

**UPAYA GURU BIMBINGAN DAN KONSELING MEREDUKSI  
TINGKAH LAKU MEROKOK SISWA DI SMA NEGERI 4 KERINCI**

**SKRIPSI**

**OLEH**

**ZAKKYA**  
**NIM 1910207085**



**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI ( IAIN ) KERINCI  
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN  
JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM  
TAHUN 2023 M/1445 H**

**UPAYA GURU BIMBINGAN DAN KONSELING MEREDUKSI  
TINGKAH LAKU MEROKOK SISWA DI SMA NEGERI 4 KERINCI**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Institut Agama Islam Negeri Kerinci  
untuk memenuhi salah satu persyaratan  
dalam menyelesaikan program sarjana  
Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

**OLEH**

**ZAKKYA  
NIM 1910207085**

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI ( IAIN ) KERINCI  
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN  
JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM  
TAHUN 2023 M/1445 H**

Dosi Juliawati, M.Pd., Kons  
Agung Tri Prasetya, M.Pd., Kons  
DOSEN INSTITUT AGAMA ISLAM  
NEGERI IAIN KERINCI

Sungai Penuh, Juli 2023  
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu  
Keguruan iain Kerinci  
di-  
Sungai Penuh

## AGENDA

NOMOR : 043

TANGGAL : 8-8-2023

PARAF : 

### NOTA DINAS

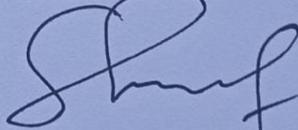
Assalamu'alaikum, Wr. Wb

Setelah membaca dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami berpendapat bahwa skripsi saudara **ZAKKYA, NIM : 1910207085** yang berjudul : **“Upaya Guru Bimbingan dan Konseling Mereduksi Tingkah Laku Merokok Siswa di SMA Negeri 4 Kerinci”**, telah dapat diajukan untuk dimunaqasahkan guna melengkapi tugas dan memenuhi syarat-syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan (S.Pd) pada jurusan bimbingan dan konseling pendidikan islam institute agama islam negeri (IAIN) Kerinci.

Maka dengan ini kami ajukan skripsi tersebut agar dapat diterima dengan baik.

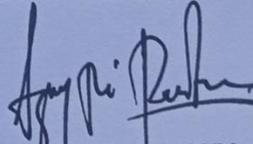
Wassalamu'alaikum, Wr. Wb

Dosen Pembimbing I



Dosi Juliawati, M.Pd., Kons  
NIP. 19880705 201503 2 007

Dosen Pembimbing II



Agung Tri Prasetya, M.Pd., Kons  
NIP. 19930524 201903 1 012

## LEMBAR PENGESAHAN

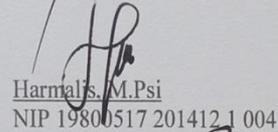
Skripsi oleh Zakky NIM : 1910207085, dengan judul “Upaya Guru Bimbingan dan Konseling Mereduksi Tingkah Laku Merokok Siswa di SMA Negeri 4 Kerinci” telah diuji dan dipertahankan pada tanggal 7 November 2023

### Dewan penguji



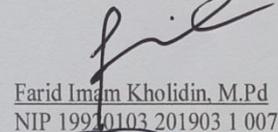
Eva Ardinal, M.A  
NIP 19830812 201101 1 005

Ketua sidang



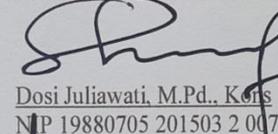
Harmals, M.Psi  
NIP 19800517 201412 1 004

Penguji I



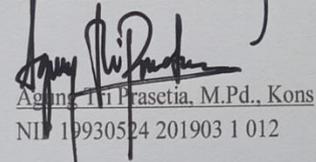
Farid Imam Kholidin, M.Pd  
NIP 19910103 201903 1 007

Penguji II



Dosi Juliawati, M.Pd., Kons  
NIP 19880705 201503 2 007

Penguji III



Agung Tri Prasetya, M.Pd., Kons  
NIP 19930524 201903 1 012

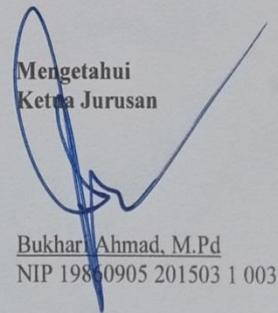
Penguji IV

Mengesahkan  
Dekan



Dr. Hadf Chandra, S.Ag., M.Ag  
NIP 19730605 199903 1 004

Mengetahui  
Ketua Jurusan



Bukhari Ahmad, M.Pd  
NIP 19840905 201503 1 003

### PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : ZAKKYA  
Tempat/Tanggal lahir : Lubuk Nagodang, 31 Juli 2001  
Jenis Kelamin : Laki-Laki  
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan  
Islam  
Alamat : Lubuk Nagodang, Kecamatan Siulak,  
Kabupaten Kerinci

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul “Upaya Guru Bimbingan dan Konseling Mereduksi Tingkah Laku Merokok Siswa di Sma Negeri 4 Kerinci” benar-benar karya asli saya kecuali yang dicantumkan sumbernya. Apabila dikemudian hari terdapat kekeliruan dan kesalahan, hal tersebut sepenuhnya menjadi tanggung jawab saya sendiri.

Dengan demikian pernyataan ini saya buat sesungguhnya untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Sungai Penuh, Juli 2023

Saya yang menyatakan

  
ZAKKYA  
NIM. 1910207085

## ABSTRAK

Zakky. 2023. Upaya Guru Bimbingan dan Konseling Mereduksi Tingkah Laku Merokok Siswa di SMA Negeri 4 Kerinci. Skripsi. Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Institut Agama Islam Negeri Kerinci. (I) Dosi Juliawati, M.Pd., Kons, (II) Agung Tri Prasetya, M.Pd., Kons

Kata kunci : *Perilaku Merokok*

Penelitian ini dilatar belakangi dari tingkah laku merokok siswa yang terindikasi banyak di SMA Negeri 4 Kerinci, maka dari itu penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan upaya guru BK dalam mereduksi tingkah laku merokok siswa, untuk mengungkapkan kendala guru BK dalam mereduksi tingkah laku merokok siswa dan untuk mengungkapkan solusi guru BK dalam mereduksi tingkah laku merokok siswa di SMA negeri 4 kerinci.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Kemudian metode pengumpulan data dengan menggunakan teknik wawancara dengan menggunakan instrument penelitian yang sudah divalidasi. Adapun subjek dari penelitian ini yaitu guru BK, kepala sekolah, walikelas dan siswa. Sedangkan teknik menganalisis data menggunakan reduksi data (*data reduction*), penyajian data (*display data*), dan penarikan kesimpulan.

Dari hasil penelitian didapatkan upaya guru BK dalam mereduksi tingkah laku merokok di SMA Negeri 4 Kerinci dengan memberikan layanan informasi pada waktu pengenalan lingkungan pertama masuk sekolah, memberikan layanan konseling individual dan bimbingan kelompok kepada siswa serta arahan dan motivasi, selalu mengawasi siswa baik dipagi hari maupun pada jam istirahat. Kendala dari guru BK adalah guru BK tidak memiliki jam khusus BK untuk masuk kekelas, komunikasi antara guru BK dengan orang tua siswa juga tidak berjalan dengan lancar, susah nya siswa-siswa untuk diajak bimbingan. Solusi dari guru BK adalah pihak sekolah akan memperhatikan kebutuhan guru BK, pihak sekolah akan mengkondisikan jam masuk khusus untuk guru BK, guru BK akan melakukan bimbingan kelompok untuk siswa yang kedapatan merokok.

## **ABSTRACT**

*Zakky. 2023. Guidance and Counseling Teachers' Efforts to Reduce Students' Smoking Behavior at SMA Negeri 4 Kerinci. Thesis. Department of Islamic Education Guidance and Counseling Kerinci State Islamic Institute. (I) Dosi Juliawati, M.Pd., Kons, (II) Agung Tri Prasetya, M.Pd., Kons*

**Keywords: Smoking Behavior**

*The background of this research is the smoking behavior of students which indicates a lot in SMA Negeri 4 Kerinci, therefore this study aims to reveal the efforts of counseling teachers in reducing students' smoking behavior, to reveal the constraints of counseling teachers in reducing students' smoking behavior and to reveal the counseling teacher's solution in reducing the smoking behavior of students at SMA Negeri 4 Kerinci.*

*This study uses a qualitative method with a case study approach. Then the data collection method uses interview techniques using research instruments that have been validated. The subjects of this study were counseling teachers, school principals, homeroom teachers and students. While the technique of analyzing data using data reduction (data reduction), data presentation (data display), and drawing conclusions.*

*From the results of the study, it was found that the counseling teacher's efforts to reduce smoking behavior in SMA Negeri 4 Kerinci by providing information services at the time of introduction of the first environment into school, providing individual counseling services and group guidance to students as well as direction and motivation, always supervising students both in the morning and at break time. The obstacles of the counseling teacher are that the counseling teacher does not have special counseling hours to enter class, the communication between the counseling teacher and the students' parents also does not run smoothly, it is difficult for students to be invited to guidance. The solution for the counseling teacher is that the school will pay attention to the needs of the counseling teacher, the school will condition special entry hours for counseling teachers, the counseling teacher will conduct group guidance for students who are caught smoking.*

## PERSEMBAHAN DAN MOTTO

### PERSEMBAHAN

*Dari langkah-langkah dan detik-detik yang kulewati...*

*Diiringi dengan penuh kesabaran, ketabahan hati, keyakinan yang kuat dan tawakkal kepada Allah SWT demi menuju setetes keberhasilan*

*Dengan kerendahan hati dan rasa syukur*

*Kepada Mu ya ALLAH ya ROBBI*

*Kupersembahkan setetes keberhasilan ini*

*Kepada kedua orang tua tercinta*

*Ayahanda Parisal dan Ibunda Barna*

*yang tiada henti memberiku limpahan kasih sayang dan do'a*

*Terimalah karya kecilku ini sebagai ungkapan terimakasih dan bukti kebaktianku Lewat setetes restu hingga tercapainya cita-cita ini...*

### MOTTO

وَأَنْفِقُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ

وَاحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

*Artinya : “Berinfaklah di jalan Allah, janganlah jerumuskan dirimu kedalam kebinasaan (merusak), dan berbuat baiklah, sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang baik” (Q.S. Al-Baqarah : 195)*

## KATA PENGANTAR



Puji syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul **“Upaya Guru Bimbingan dan Konseling Mereduksi Tingkah Laku Merokok Siswa di SMA Negeri 4 Kerinci”**. Shalawat dan salam senantiasa dilimpahkan kepada Nabi Besar Muhammad SAW pucuk pimpinan semesta alam.

Dalam menyelesaikan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bimbingan dan arahan dari berbagai pihak, baik langsung maupun tidak langsung sehingga penulisan skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.

Dalam kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Kepada kedua orangtua tercinta, ayahanda Parisal dan ibunda Barna yang selalu memberikan semangat dan mendo'akan penulis untuk kelancaran penulisan skripsi ini.
2. Bapak Dr. H, Asa'ari, M.Ag selaku Rektor Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kerinci. Bapak Dr. Ahmad Jamin, S.Ag., S.IP., M.Ag selaku wakil rektor I, bapak Dr. Jafar Ahmad, S.Ag., M.Si selaku wakil rektor II, bapak Dr. Halil Khusairi, M.Ag selaku rektor III Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kerinci yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti pendidikan di IAIN KERINCI.
3. Bapak Dr. Hadi Candra, S. Ag., M.Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kerinci, Bapak Dr. Saaduddin, M.Pdi selaku wakil dekan I, bapak Dr. Suhaimi, M.Pd selaku wakil dekan II, bapak Eva Ardinal, M.A selaku wakil dekan III Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kerinci yang telah memberikan arahan akademik kepada penulis selama menempuh pendidikan.

4. Bapak Bukhari Ahmad, M.Pd selaku ketua jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Bapak Betaria Putra, S.Pd M.Pd selaku sekretaris jurusan bimbingan dan konseling pendidikan islam yang telah memberikan motivasi selama penulisan skripsi ini.
5. Ibuk Dosi Juliawati, M.Pd Kons selaku dosen pembimbing I dan Bapak Agung Tri Prasetya, M.Pd Kons selaku dosen pembimbing II yang telah banyak membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini dengan baik berupa arahan, bantuan dan motivasi yang sangat luar biasa kepada penulis.
6. Bapak Ibu dosen Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kerinci, yang telah memberikan ilmu dan berjasa dalam penyelesaian skripsi ini.
7. Bapak Purnawadi, S.Pd., M.Pd selaku kepala sekolah SMA Negeri 4 Kerinci yang telah memberikan arahan serta memfasilitasi dalam penulisan skripsi ini.
8. Serta teman-teman seperjuangan yang telah memberikan semangat kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga segala kebaikan dan pertolongan semuanya mendapatkan berkah dari Allah SWT. Akhir kata penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang memerlukan. Amiin.

Sungai Penuh, Juli 2023

**Zakky**

Nim. 1910207085

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>NOTA DINAS</b> .....	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>v</b>
<b>PERSEMBAHAN DAN MOTTO</b> .....	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>x</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Batasan Masalah .....	4
C. Rumusan Masalah .....	4
D. Tujuan Penelitian.....	5
E. Manfaat Penelitian.....	5
F. Definisi Operasional .....	6
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b> .....	<b>8</b>
A. Kajian Teori .....	8
B. Penelitian Relevan .....	23
C. Kerangka Berfikir .....	25
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>28</b>
A. Jenis dan Desain Penelitian .....	28
B. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	29
C. Subjek Penelitian .....	30
D. Teknik Pengumpulan Data.....	31
E. Instrumen Penelitian .....	32
F. Teknik Analisis Data .....	33
G. Teknik Keabsahan Data .....	35
<b>BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN</b> .....	<b>39</b>
A. Temuan Penelitian .....	39
B. Pembahasan.....	50
<b>BAB V PENUTUP</b> .....	<b>55</b>
A. Simpulan .....	55
B. Saran .....	56
<b>BIBLIOGRAPHY</b> .....	<b>58</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>	

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Rokok merupakan suatu zat adiktif yang membahayakan jika dikonsumsi oleh masyarakat dikarenakan dapat mengakibatkan gangguan bagi kesehatan individu maupun masyarakat sekitar (Fikriyah & Febrijanto, 2012). Namun perilaku merokok saat ini tidak bisa dihindari oleh masyarakat. Hal ini mudah dijumpai orang yang merokok ditempat umum seperti pusat perbelanjaan, perkantoran, taman-taman, jalan raya dan lain-lain. Menurut Arlinda (2019), menyebutkan bahwa jumlah perokok di Indonesia menduduki peringkat pertama di ASEAN dengan jumlah persentase 46,16% dari keseluruhan negara ASEAN. Hal ini menunjukkan besarnya jumlah perokok di Indonesia yang mencapai hingga 62,8 juta orang dan jumlah ini dikhawatirkan akan meningkat setiap tahunnya (Faridah, 2015). Saat ini bukan hal yang mengejutkan lagi banyak ditemukan siswa SMA dan SMP bahkan siswa SD yang sudah mulai merokok. Hal ini diperkuat data WHO tahun 2014 dimana jumlah perokok yang ada di dunia sebanyak 30% adalah kaum remaja (siswa disekolah).

Merokok adalah suatu perilaku yang melibatkan proses pembakaran tembakau kemudian asapnya dihisap (Sanjiwani & Budisetyani, 2014). Isi dari kandungan rokok merupakan gabungan dari

bahan-bahan kimia berbahaya dimana satu batang rokok yang dibakar akan mengeluarkan 4000 bahan kimia beracun (Indra, Hasneli & Utami, 2015). Salah satu nikotin yang menyebabkan seseorang menjadi ketagihan dalam mengonsumsi rokok. Pengaruh nikotin dalam merokok dapat membuat seseorang menjadi pecandu atau ketergantungan pada merokok. Remaja yang sudah kecanduan merokok pada umumnya tidak dapat menahan keinginan untuk tidak merokok, mereka cenderung sensitif terhadap efek dari nikotin yang berbahaya. Nikotin merupakan bahan psikoaktif utama di semua bentuk rokok dengan tembakau dan tanpa tembakau, nikotin memiliki peranan yang dapat menstimulasi pusat kesenangan otak dengan menaikkan tingkat dopamin, efek perilaku dari nikotin meliputi atensi dan kesiagaan yang meningkat, penurunan rasa marah dan kecemasan, serta hilangnya rasa sakit. Selain efek dari nikotin yang ada didalam rokok, ada juga efek lain yang ditimbul dari merokok yang berbahaya bagi tubuh yakni dapat meningkatkan serangan jantung.

Perilaku merokok remaja merupakan perilaku yang mudah untuk dijumpai, remaja merokok di tempat-tempat umum, dan tidak jarang remaja merokok menggunakan seragam sekolah juga dekat dengan lingkungan sekolah. Banyak remaja yang sudah menjadi perokok aktif walaupun hampir sebagian remaja mengetahui dampak rokok bagi kesehatan, namun sifat nikotin yang adiktif yang mempengaruhi remaja untuk terus merokok (Faridah, 2015).

Perilaku merokok makin populer belakangan ini, tidak hanya dikalangan orang dewasa, tetapi juga menjadi gaya hidup para remaja yang masih sekolah, perilaku merokok banyak sekali didapati pada siswa sekolah menengah, kebanyakan siswa merokok di lingkungan sekolah dan juga di luar sekolah. Menurut World Organization (WHO) merokok diklasifikasikan menjadi tiga kelompok berdasarkan jumlah rokok yang dihisap per hari, yaitu seseorang yang mengonsumsi rokok 1-10 batang per hari disebut perokok ringan, 11-20 batang per hari disebut perokok sedang, dan lebih dari 20 batang per hari disebut perokok berat (Sundari, Widjaya & Nugraha, 2015).

Berdasarkan observasi awal yang peneliti lakukan di SMA 4 Kerinci banyak didapati siswa yang semestinya tidak merokok di lingkungan sekolah namun banyak yang merokok di lingkungan sekolah terlebih nya didalam kantin, namun setelah wawancara awal diketahui dari 10 orang siswa bahwa 4 diantaranya sering tertangkap basah merokok di lingkungan sekolah dengan alasan kecanduan merokok. Selain dipengaruhi faktor diri sendiri, kebiasaan merokok ada juga berasal dari faktor lingkungan seperti faktor keluarga, tempat tinggal bahkan pergaulan dengan kelompok teman sebaya. Pada usia remaja persentase waktu ketika anak bergaul dengan kelompok teman sebaya jauh lebih besar dari pada saat berkumpul dengan keluarga. Remaja yang bergabung dengan suatu kelompok akan rentan meniru atau melakukan apa yang dilakukan oleh kelompoknya (Rahmadi, Lestari & Yenita, 2013).

Dari permasalahan tersebut maka dibutuhkan upaya guru pembimbing dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan anak didiknya dalam setiap permasalahan yang mempengaruhi proses pembelajarannya di sekolah, baik dari segi masalah yang berkaitan dengan kehidupan pribadi seseorang (keluarga) maupun urusan dari tingkah laku siswa yang menyimpang. Dari permasalahan diatas yang menjadi fokus pembahasan pada penelitian penulis adalah tentang “Upaya Guru Bimbingan dan Konseling Mereduksi Tingkah laku Merokok Siswa SMA Negeri 4 Kerinci Kec. Siulak Kab. Kerinci”

#### **B. Batasan Masalah**

Banyaknya permasalahan seperti yang diuraikan diatas, namun karena ketebatasan waktu, tenaga, dan kemampuan peneliti sehingga peneliti tidak membahas semua permasalahan tersebut, oleh karena itu penulis membatasi permasalahan ini pada “upaya guru bimbingan dan konseling mereduksi tingkahlaku merokok siswa SMA N 4 kerinci”

#### **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka yang menjadi rumusan masalah penelitian ini adalah :

1. Apa upaya guru Bimbingan dan Konseling dalam mereduksi tingkah laku merokok siswa di SMA Negeri 4 Kerinci?
2. Apa saja kendala guru BK dalam mereduksi tingkah laku merokok siswa di SMA Negeri 4 Kerinci?

3. Apa saja solusi guru BK dalam mereduksi tingkah laku merokok siswa di SMA Negeri 4 Kerinci?

#### **D. Tujuan Penelitian**

Agar penelitian ini jelas, maka tujuan yang ingin dicapai oleh peneliti adalah:

1. Untuk mengungkapkan apa upaya guru Bimbingan dan Konseling dalam mereduksi tingkah laku merokok siswa di SMA Negeri 4 Kerinci?
2. Untuk mengungkapkan kendala guru BK dalam mereduksi tingkah laku merokok siswa di SMA Negeri 4 Kerinci?
3. Untuk mengungkapkan solusi guru BK dalam mereduksi tingkah laku merokok siswa di SMA Negeri 4 Kerinci?

#### **E. Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian dapat dikemukakan baik secara teoritis maupun secara praktis:

1. Manfaat Teoritis
  - a. Sebagai sumbangan pemikiran dan ilmu pengetahuan dan intelektual dalam bidang studi bimbingan dan konseling mengenai perilaku merokok.
  - b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya konsep untuk penelitian lanjutan berkaitan dengan mereduksi perilaku merokok yang berdampak negatif pada siswa di sekolah.

## 2. Manfaat Praktis

- a. Sebagai bahan masukan bagi sekolah dan Kepala Sekolah dalam memberdayakan peran guru BK dalam menangani perilaku merokok dilingkungan sekolah.
- b. Sebagai masukan kepada unit Bimbingan dan Konseling serta guru BK untuk melaksanakan kegiatan layanan Bimbingan dan Konseling yang benar-benar efektif dan efisien dalam membimbing peserta didik untuk menangani perilaku merokok dilingkungan sekolah.
- c. Sebagai masukan bagi Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, khususnya di IAIN Kerinci dalam rangka menyiapkan guru BK dan meningkatkan kualifikasi lulusan dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling di sekolah.
- d. Peneliti lainnya, agar dapat dijadikan sebagai bahan kajian dasar untuk mengembangkan penelitian lebih lanjut.

## F. Definisi Operasional

Untuk menghindari kemungkinan kesalahan dalam memahami dan untuk mempermudah dalam mengatasi penelitian ini, maka perlu rasanya penulis menjelaskan tentang kata-kata yang berhubungan dengan judul penelitian ini secara harfiah.

### 1. Upaya guru Bimbingan dan Konseling

Upaya guru adalah usaha atau aktivitas yang dilakukan dalam rangka membimbing, mendidik dan memberi pengetahuan kepada

peserta didik sesuai kemampuan yang dimiliki. Dalam hal ini upaya yang dilakukan guru Bimbingan Konseling di SMA Negeri 4 Kerinci dalam mereduksi tingkah laku merokok siswa yaitu dengan memberikan layanan konseling individual dan bimbingan kelompok kepada siswa.

## 2. Perilaku merokok

Perilaku merokok adalah menghirup dan menghembuskan asap tembakau yang telah dibakar (Arlinda, 2019). Merokok adalah suatu kegiatan menghisap gulungan tembakau yang berbalut daun nipah atau kertas yang dibakar kemudian asapnya dimasukkan ke dalam tubuh dan menghembuskannya kembali keluar.



## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Kajian Teori

##### 1. Perilaku Merokok

###### a) Definisi Perilaku Merokok

Perilaku merokok adalah suatu aktivitas atau tindakan menghisap gulungan tembakau yang tergulung kertas yang telah dibakar dan menghembuskannya keluar sehingga dapat menimbulkan asap yang dapat terhisap oleh orang-orang disekitarnya serta dapat menimbulkan dampak buruk baik bagi perokok itu sendiri maupun orang-orang disekitarnya (Wulan, 2012). Perilaku merokok pada umumnya semakin lama akan semakin meningkat sesuai dengan tahap perkembangannya yang ditandai dengan meningkatnya frekuensi dan intensitas merokok, sering mengakibatkan mereka sering mengalami ketergantungan nikotin. Perilaku merokok adalah perilaku yang merugikan bukan hanya pada diri si perokok sendiri namun juga merugikan orang lain yang ada di sekitarnya.

Merokok merupakan sebuah kebiasaan (*life style*) yang sudah mendarah daging dan sulit untuk dihentikan. Padahal merokok memiliki efek yang membahayakan, seperti kanker (kanker mulut, kanker tenggorokan, kanker perut, kanker paru), penyakit jantung dan gangguan pernafasan kronis. Beberapa

penyakit tersebut terserang karena adanya kandungan atau unsur zat dari rokok yaitu berupa karbomonoksida, tar dan nikotin (Indra, Hasneli & Utami, 2015). Perilaku menghisap sebatang rokok dapat mendorong hilangnya otonomi ketika seorang perokok merasa bahwa tidak merokok memerlukan usaha atau menyebabkan ketidaknyamanan, selanjutnya seseorang mulai memberikan label perokok pada dirinya dan merokok menjadi bagian dari konsep dirinya, bahkan, merokok dapat menjadi ketergantungan secara fisiologis akibat perilaku merokok karena adanya nikotin (bahan utama dari tembakau yang sangat mudah menimbulkan kecanduan).

Menurut Nisa (2018), menyatakan bahwa perilaku merokok dimulai pada usia remaja, dan percobaan merokok tersebut berkembang menjadi pengguna secara tetap dalam kurun waktu beberapa tahun kemudian, meskipun pada awalnya remaja yang mencoba merokok kurang dapat menikmati rokok pertamanya karena membuat si perokok merasa pahit di mulut, mual dan pusing, namun karena dorongan sosial (dorongan teman-teman), perilaku pertama tersebut menjadi menetap. Perasaan mual dan pusing disebabkan karena tubuh memerlukan penyesuaian terhadap zat-zat yang terkandung di dalam rokok yang tidak dapat diterima tubuh, namun lama kelamaan menjadi

kebiasaan, dan teradaptasi setelah mengalami beberapa kali percobaan merokok.

Berdasarkan teori diatas, maka dapat disimpulkan bahwa perilaku merokok adalah aktivitas menghisap rokok (gulungan daun tembakau kering) yang dilakukan seseorang.

#### **b) Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Merokok**

Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok dibagi menjadi beberapa sebab yaitu (Komasari & Helmi, 2000):

- 1) Kebiasaan, kebiasaan merokok adalah kegiatan mengisap rokok yang dilakukan secara berulang-ulang, teratur dan sulit dilepaskan. Telah biasa artinya tidak memerlukan sesuatu yang lebih untuk melakukannya. Kebiasaan adalah sesuatu yang sudah mendarah daging. Mereka menggunakan rokok sama sekali bukan karena untuk mengendalikan perasaan mereka, tetapi karena benar-benar sudah menjadi rutinitas dapat dikatakan pada orang-orang tipe ini merokok sudah merupakan suatu perilaku yang bersifat otomatis, seringkali tanpa dipikirkan dan tanpa disadari dia menghidupkan api rokoknya bila rokok yang terdahulu telah benar-benar habis.
- 2) Reaksi emosi, merokok digunakan untuk menghasilkan emosi yang positif, misalnya rasa senang, relaksasi, dan kenikmatan rasa. Merokok juga dapat menunjukkan kejantanan (kebanggaan diri) dan menunjukkan kedewasaan. Merokok

ditujukan untuk mengurangi rasa tegang, kecemasan biasa, ataupun kecemasan yang timbul karena adanya interaksi dengan orang lain.

- 3) Lingkungan Sosial, kebanyakan remaja memulai kebiasaan merokok karena ikut-ikutan teman, selain itu juga karena terpengaruh oleh image yang diciptakan oleh produsen rokok (misalnya dengan menggunakan idola remaja sebagai bintang iklan). Faktor sosial lain yang berpengaruh terhadap perilaku merokok remaja adalah faktor keluarga, dalam kaitannya dengan perilaku merokok remaja keluarga menjadi determinan kedua setelah teman sebaya. Keluarga dapat menjadi sumber dukungan dan pemenuhan kebutuhan bagi remaja, tetapi juga merupakan sumber bagi remaja untuk belajar norma-norma dan perilaku termasuk perilaku merokok.
- 4) Biologis, faktor ini menekankan pada kandungan nikotin yang ada didalam rokok yang dapat mempengaruhi ketergantungan seseorang pada rokok secara biologis nikotin merupakan alkaloid yang bersifat stimulan dan pada dosis tinggi beracun. Zat ini hanya ada dalam tembakau, sangat adiktif, dan mempengaruhi otak/susunan saraf. Dalam jangka panjang, nikotin akan menekan kemampuan otak untuk mengalami kenikmatan, sehingga perokok akan selalu membutuhkan

kadar nikotin yang semakin tinggi untuk mencapai tingkat kepuasan dan ketagihannya bagi perokok itu sendiri.

### c) Tahapan Dalam Perilaku Merokok

Terdapat empat tahapan seseorang melakukan kebiasaan merokok, yaitu (Komasari & Helmi, 2000):

- 1) Tahap *prepatory*/persiapan. Seseorang mendapatkan gambaran yang menyenangkan mengenai merokok dengan cara mendengar, melihat atau dari hasil bacaan, hal-hal ini dapat menimbulkan minat untuk merokok.
- 2) Tahap *initiation*/inisiiasi. Tahap perintisan merokok yaitu tahap apakah seseorang akan meneruskan atau tidak terhadap perilaku merokok.
- 3) Tahap *becoming a smoker*/menjadi seorang perokok. Apabila seseorang sudah mengkonsumsi rokok sebanyak empat batang perhari.
- 4) Tahap *maintenance of smoking*/pemeliharaan rokok. Tahap ini merokok sudah menjadi salah satu bagian dari cara mengatur diri.

### d) Aspek-Aspek Perilaku Merokok

Aspek-aspek perilaku merokok menurut (Kaelani, 2018)

yaitu:

- 1) 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.

2) Intensitas merokok.

Perokok berdasarkan banyaknya rokok yang dihisap, yaitu :

1) Perokok berat yang menghisap lebih dari 15 batang rokok dalam sehari. 2) Perokok sedang yang menghisap 5-14 batang rokok dalam sehari. 3) Perokok ringan yang menghisap 1-4 batang rokok dalam sehari.

3) Tempat merokok.

Tipe perokok berdasarkan tempat ada dua, yaitu :

1) Merokok di tempat-tempat umum atau ruang publik

a) Kelompok homogen (sama-sama perokok), secara bergerombol mereka menikmati kebiasaannya.

Umumnya perokok masih menghargai orang lain, karena itu perokok menempatkan diri di smoking area.

b) Kelompok yang heterogen merokok ditengah orang orang lain yang tidak merokok, anak kecil, orang jompo dan orang sakit.

2) Merokok di tempat-tempat yang bersifat pribadi

- a) Kantor atau di kamar tidur pribadi. Perokok 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 dapat digolongkan sebagai orang yang suka berfantasi.

#### 4) Waktu merokok

Menurut Kamaluddin (2011), remaja yang merokok dipengaruhi oleh keadaan yang dialaminya pada saat itu, misalnya ketika sedang berkumpul dengan teman, cuaca yang dingin, setelah dimarahi orang tua.

Berdasarkan aspek-aspek perilaku merokok di atas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek perilaku merokok ada empat yaitu fungsi merokok, intensitas merokok, waktu merokok, dan tempat merokok.

#### e) Dampak Perilaku Merokok

Data dari Kementerian Kesehatan RI menunjukkan bahwa sebanyak 80% dari total perokok di Indonesia sudah mulai merokok sejak masih berusia di bawah 19 tahun. Kelompok usia dengan jumlah perokok terbanyak adalah 15-19 tahun, disusul oleh kelompok usia 10-14 tahun di urutan kedua. Padahal, dampak rokok bagi anak-anak dan remaja nyatanya sangat serius, bahkan

dapat menyebabkan kematian pada beberapa kasus parah. Berikut beberapa dampak kesehatan yang dapat dialami jika seseorang merokok sejak usia remaja.

1) Paru-paru berhenti berkembang.

Memulai kebiasaan merokok terlalu dini sangat berpengaruh terhadap perkembangan paru-paru. Rokok menyebabkan gangguan pada pertumbuhan serta perkembangan paru pada anak-anak dan remaja yang dapat menimbulkan masalah kesehatan kronis saat mereka beranjak dewasa. Contohnya akan timbul penyakit yang sering dikenal dengan nama PPOK (Penyakit Paru Obstruktif Kronik). Saat kebiasaan merokok pada anak-anak dan remaja berhasil dihentikan, ada kemungkinan paru-paru mereka dapat kembali berkembang. Namun, sebuah riset menyatakan bahwa jika seorang anak merokok selama 20 hari, maka dampak buruk terhadap paru-parunya sama seperti seseorang yang telah merokok selama 40 tahun dan ia pun lebih berisiko menderita kanker paru.

2) Gejala penyakit jantung dan pembuluh darah.

Tak hanya menghentikan perkembangan paru-paru, merokok pada usia remaja juga dapat menyebabkan kerusakan sistem peredaran darah yang akan berangsur semakin parah saat ia tumbuh dewasa. Ketika ia memasuki usia dewasa,

bukan tidak mungkin berbagai penyakit dapat terbentuk, seperti penyakit jantung koroner yang risiko terkenanya 2-4 kali, aterosklerosis, gagal jantung, serangan jantung, hingga stroke. Penyakit-penyakit ini adalah penyebab utama dari kematian muda yang cukup tinggi terjadi diseluruh dunia. Penelitian terhadap 20 juta orang selama beberapa tahun menunjukkan terjadi peningkatan *prevalens infark miokard* dan Penyakit Jantung Koroner (PJK) pada orang yang aktif merokok sebesar 70% dibanding orang yang tidak merokok.

3) Kerusakan gigi.

Merokok adalah penyebab utama dari gangguan kesehatan gigi dan mulut. Hampir setengah dari infeksi yang terjadi di mulut terjadi kepada para perokok aktif dengan rentang usia di bawah 30 tahun. Sebuah riset juga membuktikan hal yang sama, yaitu perokok aktif yang berusia sangat muda memiliki lebih banyak karies, plak, serta berbagai infeksi gusi dan mulut dibandingkan dengan anak seusianya yang tidak merokok.

4) Masalah pada otot dan tulang.

Penelitian dalam lingkup yang cukup besar dilakukan di Belgia dan melibatkan sebanyak 677 remaja. Dari penelitian ini diketahui bahwa remaja yang sering merokok memiliki kepadatan tulang yang rendah serta mengalami penurunan puncak pertumbuhan yang seharusnya terjadi pada usianya.

Sama dengan penelitian sebelumnya, penelitian yang mengikut sertakan 1000 remaja laki-laki di Swedia menemukan bahwa kelompok yang merokok mengalami kerapuhan tulang dan mengurangi kepadatan atau densitas tulang pada bagian tulang belakang, leher, tengkorak, serta pada tangan, dan kaki.

#### 5) Kanker.

Rokok mengandung senyawa karsinogen yang dapat menginduksi mutasi atau pembelahan sel pada level DNA sehingga dapat menyebabkan kanker. Kanker paru merupakan kanker utama yang disebabkan oleh kebiasaan merokok. Selain kanker paru-paru, rokok juga dapat menyebabkan kanker mulut, laring, oro dan hipofaring, esophagus, lambung, pancreas, hati, usus besar, ginjal, kandung kemih, testis, serviks dan leukemia.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa dampak perilaku merokok sangat berbahaya bila dikonsumsi oleh manusia, dikarenakan didalam rokok terdapat banyak bahan kimia berbahaya jika dikonsumsi terutama nikotin didalam rokok.

#### **f) Perilaku Merokok Dalam Pandangan Islam**

Imam Besar AL-Azhar Mesir, Syaikh Mahmud Syaltut, menilai pendapat yang menyatakan bahwa merokok adalah makruh, bahkan haram, lebih dekat kepada kebenaran dan bahkan

lebih kuat argumentasinya. Ada tiga alasan pokok yang dijadikan pegangan untuk ketetapan hukum ini.

Pertama, sabdan Nabi SAW, yang diriwayatkan oleh Imam Ahamaddan Abu Dawud dari Ummi Salamah “Terlaranglah segala sesuatu yang memabukkan dan melemaskan atau menurunkan semangat”. Seperti diketahui, seorang perokok akan kecanduan dengan rokok, yang terlihat dengan jelas saat ia tidak memilikinya.

Kedua, merokok dinilai oleh orang banyak ulama sebagai salah satu bentuk pemborosan. Hal ini bukan hanya oleh orang perorang yang membeli sebatang dua batang, melainkan justru oleh pabrik-pabrik rokok yang mengeluarkan biaya tidak kecil untuk memprogandakan sesuatu yang tidak bermanfaat, kalau enggan berkata membahayakan. Juga pada biaya pengobatan bagi mereka yang menderita sekian banyak penyakit akibat rokok. Agama melarang segala bentuk pemborosan. Jangankan dalam hal yang buruk, atau tidak bermanfaat, dalam hal yang baik pun dilarangnya. “Tiada pemborosan dalam kebaikan dan tiada kebaikan dalam pemborosan,” demikian sabda Nabi SAW.

Ketiga, dari segi dampaknya terhadap kesehatan. Mayoritas dokter, bahkan Negara, telah mengakui dampak buruk ini, sehingga seandainya tidak ada teks keagamaan (ayat atau hadis) yang pasti menyangkut larangan merokok, maka dari segi

*maqashid al-syari'ah* sudah cukup sebagai argumentasi larangannya (Adiba & Arsanti, 2023).

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa agama melarang segala bentuk pemborosan dan memabukkan oleh karena itu perilaku merokok termasuk dalam perilaku boros dan memabukkan yang telah dijelaskan oleh para ulama.

## **2. Guru Bimbingan dan Konseling**

### **a) Pengertian Guru Bimbingan dan Konseling**

Dalam UU No. 111 Tahun 2014 Pasal 1 tentang Permendikbud yang berbunyi, Guru Bimbingan dan Konseling adalah pendidik yang berkualifikasi akademik minimal Sarjana Pendidikan (S-1) dalam bidang Bimbingan dan Konseling dan memiliki kompetensi di bidang Bimbingan dan Konseling. Mereka juga terkadang disebut sebagai guru atau pendidik yang berupaya menyelesaikan atau mencari solusi dari permasalahan yang dihadapi klien. Pendidik memegang peranan sentral dalam pendidikan, secara langsung mengawasi kegiatan lapangan. Guru Bimbingan dan Konseling juga memberikan informasi, namun juga membantu siswa membentuk warga negara yang berguna dan menanamkan nilai-nilai di dalamnya.

Dalam UU No. 111 Tahun 2014 Pasal 1 tentang Permendikbud yang berbunyi, Bimbingan dan Konseling adalah upaya sistematis, objektif, logis, dan berkelanjutan serta

terprogram yang dilakukan oleh konselor atau guru Bimbingan dan Konseling untuk memfasilitasi perkembangan peserta didik/Konseli untuk mencapai kemandirian dalam kehidupannya.

Dalam UU Sisdiknas No. 20 Tahun 2003 yang berbunyi, Pendidik adalah tenaga kependidikan yang berkualifikasi sebagai guru, dosen, konselor, pamong belajar, widyaiswara, tutor, instruktur, fasilitator, dan sebutan lain yang sesuai dengan kekhususannya, serta berpartisipasi dalam menyelenggarakan pendidikan. Guru adalah pendidik profesional dan bukan pahlawan karena secara implisit telah setuju untuk menerima dan memikul sebagian beban pendidikan (Komariah et al, 2021). Kamus Besar Bahasa Indonesia menyebutkan bahwa BK merupakan hasil penggabungan kata “bimbingan” dan “konseling”, bimbingan juga bisa berarti seorang pemimpin atau petunjuk (penjelasan tentang bagaimana melakukan sesuatu). Menurut definisi beberapa ahli Indonesia “bimbingan” juga mengacu pada proses pemberian bantuan dengan cara konselor membantu klien yang memiliki masalah yang bertujuan teratasinya permasalahan klien.

Beberapa komponen penting dari bimbingan dapat disimpulkan dari definisi istilah yang disebutkan di atas: Pengawas, yang merupakan seorang konselor atau guru, adalah seorang ahli dengan kewenangan untuk membantu siswa. Siswa

yang disebut sebagai konseli memiliki masalah, dan guru atau konselor membimbing konseli melalui masalah tersebut untuk mencapai tujuan yang positif bagi siswanya.

#### **b) Fungsi Bimbingan dan Konseling**

Selanjutnya fungsi-fungsi bimbingan dan konseling adalah sebagai berikut (Kamaluddin, 2011): (1) fungsi pemahaman, yaitu pemahaman tentang klien, pemahaman tentang masalah klien, dan pemahaman tentang lingkungan yang lebih luas. (2) fungsi pencegahan, yaitu mendorong perbaikan lingkungan yang kalau dibiarkan akan berdampak negatif terhadap individu yang bersangkutan, mendorong perbaikan kondisi diri pribadi klien, meningkatkan kemampuan individu untuk hal-hal yang diperlukan yang mempengaruhi perkembangan dan kehidupannya, mendorong individu untuk tidak melakukan sesuatu yang akan memberikan resiko yang besar, dan melakukan sesuatu yang akan memberikan manfaat, menggalang dukungan kelompok terhadap individu yang bersangkutan.

#### **c) Tugas dan Tanggung Jawab Guru Bimbingan dan Konseling**

Menurut Juwanto (2020), menguraikan peran, tanggung jawab, dan tugas guru bimbingan dan konseling:

- a) Membantu dengan arahan berbaur dan membimbing administrasi untuk siswa.

- b) Mengidentifikasi siswa yang memerlukan bimbingan dan konseling.
- c) Berperan dalam pembentukan suasana kelas, hubungan antara guru dan siswa, dan hubungan antar siswa.
- d) Memungkinkan siswa yang membutuhkan bimbingan dan konseling untuk berpartisipasi dalam kegiatan dan menyediakan fasilitas bagi mereka untuk melakukannya.
- e) Berkontribusi untuk memecahkan masalah siswa.
- f) Mengumpulkan data yang diperlukan untuk penilaian tindak lanjut dan layanan bimbingan dan konseling.

Dalam proses belajar mengajar, guru berperan sebagai pembimbing dan pengarah serta menjadi fasilitator siswa untuk membantu siswa memahami dan berkembang. Hal ini memastikan bahwa siswa selalu terlibat dan termotivasi untuk belajar di kelas dan mencapai pembelajaran yang sejalan dengan kurikulum dan misi pendidikan. Guru juga diharapkan dapat berkontribusi pada pengembangan pribadi nilai-nilai, penyesuaian, dan aspek siswa. Oleh karena itu, untuk memfasilitasi kesenangan siswa dan pembelajaran yang optimal, guru harus mampu menjadi aktor penting sebagai jembatan.

#### **d) Layanan Bimbingan dan Konseling**

Fungsi-fungsi BK tersebut dapat dilaksanakan melalui berbagai layanan dan kegiatan pendukung bimbingan dan konseling. Menurut Juwanto (2020), layanan bimbingan dan konseling di sekolah dapat mencakup pelayanan-pelayanan berikut: (1) Layanan Orientasi, (2) Layanan Informasi, (3) Layanan Penempatan dan Penyaluran, (4) Layanan Pembelajaran, (5) Konseling Perorangan, (6) Pelayanan Bimbingan Kelompok, (7) Pelayanan Konseling Kelompok, (8) Aplikasi Instrumentasi BK, (9) Penyelenggaraan Himpunan Data, (10) Konferensi Kasus, (11) Kunjungan Rumah, (12) Alih Tangan Kasus.

#### **B. Penelitian Relevan**

Berdasarkan hasil telaah pustakaan, maka ditemukan beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian yang berkaitan dengan tingkah laku merokok, diantaranya sebagai berikut:

1. Ganta Swarafika (2021) dalam skripsinya yang berjudul “Konseling Kelompok Pendekatan Behavioral dengan Teknik Sel-Management dalam Upaya Merduksi 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. Adapun yang menjadi

persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini yaitu sama-sama berupaya mereduksi tingkah laku merokok peserta didik. Kemudian yang menjadi perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini yaitu penelitian terdahulu menggunakan pendekatan behavioral dengan teknik sel-management sedangkan penelitian ini tidak menggunakan pendekatan behavioral dengan teknik sel-management.

2. Shinta Desala Rahmawati (2016) 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. Adapun yang menjadi persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini yaitu sama-sama membahas tentang pemahaman bahaya merokok bagi peserta didik. Kemudian yang menjadi perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu yaitu penelitian terdahulu untuk meningkatkan pemahaman bahaya merokok pada peserta didik sedangkan penelitian ini untuk mengungkapkan upaya dalam mereduksi tingkah laku merokok.

3. 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. Adapun yang menjadi persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini yaitu sama-sama membahas tentang bahaya merokok terhadap peserta didik. Kemudian yang menjadi perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini yaitu penelitian dahulu ingin mengetahui efektifitas layanan informasi dengan memanfaatkan pada peserta didik kelas VII SMPN 4 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018 sedangkan penelitian ini ingin mengungkapkan upaya mereduksi tingkah laku merokok siswa di SMA Negeri 4 Kerinci.

### **C. Kerangka Berfikir**

Perilaku merokok remaja merupakan perilaku yang mudah untuk dijumpai. Remaja merokok di tempat-tempat umum, dan tidak jarang remaja merokok menggunakan seragam sekolah dan dekat dengan lingkungan sekolah. Banyak remaja yang sudah menjadi perokok aktif. Walaupun hampir sebagian remaja mengetahui dampak rokok bagi kesehatan, namun sifat nikotin yang adiktif yang mempengaruhi remaja

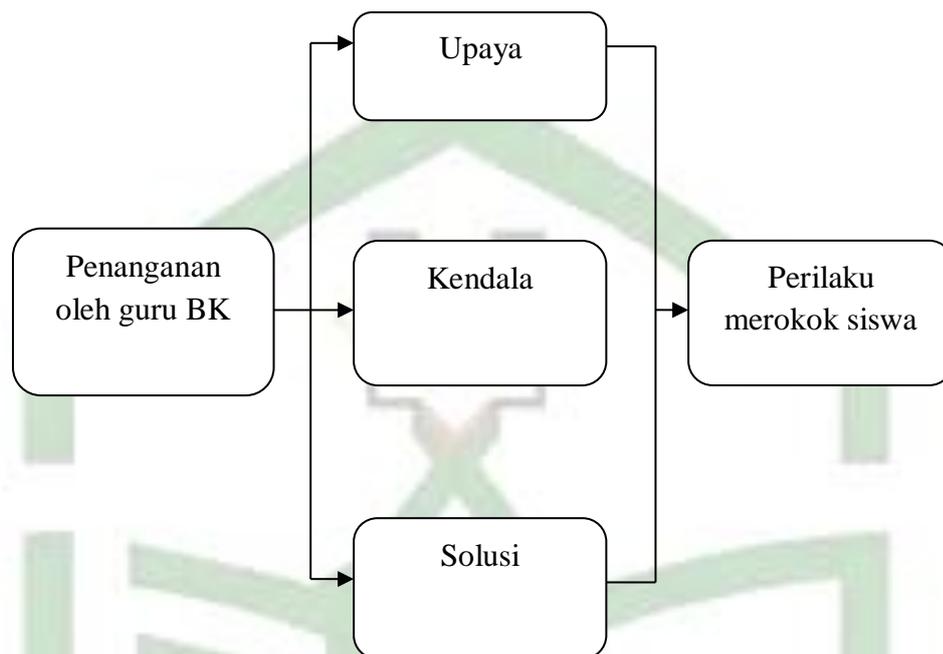
untuk terus merokok. Kebiasaan merokok ada juga berasal dari faktor lingkungan seperti faktor keluarga, tempat tinggal bahkan pergaulan dengan kelompok teman sebaya. Pada usia remaja persentase waktu ketika anak bergaul dengan kelompok teman sebaya jauh lebih besar dari pada saat berkumpul dengan keluarga. Remaja yang bergabung dengan suatu kelompok akan rentan meniru atau melakukan apa yang dilakukan oleh kelompoknya.

Selain itu, perilaku merokok remaja juga dipengaruhi oleh konformitas teman sebaya. Masa remaja adalah masa pencarian jati diri, dan pada masa ini remaja mulai memisahkan diri dari orang tuanya dan mulai banyak menghabiskan waktu bersama teman-temannya. Masa remaja ditandai dengan kedekatan remaja dengan teman sebayanya yang sering disebut dengan konformitas. Bagi remaja pengaruh lingkungan, khususnya kelompok teman sebaya memegang peran yang cukup besar dalam pemberian norma tingkah laku yang akan dianut. Hal lain yang mendukung bahwa remaja dengan tingkat pendidikan sekolah menengah sangat rentan terhadap rokok karena remaja khususnya remaja laki-laki, pada saat ini masih dalam tahap perkembangan mental atau pencarian jati diri dimana salah satunya ialah pengaruh teman sebaya.

Dalam hal ini guru berperan penting dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan anak didiknya dalam setiap permasalahan yang mempengaruhi proses pembelajarannya di sekolah, baik dari segi masalah yang berkaitan

dengan kehidupan pribadi seseorang (keluarga) maupun urusan dari tingkah laku siswa yang menyimpang.

Merujuk pada uraian yang telah peneliti jelaskan sebelumnya, apabila divisualisasikan dalam bentuk sebuah skema adalah sebagai berikut:



**Gambar 1.1 Kerangka Berfikir**

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis dan Desain Penelitian**

Penelitian kualitatif berusaha menemukan dan menjelaskan secara naratif aktivitas yang dilakukan dan dampak dari tindakan yang dilakukan terhadap kehidupan mereka. Penelitian kualitatif merupakan suatu strategi inquiri yang menekankan pencarian makna, pengertian, konsep, karakteristik, gejala, simbol maupun deskripsi tentang suatu fenomena, fokus dan multimetode, bersifat alami dan holistik, mengutamakan kualitas, menggunakan beberapa cara, serta disajikan secara naratif (Sidiq, Choiri & Mujahidin, 2019).

Metode penelitian ini menggunakan metode kualitatif studi kasus. Metode penelitian kualitatif adalah metode dimana peneliti adalah alat utama, teknik yang digunakan menggabungkan pengumpulan data, analisis data bersifat induktif, dan hasil penelitian kualitatif lebih bermakna dari pada digeneralisasikan, ini adalah bentuk penelitian yang mempelajari objek alam, menekankan studi kasus biasanya dikaitkan dengan organisasi tempat dan kelompok orang, seperti: Kelompok Sosial, Kelompok Kerja, Komunitas, Peristiwa atau Insiden (Sugiyono, 2020).

Pendekatan studi kasus mencakup berbagai topik penelitian, mulai dari komunitas, pendidikan, kesehatan publik, bisnis dan industri, peraturan dan administrasi publik, sampai dengan masalah dan kontroversi sosial. Studi kasus adalah sebuah metode empiris yang menyelidiki suatu

fenomena kontemporer atau kasus secara mendalam dan dalam konteks dunia nyata, yang digunakan terutama ketika batasan antara fenomena dan konteks tidak terlihat secara jelas (Novarita, 2014).

Metodologi kualitatif adalah metode pelaksanaan penelitian yang menghasilkan produksi data deskriptif berupa kata-kata lisan atau tulisan dari individu dan perilaku yang diamati (Nur'aini, 2020). Penelitian yang bertujuan untuk mendeskripsikan dan menginterpretasikan sesuatu, seperti kondisi atau hubungan yang ada, pendapat yang berkembang, proses yang sedang berlangsung, efek atau efek yang terjadi, atau tren yang sedang berlangsung, dianggap sebagai penelitian kualitatif (Nurahma & Hendriani, 2021).

Adapun jenis data yang digunakan penulis dalam penelitian ini:

1. Data primer: berupa data yang diambil dari guru Bk di SMA Negeri 4 Kerinci. Dianggap perlu untuk menanyakan tentang kegiatan pendidikan dan bagaimana pengaruhnya terhadap perilaku siswa.
2. Data sekunder, berupa data yang diambil dari guru Bk, Kepala Sekolah Siswa, Walikelas, data monografi SMA Negeri 4 Kerinci, dan data pendukung lainnya yang telah didokumentasikan.

## **B. Lokasi dan Waktu Penelitian**

Pada penelitian ini peneliti mengambil lokasi di SMA Negeri 4 Kerinci, Tutung Bungkok, Kecamatan Siulak, Kabupaten Kerinci. Dengan alasan ditempat tersebut penulis menemukan beberapa subjek penelitian yang sesuai dengan karakteristik dan fokus penelitian yang ingin penulis

teliti serta penulis juga mendapatkan kemudahan akses untuk mencari narasumber kunci siswa yang merokok.

### C. Subjek Penelitian

Subjek penelitian merupakan orang yang dimanfaatkan memberikan informasi tentang situasi dan kondisi latar penelitian. Dalam penelitian ini subjek merupakan posisi kunci yang dapat memberikan informasi yang diperlukan. Pemilihan subjek penelitian ini didasarkan atas subjek tersebut benar-benar menguasai permasalahan dan siap memberikan informasi kepada peneliti. Informan kunci yang tepat dalam permasalahan ini adalah guru BK (Sugiyono, 2020).

Pengumpulan data yang dibutuhkan dalam penelitian ini didapatkan dari berbagai subjek penelitian sebagai informan. Subjek yang dimaksud dalam penelitian ini adalah:

**Tabel 1.2 Subjek Penelitian**

No	Inisial	Keterangan
1	PR (Di inisialkan)	Kepala Sekolah
2	RR (Di inisialkan)	Siswa
3	HA (Di inisialkan)	Siswa
4	EG (Di inisialkan)	Guru BK
5	LK (Di inisialkan)	Guru BK
6	TA (Di inisialkan)	Guru BK
7	EK (Di inisialkan)	Guru BK

8	AP (Di inisialkan)	Walikelas
---	--------------------	-----------

Adapun untuk pemilihan subjek penelitian awalnya peneliti menjadikan guru BK saja sebagai informan, namun hal ini mendapat saran dari guru BK untuk melibatkan kepala sekolah, walikelas dan 2 orang siswa dalam memperkaya informasi dalam penelitian. Untuk siswa yang dipilih dalam hal ini siswa yang sering kedapatan merokok dilingkungan sekolah siswa tersebut direkomendasikan oleh guru BK.

#### **D. Teknik Pengumpulan Data**

Adapun teknik yang digunakan peneliti untuk pengumpulan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

##### **1. Wawancara**

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik wawancara untuk mengumpulkan data hasil dari penelitian. Wawancara adalah pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu. Dalam penelitian ini, teknik wawancara ataupun interview merupakan cara yang digunakan untuk mendapatkan data dengan cara mengadakan wawancara secara langsung dengan informan. Dalam proses pengumpulan data pada penelitian ini, penulis mengajukan pertanyaan yang sudah disiapkan dan responden menjawab dengan bebas (Sugiyono, 2020).

## 2. Observasi

Observasi merupakan pengamatan yang teliti dan sistematis tentang suatu objek, melalui observasi seseorang mengetahui tingkah laku dari objek yang diamati. Observasi memungkinkan pengamat untuk melihat dunia sebagaimana yang dilihat oleh subjek penelitian, hidup pada saat itu, menangkap fenomena dari segi pengertian subjek. Apa yang diamati harus diarahkan pada fokus suatu studi, oleh karena itu dalam penelitian ini, yang menjadi fokus pengamatan adalah yang berkaitan dengan upaya guru BK mereduksi tingkah laku merokok dilingkungan sekolah.

## 3. Dokumentasi

Dokumen merupakan catatan atau karya peristiwa yang sudah berlalu. Studi dokumentasi dalam penelitian ini dilakukan dengan melihat bukti dokumen dalam bentuk gambar maupun photo yang berkenaan dengan perilaku merokok siswa. Dokumen sebagai sumber data dapat dimanfaatkan untuk menguji, menafsirkan, bahkan untuk meramalkan. Studi dokumentasi merupakan pelengkap dari pengumpulan data yang terkait dengan fokus penelitian adalah sumber informasi yang sangat berguna dalam penelitian kualitatif.

## **E. Instrumen Penelitian**

Dalam penelitian kualitatif, alat atau instrumen utama pengumpulan data adalah manusia atau peneliti itu sendiri dengan cara mengamati, bertanya, mendengar, meminta dan mengambil data

penelitian. Peneliti harus mendapatkan data yang valid sehingga tidak sembarang narasumber yang diwawancarai.

Penelitian kualitatif sebagai *human instrument*, berfungsi menetapkan fokus penelitian, memilih informan sebagai sumber data, menilai kualitas data, analisis data, menafsirkan data dan membuat kesimpulan atas temuannya (Sugiyono, 2020).

#### **F. Teknik Analisis Data**

Dalam penelitian kualitatif, analisis data dilakukan sebelum peneliti terjun kelapangan. Analisis data dimulai sejak peneliti menentukan fokus penelitian sampai pembuatan laporan penelitian. Jadi teknik analisis data dilaksanakan sejak merencanakan penelitian sampai penelitian selesai.

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan dan bahan-bahan lain sehingga mudah dapat dipahami dan temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain. Analisis data dilakukan dengan mengorganisasikan data dan menjabarkannya kedalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun kedalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan yang dapat diceritakan kepada orang lain (Sugiyono, 2020).

Teknik analisis data dalam penelitian ini penulis menggunakan tiga prosedur perolehan data sebagai berikut:

1. Reduksi data ( *data reduction*), yaitu data yang diperoleh dari lapangan yang jumlahnya cukup banyak, maka sebab itu perlu dicatat secara

rinci. Setelah data yang diperlukan dikumpulkan, agar tidak bertumpuk-tumpuk dan memudahkan dalam pengelompokan serta dalam menyimpulkannya perlu dilakukan reduksi data. Reduksi data dalam hal ini sebagai suatu proses pilihan, memfokuskan pada penyederhanaan, pengabstrakan dan transformasi data mentah yang muncul dari catatan lapangan. Reduksi data merupakan suatu bentuk analisis yang menajamkan, mengungkapkan hal-hal penting, menggolongkan, mengarahkan, membuang yang tidak dibutuhkan dan mengorganisasikan data agar lebih sistematis sehingga dapat dibuat kesimpulan yang bermakna.

2. Penyajian data (*data display*), dalam konteks ini adalah kumpulan informasi yang telah tersusun yang membolehkan penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan. Pada proses ini peneliti melihat tayangan atau *data display* dari kegiatan reduksi, kemudian dihimpun dan diorganisasikan berdasarkan fokus penelitian. Hasil *display* inilah akan ditarik kesimpulan sementara, yang kemudian dilanjutkan dengan kegiatan verifikasi. Bentuk *display* data dalam penelitian kualitatif yang digunakan adalah teks naratif.
3. Penarikan kesimpulan (*verification*), pada bagian ini data diperoleh dibuat rangkuman, sehingga kesimpulan dalam penelitian kualitatif ini mungkin menjawab rumusan masalah yang dirumuskan sejak awal, tetapi mungkin juga tidak, karena masalah dan rumusan masalah dalam

penelitian kualitatif masih bersifat sementara dan akan berkembang setelah penelitian berada di lapangan.

### **G. Teknik Keabsahan Data**

Pada penelitian kualitatif sejak awal rancangan penelitian tidak sekaku (*rigid*) penelitian kuantitatif. Masalah yang telah ditetapkan berkemungkinan dapat berubah setelah turun ke lapangan, karena situasi sosial yang telah memiliki karakteristik khusus, aktor, tempat dan kegiatan, serta memungkinkan pula penghayatan peneliti sebagai instrumen penelitian terhadap kejadian dan konteks yang berbeda. Oleh karena itu dalam hal ini pelaksanaan teknik pemeriksaan didasarkan atas sejumlah kriteria (Sugiyono, 2020).

Agar data dalam penelitian kualitatif dapat dipertanggungjawabkan sebagai penelitian ilmiah perlu dilakukan uji keabsahan data. Adapun uji keabsahan data yang penulis lakukan dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut :

#### **1. Uji kepercayaan (*Credibility*)**

Tujuan uji kepercayaan (*credibility*) data yaitu untuk menilai kebenaran dari temuan penelitian kualitatif. *Credibility* ditunjukkan ketika partisipan mengungkapkan bahwa transkrip penelitian memang benar-benar sebagai pengalaman dirinya sendiri. Dalam hal ini peneliti akan memberikan data yang telah ditranskripkan untuk dibaca ulang oleh partisipan. *Credibility* menunjukkan kepercayaan terhadap data hasil penelitian kualitatif.

Kredibilitas merupakan kriteria untuk memenuhi nilai kebenaran dari data dan informasi yang dikumpulkan. Artinya, hasil penelitian harus dapat dipercaya oleh semua pembaca secara kritis dan dari responden sebagai informan (Sugiyono, 2020). Dalam hal ini ada beberapa cara yang dilakukan, diantaranya adalah:

a. *Perpanjangan Keikutsertaan*

Memperpanjang keikutsertaan dalam pengumpulan data di lapangan sangat diperlukan. Hal ini mengingat dalam penelitian kualitatif, peneliti merupakan instrumen utama penelitian. Dengan semakin lamanya peneliti terlibat dalam pengumpulan data, akan semakin memungkinkan meningkatnya derajat kepercayaan data yang dikumpulkan.

Dengan menambah waktu pengamatan dilapangan berarti kegiatan peneliti akan bertambah, seperti melakukan wawancara pada semua narasumber baik lama atau baru untuk memperoleh informasi yang baru. Hal ini menyebabkan hubungan yang terjadi semakin akrab (tanpa ada jarak) makin terbuka, saling mempercayai sehingga tidak ada lagi informasi yang ditutup-tutupi.

b. *Ketekunan Pengamatan*

Ketekunan pengamatan bertujuan menemukan ciri-ciri dan unsur-unsur dalam situasi yang sangat relevan dengan persoalan

atau isu yang sedang dicari dan kemudian memusatkan diri pada hal-hal tersebut secara rinci.

Dengan kata lain bahwa ketekunan pengamatan adalah melakukan pengamatan secara lebih cermat dan berkesinambungan. Dengan cara tersebut, maka kepastian data dan peristiwa akan dapat direkam secara pasti dan sistematis (Sugiyono, 2020).

Dalam hal ini, peneliti berusaha mempelajari dan menelaah setiap data yang diperoleh secara rinci dan teliti, sehingga bisa fokus pada suatu titik permasalahan. Dalam rangka meningkatkan ketekunan pengamatan, maka peneliti membaca referensi maupun hasil-hasil penelitian ataupun dokumentasi-dokumentasi yang terkait dengan temuan penelitian.

c. *Triangulasi*

Triangulasi data adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data itu. Teknik triangulasi yang paling banyak digunakan ialah pemeriksaan menggunakan sumber lainnya (Sugiyono, 2020). Pada penelitian ini, penulis membandingkan data yang diperoleh dari observasi dengan hasil wawancara beberapa guru dalam rangka membantu peneliti dalam meningkatkan derajat kepercayaan data yang diperoleh.

d. *Kecukupan Referensi*

Kecukupan referensi di sini artinya adanya data pendukung untuk membuktikan data yang telah ditemukan di lapangan. Sebagai contoh, hasil wawancara tentang interaksi manusia atau gambaran suatu keadaan perlu didukung oleh foto foto (Sugiyono, 2020).

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan alat-alat bantu dalam pengambilan foto-foto dokumentasi melalui handphone, penggunaan alat bantu ini juga bertujuan untuk mendukung kredibilitas data yang ditemukan di lapangan.



## **BAB IV**

### **TEMUAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Temuan Penelitian**

Pada Bab IV ini, peneliti akan memaparkan mengenai temuan hasil penelitian. Temuan penelitian ini merupakan Deskripsi data yang diperoleh dalam pengumpulan data di lapangan melalui Analisis dan wawancara. Selanjutnya dalam pembahasan akan dilakukan dengan menganalisis hasil penelitian mengenai Upaya Guru Bimbingan dan Konseling mereduksi tingkah laku merokok siswa SMA Negeri 4 Kerinci.

Data-data yang telah dihasilkan dalam proses penelitian ini akan di deskripsikan yakni diawali terlebih dahulu oleh deskripsi mengenai data umum, data-data umum yang diuraikan diantaranya mengenai deskripsi umum lokasi penelitian yang merupakan lembaga pendidikan yaitu Sekolah Menengah Atas Negeri 4 Kerinci dan profil mengenai lokasi penelitian tersebut, dilanjutkan temuan hasil penelitian dan analisis data penelitian atau pembahasan. Temuan dalam penelitian ini merupakan hasil dari wawancara mendalam dengan informan, lalu melakukan analisis dalam kegiatan interaksi informan dengan lingkungannya untuk menemukan data yang diperlukan dan melakukan studi dokumentasi.

Pada Bab IV akan dipaparkan beberapa temuan peneliti sebagai hasil penelitian dari pengumpulan data dan pengolahan data yang ditemukan dilapangan. Semua data yang diperoleh peneliti tentunya sesuai dengan permasalahan yang menjadi fokus penelitian. Hasil penelitian yang

diperoleh dari lapangan dideskripsikan dan dianalisis sebagai dasar untuk mendapatkan kesimpulan dari tujuan awal penelitian. Adapun tujuan penelitian ini sebagaimana dituangkan pada Bab 1 , bahwa penelitian ini bertujuan untuk : (1) Untuk mengungkapkan apa upaya guru Bimbingan dan Konseling dalam mereduksi tingkah laku merokok siswa di SMA Negeri 4 Kerinci, (2) Untuk mengungkapkan kendala guru BK dalam mereduksi tingkah laku merokok siswa di SMA Negeri 4 Kerinci, (3) Untuk mengungkapkan solusi guru BK dalam mereduksi tingkah laku merokok siswa di SMA Negeri 4 Kerinci.

### **1. Pelaksanaan penelitian**

Peneliti melakukan pengambilan data dengan membutuhkan waktu lebih kurang 2 bulan, hal ini dikarenakan peneliti ingin menganalisis lebih mendalam mengenai informan yang nantinya peneliti butuhkan sebagai informan tambahan. Awalnya peneliti menjadikan guru BK saja sebagai informan, namun hal ini mendapat saran dari guru BK untuk melibatkan Kepala Sekolah, Walikelas dan 2 orang Siswa dalam memperkaya informasi dalam penelitian. Disini untuk penelitian lebih lanjut, peneliti tidak menghubungi informan melalui media sosial ataupun media lainnya, karna peneliti merasa lebih sopan jika kita menemuinya langsung disekolah dan mengatur jadwal yang memungkinkan untuk dilakukannya penelitian.

Maka dari itu untuk informan tambahan dari siswa, peneliti harus menyesuaikan waktu dan memanfaatkan jam kosong agar sistem

pembelajarannya dikelas tidak terganggu. Dalam hal ini, pada saat bertemu dengan Informan, peneliti menjelaskan tujuan dari penelitian yang akan dilakukan, dan meminta ketersediaan dari informan untuk memberikan informasi-informasi tanpa adanya paksaan dari pihak peneliti ataupun dari pihak manapun.

## **2. Hasil penelitian**

Berdasarkan data yang diperoleh dari wawancara kepada 7 orang Informan, ditemukan bahwa informan ini pernah terlibat dalam upaya mereduksi tingkah laku merokok siswa. Pada saat penelitian dari tanggal 30 Maret 2023 sampai dengan 30 Mei 2023.

Selama melakukan penelitian, peneliti banyak menemukan hal-hal baru yang menambah wawasan bagi peneliti sendiri, baik yang berkaitan dengan penelitian maupun diluar indikator penelitian. Secara kontekstual sekolah merupakan ranah bagi setiap individu untuk mempelajari hal-hal yang belum diketahui, dan juga sebagai ranah untuk masuk ke lingkungan sosial. Pada sistem pendidikan tidak semua berjalan dengan baik, semua akan melalui proses perubahan dan perkembangan, baik dari sistem pendidikan di sekolah maupun siswa yang terlibat dalam sekolah tersebut. Semua mengalami fase perubahan dan perkembangan seiring dengan berjalannya waktu.

Pada Bab IV ini, peneliti akan membahas mengenai hal-hal yang berkenaan dengan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan di SMA Negeri 4 Kerinci. Dari judul Skripsi “Upaya Guru BK

mereduksi tingkah laku merokok siswa SMA Negeri 4 Kerinci".  
Disini peneliti menggunakan teknik wawancara untuk mendapatkan informasi tersebut, peneliti memiliki 8 (orang) Narasumber/Informan yang diantaranya 4 orang sebagai informan penuh/inti, dan 4 orang sebagai informan tambahan/ pendukung.

Maka dari itu, dari 8 Informan dalam penelitian ini menghasilkan berbagai informasi-informasi yang nantinya dijadikan sebagai data dari hasil penelitian. Setiap informan menyajikan data yang berbeda-beda, sehingga menyangkut beberapa hal diantaranya yaitu :

a. Upaya Guru BK mereduksi tingkah laku merokok siswa SMA Negeri 4 Kerinci

Dalam hal ini, ada beberapa upaya yang dapat dilakukan dalam mereduksi tingkah laku merokok siswa, tentunya setiap guru memiliki cara tersendiri, melalui prosesnya juga memerlukan waktu dalam mereduksinya. Berdasarkan wawancara yang telah peneliti lakukan di SMA 4 Kerinci telah ditemukan upaya guru BK dalam mereduksi tingkah laku merokok. Adapun pelaksanaan dalam penelitian ini untuk mendapatkan data dari berbagai informasi yang benar, tepat dan terpercaya sebagai tujuan penelitian.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK SMA 4 Kerinci, yakni Ibu EG (di inisialkan), beliau mengatakan:

“Upaya yang saya lakukan dengan memberikan layanan informasi pada waktu pengenalan lingkungan, sekaligus disitu juga saya lakukan layanan BK. Siswa yang mempunyai masalah juga saya panggil keruang BK untuk diberi bimbingan dan arahan, didalam kelas juga saya kasih bimbingan seperti ceramah, nasehat dan tentunya melakukan pendekatan terhadap siswa. Saya melakukan pengawasan setiap pagi, saat istirahat sering saya keliling perkarangan sekolah. Pokoknya pasti saya lakukan pengawasan terus terhadap siswa, karena itu juga tugas kita sebagai guru BK dan supaya siswa tidak sering melakukan pelanggaran sekolah dan tercegahnya dari hal-hal buruk maka dilakukan pengawasan, selain itu siswa yang kedapatan merokok disekolah maka kami beri sanksi peringatan, skorsing selama 2 minggu dan panggilan orang tua”.

Selanjutnya Ibu LK (di inisialkan), selaku guru BK SMA 4

Kerinci dalam sebuah wawancara beliau mengatakan:

“Jika siswa yang kedapatan merokok itu 1 atau 2 orang maka guru BK memberikan konseling individual untuk himbauan, dan jika yang kedapatan merokok itu 8 sampai 10 orang biasanya saya sebagai guru BK melakukan bimbingan kelompok untuk memberikan peringatan dan membahas bahaya merokok, didalam bimbingan kelompok saya selaku guru BK memberikan gambaran betapa susahny mendapatkan pekerjaan, agar mereka tidak lagi menyia-nyiakn masa remaja mereka, dengan bimbingan kelompok ada sebagian siswa yang berubah dan tidak merokok lagi”.

Adapun penjelasan lain yang dijelaskan oleh Bapak PR (di inisialkan), selaku Kepala Sekolah dalam sebuah wawancara beliau mengatakan:

“Iyaa, upaya guru BK dalam mereduksi tingkah laku merokok siswa disekolah sudah dilakukan, apalagi untuk kasus seperti merokok itu memang tugas guru BK menanganinya. Selain itu peran guru BK sangat penting dalam kasus siswa merokok dilingkungan sekolah ini sering terjadi, untuk itu guru BK dapat menghimbau dan memberi nasehat kepada siswa melalui layanan bimbingan bahwa merokok itu sangat berbahaya bagi kesehatan terutama anak usia remaja, jika istirahat guru BK

sering mengelilingi sekolah atau merazia siswa yang merokok baik dikelas, kantin dan kamar mandi”.

Hal serupa juga dijelaskan oleh Bapak AP (di inisialkan), selaku Walikelas beliau mengatakan:

“Iyaa, kalau disekolah ini upaya guru BK sudah dilakukan, karena itu tugas dari guru BK untuk mereduksi tingkah laku merokok siswa, guru BK juga sering melakukan bimbingan kelompok untuk siswa-siswa yang kedapatan merokok minalnya ada 8 sampai 10 orang itu biasanya guru BK melakukan bimbingan kelompok dan untuk 1 atau 2 orang itu biasanya konseling individual”.

Kemudian wawancara dengan siswa yang bermasalah dan pernah merasakan konseling individual dan bimbingan kelompok oleh guru BK dalam upaya mereduksi tingkah laku merokok, yakni siswa RR (di inisialkan), dia mengatakan:

“Upaya guru BK ada, seperti memberikan arahan, nasehat dan motivasi kepada kami didalam kelas, pidato ketika upacara hari senin, upaya yang dilakukan guru BK jika ada yang kedapatan merokok maka akan di berikan peringatan, skorsing, dan juga panggilan orang tua. Selain itu, guru BK sering melakukan razia ke kelas-kelas atau memberikan pengawasan yaitu dengan mengelilingi kelas, kantin, dan kamar mandi waktu istirahat. Setelah kami melakukan bimbingan kelompok disitulah kami tau bahwasanya merokok itu sangat merugikan dan sangat berbahaya untuk kesehatan”.

“Ada juga bimbingan dilakukan seperti waktu pengenalan lingkungan pertama kali masuk sekolah, bimbingan waktu upacara hari senin, selain itu upaya yang dilakukan guru BK, kepala sekolah dan walikelas hampir sama, jika ada siswa yang kedapatan merokok seperti melakukan peringatan dan memberikan surat perjanjian, jika melanggar perjanjian tersebut maka akan dipanggil orang tua kita kesekolah, guru BK juga sering mengawasi kami yang sering kedapatan merokok, waktu istirahat guru BK sering mengawasi siswa kekantin, dan juga kelas untuk mengintai siswa yang melanggar peraturan” .

Hal serupa juga disampaikan oleh siswa HA (di inisialkan), yang pernah merasakan konseling individual dia mengatakan:

“Bimbingan yang dilakukan guru BK seperti bimbingan waktu upacara dengan memberi himbauan bagi siswa yang kedapatan merokok disekolah maka ada diberi sanksi, kemudian guru BK sering mengawasi kami ketika jam istirahat agar tidak ada yang merokok dilingkungan sekolah”.

Dari hasil wawancara diatas dapat diketahui bahwasanya guru BK, kepala sekolah dan juga walikelas di SMA 4 Kerinci berperan aktif dalam mereduksi tingkah laku merokok disekolah, guru-guru bidang studi juga aktif dalam mereduksi tingkah laku merokok disekolah. Upaya guru BK dalam mereduksi tingkah laku merokok di SMA 4 Kerinci diantaranya: Pertama, memberikan layanan informasi pada waktu pengenalan lingkungan pertama masuk sekolah, disamping itu guru BK juga memberikan layanan kepada siswa sebelum siswa tersebut duduk dibangku SMA 4 Kerinci. Kedua, memberikan layanan konseling individual dan bimbingan kelompok kepada siswa serta arahan dan motivasi agar siswa tidak lagi merokok dilingkungan sekolah. Ketiga, selalu mengawasi siswa baik dipagi hari maupun pada jam istirahat dan memberikan peringatan kepada siswa seperti memberikan skorsing dan pemanggilan orang tua.

Adapun untuk konseling individual dan bimbingan kelompok dilakukan sebanyak 2 kali, jika siswa bersangkutan kedapatan lagi merokok dilingkungan sekolah maka akan diberikan sanksi peringatan, skorsing selama 2 minggu dan panggilan orang tua.

Kemudian materi yang diberikan tentang bahaya merokok bagi kesehatan, penyakit yang ditimbulkan akibat merokok, dan kelakuan-kelakuan yang terjadi jika siswa merokok, dalam menyampaikan materi guru BK usahakan siswa bisa menerima materi yang disampaikan, sedikit demi sedikit asalkan mereka paham dengan materinya. Setelah guru BK melakukan upaya dengan melakukan konseling individual dan bimbingan kelompok maka dapat dilihat dari perubahan siswa-siswa yang merokok makin berkurang dan mulai jera.

Tujuan dilakukan upaya ini agar berkurangnya siswa yang merokok di lingkungan sekolah SMA 4 Kerinci, dalam hal ini guru BK melakukan bimbingan kepada siswa, melakukan pengontrolan dan pengawasan waktu istirahat. Dalam mereduksi siswa merokok banyak hambatan-hambatan yang dialami guru BK seperti halnya kurangnya jam masuk khusus ke kelas dan fasilitas BK yang kurang memadai.

b. Kendala guru BK mereduksi tingkah laku merokok siswa di SMA Negeri 4 Kerinci.

Berdasarkan wawancara yang peneliti lakukan di SMA Negeri 4 Kerinci menunjukkan bahwa penanganan siswa merokok terdapat beberapa kendala dan hambatan yang dihadapi guru BK sehingga penanganan siswa merokok di sekolah belum efektif.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK SMA 4 Kerinci yakni Ibu EG (di inisialkan), beliau mengatakan:

“Tidak adanya jam khusus untuk kami masuk ke kelas dalam menjalankan program yang telah kami atur.. Tidak adanya jam khusus untuk guru BK dapat menghambat kami dalam melakukan layanan menangani siswa yang melakukan pelanggaran disekolah, seperti siswa merokok dilingkungan sekolah, tidak adanya jam BK juga berarti bimbingan dan konseling belum mendapatkan tempat yang layak disekolah”.

Selanjutnya Ibu TA (di inisialkan), selaku guru BK SMA 4

Kerinci beliau mengatakan:

“Keterbatasan komunikasi guru BK dengan orang tua siswa juga merupakan kendala yang dapat menghambat penanganan siswa merokok di SMA 4 Kerinci, bahwa siswa yang mengalami *broken home* yaitu terpisah jauh dari kedua orang tua nya sehingga guru BK tidak dapat berkonsultasi tentang aktifitas siswa disekolah dengan orang tua siswa yang bersangkutan. Komunikasi terbatas antara guru BK dengan orang tua siswa menyebabkan pihak sekolah harus berkerja lebih menjaga, mengawasi dan membimbing siswa tersebut. Dan sebagian siswa yang diberikan surat panggilan orang tua tidak disampaikan kepada orang tuanya, sehingga pihak sekolah harus memberikan perhatian penuh kepada siswa yang bermasalah agar-agar siswa tersebut benar-benar mau berubah”.

Selanjutnya Ibu LK (di inisialkan), selaku guru BK SMA 4

Kerinci dalam sebuah wawancara beliau mengatakan:

“Susahnya siswa-siswi diajak untuk bimbingan merupakan kendala yang dapat menghambat penanganan siswa merokok, karena siswa berfikir guru BK adalah polisi sekolah yang selalu memberikan hukuman jika siswa-siswi bermasalah, selain itu siswa merasa takut bila dipanggil keruang BK, dikarenakan tidak adanya jam khusus BK kekelas, yang akhirnya siswa tidak mengetahui apa itu BK. Dalam penanganan siswa merokok guru BK mengupayakan untuk selalu melakukan bimbingan untuk membahas bahaya merokok, dan penyakit yang ditimbulkan akibat merokok, dan kelakuan-kelakuan yang terjadi jika siswa merokok”.

Dari hasil wawancara diatas menunjukkan bahwasannya

mereduksi tingkah laku merokok di SMA 4 Kerinci terdapat beberapa

kendala dan hambatan diantaranya: Pertama, guru BK tidak memiliki jam khusus BK untuk masuk ke kelas. Kedua, komunikasi antara guru BK dengan orang tua siswa juga tidak berjalan dengan lancar. Ketiga, susahnya siswa-siswa untuk diajak untuk bimbingan dan siswa merasa takut keruang BK karena mereka menganggap guru BK adalah polisi sekolah yang selalu memberi hukuman.

c. Solusi guru BK dalam mereduksi tingkah laku merokok siswa di SMA Negeri 4 Kerinci.

Kehidupan manusia tidak terlepas dari masalah, mulai dari pribadi maupun keluarga. Walaupun demikian masalah harus tetap disyukuri karena adanya hal tersebut manusia dituntut untuk terus berfikir dan menggerakkan seluruh kemampuannya untuk memecahkan masalah sehingga hasil akhirnya adalah sebuah solusi dan jalan keluar. Dari wawancara yang peneliti lakukan di SMA 4 Kerinci tentang kendala mereduksi tingkah laku merokok siswa maka solusi pun muncul dari beberapa kendala yang ada.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK SMA 4 Kerinci yakni Ibu TA (di inisialkan), beliau mengatakan:

“Dengan terbatasnya komunikasi guru dengan orang tua siswa selanjutnya siswa yang bermasalah akan dibina oleh pihak sekolah karena siswa yang melanggar peraturan sekolah dalam hal ini merokok yakni siswa *broken home* ataupun siswa tersebut jauh dari orang tua, maka pihak sekolah akan membina nya melalui wali siswa ataupun orang terdekat dengan siswa sehingga siswa juga akan diperhatikan dilingkungan tempat tinggalnya dan juga untuk jam masuk BK akan dikondisikan oleh pihak sekolah untuk guru BK menjalankan program

pembinaan kepada siswa yang bermasalah dalam hal ini merokok dilingkungan sekolah”.

Selanjutnya Ibu EK (di inisialkan), selaku guru BK SMA 4 Kerinci dalam sebuah wawancara beliau mengatakan:

“Kebanyakan siswa yang merokok yaitu siswa dengan muka-muka yang sama, untuk itu guru BK akan melakukan bimbingan kelompok terhadap siswa yang merokok untuk mengetahui alasan mengonsumsi rokok dan juga untuk mengajak mereka berbicara, saling terbuka dan mengajak mereka untuk saling berjanji untuk tidak melanggar peraturan yang ditetapkan sekolah. Siswa yang merokok ini ada juga siswa yang broken home, guru BK mendeskripsikan bahwasannya rokok itu sebagai pelarian, dan yang diperlukan anak-anak yang broken home itu sebenarnya kasih sayang, dengan kasih sayang dan kita merangkul mereka, siswa perokok akan mulai menyadari bahwa dirinya salah jalan, satu persatu sudah ada siswa yang datang keruang BK untuk konseling individu”

Adapun penjelasan lain yang dijelaskan oleh Bapak PR (di inisialkan), selaku Kepala Sekolah dalam sebuah wawancara beliau mengatakan:

“Iyaa, terkait kendala yang guru BK keluhkan kami pihak sekolah akan membantu dan mengkondisikan ikut serta dalam upaya mereduksi tingkah laku merokok disekolah dan tidak adanya jam masuk BK selanjutnya kami selaku kepala sekolah untuk kedepannya jam masuk BK akan dikondisikan kembali oleh pihak sekolah artinya pihak sekolah akan memperhatikan kebutuhan guru BK, sehingga dengan adanya jam masuk khusus BK disekolah maka guru BK akan leluasa menjalankan program dan layanannya di SMA 4 Kerinci dan juga untuk yang lainnya pihak sekolah akan membantu guru BK dalam hal membina, memberi nasehat dan juga sanksi kepada siswa yang melanggar peraturan”

Dari hasil wawancara diatas menunjukkan bahwasannya mereduksi tingkah laku merokok terdapat beberapa solusi diantaranya: Pertama, pihak sekolah akan memperhatikan

kebutuhan guru BK. Kedua, pihak sekolah akan mengkondisikan jam masuk khusus untuk guru BK supaya dapat leluasa menjalankan program dan layanannya. Ketiga, guru BK akan melakukan bimbingan kelompok untuk siswa yang kedapatan merokok dilingkungan guna untuk mengajak siswa untuk berbicara, saling terbuka dan berjanji untuk tidak melanggar peraturan lagi.

## **B. Pembahasan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ke-8 informan penelitian telah mengupayakan mereduksi tingkah laku merokok siswa. Guru BK telah mengupayakan berbagai jenis kegiatan yang berkaitan dengan mereduksi tingkah laku merokok, ada beberapa yang dapat dibahas sesuai hasil penelitian terhadap Kepala Sekolah, guru BK, Walikelas dan siswa.

Adapun dari hasil penelitian dapat diketahui bahwasanya guru BK, Kepala Sekolah dan juga Walikelas di SMA 4 Kerinci berperan aktif dalam mereduksi tingkah laku merokok disekolah, guru-guru bidang studi juga aktif dalam mereduksi tingkah laku merokok disekolah. Adapun upaya guru BK dalam mereduksi tingkah laku merokok siswa yang dilakukan yaitu memberikan layanan informasi pada waktu pengenalan lingkungan pertama masuk sekolah, disamping itu guru BK juga memberikan layanan kepada siswa, memberikan layanan konseling individual dan bimbingan kelompok kepada siswa serta arahan dan motivasi agar siswa tidak lagi merokok dilingkungan sekolah, selalu

mengawasi siswa baik dipagi hari maupun pada jam istirahat dan memberikan peringatan kepada siswa seperti memberikan skorsing dan pemanggilan orang tua supaya siswa tidak sering melakukan pelanggaran sekolah dan supaya tercegahnya dari hal-hal buruk yang akan mempengaruhi siswa.

Pada saat penerapan konseling individual dan bimbingan kelompok, guru BK melakukan konseling dan bimbingan sebanyak 2 kali, jika siswa bersangkutan kedapatan lagi merokok dilingkungan sekolah maka akan diberikan sanksi peringatan, skorsing selama 2 minggu dan panggilan orang tua. Kemudian materi yang diberikan yaitu tentang bahaya merokok bagi kesehatan, penyakit yang ditimbulkan akibat merokok, dan kelakuan-kelakuan yang terjadi jika siswa merokok, dalam menyampaikan materi guru BK usahakan siswa bisa menerima materi yang disampaikan, sedikit demi sedikit asalkan mereka paham dengan materinya. Setelah guru BK melakukan upaya dengan melakukan konseling individual dan bimbingan kelompok maka dapat dilihat dari perubahan siswa-siswa yang merokok makin berkurang dan mulai jera.

Berdasarkan persamaan penelitian yang dilakukan oleh saudari Rahmawati (2016), dimana untuk meningkatkan pemahaman bahaya merokok pada siswa beliau memberikan layanan bimbingan kelompok agar siswa dapat mengetahui dan dapat mengidentifikasi tentang bahaya dari merokok. Pemahaman peserta didik paling tinggi pada kandungan zat dalam rokok serta dapat menimbulkan penyakit dari akibat merokok. Hal

ini juga dijelaskan oleh Febrijanto (2012), Rokok merupakan suatu zat adiktif yang membahayakan jika dikonsumsi oleh masyarakat dikarenakan dapat mengakibatkan gangguan bagi kesehatan individu maupun masyarakat sekitar. Tujuan dilakukan upaya ini agar berkurangnya siswa yang merokok di lingkungan sekolah SMA 4 Kerinci, dalam hal ini guru BK melakukan bimbingan kepada siswa, melakukan pengontrolan dan pengawasan waktu istirahat. Dalam mereduksi siswa merokok banyak hambatan-hambatan yang dialami guru BK. Kendala dan hambatan sering terjadi di dunia pendidikan, seperti pada model pembelajaran dan pendekatan guru BK terhadap siswa. Kendala juga menjadi penghambat guru BK dalam mereduksi tingkah laku merokok.

Kemudian dari hasil penelitian dapat diketahui bahwasanya kendala dan hambatan yang dihadapi guru BK dalam mereduksi tingkah laku merokok yaitu guru BK tidak memiliki jam khusus BK untuk masuk ke kelas, komunikasi antara guru BK dengan orang tua siswa juga tidak berjalan dengan lancar, susah nya siswa-siswa untuk diajak bimbingan dan siswa merasa takut keruang BK karena mereka menganggap guru BK adalah polisi sekolah yang selalu memberi hukuman. Hal ini sesuai yang disampaikan oleh Juwanto (2020), kendala merupakan suatu kondisi dimana gejala atau hambatan dan kesulitan menjadi penghalang tercapainya suatu tujuan. Kendala juga berarti suatu masalah atau keadaan yang menjadi penghambat untuk mencapai tujuan yang ingin dicapai.

Selanjutnya dalam melakukan upaya pasti terdapat berbagai masalah, rintangan termasuk kendala dan hambatan. Dalam hal ini manusia dituntut untuk berfikir mencari jalan keluarnya, sehingga akhirnya menemukan berbagai solusi. Dalam hal ini terkait kendala dan hambatan yang dihadapi guru BK dalam mereduksi tingkah laku merokok terdapat berbagai solusi.

Berdasarkan penelitian adapun solusi dari guru BK dalam mereduksi tingkah laku merokok dapat diketahui bahwa pihak sekolah akan memperhatikan kebutuhan guru BK, pihak sekolah akan mengkondisikan jam masuk khusus untuk guru BK supaya dapat leluasa menjalankan program dan layanannya, guru BK akan melakukan bimbingan kelompok untuk siswa yang kedapatan merokok dilingkungan sekolah guna untuk mengajak siswa untuk berbicara, saling terbuka dan berjanji untuk tidak melanggar peraturan lagi.

Selain memberikan layanan bimbingan kepada siswa, guru harus menciptakan hubungan baik kepada siswa. Terbinanya hubungan komunikasi yang baik memungkinkan guru dapat menjalankan program layanan sebab ada jalan terjadinya interaksi dan ada respon baik dari siswa hal ini adalah cara guru untuk meningkatkan inovasi. Untuk itu, semakin baik pembinaan hubungan dan komunikasi maka respon yang muncul semakin baik pula terhadap keberhasilan dalam mereduksi tingkah laku merokok siswa. Pada bagian pembahasan ini, peneliti menyimpulkan bahwasanya dari hasil penelitian yang dilakukan, peneliti merasa sudah

menemukan data yang valid dan mencari informan yang berkenaan dengan penelitian yang telah peneliti lakukan.



## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Simpulan**

1. Upaya guru BK sangat dibutuhkan disekolah. Adapun upaya guru BK dalam mereduksi tingkah laku merokok di SMA Negeri 4 Kerinci yaitu: 1) memberikan layanan informasi pada waktu pengenalan lingkungan pertama masuk sekolah, 2) memberikan layanan konseling individual dan bimbingan kelompok kepada siswa serta arahan dan motivasi, 3) selalu mengawasi siswa baik dipagi hari maupun pada jam istirahat.
2. Adapun kendala yang dihadapi guru BK dalam mereduksi tingkah laku merokok di SMA Negeri 4 Kerinci yaitu: 1) guru BK tidak memiliki jam khusus BK untuk masuk kekelas, 2) komunikasi antara guru BK dengan orang tua siswa juga tidak berjalan dengan lancar, 3) susah nya siswa-siswa untuk diajak bimbingan.
3. Adapun solusi dari guru BK dalam mereduksi tingkah laku merokok di SMA Negeri 4 Kerinci yaitu: 1) pihak sekolah akan memperhatikan kebutuhan guru BK, 2) pihak sekolah akan mengkondisikan jam masuk khusus untuk guru BK, 3) guru BK akan melakukan bimbingan kelompok untuk siswa yang kedapatan merokok.

## **B. Saran**

### **1. Kepala sekolah**

Diharapkan kepada kepala sekolah SMA Negeri 4 Kerinci supaya bekerja sama dengan guru BK dan personil sekolah lainnya dalam mengatasi peserta didik yang mengalami tingkah laku salah suai dengan mendukung kegiatan Bimbingan dan Konseling yang dilaksanakan untuk mengatasi tingkah laku salah suai.

### **2. Guru Bimbingan dan Konseling**

Diharapkan kepada guru BK agar dapat membantu peserta didik dalam membentuk tingkah laku yang sesuai dengan apa yang diharapkan orang tua dan sekolah. Perlunya perhatian, dukungan dan motivasi dari guru BK terhadap peserta didik yang mengalami perilaku salah suai supaya perkembangan kepribadian peserta didik bisa berkembang kearah yang sehat dan normal.

### **3. Wali kelas**

Diharapkan kepada wali kelas agar dapat memahami peserta didik dan bisa memberikan arahan kepada peserta didik agar dapat mengurangi tingkah laku salah suainya serta mau bekerja sama dengan guru BK dalam menghadapi peserta didik yang mengalami perilaku salah suai.

#### 4. Peserta didik

Peserta didik diharapkan bisa merubah tingkah laku salah suainya, agar mengurangi dalam mengonsumsi rokok dan tidak lagi merokok dilingkungan sekolah.



**BIBLIOGRAPHY**

- Adiba, N. T., & Arsanti, M. (2023). Perilaku Merokok dalam Pandangan Islam. *Jurnal Teras Kesehatan*, 6(1), 29–38. <https://doi.org/10.38215/jtkes.v6i1.108>
- Arlinda, S. (2019). Perilaku Merokok di Kalangan Siswa Sekolah Menengah Atas di Kota Padang. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 11(3), 238–244.
- Faridah, F. (2015). Analisis Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Merokok Remaja di SMK “X” Surakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 3(3).
- Fikriyah, S., & Febrijanto, Y. (2012). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Merokok pada Mahasiswa Laki-laki di Asrama Putra. *Jurnal STIKES*, 5(1), 99–109.
- Indra, M. F., Hasneli, N., & Utami, S. (2015). Gambaran Psikologis Perokok Tembakau yang Beralih Menggunakan Rokok Elektrik (Vaporizer). *JOM*, 2(2). <https://doi.org/10.35681/1560-9189.2015.17.3.100328>
- Juwanto, J. (2020). Peran Guru Bimbingan dan Konseling Terhadap Penggunaan Handphone Oleh Siswa di SMA 11 Pembangunan Kota Padang. *Psikodidaktika: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling*, 5(1), 73. <https://doi.org/10.32663/psikodidaktika.v5i1.1225>
- Kaelani, A. B. (2018). Perancangan Iklan Layanan Masyarakat Tentang Bahaya Merokok Dalam Bentuk Dua Dimensi. *Arty: Jurnal Seni Rupa*, 7(1), 43-58.
- Kamaluddin, H. (2011). Bimbingan dan Konseling Sekolah. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 17(4), 447–454. <https://doi.org/10.24832/jpnk.v17i4.40>
- Komariah, C., Uwes, S., Drajat, M., & Tabroni, I. (2021). Peran Orang Tua Dalam Pembinaan Akhlak Anak Melalui Media Internet. *Jurnal Ilmiah Edukatif*, 7(1), 25–36. <https://doi.org/10.37567/jie.v7i1.443>
- Komasari, D., & Helmi, A. F. (2000). Faktor Faktor Penyebab Perilaku Merokok Pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 27(1), 37–47.
- Nisa, A. (2018). Analisis Kenakalan Siswa dan Implikasinya Terhadap Layanan Bimbingan Konseling. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 4(2), 102–123. <https://doi.org/10.22373/je.v4i2.3282>
- Novarita, E. (2014). Perilaku Bolos Siswa dan Implikasinya Terhadap Layanan Bimbingan Konseling (Studi Deskriptif Terhadap Siswa SMP N 1 Pasaman). *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 2(2), 9–13.

- Nur'aini, R. D. (2020). Penerapan Metode Studi Kasus YIN Dalam Penelitian Arsitektur Dan Perilaku. *INERSIA: LN formasi Dan Ekspose Hasil Riset Teknik Sipil Dan Arsitektur*, 16(1), 92–104. <https://doi.org/10.21831/inersia.v16i1.31319>
- Nurahma, G. A., & Hendriani, W. (2021). Tinjauan Sistematis Studi Kasus dalam Penelitian Kualitatif. *Jurnal Mediapsi*, 7(2), 119–129. <https://doi.org/10.21776/ub.mps.2021.007.02.4>
- Rahmadi, A., Lestari, Y., & Yenita, Y. (2013). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terhadap Rokok Dengan Kebiasaan Merokok Siswa SMP di Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 2(1), 25–28. <https://doi.org/10.25077/jka.v2i1.62>
- Sanjiwani, N. L. P. Y & Budisetyani, I. G. A. P. W. (2014). Pola Asuh Permisif Ibu dan Perilaku Merokok Pada Remaja Laki-Laki di SMA Negeri 1 Semarang. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(2), 344–352. <https://doi.org/10.24843/jpu.2014.v01.i02.p13>
- Sidiq, U., Choiri, M., & Mujahidin, A. (2019). Metode Penelitian Kualitatif di Bidang Pendidikan. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9). [http://repository.iainponorogo.ac.id/484/1/METODE PENELITIAN KUALITATIF DI BIDANG PENDIDIKAN.pdf](http://repository.iainponorogo.ac.id/484/1/METODE%20PENELITIAN%20KUALITATIF%20DI%20BIDANG%20PENDIDIKAN.pdf)
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Alfabeta
- Sundari, R., Widjaya, D. S., & Nugraha, A. (2015). Lama Merokok dan Jumlah Konsumsi Rokok terhadap Trombosit pada Laki-laki Perokok Aktif. *Kesmas: National Public Health Journal*, 9(3), 257–263. <https://doi.org/10.21109/kesmas.v9i3.692>
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 111 Tahun 2014 Tentang Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional
- Wulan, D. K. (2012). Faktor Psikologis yang Mempengaruhi Perilaku Merokok pada Remaja. *Journal Humaniora*, 3(2), 504–511.



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KERINCI**  
**FAKULTAS TARBİYAH DAN ILMU KEGURUAN**  
 Jl. Kapten Muradi Desa Sumur Gedang, Kecamatan Pesisir Bukit, Kota Sungai Penuh  
 Telp. (0748) 21065, Fax. (0748) 22114, Kode Pos.37112, Web:www.iainkerinci.ac.id, Email: info@iainkerinci.ac.id

**SURAT PENETAPAN JUDUL DAN PEMBIMBING SKRIPSI**

Nomor :In.31/D.1/PP.00.9/689/2022

Berdasarkan Rapat TIM Seleksi Judul Skripsi Mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan tentang Penetapan Judul dan Pembimbing Skripsi Mahasiswa, dengan ini Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Kerinci menetapkan:

- |                  |                                      |
|------------------|--------------------------------------|
| 1. Nama          | : Dosi Juliawati, S.Pd., M.Pd., Kons |
| NIP              | : 198807052015032007                 |
| Pangkat/Golongan | : Penata Tk. I/III d                 |
| Jabatan          | : Lektor                             |
| Sebagai          | : <b>Pembimbing I</b>                |
| 2. Nama          | : Agung Tri Presetia, M.Pd.          |
| NIP              | : 199305242019031012                 |
| Pangkat/Golongan | : Penata Muda Tk. I /III b           |
| Jabatan          | : Asisten Ahli                       |
| Sebagai          | : <b>Pembimbing II</b>               |

Dalam penulisan skripsi:

- |               |   |
|---------------|---|
| Mahasiswa     | : Zakkya  |
| NIM           | : 1910207085  |
| Fakultas      | : Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan   |
| Program Studi | : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)                                     |
| Judul Skripsi | : PENGARUH TEMAN SEBAYA TERHADAP PERILAKU MEROKOK PADA SISWA SMA NEGERI 4 KERINCI |

Demikian surat penetapan ini disampaikan agar dilaksanakan sebagaimana mestinya

DITETAPKAN DI : Sungai Penuh  
 PADA TANGGAL : Agustus 2022



Dekan  
  
 Dr. Hadi Candra, S.Ag., M.Pd.  
 NIP. 197305061999031004

Tembusan:

1. Wakil Dekan I Bidang Akademik dan Pengembangan Lembaga
2. Ketua Jurusan/Program Studi
3. Dosen Pembimbing
4. Pertiinggal



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KERINCI  
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN**

Jl. Kapten Muradi Desa Sumur Gedang, Kecamatan Pesisir Bukit, Kota Sungai Penuh  
Telp. (0748) 21065, Fax. (0748) 22114, Kode Pos 37112, Web: [fik.iainkerinci.ac.id](http://fik.iainkerinci.ac.id), Email: [info@fik.iainkerinci.ac.id](mailto:info@fik.iainkerinci.ac.id)

Nomor : In.31/D.1/PP.00.9/ 531 /2023  
Lampiran : 1 Halaman  
Perihal : Permohonan Izin Penelitian

30 Maret 2023

Kepada Yth,  
Kepala SMA NEGERI 4 KERINCI  
Kabupaten Kerinci  
Di  
Tempat

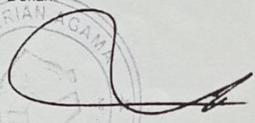
Assalamualaikum Wr, Wb.

Dalam rangka menyelesaikan tugas akhir program sarjana (S1) maka setiap mahasiswa diwajibkan menyusun skripsi sehubungan dengan hal tersebut kami mengharapkan dengan hormat atas kesediaan kerjasama Bapak/Ibu untuk memberikan izin kepada mahasiswa berikut ini:

NAMA : **Zakya**  
NIM : 1910207085  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam  
Fakultas : Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan

Untuk melakukan penelitian di instansi/lembaga Bapak/Ibu, dengan judul skripsi: **UPAYA GURU BIMBINGAN DAN KONSELING MEREDUKSI TINGKAH LAKU MEROKOK SISWA SMA NEGERI 4 KERINCI**. Waktu penelitian yang diberikan kepada yang bersangkutan dimulai pada tanggal **30 Maret 2023 s.d 30 Mei 2023**.



Dekan  
  
Dr. Hadi Candra, S.Ag., M.Pd.  
NIP. 197306051999031004

Tembusan:

1. Rektor IAIN Kerinci (sebagai laporan)
2. Wakil Rektor Bidang Akademik dan Pengembangan Lembaga
3. Yang bersangkutan sebagai pegangan
4. Peninggal



**PEMERINTAH PROVINSI JAMBI  
DINAS PENDIDIKAN  
SMA NEGERI 4 KERINCI**

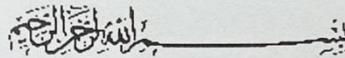


ALAMAT : Tutung Bungkok, Siulak Telp. (0748) 361156  
KECAMATAN SIULAK

Website <http://sman4kerinci.sch.id> e-mail : [sman4kerinci@yahoo.com](mailto:sman4kerinci@yahoo.com) Kode Pos :37162

**SURAT KETERANGAN**

Nomor : 800/13 /SMA.4-Krc/V/- 2023



Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SMA Negeri 4 Kerinci Kabupaten Kerinci, Dengan ini Menerangkan Bahwa :

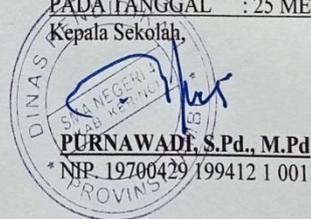
Nama : **Zakky**  
NIM/NPM : 1910207085  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Benar telah Melaksanakan Penelitian di SMA Negeri 4 Kerinci, yang dilaksanakan dari tanggal 30 Maret 2023 s/d 30 Mei 2023 dengan judul penelitian "UPAYA GURU BIMBINGAN DAN KONSELING MEREDUKSI TINGKAH LAKU MEROKOK SISWA SMAN 4 KERINCI"

Demikianlah Surat Keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan seperlunya.

DIKELUARKAN DI : SIULAK  
PADA TANGGAL : 25 MEI 2023

Kepala Sekolah,



**PURNAWADI, S.Pd., M.Pd**  
\* NIP. 19700429 199412 1 001

## INSTRUMEN PENELITIAN

### UPAYA GURU BIMBINGAN DAN KONSELING MEREDUKSI TINGKAH LAKU MEROKOK SISWA SMA NEGERI 4 KERINCI

No	Teori	Pertanyaan
1	Upaya guru BK dalam mereduksi tingkah laku merokok siswa	Upaya apa yang pernah bapak/ibu lakukan untuk mereduksi tingkah laku merokok siswa?
		Layanan apa yang bapak/ibu berikan, berapa kali?
2	Kendala guru BK dalam mereduksi tingkah laku merokok siswa	Menurut bapak/ibu apa kendala dalam mereduksi tingkah laku merokok siswa?
		Menurut bapak/ibu apa yang menjadi kendala dalam pemberian layanan?
3	Solusi guru BK dalam mereduksi tingkah laku merokok siswa	Apa solusi yang bapak/ibu lakukan terkait kendala yang bapak/ibu dapatkan dalam mereduksi tingkah laku merokok siswa?
		Adakah solusi dari pihak lain terkait kendala yang bapak/ibu dapatkan dalam mereduksi tingkah laku merokok siswa?

## **DESKRIPSI HASIL WAWANCARA DENGAN GURU BIMBINGAN DAN KONSELING DI SMA NEGERI 4 KERINCI**

### **A. Subjek 1**

**Nama** : EG (Di inisialkan)  
**Hari/Tanggal** : Kamis/ 20 April 2023  
**Wawancara ke** : 1 (Satu)  
**Tempat** : Ruang BK

#### **1. Upaya Guru Bimbingan dan Konseling**

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK SMA 4 kerinci, yakni Ibu EG (Di inisialkan), beliau mengatakan, upaya yang beliau lakukan dengan memberikan layanan informasi pada waktu pengenalan lingkungan, sekaligus disitu juga beliau lakukan layanan BK. Siswa yang mempunyai masalah juga dipanggil keruang BK untuk diberi bimbingan dan arahan, didalam kelas juga dilakukan bimbingan seperti ceramah, nasehat dan tentunya melakukan pendekatan terhadap siswa. Dan juga melakukan pengawasan setiap pagi, saat istirahat sering keliling perkarangan sekolah. Pokoknya pasti beliau lakukan pengawasan terus terhadap siswa, karena itu juga tugas kita sebagai guru BK dan supaya siswa tidak sering melakukan pelanggaran sekolah dan tercegahnya dari hal-hal buruk maka dilakukan pengawasan, selain itu siswa yang kedapatan merokok disekolah maka beliau beri sanksi peringatan, skorsing selama 2 minggu dan panggilan orang tua.

## 2. Kendala Guru Bimbingan dan Konseling

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK SMA 4 Kerinci yakni Ibu EG (Di inisialkan), beliau mengatakan tidak adanya jam khusus untuk kami masuk ke kelas dalam menjalankan program yang telah kami atur. Tidak adanya jam khusus untuk guru BK dapat menghambat kami dalam melakukan layanan menangani siswa yang melakukan pelanggaran disekolah, seperti siswa merokok dilingkungan sekolah, tidak adanya jam BK juga berarti Bimbingan dan Konseling belum mendapatkan tempat yang layak disekolah.



## **DESKRIPSI HASIL WAWANCARA DENGAN GURU BIMBINGAN DAN KONSELING DI SMA NEGERI 4 KERINCI**

### **B. Subjek 2**

**Nama** : LK (Di inisialkan)  
**Hari/Tanggal** : Senin/ 24 April 2023  
**Wawancara ke** : 1 (Satu)  
**Tempat** : Ruang BK

#### **1. Upaya Guru Bimbingan dan Konseling**

Berdasarkan hasil wawancara dengan Ibu LK (Di inisialkan), selaku guru BK SMA 4 kerinci beliau mengatakan, Jika siswa yang kedapatan merokok itu 1 atau 2 orang maka dilakukan konseling individual untuk himbauan, dan jika yang kedapatan merokok itu 8 sampai 10 orang biasanya beliau melakukan bimbingan kelompok untuk memberikan peringatan dan membahas bahaya merokok, didalam bimbingan kelompok beliau juga membahas tentang gambaran betapa susahny mendapatkan pekerjaan, agar mereka tidak lagi menyia-nyiakan masa remaja mereka, dengan bimbingan kelompok ada sebagian siswa yang berubah dan tidak merokok lagi.

#### **2. Kendala Guru Bimbingan dan Konseling**

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK SMA 4 Kerinci yakni Ibu LK (Di inisialkan), beliau mengatakan susahny siswa-siswi diajak untuk bimbingan merupakan kendala yang dapat menghambat penanganan siswa merokok, karena siswa berfikir guru BK adalah

polisi sekolah yang selalu memberikan hukuman jika siswa-siswi bermasalah, selain itu siswa merasa takut bila dipanggil keruang BK, dikarenakan tidak adanya jam khusus BK kekelas, yang akhirnya siswa tidak mengetahui apa itu BK. Dalam penanganan siswa merokok guru BK mengupayakan untuk selalu melakukan bimbingan untuk membahas bahaya merokok, dan penyakit yang ditimbulkan akibat merokok, dan kelakuan-kelakuan yang terjadi jika siswa merokok.



## DESKRIPSI HASIL WAWANCARA DENGAN GURU BIMBINGAN DAN KONSELING DI SMA NEGERI 4 KERINCI

### C. Subjek 3

**Nama** : TA (Di inisialkan)  
**Hari/Tanggal** : Rabu/ 26 April 2023  
**Wawancara ke** : 1 (Satu)  
**Tempat** : Ruang BK

#### 1. Kendala Guru Bimbingan dan Konseling

Berdasarkan wawancara dengan Ibu TA (Di inisialkan), selaku guru BK SMA 4 Kerinci beliau mengatakan, keterbatasan komunikasi guru BK dengan orang tua siswa juga merupakan kendala yang dapat menghambat penanganan siswa merokok di SMA 4 Kerinci, bahwa siswa yang mengalami broken home yaitu terpisah jauh dari kedua orang tua nya sehingga guru BK tidak dapat berkonsultasi tentang aktifitas siswa disekolah dengan orang tua siswa yang bersangkutan. Komunikasi terbatas antara guru BK dengan orang tua siswa menyebabkan pihak sekolah harus berkerja lebih menjaga, mengawasi dan membimbing siswa tersebut. Dan sebagian siswa yang diberikan surat panggilan orang tua tidak disampaikan kepada orang tuanya, sehingga pihak sekolah harus memberikan perhatian penuh kepada siswa yang bermasalah agar-agar siswa tersebut benar-benar mau berubah.

## 2. Solusi Guru Bimbingan dan Konseling

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK SMA 4 Kerinci yakni Ibuk TA (Di inisialkan), beliau mengatakan, dengan terbatasnya komunikasi guru dengan orang tua siswa selanjutnya siswa yang bermasalah akan dibina oleh pihak sekolah karena siswa yang melanggar peraturan sekolah dalam hal ini merokok yakni kebanyakan siswa broken home ataupun siswa tersebut jauh dari orang tua, maka pihak sekolah akan membina nya melalui wali siswa ataupun orang terdekat dengan siswa sehingga siswa juga akan diperhatikan dilingkungan tempat tinggalnya. Dan juga untuk jam masuk BK akan dikondisikan oleh pihak sekolah untuk guru BK menjalankan program pembinaan kepada siswa yang bermasalah dalam hal ini merokok dilingkungan sekolah.

## **DESKRIPSI HASIL WAWANCARA DENGAN GURU BIMBINGAN DAN KONSELING DI SMA NEGERI 4 KERINCI**

### **D. Subjek 4**

**Nama** : EK (Di inisialkan)

**Hari/Tanggal** : Selasa/ 2 Mei 2023

**Wawancara ke** : 1 (Satu)

**Tempat** : Ruang BK

#### **1. Solusi Guru Bimbingan dan Konseling**

Berdasarkan wawancara dengan Ibu EK (Di inisialkan), selaku guru BK SMA 4 kerinci dalam sebuah wawancara beliau mengatakan, kebanyakan siswa yang merokok yaitu siswa dengan muka-muka yang sama, untuk itu guru BK akan melakukan bimbingan kelompok terhadap siswa yang merokok untuk mengetahui alasan mengonsumsi rokok dan juga untuk mengajak mereka berbicara, saling terbuka dan mengajak mereka untuk saling berjanji untuk tidak melanggar peraturan yang ditetapkan sekolah. Siswa yang merokok ini ada juga siswa yang broken home, guru BK mendeskripsikan bahwasannya rokok itu sebagai pelarian, dan yang diperlukan anak-anak yang broken home itu sebenarnya kasih sayang, dengan kasih sayang dan kita merangkul mereka, siswa perokok akan mulai menyadari bahwa dirinya salah jalan, satu persatu sudah ada siswa yang datang keruang BK untuk konseling individu.



**PEMERINTAH PROVINSI JAMBI**  
**DINAS PENDIDIKAN**  
**SMA NEGERI 4 KERINCI**  
 ALAMAT : Koto Rendah, Siulak Telp. (0748) 361156  
**KECAMATAN SIULAK**



Website <http://sman4kerinci.sch.id> e-mail : [sman4krc@yahoo.com](mailto:sman4krc@yahoo.com) Kode Pos :37162

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)**  
**BIMBINGAN KLASIKAL**  
**SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2023/2024**

Komponen	: Layanan Dasar
Bidang Layanan	: Pribadi
Topik / Tema Layanan	: Bahaya Rokok bagi Kesehatan
Kelas / Semester	: 10 / Ganjil
Alokasi Waktu	: 1 x 35 menit

<b>A.</b>	<p><b>Tujuan Layanan</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik/konseli dapat memahami pengertian rokok dan macam-macam jenis rokok</li> <li>2. Peserta didik/konseli dapat memahami zat yang terkandung dalam rokok</li> <li>3. Peserta didik/konseli dapat memahami bahaya yang ditimbulkan akibat merokok</li> </ol>
<b>B.</b>	<p><b>Metode, Alat dan Media</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Metode : Ceramah, Curah pendapat dan tanya jawab</li> <li>2. Alat / Media :LCD, Power Point tentang Bahaya Rokok bagi Kesehatan</li> </ol>
<b>C.</b>	<p><b>Langkah-langkah Kegiatan Layanan</b></p> <p><b>1. Tahap Pendahuluan/Apersepsi ( 5 Menit )</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.1. Memberikan salam/sapaan dengan penuh semangat dan keakraban kepada peserta didik, kemudian mengajak peserta didik untuk mengawali kegiatan dengan berdo'a.</li> <li>1.2. Guru BK memberikan pengantar singkat tentang tujuan layanan Bimbingan dan Konseling</li> <li>1.3. Membina hubungan baik dengan peserta didik serta membuat suasana kegiatan menjadi lebih semangat/bergairah dengan diawali <i>ice breaking</i>. (Mencaikan kebekuan di kelas)</li> </ol> <p><b>2. Tahap Inti( 30 menit )</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2.1. Guru BK menayangkan <b>media slide power point</b> yang berhubungan dengan materi layanan tersebut diatas.</li> <li>2.2. Peserta didik memperhatikan, mengamati <b>tampilan video</b> yang terkait dengan “Bahaya Rokok Bagi Kesehatan”</li> <li>2.3. Guru BK mengajak <b>curah pendapat dan tanya jawab</b> setelah peserta didik melihat tayangan video tersebut.</li> <li>2.4. Peserta didik memperhatikan penjelasan materi yang diberikan</li> </ol>

	<p>serta Guru BK mengajak peserta didik berdialog interaktif tentang materi yang disampaikan.</p> <p>2.5. Beberapa peserta didik mencari informasi tentang dampak merokok bagi kesehatan manusia dan cara menghindari merokok dalam kehidupan sehari-hari.</p> <p>2.6. Peserta didik membuat poster atau slogan terkait dengan tema “Bahaya Rokok Bagi Kesehatan” dan mempublikasikannya melalui media sosial.</p> <p><b>3. Tahap Penutup</b></p> <p>3.1. Guru BK mengajak peserta didik membuat kesimpulan yang terkait dengan materi layanan</p> <p>3.2. Guru BK mengajak peserta didik agar <b>dapat menghindari rokok dan perilaku merokok</b></p> <p>3.3. Guru BK menyampaikan materi layanan yang akan datang dan mengakhiri kegiatan dengan berdoa dan salam</p>
<b>D.</b>	<p><b>Evaluasi</b></p> <p>1. Evaluasi Proses : Guru BK memperhatikan proses layanan serta melakukan refleksi dari kegiatan layanan klasikal tersebut menggunakan lembar observasi</p> <p>2. Evaluasi Hasil : Peserta didik mengisi angket evaluasi setelah mengikuti kegiatan layanan klasikal, antara lain: suasana yang dirasakan, pentingnya topik yang dibahas, cara penyampaiannya.</p>



**PEMERINTAH PROVINSI JAMBI**  
**DINAS PENDIDIKAN**  
**SMA NEGERI 4 KERINCI**  
 ALAMAT : Koto Rendah, Siulak Telp. (0748) 361156  
**KECAMATAN SIULAK**



Website <http://sman4kerinci.sch.id> e-mail : [sman4krc@yahoo.com](mailto:sman4krc@yahoo.com) Kode Pos :37162

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)**  
**BIMBINGAN KLASIKAL**  
**SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2023/2024**

Komponen	: Layanan Dasar
Bidang Layanan	: Informasi
Topik / Tema Layanan	: Bahaya Rokok bagi Kesehatan
Kelas / Semester	: 10 / Ganjil
Alokasi Waktu	: 1 x 45 menit

<b>A.</b>	<p><b>Tujuan Layanan</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik/konseli dapat memahami pengertian rokok dan macam-macam jenis rokok</li> <li>2. Peserta didik/konseli dapat memahami zat yang terkandung dalam rokok</li> <li>3. Peserta didik/konseli dapat memahami bahaya yang ditimbulkan akibat merokok</li> </ol>
<b>B.</b>	<p><b>Metode, Alat dan Media</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Metode : Ceramah, Curah pendapat dan tanya jawab</li> <li>2. Alat / Media : LCD, Power Point tentang Bahaya Rokok bagi Kesehatan</li> </ol>
<b>C.</b>	<p><b>Langkah-langkah Kegiatan Layanan</b></p> <p><b>1. Tahap Pendahuluan/Apersepsi ( 5 Menit )</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.1. Memberikan salam/sapaan dengan penuh semangat dan keakraban kepada peserta didik, kemudian mengajak peserta didik untuk mengawali kegiatan dengan berdo'a.</li> <li>1.2. Guru BK memberikan pengantar singkat tentang tujuan layanan Bimbingan dan Konseling</li> <li>1.3. Membina hubungan baik dengan peserta didik serta membuat suasana kegiatan menjadi lebih semangat/bergairah dengan diawali <i>ice breaking</i>. (Mencaikan kebekuan di kelas)</li> </ol> <p><b>2. Tahap Inti( 30 menit )</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2.1. Guru BK menayangkan <b>media slide power point</b> yang berhubungan dengan materi layanan tersebut diatas.</li> <li>2.2. Peserta didik memperhatikan, mengamati <b>tampilan video</b> yang terkait dengan “Bahaya Rokok Bagi Kesehatan”</li> <li>2.3. Guru BK mengajak <b>curah pendapat dan tanya jawab</b> setelah peserta didik melihat tayangan video tersebut.</li> <li>2.4. Peserta didik memperhatikan penjelasan materi yang diberikan</li> </ol>

	<p>serta Guru BK mengajak peserta didik berdialog interaktif tentang materi yang disampaikan.</p> <p>2.5. Beberapa peserta didik mencari informasi tentang dampak merokok bagi kesehatan manusia dan cara menghindari merokok dalam kehidupan sehari-hari.</p> <p>2.6. Peserta didik membuat poster atau slogan terkait dengan tema “Bahaya Rokok Bagi Kesehatan” dan mempublikasikannya melalui media sosial.</p> <p><b>3. Tahap Penutup</b></p> <p>3.1. Guru BK mengajak peserta didik membuat kesimpulan yang terkait dengan materi layanan</p> <p>3.2. Guru BK mengajak peserta didik agar <b>dapat menghindari rokok dan perilaku merokok</b></p> <p>3.3. Guru BK menyampaikan materi layanan yang akan datang dan mengakhiri kegiatan dengan berdoa dan salam</p>
<b>D.</b>	<p><b>Evaluasi</b></p> <p>1. Evaluasi Proses : Guru BK memperhatikan proses layanan serta melakukan refleksi dari kegiatan layanan klasikal tersebut menggunakan lembar observasi</p> <p>2. Evaluasi Hasil : Peserta didik mengisi angket evaluasi setelah mengikuti kegiatan layanan klasikal, antara lain: suasana yang dirasakan, pentingnya topik yang dibahas, cara penyampaiannya.</p>

## URAIAN MATERI

### 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 atau serangan jantung (walaupun pada kenyataannya itu hanya tinggal hiasan, jarang sekali dipatuhi).

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.

#### b. 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.

Berdasarkan jumlahnya perokok dibagi menjadi :

### 1. Perokok ringan.

Perokok yang merokok atau 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.

### c. 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.ZatKarsinogen**

Pengaruh bagi tubuh manusia :

- Memicu pertumbuhan sel kanker dalam tubuh
- 

#### **5.ZatIritan**

Pengaruh bagi tubuh manusia

- Mengotori saluran udara dan kantung udara dalam paru-paru
- Menyebabkan batuk.

Sebagaimana kita ketahui zat-zat asing berbahaya yang dihisap oleh perokok tersebut adalah zat yang terkandung dalam dalam asap rokok dan ada 4000 zat kimia yang terdapat dalam sebatang rokok, 40 diantaranya tergolong zat yang berbahaya misalnya : hidrogen sianida (HCN) , arsen, amonia, polonium, dan karbon monoksida (CO). Zat kimia yang dikeluarkan ini terdiri dari komponen gas 85 % dan partikel

### **Bahaya Yang di Timbulkan akibat merokok**

#### **1.Bahaya merokok pada perokok aktif dan pasif**

Besarnya bahaya merokok sebenarnya bukan tidak disadari oleh para perokok, karena pada setiap bungkus rokok kini terdapat peringatan wajib dari pemerintah yang berbunyi: “MEROKOK DAPAT MENYEBABKAN KANKER, SERANGAN JANTUNG, IMPOTENSI, DAN GANGGUAN KEHAMILAN DAN JANIN.” Tetapi, seringkali kuatnya ketergantungan terhadap rokok membuat orang tidak mau berhenti mengisapnya. Menurut penelitian, ternyata yang akan menerima efek negatif dari rokok tersebut bukan hanya perokok aktif saja, akan tetapi perokok pasif pun akan menerima akibat negatif dari rokok tersebut. Dan justru efek yang diterima oleh perokok pasif akan jauh lebih berbahaya lagi ketimbang perokok aktifnya.

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

##### **a. Kanker Paru**

Diketahui sekitar 90 persen kasus kanker paru diakibatkan oleh rokok. Hal ini karena asap rokok akan masuk secara inhalasi ke dalam paru-paru. Zat dari asap rokok ini akan merangsang sel di paru-paru menjadi tumbuh abnormal. Diperkirakan 1 dari 10 perokok sedang dan 1 dari 5 perokok berat akan meninggal akibat kanker paru.

##### **b. Kanker Kandung Kemih**

Kanker kandung kemih terjadi pada sekitar 40 persen perokok. Studi menemukan kadar tinggi dari senyawa 2-naphthylamine dalam rokok menjadi karsinogen yang mengarah pada kanker kandung kemih.

c. Kanker Payudara

Perempuan yang merokok lebih berisiko mengembangkan kanker payudara. Hasil studi menunjukkan perempuan yang mulai merokok pada usia 20 tahun dan 5 tahun sebelum ia hamil pertama kali berisiko lebih besar terkena kanker payudara.

d. Kanker Serviks

Sekitar 30 persen kematian akibat kanker serviks disebabkan oleh merokok. Hal ini karena perempuan yang merokok lebih rentan terkena infeksi oleh virus menular seksual.

e. Kanker Kerongkongan

Studi menemukan bahwa asap rokok merusak DNA dari sel-sel esofagus sehingga menyebabkan kanker kerongkongan. Sekitar 80 persen kasus kanker esofagus telah dikaitkan dengan merokok.

f. Kanker Pencernaan

Meskipun asap rokok masuk ke dalam paru-paru, tapi ada beberapa asap yang tertelan sehingga meningkatkan risiko kanker gastrointestinal (pencernaan).

g. Kanker Ginjal

Ketika seseorang merokok, maka asap yang mengandung nikotin dan tembakau akan masuk ke dalam tubuh. Nikotin bersama dengan bahan kimia berbahaya lainnya seperti karbonmonoksida dan tar menyebabkan perubahan denyut jantung, pernapasan sirkulasi dan tekanan darah. Karsinogen yang disaring keluar dari tubuh melalui ginjal juga mengubah sel DNA dan merusak sel-sel ginjal. Perubahan ini mempengaruhi fungsi ginjal dan memicu kanker.

h. Kanker Mulut

Tembakau adalah penyebab utama kanker mulut. Diketahui perokok 6 kali lebih besar mengalami kanker mulut dibandingkan dengan orang yang tidak merokok, dan orang yang merokok tembakau tanpa asap berisiko 50 kali lipat lebih besar.

i. Kanker Tenggorokan

Asap rokok yang terhirup sebelum masuk ke paru-paru akan melewati tenggorokan, karenanya kanker ini akan berkaitan dengan rokok.

j. Serangan Jantung

Nikotin dalam asap rokok menyebabkan jantung bekerja lebih cepat dan meningkatkan tekanan darah. Sedangkan karbon monoksida mengambil oksigen dalam darah lebih banyak yang membuat jantung memompa darah lebih banyak. Jika jantung bekerja terlalu keras ditambah tekanan darah tinggi, maka bisa menyebabkan serangan jantung.

k. Penyakit Jantung Koroner (PJK)

Sebagian besar penyakit jantung koroner disebabkan oleh rokok dan akan memburuk jika memiliki penyakit lain seperti diabetes melitus.

l. Aterosklerosis

Nikotin dalam asap rokok bisa mempercepat penyumbatan arteri yang bisa disebabkan oleh penumpukan lemak. Hal ini akan menimbulkan terjadinya jaringan parut dan penebalan arteri yang menyebabkan arterosklerosis.

m. Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK)

Kondisi ini menyebabkan aliran darah terhalangi sehingga membuat seseorang sulit bernapas, dan sekitar 80 persen kasus PPOK disebabkan oleh rokok. Kondisi ini bisa menyebabkan terjadinya emfisema (sesak napas akibat kerusakan pada kantung udara atau alveoli) dan bronkitis kronis (batuk dengan banyak lendir yang terjadi terus menerus selama 3 bulan).

2. Impotensi

Bagi laki-laki berusia 30-an dan 40-an tahun, maka merokok bisa meningkatkan risiko disfungsi ereksi sekitar 50 persen. Hal ini karena merokok bisa merusak pembuluh darah, nikotin mempersempit arteri sehingga mengurangi aliran darah dan tekanan darah ke penis. Jika seseorang sudah mengalami impotensi, maka bisa menjadi peringatan dini bahwa rokok sudah merusak daerah lain di tubuh.

3. Gangguan medis lainnya

Beberapa gangguan medis juga bisa disebabkan oleh rokok seperti tekanan darah tinggi (hipertensi), gangguan kesuburan, memperburuk asma dan radang saluran napas, berisiko lebih tinggi mengalami degenerasi makula (hilangnya penglihatan secara bertahap), katarak, menjadi lebih sering sakit-sakitan, menimbulkan noda di gigi dan gusi, mengembangkan sariawan di usus serta merusak penampilan.

**Kandungan Zat dalam Asap Rokok yang dinyalakan**

❖ TAR

Mengandung bahan kimia yang beracun, sebagainya merusak selparu-paru dan menyebabkan kanker.

❖ Karbonmonoksida (co)

gas beracun yang dapat mengakibatkan berkurangnya kemampuan darah membawa oksigen.

❖ Nikotin

Salah satu jenis obat perangsang yang dapat merusak jantung dan sirkulasi darah, nikotin membuat pemakainya kecanduan.

Selama beberapa tahun terakhir, para ilmuwan telah membuktikan bahwa zat-zat kimia yang dikandung asap rokok dapat mempengaruhi orang-orang tidak merokok di sekitarnya. Perokok pasif dapat meningkatkan risiko penyakit kanker paru-paru dan jantung koroner.

### **Dampak negatif Rokok Bagi Kesehatan**

1. Dampak bagi perokok pasif
  - ❖ Angina  
Nyeri dada akibat penyempitan pembuluh darah pada jantung
  - ❖ Asma  
Mengalami kesulitan bernafas
  - ❖ Alergi  
Iritasi akibat asap rokok antara lain Iritasi mata, sakit kepala, pusing, sakit tenggorokan, batuk dan sesak nafas.
  - ❖ Wanita hamil yang merokok atau menjadi perokok pasif, meyalur kan zat-zat beracun dari asap rokok kepada janin yang dikandung nya melalui peredaran darah.
  - ❖ Nikotin rokok menyebabkan denyut jantung janin bertambah cepat, karbon monoksida menyebab kan berkurangnya oksigen yang diterima janin.
  
2. Dampak Negatif Rokok Pada Perokok Aktif
  - ❖ pusing,
  - ❖ kepala terasa berputar,
  - ❖ halusinasi ringan,
  - ❖ mual,
  - ❖ muntah,
  - ❖ gangguan fungsi paru, liver dan jantung.
  - ❖ Tingkat Kronis akan mengalami kerusakan fungsi intelektual.
  - ❖ Kanker paru-paru, penyakit jantung sampai pada kematian

### **2. KEGIATAN (ACTIVITY) PESERTA DIDIK**

- a. Peserta didik di minta mencari informasi tentang dampak merokok bagi kesehatan manusia dan cara menghindari merokok dalam kehidupan sehari-hari.
- b. Peserta didik membuat poster atau slogan terkait dengn tema “Bahaya Rokok Bagi Kesehatan” dan mempublikasikannya melalui media sosial.

## DOKUMENTASI PENELITIAN

( Proses Wawancara dengan guru BK yaitu Ibu EG (Di inisialkan)



( Proses Wawancara dengan guru BK yaitu Ibu LK (Di inisialkan)





( Proses Wawancara dengan guru BK yaitu Ibu TA (Di inisialkan)



(Proses Wawancara dengan guru BK yaitu Ibu EK (Di inisialkan))



(Proses Wawancara Kepada Informan Tambahan)





**(Proses Wawancara bersama siswa RR (Di inisialkan))**





**(Proses Wawancara bersama siswa HA (Di inisialkan))**



## BIOGRAFI PENULIS

### A. Identitas Pribadi

1. Nama Lengkap : Zakky
2. NIM : 1910207085
3. Tempat Lahir : Lubuk Nagodang
4. Tanggal Lahir : 31 Juli 2001
5. Alamat : Lubuk Nagodang
6. Jenis Kelamin : Laki-Laki
7. Nama Orang Tua  
Ayah : Parisal  
Ibu : Barna

### B. Riwayat Pendidikan

1. Tahun 2007 s/d 2013 SD Negeri 76/III Lubuk Nagodang
2. Tahun 2013 s/d 2016 SMP Negeri 22 Kerinci
3. Tahun 2016 s/d 2019 SMA Negeri 4 Kerinci