

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta pada Mahasiswa Teknik Mesin angkatan 2015. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta berdiri pada tanggal 1 maret 1981 yang beralamat di jalan lingkaran selatan kecamatan kasihan bantul, daerah istimewa Yogyakarta. Salah satu misi universitas ini yaitu mengembangkan peserta didik agar menjadi lulusan yang berahlak mulia, berwawasan dan berkemampuan tinggi dalam ilmu pengetahuan dan teknologi. Ada beberapa budaya islami yang ingin ditegakkan, salah satunya adalah budaya tidak merokok. Hal ini tampak pada dalam Keputusan Rektor Nomor 64/SK-UMY/XII/2011 yang memutuskan bahwa merokok dilarang di seluruh area kampus Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (UMY) baik *indoor* maupun *outdoor* bagi semua pegawai edukatif, pegawai administratif, mahasiswa dan semua *stakeholder* UMY yang lainnya. Jadwal kuliah mahasiswa teknik mesin angkatan 2015 berbeda-beda tiap masing-masing anak. Seluruh mahasiswa kuliah dan praktikum dari hari senin sampai sabtu dengan jadwal yang padat yaitu kuliah pagi dimulai pukul 07.30 WIB dan sore berakhir pukul 17.00 WIB. Untuk jadwal praktikum setiap senin, selasa, dan jumat pukul 12.30-15.00 WIB. Jeda istirahat antara kuliah satu dengan kuliah selanjutnya hanya sebentar yaitu 15 menit kecuali jeda istirahat siang yaitu 40 menit. Materi kuliah yang diberikan tidak ada yang berkaitan dengan kesehatan terlebih waktu kuliah yang padat sehingga membuat mahasiswa kekurangan informasi secara formal tentang hidup sehat.

Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa teknik mesin angkatan 2015 yang aktif merokok. Total mahasiswa Teknik Mesin angkatan 2015 terdiri dari 210 mahasiswa. Penelitian ini menggunakan responden yang aktif merokok dan masih aktif kuliah dengan total responden 52 mahasiswa.

## B. Karakteristik Responden

### 1. Karakteristik Responden

Responden dalam penelitian ini berjumlah 52 remaja perokok yang merupakan mahasiswa aktif Program Studi Teknik Mesin Universitas Muhammadiyah Yogyakarta angkatan 2015. Responden dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok intervensi yang diberikan intervensi berupa pendidikan kesehatan dengan *Self-Help Group* sebanyak 26 orang responden dan kelompok kontrol sebanyak 26 orang yang hanya diberikan leaflet. Hasil tentang karakteristik responden dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui gambaran umum responden berdasarkan jenis kelamin dan usia.

Data gambaran karakteristik responden disajikan dalam bentuk tabel berikut:

Tabel 4.1 Data gambaran karakteristik respondent

Karakteristik	Kelompok intervensi		Kelompok Kontrol	
	Jumlah (n)	Persentas e %	Jumlah (n)	Persentase %
Jenis Kelamin				
a. Laki-laki	26	100	26	100
Usia sekarang				
a. 17-19 tahun	19	73,1	12	46,2
b. 20-22 tahun	7	26,9	14	53,8

Sumber : Data Primer (2016)

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa 100% responden berjenis kelamin laki-laki diikuti hasil perhitungan responden berdasarkan usia terbanyak adalah 17-19 tahun dengan jumlah 19 responden (73,1%) pada kelompok intervensi dan 20-22 tahun dengan jumlah 14 responden (53,8%) pada kelompok kontrol

## 2. Gambaran Motivasi Berhenti Merokok Kelompok Penelitian

Tabel 4.2 Gambarn Motivasi Berhenti Merokok Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

Motivasi Berhenti Merokok	Kelompok Perlakuan		Kelompok Kontrol	
	n	%	N	%
<i>Pre-test</i>				
Motivasi rendah	14	53,8%	14	38,5%
Motivasi sedang	11	42,3%	12	61,5%
Motivasi tinggi	1	3,8%	-	-
<i>Post-test</i>				
Motivasi rendah	-	-	-	-
Motivasi sedang	19	73,1%	18	69,2%
Motivasi tinggi	7	26,9%	8	30,8%

Sumber: Data Primer (2016)

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa motivasi berhenti merokok kelompok intervensi pada saat *pre-test* paling dominan berada pada kategori rendah yaitu sebanyak 11 responden (53,8%) dan pada kategori sedang yaitu sebanyak 11 responden (42,3%). Motivasi kelompok intervensi pada saat *post-test* setelah dilakukan perlakuan pada kategori motivasi sedang meningkat menjadi 19 responden (73,1%) meningkat juga pada kategori motivasi tinggi sebanyak 7 responden (26,9%).

Motivasi berhenti merokok kelompok kontrol pada saat *pre-test* paling dominan berada pada kategori rendah yaitu sebanyak 14 orang (38,5%) dan pada kategori sedang yaitu sebanyak 12 orang (61,5%). Motivasi kelompok kontrol pada saat *post-test* setelah diberikan leaflet pada kategori sedang meningkat menjadi 18 orang (69,2%) dan meningkat pada kategori tinggi sebanyak 8 orang (30,8%).

### 1. Hasil Uji Perbedaan Rerata Motivasi Berhenti Merokok Pada Tiap Kelompok Penelitian

Uji yang dilakukan untuk membandingkan motivasi pada setiap pengukuran motivasi pada kelompok penelitian menggunakan Uji Wilcoxon. Uji hipotesis komparatif perhitungan  $p < 0,005$  berarti paling tidak terdapat dua kelompok data yang mempunyai perbedaan rerata yang bermakna dilanjutkan dengan analisis *Mann whitney* untuk mengetahui kelompok mana yang berbeda secara bermakna (Dahlan, 2013)

#### a. Hasil Uji Wilcoxon Pengukuran Motivasi Pada Kelompok Perlakuan

Tabel 4.3 Hasil Uji Wilcoxon Kelompok Perlakuan Disertai Informasi Rerata dan Simpang Baku

Motivasi berhenti merokok	N	Median	P
<i>Pre-test</i>	26	6.00	0,000
<i>Post-test</i>		9.00	

Sumber: Data Primer (2016)

Hasil analisis dengan uji Wilcoxon pada kelompok intervensi diperoleh nilai  $p=0,000$  dengan rerata motivasi tertinggi pada pengukuran motivasi *post-test* setelah diberikan *Self-Help Group*.

Karena nilai  $p=0,000$  maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat perbedaan motivasi berhenti merokok yang signifikan pada kelompok intervensi.

#### b. Hasil Uji Wilcoxon Pengukuran Motivasi Pada Kelompok kontrol

Tabel 4.4 Hasil Uji wilcoxon Kelompok Kontrol Disertai Informasi Rerata dan Simpang Baku

Motivasi berhenti merokok	N	Median	P
<i>Pre-test</i>	26	6.00	0,000
<i>Post-test</i>		9.00	

Sumber: Data Primer (2016)

Hasil uji *Wilcoxon* pengukuran motivasi pada kelompok kontrol diperoleh nilai  $p=0,000$  dengan rerata paling tinggi pada pengukuran motivasi *post-test* setelah diberikan *Self-Help Group*. Karena nilai  $p<0,005$  maka dapat diambil kesimpulan bahwa ada perbedaan motivasi berhenti merokok yang bermakna pada pengukuran motivasi kelompok kontrol.

#### 2. Hasil Uji Perbedaan Rerata Motivasi Berhenti Merokok antara Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

Untuk membandingkan adanya perbedaan bermakna antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol digunakan uji *Mann Whitney*. Hasil perhitungan  $p<0,005$  berarti paling tidak terdapat dua kelompok data yang mempunyai perbedaan rerata yang bermakna dilanjutkan dengan analisis *Post-Hoc Mann Whitney* untuk mengetahui kelompok mana yang berbeda secara bermakna (Dahlan, 2013).

Tabel 4.5 Hasil Uji Mann Whitney Disertai Informasi Rerata dan Simpang Baku

	Kelompok	n	Median	Delta mean ( $\bar{d}$ )	Std. deviation	P.value
<i>Pretest</i>	perlakuan	26	6.00	-3	0,542	0,900
	Kontrol	26	9.00			
<i>Posttest</i>	perlakuan	26	6.00	-3	0,457	0,762
	Kontrol	25	9.00			

Sumber. Data Primer (2016)

Hasil uji *Mann-Whitney* pada tabel di atas menunjukkan nilai  $p=0,900$  dengan arti tidak terdapat perbedaan motivasi merokok pada kelompok intervensi yang diberikan *Self-Help Group* dengan kelompok kontrol yang diberikan liflet. Dari hasil tabel 4.5, telah dilakukan *Uji-mann-Whitney* Tes di peroleh nilai  $p.value > 0,005$ , hal ini menyatakan tidak ada pengaruh *self-help group* terhadap motivasi berhenti merokok.

## C. Pembahasan

### 1. Karakteristik Responden Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian di atas, peneliti menganalisis karakteristik responden yaitu usia. Hasil penelitian mengenai karakteristik demografi responden berupa data usia terbanyak baik pada kelompok kontrol maupun kelompok itervensi berusia 17 tahun (73,1%). Usia responden pada penelitian ini berkisar antara 17-22 tahun yang masih tergolong remaja pertengahan dan remaja akhir. Usia responden paling banyak adalah usia 17 tahun karena sebagian besar responden berasal dari angkatan 2015. Menurut Ramadhy (2004), pada fase remaja akhir, seorang anak cenderung mulai melakukan pengungkapan kebebasan dalam

dirinya dan juga lebih banyak bergaul dengan teman sebaya di luar rumah sehingga berpotensi membuat anak menjadi berperilaku merokok. Remaja laki-laki pada umumnya sering sekali mengalami stress, cara laki laki menghilangkan stress mereka dengan melakukan perbuatan negatif seperti merokok dan alkohol (Amelia, 2009).

Hasil penelitian tersebut juga didukung data WHO 2006 yang menunjukkan prevalensi perokok laki-laki diatas 15 tahun lebih tinggi dibandingkan perokok perempuan sebanyak 61,7% perokok laki-laki dan 5,2% perempuan. Jumlah perokok laki-laki pada tahun 2009 mengalami peningkatan sebanyak 65,9% dan perokok perempuan justru mengalami penurunan sebanyak 4,5 % (Rosdiana, 2011)

Menurut Royal College of Phisicians (2010) & Rosdiana (2011) menjelaskan bahwa terjadinya peningkatan umur mulai merokok ini dapat disebabkan banyak faktor diantaranya adanya kemudahan seseorang untuk memperoleh rokok serta tidak ada aturan yang mengatur usia yang diperbolehkan untuk membeli rokok, penggambaran merokok melalui film, media sosial dan periklanan dan adanya pengaruh dari teman perokok.

Frekuensi merokok seseorang akan mempengaruhi keberhasilan seseorang untuk berhenti merokok. Semakin muda orang lain mulai merokok kemungkinan untuk berhenti merokok akan lebih rendah karena akibat dari ketergantungan nikotin didalam rokok (syafiie, Frieda & Kahija, 2009). Rokok juga mempunyai kandungan *dose response effect* dimana seseorang terpapar oleh nikotin akan menghasilkan perubahan

adaptif didalam sistem saraf pusat seseorang yang ditandai dengan kehilangan kontrol saat mengkonsumsi rokok dan munculnya gejala withdrawal symptoms ketika berhenti merokok (McLellan, 2000; Syafiie, Frieda & Kahija, 2009). Hal ini yang akan mempengaruhi motivasi dan akan mengganggu keberhasilan seseorang untuk berhenti merokok sehingga akan membuat kebanyakan perokok yang berusaha berhenti merokok kembali merokok setelah 6-12 bulan abstinensia (Sadikin & Louisa, 2008).

Pernyataan tersebut diperkuat dengan penelitian Elizabeth (2010) dan Rosita, Suswardany dan Abidin (2012), mengatakan semakin sering frekuensi merokok seseorang maka semakin tinggi kandungan nikotin dalam tubuh. Semakin sering orang menghisap rokok secara berulang-ulang maka nikotin dalam tubuh akan lebih kuat untuk memberikan perasaan yang positif. Meskipun ia tidak merokok setiap hari namun bila ia merokok pada saat kondisi psikis yang mendukung untuk merokok, maka ia akan merokok berulang-ulang hingga kondisi psikisnya dirasa membaik dan akhirnya menjadi ketergantungan terhadap rokok. Ketika ketergantungan maka ia akan merokok setiap hari dan menjadi kebiasaan. Dengan demikian perokok akan semakin sulit meninggalkan kebiasaannya tersebut. Oleh karena itu, keberhasilan berhenti merokok dapat diprediksi melalui frekuensi merokok seseorang.

Hasil penelitian mengenai karakteristik usia didapatkan responden sebagian besar berusia 17 tahun. Remaja awal merupakan sasaran utama

promosi pemasaran rokok karena mereka masih rentan dan cepat terpengaruh dengan kondisi yang ada di lingkungan (KEMENKES, 2012). Pada penelitian ini responden semua pernah merokok. Hal ini dikarenakan pergaulan mereka dan tekanan dari lingkungan. Remaja pada usia ini sangat cepat menerima informasi yang didapat dan mengaplikasikannya kedalam kehidupan nyata (Aditama, 2004). Dalam Self-Help Group mahasiswa di bantu untuk mendapatkan informasi yang positif dengan memberitahukan kerugian-kerugian yang dialami sehingga bisa mengubah persepsinya terhadap rokok.

## **2. Pengaruh Self-Help Group Terhadap Motivasi Berhenti Merokok**

Hasil penelitian menunjukkan motivasi berhenti merokok sebelum di berikan Self-Help Group sebanyak 14 orang (53,8%) motivasi rendah, 11 orang (42,3%) motivasi sedang, dan 1 orang (3,8%) motivasi tinggi. Hasil analisis uji beda mean menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terhadap tiap kelompok perlakuan ( $p=0,000$ ). Hal tersebut dikarenakan banyak faktor yang mempengaruhinya. Berdasarkan kuesioner yang telah dibagikan bahwa faktor keluarga dan faktor teman yang lebih banyak mempengaruhi sikap remaja untuk merokok (Musaeni, 2011).

Terdapat perbedaan yang signifikan pada motivasi mahasiswa sebelum dilakukan intervensi dan setelah dilakukan intervensi atau motivasi mahasiswa meningkat setelah diberikan *Self-Help Group* tentang rokok. Hal ini karena program berhenti merokok selalu tidak lepas dari

motivasi karena motivasi merupakan dasar upaya dalam berhenti merokok. Oleh sebab itu, sangatlah penting mengetahui motivasi berhenti perokok sebelum dan sesudah untuk berhenti merokok (Buzwoski, *et al.*, 2014). Banyak penawaran untuk berhenti merokok datang dari perkembangan teknologi. Berhenti merokok dilaksanakan dengan berbagai metode, yaitu farmakoterapi, informasi non-sosial, dan dukungan suportif interpersonal. Dukungan suportif interpersonal disini adalah *Self-Help Group*. *Self-Help Group* adalah kumpulan dua orang atau lebih yang datang bersama untuk membuat kesepakatan saling berbagi masalah yang mereka hadapi, kadang disebut juga kelompok pemberi semangat. (Steward, 2011).

*Self-Help Group* memiliki kualitas yang lebih positif karena *Self-Help Group* ini berkaitan dengan hubungan sosial. Tercapainya tujuan yang diinginkan dalam *Self-Help Group* yang ditentukan dinamika kelompok itu sendiri. Jika dinamika utama dalam *Self-Help Group* itu adalah jika kekuatan hubungan interpersonal kurang, maka tujuan kelompok tidak akan tercapai. Sebaliknya, jika hubungan interpersonal dari masing-masing anggota kelompok terjalin dengan baik, anggota saling mendukung satu sama lainnya maka tujuannya akan tercapai. Keberhasilan dari *Self-Help Group* itu dapat dilihat dari tercapainya tujuan kelompok yang diharapkan (Chamberlin & Roger, 1990).

### **3. Pengaruh *Self-Help Group* terhadap Motivasi Berhenti Merokok Pada Kelompok Intervensi dan kontrol**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dengan menggunakan uji *wilcoxon* tentang perbedaan nilai *pre-test* dan *post-test* pada kelompok intervensi didapatkan hasil dengan nilai signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ) artinya tidak ada pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan motivasi berhenti merokok, sedangkan pada kelompok kontrol diperoleh nilai  $p = 0,000$ , karena nilai  $p < 0,05$  maka dapat diambil kesimpulan bahwa ada perbedaan motivasi berhenti merokok yang bermakna pada pengukuran motivasi kelompok kontrol. Hal ini karena pada kelompok post intervensi responden berkesempatan untuk berbagi pengetahuan dan pengalaman melalui diskusi kelompok yang dilakukan. Seperti yang dijelaskan oleh Setiarso (2006) bahwa berbagi pengetahuan dan pengalaman hanya dapat dilakukan bilamana setiap anggota memiliki kesempatan yang luas dalam menyampaikan pendapat, ide, kritikan dan komentarnya kepada anggota yang lainnya.

Pada kelompok perlakuan sebelum diberikan intervensi didapatkan hasil bahwa 14 (53.8%) responden masih memiliki motivasi yang rendah, hal ini dikarenakan belum diberikannya intervensi dengan menggunakan *Self-Help Group*.

Hal ini dapat dilihat dari kelompok intervensi dengan hasil kuesoner yang didapatkan 25 atau (96.2%) memiliki keinginan berhenti merokok. Motivasi berhenti merokok dapat diperoleh dari berbagai macam

sumber dan setiap individu memiliki sumber motivasi yang berbeda-beda diantaranya kesadaran diri dan penyakit fisik yang memiliki resiko kematian tinggi (Safiie, Frieda dan Kahija, 2009). Responden berpendapat bahwa alasan mereka berhenti merokok salah satunya adalah takut akan kesehatannya dikemudian hari nanti akan terganggu, pernyataan ini didukung oleh Shrivastava & Bobhate (2010) yang menyebutkan bahwa alasan paling umum perokok untuk berhenti mengkonsumsi tembakau adalah karena masalah kesehatan yaitu takut akan penyakit kanker

Berdasarkan hasil analisa, sebanyak 26 responden (100%) mengikuti *Self-Help Group* untuk mengetahui ada atau tidaknya peningkatan motivasi berhenti merokok setelah intervensi. Ada sebanyak 19 responden (73,1%) termasuk dalam kategori motivasi sedang, sedangkan responden dengan kategori tinggi sebanyak 7 orang (26,9%) dan rendah tidak ada. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Ramdhan (2014), menyatakan bahwa lebih dari sebagian responden (58,07%) memiliki motivasi sedang untuk berhenti merokok. Rakel (1998), Fiore (2000), & Zwar, Richmond, Borland, Stilman, Cunningham, & Litt (2004) *cit* Sadikin & Louisa (2008) menyebutkan bahwa kunci utama keberhasilan program berhenti merokok adalah keinginan dan motivasi yang kuat dari perokok untuk berhenti merokok.

Pernyataan ini didukung oleh penelitian Rosita (2011) menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna faktor niat berhenti merokok ( $p=0,001$ ) dengan keberhasilan berhenti merokok. Sama halnya dengan

penelitian Borland *et al.* (2010). Menyatakan bahwa seseorang harus memiliki motivasi untuk mendorong tindakan berhenti merokok dan keyakinan pada dirinya sendiri untuk memastikan bisa mempertahankan penghentian konsumsi rokok. Penelitian ini sama dilakukan oleh Ardini dan Hendriani (2012), seorang dapat berhenti merokok dengan motivasi dan tekad yang kuat karena dengan motivasi yang kuat dapat menghindari seorang perokok untuk merokok kembali terutama saat timbul *withdrawal symptoms* dan godaan dari lingkungan sekitar seperti teman sebaya, orang tua dan lain sebagainya.

Program berhenti merokok selalu tidak lepas dari motivasi karena motivasi adalah persyaratan dasar upaya berhenti merokok. Oleh sebab itu, sangatlah penting mengetahui motivasi perokok sebelum dan sesudah untuk upaya berhenti merokok. Materi *self-help group* sebagian besar membahas rokok dari aspek kesehatan dan konsekuensi yang di dapat apabila merokok. Suatu motivasi akan muncul apabila adanya dorongan terhadap seorang individu untuk menghindari hukuman, meningkatkan kualitas diri dan mencapai tujuan hidup yang bermakna. Suatu konsekuensi kesehatan dapat diibaratkan sebagai suatu hukuman apabila tidak berhenti merokok dan jelas akan berefek negatif pada peningkatan kualitas diri akibat dampak yang ditimbulkan dari rokok itu sendiri baik secara finansial, sosial, atau kesehatan (Buczowski, et al., 2014; Dewan Kanker NSW, 2011; Galia, P., 2007; Petri & Govern, 2012).

Pada kelompok kontrol sebelum diberikan leaflet didapatkan hasil bahwa paling dominan pada kategori rendah yaitu sebanyak 14 orang (53,8%). Pada kategori sedang yaitu sebanyak 12 orang (46,2%). Setelah dilakukan penelitian, kelompok kontrol mengalami peningkatan motivasi merokok, pada motivasi sedang 18 orang (69,2%) pada motivasi tinggi 8 orang (30,8%), dan dapat dilihat dari kelompok kontrol dengan hasil data yang di dapatkan 22 (84,6%) memiliki keinginan untuk berhenti merokok, hal ini disebabkan kelompok kontrol menerima informasi terkait berhenti merokok dari leaflet.

Hasil uji *Wilcoxon* pengukuran motivasi pada kelompok kontrol diperoleh nilai  $p=0,000$  dengan rerata paling tinggi pada pengukuran motivasi *post-test* setelah diberikan leaflet. Karena nilai  $p<0,005$  maka dapat diambil kesimpulan bahwa ada perbedaan motivasi berhenti merokok yang bermakna pada pengukuran motivasi kelompok kontrol, hal ini dikarenakan pada media leaflet pesan yang disampaikan tersurat dengan jelas, dan dapat di baca berulang-ulang oleh kelompok kontrol sehingga pengetahuan kelompok kontrol meningkat mengenai bahaya rokok yang didapatkan dari leaflet, pernyataan ini di dukung oleh jurnal Kesehatan masyarakat (2014) yang membuktikan bahwa media leaflet berpengaruh dalam meningkatkan pengetahuan tentang bahaya merokok siswa SDN 78 Sabrang Lor Mojosongo Surakarta.

Hasil uji *mann whitney* menyatakan tidak ada pengaruh *self-help group* terhadap motivasi berhenti merokok Menghentikan, perilaku

merokok tidaklah mudah dibutuhkan tindakan yang nyata dalam usaha berhenti merokok dan hal tersebut menjadi tantangan bagi seseorang perokok saat seorang perokok mencoba berhenti merokok, kondisi yang mereka rasakan semakin memburuk atau timbulnya withdrawal symptom (Rosita, Suswardani dan abiding, 2012; Wulandari dan Santoso, 2012). secara psikologis, upaya berhenti merokok semakin sulit karena adanya pengaruh lingkungan sosial, kebiasaan konsumsi rokok, akses terhadap rokok, ketiadaan aturan membatasi usia perokok, pengaruh teman sebaya dan banyak lainnya (Purnomo, 2007 dan Rosdiana, 2011).

Banyak hal yang dilakukan untuk berhenti merokok. Berhenti merokok dapat dilaksanakan dengan berbagai cara, yaitu dengan cara farmakologi, informasi non-sosial, Dukungan suportif interpersonal dan membentuk kelompok kecil sukarela . Kelompok kecil sukarela itu adalah *Self Help Group*. *Self Help Group* (SHG) atau Kelompok swabantu adalah suatu kelompok yang umumnya dibentuk oleh individu yang sebaya, yang telah datang bersama-sama untuk saling membantu dalam memenuhi kebutuhan umum, seperti mengatasi masalah yang mengganggu mereka (Keliat,2008). *Self Help Group* lebih berorientasi pada perubahan kognitif dan perilaku, dimana setiap anggota belajar dari perilaku yang adaptif melalui proses berbagi pengalaman antar sesama anggota kelompok yang terdiri dari 7-10 orang dengan waktu 60-120 menit yang digunakan untuk diskusi (Huriah,2012).

Kelompok-kelompok swadaya ini didasarkan pada sekelompok individu yang akan berbagi perilaku, kemudian mereka dapat mengidentifikasi berbagai permasalahan kemudian dapat saling mendukung, mengendalikan atau menghilangkan perilaku dan sikap tersebut. Dalam *Self Help Group* setiap anggota bisa mengungkapkan isi pikirannya terhadap apa yang dibahas, membicarakan pengalaman masing-masing. Peserta ataupun anggota juga akan mendapatkan saran dan dukungan dari anggota lainnya, hal inilah yang akan memberikan semangat bagi peserta (Knight, 2006).

#### **D. Kekuatan dan kelemahan penelitian**

##### **1. Kekuatan penelitian**

- a. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Quasi-Experimentl* dengan rancangan *pre-post-test with control group* yang memiliki karakteristik sama dengan harapan dapat membandingkan pengaruh *self-help group* antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen.
- b. Penelitian dilakukan pada Mahasiswa Teknik Universitas Muhammadiyah Yogyakarta Angkatan 2015 yang letaknya strategis dengan siswa yang mempunyai masalah dengan rokok yang cukup banyak.
- c. Penelitian ini mengambil sampel dengan menggunakan metode *Random sampling* sehingga semua populasi berkesempatan yang sama untuk menjadi responden sesuai dengan kriteria inklusi.

## **2. Kelemahan penelitian**

- a. Membutuh banyak waktu karena responden dikumpulkan di satu tempat
- b. Tidak mulai tepat waktu proses *Self-Help Group* karena terkendala di mengumpulkan responden sedikit kurang maksimal.
- c. Waktu pemberian intervensi hanya satu kali pertemuan, sehingga topic yang di bahas terbatas.