

**PENYELENGGARAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK  
MENGURANGI PERILAKU MEROKOK PESERTA DIDIK DI SMA  
NEGERI 1 DARUL IMARAH ACEH BESAR**

**SKRIPSI**

**Diajukan Oleh:**

**EKA NOFIYA SARI**

**NIM. 160213024**

Mahasiswi Fakultas Tarbiah dan Keguruan  
Jurusan Bimbingan dan Konseling



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY  
BANDA ACEH  
2020/2021**

**PENYELENGGARAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK  
MENGURANGI PERILAKU MEROKOK PESERTA DIDIK DI SMA  
NEGERI 1 DARUL IMARAH ACEH BESAR**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan (FTK)  
Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh  
Sebagai Beban Studi Untuk Memperoleh Gelar Sarjana  
dalam Ilmu Pendidikan

Oleh

**EKA NOFIYA SARI**  
**NIM. 160213024**

Mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Keguruan  
Prodi Bimbingan Konseling

Disetujui Oleh:

Pembimbing I

Pembimbing II

  
**Dr. Chairan M. Nur, M.Ag**  
**NIP. 195602221994032001**

  
**Maulida Hidayati, M. Pd**

**PENYELENGGARAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK  
MENGURANGI PERILAKU MEROKOK SISWA DI SMA NEGERI 1  
DARUL IMARAH ACEH BESAR**

**SKRIPSI**

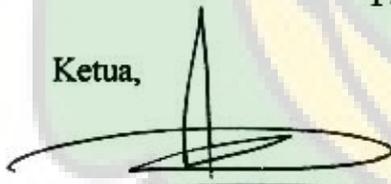
**Telah Diuji Oleh Panitia Ujian Munaqasyah Skripsi  
Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh  
Sebagai Beban Studi Untuk Memperoleh Gelar Sarjana  
Dalam Ilmu Pendidikan Bimbingan dan Konseling**

Pada Hari/ Tanggal

Senin, 12 Juli 2021  
2 Zulhijah 1442 H

Panitian Ujian Munaqasyah Skripsi

Ketua,



Mukhlis, S.T., M.Pd.  
NIP. 197211102007011050

Sekretaris,



Cut Widya Anjani

Penguji I,



Maulida Hidayati, M.Pd

Penguji II,



Nuzliah, M.Pd  
NIDN. 2013049001

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry  
Darussalam Banda Aceh



  
Dr. Muslih Bazali, S.H., M.Ag.  
NIP. 196103091989031001

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Eka Nofiya Sari  
NIM : 160213024  
Prodi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Skripsi : Penyelenggaraan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Mengurangi Perilaku Merokok Siswa Di Sma Negeri 1 Darul Imarah Aceh Besar.

Dengan ini menyatakan bahwa dalam penelitian skripsi ini, saya:

1. Tidak menggunakan ide orang lain tanpa mampu mengembangkan dan mempertanggung jawabkan.
2. Tidak melakukan plagiasi terhadap naskah karya orang lain.
3. Tidak menggunakan karya orang lain tanpa menyebutkan sumber asli atau tanpa izin pemilik karya.
4. Tidak memanipulasi dan memalsukan data.
5. Mengerjakan sendiri karya ini dan mampu bertanggung jawab atas karya ini.

Bila dikemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan telah melalui pembuktian yang dapat dipertanggung jawabkan dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap dikenai sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-RAniry.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya tanpa paksaan dari pihak manapun.

Banda Aceh, 19 Agustus 2021  
Yang Menyatakan,



*Eka Nofiya Sari*  
**Eka Nofiya Sari**  
NIM. 160213024

## ABSTRAK

Nama : Eka Nofiya Sari  
NIM : 160213024  
Fakultas/Prodi : Tarbiyah dan Keguruan/Bimbingan dan Konseling  
Judul : Penyelenggaraan Layanan Bimbingan Kelompok untuk Mengurangi Perilaku Merokok Peserta didik di SMA Negeri 1 Darul Imarah Aceh Besar  
Tanggal Sidang : 12 Juli 2021  
Tebal Skripsi : 83 Halaman  
Pembimbing I : Dr. Chairan M. Nur, M.Ag  
Pembimbing II : Maulida Hidayati, M. Pd  
Kata Kunci : Bimbingan Kelompok, Perilaku Merokok

Peserta didik yang kecanduan merokok pada umumnya tidak dapat menahan keinginan untuk tidak merokok, perokok cenderung sensitif terhadap efek dari nikotin. Perilaku peserta didik yang merokok banyak terjadi perubahan pada psikis dan fisiknya seperti mengalami emosi, tekanan jiwa, menyimpang dari aturan dan norma-norma sosial yang berlaku di lingkungan sekolah. Perilaku merokok yang dialami oleh peserta didik masih sulit untuk dihilangkan seperti membolos dari kelas untuk merokok, ingin tampil gaul, tidak fokus belajar, persepsi bahwa rokok dapat menghilangkan rasa stress, pengaruh teman sebaya, kurangnya nasehat atau teguran dari orangtua dan guru. Tujuan peneliti yaitu untuk mengetahui penyelenggaraan layanan bimbingan kelompok untuk mengurangi perilaku merokok peserta didik di SMA Negeri 1 Darul Imarah Aceh Besar sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok. Populasi penelitian ini adalah SMA Negeri 1 Darul Imarah dengan perilaku merokok tinggi, sedang, dan rendah. Sampel penelitian berjumlah 9 peserta didik Sampel dipilih melalui *purposive sampling* dengan pengkategorian peserta didik yang memiliki tingkat perilaku merokok tinggi. Metode penelitian yang digunakan adalah *pre-experimental* (pra-eksperimen) dengan desain *One Group Pre-test-Post-test-Design*. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah skala *likert*. Teknik analisis dengan menggunakan uji normalitas dan uji-t. Hasil penelitian menunjukkan bimbingan kelompok memiliki signifikan terhadap perilaku merokok peserta didik, ditandai pada perubahan skor rata-rata *pretest* 842 menjadi *posttest* 1425. Artinya terjadi penurunan pada perilaku merokok peserta didik setelah memperoleh bimbingan kelompok. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa layanan Bimbingan Kelompok dapat mengurangi perilaku merokok pada peserta didik SMA Negeri 1 Darul Imarah Aceh Besar.

## KATA PENGANTAR

# بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah, puji syukur kehadirat Allah Subhanahu wa Ta'ala, yang telah melimpahkan rahmat, hidayat dan karunia-Nya kepada penulis, sehingga dapat menyelesaikan skripsi. Shalawat beserta salam senantiasa tercurahkan kepada junjungan Alam Nabi Muhammad Shallallahu'alaihi Wa Sallam, keluarga dan para sahabatnya. Penulisan skripsi ini diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada program Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh. Judul yang penulis ajukan adalah **“Penyelenggaraan Layanan Bimbingan Kelompok untuk Mengurangi Perilaku Merokok Peserta didik di SMA Negeri 1 Darul Imarah Aceh Besar”**.

Penyusunan dan penulisan dalam skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu dalam kesempatan ini penulisan dengan senang hati menyampaikan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. Muslim Razali, Sh.M.Ag selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, pembantu dekan dan seluruh staf karyawan/karyawati FTK UIN Ar-Raniry yang telah memberikan izin untuk melanjutkan studi di program Studi Bimbingan dan Konseling.
2. Ibu Dr. Chairan M. Nur, M.Ag selaku Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling UIN Ar-Raniry.

3. Ibu Dr. Chairan M. Nur, M.Ag selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dan memberikan arahan serta nasehat. Semoga Allah selalu meridhai dan memberkahi setiap langkah bapak dan keluarga, Amin.
4. Ibu Maulida Hidayati, M.Pd selaku pembimbing II yang selalu memberikan bimbingan serta motivasi yang sangat berharga. Terimakasih atas waktu yang selalu ibu luangkan, semoga ibu dan keluarga selalu dalam lindungan Allah SWT.
5. Ibu Evi Zuhara, M.Pd. Selaku pembimbing akademik yang selalu membantu dan mengarahkan saya dalam keperluan akademik.
6. Teristimewa kepada Ayahanda Arif Murdin dan ibunda tercinta Nur Mala, yang selama ini telah membantu peneliti dalam bentuk perhatian, kasih sayang, motivasi, dukungan serta do'a yang tiada henti-hentinya mengalir demi kelancaran dan kesuksesan peneliti dalam menyelesaikan skripsi.
7. Kepada sahabat terkasih, Eva, Wulan, Laila, Vera, Shela, Yani, dan Nur Maini terimakasih untuk kebersamaannya, dan motivasi selama ini dalam perjuangan kita menggapai impian sebagai konselor yang hebat.
8. Kepada teman-teman angkatan 2016 program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri ArRaniry, khususnya kepada teman-teman unit 02, terimakasih atas kerja samanya selama ini.

Kepada semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu. Terimakasih atas segala bantuan, dukungan dan kerjasama serta do'a. Semoga Allah memberikan pahala yang berlipat, Amin.

Banda Aceh, 1 Maret 2021  
Penulis,

Eka Nofiya Sari



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL JUDUL</b>	
<b>LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING</b>	
<b>LEMBAR PENGESAHAN SIDANG</b>	
<b>LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN</b>	
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	7
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Hipotesis Penelitian.....	7
E. Manfaat Penelitian .....	8
F. Defenisi Operasional.....	8
G. Penelitian Relavan.....	10
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Pemyelenggaraan .....	12
B. Bimbingan Kelompok .....	13
1. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok .....	13
2. Komponen Layanan Bimbingan Kelompok.....	16
3. Tahap-Tahap Bimbingan Kelompok.....	18
C. Perilaku Merokok.....	24
1. Pengertian Merokok.....	24
2. Kebiasaan Merokok .....	24
3. Alasan Merokok .....	25
4. Aspek-Aspek Merokok .....	26
5. Jenis-Jenis Rokok.....	28
6. Racun Pada Rokok .....	29
7. Tipe-Tipe Perokok .....	30
8. Strategi Mengatasi Kebiasaan Merokok .....	30
9. Dampak Merokok.....	32
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Rancangan Penelitian.....	34
B. Lokasi, Populasi dan Sampel Penelitian .....	35
1. Lokasi.....	35
2. Populasi.....	35
3. Sampel.....	36
C. Intrument Pengumpulan Data .....	38
D. Teknik Pengumpulan Data.....	46

E. Teknik Analisis Data.....	47
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Penelitian .....	49
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	49
2. Visi Misi Dan Tujuan Sekolah.....	50
3. Tingkat Perilaku Merokok Pada Peserta Didik Sebelum Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok melalui teknik diskusi .....	51
4. Tingkat Perilaku Merokok Pada Peserta Didik Sesudah Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Diskusi.....	55
5. Efektifitas Penyelenggaraan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Mengurangi Perilaku Merokok Peserta Didik Di SMA 1 Negeri Darul Imarah Aceh Besar .....	56
B. Pembahasan Hasil Penelitian .....	62
1. Pembahasan Tingkat Perilaku Merokok Pada Peserta Didik Sebelum Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Diskusi.....	62
2. Pembahasan Tingkat Perilaku Merokok Pada Peserta Didik Sesudah Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Diskusi .....	64
3. Pembahasan Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Diskusi Terhadap Perilaku Merokok Pada Peserta Didik .....	67
4. Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Diskusi Untuk Mengurangi Tingkat Perilaku Merokok Peserta Didik .....	69
a. <i>Pre-Test</i> .....	70
b. Perlakuan ( <i>Treatment</i> ).....	71
1. Perlakuan ( <i>Treatment</i> ) Pertama.....	72
2. Perlakuan ( <i>Treatment</i> ) Kedua .....	74
3. Perlakuan ( <i>Treatment</i> ) Ketiga.....	76
c. <i>Post-Test</i> .....	78
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	79
B. Saran.....	79
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>81</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	: <i>Desain One Group Pre-test-Prost-test-Design</i> .....	34
Tabel 3.2	: Jumlah Anggota Sampel Peserta Didik .....	36
Tabel 3.3	: Kisi-kisi Intrumen Perilaku Merokok Peserta Didik .....	38
Tabel 3.4	: Kategori Pemberian Skor Alternatir Jawaban .....	39
Tabel 3.5	: Hasil Uji Validitas Butir item .....	40
Table 3.6	: Skor r tabel dan r hitung Hasil Uji Validitas Butir Item .....	43
Tabel 3.7	: Interval Koefisien Derajat Reliabilitas .....	44
Tabel 3.8	: <i>Cronbach's Alpha</i> .....	45
Tabel 3.9	: Hasil Uji Reliabilitas Skala Perilaku Merokok.....	45
Tabel 4.1	: Profil SMA Negeri 1 Darul Imarah .....	49
Table 4.2	: Jumlah Siswa SMP 1 Darul Imarah.....	51
Table 4.3	: Kategori Perilaku Merokok Pada Peserta Didik .....	52
Tabel 4.4	: Persentase Perilaku Merokok Pada Peserta Didik .....	53
Tabel 4.5	: Skor <i>Pre-Test</i> sebelum diberikan Layanan Bimbingan Kelompok.....	54
Tabel 4.6	: Skor <i>Pos-Test</i> sesudah diberikan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Diskusi.....	55
Tabel 4.7	: One-Sample Kolmogorov-Smirnov .....	57
Tabel 4.8	: Perbandingan Skor <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i> .....	58
Tabel 4.9	: Perbandingan Persentase <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> .....	58
Tabel 4.10	: Paired Samples Statistics .....	59
Tabel 4.11	: Paired Samples Correlations .....	60
Tabel 4.12	: Uji t Berpasangan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Perilaku Merokok.....	60

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Surat Keputusan Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry
- Lampiran 2 : Surat Keterangan Izin Penelitian dari Dekan Fakultas
- Lampiran 3 : Hasil *Judgement* Instrumen
- Lampiran 4 : Skor r tabel dan r hitung Hasil Uji Validitas Butir Item
- Lampiran 5 : Hasil Output SPSS
- Lampiran 6 : Instrumen Penelitian
- Lampiran 7 : Instrumen Perilaku Merokok
- Lampiran 8 : RPL
- lampiran 9 : *Pretest* dan *Posttest*
- lampiran 10 : Instrument Penilaian Hasil
- Lampiran 11 : Foto Penelitian
- Lampiran 12 : Riwayat Hidup Penulis



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah sebuah asset yang penting di dalam kehidupan berbangsa dan bernegara, karena tidak ada bangsa yang maju tanpa diiringi pendidikan yang bermutu. Dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional, yang menyatakan bahwa “pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa”. Tujuannya adalah untuk mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.<sup>1</sup>

Permasalahan utama merokok dalam dunia pendidikan salah satunya mengganggu jiwa sehingga belajarnya tidak efektif. Merokok merupakan salah satu masalah yang sulit dipecahkan dan sudah menjadi masalah nasional dan bahkan internasional. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Data Biro Pusat Statistik menunjukkan jumlah perokok pemula usia 5-9 tahun meningkat tajam 0,4% pada tahun 2001 menjadi 2,8% pada tahun 2004. Trend perokok pemula pada usia 10-14 tahun meningkat tajam dari 9,5% menjadi 17,5%. Data *The Global Youth Tobacco Survey* tahun 2006 di Indonesia 64,25 anak-anak sekolah yang disurvei melaporkan, terpapar asap rokok selama mereka di rumah atau menjadi *Second Hand Smoke* (SHS). Menurut data hasil *Global*

---

<sup>1</sup> Muhibbinsyah, “*Psikologi Pendidikan*”, (Bandung: PT. Remaja Rosda Karya, 2015), hlm 1.

*Adult Tobacco Survey (GATS)* tahun 2011, persentase perokok aktif di Indonesia mencapai 67% (laki-laki) dan 2,7% (perempuan) dari jumlah penduduk maka terjadi kenaikan enam tahun sebelumnya perokok laki-laki sebesar 53%.<sup>2</sup>

Fenomena saat ini di Indonesia yaitu banyaknya kalangan remaja dan dewasa yang mengetahui bahaya rokok bagi kesehatan tubuh. Seperti di kalangan peserta didik dengan keadaan tinggal jauh dari orang tua serta memiliki uang jajan lebih dari sedekar cukup mereka dengan mudahnya menghisap rokok setiap hari tanpa memikirkan kesehatan tubuhnya. Rokok memang tidak berdampak secara langsung bagi kesehatan tetapi dampak dari rokok akan terasa dalam waktu 10-20 tahun ke depan.

Kebiasaan merokok pada remaja saat ini sangat sulit dihindari karena dipengaruhi oleh berbagai faktor, yaitu internal dan eksternal. Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri remaja tersebut seperti pengetahuan dan sikap. Faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari lingkungan sekitar yang dapat mempengaruhi remaja dalam berperilaku seperti pengaruh dari keluarga, sekolah dan teman sebaya. Fenomena umum pada remaja yang merokok sudah lumrah terjadi di lingkungan sekolah. Perilaku merokok dapat menyebabkan turunnya prestasi belajar peserta didik dan terganggunya kesehatan mulai dari penurunan motivasi, penurunan kemampuan konsentrasi dan daya ingat.

Peserta didik yang sudah kecanduan merokok pada umumnya tidak dapat menahan keinginan untuk tidak merokok, perokok cenderung sensitif terhadap

---

<sup>2</sup> Rahman Hasnan, "Penggunaan Layanan Konseling Kelompok dalam Mengurangi Perilaku Merokok Peserta didik Kelas X", *Jurnal Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung*, Vol, 1, No. 1, 2013, hlm 1.

efek dari nikotin.<sup>3</sup> Adapun peserta didik yang merokok akan berdampak pada menurunnya hasil belajar serta berefek pada prestasi akademik yang dicapainya. Perilaku peserta didik yang merokok banyak terjadi perubahan pada psikis dan fisiknya seperti kejiwaan yang menimbulkan kebingungan di kalangan peserta didik, sehingga peserta didik tersebut mengalami emosi, tekanan jiwa, menyimpang dari aturan dan norma-norma sosial yang berlaku di lingkungan sekolah.

Alasan utama peserta didik merokok karena ajakan teman-teman yang sukar ditolak. Oleh karena itu, dibutuhkan suatu tindakan yang bisa mengubah dan mengurangi perilaku merokok pada peserta didik, salah satunya adalah sekolah. Sekolah merupakan salah satu tempat pendidikan bagi peserta didik untuk dapat mengembangkan diri melalui pemberian layanan-layanan yang ada dalam BK. Hal ini sesuai dengan fungsi bimbingan konseling yaitu dapat membantu peserta didik dalam memahami diri sendiri yang berkaitan dengan berbagai masalah serta prestasi melalui semua kegiatan dan program-program yang mampu memberikan solusi dalam berbagai masalah.

Untuk menanggulangi perilaku merokok, peneliti membentuk bimbingan kelompok yang dapat memberi informasi tentang bahaya atau resiko yang ditimbulkan oleh rokok.<sup>4</sup> Bimbingan kelompok adalah salah satu bimbingan konseling untuk memberikan bantuan kepada peserta didik yang dilakukan oleh guru bimbingan konseling melalui kegiatan kelompok yang dapat berguna untuk

---

<sup>3</sup> Nopianto, Alamsyah, 2017, "*Determinan Perilaku Merokok pada Remaja*", <https://google.co.id/ejournal.kopertis10.or.id>. Diakses pada tanggal 30 Januari 2020.

<sup>4</sup> Dewi Rosmala, "*Profesionalisasi Guru Bimbingan Konseling Melalui Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling*", (Medan: Rineka Cipta, 2016).

mencegah berkembangnya masalah yang dihadapi oleh peserta didik. Layanan bimbingan kelompok dapat membantu peserta didik secara bersama-sama dalam memperoleh berbagai bahan dari guru bimbingan konseling yang berguna untuk menunjang kehidupan sehari-hari baik individu maupun peserta didik, keluarga dan masyarakat serta untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan.

Adapun kalamullah Agama Islam (syariah) menghalalkan segala yang baik dan mengharamkan khabaa'is (segala yang buruk), sebagaimana ditegaskan dalam al-Quran,

157] الأعراف [الْخَبَائِثَ عَلَيْهِمْ وَيُحَرِّمُ الطَّيِّبَاتِ لَهُمْ وَيُحِلُّ

Artinya: "... dan menghalalkan bagi mereka segala yang baik dan mengharamkan bagi mereka segala yang buruk ... " [Q.S 7:157].

Penelitian yang pernah dilakukan oleh Gilang Ditya Setiaji menjelaskan bahwa layanan bimbingan kelompok yang dianggap sebagai salah satu cara untuk mengurangi kebiasaan merokok. Bimbingan kelompok konselor bisa memberikan materi tentang akibat yang ditimbulkan karena merokok, sehingga diharapkan para pengguna merokok dapat mengurangi merokok.<sup>5</sup>

Dalam hal ini, Abdullah Salam menjelaskan bahwa perilaku merokok merupakan perilaku yang umum dijumpai, banyak perokok berasal dari berbagai kelas sosial, status, serta kelompok umur yang berbeda. Guru bimbingan konseling harus bisa mengupayakan pencegahan terhadap peserta didiknya untuk

---

<sup>5</sup> Gilang Ditya Setiaji, "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok terhadap Kebiasaan Merokok pada Penerima Manfaat di Balai Rehabilitasi Mandiri Semarang", *Skripsi*, (Semarang Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang, 2014), hlm 3.

tidak merokok yang meliputi layanan informasi, layanan bimbingan kelompok dan layanan konseling individu.<sup>6</sup>

Kemudian Shinta Desala Rahmawati membahas tentang pemahaman bahaya merokok peserta didik kelas XII TKR 1 SMK 1 Randudongkal setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik menjadi tinggi. Peserta didik sekarang menjadi paham, mengetahui dan dapat mengidentifikasi tentang bahaya dari merokok. Pemahaman peserta didik paling tinggi pada kandungan zat dalam rokok dan bahaya serta dapat menimbulkan penyakit dari akibat merokok.<sup>7</sup>

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi awal di SMA Negeri 1 Darul Imarah Aceh Besar mengenai perilaku merokok dilingkungan sekolah merupakan fasilitas publik yang seharusnya merokok hanya dilakukan ditempat-tempat tertentu. Akan tetapi, banyak ditemukan peserta didik yang dengan seenaknya sendiri merokok disembarang tempat. Meskipun peserta didik melanggar aturan sekolah tetapi belum ada sanksi atau hukuman jelas bagi peserta didik yang melanggar hal tersebut. Pihak sekolah hanya memberi peringatan dan belum melakukan tindakannya.

Banyak sekali alasan yang terkuak ketika peneliti melakukan wawancara maupun observasi dilingkungan sekolah SMA Negeri 1 Darul Imarah Aceh Besar, hal pertama yang paling banyak ditemukan adalah laki-laki perokok yaitu hampir

---

<sup>6</sup> Abdullah Salam, *“Upaya Layanan Bimbingan dan Konseling dalam Mencegah Peserta didik Menjadi Perokok di SMP Negeri 15 Yogyakarta”*, Skripsi, (Yogyakarta: Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2015), hlm 5.

<sup>7</sup> Shinta Desala Rahmawati *“Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik untuk Meningkatkan Pemahaman Bahaya Merokok pada Peserta didik Kelas XII TKR 1 SMK N 1 Randudongkal Pemalang Tahun Ajaran 2016/2017”* Skripsi Bimbingan dan Konseling Fakultas ilmu Pendidikan Universitas Semarang, 2016.

dari 75%. Peserta didik laki-laki di SMA Negeri 1 Darul Imarah Aceh Besar merupakan perokok aktif. Meskipun tidak jarang ditemukan peserta didik yang merokok, tetapi perlu menjadi catatan bahwasanya kebanyakan dari laki-laki yang perokok aktif membawa kebiasaannya dalam lingkungan sekolah.

Bimbingan Konseling di SMA Negeri 1 Darul Imarah Aceh Besar terlaksana tetapi belum efektif. Hal ini disebabkan karena adanya hambatan yang menyebabkan guru bimbingan konseling tidak dapat berjalan secara maksimal selama proses bimbingan konseling di sekolah. Hambatan yang sering terjadi di lapangan di antaranya penerapan bimbingan konseling kepada peserta didik belum dilaksanakan dengan tuntas. Misalnya dalam hal membantu peserta didik mengidentifikasi cita-citanya, guru bimbingan konseling masih melihat data mentahnya saja dan selanjutnya jarang ada penanganan lanjutan yang mendalam sehubungan dengan bakat, minat dan intelegensi yang dimiliki oleh peserta didik tersebut serta sekolah kurang bekerja sama dengan pihak yang terkait untuk melakukan tes atau non-tes kepada peserta didik.

Banyak peserta didik yang merokok dan kebanyakan diantaranya saling mengenal satu sama lain sehingga terjadi perasaan yang sama dalam arti sama-sama perokok. Ketika peserta didik berkumpul bersama, maka kebanyakan dari peserta didik tersebut membawa kebiasaan merokok ke dalam lingkungan sekolah.<sup>8</sup> Adanya pandangan atau anggapan seseorang bahwa laki-laki yang tidak merokok, peserta didik tidak bisa disebut laki-laki sejati atau peserta didik yang tidak merokok sering diejek sebagai seorang banci.

---

<sup>8</sup> Nunuk Yuli Sulistyoningrum, "Mengurangi Perilaku Merokok pada Peserta didik Melalui Layanan Bimbingan Kelompok", *Jurnal Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling*, Vol. 1, No. 1, 2018, hlm 99.

Berdasarkan latar belakang di atas, fenomena tersebut cukup menarik untuk diungkapkan sebagai kajian. Peneliti tertarik untuk melakukan suatu penelitian dengan judul “Penyelenggaraan Layanan Bimbingan Kelompok untuk Mengurangi Perilaku Merokok Peserta didik di SMA Negeri 1 Darul Imarah Aceh Besar”.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dari penelitian adalah “apakah penyelenggaraan layanan bimbingan kelompok untuk mengurangi perilaku merokok peserta didik di SMA Negeri 1 Darul Imarah Aceh Besar?”

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan penelitian adalah untuk mengetahui penyelenggaraan layanan bimbingan kelompok untuk mengurangi perilaku merokok peserta didik di SMA Negeri 1 Darul Imarah Aceh Besar.

### **D. Hipotesis Penelitian**

Hipotesis merupakan suatu dugaan yang kuat atau jawaban yang bersifat sementara.<sup>9</sup> Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

H<sub>a</sub> : Penyelenggaraan layanan bimbingan kelompok untuk mengurangi perilaku merokok peserta didik di SMA Negeri 1 Darul Imarah Aceh Besar

H<sub>0</sub> : Penyelenggaraan layanan bimbingan kelompok tidak dapat mengurangi perilaku merokok peserta didik di SMA Negeri 1 Darul Imarah Aceh Besar

---

<sup>9</sup> Muri Yusuf, “*Metode Penelitian*”, (Jakarta: Prenadamedia, 2014), hlm 136.

### **E. Manfaat Penelitian**

Secara teoritis, hasil penelitian diharapkan dapat memberikan ilmu pengetahuan di bimbingan dan konseling tentang penggunaan layanan bimbingan kelompok guna mengurangi perilaku merokok. Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi:

1. Peserta didik dalam hubungannya antara pengetahuan dengan tingkat perilaku merokok peserta didik.
2. Penerima manfaat mempunyai berbagai alternatif terkait dengan mengurangi kebiasaan merokok.
3. Bagi peneliti sendiri diharapkan bisa meningkatkan profesionalitas dalam memberikan layanan dan menambah wawasan ilmu bimbingan konseling.

### **F. Definisi Operasional**

Untuk menghindari terjadi kesalahan dalam penafsiran terhadap istilah yang digunakan dalam penelitian ini, maka diberikan batasan istilah sebagai berikut:

1. Penyelenggaraan

Penyelenggaraan merupakan proses penyusunan struktur organisasi yang sesuai dengan tujuan organisasi, sumber daya yang dimilikinya dan lingkungan yang melingkupnya.<sup>10</sup>

---

<sup>10</sup> Handoko, “*Manajemen Personalia dan Manajemen Sumber Daya Manusia*”, (Yogyakarta: BEFE Yogyakarta, 2003), hlm 167.

Penyelenggaraan bimbingan kelompok yaitu suatu bantuan kepada peserta didik, baik secara perorangan maupun kelompok agar mampu mandiri dan berkembang secara optimal.

## 2. Layanan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan kelompok yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok yaitu adanya interaksi saling mengeluarkan pendapat, memberikan tanggapan, saran dan sebagainya. Pemimpin kelompok menyediakan informasi-informasi yang bermanfaat agar dapat membantu individu mencapai perkembangan yang optimal.<sup>11</sup>

Bimbingan kelompok yang dimaksud penulis adalah suatu bantuan yang diberikan oleh seorang tenaga ahli (konselor) untuk membantu permasalahan peserta didik dalam kelompok yang bertujuan agar peserta didik dapat mengatasi dan menyelesaikan masalahnya secara mandiri.

## 3. Perilaku Merokok

Perilaku merokok adalah suatu kebiasaan atau ketagihan yang dilakukan secara berulang-ulang.<sup>12</sup>

Perilaku merokok menurut peneliti adalah suatu kebiasaan yang sering dilakukan secara berulang-ulang menghisap tembakau yang berdampak pada menurunnya prestasi belajar dan mengganggu kesehatan.

---

<sup>11</sup> Effendy, “*Dinamika Komunikasi*”, (Bandung: PT. Remaja Rosda Karya, 2008).

<sup>12</sup> Komalasari dan Helmi, “Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Merokok pada Remaja”, *Jurnal Psikologi Universitas Gadjah Mada*, Vol.3, No.1, 2002.

## G. Penelitian Relevan

Penelitian relevan menjelaskan penelitian yang telah dikemukakan oleh peneliti lain atau membahas masalah penelitian. Penelitian relevan yang penting akan berkaitan dengan masalah biasanya dibahas sebagai subtopik yang lebih rinci agar lebih mudah dibaca. Penelitian relevan bertujuan untuk memperoleh gambaran hubungan topik yang akan diteliti dengan tulisan-tulisan yang pernah dilakukan oleh penulis sebelumnya sehingga tidak ada pengulangan.

Ganta Swarafika dalam skripsinya yang berjudul "*Konseling Kelompok Pendekatan Behavioral dengan Teknik Self-Management dalam Upaya Mereduksi Perilaku Merokok Peserta Didik Kelas VIII SMP Gaja Mada Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017*" membahas tentang mendapatkan layanan konseling kelompok dan tingkat perilaku merokok peserta didik mengalami penurunan. Hal ini disebabkan dalam layanan konseling peserta didik berbagai keluhan dan informasi mengenai bahaya rokok. Oleh sebab itu, peserta didik sudah menyadari bahwa merokok tersebut dapat membahayakan kesehatan diri sendiri.

Anggi Arya Rinando dalam skripsinya yang berjudul "*Efektifitas Layanan Informasi dengan Memanfaatkan pada Peserta Didik Kelas VII SMPN 4 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018*" membahas tentang peserta didik sebagian besar sudah memiliki pemahaman tentang pengetahuan bahaya merokok. Peserta didik yang telah memiliki pengetahuan bahaya merokok yang cukup baik ditandai dengan peserta didik memahami bahaya dari rokok bagi kesehatan dirinya maupun orang lain.

Shinta Desala Rahmawati dalam Skripsinya yang berjudul “*Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik untuk Meningkatkan Pemahaman Bahaya Merokok pada Peserta didik Kelas XII TKR 1 SMK N 1 Randudongkal Pemalang Tahun Ajaran 2016/2017*” membahas tentang pemahaman bahaya merokok peserta didik kelas XII TKR 1 SMK 1 Randudongkal setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolik menjadi tinggi. Peserta didik sekarang menjadi paham, mengetahui dan dapat mengidentifikasi tentang bahaya dari merokok. Pemahaman peserta didik paling tinggi pada kandungan zat dalam rokok dan bahaya serta dapat menimbulkan penyakit dari akibat merokok.<sup>13</sup>

Siti Seriwati dalam jurnalnya yang berjudul “*Penerapan Konseling Kelompok Realita untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri di Sekolah*” membahas tentang tingkat penyesuaian diri di sekolah yang rendah merupakan perilaku yang tidak bertanggung jawab serta dapat merugikan diri sendiri dan orang lain. Pemberian konseling kelompok untuk membantu peserta didik berperilaku yang lebih bertanggung jawab dilaksanakan dengan cara mengajak peserta didik menilai perilaku mereka serta menyusun rencana atau kontrak perilaku yang harus mereka laksanakan dalam upaya untuk meningkatkan kemampuan menyesuaikan diri di sekolah.<sup>14</sup>

---

<sup>13</sup> Shinta Desala Rahmawati “*Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik untuk Meningkatkan Pemahaman Bahaya Merokok pada Peserta didik Kelas XII TKR 1 SMK N 1 Randudongkal Pemalang Tahun Ajaran 2016/2017*” Skripsi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Semarang, 2016.

<sup>14</sup> Siti Seriwati, “Penerapan Konseling Kelompok Realita untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri di Sekolah”, *Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman*, Vol. 3, No. 2, 2017, hlm 59.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORITIS**

#### **A. Penyelenggaraan**

Penyelenggaraan berasal dari kata “selenggara” yang berarti mengatur. Adapun pengertian penyelenggaraan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia yaitu proses melakukan kegiatan tertentu.<sup>15</sup> Penyelenggaraan layanan bimbingan kelompok dilaksanakan dalam tiga kelompok, yaitu kelompok kecil (2-6 orang), kelompok sedang (7- 12 orang), dan kelompok besar (13-20 orang) ataupun kelas (20-40 orang).<sup>16</sup>

Kelompok tetap melakukan kegiatannya secara berkala, sesuai dengan penjadwalan yang sudah diatur oleh pemimpin kelompok, sedangkan kelompok tidak tetap melakukan kegiatannya atas dasar kesempatan yang ditawarkan oleh pemimpin kelompok ataupun atas dasar permintaan peserta didik-peserta didik sendiri yang menginginkan untuk membahas permasalahan tertentu melalui dinamika kelompok.<sup>17</sup>

Untuk kelompok-kelompok tetap, pemimpin kelompok menyusun jadwal kegiatan kelompok secara teratur dan berkesinambungan dari satu kali kegiatan ke kegiatan lainnya. Misalnya setiap kelompok melaksanakan kegiatan sekali dalam dua minggu dengan topik-topik bahasan yang bervariasi.

---

<sup>15</sup> Kamus Besar Bahasa Indonesia, “Penyelenggaraan Bimbingan Ibadah Haji dan Keagamaan”, Tersedia Online di <http://eprints.walisongo.ac.id/6491/3/BAB%20II.pdf>, Diakses pada Tanggal 21 Agustus 2020.

<sup>16</sup> Achmad Juntika Nurihsan, “*Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*”, (Bandung: PT. Refika Aditama, 2006), hlm 23.

<sup>17</sup> Achmad Juntika Nurihsan, “*Bimbingan...*”, hlm 23.

Sedang untuk kelompok tidak tetap, waktu kegiatannya dapat ditentukan atau melalui kesepakatan bersama dengan topik bahasan yang ditawarkan pula. Pemimpin kelompok perlu memberikan kesempatan kepada para peserta didik untuk membentuk kelompok sendiri dan melakukan kegiatan kelompok dengan topik bahasan yang mereka pilih sendiri.

Untuk jenis kelompok yang terakhir, pemimpin kelompok perlu secara khusus memberikan perhatian agar kelompok yang dibentuk oleh peserta didik tidak menjurus kepada kelompok yang eksklusif.<sup>18</sup>

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa penyelenggaraan dapat dilaksanakan secara bersama-sama yang melibatkan peserta didik dan konselor. Tujuan terselenggaranya layanan bimbingan kelompok salah satunya adalah untuk melatih komunikasi anggota kelompok dan berani mengeluarkan pendapat.

## **B. Bimbingan Kelompok**

### **1. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok**

Bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang diberikan dalam suasana kelompok. Layanan bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari konselor yang berguna untuk menunjang kehidupan sehari-

---

<sup>18</sup> Dewa Ketut Sukardi, *Manajemen Pendidikan*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2000), hlm 48.

hari baik pelajar, anggota keluarga dan masyarakat untuk mempertimbangkan dalam pengambilan keputusan.<sup>19</sup>

Sedangkan menurut Natawijaya dalam Isti Yuni Purwanti yang menyatakan bahwa bimbingan kelompok dimaksudkan untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri individu dengan dilaksanakan secara kelompok. Dalam bimbingan kelompok dapat diberikan berupa penyampaian informasi ataupun kegiatan kelompok yang membahas permasalahan pendidikan, sosial, pribadi dan karir.<sup>20</sup>

Layanan bimbingan kelompok dimaksudkan untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri konseli (peserta didik).<sup>21</sup> Bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian informasi atau aktivitas kelompok yang membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan masalah sosial. Peserta didik memperoleh berbagai bahan dari pemimpin kelompok yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari baik sebagai individu, sebagai pelajar, anggota keluarga maupun masyarakat.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah upaya pemberian bantuan dan informasi yang diberikan oleh orang yang ahli kepada sejumlah peserta didik (dua orang atau lebih) dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk mencapai tujuan tertentu yang berguna bagi kehidupan peserta didik.

---

<sup>19</sup> Murniati, *"Pengantar Bimbingan dan Konseling"*, (Jakarta: Grafindo Pustaka Utama, 2002), hlm 40.

<sup>20</sup> Isti Yuni Purwanti, *"Layanan Bimbingan Kelompok untuk Mengurangi Kesulitan Belajar Peserta didik"*, Vol. 1, No. 1, 2015, hlm 4.

<sup>21</sup> Dewa Ketut Sukardi, *"Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling"*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2004), hlm 105.

Jenis-jenis bimbingan kelompok menurut Prayitno dalam penyelenggaraan bimbingan kelompok dikenal dengan dua jenis, yaitu:

a) Bimbingan kelompok bebas

Dalam kegiatan bimbingan kelompok bebas, kegiatan para anggota mengemukakan segala pikiran dan perasaannya dalam kelompok. Selanjutnya apa yang disampaikan dalam kelompok itulah yang menjadi pokok bahasan kelompok.

b) Bimbingan kelompok tugas

Penyelenggaraan bimbingan kelompok tugas dan isi kegiatannya tidak ditentukan oleh para anggota melainkan diartikan kepada penyelesaian suatu tugas. Tugas yang dikerjakan itu berasal dari pemimpin kelompok. Pemimpin kelompok mengemukakan suatu tugas untuk selanjutnya dibahas dan diselenggarakan oleh anggota kelompok.<sup>22</sup>

Dalam penelitian ini yang digunakan adalah bimbingan kelompok tugas dimana permasalahan yang dibahas dalam kelompok nanti ditentukan oleh pemimpin kelompok. Tujuan layanan bimbingan kelompok di sekolah ada dua yaitu:

a) Tujuan umum

Secara umum bimbingan kelompok bertujuan untuk membantu murid-murid dalam menjalani masalah melalui prosedur kelompok. Suasana kelompok yang berkembang dalam bimbingan kelompok tersebut merupakan wahana dari

---

<sup>22</sup> Prayitno dan Erman Amti, "Dasar-Dasar...", hlm 107.

teman-temannya untuk kepentingan pemecahan masalah-masalah yang dihadapinya.

b) Tujuan khusus

Secara khusus, bimbingan kelompok bertujuan untuk:

- 1) Melatih murid-murid untuk berani mengungkapkan pendapat di hadapan teman-temannya.
- 2) Melatih murid-muridnya untuk dapat bersikap terbuka dalam kelompok.
- 3) Melatih murid-muridnya untuk dapat membina keakraban bersama teman-temannya dan teman lainnya di luar kelompok pada umumnya.
- 4) Melatih murid-muridnya untuk bersikap tenggang rasa dengan orang lain.
- 5) Melatih murid-muridnya untuk memperoleh keterampilan sosial
- 6) Membantu murid-muridnya untuk mengenal dan memahami dirinya.<sup>23</sup>

## **2. Komponen Layanan Bimbingan Kelompok**

Ada tiga komponen penting dalam kelompok, yaitu sebagai berikut:

a) Suasana kelompok

Saling berhubungan antara satu individu dengan anggota kelompok sehingga terjalin hubungan yang dinamis dan suasana perasaan yang nyaman tumbuh dalam kelompok. Suasana perasaan tersebut meliputi rasa diterima atau ditolak, rasa cinta dan benci, rasa berani atau takut yang menyangkut sikap, reaksi, tanggapan mengenai hubungan dalam kelompok.

---

<sup>23</sup> Prayitno dan Erman Amti, "*Dasar-Dasar...*", hlm 107.

b) Anggota kelompok

Keanggotaan merupakan salah satu unsur pokok dalam proses kehidupan kelompok, tanpa ada anggota kelompok tidaklah mungkin berdirinya suatu kelompok. Kegiatan dalam kelompok sebagian besar didasarkan atas peranan para anggotanya. Peranan kelompok tersebut tidak akan terwujud tanpa keikutsertaan yang aktif para anggotanya. Batas-batas tertentu dalam suatu kelompok dapat melakukan kegiatan tanpa kehadiran pemimpin kelompok. Secara ringkas, peranan anggota kelompok sangatlah menentukan hasil akhir dari kerja keras, kekompakan, dan partisipasi anggota kelompok. Adapun peranan yang hendak dilaksanakan oleh anggota kelompok antara lain sebagai berikut:

- 1) Membantu terbinanya keakraban dalam hubungan antar anggota kelompok.
- 2) Mencurahkan perasaan dan melibatkan diri dalam kegiatan kelompok.
- 3) Membantu tercapainya tujuan bersama
- 4) Membantu tersusunnya aturan kelompok dan berusaha mematuhi dengan baik.
- 5) Berusaha secara aktif dan ikut serta dalam seluruh kegiatan kelompok.
- 6) Mampu berkomunikasi secara terbuka
- 7) Berusaha membantu anggota kelompok lain
- 8) Memberi kesempatan anggota lain untuk menjalankan peranannya
- 9) Menyadari pentingnya kegiatan kelompok.<sup>24</sup>

c) Pemimpin kelompok

Pemimpin kelompok adalah seseorang yang mampu menciptakan suasana sehingga para anggota kelompok dapat belajar cara mengatasi

---

<sup>24</sup> Prayitno dan Erman Amti, "*Dasar-Dasar...*", hlm 108.

masalah-masalahnya sendiri. Peranan pemimpin kelompok dalam layanan bimbingan kelompok antara lain sebagai berikut:

- 1) Pemimpin kelompok dapat memberikan bantuan, pengarahan ataupun campur tangan langsung terhadap kegiatan kelompok.
- 2) Campur tangan tersebut meliputi hal-hal yang bersifat isi dari yang dibicarakan maupun mengenai proses kegiatan itu sendiri.
- 3) Pemimpin kelompok memusatkan perhatian pada suasana perasaan yang berkembang dalam suatu kelompok, baik perasaan-perasaan tertentu maupun keseluruhan kelompok.
- 4) Pemimpin kelompok dapat menciptakan suasana perasaan yang dialami oleh anggota kelompok.
- 5) Jika kelompok tersebut tampak kurang menjurus ke arah yang dimaksud, maka pemimpin kelompok perlu memberikan arah yang dimaksudkan.
- 6) Pemimpin kelompok perlu memberikan tanggapan (umpan balik) tentang berbagai hal yang terjadi dalam kelompok, baik yang bersifat isi maupun proses kegiatan kelompok.
- 7) Pemimpin kelompok diharapkan mampu mengatur lalu lintas kegiatan kelompok, memegang aturan permainan (menjadi wasit), permadani dan mendorong kerjasama serta suasana kebersamaan. Selain itu pemimpin kelompok diharapkan bertindak sebagai penjaga supaya tidak merusak atau menyakiti anggota kelompok.
- 8) Sifat kerahasiaan dari kelompok dengan segenap isi dan kejadian-kejadian yang timbul akan menjadi tanggung jawab pemimpin kelompok.<sup>25</sup>

### 3. Tahap-Tahap Layanan Bimbingan Kelompok

Kegiatan bimbingan kelompok berlangsung dalam beberapa tahap yang dilalui dalam pelaksanaannya yaitu sebagai berikut:

#### a. Tahap Pembentukan

Tahap ini merupakan tahap pengenalan dan perlibatan dari anggota ke dalam kelompok dengan tujuan agar anggota memahami maksud dari bimbingan kelompok. Tahap ini merupakan tahap perlibatan diri atau tahap memasukkan diri ke dalam kehidupan kelompok. Pada tahap ini,

---

<sup>25</sup> Prayitno dan Erman Amti, "*Dasar-Dasar ...*", hlm 108.

umumnya para anggota saling memperkenalkan diri dan juga mengungkapkan tujuan atau harapan-harapan yang ingin di capai baik oleh masing-masing, sebagian, maupun seluruh anggota.

Pemahaman anggota kelompok adalah anggota kelompok yang aktif dan berperan langsung dalam kegiatan bimbingan kelompok dan selanjutnya dapat menumbuhkan minat pada diri sendiri untuk mengikuti pelatihan tertentu. Tujuan menumbuhkan suasana adalah untuk saling mengenal, percaya, menerima dan membantu teman-teman yang ada dalam kelompok.<sup>26</sup>

b. Tahap Peralihan

Tahap ini adalah tahap transisi atau tahap peralihan dari tahap pembukuan ke tahap kegiatan. Kegiatan yang akan dilaksanakan oleh pemimpin kelompok dapat dijelaskan yang meliputi tentang penegasan kegiatan dan tugas yang harus dikerjakan oleh anggota kelompok. Setelah jelas kegiatan yang dilakukan, maka tidak muncul keragu-raguan dalam melaksanakan kegiatan dan manfaat yang diperoleh setiap anggota kelompok.

c. Tahap Kegiatan

Tahap kegiatan merupakan tahap inti dari kegiatan bimbingan kelompok dengan suasana yang ingin dicapai, yaitu terbatasnya secara tuntas permasalahan yang dihadapi oleh anggota kelompok dan terciptanya suasana untuk mengembangkan dari dalam kelompok. Salah satu tahap

---

<sup>26</sup> Dewa Ketut Sukardi, “*Dasar-Dasar ...*”, hlm 109.

kegiatan dalam kelompok yaitu pengembangan kemampuan berkomunikasi maupun menyangkut pemecahan masalah yang dikemukakan oleh kelompok.

Tahap kegiatan merupakan tahap yang sebenarnya dalam kelompok, namun kelangsungan kegiatan kelompok pada tahap ini tergantung pada hasil sebelumnya. Jika pada tahap sebelumnya berhasil dengan baik, maka tahap ketiga akan berlangsung dengan lancar. Pemimpin kelompok sudah bisa melepaskan tanggungannya apabila anggota kelompok sudah santai dan melakukan sendiri tugas yang diberikan.

Adapun pada tahap kegiatan ini peneliti memberikan teknik diskusi kelompok dalam melaksanakan layanan bimbingan dengan teknik diskusi kelompok, mengikuti prosedur sebagai berikut:

a) Perencanaan

pada tahap ini pembimbing/ konselor merancang layanan yang diwujudkan dalam RPLBK. Aktivitas yang dilakukan meliputi:

- Identifikasi masalah, identifikasi pengetahuan, sikap ataupun keterampilan yang dibutuhkan konseli
- Identifikasi pengetahuan dan pengalaman awal konseli
- Merumuskan tujuan layanan
- Merancang materi yang akan didiskusikan
- Mengatur strategi pelaksanaan yang meliputi merancang kegiatan pada setiap langkah pelaksanaan, termasuk

menentukan model diskusi yang akan digunakan, pengaturan waktu

- Merumuskan hasil akhir diskusi yang diharapkan termasuk mekanisme pelaporannya.

b) Pelaksanaan

Tahap ini dilaksanakan mulai pembukaan, pelaksanaan kegiatan inti dan penutup. Berikut ini adalah tahapannya:

- Pada tahap awal atau pembukaan konselor membuka kegiatan dengan mengadakan pembinaan hubungan baik, pemberian motivasi dan penyampaian tujuan dan aktivitas yang akan dilaksanakan
- Peralihan atau transisi
- Tahap kegiatan inti, langkah-langkah kegiatan ini meliputi: (a) pembentuk kelompok sesuai dengan model diskusi yang akan digunakan, pada tahap ini struktur kelompok hendaknya dibentuk secara jelas ditunjuk siapa berperan sebagai apa seperti ketua kelompok, sekretaris dan observer. Perlu disampaikan pula tugas dari masing-masing pemegang peran, (b) menyampaikan materi atau bahan yang harus didiskusikan oleh kelompok. Perlu diinformasikan pula bentuk hasil akhir atau laporan yang diharapkan, mekanisme pelaporan serta batasan waktu dalam diskusi, (c) pada waktu kelompok melakukan aktivitas diskusi maka konselor mengamati,

memantau aktivitas setiap kelompok, membuat catatan-catatan penting dari hasil observasi, membantu kelompok yang menemui kesulitan, (d) sesuai dengan waktu yang direncanakan maka setiap kelompok melaporkan hasil diskusi. Pelaporan hasil tidak hanya terkait dengan materi yang didiskusikan termasuk pula hasil observasi yang telah direkam oleh observer

- Pada tahap penutup konselor merefleksi hasil dan proses, merangkum hasil diskusi dan mengadakan evaluasi hasil.<sup>27</sup>

Kegiatan bimbingan kelompok dilaksanakan secara bebas sehingga rangkaian ini berhubungan antar anggota dan memiliki tujuan yang baik. Selain itu, kegiatan bimbingan kelompok menjadi suasana nyaman, pembukaan diri berlangsung dengan bebas, saling tanggap dan tukar pendapat berjalan dengan lancar. Para anggota bersikap saling membantu, saling menerima, saling kuat-menguatkan dan saling berusaha untuk memperkuat rasa kebersamaan. Suasana seperti ini akan membahas hal-hal yang bersifat nyata dan benar-benar sedang di alami sehingga membahas hal-hal yang bersifat sekarang atau kekinian.

#### d. Tahap Pengakhiran

Kegiatan suatu kelompok tidak dapat berlangsung terus-menerus tanpa berhenti. Setelah kegiatan kelompok memuncak dan sudah pada tahap pengakhiran sehingga di anggap tepat. Ketika kelompok memasuki tahap pengakhiran, kegiatan kelompok hendaknya dipusatkan pada pembahasan

---

<sup>27</sup> Romlah, *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*, Malang UNM, 2001, hlm 98

dan peninjauan tentang para anggota kelompok dan mampu menerapkan hal-hal yang telah mereka pelajari (dalam suasana kelompok) sehingga dapat menerapkannya pada kehidupan nyata mereka sehari-hari.<sup>28</sup>

Peranan pemimpin kelompok memberikan penguatan terhadap hasil-hasil yang telah dicapai oleh kelompok lain, khususnya terhadap keikutsertaan secara aktif para anggotanya dan hasil-hasil yang telah dicapai oleh masing-masing anggota kelompok. Pada tahap ini terdapat dua kegiatan yaitu penilaian (evaluasi) dan tindak lanjut (*follow-up*). Tahap ini merupakan tahap penutup dari seluruh rangkaian pertemuan kegiatan bimbingan kelompok dengan tujuan yang telah dicapainya pada suatu pemecahan masalah oleh kelompok tersebut.

Kegiatan kelompok berpusat pada pembahasan dan penjelasan tentang kemampuan anggota kelompok untuk menetapkan hal-hal yang telah diperoleh melalui layanan bimbingan kelompok dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, pemimpin kelompok berperan untuk memberikan penguatan terhadap hasil-hasil yang telah dicapai oleh suatu kelompok. Pada tahap ini pemimpin kelompok menciptakan suasana yang menyenangkan dan mengesankan sehingga anggota kelompok masih memperoleh manfaat yang besar dalam kegiatan tersebut serta adanya keinginan untuk mengadakan kegiatan lagi.<sup>29</sup>

---

<sup>28</sup> Prayitno dan Erman Amti, "*Dasar-Dasar ...*", hlm 110.

<sup>29</sup> Prayitno dan Erman Amti, "*Dasar-Dasar ...*", hlm 108.

## C. Perilaku Merokok

### 1. Pengertian merokok

Merokok adalah membakar tembakau yang kemudian dihisap asapnya baik menggunakan rokok maupun menggunakan pipa. Pernafasan akan terganggu pada saat pertama kali merokok. Rokok biasanya berbentuk silinder yang terdiri dari kertas yang berukuran panjang antara 70 hingga 120 mm dengan diameter sekitar 10 mm, berwarna putih dan coklat. Biasanya rokok berisi daun-daun tembakau yang telah di cacah, ditambah sedikit racikan-racikan seperti cengkeh, saus rokok serta racikan lainnya. Untuk menikmati sebatang rokok perlu dilakukan pembakaran pada salah satu ujungnya dan dibiarkan membara agar asapnya dapat dihirup lewat mulut pada ujung lainnya.<sup>30</sup>

### 2. Kebiasaan Merokok

Kebiasaan merokok merupakan ikatan atau asosiasi antara stimulus dengan respon yang relatif stabil dan bertahan lama dalam kepribadian seorang individu. Lawan dari kebiasaan adalah habituasi yang merupakan pengurangan respon sebelumnya dan ditampilkan pada saat tidak ada ganjaran atau hukuman setelah rangsangan yang diberikan.<sup>31</sup>

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa kebiasaan merokok adalah membakar tembakau dengan menghisap dan mengeluarkan asapnya yang dilakukan secara berulang-ulang dan dilakukan setiap hari. Selain itu, merokok adalah salah satu kebiasaan buruk yang sangat dekat dengan kehidupan manusia.

---

<sup>30</sup> Azwar S, "*Sikap Manusia, Teori dan Pengukurannya*", (Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset, 2002), hlm 55.

<sup>31</sup> Rizma Sakyowati, "*Bahaya Rokok*", (Depok: PT. Remaja Rosda Karya, 2005), hlm 91.

### 3. Alasan Merokok

Rokok dibakar pada salah satu ujungnya dan dibiarkan membara agar asapnya dapat dihirup lewat mulut pada ujung yang lainnya. Beberapa alasan individu untuk memiliki perilaku kebiasaan merokok antara lain:

- a. Pengaruh positif yakni individu mau merokok karena merokok memberi manfaat positif bagi dirinya. Ia menjadi senang, tenang dan nyaman karena memperoleh kenikmatan dengan merokok. Misalnya, sambil menonton televisi atau setelah makan, seorang individu merokok. Tujuan utama merokok adalah untuk memperoleh atau menambah kenikmatan.
- b. Pengaruh negatif, yaitu merokok dapat meredakan emosi-emosi negatif yang dihadapi dalam hidupnya. Misalnya, ketika dalam keadaan cemas, individu merokok sehingga akan membuat kondisi fisiknya menjadi rileks, tenang dan santai.
- c. Habitual (ketergantungan fisiologis) ialah perilaku yang sudah menjadi kebiasaan. Secara fisik, individu merasa ketagihan untuk merokok dan ia tak dapat menghindar atau menolak permintaan yang berasal dari dalam diri (internal), dengan terus-menerus merokok baik dalam keadaan santai, hal itu akan menjadi suatu kebiasaan, bahkan menjadi gaya hidup.
- d. Ketergantungan psikologis, yaitu kondisi ketika individu selalu merasakan, memikirkan dan memutuskan untuk merokok terus menerus. Dalam keadaan apa saja dan dimana saja, ia selalu cenderung untuk merokok. Selain itu faktor yang mempengaruhi orang untuk merokok adalah:
  - a) Faktor lingkungan pergaulan

- b) Faktor lingkungan keluarga
- c) Faktor citra rokok yang “keren” mendorong remaja mencoba merokok
- d) Pengaruh idola dan sponsor suatu pertunjukan
- e) Faktor lingkungan sekolah.<sup>32</sup>

#### 4. Aspek-aspek Merokok

Merokok dapat merusak kesehatan organ pernafasan terutama paru-paru dan organ tubuh lainnya. Hal ini terbukti karena dalam rokok mengandung zat nikotin yang dapat meningkatkan tekanan darah yang akan membuat jantung memompa darah lebih banyak sehingga perokok tersebut mengalami serangan jantung. Aspek merokok dibedakan menjadi empat macam yaitu:

- a. Fungsi merokok dalam kehidupan sehari-hari, fungsi merokok dapat menggambarkan perasaan yang dialami oleh perokok, seperti perasaan positif ataupun negatif selain itu merokok juga berkaitan dengan masa mencari jati diri pada remaja. Perasaan positif seperti mengalami perasaan yang tenang dan nyaman ketika mengkonsumsi rokok.
- b. Intensitas merokok. Intensitas merokok dibagi menjadi tiga yaitu perokok berat, sedang dan ringan. Adapun penjelasannya sebagai berikut:
  - 1) Perokok berat adalah mereka yang merokok dari 21-31 batang perhari atau lebih dan selang waktu sejak bangun pagi berkisar antara 6-30 menit. Perokok jenis ini membutuhkan rokok setiap hari, tanpa rokok ia merasa lemas.

---

<sup>32</sup> Agoes Dariyo, “*Psikologi Perkembangan...*”, hlm 55.

- 2) Perokok sedang adalah mereka mampu menghabiskan 11-12 batang per hari dengan sela waktu 31-60 menit setelah bangun pagi. Golongan ini merupakan golongan umum sehingga pecandu rokok akan merokok ketika menonton TV, melamun atau berkumpul bersama teman-temannya. Pecandu rokok akan rata-rata membeli satu bungkus rokok untuk setiap harinya.
- 3) Perokok ringan menghabiskan sekitar 10 batang per hari dengan selang waktu 60 menit dari bangun pagi. Golongan perokok seperti ini merupakan golongan yang berkumpul dengan sesama perokok, golongan ini jarang menghabiskan satu bungkus rokok dalam jangka satu hari.<sup>33</sup>

c. Tempat merokok

Tipe perokok berdasarkan tempat ada dua, yaitu:

- 1) Merokok di tempat-tempat umum/ruang publik
  - a) Kelompok homogen (sama-sama perokok)

Kelompok homogen adalah kelompok yang menikmati merokok secara bergerombol. Umumnya kelompok perokok homogen ini masih menghargai orang lain, karena itu perokok homogen ini menempatkan diri di area merokok (*smoking area*).

- b) Kelompok heterogen

Kelompok heterogen ini biasanya kelompok perokok diantara orang lain yang tidak merokok, anak kecil, orang jompo, orang sakit, dan lain-lain. Perokok jenis heterogen ini merokok ditempat-tempat yang tergolong sebagai orang yang tidak berperasaan, tidak mempunyai tata karma,

---

<sup>33</sup> Agoes Dariyo, "Psikologi Perkembangan...", hlm 56.

bertindak kurang terpuji dan kurang sopan dan secara tidak langsung mereka tega menyebar “racun” kepada orang lain yang tidak bersalah.

2) Merokok di tempat-tempat yang bersifat pribadi

a) Kantor atau di kamar tidur pribadi

Perokok yang memilih tempat-tempat seperti ini sebagai tempat merokok digolongkan kepada individu yang kurang menjaga kebersihan diri, penuh rasa gelisah yang mencekam.

b) Toilet

Perokok jenis ini digolongkan sebagai orang yang suka berfantasi.<sup>34</sup>

## 5. Jenis-Jenis Rokok

Rokok sangat beragam bentuknya dan rokok terbuat dari kertas yang berukuran panjang berkisar antara 70 hingga 120 mm dengan diameter sekitar 10 mm yang berisi daun-daun tembakau yang telah dicacah. Rokok dibedakan menjadi beberapa jenis, yaitu sebagai berikut:

1. Rokok berdasarkan bahan pembungkus.

- a) Klobot, yaitu rokok yang bahan pembungkusnya berupa daun jagung.
- b) Kawung, yaitu rokok yang bahan pembungkusnya berupa daun aren.
- c) Sigaret, yaitu rokok yang bahan pembungkusnya berupa kertas.
- d) Cerutu, yaitu rokok yang bahan pembungkusnya berupa daun tembakau.

---

<sup>34</sup> A Mu'tadin, Z, “*Pengantar Pendidikan dan Ilmu Perilaku Kesehatan*”, (Yogyakarta: Andi Offset, 2002), hlm 16.

## 2. Rokok bersarakan bahan baku atau isi.

- a) Rokok putih, yaitu rokok yang bahan baku atau isinya hanya daun tembakau yang diberi saus untuuk mendapatkan efek rasa dan aroma tertentu.
- b) Rokok kretek, yaitu rokok yang bahan baku atu isinya berupa daun tembakau dan cengkej yang diberikan saus untuk mendapatkan efek rasa atau aroma tertentu.
- c) Rokok Klembek, yaitu rokok yaitu bahan baku atau isinya berupa daun tembakau, cengkeh dan kemenyan yang diberikan saus untuk mendapatkan efek rasa dan aroma tertentu.<sup>35</sup>

## 6. Racun pada Rokok

Racun yang terdapat di dalam kandungan rokok sangat berbahaya bagi kesehatan tubuh. Hal tersebut karena dalam kandung rokok mengandung zat nikotin yang membuat seseorang kecanduan yang mengakibatkan ketagihan. Racun pada rokok antara lain sebagai berikut:

- a. Tar merupakan subtansi hidrokarbon yang bersifat lengket dan menepel pada paru-paru.
- b. Nikotin adalah zat aditif yang bisa mempengaruhi syarat dan peredaran darah. zat ini bersifat karsinogen (pemicu tumbuhnya kanker).
- c. Karbon monoksida merupakan zat yang bisa menjadikan darah tidak mampu mengikat hemoglobin dalam darah, sehingga membuat darah tidak mampu mengikat oksigen. Rokok juga mengandung lebih adari empat ribu zat-zat dan dua ribu diantaranya telah dinyatakan berdampak tidak baik bagi kesehatan

---

<sup>35</sup> Agoes Dariyo, "Psikologi Perkembangan....", hlm 58.

kita, diantaranya adalah bahan radiokatif (*polonium-201*) dan bahan-bahan yang digunakan di dalam cat (*acetone*), pencuci lantai (*ammonia*), obat gegart (*naphthalene*), racun serangga (DDT), racun anai-anai (*arsenic*), gas beracun (*hydrogen cyanide*) yang digunakan di “kamar gas maut” bagi pesalah yang menjalani hukuman mati, serta masih banyak lagi.<sup>36</sup>

## 7. Tipe-Tipe Perokok

Perokok dapat dibedakan menjadi dua jenis, yaitu perokok aktif dan perokok pasif dengan penjelasan sebagai berikut:

- a. Perokok aktif ialah individu yang benar-benar memiliki kebiasaan merokok. Perokok aktif akan merokok setiap waktu dan rata-rata menghabiskan satu bungkus rokok tiap harinya.
- b. Perokok pasif, yaitu individu yang tak memiliki kebiasaan merokok namun terpaksa harus menghisap asap rokok yang diembuskan orang lain yang secara kebetulan ada di dekatnya. Baik perokok aktif maupun perokok pasif sama-sama mempunyai resiko terkena kanker maupun penyakit jantung. Perokok pasif mempunyai resiko tiga kali lebih parah dari pada perokok aktif dikarenakan asapnya yang bertebaran di udara melalui filter rokok.<sup>37</sup>

## 8. Strategi Mengatasi Kebiasaan Merokok

Sangat sulit untuk menghilangkan kebiasaan merokok yang sudah menjadi suatu kegiatan rutinitas sehari-hari. Tetapi tidak mustahil untuk menghilangkan

---

<sup>36</sup> Wismanto, “*Strategi Penghentian Perilaku Merokok*”, (Semarang: Universitas Soegijaprana), hlm 34.

<sup>37</sup> Wismanto, “*Strategi Penghentian...*”, hlm 35.

kebiasaan merokok. Adapun strategi untuk menghilangkan kebiasaan merokok ada beberapa cara yaitu:

a. Pemantauan Diri

Kemampuan individu untuk mengamati dan mengevaluasi sudah sejauh mana dirinya memiliki perilaku kebiasaan merokok. Pemantauan diri yang baik akan menumbuhkan kesadaran yang mendorong individu pada suatu pertobatan, artinya individu menyadari akan akibat-akibat buruk yang dapat merugikan diri sendiri baik secara finansial maupun kesehatan.

b. Kontrol Diri

Usaha individu untuk mengatur dan mengontrol rangsangan yang muncul dari dalam diri maupun dari luar diri seorang individu. Kontrol stimulus yang baik ditandai dengan sikap asertif, yaitu keberanian untuk menolak tawaran-tawaran yang berasal dari lingkungan eksternal, yaitu sering mengajak individu untuk menolak.

c. Mengganti Respons

Kemampuan individu mengganti respon ketika menghadapi suatu rangsangan yaitu mengarahkan dirinya merokok. Bila rangsangan itu muncul individu segera memutuskan untuk tidak menurutinya, tetapi diganti perilaku yang lain melakukan kontrak perjanjian dengan orang lain.<sup>38</sup>

Suatu kesepakatan yang dibuat antara dirinya dan orang lain dengan tujuan untuk menghentikan kebiasaan merokok orang lain bisa teman sendiri, orang tua

---

<sup>38</sup> Agoes Dariyo, "*Psikologi Perkembangan...*", hlm 20.

atu tenaga professional. Untuk lebih efektivitasnya, perlu perjanjian dengan alih professional agar ia benar-benar dapat menempati janji tersebut secara efektif.

Banyak peserta didik-peserta didik yang tidak menyadari bahwa nikotin termasuk zat aktif yang menyebabkan ketergantungan layaknya heroin, kokain dan lain sebagainya. Padahal bahaya konsumsi merokok telah banyak disampaikan dengan sangat jelas pada setiap bungkus rokok. Mereka sadar bila mereka telah merasa jenuh mereka akan berhenti merokok. Namun tetap dibutuhkan suatu layanan untuk mengurangi perilaku merokok.<sup>39</sup>

### **9. Dampak Merokok**

Merokok dapat menimbulkan dampak pada kesehatan manusia, baik dampak langsung maupun efek menahun. Adapun dampak negatif dari rokok bagi remaja (pelajar) yaitu sebagai berikut:

- a) Menyebabkan berbagai penyakit seperti: kanker rongga mulut, kanker paru-paru, sesak nafas, serangan jantung, ginjal dan dapat mengganggu kehamilan.
- b) Mengakibatkan efek kecanduan
- c) Dapat mengganggu konsentrasi pada saat belajar.

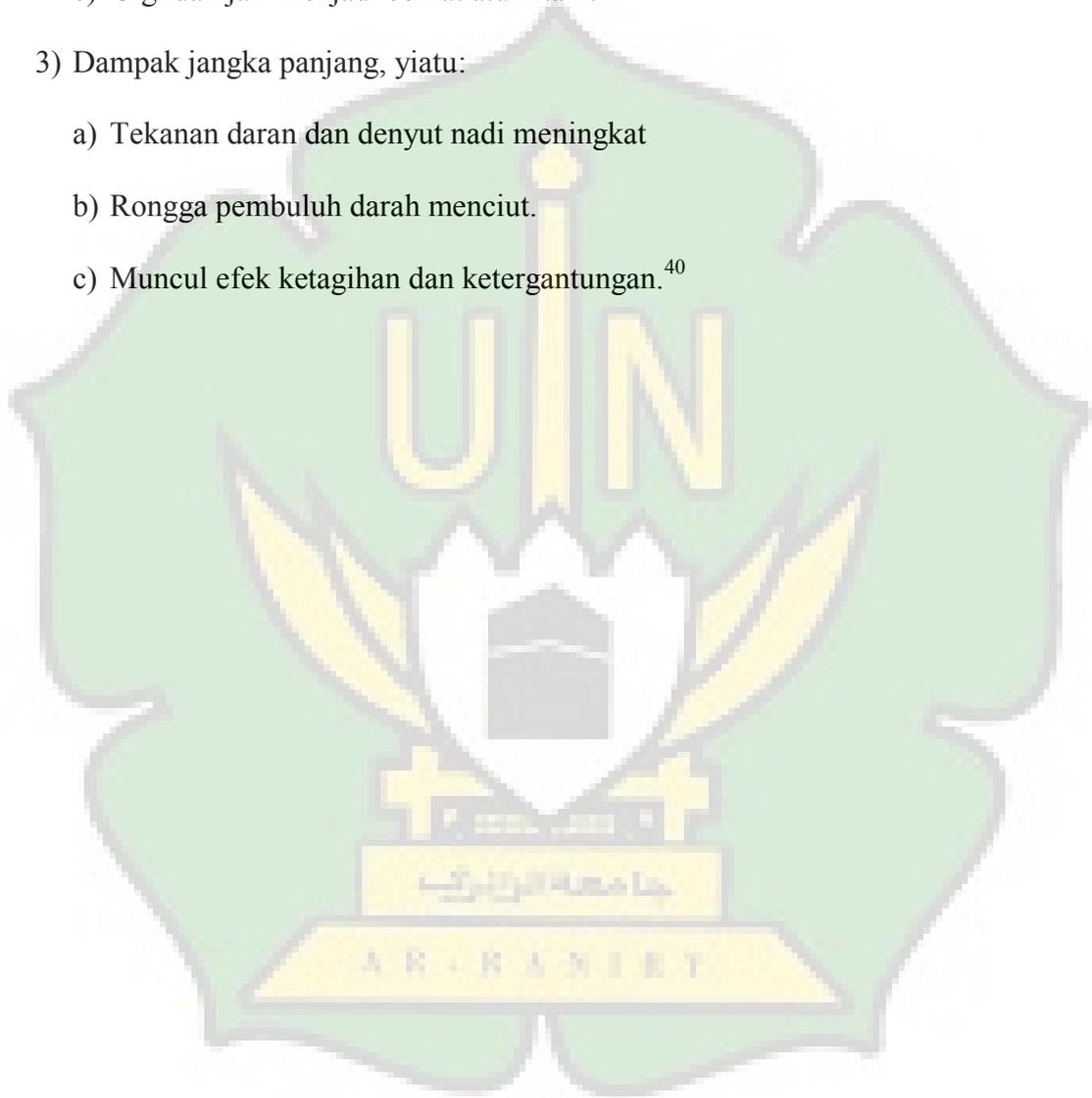
Dampak ini bisa terkena pada perokok aktif maupun pasif, yaitu sebagai berikut:

- 1) Dampak langsung merokok, yaitu:
  - a) Rambut, baju dan badan berbau.
  - b) Denyut nadi dan tekanan darah meningkat.
  - c) Peristaltik usus meningkat dan nafsu makan menurun.

---

<sup>39</sup> Hasnan Rahman, Giyono, dan Ratna Widiastuti, "Penggunaan Layanan Konseling Kelompok dalam Mengurangi Perilaku Merok Peserta didik Kelas", dalam *Jurnal Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung* Vol 1, No. 1, 2011, hlm 4.

- 2) Dampak jangka pendek (segera), yaitu:
- a) Sirkulasi darah kurang baik
  - b) Suhu ujung-ujung jari (tangan atau kaki) menurun.
  - c) Gigi dan jari menjadi coklat atau hitam.
- 3) Dampak jangka panjang, yaitu:
- a) Tekanan darah dan denyut nadi meningkat
  - b) Rongga pembuluh darah menciut.
  - c) Muncul efek ketagihan dan ketergantungan.<sup>40</sup>



---

<sup>40</sup> Sitepoe, “*Kekhususan Rokok Indonesia*”, (Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia 2000).

## BAB III METODE PENELITIAN

### A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian lapangan (*field research*) dengan menggunakan metode kuantitatif. Metode kuantitatif yaitu metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian.<sup>41</sup>

Metode yang akan peneliti gunakan dalam penelitian adalah rancangan metode eksperimen, yang artinya mengidentifikasi atau menunjukkan adanya suatu pengujian (tes).<sup>42</sup> Jenis yang peneliti ambil di dalam metode eksperimen adalah *pre-Experimental* (pra-eksperimen) dengan desain *One Group Pre-test Post-test-Design* yang artinya melihat perbandingan sebelum dan sesudah diberikannya perlakuan.<sup>43</sup> Desainnya sebagai tabel 3.1 di bawah ini:

**Tabel 3.1**  
**Desain One Group Pre-Test-Post-Test**

<i>Pre-Test</i>	Variable Terikat	<i>Post-Test</i>
O1	X	O2

(Sumber: Juliansyah Noor, 2013)

Keterangan:

- O1 = Kondisi awal perilaku merokok pada peserta didik sebelum diberikan perlakuan (*pre-test*)
- X = Adanya perlakuan dengan menggunakan bimbingan kelompok
- O2 = Kondisi akhir perilaku merokok pada peserta didik setelah diberikan perlakuan (*post-test*).

---

<sup>41</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D)*, (Bandung: Alfabeta, cv, 2016), hlm 14.

<sup>42</sup> Nyoman Dantes, *Metode Penelitian*, (Yogyakarta: ANDI, 2012), hlm 94.

<sup>43</sup> Juliansyah Noor, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta: Kencana, 2013), hlm 115.

Pada desain tabel 3.1 di atas, peneliti melakukan satu kali pengukuran pada suatu objek di depan (*pre-test*) sebelum adanya pelakuan (*treatment*), kemudian peneliti memberikan perlakuan (*treatment*) tertentu sebanyak 3 kali dan setelah itu dilakukan pengukuran lagi untuk kedua kalinya (*post-test*).

## **B. Lokasi, Populasi Sampel Penelitian**

### **1. Lokasi**

Lokasi penelitian adalah SMA Negeri 1 Darul Imarah Tahun Ajaran 2019/2020. Berdasarkan hasil dari pengamatan studi pendahuluan yang dilakukan, jumlah Guru Bimbingan dan Konseling (BK) di SMA Negeri 1 Darul Imarah berjumlah 3 orang.

### **2. Populasi**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.<sup>44</sup> Populasi adalah seluruh data yang menjadi perhatian kita dalam suatu ruang lingkup dan waktu yang kita tentukan.<sup>45</sup>

Menurut Rusdin Pohan, populasi adalah keseluruhan dari objek peneliti.<sup>46</sup> Jadi populasi adalah keseluruhan obyek penilaian yang terdiri dari benda-benda, hewan, tumbuh-tumbuhan, gejala-gejala, tes nilai, atau peristiwa-peristiwa sebagai sumber data yang memiliki karakteristik tertentu.

---

<sup>44</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian ...*, hlm 117.

<sup>45</sup> S. Margono, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2005), hlm 118

<sup>46</sup> Burhan Bung, *Metodologi Penelitian Kuantitatif*, (Jakarta: Kencana, 2009), hlm 99.

Populasi dalam penelitian ini yaitu peserta didik yang memiliki karakteristik tertentu

Populasi dalam penelitian ini yaitu peserta didik kelas XI IPS 1, kelas XI IPS 2, XI IPA 2 dan XI IPA 3. Pertimbangan memilih kelas XI tersebut karena telah melakukan observasi awal kepada guru bimbingan dan konseling. Jumlah populasi dapat dilihat dalam table 3.2 di bawah ini:

**Tabel 3.2**  
**Jumlah Populasi Peserta Didik**  
**Kelas XI SMA Negeri 1 Darul Imarah**

No	Kelas	Jumlah Peserta Didik
1	XI IPS 1	28
2	XI IPS 2	24
3	XI IPA 2	25
4	XI IPA 3	24
<b>Jumlah</b>		<b>101</b>

(Sumber: Data sekolah, 2020)

### 3. Sampel

Sampel juga merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Kemudian dalam menentukan sampel dari populasi yang akan diteliti, peneliti berpijak pada standart Harsimi Arikunto, yaitu apabila subyek atau populasi kurang dari seratus lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi dan jika subyeknya lebih dari itu maka dapat diambil sampel antara 10 – 15% atau 20 – 25% atau lebih.<sup>47</sup>

SMA Negeri 1 Darul Imarah Aceh Besar memiliki jumlah siswa 541 siswa. Muatan lokal untuk kelas X di SMA Negeri 1 Darul Imarah berjumlah

---

<sup>47</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*, ( Jakarta: PT. Rineka Cipta.2002) hlm 155

8 kelas yaitu termasuk kelas MIPA dan IPS, kelas XI terdapat 8 kelas yaitu termasuk kelas MIPA dan IPS, dan kelas XII terdapat 7 kelas yang sudah termasuk juga MIPA dan IPS. Penelitian evaluasi ini mengambil kelas XI yang memiliki kelas berjumlah 8 kelas, karena kondisi sekolah yang sedang dalam pembangunan jadi sekolah menerapkan sekolah persift, maka disini peneliti mengambil 4 kelas dari kelas XI. Jumlah siswa kelas XI adalah 108 siswa. Dari populasi tersebut diambil 10 % dari populasi sehingga jumlah sampelnya adalah  $10\% \times 101 \text{ siswa} = 9 \text{ siswa}$ . Sampel yang akan diambil berjumlah 9 orang. Alasan peneliti menggunakan 10% pada penentuan ukuran jumlah sampel karena:

- a. Jumlah siswa 101 tidak mungkin diambil semua menjadi sampel.
- b. Agar semua kelas terwakili menjadi sampel.

Adapun teknik pengambilan sampel, dengan menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*.<sup>48</sup> Alasan menggunakan teknik ini karena yang menjadi populasi dalam penelitian ini hanya siswa kelas XI yang diambil 4 kelas. Agar semua kelas dapat terwakili, maka sampel diambil dari masing-masing kelas dengan proporsi sama. Prosedur pengambilan sampel adalah dengan cara undian. Alasan menggunakan undian adalah bagi peneliti cukup sederhana dan memungkinkan ketidakadilan dapat dihindari. dari teori diatas, maka dalam penelitian ini mengambil sampel sebesar 10% sehingga ditemukan sampel sebesar dari jumlah keseluruhan populasi adalah 9 siswa karena jumlah keseluruhan populasi adalah 101 siswa.

---

<sup>48</sup> Sugiyono. 2010. Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta, hlm 54.

Sampel dalam penelitian ini berjumlah 9 peserta didik. Jumlah sampel dapat dilihat dalam tabel 3.3 di bawah ini:

**Tabel 3.3**  
**Jumlah Anggota Sampel Peserta Didik**  
**Kelas XI SMA Negeri 1 Darul Imarah**

No	Kelas	Jumlah Peserta Didik	Persentase	Sampel
1	XI IPS 1	28	10%	3
2	XI IPS 2	24	10%	2
3	XI IPA 2	25	10%	2
4	XI IPA 3	24	10%	2
<b>Jumlah</b>		<b>101</b>		<b>9</b>

Berdasarkan tabel 3.3 di atas, alasan pemilihan peserta didik dalam penelitian ini, berdasarkan hasil observasi awal dan informasi langsung dari guru bimbingan dan konseling.

### C. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati.<sup>49</sup> Instrumen yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah *skala likert* dan lembar observasi. *Skala Likert* yang digunakan yaitu untuk mengukur sikap, persepsi, pendapat seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial.<sup>50</sup> *Skala likert* dalam penelitian ini dengan bentuk *checklist*.

Lembar observasi dalam penelitian ini adalah prosedur penerapan bimbingan kelompok untuk mengurangi perilaku merokok pada peserta didik. Dimana lembar observasi dalam penelitian ini berbentuk *checklist*. Setiap butir-

<sup>49</sup> Sugiyono, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Alfabeta, 2009), hlm 118.

<sup>50</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian ....*, hlm 134.

butir pernyataan di dalam instrumen merupakan gambaran tentang perilaku merokok pada peserta didik.

Kisi-kisi instrumen perilaku merokok pada peserta didik dikembangkan dari bentuk-bentuk perilaku merokok. Dimana di dalam kisi-kisi instrumen ini terdapat variabel, indikator, sub indikator, pernyataan positif (*favorable*), pernyataan negatif (*unfavorable*) total jumlah item pernyataan. Jumlah item pernyataan positif (*favorable*) sebanyak 19, dan item pernyataan negatif (*unfavorable*) sebanyak 25 sehingga total keseluruhan menjadi 44 item pernyataan.

Kisi-kisi instrumen perilaku merokok pada peserta didik dapat dilihat pada tabel 3.4 di bawah ini:

**Tabel 3. 4**  
**Kisi-kisi Instrumen Perilaku Merokok Peserta Didik**

Variabel	Indikator	Sub Indikator	Pernyataan		Total
			+	-	
Perilaku Merokok	Alasan Merokok	Pengaruh Positif	7, 8, 9	1, 2, 3, 4, 5, 6	9
		Pengaruh Negatif	12	10, 11	3
		Habitual (ketergantungan fisiologis)	15	13, 14	3
		Faktor Keluarga	19, 20	16, 17, 18	5
		Faktor Pergaulan	23, 24, 25	21, 22	5
	AspekAspek Merokok	Fungsi merokok dalam kehidupan sehari-hari	27	26	2
		Intensitas merokok	30, 31	28, 29	4
		Tempat merokok	34, 35	32, 33	4
		Waktu merokok	36, 37, 38, 39	40, 41, 42, 43, 44	9
<b>Jumlah Total Keseluruhan</b>					<b>44</b>

(Mikrosoft Word 2010)

Berdasarkan tabel 3.4 di atas, terlihat dari aspek-aspek perilaku merokok terdapat 44 item pernyataan, yang terdiri dari 19 item *favorable* (positif) dan 25 item *unfavorable* (negatif). Butir pernyataan *favorable* (positif) pada alternatif jawaban pada peserta didik diberi skor 1-5. Apabila peserta didik menjawab pada kolom Selalu (SL) diberi skor 5, kolom Sering (SR) diberi skor 4, kolom Kadang-Kadang (KK) diberi skor 3, kolom Jarang (JR) diberi skor 2, dan pada kolom Tidak Pernah (TP) diberi skor 1. Dalam penelitian ini peneliti akan menggunakan teknik pengumpulan data yaitu; angket atau kuesioner dan dokumentasi. Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya diberi skor 1.

Butir pernyataan *unfavorable* (negatif) apabila peserta didik menjawab pada kolom Selalu (SL) diberi skor 1, kolom Sering (SR) diberi skor 2, kolom Kadang-Kadang (KK) diberi skor 3, kolom Jarang (JR) diberi skor 4, dan pada kolom Tidak Pernah (TP) diberi skor 5. Semakin tinggi alternatif peserta didik maka semakin rendah tingkat perilaku merokok pada peserta didik, dan apabila semakin rendah alternatif jawaban pada peserta didik maka semakin tinggi tingkat perilaku merokok pada peserta didik. Ketentuan pemberian skor perilaku merokok pada peserta didik dapat dilihat pada tabel 3.5 di bawah ini:

**Tabel 3.5**  
**Kategori Pemberian Skor Alternatif Jawaban**

No	Pilihan Jawaban	Bobot Nilai	
		<i>Favourable (+)</i>	<i>Unfavourable (-)</i>
	Selalu (SL)	5	1
	Sering (SR)	4	2

	Kadang-Kadang (KK)	3	3
	Jarang (JR)	2	4
	Tidak Pernah (TP)	1	5

Sebelum digunakan sebagai instrumen penelitian. Peneliti terlebih dahulu melakukan tahapan validitas instrumen. Validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas konstruk dilakukan penimbangan oleh 2 orang dosen ahli yaitu Ibu Asriyana, M.Pd, Ibu Wanty Khaira, M.Ed, untuk menguji kelayakan instrumen. Masukan dari dosen ahli dijadikan landasan dalam penyempurnaan alat pengumpulan data yang dibuat.

### 1. Validitas instrumen

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan dan keshahihan suatu instrumen. Suatu instrumen yang valid atau shahih mempunyai validitas tinggi. Sebaliknya, instrumen yang kurang valid berarti memiliki validitas rendah. Valid berarti bahwa instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur.<sup>51</sup>

Uji validitas merupakan suatu ukuran yang menunjukkan tingkat keandalan atau keabsahan suatu alat ukur.<sup>52</sup> Uji Validitas diuji cobakan pada Peserta didik Banda Aceh pada tanggal 30 November 2020 yang berjumlah 30 Peserta didik. Pengujian validitas butir item yang dilakukan dalam penelitian adalah seluruh item yang terdapat dalam skala perilaku merokok pada peserta didik. Pengolahan data dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan

---

<sup>51</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), hlm 211.

<sup>52</sup> Sunjoyo, dkk, *Aplikasi SPSS untuk Smart Riset (Program IBM SPSS 21.0)*, (Bandung: Alfabeta, 2013), hlm 38.

program SPSS versi 20. Lebih jelasnya hasil perhitungan validitas dengan menggunakan rumus *product moment* dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N\sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N\sum X^2 - (\sum X)^2][N\sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan:

$r_{xy}$  : Koefisien korelasi antara variable x dan variabel y, dua variable yang dikorelasikan (*product moment*)

N : *Number of Cases*.

$\sum XY$  : Jumlah hasil perkalian antara skor X dan skor Y

$\sum X$  : Jumlah seluruh skor X

$\sum Y$  : Jumlah seluruh skor Y<sup>53</sup>

Selanjutnya, hasil dari perhitungan validitas tersebut dianalisis dengan menggunakan tabel koefisien korelasi jika  $r$  hitung  $\geq r$  tabel (uji dua sisi dengan signifikansi 0.05) maka instrument tersebut berkorelasi signifikan terhadap skor total dan dinyatakan valid. Namun sebaliknya, apabila  $r$  hitung  $\leq r$  tabel (uji dua sisi dengan signifikansi 0.05) maka instrumen tersebut tidak berkorelasi signifikan terhadap skor total, dan ini berarti instrument tersebut dinyatakan tidak valid.

Pengujian validitas dilakukan terhadap 44 item pernyataan dengan jumlah subjek 30 peserta didik. Dari item pernyataan diperoleh item pernyataan yang valid dan item tidak valid. Hasil uji validitas butir item dapat dilihat pada table 3.6 di bawah ini:

**Tabel 3.6**  
**Hasil Uji Validitas Butir Item**

Kesimpulan	Item	Jumlah
Valid	1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 19, 20, 21, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 36, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44	37
Tidak Valid	5, 17, 18, 22, 23, 35, 37	7

<sup>53</sup> Subaca, *Statistik Pendidikan*, (Bandung: Pustaka Setia, 2005), hlm 148.

Hasil perhitungan validasi dengan menggunakan rumus *product moment* terdapat pada table berikut:

**Tabel 3.7**  
**Skor r tabel dan r hitung Hasil Uji Validitas Butir Item**

No Pernyataan	r-tabel	r-hitung	Kesimpulan	Keterangan
1	0,361	0,589	Valid	Dipakai
2	0,361	0,841	Valid	Dipakai
3	0,361	0,721	Valid	Dipakai
4	0,361	0,457	Valid	Dipakai
5	0,361	0,303	Invalid	Dibuang
6	0,361	0,536	Valid	Dipakai
7	0,361	0,476	Valid	Dipakai
8	0,361	0,455	Valid	Dipakai
9	0,361	0,447	Valid	Dipakai
10	0,361	0,601	Valid	Dipakai
11	0,361	0,539	Valid	Dipakai
12	0,361	0,770	Valid	Dipakai
13	0,361	0,697	Valid	Dipakai
14	0,361	0,853	Valid	Dipakai
15	0,361	0,397	Valid	Dipakai
16	0,361	0,528	Valid	Dipakai
17	0,361	0,153	Invalid	Dibuang
18	0,361	0,215	Invalid	Dibuang
19	0,361	0,502	Valid	Dipakai
20	0,361	0,843	Valid	Dipakai
21	0,361	0,681	Valid	Dipakai
22	0,361	0,295	Invalid	Dibuang
23	0,361	0,159	Invalid	Dibuang
24	0,361	0,549	Valid	Dipakai
25	0,361	0,625	Valid	Dipakai
26	0,361	0,876	Valid	Dipakai
27	0,361	0,773	Valid	Dipakai
28	0,361	0,636	Valid	Dipakai
29	0,361	0,783	Valid	Dipakai
30	0,361	0,787	Valid	Dipakai
31	0,361	0,609	Valid	Dipakai
32	0,361	0,729	Valid	Dipakai
33	0,361	0,712	Valid	Dipakai
34	0,361	0,539	Valid	Dipakai
35	0,361	0,272	Invalid	Dibuang
36	0,361	0,371	Valid	Dipakai

37	0,361	0,355	Invalid	Dibuang
38	0,361	0,444	Valid	Dipakai
39	0,361	0,864	Valid	Dipakai
40	0,361	0,648	Valid	Dipakai
41	0,361	0,704	Valid	Dipakai
42	0,361	0,801	Valid	Dipakai
43	0,361	0,577	Valid	Dipakai
44	0,361	0,849	Valid	Dipakai

(Sumber: Microsoft word 2010)

## 2. Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas adalah konsistensi atau kestabilan skor suatu instrumen penelitian terhadap individu yang sama, dan diberikan dalam waktu yang berbeda.<sup>54</sup> Reliabilitas berarti keterpercayaan atau keandalan, dimana suatu instrumen dapat dinyatakan andal dan terpercaya apabila instrumen tersebut dapat memberikan hasil yang sama setelah berkali-kali dilakukan pengukuran terhadap responden. Reliabilitas penting dilakukan agar dapat menentukan kualitas instrumen yang dikembangkan serta dapat diketahui apakah suatu instrumen layak untuk digunakan atau sebaliknya. Sebagai tolak ukur untuk menginterpretasikan derajat reliabilitas, maka dapat berpedoman pada ketentuan yang tertera pada tabel 3.8 di bawah ini:<sup>55</sup>

**Tabel 3.8**  
**Interval Koefisien Derajat Reliabilitas**

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00-0,199	Sangat Rendah
0,20-0,399	Rendah
0,40-0,599 S	Sedang
0,60-0,799	Kuat
0,80-1,000	Sangat Kuat

(Sumber: Sugiyono, 2009)

<sup>54</sup> Muri Yusuf, *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Penelitian Gabungan*, (Jakarta: Fajar Interpratama Mandiri, 2014), hlm 234-242.

<sup>55</sup> Sugiyono, *Statistika Untuk Penelitian*, (Bandung: Alfabeta, 2009), hlm 231.

Berdasarkan tabel 3.8 di atas, dijelaskan bahwa jika hasil reliabilitas 0,00-0,199 maka tingkat reliabilitas kategori sangat rendah, jika 0,20-0,399 maka tingkat reliabilitas kategori rendah, jika 0,40-0,599 maka tingkat reliabilitas kategori sedang, jika 0,60-0,799 maka tingkat reliabilitas kategori kuat dan jika 0,80-1,000 maka tingkat reliabilitas kategori sangat kuat.

Untuk dapat mengetahui nilai *cronbach's alpha* maka dilihat hasil dari output SPSS seri 20 pada tabel 3.9 di bawah ini:

**Tabel 3.9**  
***Cronbach's Alpha***  
**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	<i>N of Items</i>
.914	37

(Sumber: Output SPSS Versi 20)

Berdasarkan tabel 3.9, maka dapat diketahui bahwa nilai *cronbach's alpha* adalah 0,914 dari 37 item instrumen.

Hasil reliabilitas *cronbach's alpha* untuk skala kecemasan *performa* dan kategori reliabilitas dijelaskan kembali dalam tabel 3.9 di bawah ini:

**Tabel 3.10**  
**Hasil Uji Reliabilitas Skala Perilaku Merokok**

Variable	<i>Cronbach's Alpha</i>	N of Items	Tafsiran
Perilaku Merokok	.914	37	Reliabilitas Kuat

Berdasarkan tabel 3.10 di atas terdapat nilai *cronbach's alpha* sebesar 0,914 dari jumlah 37 item pernyataan, maka tolak ukur yang telah dijelaskan di atas dapat disimpulkan bahwa item-item pernyataan masuk ke dalam derajat reliabilitas kuat. Maka item-item pernyataan yang telah valid tersebut dapat digunakan untuk pelaksanaan penelitian.

## D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah untuk mendapatkan data.<sup>56</sup> Upaya pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan skala dan observasi.

### 1. Skala

Skala adalah Instrumen penelitian yang digunakan dalam *skala likert* dapat dibuat dalam bentuk *check list*. *Skala likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Peneliti dapat memperoleh berbagai fakta dan opini mengenai peserta didik yang diteliti melalui skala. Peserta didik diminta memilih salah satu pilihan jawaban dengan memberi tanda checklist yang telah disediakan. Pilihan jawaban yang diminta adalah jika deskripsi yang diberikan sesuai dengan kondisi yang sebenarnya.

### 2. Observasi

Observasi adalah kegiatan pengamatan (pengambilan data) untuk memotret seberapa jauh efek tindakan telah mencapai sasaran.<sup>57</sup> Observasi adalah cara untuk mengumpulkan data yang diinginkan dengan jalan mengadakan pengamatan secara langsung.<sup>58</sup>

---

<sup>56</sup> Ahmad Nizar Rangkuti, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Citapustaka Media, 2014), hlm 120.

<sup>57</sup> Kunandar, *Langkah Mudah Penelitian Tindakan Kelas*, (Jakarta: PT. Rajawali Pers, 2010), hlm 143.

<sup>58</sup> H.M. Umar, *Bimbingan dan Penyuluhan*, (Bandung: CV Pustaka Setia, 2001), hlm 123.

Pengamatan adalah suatu teknik penilaian yang dilakukan seseorang untuk mengamati ketercapaian indikator perilaku atau aspek tertentu dengan menggunakan indra, baik secara langsung maupun tidak langsung kepada individu atau kelompok.

Berdasarkan permasalahan ini, peneliti menggunakan teknik observasi dengan jenis nonpartisipasi (*nonparticipant observation*). Jadi observasi nonpartisipan adalah observasi yang menjadikan peneliti berperan sebagai penonton.

### **E. Tehnik Analisis Data**

Analisis data juga merupakan proses pengorganisasian data ke dalam bentuk suatu pola, kategori dan satuan uraian dasar sehingga ditemukan jawaban dari tujuan penelitian.<sup>59</sup> Analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul.

#### **1. Uji Normalitas**

Uji normalitas bertujuan untuk menguji apakah data berdistribusi normal atau tidak. Pengujian normalitas data menggunakan bantuan *software SPSS versi 20* dengan uji statistik *Kolmogorov-Smirnov*.<sup>60</sup> Hipotesis dari uji normalitas adalah sebagai berikut:

Ho: Data berdistribusi normal ( $\text{sig.} > 0.05$ ).

Ha: Data tidak berdistribusi normal ( $\text{sig.} < 0.05$ ).<sup>61</sup>

---

<sup>59</sup> Marzuki, *Metodologi Riset*, (Yogyakarta: Fakultas Ekonomi UI, 1989), hlm 89.

<sup>60</sup> Jonathan Sarwono dan Hendra Nur Salim, *Prosedur-Prosedur Populer Statistik Untuk Analisis Data Riset Skripsi*, (Yogyakarta: Gava Media, 2017), hlm 135.

<sup>61</sup> Setia Prama, dkk, *Dasar-Dasar Statistika Dengan Software R Konsep dan Aplikasi*, (Bogor: Penerbit In Media, 2016), hlm169.

Tahapan kriteria pengujian yang diambil berdasarkan nilai probabilitas adalah jika probabilitas ( $sig$ )  $> 0,05$ , maka  $H_0$  diterima dan jika probabilitas ( $sig$ )  $< 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak.<sup>62</sup> Jika nilai probabilitas lebih besar dari 0,05 maka  $H_0$  diterima dan jika nilai probabilitas lebih kecil dari 0,05 maka  $H_0$  di tolak. Untuk membuktikan normalitas data maka diuji dengan menggunakan SPSS.

### 1. Uji-T

Skor t hasil penelitian menggunakan program SPSS versi 20 dengan menggunakan teknik analisis *Paired-Samples T-Test*. Uji-t bertujuan mengkaji efektivitas suatu perlakuan (*treatment*) dalam mengubah suatu perilaku dengan cara membandingkan antara sebelumnya dengan keadaan sesudah perlakuan.<sup>63</sup> Kriteria pengujian yang digunakan adalah sebagai berikut:

Jika  $sig > 0.05$  maka  $H_a$  diterima, dilain pihak  $H_0$  ditolak  
Jika  $sig < 0.05$  maka  $H_a$  ditolak, dilain pihak  $H_0$  diterima

---

<sup>62</sup> Syofian Siregar, *Statistik Parametrik untuk Penelitian Kuantitatif*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2014), hlm 153-167.

<sup>63</sup> Furqon, *Statistik Terapan Untuk Penelitian*, (Bandung: Alfabeta, 2009), hlm 198.

**BAB IV**  
**HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

**A. Hasil Penelitian**

Bagian hasil penelitian mendeskripsikan hasil penelitian mengenai penyelenggaraan layanan bimbingan kelompok untuk mengurangi perilaku merokok peserta didik di SMA Negeri 1 Darul Imarah Aceh Besar.

**1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

**Table 4.1**  
**Profil SMA Negeri 1 Darul Imarah**

No	Nama	Keterangan
1	Nama Sekolah	SMA Negeri 1 Darul Imarah
2	Alamat	- Jalan Soekarno-Hatta Km. 3 - Kode Pos 23352. - Desa Lampeuneurut Gampong. - Kecamatan Darul Imarah - Kabupaten Aceh Besar - Provinsi Aceh
3	Nomor Telepon	(0651) 42908
4	Nomor Statistik Sekolah (NSS)	33.1.060.1.05.016
5	Nomor Identitas Sekolah (NIS)	300160
6	Nomor Rutin Sekolah (NRS)	4251
7	Jenjang Akreditasi	A
8	Status	Gedung Sendiri
9	Jenis Bangunan	Permanen
10	Luas Tanah	10.677 m <sup>2</sup>
11	Luas Gedung Bangunan	1.282 m <sup>2</sup>
12	Luas Halaman	5.386 m <sup>2</sup>
13	Luas Jalan	120 m <sup>2</sup>
14	Luas Taman	500 m <sup>2</sup>
15	Luas Kebun	3.389 m <sup>2</sup>
16	Jumlah Ruang Belajar	22 Kelas
17	Jumlah Jam Pelajaran Per-Minggu	42 jam/kelas
18	Jumlah Siswa	544 Orang
19	Jumlah Guru Tetap	53 Orang

20	Jumlah Pegawai Tetap	6 Orang
21	Jumlah Guru Bantu	- Orang
22	Jumlah GTT/Honor	9 Orang
23	Jumlah PTT/Honor	3 Orang
24	Penjaga Sekolah (Honor)	1 Orang
25	Satpam Tetap	0 Orang
26	Satpam (honor)	2 Orang

## 2. Visi Misi Dan Tujuan Sekolah

- a. Visi  
”Berkarakter, Cerdas, Terampil Berdasarkan IPTEK dan IMTAQ”
- b. Misi
  - 1) Menciptakan budaya dan lingkungan kelas yang menumbuhkembangkan karakter.
  - 2) Menciptakan pembelajaran yang unggul sesuai dengan tujuan pendidikan nasional.
  - 3) Membangun kecakapan hidup siswa sesuai bakat, minat dan tuntutan zaman.
  - 4) Membudayakan sekolah hijau, bersih, sehat, indah, nyaman dan aman.
  - 5) Meningkatkan profesionalisme pendidikan dan tenaga pendidikan yang unggul dan bermutu.
  - 6) Meningkatkan peran serta masyarakat untuk mendukung program pendidikan di sekolah.
- c. Moto  
“Mengolah Potensi Mewujudkan Prestasi”
- d. Tujuan
  - 1) Membekali warga sekolah yang memiliki kecerdasan emosional, sosial dan spiritual berdasarkan keimanan kepada Allah SWT.
  - 2) Melaksanakan pembelajaran bimbingan dan latihan sesuai dengan peraturan yang berlaku.
  - 3) Menghasilkan kelulusan yang memiliki kualitas kecerdasan intelektual sehingga mampu berkompetitif dan berkooperatif di masa depan.
  - 4) Menjadi pusat pengembangan logika, etika estetika dan kinestetika menuju kehidupan lokal nasional regional dan global yang harmonis.
  - 5) Menjalin hubungan dengan masyarakat dan pemangku kepentingan lainnya dengan prinsip saling menguntungkan.
  - 6) Mewujudkan perilaku yang berwawasan lingkungan hidup pada masa kini dan masa depan.

**Table 4.2**  
**Jumlah Siswa SMP 1 Darul Imarah**

No	Kelas	LK	PR	Jumlah
1.	X MIPA-1	17	9	26
	X MIPA-2	13	9	22
	X MIPA-3	13	10	23
	X MIPA-4	9	14	23
	X MIPA-5	7	15	22
	X IPS-1	11	13	24
	X IPS-2	12	11	23
	X IPS-3			
	<b>Jumlah Kelas I</b>	<b>82</b>	<b>81</b>	<b>163</b>
2.	XI-IPA <sub>1</sub>	6	15	21
	XI-IPA <sub>2</sub>	8	17	25
	XI-IPA <sub>3</sub>	10	17	24
	XI-IPA <sub>4</sub>	8	17	25
	XI-IPA <sub>5</sub>	6	15	21
	<b>Jumlah Kelas XI-IPA</b>	<b>38</b>	<b>81</b>	<b>119</b>
3	XI-IPS <sub>1</sub>	13	15	28
	XI-IPS <sub>2</sub>	14	10	24
	XI-IPS <sub>3</sub>	11	14	25
	<b>Jumlah Kelas XI-IPS</b>	<b>38</b>	<b>38</b>	<b>196</b>
	<b>Jumlah Kelas XI</b>	<b>76</b>	<b>120</b>	<b>196</b>
4	XII-IPA <sub>1</sub>	9	17	26
	XII-IPA <sub>2</sub>	12	14	26
	XII-IPA <sub>3</sub>	14	13	27
	XII-IPA <sub>4</sub>	9	18	27
	<b>Jumlah Kelas XII IPA</b>	<b>44</b>	<b>62</b>	<b>106</b>
5	XII-IPS <sub>1</sub>	16	13	29
	XII-IPS <sub>2</sub>	12	11	23
	XII-IPS <sub>3</sub>	11	16	27
	<b>Jumlah Kelas XII IPS</b>	<b>39</b>	<b>40</b>	<b>79</b>
	<b>Jumlah Kelas XII</b>	<b>83</b>	<b>102</b>	<b>185</b>
	<b>Jumlah Seluruhnya</b>	<b>241</b>	<b>303</b>	<b>544</b>

### 3. Tingkat Perilaku Merokok pada Peserta Didik Sebelum Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Diskusi

Tingkat perilaku merokok pada peserta didik dikelompokkan menjadi tiga kategori, yaitu: tinggi, sedang, dan rendah. Berikut tingkat perilaku merokok pada peserta didik sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok

melalui teknik diskusi terhadap perilaku merokok pada peserta didik dapat dilihat pada tabel 4.3 di bawah ini:

**Tabel 4.3**  
**Kategori Perilaku Merokok pada Peserta didik**

No	Batas Nilai	Kategori Perilaku Mrokok
	< 100	Tinggi
	101-148	Sedang
	>149	Rendah

(Sumber: Microsoft Excel 2010)

Dari tabel 4.3 di atas, dapat dilihat bahwa batas nilai < 102 berada pada kategori perilaku merokok tinggi, yang artinya menunjukkan bahwa peserta didik yang memiliki batas nilai < 102 maka peserta didik tersebut tergolong memiliki perilaku merokok tingkat tinggi. Selanjutnya batas nilai antara 103-148 berada pada kategori perilaku merokok sedang, yang artinya menunjukkan bahwa peserta didik yang memiliki batas nilai antara 103-148 maka peserta didik tersebut tergolong memiliki perilaku merokok tingkat sedang. Selanjutnya batas nilai > 149 berada pada kategori perilaku merokok rendah, yang artinya menunjukkan bahwa peserta didik yang memiliki batas nilai > 149 maka peserta didik tersebut tergolong memiliki perilaku merokok tingkat rendah.

Persentase kategori perilaku merokok yang di alami peserta didik maka dapat di hitung dengan menggunakan rumus sebagai berikut ini:

$P = \frac{F \text{ (Skor yang dicapai)}}{N \text{ (Jumlah Skor Maksimal)}} \times 100\%$  .<sup>64</sup> Dari rumus tersebut maka dapat dilihat

hasil dari persentase kategori perilaku merokok peserta didik pada tabel 4.4 dibawah ini:

**Tabel 4.4**  
**Persentase Perilaku Merokok Pada Peserta didik**

<b>Kategori Perilaku Merokok</b>	<b>F</b>	<b>Persentase Perilaku Merokok</b>
Tinggi	9	9 %
Sedang	59	58,4 %
Rendah	33	32,6%
<b>Jumlah</b>	<b>101</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan hasil tabel 4.4 di atas, menunjukkan bahwa tingkat perilaku merokok pada peserta didik yang diwakili oleh 101 peserta didik dengan kategori perilaku merokok tinggi berada pada persentase 9%, terdapat 9 peserta didik dengan kategori perilaku merokok sedang berada pada persentase 58,4 %, dan terdapat 59 peserta didik dengan kategori perilaku merokok rendah berada pada persentase 32,6 %.

Berdasarkan persentase tabel 4.4 di atas, menunjukkan bahwa terdapat 9 peserta didik yang memiliki kategori perilaku merokok tinggi untuk dapat diberikan perlakuan (*treatment*) melalui layanan bimbingan kelompok melalui teknik diskusi. Adapun data hasil skor *pre-test* perilaku merokok yang diperoleh dijelaskan pada tabel 4.5 di bawah ini:

**Tabel 4.5**  
**Skor *Pre-Test* Sebelum diberikan Layanan Bimbingan Kelompok**

<b>No</b>	<b>Responden</b>	<b><i>Pre-test</i> Kondisi Awal</b>	<b>Kategori Perilaku Merokok</b>
1	ADH	97	Tinggi

<sup>64</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2012), hlm 95.

2	AI	99	Tinggi
3	FMA	95	Tinggi
4	MR	84	Tinggi
5	WTF	95	Tinggi
6	AR	90	Tinggi
7	MMA	99	Tinggi
8	MGA	84	Tinggi
9	MS	99	Tinggi
<b>Jumlah</b>		<b>842</b>	

(Sumber: Microsoft Excel 2010)

Berdasarkan tabel 4.5 di atas, dapat dijelaskan bahwa 9 siswa yang menjadi sampel penelitian dengan kategori perilaku merokok tingkat tinggi. Hasil skor dari 9 jawaban siswa adalah responden ADH dengan skor *pre-test* 97 memiliki kategori perilaku merokok tinggi, responden AI dengan skor *pre-test* 99 memiliki kategori perilaku merokok tinggi, responden FMA dengan skor *pre-test* 95 memiliki kategori perilaku merokok tinggi, responden MR dengan skor *pre-test* 84 memiliki kategori perilaku merokok tinggi, responden WTF dengan skor *pre-test* 95 memiliki kategori perilaku merokok tinggi, responden AR dengan skor *pre-test* 90 memiliki kategori perilaku merokok tinggi, responden MMA dengan skor *pre-test* 99 memiliki kategori perilaku merokok tinggi, responden MGA dengan skor *pre-test* 84 memiliki kategori perilaku merokok tinggi, dan responden MS dengan skor *pre-test* 99 memiliki kategori perilaku merokok tinggi. Sehingga jumlah keseluruhan skor *pre-test* dari masing-masing mahasiswa menjadi 842.

#### **4. Tingkat Perilaku Merokok pada Peserta Didik Sesudah Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Diskusi**

Peserta didik yang dipilih sebagai sampel dengan kategori perilaku merokok tingkat tinggi setelah diberikan perlakuan (*treatment*) melalui

layanan bimbingan kelompok melalui teknik diskusi maka memperoleh perubahan peningkatan skor *post-test* sehingga perilaku merokok berkurang menjadi sedang dan rendah. Berikut penjelasan hasil *post-test* dalam tabel 4.6 di bawah ini:

**Tabel 4.6**  
**Skor *Post-Test* Sesudah diberikan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Diskusi**

No	Responden	<i>Post-test</i> (Kondisi Akhir)	Kategori Perilaku Merokok
1	ADH	162	Rendah
2	AI	155	Rendah
3	FMA	160	Rendah
4	MR	165	Rendah
5	WTF	162	Rendah
6	AR	160	Rendah
7	MMA	149	Rendah
8	MGA	153	Rendah
9	MS	159	Rendah
<b>Jumlah</b>		<b>1425</b>	

(Sumber: Microsoft Excel 2010)

Berdasarkan tabel 4.6 dijelaskan bahwa setelah diberikan perlakuan (*treatment*) sebanyak 3 kali dengan topik yang berbeda kepada 9 peserta didik melalui layanan bimbingan kelompok melalui teknik diskusi maka dapat dilihat perubahan kategori perilaku merokok peserta didik dari hasil jawaban *post-test*. Hasil skor jawaban *post-test* dari masing-masing peserta didik menjadi kategori perilaku merokok rendah.

Hasil *post-test* menunjukkan responden ADH dengan skor *post-test* 162 memiliki kategori perilaku merokok tingkat rendah, responden AI dengan skor *post-test* 155 memiliki kategori perilaku merokok tingkat rendah, responden FMA dengan skor *post-test* 160 memiliki kategori perilaku

merokok tingkat rendah, responden MR dengan skor *post-test* 165 memiliki kategori perilaku merokok tingkat rendah, responden WTF dengan skor *post-test* 162 memiliki kategori perilaku merokok tingkat rendah, responden AR dengan skor *post-test* 160 memiliki kategori perilaku merokok tingkat rendah, responden MMA dengan skor *post-test* 149 memiliki kategori perilaku merokok tingkat rendah, responden MGA dengan skor *post-test* 153 memiliki kategori perilaku merokok tingkat rendah, dan responden MS dengan skor *post-test* 159 memiliki kategori perilaku merokok tingkat rendah. Sehingga jumlah keseluruhan skor *pre-test* dari masing-masing mahasiswa menjadi 1.425.

Berdasarkan hasil pengamatan, secara umum peserta didik yang menjadi sampel penelitian menunjukkan peningkatan perubahan skor dalam perilaku merokok. Perubahan dilihat dari perilaku dan psikologis peserta didik yang selama diberikannya perlakuan (*treatment*) oleh peneliti yaitu berupa kegiatan layanan bimbingan kelompok melalui teknik diskusi.

## **5. Efektivitas Penyelenggaraan layanan Bimbingan Kelompok untuk Mengurangi Perilaku Merokok Peserta didik di SMA 1 Negeri Darul Imarah Aceh Besar**

### **a. Uji Normalitas**

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui distribusi dalam variabel yang digunakan dalam penelitian. Data yang baik dan layak digunakan dalam penelitian adalah data yang berdistribusi normal. Uji normalitas yang dilakukan adalah uji *Kolmogorov-Smirnov*. Normal tidaknya sebaran data penelitian dapat dilihat dari pengambilan keputusan jika  $\text{sig} > 0.05$  maka data berdistribusi normal. Sedangkan jika  $\text{sig} < 0.05$

maka data tidak berdistribusi normal.<sup>65</sup> Untuk membuktikan normalitas data maka diuji dengan menggunakan SPSS. Setelah di uji normalitas data yang diperoleh hasilnya sebagai tabel 4.7 di bawah ini:

**Tabel 4.7**  
**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		9
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.87978636
	Most Extreme Differences	
Absolute	Positive	.241
	Negative	.171
	Test Statistic	-.241
Asymp. Sig. (2-tailed)		.241
		.141 <sup>c</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

(Sumber: SPSS versi 20)

Berdasarkan hasil pada tabel 4.7 maka diperoleh nilai uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* data perilaku merokok pada peserta didik adalah 0.141 lebih besar dari ( $\text{sig} > 0.05$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa bahwa data perilaku merokok pada peserta didik berdistribusi normal.

#### **b. Uji Hipotesis Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Diskusi Terhadap Perilaku Merokok Pada Peserta didik**

Salah satu cara untuk mengetahui perubahan yang terjadi pada peserta didik adalah dengan membandingkan skor perilaku merokok sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok. Perubahan yang dimaksud adalah peningkatan skor perilaku merokok pada peserta

---

<sup>65</sup> V. Wiratna Sujarweni, *SPSS untuk Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Baru Press, 2015), hlm 55.

didik dengan dilaksanakannya layanan bimbingan kelompok untuk mengurangi perilaku merokok pada peserta didik. Secara rinci perbandingan antara skor *pre-test* dan *post-test* perilaku merokok pada peserta didik pada pengukuran awal dan pengukuran akhir dapat dilihat pada tabel 4.8 di bawah ini:

**Tabel 4.8**  
**Perbandingan Skor *Pre-test* dan *Post-test***

No	Responden	<i>Pre-test</i> (Kondisi Awal)	Perilaku Merokok	<i>Post-test</i> (Kondisi Akhir)	Perilaku Merokok
1	ADH	97	Tinggi	162	Rendah
2	AI	99	Tinggi	155	Rendah
3	FMA	95	Tinggi	160	Rendah
4	MR	84	Tinggi	165	Rendah
5	WTF	95	Tinggi	162	Rendah
6	AR	90	Tinggi	160	Rendah
7	MMA	99	Tinggi	149	Rendah
8	MGA	84	Tinggi	153	Rendah
9	MS	99	Tinggi	159	Rendah

Berdasarkan hasil skor tabel 4.8 menunjukkan perbandingan antara skor *pre-test* (97, 99, 95, 84, 95, 90, 99, 84, 99) dan skor *post-test* (162, 155, 160, 165, 162, 160, 149, 153, 159) dimana perilaku merokok pada peserta didik mengalami peningkatan secara signifikan. Secara rinci untuk melihat perbandingan persentase perilaku merokok pada saat *pre-test* (pengukuran awal) dan *pos-test* (pengukuran akhir) dari 9 responden, maka dapat dilihat pada tabel 4.9 dibawah ini:

**Tabel 4.9**  
**Perbandingan Persentase *Pretest* dan *Postest***

No	Kategori	<i>Pre-test</i>		<i>Pos-test</i>	
		F	%	F	%
1	Tinggi	9	100 %	0	00.0
2	Sedang	0	0	0	00.0
3	Rendah	0	0	9	100 %

<b>Jumlah</b>	<b>9</b>	<b>100 %</b>	<b>9</b>	<b>100 %</b>
---------------	----------	--------------	----------	--------------

Berdasarkan hasil tabel 4.9, menunjukkan hasil dari perbandingan skor *pre-test* dan skor *post-test* perilaku merokok. Dimana pada saat *pre-test* (belum adanya perlakuan layanan bimbingan kelompok melalui teknik diskusi terdapat 9 peserta didik berkategori tinggi dengan persentase 100%, mengalami perubahan peningkatan pada saat *post-test* terdapat sebanyak 9 peserta didik kelompok (*eksperiment*)

Maka dari hasil persentase skor *pre-test* dan skor *post-test* di atas, dapat dilihat rata-rata dengan adanya layanan bimbingan kelompok melalui teknik diskusi yang diujikan dalam penelitian ini memiliki daya pengaruh yang sangat baik, yaitu mampu menghasilkan peningkatan yang signifikan pada perubahan skor perilaku merokok pada *pre-test* dan *post-test*. Sehingga dengan adanya peningkatan pada skor tersebut, maka tingkat perilaku merokok pada peserta didik dapat berkurang, hal ini dapat dilihat pada tabel 4.10 di bawah ini:

**Table 4.10**  
**Paired Samples Statistics**

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 pretest	93.5556	9	6.12599	2.04200
posttest	158.3333	9	5.04975	1.68325

Berdasarkan hasil tabel 4.10, menunjukkan rata-rata *pre-test* sebesar 93.55 sedangkan rata-rata *post-test* sebesar 158.33 artinya rata-rata *post-test* lebih tinggi dari rata-rata *pre-test*. Melihat skor *post-test* lebih tinggi dari skor *pre-test* dapat dikatakan terjadi penurunan pada tingkat

perilaku merokok pada peserta didik setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok melalui teknik diskusi.

Untuk mengetahui nilai korelasi sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok melalui teknik diskusi berdasarkan hasil *paired samples correlations* maka dapat dilihat penjelasan pada tabel 4.11 di bawah ini:

**Tabel 4.11**  
**Paired Samples Correlations**

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 pretest & posttest	9	-.257	.504

Berdasarkan hasil tabel 4.11, maka dapat dilihat bahwa nilai korelasi dari 9 peserta didik sebelum dan sesudah diberikannya bimbingan kelompok berjumlah ,257 dengan signifikan ,504. Maka dapat diartikan ,257 > 0,05 dinyatakan bahwa tidak ada hubungan antara *pre-test* dan *post-test*.

**Tabel 4.12**  
**Uji t Berpasangan Pretest dan Posttest Perilaku Merokok Paired Samples Test**

	Paired Differences					T	Df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
pretest - posttest	64.77778	8.88507	2.96169	-71.60745	-57.94811	21.872	8	.000

Dari tabel *paired samples test* tabel di atas dapat dianalisis bahwa:

- Ho : Tidak terdapat perbedaan perilaku merokok sebelum dan sesudah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok melalui teknik diskusi.
- Ha : Terdapat perbedaan tingkat perilaku merokok sebelum dan sesudah diberikan perlakuan layanan konseling individual melalui teknik diskusi.

Berdasarkan tabel *paired samples test* di atas menjelaskan bahwa nilai t-hitung sebesar 64.77 dengan derajat kebebasan (df)  $n-1 = 9-1 = 8$ , maka diperoleh untuk nilai t-tabel sebesar 1,943.<sup>66</sup> Dengan demikian maka dapat membandingkan:  $t\text{-tabel} > t\text{hitung}$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tingkat perilaku merokok sebelum dan sesudah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok melalui teknik diskusi.

$H_a$  diterima artinya terdapat perbedaan antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan (*treatment*) layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dan artinya perlakuan (*treatment*) yang diberikan memberikan efek positif terhadap peserta didik, sehingga perilaku merokok pada peserta didik sesudah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi menjadi kategori perilaku merokok tingkat sedang dan rendah daripada sebelum mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Hal ini menunjukkan bahwa dengan adanya layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi efektif untuk mengurangi perilaku merokok pada peserta didik SMA Negeri 1 Darul Imarah.

---

<sup>66</sup> Syofian Siregar, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Jakarta: Kencana, 2013), hlm 202.

**Tabel 4.13**  
**Profil Umum Perilaku Merokok Peserta Didik Siklus I**

No.	Indikator	Skor rata-rata		Gain	N-gain (%)	Kategori
		Angket awal	Angket akhir			
1	Alasan Merokok	49	78	29	56	Rendah
2	Aspek-aspek Merokok	50	98	48	96	Sedang

**Tabel 4.14**  
**Profil Umum Perilaku Merokok Peserta Didik Siklus II**

No.	Indikator	Skor rata-rata		Gain	N-gain (%)	Kategori
		Angket awal	Angket akhir			
1	Alasan Merokok	48	97	49	94	Sedang
2	Aspek-aspek Merokok	50	99	49	98	Sedang

**Tabel 4.15**  
**Profil Umum Perilaku Merokok Peserta Didik Siklus III**

No.	Indikator	Skor rata-rata		Gain	N-gain (%)	Kategori
		Angket awal	Angket akhir			
1	Alasan Merokok	53	126	73	155	Tinggi
2	Aspek-aspek Merokok	58	138	80	190	Tinggi

Tabel 4.13 menunjukkan perilaku merokok siswa pada kegiatan awal belum optimal hal ini dikarenakan siswa belum mengetahui akan dampak dari bahayanya merokok tersebut. Skor rata-rata perilaku merokok siswa siklus 1 di peroleh rata-rata 56 pada kategori “rendah”. Pada siklus ke II skor rata-rata merokok siswa mengalami kenaikan, namun peningkatannya belum begitu berpengaruh atau tidak mengalami perubahan. Skor di amati pada Tabel 4.14

yaitu 98 berada pada kategori “sedang”. Setelah dilakukan secara menyeluruh, dan perilaku merokok siswa pada siklus III skor keseluruhan mengalami kenaikan. Hasil deskripsi data tersebut dapat diamati pada tabel 4.15 yaitu dengan skor 155 berada dalam kategori “tinggi”.

## 6. Interpretasi Data

Hasil pengolahan data dengan menggunakan uji *paired sampel t test* menyatakan bahwa: rata-rata *pretest* sebesar 93.55, sedangkan rata-rata *posttest* sebesar 158.33. Artinya ada penurunan perilaku merokok pada peserta didik sebelum dan sesudah pemberian layanan bimbingan kelompok melalui teknik diskusi.

Nilai korelasi sebelum dan sesudah pemberian *treatment* berjumlah ,257 dengan nilai signifikan ,504. Artinya ,504 < 0,05 maka dapat di nyatakan bahwa tidak ada hubungan antara *pretest* dan *posttest*. Kemudian mead pada *paired samples tets* yaitu 64.77 dengan nilai t sebesar 21.87, df: 8 dan Sig. (2-tailed) yaitu ,000 yang menyatakan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak karena nilai signifikan  $0,00 < 0,05$ .

## B. Pembahasan Hasil Penelitian

### 1. Pembahasan Tingkat Perilaku Merokok pada Peserta didik Sebelum Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Diskusi

Hasil yang diperoleh melalui penyebaran angket kepada peserta didik yang dijadikan sampel perilaku merokok berada pada kategori tinggi, sedang, dan rendah. Artinya ada peserta didik yang masih bisa menahan diri agar tidak merokok terlalu berlebihan dan ada juga peserta didik yang masih candu akan

merokok. Perilaku merokok dapat berefek negative terhadap peserta didik, baik untuk kesehatan maupun dikehidupan yang akan datang.

Secara umum tingkat perilaku merokok sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dalam penelitian ini terdapat 9 peserta didik dengan kategori perilaku merokok tinggi berada pada persentase 16.7 % yang artinya peserta didik mencapai tingkat perilaku yang tinggi pada sebagian aspek-aspek, dimana peserta didik kesulitan dalam mengubah perilaku merokok, terbiasa merokok, ikutan teman, sudah menjadi kebiasaan, faktor teman sebaya

Penelitian pada perilaku merokok terhadap peserta didik merujuk pada aspek-aspek perilaku merokok yang dapat merusak kesehatan organ pernafasan terutama paru-paru dan organ tubuh lainnya. Hal ini terbukti karena dalam rokok mengandung zat nikotin yang dapat meningkatkan tekanan darah yang akan membuat jantung memompa darah lebih banyak sehingga perokok tersebut mengalami serangan jantung. Aspek merokok dibedakan menjadi empat macam yaitu:

- a. Fungsi merokok dalam kehidupan sehari-hari, fungsi merokok dapat menggambarkan perasaan yang dialami oleh perokok, seperti perasaan positif ataupun negatif selain itu merokok juga berkaitan dengan masa mencari jati diri pada remaja. Perasaan positif seperti mengalami perasaan yang tenang dan nyaman ketika mengkonsumsi rokok.

b. Intensitas merokok. Intensitas merokok dibagi menjadi tiga yaitu perokok berat, sedang dan ringan. Adapun penjelasannya sebagai berikut:

- 1) Perokok berat adalah mereka yang merokok dari 21-31 batang perhari atau lebih dan selang waktu sejak bangun pagi berkisar antara 6-30 menit. Perokok jenis ini membutuhkan rokok setiap hari, tanpa rokok ia merasa lemas.
- 2) Perokok sedang adalah mereka mampu menghabiskan 11-12 batang per hari dengan sela waktu 31-60 menit setelah bangun pagi. Golongan ini merupakan golongan umum sehingga pecandu rokok akan merokok ketika menonton TV, melamun atau berkumpul bersama teman-temannya. Pecandu rokok akan rata-rata membeli satu bungkus rokok untuk setiap harinya.
- 3) Perokok ringan menghabiskan sekitar 10 batang per hari dengan selang waktu 60 menit dari bangun pagi. Golongan perokok seperti ini merupakan golongan yang berkumpul dengan sesama perokok, golongan ini jarang menghabiskan satu bungkus rokok dalam jangka satu hari.<sup>67</sup>

## **2. Pembahasan Tingkat Perilaku Merokok Pada Peserta didik Sesudah Diberikan Layanan Bimbingan kelompok Melalui Teknik Diskusi**

Peningkatan yang signifikan terjadi setelah pemberian perlakuan (*treatment*) layanan bimbingan kelompok Hasil *post-test* menunjukkan

---

<sup>67</sup> Agoes Dariyo, "Psikologi Perkembangan...", hlm 56.

terdapat perubahan skor perilaku merokok pada peserta didik sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok untuk mengurangi perilaku merokok pada peserta didik. Perlakuan (*treatment*) teknik *diskusi* dilakukan sebanyak 3 kali dengan topik yang berbeda-beda, adapun tujuan dari pemberian atau pelaksanaan *post-test* ialah untuk membantu peserta didik mengukur tingkat perilaku merokok setelah mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok sehingga konseli memiliki kemampuan untuk mengatasi perilaku merokok yang ada pada dirinya.

Penelitian pada perilaku merokok pada peserta didik merujuk pada aspek-aspek perilaku merokok berdasarkan dari sub indikator perilaku merokok adalah adanya pengaruh positif, pengaruh negatif, habitual (ketergantungan fisiologis), faktor keluarga, pergaulan, intensitas merokok, tempat, waktu dan kesempatan untuk merokok.

Banyak perubahan dan pengurangan dalam berperilaku merokok yang berlebihan serta memikirkan kembali sebelum merokok setelah diberikan layanan bimbingan kelompok terhadap perilaku merokok pada peserta didik dan adanya perubahan dalam mengisi angket *post-test* yang sebelumnya jawaban peserta didik tinggi kini setelah diberikan layanan bimbingan kelompok hasil *pos-ttest* peserta didik menjadi rendah, peserta didik yang mengikuti layanan oleh peneliti masing-masing memberikan kesimpulan dan lembar kerja setelah diberikan layanan bimbingan kelompok. Adapun dari tanggapan peserta didik tersebut adanya perubahan, pengurangan, lebih percaya diri dan menjauhi perilaku dan kebiasaan merokok, bergaul dengan

teman yang tidak cenderung merokok, dan membiasakan diri agar tidak mudah ikutan teman dan lingkungan.

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti saat pelaksanaan kegiatan layanan bimbingan kelompok, bahwa peserta didik menunjukkan perubahan yang baik pada setiap pertemuan. Pada pertemuan terakhir peserta didik sudah terlihat lebih percaya diri, menjauhi lingkungan yang cenderung merokok, berfikir sebelum bertindak, dan mengedepankan kesehatan, pada saat pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok semua konseli lebih terlihat segar, tenang, aktif dan percaya diri.

Hasil penelitian menunjukkan, perilaku merokok pada peserta didik mengurangi perilaku pemborosan atau mengalami peningkatan yang signifikan. Dalam penelitian ini yang digunakan adalah bimbingan kelompok tugas dimana permasalahan yang dibahas dalam kelompok nanti ditentukan oleh pemimpin kelompok. Tujuan layanan bimbingan kelompok di sekolah ada dua yaitu:

a) Tujuan umum

Secara umum bimbingan kelompok bertujuan untuk membantu murid-murid dalam menjalani masalah melalui prosedur kelompok. Suasana kelompok yang berkembang dalam bimbingan kelompok tersebut merupakan wahana dari teman-temannya untuk kepentingan pemecahan masalah-masalah yang dihadapinya.

b) Tujuan khusus

Secara khusus, bimbingan kelompok bertujuan untuk:

- 7) Melatih murid-murid untuk berani mengungkapkan pendapat di hadapan teman-temannya.
- 8) Melatih murid-muridnya untuk dapat bersikap terbuka dalam kelompok.
- 9) Melatih murid-muridnya untuk dapat membina keakraban bersama teman-temannya dan teman lainnya di luar kelompok pada umumnya.
- 10) Melatih murid-muridnya untuk bersikap tenggang rasa dengan orang lain.
- 11) Melatih murid-muridnya untuk memperoleh keterampilan sosial
- 12) Membantu murid-muridnya untuk mengenal dan memahami dirinya.<sup>68</sup>

Berdasarkan dari hasil pemberian perlakuan (*treatment*) yang peneliti lakukan pada tahap akhir, sudah terlihat perubahan peserta didik yang lebih dari sebelumnya. Perilaku merokok yang konseli rasakan sebelumnya adalah konseli tidak berfikir sebelum mencoba untuk merokok, mengikuti gaya perkembangan zaman, terpengaruh oleh lingkungan, tidak memikiekan kesehatan, ikut-ikutan teman. Setelah diberikan teknik *diskusi* kepada konseli, konseli menjadi lebih hemat, memikirkan kembali sebelum mencoba untuk merokok, mencoba perlahan-lahan tidak merokok dan mengemut permen sebagai pengganti rokok pelan-pelan dalam menghilangkan kebiasaan merokok.

Peneliti menyimpulkan bahwa setelah diberikan perlakuan (*treatment*) berupa layanan bimbingan kelompok efektif digunakan untuk dapat menurunkan atau mengurangi perilaku merokok pada peserta didik. Sehingga terjadi perubahan yang termasuk kategori tinggi menjadi rendah.

### **3. Pembahasan Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Diskusi Terhadap Perilaku Merokok Pada Peserta didik**

---

<sup>68</sup> Prayitno dan Erman Amti, "*Dasar-Dasar...*", hlm 107.

Secara umum perilaku merokok pada peserta didik SMA Negeri 1 Darul Imarah pada tahun ajaran 2019/2021 Aceh Besar berada pada kategori tinggi. Hal ini terlihat dari banyaknya peserta didik yang menjawab angket tentang perilaku merokok, yang sebelumnya telah diobservasi awal oleh peneliti untuk mengetahui tingkat perilaku merokok pada peserta didik.

Peserta didik pada kategori tinggi diasumsikan telah mencapai tingkat perilaku merokok yang efektif pada setiap aspek-aspeknya, seperti perilaku merokok yang dapat merusak kesehatan organ pernafasan terutama paru-paru dan organ tubuh lainnya. Hal ini terbukti karena dalam rokok mengandung zat nikotin yang dapat meningkatkan tekanan darah yang akan membuat jantung memompa darah lebih banyak sehingga perokok tersebut mengalami serangan jantung. Aspek merokok dibedakan menjadi empat macam yaitu:

- a. Fungsi merokok dalam kehidupan sehari-hari, fungsi merokok dapat menggambarkan perasaan yang dialami oleh perokok, seperti perasaan positif ataupun negatif selain itu merokok juga berkaitan dengan masa mencari jati diri pada remaja. Perasaan positif seperti mengalami perasaan yang tenang dan nyaman ketika mengkonsumsi rokok.
- b. Intensitas merokok. Intensitas merokok dibagi menjadi tiga yaitu perokok berat, sedang dan ringan. Adapun penjelasannya sebagai berikut:
  - 1) Perokok berat adalah mereka yang merokok dari 21-31 batang perhari atau lebih dan selang waktu sejak bangun pagi berkisar antara 6-30 menit. Perokok jenis ini membutuhkan rokok setiap hari, tanpa rokok ia merasa lemas.

- 2) Perokok sedang adalah mereka mampu menghabiskan 11-12 batang per hari dengan sela waktu 31-60 menit setelah bangun pagi. Golongan ini merupakan golongan umum sehingga pecandu rokok akan merokok ketika menonton TV, melamun atau berkumpul bersama teman-temannya. Pecandu rokok akan rata-rata membeli satu bungkus rokok untuk setiap harinya.
- 3) Perokok ringan menghabiskan sekitar 10 batang per hari dengan selang waktu 60 menit dari bangun pagi. Golongan perokok seperti ini merupakan golongan yang berkumpul dengan sesama perokok, golongan ini jarang menghabiskan satu bungkus rokok dalam jangka satu hari.

#### **4) Pelaksanaan Layanan Bimbingan kelompok Melalui Teknik Diskusi Terhadap Perilaku Merokok Pada Peserta didik**

Penelitian yang dilaksanakan adalah Penerapan Layanan bimbingan kelompok Terhadap Perilaku Merokok Pada peserta didik. Penelitian ini dilakukan selama seminggu. Penelitian ini diawali dengan Penelitian ini diawali dengan meminta izin kepada sekolah dengan memasukkan surat izin penelitian kepada sekolah.

Sebelum melakukan bimbingan kelompok, peneliti terlebih dahulu bertanya kepada guru bimbingan konseling untuk mencari informasi berupa data-data yang berkaitan dengan peserta didik yang memiliki perilaku merokok tinggi pada kelas XI, dan guru bimbingan konseling menunjuk kelas XI untuk dapat diteliti. Setelah mendapatkan informasi, peneliti selanjutnya memberikan skala (*pret-test*) kepada kelas yang terdiri dari 101 peserta didik.

Dari jumlah 101 peserta didik, peneliti mendapatkan 9 peserta didik yang memiliki perilaku merokok yang berada pada kategori perilaku merokok tinggi.

Setelah mendapatkan peserta didik yang akan digunakan sebagai objek di dalam penelitian, peneliti selanjutnya meminta masing-masing waktu kepada peserta didik kapan dan dimana peneliti bisa melaksanakan mengenai pelaksanaan bimbingan kelompok kepada peserta didik eksperimen. Dalam penelitian ini pemberian perlakuan (*treatment*) dilakukan sebanyak 3 kali dalam seminggu.

Peserta didik yang telah bergabung dalam kelas eksperimen yaitu sebanyak 9 orang peserta didik, kemudian diberikan perlakuan (*treatment*) layanan bimbingan kelompok, selanjutnya peneliti kembali memberikan skala (*post-test*) kepada 9 peserta didik guna untuk mengetahui tingkat sebelum, sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok melalui teknik diskusi dan efektivitas dari perlakuan (*treatment*) yang telah diberikan.

**a. *Pre-Test***

*Pre-Test* dilaksanakan selama seminggu yang berjumlah 101 peserta didik, Adapun tujuan dilakukan *pretest* yaitu untuk mengukur tingkat perilaku merokok pada peserta didik Aceh Besar sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Hasil *pre-test* menyatakan bahwa terdapat 9 yang memiliki kategori tinggi yang akan dijadikan sampel dalam penelitian ini yang sesuai dengan aspek-aspek perilaku merokok. Peserta didik yang berada

pada kategori tinggi adalah peserta didik yang merokok dapat merusak kesehatan organ pernafasan terutama paru-paru dan organ tubuh lainnya.

**b. Perlakuan (*Treatment*)**

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi pada kelompok eksperimen sebanyak lima kali pada tanggal 11, 13 dan 14 Januari 2021. Perlakuan (*treatment*) pertama diberikan topik “pergaulan bebas”, perlakuan (*treatment*) kedua dengan topik “apa itu perilaku merokok”, dan pada perlakuan (*treatment*) ketiga diberikan satu topik yaitu “memahami diri”.

Tahapan didalam teknik diskusi kelompok sebagai berikut:

Dalam melaksanakan layanan bimbingan dengan teknik diskusi kelompok, mengikuti prosedur sebagai berikut:

**c) Perencanaan**

pada tahap ini pembimbing/ konselor merancang layanan yang diwujudkan dalam RPLBK. Aktivitas yang dilakukan meliputi:

- Identifikasi masalah, identifikasi pengetahuan, sikap ataupun keterampilan yang dibutuhkan konseli
- Identifikasi pengetahuan dan pengalaman awal konseli
- Merumuskan tujuan layanan
- Merancang materi yang akan didiskusikan
- Mengatur strategi pelaksanaan yang meliputi merancang kegiatan pada setiap langkah pelaksanaan, termasuk

menentukan model diskusi yang akan digunakan, pengaturan waktu

- Merumuskan hasil akhir diskusi yang diharapkan termasuk mekanisme pelaporannya.

d) Pelaksanaan

Tahap ini dilaksanakan mulai pembukaan, pelaksanaan kegiatan inti dan penutup. Berikut ini adalah tahapannya:

- Pada tahap awal atau pembukaan konselor membuka kegiatan dengan mengadakan pembinaan hubungan baik, pemberian motivasi dan penyampaian tujuan dan aktivitas yang akan dilaksanakan
- Peralihan atau transisi
- Tahap kegiatan inti, langkah-langkah kegiatan ini meliputi: (a) membentuk kelompok sesuai dengan model diskusi yang akan digunakan, pada tahap ini struktur kelompok hendaknya dibentuk secara jelas ditunjuk siapa berperan sebagai apa seperti ketua kelompok, sekretaris dan observer. Perlu disampaikan pula tugas dari masing-masing pemegang peran, (b) menyampaikan materi atau bahan yang harus didiskusikan oleh kelompok. Perlu diinformasikan pula bentuk hasil akhir atau laporan yang diharapkan, mekanisme pelaporan serta batasan waktu dalam diskusi, (c) pada waktu kelompok melakukan aktivitas diskusi maka konselor mengamati, memantau aktivitas setiap kelompok, membuat catatan-catatan penting dari hasil observasi, membantu kelompok yang menemui kesulitan, (d) sesuai dengan waktu yang direncanakan maka setiap kelompok melaporkan hasil diskusi. Pelaporan hasil tidak hanya terkait dengan materi yang didiskusikan termasuk pula hasil observasi yang telah direkam oleh observer
- Pada tahap penutup konselor merefleksi hasil dan proses, merangkum hasil diskusi dan mengadakan evaluasi hasil.<sup>69</sup>

---

<sup>69</sup> Romlah, *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*, Malang UNM, 2001, hlm 98

### 1) Perlakuan (*Treatment*) Pertama

Perlakuan (*treatment*) pertama diberikan pada tanggal 11 Januari 2021. Pemberian perlakuan (*treatment*) ini dengan topik “pergaulan bebas”, tujuan dari judul ini agar tau mana perilaku bebas yang negatif dan merusak diri sendiri dan mana perilaku yang baik yang di ambil hikmahnya dari teman atau sosial.

Kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dimulai dengan mengucapkan salam. Peneliti mengucapkan terimakasih kepada seluruh peserta didik atas kesediaannya untuk mengikuti bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Peneliti memimpin doa dengan harapan supaya pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dapat berjalan dengan lancar dan memberikan manfaat. Proses bimbingan kelompok diawali dengan opening seperti mengucapkan salam, pembicaraan dengan dengan menanyakan kabar dan memperkenalkan diri yang dilanjutkan oleh seluruh peserta didik untuk memperkenalkan diri. Kegiatan selanjutnya yaitu melakukan penstrukturan dengan menjelaskan pengertian, tujuan, asas, norma, cara pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Pada tahap pemulaan ini peserta didik terlihat cukup antusias. Selanjutnya penelit bersama dengan para peserta didik menetapkan kontrak waktu untuk melaksanakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi, waktu yang disepakati sekitar 45 menit untuk pertemuan bimbingan kelompok pada pertemuan pertama ini.

Selanjutnya peneliti mencoba menjelaskan kembali maksud dan tujuan dari pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Peneliti menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk melaksanakan bimbingan kelompok. Untuk mencairkan suasana dan menetapkan kesiapan peserta didik untuk memasuki kegiatan dengan permainan selanjutnya pemimpin kelompok mengemukakan topik tugas yakni topik yang telah disiapkan oleh pemimpin kelompok tentang minat belajar. Dalam pertemuan ini dibahas tentang pengertian minat belajar, manfaat dalam minat belajar faktor yang mempengaruhi dalam minat belajar. Dalam hal ini terjadi Tanya jawab antara pemimpin kelompok dengan anggota kelompok terkait topik yang dibahas. Lalu peneliti menyimpulkan tentang pergaulan bebas. Selanjutnya peneliti pemahaman apa yang sudah diperoleh dari pertemuan bimbingan kelompok, perasaan yang di alami selama kegiatan berlangsung, kesan yang diperoleh selama kegiatan kepada peserta didik. Sedangkan untuk proses selanjutnya akan dibahas pada pertemuan bimbingan kelompok berikutnya. Kegiatan bimbingan kelompok diakhiri dengan doa dan salam.

## **2) Perlakuan (*Treatment*) Kedua**

Perlakuan (*treatment*) kedua diberikan pada tanggal 13 Januari 2021. Pemberian perlakuan (*treatment*) dengan topik “apa itu perilaku merokok”. Tujuan dari perlakuan ini agar peserta didik mengetahui manfaat dan kerugian dari perilaku merokok, apakah rokok sehat bagi tubuh atau tidak.

Kegiatan bimbingan kelompok pada tahap ini dibuka dengan mengucapkan salam. Peneliti mengucapkan terimakasih kepada peserta didik atas kesediaannya dan dilanjutkan dengan memimpin doa. Peneliti membahas secara singkat mengenai kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi sebelumnya. Kegiatan selanjutnya yaitu melakukan penstrukturan dengan menjelaskan kembali kepada peserta didik tentang cara pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi.

Selanjutnya peneliti bersama dengan peserta didik menetapkan kontrak waktu. Pada tahap ini peserta didik terlihat lebih rileks dibandingkan dengan bimbingan kelompok sebelumnya. Pada tahap peralihan, peneliti mencoba menjelaskan kembali maksud dan tujuan dari pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Setelah peserta didik dipastikan siap untuk melangkah menuju tahap berikutnya, kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi pun dilanjutkan.

Kegiatan yang dilakukan dalam tahap ini yakni pembahasan topik tugas mengenai permasalahan yang sering dihadapi oleh peserta didik. Pembahasan dan pemecahan masalah akan dilakukan oleh para peserta didik sesuai kesepakatan bersama. Peserta didik masih terlihat malu dan takut untuk mengungkapkan permasalahannya. Peneliti berusaha sebisa mungkin dengan meyakinkan kepada para peserta didik bahwa pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi ini dijamin kerahasiaannya. Peserta didik bergantian mengungkapkan permasalahan minat belajar yang dialaminya meski masih terkesan grogi, untuk itu

peneliti memberikan beberapa penjelasan mengenai minat belajar untuk membangkitkan semangat dan motivasi belajar peserta didik.

Permasalahan kurang fokus dalam tentang perilaku merokok. Peneliti memberikan penjelasan tentang kerugian dalam merokok, pertama memberi masukan kepada seluruh peserta didik supaya mengurangi merokok untuk mengontrol kegiatan sehari-hari dengan berkomitmen dan tanggung jawab. Selanjutnya peneliti memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk tanya jawab terhadap materi yang diberikan agar peserta didik bisa lebih paham kerugian dalam merokok.

Selanjutnya peneliti menyimpulkan seluruh kegiatan layanan bimbingan kelompok yang telah berlangsung. Peneliti menyampaikan bahwa kegiatan akan segera diakhiri. Selanjutnya peserta didik diberi lembar *laissez* untuk *DIPSi* kemudian peserta didik diminta untuk mengungkapkan pesan dan kesan terhadap kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi pertemuan ketiga ini. Peneliti bersama dengan peserta didik membahas untuk pelaksanaan layanan bimbingan kelompok berikutnya, setelah disepakati layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi ditutup dengan doa dan salam.

### **3) Perlakuan (*Treatment*) Ketiga**

Perlakuan (*treatment*) ketiga diberikan tanggal 14 Januari 2021. Pemberian perlakuan (*treatment*) dengan topik “memahami diri agar menjadi pribadi yang lebih baik”. Tujuan dari tema ini agar peserta didik

mampu untuk memahami diri dan keadaan sendiri agar bisa lebih menghargai kesehatan dan kerugian.

Tahap permulaan ini diawali dengan salam dan berdoa bersama. Peneliti menjelaskan kembali mengenai kegiatan bimbingan kelompok kepada peserta didik. Peneliti dan peserta didik menyepakati waktu yang akan ditempuh dalam layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan teknik diskusi waktu 45 menit. Pada tahap (Merencanakan tindakan yang bertanggung jawab) ini peneliti mengulas kembali mengenai kegiatan yang akan ditempuh. Peneliti memastikan kesiapan para peserta didik untuk mengikuti kegiatan selanjutnya. Setelah dapat dipastikan bahwa peserta didik telah siap untuk melanjutkan kegiatan, kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dilanjutkan. Pada tahap kegiatan ini peserta didik membahas dan memecahkan masalah yang telah disepakati bersama. Pertemuan ini target layanan yakni dimana sasaran perilaku peserta didik agar lebih bertanggung jawab dan berkomitmen dalam memahami diri sendiri.

Pada pertemuan ini (Membuat komitmen dan tidak menerima dalih/ alasan) peserta didik sudah mulai sadar dan mau mengungkapkan pendapatnya terkait pembahasan topik. Setiap peserta didik memberikan motivasi satu sama lain sehingga setiap peserta didik berani untuk memberikan pendapatnya. Kegiatan ini dilanjutkan dengan memberikan suatu penjelasan. Peserta didik begitu sangat antusias menyaksikan paparan penjelasan bagaimana cara untuk memahami diri agar menjadi

peribadi yang lebih baik lagi. Kemudian peneliti juga memberikan suatu saran kepada peserta didik untuk membuat dream book, yaitu kumpulan-kumpulan impian yang ditulis peserta didik sehingga menjadi kenyataan.

Pada tahap pengakhiran peneliti menyimpulkan kegiatan yang telah dibahas dalam pertemuan ini. Peneliti meminta kesan dan pesan terkait pelaksanaan bimbingan kelompok serta memberikan lembar laiseg untuk dIPSi oleh seluruh peserta didik dan diakhiri dengan salam dan doa.

**c. *Post-test***

*Post-test* dilaksanakan pada hari rabu pada tanggal 14 Januari 2021 yang berjumlah 12 peserta didik. Adapun tujuan dilakukannya *post-test* yaitu untuk mengukur tingkat perilaku merokok pada peserta didik Aceh Besar sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok melalui teknik diskusi.

Hasil dari *post-test* yang diberikan dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan sebelum dan sesudah diberikannya perlakuan (*treatment*) melalui layanan bimbingan kelompok melalui teknik diskusi terhadap perilaku merokok pada peserta didik Aceh Besar. Sehingga pemberian perlakuan (*treatment*) melalui layanan bimbingan kelompok melalui teknik diskusi terhadap perilaku merokok pada peserta didik efektif digunakan untuk dapat mengubah dan mengurangi perilaku merokok pada peserta didik.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

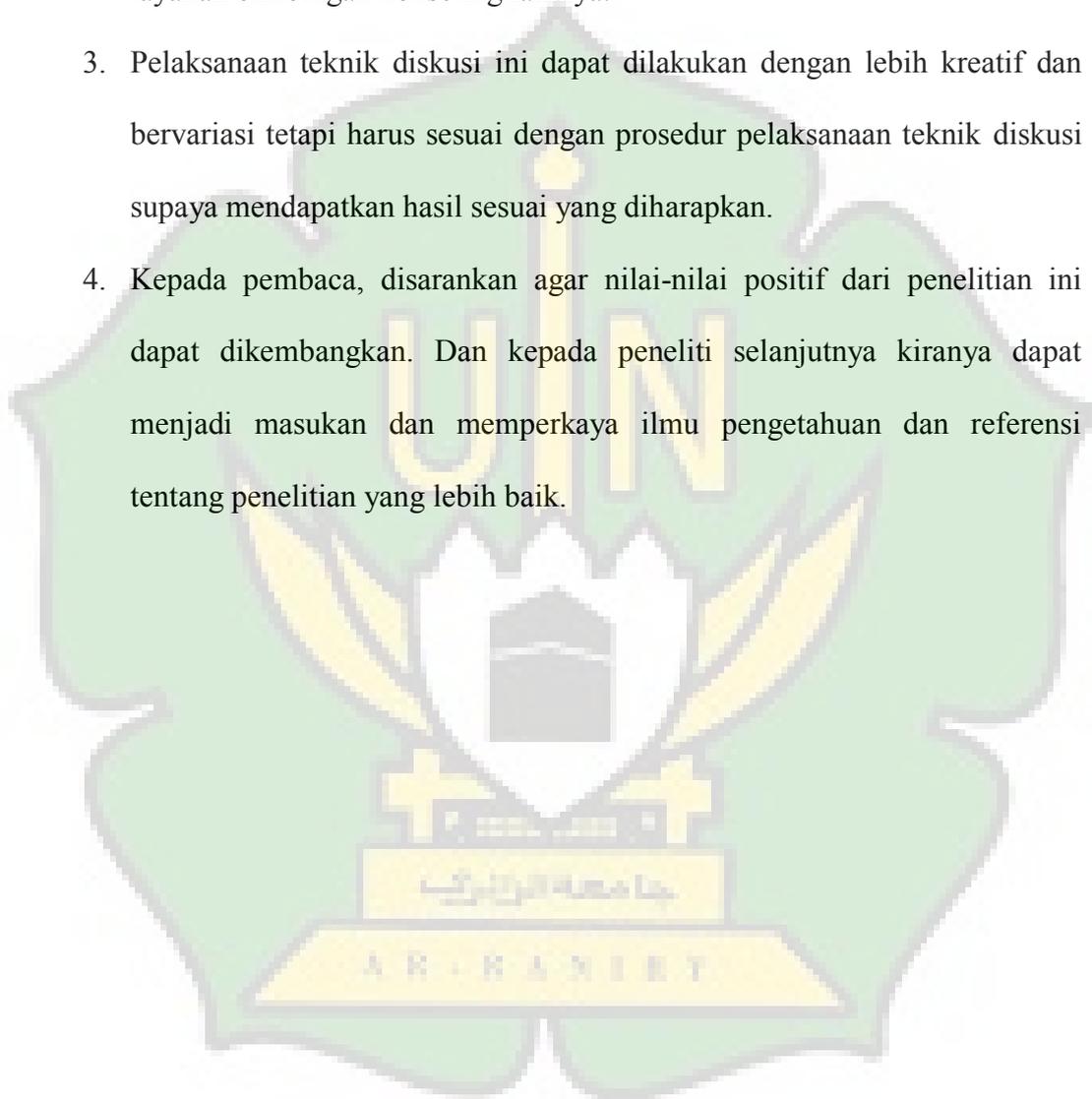
Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti mengenai penerapan layanan bimbingan kelompok terhadap perilaku merokok pada peserta didik, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Perilaku merokok pada peserta didik SMA Negeri 1 Darul Imarah Aceh Besar sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi berada pada kategori tinggi, sedang dan rendah.
2. Perilaku merokok pada peserta didik SMA Negeri 1 Darul Imarah Aceh Besarsesudah mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi berada pada kategori rendah.
3. Berdasarkan hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa ada perbedaan perilaku merokok pada peserta didik sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Dapat disimpulkan ada pengaruh yang signifikan antara pemberian layanan bimbingan kelompok terhadap perilaku merokok pada peserta didik SMA Negeri 1 Darul Imarah Aceh Besar.

#### **B. Saran**

1. Guru BK atau konselor diharapkan dapat memberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi minimal 12 kali dalam satu semester untuk dapat mengurangi perilaku merokok peserta didik secara efektif.

2. Diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat kepada peserta didik SMA Negeri 1 Darul Imarah Aceh Besar untuk dapat mengurangi perilaku merokok dengan mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok dan layanan bimbingan konseling lainnya.
3. Pelaksanaan teknik diskusi ini dapat dilakukan dengan lebih kreatif dan bervariasi tetapi harus sesuai dengan prosedur pelaksanaan teknik diskusi supaya mendapatkan hasil sesuai yang diharapkan.
4. Kepada pembaca, disarankan agar nilai-nilai positif dari penelitian ini dapat dikembangkan. Dan kepada peneliti selanjutnya kiranya dapat menjadi masukan dan memperkaya ilmu pengetahuan dan referensi tentang penelitian yang lebih baik.



## DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah Salam, “*Upaya Layanan Bimbingan dan Konseling dalam Mencegah Peserta didik Menjadi Perokok di SMP Negeri 15 Yogyakarta*”, Skripsi, (Yogyakarta: Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2015).
- Agoes Dariyo, “*Psikologi Perkembangan Dewasa Muda*”, (Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana, 2003).
- Ali Mohammad Asrofi, “*Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*”, (Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2015).
- Arikunto, “*Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*”, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010).
- Azwar S, “*Sikap Manusia, Teori dan Pengukurannya*”, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset, 2002).
- Chyntia Angel, “*Bahaya Merokok Bagi Remaja*”, diakses pada tanggal 05 Februari 2020.
- Dewa Sukardi, “*Pengantar Teori Konseling*”, (Jakarta: Ghalia Indonesia, 2010).
- Dewi Rosmala, “*Profesionalisasi Guru Bimbingan Konseling Melalui Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling*”, (Medan: Rineka Cipta, 2016).
- Effendy, “*Dinamika Komunikasi*”, (Bandung: PT. Remaja Rosda Karya, 2008).
- Ewintri, “*Bimbingan kelompok*”, <https://ewintri.wordpress.com/2012/01/02/bimbingan-kelompok/>Diakses pada tanggal 03 Februari 2020.
- Gilang Ditya Setiaji, “*Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok terhadap Kebiasaan Merokok pada Penerima Manfaat di Balai Rehabilitasi Mandiri Semarang*”, Skripsi, (Semarang Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang, 2014).
- Hadi Susanto, “*Layanan Bimbingan Kelompok*”, <https://bagawanabiyasa.wordpress.com/2018/01/13/layanan-bimbingan-kelompok/#comments>. Diakses pada tanggal 03 Februari 2020.
- Hallen, “*Bimbingan dan Konseling*”, (Jakarta: Ciputat Pers, 2012).
- Handoko, “*Manajemen Personalia dan Manajemen Sumber Daya Manusia*”, (Yogyakarta: BEFE Yogyakarta, 2003).

- Handoko, “*Manajemen Personalia dan Manajemen Sumber Daya Manusia*”, (Yogyakarta: BEFE Yogyakarta, 2003).
- Hasnan Rahman, Giyono, dan ratna Widiastuti, “*Penggunaan Layanan Konseling Kelompok dalam Mengurangi Perilaku Merok Peserta didik Kelas*”, dalam *Jurnal Bimbingan dan konseling FKIP Universitas Lampung* Vol 1, No. 1, 2011. Kamus Besar Bahasa Indonesia
- Lexy J. Moleong, “*Metode Penelitian Kualitatif*” (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2002).
- Lexy J. Moleong, “*Metode Penelitian Kualitatif*”, (Bandung: PT. Remaja Rosda Karya, 2002).
- Mahmudah, “*Mengurangi Perilaku Membolos Peserta didik dengan Menggunakan Layanan Konseling Behavior*”, *Jurnal IIPAh Pendidikan Bimbingan dan Konseling*, Vol. 1, No. 3, Agustus 2014.
- Meiske Puluhulawa, Moh. Rizki Djibran, Mohamad Rizal Pautina, “*Layanan Bimbingan Kelompok dan Pengaruhnya Terhadap Self-Esteem Peserta didik*”, *Jurnal IIPAh dalam Implementasi Kurikulum Bimbingan dan Konseling Berbasis KKNI*, Vol. 4, No. 6, Agustus 2017.
- Mochamad Syarhul Luma dan Najlatun Naqiyah, “*Penerapan Konseling Kelompok Kognitif Perilaku untuk Mengurangi Perilaku Merokok Peserta didik Kelas XI SMA Muhammadiyah 9 Surabaya*”, *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 1, No. 1, 2015.
- Muhibbinsyah, “*Psikologi Pendidikan*”, (Bandung: PT. Remaja Rosda Karya, 2015).
- Murniati, “*Pengantar Bimbingan dan Konseling*”, (Jakarta: Grafindo Pustaka Utama, 2002).
- Nopianto, Alamsyah, 2017, “*Determinan Perilaku Merokok pada Remaja*”, <https://google.co.id.ejournal.kopertis10.or.id>. Diakses pada tanggal 30 Januari 2020.
- Nunuk Yuli Sulistyoningrum, “*Mengurangi Perilaku Merokok pada Peserta didik Melalui Layanan Bimbingan Kelompok*”, *Jurnal Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling*, Vol. 1, No. 1, 2018.
- Prayitno dan Erman Amti, “*Dasar-Dasar bimbingan dan Konseling*”, (Jakarta: Ghalia Indonesia, 2005).

- Prayitno dan Erman Amti, "*Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*", (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2004).
- Prayitno, "*Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok*", (Padang Universitas Negeri Padang, 2004).
- Rahman Hasnan, "*Penggunaan Layanan Konseling Kelompok dalam Mengurangi Perilaku Merokok Peserta didik Kelas X*", *Jurnal Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung*, Vol, 1, No. 1, 2013.
- Rahman Hasnan, "*Penggunaan Layanan Konseling Kelompok dalam Mengurangi Perilaku Merokok Peserta didik Kelas X*", *Jurnal Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung*, Vol. 1, No. 1, 2014.
- Romlah, *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*, Malang UNM, 2001
- Rizma Sakyowati, "*Bahaya Rokok*", (Depok: PT. Remaja Rosda Karya, 2005).
- Rusmana, "*Bimbingan dan Konseling Kelompok di Sekolah (Metode, Teknik dan Aplikasi)*", (Bandung: Rizqi Press, 2014).
- Setipoe, "*Kekhususan Rokok Indonesia*", (Jakarta: Grasindo, 2000).
- Shinta Desala Rahmawati "*Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik untuk Meningkatkan Pemahaman Bahaya Merokok pada Peserta didik Kelas XII TKR 1 SMK N 1 Randudongkal Pemalang Tahun Ajaran 2016/2017*" Skripsi Bimbingan dan Konseling Fakultas ilmu Pendidikan Universitas Semarang, 2016.
- Sitepoe, "*Kekhususan Rokok Indonesia*", (Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia 2000).
- Siti Seriwati, "*Penerapan Konseling Kelompok Realita untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri di Sekolah*", *Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman*, Vol. 3, No. 2, 2017.
- Sukardi, "*Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*", (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2018).
- Walgito, Bimo, "*Psikologi Sosial (Suatu Pengantar)*", (Yogyakarta: Andi, 2002).
- Wismanto dan Sarwo, "*Strategi Penghentian Perilaku Merokok*", Semarang: Unika Soegijapranata, 2007).
- Zulkifli, "*Kontroversi Rokok*", (Yogyakarta: Graha Pustaka, 2010).

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah Salam, (2015). *“Upaya Layanan Bimbingan dan Konseling dalam Mencegah Peserta didik Menjadi Perokok di SMP Negeri 15 Yogyakarta”*, Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Achmad Juntika Nurihsan, (2006). *“Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Ahmad Nizar Rangkuti, (2014). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Citapustaka Media.
- A Mu'tadin, Z, (2002). *“Pengantar Pendidikan dan Ilmu Perilaku Kesehatan”*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Azwar S, (2002). *“Sikap Manusia, Teori dan Pengukurannya”*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.
- Burhan Bungin, (2009). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Kencana.
- Dewa Ketut Sukardi, (2000). *Manajemen Pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Dewi Rosmala, (2016). *“Profesionalisasi Guru Bimbingan Konseling Melalui Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling”*. Medan: Rineka Cipta.
- Effendy, (2008). *“Dinamika Komunikasi”*. Bandung: PT. Remaja Rosda Karya.
- Gilang Ditya Setiaji, (2014). *“Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok terhadap Kebiasaan Merokok pada Penerima Manfaat di Balai Rehabilitasi Mandiri Semarang”*, Skripsi. Semarang Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang.
- Handoko, (2003). *“Manajemen Personalia dan Manajemen Sumber Daya Manusia”*. Yogyakarta: BEFE Yogyakarta.

Hasnan Rahman, Giyono, dan Ratna Widiastuti, (2011). *“Penggunaan Layanan Konseling Kelompok dalam Mengurangi Perilaku Merok Peserta didik Kelas”*. Dalam Jurnal Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung Vol 1, No. 1.

H.M. Umar, (2001). *Bimbingan dan Penyuluhan*. Bandung: CV Pustaka Setia.

Isti Yuni Purwanti, (2015). *“Layanan Bimbingan Kelompok untuk Mengurangi Kesulitan Belajar Peserta didik”*, Vol. 1, No. 1.

Juliansyah Noor, (2013). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Kencana.

Kamus Besar Bahasa Indonesia, (2020). *“Penyelenggaraan Bimbingan Ibadah Haji dan Keagamaan”*, Tersedia Online di <http://eprints.walisongo.ac.id/6491/3/BAB%20II.pdf>, Diakses pada Tanggal 21 Agustus.

Komalasari dan Helmi, (2002). *“Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Merokok pada Remaja”*, Jurnal Psikologi Universitas Gadjah Mada, Vol.3, No.1.

Kunandar, (2010). *Langkah Mudah Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: PT. Rajawali Pers.

Muhibbinsyah, (2015). *“Psikologi Pendidikan”*. Bandung: PT. Remaja Rosda Karya.

Muri Yusuf, (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Penelitian Gabungan*. Jakarta: Fajar Interpratama Mandiri.

Murniati, (2002). *“Pengantar Bimbingan dan Konseling”*. Jakarta: Grafindo Pustaka Utama.

Nopianto, Alamsyah, (2017). *“Determinan Perilaku Merokok pada Remaja”*, <https://google.co.id.ejournal.kopertis10.or.id>. Diakses pada tanggal 30 Januari 2020.

Nunuk Yuli Sulistyoningrum, (2018). *“Mengurangi Perilaku Merokok pada Peserta didik Melalui Layanan Bimbingan Kelompok”*, *Jurnal Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling*, Vol. 1, No. 1.

- Nyoman Dantes, (2012). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: ANDI.
- Prayitno dan Erman Amti, (2004). "*Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*", Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Rahman Hasnan, (2013). "*Penggunaan Layanan Konseling Kelompok dalam Mengurangi Perilaku Merokok Peserta didik Kelas X*", Jurnal Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung", Vol, 1, No. 1.
- Rizma Saktyowati, (2005). "*Bahaya Rokok*". Depok: PT. Remaja Rosda Karya.
- Romlah, (2001). *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*, Malang UNM.
- Shinta Desala Rahmawati, (2016). "*Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolik untuk Meningkatkan Pemahaman Bahaya Merokok pada Peserta didik Kelas XII TKR 1 SMK N 1 Randudongkal Pemalang Tahun Ajaran 2016/2017*" Skripsi Bimbingan dan Konseling Fakultas ilmu Pendidikan Universitas Semarang.
- Siti Seriwati, (2017). "*Penerapan Konseling Kelompok Realita untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri di Sekolah*". Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman, Vol. 3, No. 2.
- Sitepoe, (2000). "*Kekhususan Rokok Indonesia*". Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
- S. Margono, (2005) *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Sugiyono, (2016). *Metode Penelitian Pendidikan (pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D)*. Bandung: Alfabeta, cv.
- Suharsimi Arikunto, (2013). *Prosedur Peneitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta,
- Suharsimi Arikunto,(2002). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Sukardi, (2011). *Metodologi Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Prakteknya*. Jakarta: Bumi Aksara.

Sunjoyo, dkk, (2013). *Aplikasi SPSS untuk Smart Riset (Program IBM SPSS 21.0)*. Bandung: Alfabeta.



**SURAT KEPUTUSAN DEKAN FTK UIN AR-RANIRY BANDA ACEH**  
**NOMOR: B-4119/Un.08/FTK/KP.07.6/03/2020**

**TENTANG:**  
**PENGANGKATAN PEMBIMBING SKRIPSI MAHASISWA FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**  
**UIN AR-RANIRY BANDA ACEH**

**DEKAN FTK UIN AR-RANIRY BANDA ACEH**

- Menimbang** : c. bahwa untuk kelancaran bimbingan skripsi dan ujian munaqasyah mahasiswa pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry Banda Aceh maka dipandang perlu Menunjuk pembimbing skripsi tersebut yang dituangkan dalam Surat Keputusan Dekan;
- d. bahwa saudara yang tersebut namanya dalam surat keputusan ini dipandang cakap dan memenuhi syarat untuk diangkat sebagai pembimbing skripsi.
- Mengingat** : 3. Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003, tentang Sistem Pendidikan Nasional;  
4. Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005, tentang Guru dan Dosen;  
5. Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2013, tentang Sistem Pendidikan Tinggi;  
6. Peraturan Pemerintah No. 74 Tahun 2012 tentang Perubahan atas Peraturan Pemerintah RI Nomor 23 Tahun 2005 tentang Pengelolaan Keuangan Badan Layanan Umum;  
7. Peraturan Pemerintah Nomor 4 Tahun 2014 tentang Penyelenggaraan Pendidikan Tinggi dan Pengelolaan Perguruan Tinggi;  
8. Peraturan Presiden Nomor 64 Tahun 2013, tentang Perubahan Institut Agama Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh menjadi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh;  
9. Peraturan Menteri Agama RI Nomor 12 Tahun 2014, tentang Organisasi & Tata Kerja UIN Ar-Raniry Banda Aceh;  
10. Peraturan Menteri Agama RI Nomor 21 Tahun 2015, tentang Statuta UIN Ar-Raniry Banda Aceh;  
11. Keputusan Menteri Agama Nomor 492 Tahun 2003, tentang Pendelegasian Wewenang Pengangkatan, Pemindahan, dan Pemberhentian PNS di Lingkungan Depag. RI;  
12. Keputusan Menteri Keuangan Nomor 293/KMK.05/2011 tentang Penetapan Institut Agama Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh pada Kementerian Agama sebagai Instansi Pemerintah yang Menerapkan Pengelolaan Badan Layanan Umum;  
13. Keputusan Rektor UIN Ar-Raniry Nomor 01 Tahun 2015, tentang Pendelegasian Wewenang Kepada Dekan dan Direktur Pascasarjana di Lingkungan UIN Ar-Raniry Banda Aceh;
- Memperhatikan** : Keputusan Sidang/Seminar Proposal Skripsi Prodi Bimbingan Konseling Tanggal 14 Februari 2020

**MEMUTUSKAN**

- Menetapkan** :  
**PERTAMA** : Menunjuk Saudara:
1. Dr. Hj. Chairan M.Nur, M. Ag                      Sebagai pembimbing pertama
  2. Maulida Hidayati, M. Pd                        Sebagai pembimbing kedua

**Untuk membimbing skripsi :**

Nama : Eka Nofiya Sari  
NIM : 160213024  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Skripsi : Penyelenggaraan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Mengurangi Perilaku Merokok Siswa Di SMA Negeri 1 Darul Imarah Aceh Besar

- KEDUA** : Pembiayaan honorarium pembimbing pertama dan kedua tersebut di atas dibebankan pada DIPA UIN Ar-Raniry Banda Aceh
- KETIGA** : Surat Keputusan ini berlaku sampai akhir semester Genap Tahun Akademik 2019/2020
- KEEMPAT** : Surat Keputusan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan dengan ketentuan bahwa segala sesuatu akan dirubah dan diperbaiki kembali sebagaimana mestinya, apabila kemudian hari ternyata terdapat kekeliruan dalam surat keputusan ini.

Ditetapkan di : Banda Aceh  
Pada tanggal : 23 Maret 2020  
An. Rektor  
Dekan  
  
Muslim Razali

**Tembusan**

5. Rektor UIN Ar-Raniry di Banda Aceh;
6. Ketua Prodi Bimbingan Konseling;
7. Pembimbing yang bersangkutan untuk dimaklumi dan dilaksanakan;
8. Yang bersangkutan.



PEMERINTAH ACEH  
**DINAS PENDIDIKAN**

Jalan Tgk. H. Mohd Daud Beureueh Nomor 22 Banda Aceh Kode Pos 23121  
Telepon (0651) 22620, Faks (0651) 32386  
Website : [disdikacehprov.go.id](http://disdikacehprov.go.id), Email : [disdik@acehprov.go.id](mailto:disdik@acehprov.go.id)

Nomor : 070 / B / 1207 / 2021  
Sifat : Biasa  
Lampiran : -  
Hal : Izin Penelitian

Banda Aceh, 08 Januari 2021  
Yang Terhormat,  
Kepala SMA Negeri 1 Darul Imarah  
Kabupaten Aceh Besar  
di -  
Tempat

Sehubungan dengan surat Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh Nomor : B-13143/Un.08/FTK.1/TL.00/11/2020 tanggal, 27 November 2020 hal : "Mohon Bantuan dan Keizinan Melakukan Penelitian Skripsi", dengan ini kami memberikan izin kepada:

Nama : Eka Nofiya Sari  
NIM : 160213024  
Program Studi : Bimbingan Konseling  
Judul : "PENYELENGGARAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENGURANGI PERILAKU MEROKOK SISWA DI SMA NEGERI 1 DARUL IMARAH ACEH BESAR"

Namun untuk maksud tersebut kami sampaikan beberapa hal sebagai berikut:

1. Mengingat kegiatan ini akan melibatkan para siswa, diharapkan agar dalam pelaksanaannya tidak mengganggu proses belajar mengajar;
2. Harus mentaati semua ketentuan peraturan Perundang-undangan, norma-norma atau Adat Istiadat yang berlaku;
3. Demi kelancaran kegiatan tersebut, hendaknya dilakukan koordinasi terlebih dahulu antara Mahasiswi yang bersangkutan dengan Kepala Sekolah dan Cabang Dinas Pendidikan setempat;
4. Melaporkan dan menyerahkan hasil Penelitian kepada pejabat yang menerbitkan surat izin Penelitian.

Demikian kami sampaikan, atas kerjasamanya kami haturkan terima kasih.

a.n KEPALA DINAS PENDIDIKAN  
KEPALA BIDANG PEMBINAAN SMA DAN SMP



Tembusan :

1. Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh;
2. Mahasiswa yang bersangkutan;
3. Arsip



## HASIL JUDGMENT INSTRUMEN

Instrumen : Perilaku Merokok

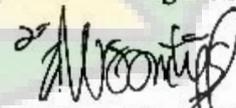
Nama : Eka Nofiya Sari

NIM : 160213024

Pertimbangan	Saran/Rekomendasi/Revisi
Bahasa	BAIK
Konstruksi	Sudah memenuhi kesesuaian DO
Isi	BAIK

Banda Aceh, 23 Desember 2020

Pembimbing Instrumen



( Wanty Khaira, M.Ed )

### HASIL JUDGMENT INSTRUMEN

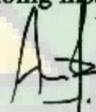
Instrumen : Perilaku Merokok

Nama : Eka Nofiya Sari

NIM : 160213024

Pertimbangan	Saran/Rekomendasi/Revisi
Bahasa	Sudah sesuai
Konstruksi	Sudah sesuai
Isi	Sudah sesuai

Banda Aceh, 18 Desember 2020  
Pembimbing Instrumen

  
(Asriyana, M.Pd)

### Skor r tabel dan r hitung Hasil Uji Validitas Butir Item

No Pernyataan	r-tabel	r-hitung	Kesimpulan	Keterangan
1	0,361	0,589	Valid	Dipakai
2	0,361	0,841	Valid	Dipakai
3	0,361	0,721	Valid	Dipakai
4	0,361	0,457	Valid	Dipakai
5	0,361	0,303	Invalid	Dibuang
6	0,361	0,536	Valid	Dipakai
7	0,361	0,476	Valid	Dipakai
8	0,361	0,455	Valid	Dipakai
9	0,361	0,447	Valid	Dipakai
10	0,361	0,601	Valid	Dipakai
11	0,361	0,539	Valid	Dipakai
12	0,361	0,770	Valid	Dipakai
13	0,361	0,697	Valid	Dipakai
14	0,361	0,853	Valid	Dipakai
15	0,361	0,397	Valid	Dipakai
16	0,361	0,528	Valid	Dipakai
17	0,361	0,153	Invalid	Dibuang
18	0,361	0,215	Invalid	Dibuang
19	0,361	0,502	Valid	Dipakai
20	0,361	0,843	Valid	Dipakai
21	0,361	0,681	Valid	Dipakai
22	0,361	0,295	Invalid	Dibuang
23	0,361	0,159	Invalid	Dibuang
24	0,361	0,549	Valid	Dipakai
25	0,361	0,625	Valid	Dipakai
26	0,361	0,876	Valid	Dipakai
27	0,361	0,773	Valid	Dipakai
28	0,361	0,636	Valid	Dipakai
29	0,361	0,783	Valid	Dipakai
30	0,361	0,787	Valid	Dipakai
31	0,361	0,609	Valid	Dipakai
32	0,361	0,729	Valid	Dipakai
33	0,361	0,712	Valid	Dipakai
34	0,361	0,539	Valid	Dipakai
35	0,361	0,272	Invalid	Dibuang
36	0,361	0,371	Valid	Dipakai
37	0,361	0,355	Invalid	Dibuang
38	0,361	0,444	Valid	Dipakai
39	0,361	0,864	Valid	Dipakai
40	0,361	0,648	Valid	Dipakai
41	0,361	0,704	Valid	Dipakai

42	0,361	0,801	Valid	Dipakai
43	0,361	0,577	Valid	Dipakai
44	0,361	0,849	Valid	Dipakai



**Cronbach's Alpha  
Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.914	37

**Hasil Uji Reliabilitas Skala Perilaku Merokok**

Variable	Cronbach's Alpha	N of Items	Tafsiran
Perilaku Merokok	.914	37	Reliabilitas Kuat

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		9
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.87978636
	Most Extreme Differences	
	Absolute	.241
	Positive	.171
	Negative	-.241
Test Statistic		.241
Asymp. Sig. (2-tailed)		.141 <sup>c</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

**Paired Samples Statistics**

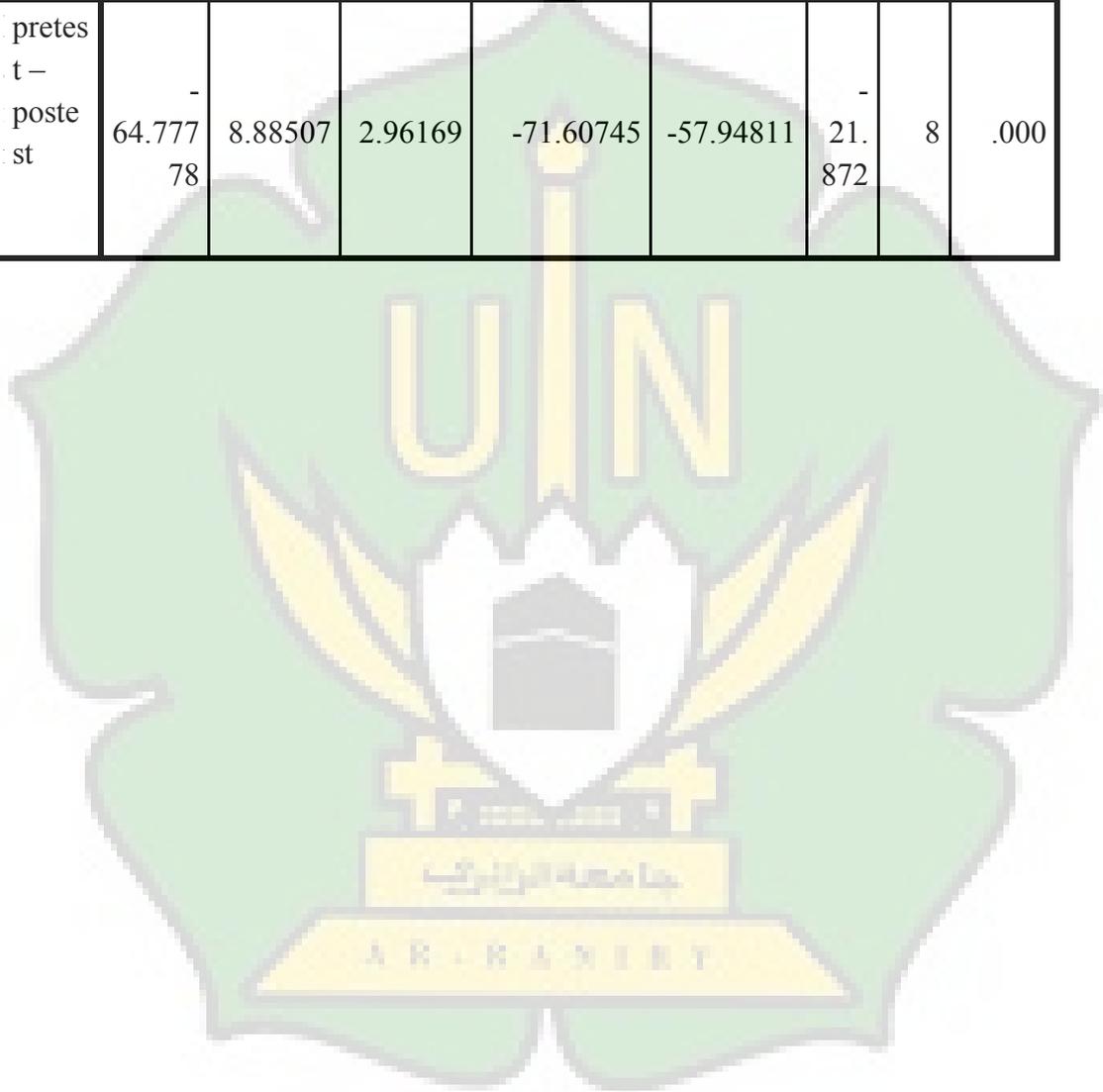
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	pretest	93.5556	9	6.12599	2.04200
	posttest	158.3333	9	5.04975	1.68325

**Paired Samples Correlations**

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	pretest & posttest	9	-.257	.504

**Uji t Berpasangan *Pretest* dan *Postest* Perilaku  
Merokok Paired Samples Test**

	Paired Differences					T	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
pretest – posttest	-64.77778	8.88507	2.96169	-71.60745	-57.94811	-21.872	8	.000



**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)**  
**BIMBINGAN KELOMPOK**  
**SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020/2021**

A	Komponen Layanan		BIMBINGAN KELOMPOK	
B	Bidang Layanan		Bimbingan Belajar	
C	Fungsi Layanan		Pencegahan dan Pengentasan	
D	Tujuan		Agar siswa dapat mengetahui hal positif dan negative dari pergaulan bebas	
E	Topik		Pergaulan Bebas	
F	Sasaran Layanan		XI	
G	Metode dan Teknik		Ceramah dan tanya jawab	
H	Waktu		Satu x pertemuan 30 menit	
I	Media/Alat		Papan tulis dan spidol	
J	Tanggal Pelaksanaan		11 Januari 2021	
K	Sumber Bacaan		Buku	
L	Uraian Kegiatan			
	1	Tahap Awal		
	a	Pernyataan Tujuan	-	Menerima secara terbuka dan mengucapkan terimakasih
			-	Berdoa
	b	Pembentukan Kelompok (Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan kelompok)	Menjelaskan pengertian konseling kelompok Menjelaskan tujuan konseling kelompok Menjelaskan cara pelaksanaan konseling kelompok Menjelaskan azas-azas konseling kelompok	
	c	Mengarahkan kegiatan(konsolidasi)	Perkenalan dilanjutkan rangkaian nama	
	d	Tahap Peralihan (Transisi)		
	-	Guru BK/Konselor menanyakan kalau ada siswa yang belum mengerti dan memberikan penjelasan ( <i>Storming</i> )	a	Guru BK/Konselor menanyakan kesiapan kelompok dalam melaksanakan tugas
			b	Guru BK/Konselor memberi kesempatan bertanya kepada setiap kelompok tentang tugas-tugas yang belum mereka pahami
			c	Guru BK/Konselor menjelaskan kembali secara singkat tentang tugas dan tanggung jawab peserta dalam melakukan kegiatan

	-	Guru BK/Konselor menyiapkan siswa untuk melakukan komitmen tentang kegiatan yang akan dilakukannya ( <i>Norming</i> )	a	Guru BK/Konselor menanyakan kesiapan para peserta untuk melaksanakan tugas
			b	Setelah semua menyatakan siap, selanjutnya Guru BK/Konselor memulai ke tahap kerja
2	Tahap Inti/Kerja			
	a	<i>Eksperientasi</i> (proses/kegiatan yang dialami peserta didik dalam suatu kegiatan bimbingan berdasarkan teknis tertentu)	Guru BK/Konselor memastikan keselarasan antara tujuan yang akan dicapai, metode yang dipilih dengan materi	
	b	Refleksi (Pengungkapan perasaan, pemikiran dan pengalaman tentang apa yang terjadi dalam kegiatan bimbingan)	1	Refleksi Identifikasi. Guru BK/Konselor mengidentifikasi respon anggota kelompok melalui pertanyaan yang mengungkap pengalaman peserta tentang apa yang terjadi pada saat mengikuti kegiatan ( <i>What Happened</i> ). Pertanyaan pada refleksi identifikasi mengacu pada pengukuran pencapaian apa yang diketahui (pengenalan)
2			Refleksi Analisis. Guru BK/Konselor mengajak konseli untuk menganalisis dan memikirkan ( <i>think</i> ) sebab-sebab mengapa mereka menunjukkan perilaku tertentu dan apa yang akan dilakukan selanjutnya ( <i>so what</i> )	
3			Refleksi Generalisasi. Guru BK/Konselor mengajak peserta membuat rencana tindakan untuk memperbaiki perilaku yang dianggap sebagai kelemahan dirinya ( <i>Plan</i> ). Kemudian Guru BK/Konselor mengajukan pertanyaan tentang rencana tindakan untuk memperbaiki perilaku sebagai tanda peserta didik memiliki kesadaran untuk berubah ( <i>Now What</i> ). Contoh pertanyaan: rencana apa yang akan dilakukan ? kapan akan dimulai ?	

				langkah terdekat apa yang akan dilakukan ?
	3	Tahap Pengakhiran (Terminasi)		
		Menutup kegiatan dan tindak lanjut	a	Guru bimbingan dan konseling atau konselor memberikan penguatan terhadap aspek-aspek yang ditemukan oleh peserta dalam suatu kerja kelompok
			b	Merencanakan tindak lanjut, yaitu mengembangkan aspek kerjasama
			c	Akhir dari tahap ini adalah menutup kegiatan layanan secara simpatik ( <i>Framming</i> )
M	Evaluasi			
	1	Evaluasi Proses	a	Guru bimbingan dan konseling atau konselor terlibat dalam menumbuhkan antusiasme peserta dalam mengikuti kegiatan.
			b	Guru bimbingan dan konseling atau konselor membangun dinamika kelompok
			c	Guru bimbingan dan konseling atau konselor memberikan penguatan dalam didik membuat langkah yang akan dilakukannya
	2	Evaluasi Hasil	a	Mengajukan pertanyaan untuk mengungkap pengalaman konseli dalam bimbingan kelompok
			b	Mengamati perubahan perilaku peserta setelah bimbingan kelompok.
			c	Konseli mengisi instrumen penilaian dari guru bimbingan dan konseling atau konselor (seperti contoh dalam konseling kelompok)

#### LAMPIRAN-LAMPIRAN

1. Uraian materi/Slide power point
2. Lembar kerja siswa

Aceh Besar, 11 Januari 2021

Peneliti

EKA NOFIYA SARI  
NIM: 160213024



## PERGAULAN BEBAS

Secara umum, pengertian dari pergaulan bebas adalah salah satu bentuk perilaku menyimpang yang melewati batas dari kewajiban, aturan, tuntutan, syarat, dan perasaan malu. Pergaulan bebas juga dapat diartikan sebagai perilaku menyimpang yang melanggar norma agama maupun norma kesusilaan.

Pergaulan bebas merupakan sebuah perilaku negatif sebagai ekspresi penolakan remaja. Beberapa penyebab remaja melakukan pergaulan bebas yaitu kegagalan remaja menyerap norma-norma agama dan norma-norma pancasila, sikap mental yang tidak sehat, pelampiasan rasa kecewa terhadap keluarga yang tidak harmonis, dan lain sebagainya. Pergaulan memiliki pengaruh yang besar terhadap proses pembentukan kepribadian. Remaja sangat rentan terpengaruh oleh pergaulan yang ada pada lingkungannya. Remaja harus cerdas untuk menghindari pergaulan bebas, karena seumuran remaja masih mudah goyah dan sedang mencari jati diri.

Berikut beberapa jenis dari pergaulan bebas remaja:

1. Seks pranikah.
2. Menggunakan narkoba (obat-obatan terlarang).
3. Mengonsumsi alkohol.
4. Menonton pornografi.
5. Tawuran antar kelompok.
6. Memakai pakaian terbuka.
7. Clubbing.
8. Menghalalkan segala cara demi suatu hal yang diharapkan.

Faktor Penyebab Pergaulan Bebas Remaja. Selain contoh – contoh diatas, terdapat penyebab dari pergaulan bebas seperti:

1. Taraf Pendidikan Keluarga yang Rendah.

Seperti contoh mengizinkan anak yang masih dibawah umur berpacaran tanpa

adanya pengawasan. Hal ini dapat menjadi penyebab anak terjerumus ke dalam pergaulan yang tidak semestinya.

2. Keluarga yang Tidak Harmonis (Broken Home)

Psikis anak dapat terganggu ketika mendapati keluarga yang tidak harmonis. Hal ini membuat anak mencari kebahagiaannya tersendiri dibandingkan didalam rumah. Faktor inilah yang menyebabkan anak terjerumus menuju pergaulan bebas.

3. Keadaan Ekonomi Keluarga

Keadaan ekonomi yang rendah dapat menjadi penyebab seseorang menjadi putus sekolah. Kurangnya ilmu atau pembelajaran membuat anak sulit membedakan hal yang baik maupun yang buruk.

4. Kurangnya Perhatian dari Orang Tua

Kurangnya perhatian dari orang tua membuat anak bertingkah sesuka yang dia mau. Hal ini dapat memicu terjadinya pergaulan yang kurang baik.

5. Lingkungan yang Kurang Baik

Lingkungan yang tidak baik atau dapat dapat dibidang lepas juga memudahkan anak terbawa dalam pergaulan bebas.

6. Kurangnya Kesadaran Remaja

Dampak dari pergaulan bebas yang belum diketahui membuat remaja masih berani untuk melakukan pergaulan tersebut.

7. Penyalahgunaan Internet

Internet yang digunakan secara tidak semestinya juga dapat menjadi faktor seseorang meniru hal yang negatif.

Dampak Pergaulan Bebas. Beberapa dampaknya meliputi beberapa hal seperti:

1. Ketergantungan Obat

Dimulai dari coba-coba yang berakhir menjadi ketagihan atau ketergantungan. Hal ini sangat berbahaya karena dapat menyebabkan kematian.

2. Adanya Seks Bebas

Hal yang berujung pada kehamilan di luar nikah memang sudah menjamur kasusnya. Inilah bahaya yang timbul dari pergaulan bebas.

### 3. Kriminalitas Meningkat

Berusaha mendapatkan apa yang sangat diinginkan, seperti halnya sedang sakaw karena tidak mendapat barang dikarenakan materi yang tidak cukup. Hal ini dapat memicu terjadinya pencurian, perampokan, dan lain-lain.

### 4. Kesehatan Menurun

Terserang penyakit berupa HIV AIDS karena melakukan hubungan seksual dengan pasangan yang berbeda-beda. Hal ini tentu dapat merusak generasi bangsa.

### 5. Menurunnya Prestasi

Seseorang yang telah terjerumus ke dunia bebas maka akan cenderung malas untuk meraih prestasi.

### 6. Hubungan Keluarga yang Renggang

Dapat timbul karena broken home ataupun suatu hal yang menyebabkan anak tersebut kehilangan rasa hormat kepada orang tua yang menyebabkan renggangnya hubungan keluarga.

### 7. Berdosa

Perbuatan yang melanggar aturan dari sebuah agama tentu akan menimbulkan dosa.

## Tips Mengatasi atau Mencegah Pergaulan Bebas.

### 1. Jujur Pada Diri Sendiri

Harus memikirkan secara sehat, sejatinya seorang mengerti baik buruknya suatu hal.

### 2. Memperbaiki Cara Pandang

Selalu berpikiran positif dan optimis. Tidak boleh memikirkan hal yang dapat membawa ke arah jalan yang salah.

### 3. Memiliki Kegiatan yang Positif

Hal ini tentu dapat mengalihkan dari hal yang tidak bermanfaat atau cenderung merugikan.

### 4. Menjadi Pribadi yang Taat

Maksudnya adalah taat pada perintah Nya agar tidak sekali-kali mencoba hal

yang bertentangan sesuai dengan syariat agama.

5. Berpikir Maju

Selalu berpikiran ke depan agar tidak mudah goyah dan terlena akan kesenangan sesaat yang dapat menjerumuskan anda.

6. Menjaga Keseimbangan Hidup

Dapat mengontrol pola pikir, emosi, waktu agar menjadikan di tiap hari-harinya lebih bermanfaat.

7. Sosialisasi

Memberikan informasi kepada masyarakat sekitar tentang bahaya dari pergaulan bebas yang dapat merusak generasi bangsa.

8. Perbanyak Membaca

Semakin banyak membaca, maka secara langsung akan menambah ilmu. Hal ini menjadikan seseorang menjadi pemahaman yang lebih agar tidak mudah terjerumus ke dalam hal yang negative.

9. Menjalinkan Komunikasi yang Baik

Menjalinkan komunikasi yang baik merupakan suatu langkah yang bagus untuk terhindar dari pergaulan yang merugikan. Dengan cara terus membina berkomunikasi dengan orang tua atau keluarga serta tetangga atau teman yang baik akan membawa kita kepada pergaulan yang positif.

10. Mengurangi Menonton Acara yang Tidak Baik

Sangat sangat disarankan untuk mengurangi menonton acara yang mengandung unsur kekerasan maupun pornografi. Itulah penjelasan singkat dari ciri, penyebab, dampak, hingga cara mengatasi bahaya pergaulan bebas yang banyak menimpa remaja khususnya di Indonesia sendiri.

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)**  
**BIMBINGAN KELOMPOK**  
**SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020/2021**

A	Komponen Layanan	BIMBINGAN KELOMPOK	
B	Bidang Layanan	Peribadi dan Sosial	
C	Fungsi Layanan	Pemahaman	
D	Tujuan	Peserta didik/konseli memiliki pemahaman tentang bahaya dan dampak rokok bagi kesehatan tubuh dan lingkungan serta cara untuk menolak ajakan untuk merokok dalam bentuk apapun	
E	Topik	Bahaya rokok dan dampaknya	
F	Sasaran Layanan	XI	
G	Metode dan Teknik	Ceramah dan tanya jawab	
H	Waktu	Satu x pertemuan 30 menit	
I	Media/Alat	Video	
J	Tanggal Pelaksanaan	13 Januari 2021	
K	Sumber Bacaan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Slamet, dkk 2016, <i>Materi Layanan Klasikal Bimbingan dan Konseling untuk SMA-MA kelas 10</i>, Yogyakarta, Paramitra Publishing</li> <li>2. Triyono, Mastur, 2014, <i>Materi Layanan Klasikal Bimbingan dan Konseling bidang sosial</i>, Yogyakarta, Paramitra</li> <li>3. Hutagalung, Ronal. 2015. <i>Ternyata Berprestasi Itu Mudah</i>. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama</li> <li>4. Eliasa Imania Eva, Suwarjo. 2011. <i>Permainan (games) dalam Bimbingan dan Konseling</i>. Yogyakarta: Paramitra</li> </ol>	
L	Uraian Kegiatan		
	1	Tahap Awal	
	a	Pernyataan Tujuan	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menerima secara terbuka dan mengucapkan terimakasih</li> <li>- Berdoa</li> </ul>

	b	Pembentukan Kelompok (Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan kelompok)		Menjelaskan pengertian konseling kelompok Menjelaskan tujuan konseling kelompok Menjelaskan cara pelaksanaan konseling kelompok Menjelaskan azas-azas konseling kelompok
	c	Mengarahkan kegiatan(konsolidasi)		Perkenalan dilanjutkan rangkaian nama
	d	Tahap Peralihan (Transisi)		
	-	Guru BK/Konselor menanyakan kalau ada siswa yang belum mengerti dan memberikan penjelasan ( <i>Storming</i> )	a	Guru BK/Konselor menanyakan kesiapan kelompok dalam melaksanakan tugas
	b		Guru BK/Konselor memberi kesempatan bertanya kepada setiap kelompok tentang tugas-tugas yang belum mereka pahami	
	c		Guru BK/Konselor menjelaskan kembali secara singkat tentang tugas dan tanggung jawab peserta dalam melakukan kegiatan	
	-	Guru BK/Konselor menyiapkan siswa untuk melakukan komitmen tentang kegiatan yang akan dilakukannya ( <i>Norming</i> )	a	Guru BK/Konselor menanyakan kesiapan para peserta untuk melaksanakan tugas
	b		Setelah semua menyatakan siap, selanjutnya Guru BK/Konselor memulai ke tahap kerja	
2	Tahap Inti/Kerja			
	a	<i>Eksperientasi</i> (proses/kegiatan yang dialami peserta didik dalam suatu kegiatan bimbingan berdasarkan teknis tertentu)		Guru BK/Konselor memastikan keselarasan antara tujuan yang akan dicapai, metode yang dipilih dengan materi
	b	Refleksi (Pengungkapan perasaan, pemikiran dan pengalaman tentang apa yang terjadi dalam kegiatan bimbingan)	1	Refleksi Identifikasi. Guru BK/Konselor mengidentifikasi respon anggota kelompok melalui pertanyaan yang mengungkap pengalaman peserta tentang apa yang terjadi pada saat mengikuti kegiatan ( <i>What Happened</i> ). Pertanyaan pada refleksi identifikasi mengacu pada pengukuran pencapaian apa yang diketahui (pengenalan)

			2	Refleksi Analisis. Guru BK/Konselor mengajak konseli untuk menganalisis dan memikirkan (think) sebab-sebab mengapa mereka menunjukkan perilaku tertentu dan apa yang akan dilakukan selanjutnya ( <i>so what</i> )
			3	Refleksi Generalisasi. Guru BK/Konselor mengajak peserta membuat rencana tindakan untuk memperbaiki perilaku yang dianggap sebagai kelemahan dirinya ( <i>Plan</i> ). Kemudian Guru BK/Konselor mengajukan pertanyaan tentang rencana tindakan untuk memperbaiki perilaku sebagai tanda peserta didik memiliki kesadaran untuk berubah ( <i>Now What</i> ). Contoh pertanyaan: rencana apa yang akan dilakukan ? kapan akan dimulai ? langkah terdekat apa yang akan dilakukan ?
	3	Tahap Pengakhiran (Terminasi)		
		Menutup kegiatan dan tindak lanjut	a	Guru bimbingan dan konseling atau konselor memberikan penguatan terhadap aspek-aspek yang ditemukan oleh peserta dalam suatu kerja kelompok
			b	Merencanakan tindak lanjut, yaitu mengembangkan aspek kerjasama
			c	Akhir dari tahap ini adalah menutup kegiatan layanan secara simpatik ( <i>Framming</i> )
M	Evaluasi			
	1	Evaluasi Proses	a	Guru bimbingan dan konseling atau konselor terlibat dalam menumbuhkan antusiasme peserta dalam mengikuti kegiatan.
			b	Guru bimbingan dan konseling atau konselor membangun dinamika kelompok
			c	Guru bimbingan dan konseling atau konselor memberikan penguatan dalam didik membuat langkah yang akan dilakukannya
	2	Evaluasi Hasil	a	Mengajukan pertanyaan untuk mengungkap pengalaman konseli dalam bimbingan kelompok

			b	Mengamati perubahan perilaku peserta setelah bimbingan kelompok.
			c	Konseli mengisi instrumen penilaian dari guru bimbingan dan konseling atau konselor (seperti contoh dalam konseling kelompok)

LAMPIRAN-LAMPIRAN

3. Uraian materi/Slide power point
4. Lembar kerja siswa

Aceh Besar, 13 Januari 2021

Peneliti

EKA NOFIYA SARI  
NIM: 160213024



## **BAHAYA ROKOK DAN DAMPAKNYA**

### **A. Pengertian Rokok**

Menurut Wikipedia, Rokok adalah silinder dari kertas berukuran panjang antara 70 hingga 120 mm (bervariasi tergantung negara) dengan diameter sekitar 10 mm yang berisi daun-daun tembakau yang telah dicacah. Rokok dibakar pada salah satu ujungnya dan dibiarkan membara agar asapnya dapat dihirup lewat mulut pada ujung lainnya. Rokok biasanya dijual dalam bungkus berbentuk kotak atau kemasan kertas yang dapat dimasukkan dengan mudah ke dalam kantong. Sejak beberapa tahun terakhir, bungkus-bungkus tersebut juga umumnya disertai pesan kesehatan yang memperingatkan perokok akan bahaya kesehatan yang dapat ditimbulkan dari merokok, misalnya kanker paru-paru, jantung.

#### **Ada banyak bentuk rokok, diantaranya:**

1. Rokok Kretek Batang, yaitu tembakau yang dibungkus kertas, ada yang kretek dan filter.
2. Rokok Cerutu, yaitu Sejenis rokok dengan tembakau murni dalam bentuk lembaran.
3. Rokok Pipa/Canglong, yaitu rokok dengan tembakaunya langsung dimasukkan ke dalam pipa lalu dibakar.
4. Rokok Shisa, yaitu rokok ini lebih dikenal dengan rokok arab yang tembakaunya dicampur dengan buah-buahan.
5. Rokok Susur, yaitu tembakau yang langsung dihisap dan dicampur daun sirih, kapur dan pinang.
6. Rokok Kunyah/Permen, yaitu produk tembakau yang dihisap seperti permen.
7. Rokok Elektrik, yaitu e-cigarette. Sebuah inovasi baru dari bentuk rokok tradisional menjadi rokok modern.

#### **Jenis-jenis Perokok**

Berdasarkan jenisnya perokok dibedakan menjadi:

1. Perokok aktif  
Mereka telah terbiasa dan nyata menghisap rokok dan menanggung sendiri akibatnya.
2. Perokok pasif  
Mereka sebenarnya tidak merokok namun karena ada orang lain yang merokok didekatnya maka ia terpaksa harus ikut menghisap asap rokok dengan segala akibatnya. Dampak bagi perokok pasif.

Berdasarkan jumlahnya perokok dibagi menjadi:

1. Perokok ringan  
Perokok yang menghabiskan sekitar 1-10 batang rokok per hari.
2. Perokok sedang.  
Perokok yang menghabiskan sekitar 10-20 batang rokok per hari.
3. Perokok berat.  
Perokok yang menghabiskan lebih dari 20 batang rokok per hari.

#### **B. Zat yang Terkandung dalam Rokok**

1. Nikotin  
Zat ini mengandung candu bisa menyebabkan seseorang ketagihan untuk terus menghisap rokok. Pengaruh bagi tubuh manusia:
  - Menyebabkan kecanduan atau ketergantungan merusak jaringan otak
  - Menyebabkan darah cepat membeku
  - Mengeraskan dinding arteri
2. Tar  
Bahan dasar pembuatan aspal yang dapat menempel pada paru-paru dan bisa menimbulkan iritasi bahkan kanker Pengaruh bagi tubuh manusia:
  - Membunuh sel dalam saluran darah
  - Meningkatkan produksi lendir diparu-paru
  - Menyebabkan kanker paru-paru
3. Karbon Monoksida  
Gas yang bisa menimbulkan penyakit jantung karena gas ini bisa mengikat oksigen dalam tubuh. Pengaruh bagi tubuh manusia:
  - Mengikat hemoglobin, sehingga tubuh kekurangan oksigen
  - menghalangi transportasi dalam darah
4. Zat Karsinogen Pengaruh bagi tubuh manusia:
  - Memicu pertumbuhan sel kanker dalam tubuh
5. Zat Iritan Pengaruh bagi tubuh manusia
  - Mengotori saluran udara dan kantung udara dalam paru-paru
  - Menyebabkan batuk.

#### **C. Bahaya yang Di Timbulkan Akibat Merokok**

Adapun beberapa bahaya dan akibat yang di timbulkan oleh rokok bagi kesehatan tubuh antara lain:

1. Kanker Paru
2. Kanker Kandung Kemih
3. Kanker Payudara
4. Kanker Serviks
5. Kanker Kerongkongan
6. Kanker Pencernaan



7. Kanker Ginjal
8. Kanker Mulut
9. Kanker Tenggorokan
10. Serangan Jantung
11. Penyakit Jantung Koroner (PJK)
12. Aterosklerosis
13. Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK)
14. Impotensi
15. Gangguan medis lainnya

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)**  
**BIMBINGAN KLASIKAL**  
**SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020/2021**

A	Komponen Layanan	BIMBINGAN KLASIKAL	
B	Bidang Layanan	Sosial	
C	Topik / Tema Layanan	Memahami Diri Sendiri	
D	Fungsi Layanan	Pemahaman	
E	Tujuan Umum	Peserta didik/konseli dapat memahami tentang cara meningkatkan sikap sosial dengan teman	
F	Tujuan Khusus	1	Siswa mampu lebih memahami diri agar lebih baik lagi
		2	Siswa mampu menyadari akan sifat negative yang berlebihan
		3	Siswa mampu meningkatkan perilaku yang baik untuk kedepannya
G	Sasaran Layanan	Kelas XI	
H	Materi Layanan	1	Memahami diri agar mnejadi peribadi yang baik
		2	Memikirkan hal yang positif
I	Waktu	2 Kali Pertemuan x 40 Menit	
J	Sumber	1	<a href="http://www.iprasblog.com/masa-depan-adalah-dari-pilihan-hidup-anda/256">http://www.iprasblog.com/masa-depan-adalah-dari-pilihan-hidup-anda/256</a>
		2	Sunaryo, Kartadinata. 1992. Identifikasi Kebutuhan dan Masalah Perkembangan Murid Sekolah Dasar dan Implikasinya bagi Layanan Bimbingan. Bandung : Laporan Penelitian
K	Metode/Teknik	Ceramah, Curah pendapat dan tanya jawab	
L	Media / Alat	Papan tulis dan spidol	
M	PELAKSANAAN		
	1	Tahap Awal/Pendahuluan	
	a	Pernyataan Tujuan	- Salam
			- Menanyakan kabar
			- Ice breaker ( berbagai macam variasi).

		- Menyampaikan tujuan yang akan dicapai
	b Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan	- Memberikan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggung jawab peserta didik - Kontrak layanan ( kesepakatan layanan ), hari ini kita akan melakukan kegiatan selama 1 jam pelayanan, kita sepakat akan melakukan dengan baik.
	c Mengarahkan kegiatan (konsolidasi)	- Guru BK/Konselor memberikan penjelasan tentang topik yang akan dibicarakan
	d Tahap peralihan ( Transisi)	- Guru BK/Konselor menanyakan kesiapan peserta didik melaksanakan kegiatan, dan memulai ke tahap inti
	2 Tahap Inti	
	a Kegiatan Peserta Didik	- Peserta didik melakukan kegiatan sesuai dengan langkah dan
	b Kegiatan Guru BK/Konselor	- Guru Bimbingan dan Konseling/Narasumber menyajikan materi dengan menggunakan media BK (bila ada)
	3 Tahap Penutup	- Guru Bimbingan dan Konseling atau Konselor memberikan penguatan terhadap pengalaman belajar peserta didik
N	Evaluasi	
	1 Evaluasi Proses	- Melakukan Refleksi hasil, setiap peserta didik menuliskan di kertas yang sudah disiapkan. - Sikap atau atusias peserta didik dalam mengikuti kegiatan - Cara peserta didik dalam menyampaikan pendapat atau bertanya - Cara peserta didik memberikan penjelasan dari pertanyaan guru BK
	2 Evaluasi Hasil	- Merasakan suasana pertemuan: menyenangkan/kurang menyenangkan/tidak menyenangkan

		- Topik yang dibahas: sangat penting/kurang penting/tidak penting
		- Penyampaian Guru BK/Konselor: mudah dipahami/sulit dipahami
		- Kegiatan yang diikuti: menarik/kurang menarik/tidak menarik untuk diikuti

LAMPIRAN-LAMPIRAN

- 1 Uraian materi
- 2 Lembar kerja siswa

Aceh Besar, 14 Januari 2021

Peneliti

EKA NOFIYA SARI  
NIM: 160213024



## MEMAHAMI DIRI SENDIRI

### 1. Pengertian Pemahaman Diri

Pemahaman diri banyak diperbincangkan oleh banyak orang dan setiap orang mengartikan pemahaman diri menurut cara pandang mereka masing-masing. Maria Antoinete menjelaskan bahwa orang yang memahami diri adalah mereka yang memiliki tujuan hidup, memiliki arah, rasa memiliki kewajiban dan alasan untuk ada (eksis), identitas diri yang jelas dan kesadaran sosial yang tinggi. Pemahaman diri adalah suatu cara untuk memahami, menaksir karakteristik, potensi dan atau masalah (gangguan) yang ada pada individu atau sekelompok individu.

### 2. Tujuan Pemahaman Diri

Menurut Muhamat Farid ketika seseorang mengetahui kondisi dan gambaran tentang dirinya maka dia akan dapat menjalani hidupnya dengan nyaman dan juga memiliki rasa percaya diri yang kuat karena sudah memiliki pandangan diri yang jelas. Dalam materi kuliah yang disusun di Universitas Negeri Malang dengan materi pemahaman diri ditujukan agar siswa mampu mempersiapkan diri dalam memasuki dunia kerja, sehingga dapat mencapai kesuksesan dalam karier.

### 3. Ciri-ciri Bisa Memahami Dirinya

Menurut Bastaman menjelaskan dalam diri seseorang yang memahami diri terjadi meningkatnya kesadaran atas buruknya kondisi diri pada saat ini dan keinginan kuat untuk melakukan perubahan kearah kondisi yang lebih baik. Almond mereka yang memahami diri yaitu; (1). Orang yang percaya bahwa hidupnya bermakna , secara positif pasti meyakini konsep-konsep tertentu, seperti humanistik, religiusitas, atau *idiosyncratic* yang berhubungan dengan makna kehidupan, (2). Konsep *meaning* yang mereka yakini, memunculkan kekonsistensian mereka untuk mencapai arah dan tujuan hidup mereka, (3). Orang yang percaya bahwa hidup mereka bermakna , entah hidup mereka sudah bermakna atau mereka yang masih berusaha mencapai tujuan hidupnya, (4). Dalam proses mencapai tujuan hidup yang mereka buat, dalam diri seseorang , akan muncul perasaan signifikan pada diri mereka sendiri dan rasa bangga terhadap kehidupan mereka.

Muhamat Farid, dalam tesisnya yang dimuat pada blog menjelaskan bahwa ketika seseorang mengetahui kondisi dan gambaran tentang dirinya maka dia akan dapat menjalani hidupnya dengan nyaman dan juga memiliki rasa percaya diri yang kuat karena sudah memiliki pandangan diri yang jelas.

Dari uraian-uraian diatas penulis dapat menyimpulkan bahwa memahami diri memiliki ciri-ciri sebagai berikut;

- a. Percaya diri
- b. Befikir positif

- c. Memiliki kebiasaan yang efektif

#### **4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pemahaman Diri**

Menurut Hurlock masa remaja dikatakan sebagai masa transisi karena belum mempunyai pegangan, sementara kepribadianya masih mengalami suatu perkembangan, remaja masih belum mampu untuk menguasai fungsi-fungsi fisiknya. Remaja masih labil dan mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitarnya. Remaja sebagai bagian dari generasi penerus yang menjadi tonggak sebagai individu yang bermakna pada hari kemudian diharapkan juga memiliki pemahaman tentang diri yang benar, hal tersebut sangat diperlukan bagi setiap orang dalam menjalani kehidupannya, sehingga di peroleh suatu gambaran yang jelas tentang dirinya dan supaya remaja bias menjalankan apa yang sudah didapatkannya.

Untuk mengatasi hal ini ada beberapa hal yang perlu kita terapkan pada diri kita sendiri, yaitu :

- 1) Tidak menghiraukan siapa yang memandang kita.
- 2) Percaya diri sajah dengan apa yang kita miliki.
- 3) Lakukan aktifitas dengan baik.
- 4) Tunjukkan sesuatu yang menurut anda merupakan kelebihan yang anda punya,
- 5) Jika kulit wajah anda gelap ( hitam ) pakailah bedak yang sewajarnya.
- 6) Jika kulit badan anda gelap ( hitam ) pakailah pakaian yang warnanya tidak bertolak belakang dengan warna kulit anada, misalnya warna kuning, merah, hijau dan orange. Cobalah memakai pakaian dengan motif warna coklat, krem, atau pink muda.
- 7) Usahakan kulit anda tidak kusam dan anda selalu tampil dengan keadaan yang sederhana namun membwa kesan yang anggun.

## ANGKET PERILAKU MEROKOK

### 1. Identitas Diri

Nama :

Kelas :

### 2. Petunjuk Mengerjakan

Di bawah ini terdapat beberapa pernyataan. Pilihlah salah satu alternatif jawaban yang paling sesuai dengan anda. Semua pilihan sesuai dengan anda. Semua pilihan jawaban adalah benar. Usahakan semua pernyataan terjawab dengan cara memberikan tanda (√) pada salah satu dari 5 (lima) alternatif jawaban di bawah ini:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

N : Netral

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

No.	PERNYATAAN	SS	S	N	TS	STS
1	Saya merokok karena ingin mencoba saja				√	
2	Saya merokok untuk menghilangkan stress tugas sekolah					√
3	Saya merokok untuk menyelamatkan diri lari dari masalah				√	
4	Merokok merugikan kesehatan saya, teman dan keluarga		√			
5	Merokok menyebabkan penyakit pada orang lain		√			
6	Saya merokok apabila tidak ada orang tua di rumah			√		
7	Saya merokok karena ajakan kawan kelompok belajar				√	
8	Setelah saya mengkonsumsi rokok, saya merasa senang					√
9	Saya tidak membeli rokok di lingkungan sekolah apabila ada wali kelas	√				
10	Saya mengkonsumsi rokok ketika merasa cemas			√		
11	Saya menolak ketika di tawari rokok oleh	√				

	teman sebangku					
12	Merokok tidak menjadikan gaya saya lebih kekinian	√				
13	Saya merokok bukan karena faktor gaya		√			
14	Saya jarang berkumpul dengan teman-teman sekelas yang merokok			√		
15	Jika ada teman kelas yang menawari rokok, saya tidak bisa menolak				√	
16	Saya tidak merokok ketika berkumpul dengan teman kelas		√			
17	Saya merasa gelisah apabila tidak ada merokok sehari					√
18	Saya merokok setiap jam pelajaran kosong					√
19	Merokok sudah menjadi kebiasaan dari dulu				√	
20	Saya merasa lesu setelah berhenti merokok				√	
21	Setelah merokok saya merasa lebih senang				√	
22	Saya tidak merasakan apa-apa setelah merokok			√		
23	Saya tidak merokok jika saya terlibat masalah dengan teman sekelas			√		
24	Merasa ada yang kurang jika hari ini tidak merokok				√	
25	Saya tidak dapat menahan untuk mengkonsumsi rokok		√			
26	Saya merokok setiap waktu ganti jam pelajaran				√	
27	Saya harus merokok lebih dari pada 10 batang per hari					√
28	Dalam sehari saya merokok tidak lebih dari 1 batang		√			
29	Saya merokok di bawah 10 batang dalam sehari		√			
30	Saya kurang nyaman ketika merokok di tempat umum	√				
31	Ketika mengobrol sama teman jika tidak merokok terasa ada yang kurang				√	
32	Ketika menonton TV saya selalu merokok				√	
33	Saya menolak ajakan merokok dari kakak kelas saya			√		
34	Saya menyadari bahwa merokok dapat menyebabkan penyakit, dan saya mencoba untuk berhenti merokok	√				
35	Keluarga saya tidak melarang saya untuk		√			

	merokok					
36	Saya merokok saat membuat tugas kelompok atau PR sekolah					√
37	Saya takut dihindari oleh kawan apabila tidak merokok				√	



## ANGKET PERILAKU MEROKOK

### 1. Identitas Diri

Nama :

Jurusan :

### 2. Petunjuk Mengerjakan

Di bawah ini terdapat beberapa pernyataan. Pilihlah salah satu alternatif jawaban yang paling sesuai dengan anda. Semua pilihan sesuai dengan anda. Semua pilihan jawaban adalah benar. Usahakan semua pernyataan terjawab dengan cara memberikan tanda (√) pada salah satu dari 5 (lima) alternatif jawaban di bawah ini:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

N : Netral

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

No.	PERNYATAAN	SS	S	N	TS	STS
1	Saya merokok karena ingin mencoba saja		√			
2	Saya merokok untuk menghilangkan stress tugas sekolah	√				
3	Saya merokok untuk menyelamatkan diri lari dari masalah	√				
4	Merokok merugikan kesehatan saya, teman dan keluarga		√			
5	Saya merokok apabila tidak ada guru di dalam kelas	√				
6	Merokok menyebabkan penyakit pada orang lain	√				
7	Saya merokok apabila tidak ada orang tua di rumah		√			
8	Saya merokok karena ajakan kawan kelompok belajar			√		
9	Setelah saya mengkonsumsi rokok, saya merasa senang	√				
10	Saya tidak membeli rokok di lingkungan sekolah apabila ada wali kelas				√	
11	Saya mengkonsumsi rokok ketika merasa				√	

	cemas					
12	Saya menolak ketika di tawari rokok oleh teman sebangku			√		
13	Merokok tidak menjadikan gaya saya lebih kekinian				√	
14	Saya merokok bukan karena faktor gaya					√
15	Saya jarang berkumpul dengan teman-teman sekelas yang merokok			√		
16	Jika ada teman kelas yang menawari rokok, saya tidak bisa menolak	√				
17	Saya merasa lebih percaya diri ketika mengkonsumsi rokok	√				
18	Saya akan menghilangkan kebiasaan merokok di kantin sekolah		√			
19	Saya tidak merokok ketika berkumpul dengan teman kelas				√	
20	Saya merasa gelisah apabila tidak ada merokok sehabian	√				
21	Saya merokok setiap jam pelajaran kosong		√			
22	Merokok membuat saya menjadi lebih bisa mengontrol diri di dalam kelas	√				
23	Saya mempersiapkan diri untuk tidak merokok lagi di lingkungan sekolah					√
24	Merokok sudah menjadi kebiasaan dari dulu	√				
25	Saya merasa lesu setelah berhenti merokok		√			
26	Setelah merokok saya merasa lebih senang		√			
27	Saya tidak merasakan apa-apa setelah merokok				√	
28	Saya tidak merokok jika saya terlibat masalah dengan teman sekelas					√
29	Merasa ada yang kurang jika hari ini tidak merokok		√			
30	Saya tidak dapat menahan untuk mengkonsumsi rokok			√		
31	Saya merokok setiap waktu ganti jam pelajaran	√				
32	Saya harus merokok lebih dari pada 10 batang per hari		√			
33	Dalam sehari saya merokok tidak lebih dari 1 batang				√	
34	Saya merokok di bawah 10 batang dalam sehari		√			
35	Saya lebih suka merokok di area parkir		√			

	sekolah					
36	Saya kurang nyaman ketika merokok di tempat umum				√	
37	Saya menghormati teman perempuan di kelas dengan tidak merokok			√		
38	Ketika mengobrol sama teman jika tidak merokok terasa ada yang kurang		√			
39	Ketika menonton TV saya selalu merokok		√			
40	Saya menolak ajakan merokok dari kakak kelas saya			√		
41	Saya menyadari bahwa merokok dapat menyebabkan penyakit, dan saya mencoba untuk berhenti merokok			√		
42	Keluarga saya tidak melarang saya untuk merokok				√	
43	Saya merokok saat membuat tugas kelompok atau PR sekolah			√		
44	Saya takut dihindari oleh kawan apabila tidak merokok			√		

