

# Penerapan intervensi motivational enhancement therapy (MET) untuk meningkatkan kesiapan berubah pada perempuan usia dewasa muda dengan ketergantungan rokok = Motivational enhancement therapy method of intervention to enhance readiness to change for young adult women with smoking dependence / Dian Pratiwi Widowaty

Dian Pratiwi Widowaty, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20350493&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

**ABSTRAK**  
Meningkatnya prevalensi perokok di Indonesia menimbulkan kekhawatiran, terlebih diikuti dengan meningkatnya prevalensi perokok perempuan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa risiko merokok pada perempuan lebih tinggi dibandingkan laki-laki, baik kanker, jantung terutama pada kesehatan reproduksi. Perokok perempuan memiliki karakteristik yang berbeda dibandingkan laki-laki. Mereka sering merasa ambivalen, tidak siap untuk berubah dan memiliki kepercayaan diri yang rendah terhadap keberhasilan mengatasi ketergantungan rokoknya. Hal ini merupakan faktor-faktor yang menyebabkan sulitnya berhenti merokok. Faktor kesiapan berubah merupakan langkah awal yang sangat penting bagi terjadinya perubahan perilaku merokok. Oleh karena ini terapi mengenai peningkatan kesiapan berubah menjadi isu yang sangat penting. Penelitian ini bertujuan untuk melihat efektifitas Motivational Enhancement Therapy, yang diadaptasi dari Project MATCH yang disusun oleh Miller, Zweben, DiClemente dan Rychtarik dalam meningkatkan kesiapan berubah pada perempuan dewasa muda dengan ketergantungan rokok. Intervensi ini bertujuan untuk menggali ambivalensi dan meningkatkan motivasi internal untuk meningkatkan kesiapan berubah pada perilaku merokoknya. Intervensi ini dilakukan sebanyak lima sesi dengan melibatkan empat partisipan. Setelah dilakukan intervensi, seluruh partisipan mengalami perubahan tingkat kesiapan berubah serta dua partisipan diikuti dengan perubahan perilaku merokok. Dari hal ini, dapat disimpulkan bahwa Motivational Enhancement Therapy efektif dalam meningkatkan kesiapan berubah pada perempuan usia dewasa muda dengan ketergantungan rokok.

---

**ABSTRACT**  
The increasing prevalence of smokers in Indonesia creates concern, in particular the increased prevalence of female smokers that entails. Research has shown that the risks caused by cigarettes in relation to cancer, heart disease, and reproduction are higher in female smokers compared to male. Female smokers have distinct characteristics in comparison to male. They often become ambivalent, not ready to change and have a relatively low level of confidence in their effort to overcome their dependency. These factors lead to difficulty in quitting smoking. Readiness to change is an essential factor as the first step in influencing and improving smoking behavior. Therefore, therapy on how to enhance the level of readiness to change becomes an important issue. This research aims to observe Motivational

Enhancement Therapy effectiveness, adapted from MATCH Project compiled by Miller, Zweben, DiClemente, and Rychtarik, in enhancing the extent of readiness to change in women with smoking dependence. The purpose of this intervention is to solve ambivalently and to increase internal motivation among female smokers in enhancing the readiness to change on their smoking behavior. Five sessions involving four participants were conducted for the intervention. All participants experience an enhancement in their readiness to change after the intervention, while an improvement on their smoking behavior are also found on two of the participants. From this, it can be concluded that Motivational Enhancement Therapy is effective in enhancing the readiness to change in women with smoking dependence.