

**toloHUBUNGAN PENGETAHUAN DAN TINGKAT STRES  
DENGAN PERILAKU MEROKOK PADA KARYAWAN  
UNIVERSITAS NASIONAL**

**SKRIPSI**



**Oleh:**

**RAKAN RADITIA**

**224201516125**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS NASIONAL  
JAKARTA  
2026**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN TINGKAT STRES  
DENGAN PERILAKU MEROKOK PADA KARYAWAN  
UNIVERSITAS NASIONAL**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Keperawatan  
pada Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Nasional  
Jakarta



**Oleh:**

**RAKAN RADITIA**

**224201516125**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS NASIONAL**

**JAKARTA**

**2026**

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN TINGKAT STRES  
DENGAN PERILAKU MEROKOK PADA KARYAWAN  
UNIVERSITAS NASIONAL**

Oleh:

**RAKAN RADITIA**

224201516125

Telah dipertahankan di hadapan penguji skripsi

Program Studi Keperawatan

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Nasional

Pada tanggal 20 Februari 2026

Pembimbing 1,



**Ns. Aisyiah, M.Kep., Sp.Kep.Kom.**

Pembimbing 2,



**Ns. Intan Asri Nurani, M.Kep., Sp.Kep.Kom**



Mengetahui,  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



**Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si.**

## HALAMAN PERSETUJUAN SEBELUM SIDANG SKRIPSI

Judul Skripsi : Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Tingkat Stres dengan  
Perilaku Merokok pada Karyawan Universitas Nasional  
Nama Mahasiswa : Rakan Raditia  
NPM : 224201516125

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk pertahankan dalam sidang skripsi  
Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional  
Semester Ganjil 2025/2026

Menyetujui,

Pembimbing 1,



(Ns. Aisyiah, M.Kep., Sp.Kep.Kom.)

Pembimbing 2,



(Ns. Intan Asri Nurani, M.Kep.,  
Sp.Kep.Kom)

## HALAMAN PERSETUJUAN SETELAH SIDANG SKRIPSI

Judul Skripsi : Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Tingkat Stres  
dengan Perilaku Merokok pada Karyawan  
Universitas Nasional  
Nama : Rakan Raditia  
NPM : 224201516125

Menyetujui,

Penguji 1 : (Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si.)



Pembimbing 1 : (Ns. Aisyiah, M.Kep., Sp.Kep.Kom.)



Pembimbing 2 : (Ns. Intan Asri Nurani, M.Kep., Sp.Kep.Kom)



## PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Judul Skripsi : Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Tingkat Stres  
dengan Perilaku Merokok pada Karyawan  
Universitas Nasional  
Nama : Rakan Raditia  
NPM : 224201516125

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan yang lain atau di perguruan tinggi lain. Sepanjang pengetahuan saya, juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka.

Jakarta, 20 Februari 2026

  
(Rakan Raditia)

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, Tuhan seluruh alam, atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “*Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Tingkat Stres dengan Perilaku Merokok pada Karyawan Universitas Nasional*” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa ridho Allah SWT serta dukungan, bantuan, dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan penuh rasa hormat penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Ibu Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si.
2. Ketua Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Ns. Tommy J.F Wowor, M.Kep., M.M., Ph.D., yang juga selaku pembimbing akademik yang senantiasa membimbing selama masa perkuliahan.
3. Ibu Ns. Aisyiah, M.Kep., Sp.Kep.Kom., selaku Pembimbing I yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dalam memberikan arahan, saran, serta motivasi dalam penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Ns. Intan Asri Nurani, M.Kep., Sp.Kep.Kom., selaku Pembimbing II yang senantiasa memberikan masukan, dukungan, dan bimbingan demi kesempurnaan skripsi ini.
5. Bapak Kamaruddin, S.Sos., M.Si., selaku Ketua Biro Kemahasiswaan yang telah banyak membantu, membimbing, dan memberikan dorongan dalam berbagai kegiatan serta pengembangan diri selama penulis menjadi mahasiswa di Universitas Nasional.
6. Seluruh dosen dan staf Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional yang telah memberikan ilmu dan pengalaman berharga selama masa perkuliahan.

7. Pihak Universitas Nasional yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian.
8. Seluruh karyawan Universitas Nasional yang telah bersedia menjadi responden dan membantu kelancaran penelitian ini.
9. Kedua orang tua tercinta yang selalu menjadi sumber kekuatan terbesar dalam hidup penulis. Terima kasih atas doa, dukungan, pengorbanan, serta kerja keras yang tiada henti demi masa depan penulis.
10. Kepada adik saya Natasya, yang selalu memberikan semangat, doa, dan dukungan sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan lancar.
11. Kepada sahabat dan teman-teman seperjuangan: Cahya, Abizar, Rido, Nabila, Vina, Surya, Rehan, dan Gaby, terima kasih atas kebersamaan, dukungan, dan semangat selama masa perkuliahan hingga proses penyusunan skripsi ini.
12. Kepada seluruh mahasiswa Keperawatan UNAS, khususnya angkatan 2022, yang telah memberikan pengalaman dan pembelajaran berharga selama masa studi.
13. Terakhir, terima kasih kepada diri saya sendiri yang telah berjuang, bertahan, dan tidak menyerah dalam setiap proses yang dilalui. Semoga segala usaha dan doa yang telah dilakukan menjadi awal dari langkah yang lebih baik ke depan.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan di masa yang akan datang. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu keperawatan serta menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya.

Jakarta, 20 Februari 2026



(Rakan Raditia)

## ABSTRAK

### HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN TINGKAT STRES DENGAN PERILAKU MEROKOK PADA KARYAWAN UNIVERSITAS NASIONAL

*Rakan Raditia, Aisyiah, Intan Asri Nurani*

**Latar Belakang:** Perilaku merokok masih menjadi permasalahan kesehatan di lingkungan kerja, termasuk institusi pendidikan. Meskipun sebagian karyawan memiliki pengetahuan yang baik mengenai bahaya merokok, kebiasaan tersebut tetap berlangsung. Selain faktor pengetahuan, tingkat stres kerja diduga berperan dalam mempertahankan perilaku merokok.

**Tujuan:** Mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan dan tingkat stres dengan perilaku merokok pada karyawan Universitas Nasional.

**Metode Penelitian:** Penelitian menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi berjumlah 316 karyawan, dengan sampel 76 responden yang dipilih melalui *proportional random sampling*. Instrumen yang digunakan meliputi kuesioner pengetahuan bahaya merokok, *Perceived Stress Scale* (PSS-10), dan *Glover Nilsson Smoking Behavioral Questionnaire* (GN-SBQ). Analisis data dilakukan menggunakan uji *Chi-Square* dengan tingkat signifikansi  $\alpha = 0,05$ .

**Hasil Penelitian:** Hasil menunjukkan bahwa responden dengan tingkat pengetahuan kurang cenderung memiliki perilaku merokok sangat kuat, sedangkan responden dengan pengetahuan baik didominasi perilaku merokok ringan. Uji *Chi-Square* menunjukkan adanya hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan dan perilaku merokok ( $p = 0,000$ ). Pada variabel stres, responden dengan tingkat stres sedang lebih banyak memiliki perilaku merokok sangat kuat. Terdapat hubungan signifikan antara tingkat stres dan perilaku merokok ( $p = 0,003$ ).

**Kesimpulan:** Disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan dan tingkat stres berhubungan signifikan dengan perilaku merokok pada karyawan Universitas Nasional.

**Saran:** Intitusi meningkatkan edukasi kesehatan, program manajemen stres, serta penguatan kebijakan kawasan tanpa rokok.

**KataKunci:** Karyawan, Pengetahuan, Perilaku Merokok, Tingkat Stres

**Kepustakaan:** 40 Pustaka (2021–2025).

## ABSTRACT

### THE RELATIONSHIP BETWEEN KNOWLEDGE AND STRESS LEVELS ON SMOKING BEHAVIOR AMONG EMPLOYEES AT UNIVERSITAS NASIONAL

*Rakan Raditia, Aisyiah, Intan Asri Nurani*

**Background:** Smoking behavior remains a significant health concern in the workplace, including educational institutions. Although some employees possess adequate knowledge regarding the hazards of smoking, the behavior persists. In addition to knowledge-related factors, work-related stress is believed to play a role in maintaining smoking behavior.

**Purpose:** To examine the relationship between knowledge levels and stress levels and smoking behavior among employees of Universitas Nasional.

**Methods:** A quantitative cross-sectional design. The population consisted of 316 employees, with a sample of 76 respondents selected using proportional random sampling. Research instruments included a questionnaire assessing knowledge of smoking hazards, the Perceived Stress Scale (PSS-10), and the Glover Nilsson Smoking Behavioral Questionnaire (GN-SBQ). Data were analyzed using Chi-square test with a significance level of  $\alpha = 0.05$ .

**Results:** The findings indicated that respondents with lower levels of knowledge tended to exhibit very strong smoking behavior, whereas those with good knowledge were predominantly classified as having mild smoking behavior. The Chi-square test revealed a significant relationship between knowledge level and smoking behavior ( $p = 0.000$ ). Regarding stress levels, respondents with moderate stress were more likely to demonstrate very strong smoking behavior. A significant relationship was also found between stress level and smoking behavior ( $p = 0.003$ ).

**Conclusion:** Knowledge level and stress level are significantly associated with smoking behavior among employees of Universitas Nasional.

**Suggestion:** The institution should strengthen health education interventions, establish stress management programs, and reinforce smoke-free campus regulations.

**Keywords:** employees, knowledge, smoking behavior, stress level.

**Bibliography:** 40 references (2021 – 2025)

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL .....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN SEBELUM SIDANG SKRIPSI.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN SETELAH SIDANG SKRIPSI .....	v
PERNYATAAN .....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK .....	ix
ABSTRAK .....	x
DAFTAR ISI .....	xi
BAB I .....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan.....	6
1.3.1 Tujuan Umum .....	6
1.3.2 Tujuan khusus.....	6
1.4 Manfaat Penelitian .....	6
1.4.1 Bagi Mahasiswa Keperawatan .....	6
1.4.2 Bagi Responden .....	6
1.4.3 Bagi Tenaga Kesehatan .....	7
1.4.4 Bagi Pemerintah .....	7
BAB II.....	9

TINJAUAN PUSTAKA .....	9
2.1 Kajian Teori .....	9
2.1.1 Perilaku Merokok.....	9
2.1.2 Pengetahuan .....	17
2.1.3 Tingkat Stres .....	21
2.2 Kerangka Teori .....	29
2.3 Kerangka Konsep.....	29
2.4 Hipotesis .....	30
BAB III.....	31
METODE PENELITIAN .....	31
3.1 Desain Penelitian .....	31
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian .....	31
3.2.1 Lokasi Penelitian.....	31
3.2.2 Waktu Penelitian.....	32
3.3 Populasi dan Sempel.....	32
3.3.1 populasi .....	32
3.3.2 Sempel.....	34
3.4 Variabel Penelitian .....	37
3.4.1 Variabel Independen.....	37
3.4.2 Variabel Dependen .....	38
3.5 Definisi Operasional Penelitian .....	38
3.6 Instrumen Penelitian .....	39
3.6.1 Instrumen Perilaku Merokok .....	39
3.6.2 Instrumen Pengetahuan .....	40
3.6.3 Instrumen Tingkat Stress.....	41
3.7 Uji Validitas dan Reabilitas.....	41

3.7.1 Uji Validitas .....	41
3.7.2 Uji Reliabilitas .....	42
3.8 Prosedur Pengumpulan Data.....	43
3.9 Analisis Data .....	43
3.9.1 Persiapan .....	43
3.9.2 Tabulasi .....	43
3.9.3 Analisis Univariat.....	44
3.9.4 Analisis Bivariat .....	44
3.10 Etika Penelitian .....	45
3.10.1 Menghormati Harkat Martabat Manusia ( Respect For Persons).....	45
3.10.2 Berbuat Baik (Beneficence) dan Tidak Merugikan (Non-maleficence) .....	46
3.10.3 Keadilan (Justice).....	46
3.10.4 Kerahasiaan dan Anonimitas (Confidentiality and Anonymity) .....	46
BAB IV .....	47
HASIL PENELITIAN .....	47
4.1 Hasil Penelitian .....	47
4.1.1 Analisis Univariat.....	47
4.1.2 Analisis Bivariat .....	49
4.2 Pembahasan .....	51
4.2.1 Analisis Univariat.....	51
4.2.2 Analisis Bivariat .....	55
4.3 Keterbatasan.....	61
BAB V.....	63
KESIMPULAN DAN SARAN .....	63
5.1 Kesimpulan .....	63

5.2 Saran .....	63
5.2.1 Bagi Institusi Universitas Nasional .....	63
5.2.2 Bagi Karyawan Universitas Nasional .....	64
5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya .....	64
DAFTAR PUSTAKA .....	65



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Distribusi Populasi Karyawan per Unit Kerja .....	33
Tabel 3.2 Alokasi Sampel per Unit Kerja .....	36
Tabel 3.4 <i>Blueprint</i> Kuesioner GN-SBQ .....	40
Tabel 3.5 <i>Blueprint</i> Kuesioner Pengetahuan Bahaya Merokok .....	40
Tabel 3.6 <i>Blueprint</i> Kuesioner PSS-10 .....	41
Tabel 4.1 <u>Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden</u> .....	47
Tabel 4.2 <u>Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pengetahuan</u> .....	48
Tabel 4.3 <u>Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Stres</u> .....	48
Tabel 4.4 <u>Distribusi Frekuensi Berdasarkan Perilaku Merokok</u> .....	49
Tabel 4.5 <u>Hubungan pengetahuan Dengan Perilaku Merokok</u> .....	49
Tabel 4.5 <u>Hubungan Tingkat stres Dengan perilaku Merokok</u> .....	50

