampuan Asertif Remaja Terhadap Pencegahan Perilaku Merokok .....	77
2. Perbedaan Dari Pengaruh Sebelum Diberikan Pelatihan Dan Sesudah Diberikan Pelatihan Asertif Terhadap Pencegahan Perilaku Merokok.....	81
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	85
B. Saran .....	86
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	

## LAMPIRAN

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I	Surat Izin Penelitian
Lampiran II.	Kuesioner <i>Pretest</i>
Lampiran III.	Kuesioner <i>Posttest</i>
Lampiran IV.	Hasil SPSS
Lampiran V.	Dokumentasi Penelitian