

**HUBUNGAN KEBIASAN MEROKOK AKTIF TERHADAP
MEKANISME KOPING PENGENDALIAN STRES
PADA MAHASIWA SEMESTER AKHIR**

KARYA TULIS AKHIR

Oleh :

RESKIA WIDIAWATI
P032514301R137



**KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTRIAN KESEHATAN RIAU
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
PEKANBARU
2026**

**HUBUNGAN KEBIASAN MEROKOK AKTIF TERHADAP
MEKANISME KOPING PENGENDALIAN STRES
PADA MAHASIWA SEMESTER AKHIR**

Karya Tulis Akhir ini disusun sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan program pendidikan Sarjana Terapan Keperawatan di Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Pekanbaru

Oleh :

RESKIA WIDIAWATI
P032514301R137



**KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTRIAN KESEHATAN RIAU
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
PEKANBARU
2026**

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Reskia Widiawati
Tempat, Tanggal Lahir : Tembilahan, 19 April 2004
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat Rumah : Panam Putri 7, Blok ff 5
Nama Ayah : Sakmuin Gultom
Nama Ibu : Tumiaty

RIWAYAT PENDIDIKAN

No	Jenis Pendidikan	Tempat Pendidikan	Tahun Lulus
1.	Tk Faturrahman Tembilahan	Tembilahan	2010
2.	SD IT Terpadu Faturrahman Tembilahan	Tembilahan	2016
3.	MTsN 02 INHIL	Tembilahan	2019
4.	MAN 1 INHIL	Tembilahan	2022
5.	Poltekkes Kemenkes Riau	Pekanbaru	2025
6.	RPL Poltekkes Kemenkes Riau	Pekanbaru	2026

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Reskia Widiawati

Nim : P032514301R137

Program Studi : Sarjana Terapan

Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Akhir yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya aku sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Akhir ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Mengetahui Pembimbing II

Pekanbaru, 12 Juni 2026
Yang Membuat Pernyataan
Tanda Tangan

Ira Oktaviani, S.Farm., Apt., M.Farm
NIP. 198610212019022001



Reskia Widiawati
NIM. P032514301R137

HALAMAN PERSETUJUAN

Karya Tulis Akhir oleh Reskia Widiawati dengan Nim P032514301R137 telah
diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Pekanbaru, 17 Juni 2026

Pembimbing I



Ns. Syafrisar Meri Agritubella, M.Kep
NIP. 198702192018012001

Pembimbing II



Ira Oktaviani, S.Farm., Apt., M.Farm
NIP. 198610212019022001

HALAMAN PENGESAHAN

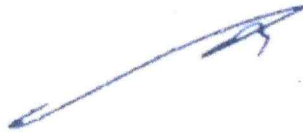
Karya Tulis Akhir oleh Reskia Widiawati dengan Nim P032514301R137 telah
dipertahankan didepan dewan penguji pada tanggal 17 Juni 2026.

Ketua



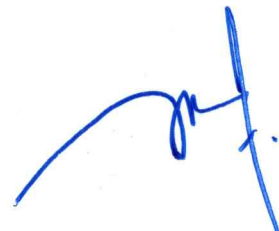
Ns. Syafrisar Meri Agritubella, M.Kep
NIP. 198702192018012001

Penguji I



Ns. Ardenny, M.Kep
NIP. 197808042001121002

Penguji II



Dr. Ns. Dewi Sartika, M.Kep
NIP. 198410272015032002

Mengetahui,

Ketua
Jurusan Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Riau



Ns. Yulianto, S.Kep., M.Pd., MPH
NIP. 197207141992031003

KATA PENGANTAR

Puji Syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT karena atas rahmatnya peneliti dapat menyelesaikan Karya Tulis Akhir ini dengan baik. Karya Tulis Akhir ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memenuhi Tugas Akhir dan sebagai salah satu persyaratan dalam menempuh Ujian Akhir Program di Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.

Atas terselesaikannya Karya Tulis Akhir ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Rully Hevriani, SST., Bdn., M.Kep., MH selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk memperoleh ilmu di kampus Politeknik Kesehatan Kemenkes Kemenkes Riau.
2. Bapak Ns.Yulianto, S.Kep., M.Pd., MPH selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.
3. Ibu Ns.Usraleli, M.Kep selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Riau.
4. Ibu Ns.Syafrisar Meri Agritubella, M.Kep selaku Dosen Pembimbing I yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing, memberi motivasi, dorongan dan semangat kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan Karya Tulis Akhir ini.
5. Ibu Ira Oktaviani, S.Farm., Apt., M.Farm selaku Dosen Pembimbing II yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing, memberi motivasi, dorongan dan semangat kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan Karya Tulis Akhir ini.
6. Bapak Ns. Ardenny, M.Kep selaku Dosen Penguji I yang telah memberikan waktu dan tenaganya dalam memberikan masukan atau arah untuk menyelesaikan Tugas Akhir ini dengan baik.
7. Ibu Dr. Ns. Dewi Sartika, M.Kep selaku Dosen Penguji II yang telah memberikan waktu dan tenaganya dalam memberikan masukan atau arah untuk menyelesaikan Tugas Akhir ini dengan baik.

8. Seluruh dosen Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Riau yang telah mendidik dan memberikan ilmunya selama perkuliahan dan seluruh staff yang telah membantu saya dalam pelayanan dan administrasi sampai akhir proses pembuatan Karya Tulis Akhir ini.
9. Kepada yang teristimewa kedua orang tuaku tercinta yaitu Papa Sakmuin Gultom dan Mama Tumiaty, meskipun kita bukan keluarga yang terbiasa berbicara dari hati ke hati, penulis tahu dibalik keheningan itu tersimpan doa yang tak pernah putus untuk penulis. Penulis memahami dan merasakan bahwa dukungan yang kalian berikan selama ini hadir dalam bentuk yang berbeda, kalian mungkin tidak selalu mengucapkannya, tetapi tindakan dan keberadaan kalian adalah bukti kasih sayang yang tak terhingga. Setiap langkah dan pencapaian yang penulis raih, termasuk selesainya Karya Tulis Akhir ini, adalah bagian dari doa dan harapan kalian. Terima kasih sudah mengantarkan adek untuk menyelesaikan tanggung jawab adek di masa perkuliahan ini. Terima kasih atas segala pengorbanan, restu, dan kebahagiaan yang telah kalian berikan untuk adek.
10. Kepada kakak perempuanku yaitu Eva Handyani S.E dan Intan Indriyani, A.Md.Kep, terima kasih atas support, perhatian, penghibur dan motivasi yang kalian berikan dan selalu *ngetreat like a queen* adik perempuan kecil kalian ini dengan sangat baik, hidup penulis terasa lebih lengkap dengan adanya kalian di tanah rantau teruslah berjuang selayaknya anak perempuan dan jadilah pribadi yang selalu membanggakan keluarga.
11. Kepada seseorang yang tidak kalah penting kehadirannya yaitu Nanggroe, terima kasih telah menjadi warna yang tidak pernah pudar, menjadi rasa yang tidak pernah hambar untuk selalu memberikan semangat kepada penulis dalam perjalanan penulisan Karya Tulis Akhir ini. Terima kasih untuk selalu menyediakan bahu yang kokoh namun lembut ketika penulis membutuhkan sandaran dikala penulis merasa *burnout*. Penulis selalu berharap dan berdoa bahwa cerita kita tidak pernah selesai dan selalu bersama untuk merangkai cerita yang baru. Terima kasih telah berjuang bersama hingga detik ini.
12. Kepada sahabat terbaik penulis yaitu Uwi dan Amek, perjumpaan kita dibangku perkuliahan sedari 2022-2026 merupakan anugerah yang tidak pernah penulis sangka sebelumnya. Kalian bukan sekedar teman seperjalanan, melainkan

keluarga yang tumbuh bersama dalam suka dan duka proses akademik. Setiap tawa, diskusi, dan dukungan tulis yang tercipta diantara kita menjadi kekuatan tersendiri dalam menghadapi berbagai tantangan selama masa perkuliahan. Persahabatan ini menjadi bukti bahwa kebersamaan yang dilandasi keikhlasan mampu melewati badai. Terima kasih sudah selalu kebersamai penulis hingga kita mendapatkan gelar sarjana di bangku perkuliahan.

13. Kepada seluruh teman-teman seangkatan RPL Poltekkes Kemenkes Riau 2025 yang tidak dapat disebutkan satu persatu, kita bertemu dengan ketidaksengajaan, bersatu karena sebuah tujuan dan pada akhirnya harus berpisah karena sebuah keadaan. Terima kasih sudah selalu kebersamai di bangku perkuliahan selama ini dan terima kasih sudah memberi dukungan dan berteman baik dengan penulis.
14. Terakhir, penulis ingin mengucapkan terima kasih untuk diri saya sendiri, Reskia Widiawati terima kasih telah berjuang keras dan bertahan sejauh ini. Untuk setiap malam yang dihabiskan dalam kelelahan, setiap pagi yang di sambut kekhawatiran, namun tetap dijalani dan berhasil dilalui. Terima kasih kepada hati yang tetap ikhlas, meski banyak hal yang terjadi diluar prediksi. Terima kasih kepada jiwa yang tetap kuat, meski berkali-kali hampir menyerah karena kondisi. Terima kasih kepada raga yang terus melangkah, meski lelah menghadapi tekanan tapi tetap diperjuangkan. Teruslah belajar dan mensyukuri nikmat yang tuhan berikan. Dan ribuan terima kasih di ucapkan kepada diri sendiri karna sudah mampu mempertanggung jawabkan semua kepercayaan yang sudah diberikan termasuk menyelesaikan skripsi ini sampai selesai.

Penulis menyadari dalam penyusunan Karya Tulis Akhir ini masih belum sempurna, sehingga kritik dan saran sangat diharapkan untuk penyempurnaan Karya Tulis Akhir ini. Penulis berharap semoga Karya Tulis Akhir ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan.

Pekanbaru, Juni 2026

Reskia Widiawati

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	
HALAMAN JUDUL.....	ii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	iii
RIWAYAT PENDIDIKAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
ABSTRAK	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DATAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
DAFTAR SINGKATAN.....	xviii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.3.1 Tujuan Umum	6
1.3.2 Tujuan Khusus	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1 Bagi Institusi Pendidikan Kesehatan	7
1.4.2 Bagi Institusi Pendidikan (Universitas)	7
1.4.3 Bagi Peneliti Selanjutnya.....	7
1.5 Keaslian Penelitian	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Konsep Mahasiswa.....	9
2.1.1 Pengertian Mahasiswa	9
2.1.2 Karakteristik Mahasiswa (Dewasa Awal)	9
2.1.3 Peran Mahasiswa	12
2.1.4 Mahasiswa Semester Akhir.....	14
2.2 Konsep Stres.....	15
2.2.1 Pengertian Stres	15
2.2.2 Sumber Stres	15
2.2.3 Jenis-Jenis Stres	17
2.2.4 Dampak Stres	18
2.2.5 Mekanisme Koping Stres.....	18
2.2.6 Pengendalian Stres	19
2.3 Konsep Kebiasaan Merokok	20

2.3.1 Pengertian Merokok.....	20
2.3.2 Klasifikasi Perokok.....	20
2.3.3 Jenis Rokok.....	21
2.3.4 Fungsi Merokok.....	22
2.3.5 Tempat Merokok.....	22
2.3.6 Intensitas Perokok.....	23
2.3.7 Waktu Merokok	23
2.3.8 Faktor Penyebab Kebiasaan Merokok	24
2.3.9 Dampak Kebiasaan Merokok	25
2.3.10 Hubungan Kebiasaan Merokok Aktif Terhadap Mekanisme Koping Pengendalian Stres	27
2.4 Kerangka Teori.....	28
BAB 3 KERANGKA KONSEP, DEFINISI OPERASIONAL DAN HIPOTESIS	29
3.1 Kerangka Konsep	29
3.2 Definisi Operasional.....	29
3.3 Hipotesis.....	30
BAB 4 METODE PENELITIAN	32
4.1 Jenis dan Desain Penelitian	32
4.2 Waktu dan Tempat Penelitian.....	32
4.2.1 Waktu Penelitian	32
4.2.2 Tempat Penelitian	33
4.3 Populasi dan Sampel	33
4.3.1 Populasi.....	33
4.3.2 Sampel.....	34
4.4 Jenis Data dan Cara Pengumpulan Data	36
4.4.1 Jenis Data.....	36
4.4.2 Teknik Pengumpulan Data.....	36
4.5 Instrumen dan Bahan Penelitian.....	37
4.5.1 Kuesioner Data Demografi	37
4.5.2 Kuesioner Kebiasaan Merokok.....	38
4.5.3 Kuesioner Mekanisme Koping Pengendalian Stres.....	38
4.6 Uji Validitas dan Reliabilitas	39
4.6.1 Validitas Instrumen	40
4.6.2 Reliabilitas Instrumen	40
4.7 Prosedur Penelitian.....	41
4.8 Etika Penelitian	42
4.9 Pengolahan dan Analisa Data.....	44
4.9.1 Pengolahan Data	44
4.9.2 Analisa Data Statistik	46
BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN	47
5.1 Hasil Penelitian	47

5.1.1 Analisis Univariat	47
5.1.2 Uji Normalitas	50
5.1.3 Analisis Bivariat	50
5.2 Pembahasan.....	51
5.2.1 Kebiasaan Merokok Aktif pada Mahasiswa Semester Akhir....	51
5.2.2 Mekanisme Koping Pengendalian Stres pada Mahasiswa Semester Akhir	53
5.2.3 Hubungan Kebiasaan Merokok Aktif Terhadap Mekanisme Koping Pengendalian Stres pada Mahasiswa Semester Akhir	55
5.2.4 Keterbatasan Penelitian	57
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN	59
6.1 Kesimpulan.....	59
6.2 Saran.....	59
6.2.1 Bagi Institusi Pendidikan Kesehatan	59
6.2.2 Bagi Institusi Pendidikan (Universitas)	59
6.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya.....	60
DAFTAR PUSTAKA.....	61
LAMPIRAN.....	64

DATAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.1 Keaslian Tulisan	8
Tabel 3.2 Definisi Operasional.....	30
Tabel 5.1 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	47
Tabel 5.2 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	48
Tabel 5.3 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Angkatan.....	48
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Kebiasaan Merokok Aktif.....	48
Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Mekanisme Koping Pengendalian Stres.....	49
Tabel 5.6 Analisis Hubungan Kebiasaan Merokok Aktif dengan Mekanisme Koping Pengendalian Stres pada Mahasiswa Semeste.....	50

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2. 1 Kerangka Teori	29
Gambar 3. 1 Kerangka Konsep	30

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Jadwal Kegiatan.....	64
Lampiran 2 Formulir Penentuan Judul.....	65
Lampiran 3 Formulir Kesediaan Pembimbing I.....	66
Lampiran 4 Formulir Kesediaan Pembimbing II	67
Lampiran 5 Lembaran Kegiatan Bimbingan I	68
Lampiran 6 Lembaran Kegiatan Bimbingan II	69
Lampiran 7 Lembaran Revisi Penguji I	70
Lampiran 8 Lembaran Revisi Penguji II.....	71
Lampiran 9 Lembaran Kegiatan Bimbingan I	72
Lampiran 10 Lembaran Kegiatan Bimbingan II	73
Lampiran 11 Lembaran Revisi Penguji I	74
Lampiran 12 Lembaran Revisi Penguji II.....	75
Lampiran 13 Surat Izin Pra Penelitian	76
Lampiran 14 Surat Izin Penelitian.....	77
Lampiran 15 Kaji Etik Penelitian.....	78
Lampiran 16 Surat Informed Consent.....	79
Lampiran 17 Lembar Kuesioner Perilaku Merokok	81
Lampiran 18 Lembar Kuesioner Mekanisme Koping Pengendalian Stres	83
Lampiran 19 Hasil Uji Statistik.....	85
Lampiran 20 Dokumentasi Penelitian.....	88

DAFTAR SINGKATAN

BPS	: Badan Pusat Statistik
CDC	: <i>Centers for Disease Control and Prevention</i>
COPE	: <i>Coping Orientation to Problems Experienced</i>
H ₀	: Hipotesis Nol
H ₁	: Hipotesis Alternatif
Kemenkes RI	: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
PPOK	: Penyakit Paru Obstruktif Kronis
SPSS	: <i>Statistical Package for the Social Sciences</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>