MAHIR : JURNAL ILMU PENDIDIKAN DAN PEMBELAJARAN
Homepage : https://ejournal.yana.or.id/index.php/mahir/index
P – ISSN : 2830 - 3784/E – ISSN : 2830 – 0262
Volume 2 Nomor 2 , Agustus 2023

The Role Of Counseling Teacher In Smoking Behavior In Students Of SMA Negeri 1 Air Batu

Putri Ade Ningsi[1], SriWahyuni[2] ,Abdul Halim Nasution[3]
[1,2,3]Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, UIN Sumatera Utara
Surel : putriadeningsi@gmail.com

Histori Artikel

Diterima :
16 Juli 2023

Direvisi :
20 Juli 2023

Disetujui :
27 Juli 2023

Keywords : The Role of Counseling Teachers; Smoking Behavior; Students

ABSTRACT

The problem in this study is the smoking behavior of SMA Negeri I Air Batu students which continues to increase every year, which in the end will cause students to experience prolonged depression and then the impact on health is so very dangerous, which can damage the heart and brain for the students. culprit. For this reason, the role of counseling guidance teachers at SMA Negeri 1 Air Batu is needed to overcome this problem where the teachers make strategies to reduce the number of smoking behavior in students, the strategy is to hold outreach by presenting resource persons at the sub-district level, namely the Puskesmas, and the Polsek, In addition to this socialization, the school also continues to conduct raids for students who use cigarettes at school and if there are students who smoke, witnesses will be charged. The results of this study indicate that: First, the role of the counseling teacher in handling smoking students is 3: (1) the counseling teacher helps students solve student problems, (2) guides students, and (3) supervises students. Second, there are 3 obstacles faced by counseling teachers in handling smoking students: (1) teachers at school do not know about counseling, (2) communication between counseling teachers and parents or guardians of students does not run smoothly, and (3) BK teachers do not have special BK hours. Third, the strategies given by the counseling teacher in handling smoking students are 3: (1) communicate with each other and create a program such as outreach, (2) provide counseling methods in the form of media leaflets. The material in the leaflet displays more pictures about the contents of cigarettes, diseases caused by smoking and ways to stop smoking. (3) provide individual counseling to students with problems.

PENDAHULUAN

WHO telah menetapkan tanggal 31 Mei sebagai hari bebas tembakau sedunia. Hal ini menunjukkan semakin meningkatnya perhatian dunia terutama kalangan kesehatan terhadap akibat negatif rokok bagi kesehatan dan kesejahteraan manusia. Meningkatnya perhatian ini juga disebabkan oleh tren yang menunjukkan perilaku merokok di beberapa Negara berkembang termasuk Indonesia cukup tinggi, bahkan ada kecenderungan semakin meningkat (Aditama dan Bernida, 1995).

Menurut World Health Organization (WHO) Indonesia menjadi negara terbesar ketiga pengguna rokok, lebih 70% anak Indonesia terpapar asap rokok dan menanggung resiko terkena berbagi penyakit akibat asap rokok. Sedangkan penelitian Global Youth Tobacco menunjukkan tingkat prevelansi perokok remaja di Indonesia sudah sangat mengkhawatirkan. Diperkirakan dari 70 juta anak Indonesia, 37% atau sama dengan 25,9 juta anak Indonesia adalah perokok dan jumlah itu menjadikan Indonesia sebagai negara dengan jumlah perokok terbanyak di Asia. Seiring dengan hal tersebut hasil Riset Kesehatan Dasar Indonesia tahun 2010 memperlihatkan prevelansi perokok di Indonesia sebesar 34,7% dari jumlah penduduk dan 1,7% dari perokok mulai merokok.

Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa, remaja mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan untuk mencapai kematangan fisik, psikis, sosial dan emosional. Masa peralihan ini dikenal sebagai masa yang sangat penting dikarenakan pada masa ini remaja melalui periode peralihan, perubahan pencarian identitas diri, usia yang siap menghadapi permasalahan dan masa penyesuaian diri dengan lingkungan. Tahapan perkembangan siswa yang sedang berada dibangku SMA harus mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah dan sosial pertemanan.

Kelompok sosial pertemanan ini memiliki standar dan kriteria yang dianggap oleh siswa lebih penting dari pada individualitas sehingga apabila siswa tidak mampu menyesuaikan dirinya dengan kelompok maka ia akan tersingkirkan dan tidak memiliki teman. Oleh karena itu, siswa harus mampu untuk memilah dan memilih kelompok pertemanan seperti apa yang akan dimasuki. Hubungan pertemanan sangat besar pengaruhnya pada siswa dalam bersikap, membentuk pola pikir dan perilaku. Apabila siswa berteman dengan kelompok yang berperilaku positif maka ia akan cenderung berperilaku baik, tetapi apabila siswa berteman dengan kelompok yang berperilaku negatif maka akan tampaklah perilaku negatif. Salah satu bentuk perilaku negatif yang muncul akibat pengaruh lingkungan pertemanan siswa ialah perilaku merokok.

Perilaku merokok pada siswa merupakan satu bentuk kenakalan remaja yang sering dijumpai dikalangan siswa Sekolah Menengah Atas (SMA). Perilaku merokok sebagai suatu yang dilakukan seseorang berupa membakar dan menghisap tembakau serta menimbulkan asap yang dapat terhirup oleh orang disekitarnya hingga mengganggu kenyamanan lingkungan (Cici Febrianti & Rima Iriyanti, 2019:19).

Perilaku merokok yang dimunculkan siswa tidak semata-mata hanya faktor dari lingkungan pertemanan, namun tak jarang keinginan merokok tersebut muncul dari dalam diri siswa akibat role model yang tampak sehari-harinya (S. G. Hall, 2020:26). Sejalan dengan Kementrian Kesehatan Republik Indonesia Merokok merupakan masalah yang sulit untuk diselesaikan, terlebih lagi masalah ini sudah menjadi masalah nasional dan bahkan internasional.

Keadaan tersebut cukup memprihatinkan mengungat semakin banyaknya perokok dikalangan remaja. Ada banyak faktor yang menjadi latar belakang, diantaranya variabel sosiokultural mencakup pengaruh teman sebaya, orang yang merokok, kurangnya pengawasan orang tua, pengaruh media, dan lingkungan sosial. Kemudian dari variabel psikologis mencakup terdapatnya perubahan mood setelah merokok, efek mengurangi ketegangan, karakteristik kepribadian, serta variabel biologis (Davidson, Neale, & Kring, 2010:76).

Dari berbagai faktor yang telah disebutkan, pengaruh teman sebaya memiliki peranan penting dalam keputusan remaja untuk merokok. Hal itu disebabkan karena remaja menginginkan simbol status yang dapat menunjukkan bahwa orang yang memilikinya lebih tinggi atau mempunyai status yang lebih dalam kelompok (Hurlock, 1980:67). Sehingga remaja mencari rasa nyaman dan kelekatan pada teman sebaya dan membuat remaja memiliki self socialization yaitu memberikan tekanan kepada diri sendiri untuk mengadopsi perilaku yang mereka anggap disukai orang lain (Brown, dkk., dalam Omrod, 2009:119).

https://ejournal.yana.or.id/index.php/mahir/index
P – ISSN : 2830 - 3784/E – ISSN : 2830 – 0262

Remaja yang merokok merupakan suatu cara untuk mengatasi stress, sehingga tampak bahwa hal ini dipengaruhi oleh kurangnya perkembangan keterampilan dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab. Kurangnya pengalaman yang diberikan orang tua merupakan langkah awal dalam pengambilan keputusan dalam setiap permasalahan yang dialami remaja. Remaja yang kurang pengalamannya dan ketidakmampuan mengendalikan emosi, kemudian diekspresikan dalam pergaulan dengan teman-teman sebaya yang merokok, yang akhirnya menyebabkan mereka sendiri juga merokok. Selanjutnya, orang tua diyakini memberikan pengaruh yang sangat penting terhadap perkembangan anak.

Orang tua sebagai orang yang memberi perhatian baik secara emosional ataupun secara fisik penting untuk kesehatan kejiwaan anak dan remaja. Jika orang tua merokok, si anak akan memiliki kemungkinan empat kali lebih besar untuk merokok juga dibanding jika tidak ada anggota keluarga yang merokok.

Kemudian melihat dari kurangnya pengawasan orang tua yang biasanya berkaitan dengan pengasuhan pada anak dapat memiliki dampak untuk kehidupan remaja di masa yang akan datang (Davison, 2010:186) Demikian halnya yang terjadi pada kelompok teman sebaya. Teman sebaya mempunyai peran yang sangat berarti bagi remaja, karena masa tersebut remaja mulai memisahkan diri dari orang tua dan mulai bergabung pada kelompok sebaya.

Kebutuhan untuk diterima sering kali membuat remaja berbuat apa saja agar dapat diterima kelompoknya dan terbebas dari sebutan 'pengecut' dan 'banci'. Selanjutnya jika dilihat dari tahap-tahap perilaku merokok, teman sebaya dan keluarga merupakan pihak-pihak yang pertama kali mengenalkan atau mencoba merokok, kemudian berlanjut dan berkembang menjadi tobacco dependency atau adanya ketergantungan merokok. Dalam tahap ini maka merokok merupakan kepuasan psikologis dan bukan sematamata kebutuhan untuk mewujudkan simbolisasi kejantanan dan kedewasaan remaja.

Berdasarkan data hasil penelitian yang dilakukan oleh Badan Kesehatan Indonesia tahun 2010 menunjukkan precelansi perokok di Indonesia sebesar 34,7% dari jumlah penduduk, dan 1,7% dari perokok pemula yang berusia 5-9 tahun sedangkan 43,3% perokok direntang usia remaja yaitu 10-19 tahun atau siswa yang sedang berada di jenjang pendidikan SMP-SMA. (Balitbang Kesehatan RI, 2010:112)

Data dari sekolah menunjukan bahwa ada 30% siswa yang berperilaku merokok, data ini didukung hasil data awal yang dilakukan di SMA Negeri Air Batu dengan melakukan wawancara dengan guru BK bahwa tidak sedikit siswa yang kedapatan merokok pada pagi hari sebelum masuk ke lingkungan sekolah, jam istirahat hingga jam pulang sekolah. kebanyakan dari siswa yang merokok karena mencoba-coba dan juga karena ajakan teman serta hanya ikut-ikutan biar terlihat keren dan merasa sudah dewasa.

Data ini didukung oleh salah satu guru BK yang sering menerima laporan dari guru mata pelajaran yang melihat siswa merokok secara sembunyi-sembunyi dilingkungan sekolah pada saat jam istirahat. Guru BK langsung melakukan tindakan dengan memanggil beberapa siswa yang tergabung dalam 1 kelompok (geng) tercium bau rokok yang berasal dari pakaian seragam yang dikenakannya dan semakin jelas aroma rokok yang keluar dari mulut mereka saat diajak berbicara. Hal ini dikhawatirkan akan berdampak terhadap timbulnya masalah kesehatan masyarakat yang ditimbulkan oleh perilaku merokok.

Selanjutnya data dari sekolah yang tersebut diatas didukung oleh pengamatan yang dilakukan didapatkan 20 orang siswa yang mengakui telah merokok dan 4 orang tidak mengakui, dari 20 orang siswa yang mengakui telah merokok terdapat 8 orang siswa yang mengaku bahwa mereka telah merokok sejak usia 9-11 tahun, 5 orang siswa merokok sejak masuk ke jenjang SMA dan 3 orang siswa yang baru mulai merokok sejak 4-6 bulan terakhir ini karena ikut-ikutan dengan temannya yang lain.

https://ejournal.yana.or.id/index.php/mahir/index
P – ISSN : 2830 - 3784/E – ISSN : 2830 – 0262

Keterbandingan dengan sekolah lain dalam hal ini perilaku merokok, SMA Negeri 1 Air Batu yang paling parah siswanya yang terpapar pengguna rokok, hal ini dapat dilihat dari lingkungan SMA Negeri 1 banyak pedagang eceran yang menjual rokok sehingga siswa dengan mudahnya membeli rokok, sedangkan pengamatan penulis disekitar SMA lain terlihat jarang sekali pedagang eceran yang menjual rokok. Pengamatan lain juga terlihat siswa SMA Negeri 1 Air Batu banyak berkumpul 3-5 orang disudut-sudut lingkungan sekolah yang bercengkrama sambil mengisap rokok, sedangkan SMA yang lain sangat jarang terlihat seperti ini.

Permasalahan yang didapati penulis hasil pengamatan dan wawancara dengan pihak sekolah ada beberapa faktor yang menjadi pemicu siswa sebagai pengguna rokok anatara lain adalah: (1) Kurang aktifnya guru BK dalam mensosialisasikan dampak kerugian akibat merokok, (2) Kurangnya pengawasan dari orang tua/Wali murid, (3) Rokok dapat dibeli dimana saja, (4) Iklan rokok yang begitu massif baik berupa banner-banner di jalanan maupun iklan di Media sosial maupun cetak.

Dari Permasalahan diatas, yang paling dominan menurut pengamatan penulis adalah kurang aktifnya guru BK dalam mensosialisasikan dampak kerugian akibat merokok, hal ini dapat dimengerti karena peran guru BK yang sangat penting disekolah yang dapat menjelaskan dampak merokok bagi kesehatan dalam jangka pendek maupun jangka panjang, sedangkan pengawasan orang tua dirasakan kurang begitu efektif karena sebahagian besar orang tua tidak dapat menjelaskan kerugian baik segi materi maupun segi kesehatan perokok, orang tua hanya dapat mengawasi dan mengontrol para siswa di dalam rumah sedangkan diluar rumah orang tua tidak dapat mengontrol perilaku para siswa.

Manurut Ranti Yuliana Putri (2018:115) menyebutkan bahwa permasalahan pengguna rokok dikalangan remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor antara lain karena masa perkembangan yang sedang mencari identitas diri dan selalu ingin mencoba hal baru yang ada dilingkungannya. Oleh karena itu, keluarga dan teman sebaya adalah orang-orang yang akan sangat mempengaruhi kebiasaan siswa. Apabila keluarga dan teman sebaya adalah perokok aktif, maka terdapat kecenderungan untuk melakukan hal yang sama. Selain itu, tayangan media yang menayangkan tokoh idola remaja yang mengisap rokok akan mendorong remaja untuk mengikutinya.

Beberapa peneliti telah melakukan intervensi dalam upaya mencegah dan mengatasi perilaku merokok yang dapat dijadikan rekomendasi bagi bimbingan dan konseling untuk memberikan bantuan dalam mengarahkan siswa disekolah. Untuk mengatasi permasalahan tersebut diperlukan strategi dalam mencegah dan mengatasi perilaku merokok, salah satunya melalui penerapan layanan bimbingan konseling di sekolah (Aqib Zainal,2013:178).

Menurut S. Zamroni, E., & Rahardjo (2015:78) Bimbingan konseling atau yang sering disingkat dengan (BK) merupakan proses pemberian bantuan kepada siswa baik secara perorangan maupun kelompok dengan memberikan pemahaman, yang dilakukan oleh seorang ahli pada bidang konseling dengan cara tatap muka (face to face) melalui berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung serta berlandaskan norma-norma yang berlaku. Adapun tujuan bimbingan konseling adalah untuk perencanaan karir siswa, membantu siswa menyesuaikan diri dengan lingkungan, mengembangkan potensi diri, membantu siswa agar memiliki kesadaran diri serta mencegah dan mengatasi perilaku-perilaku negatif yang dilakukan oleh siswa baik dilingkungan sekolah maupun diluar yang masih memiliki keterkaitan serta berdampak pada proses belajar (T. A. Suryanto, 2021:156)

Perilaku merokok yang dilakukan oleh siswa di dalam lingkungan sekolah merupakan satu bentuk perilaku negatif yang penangannya membutuhkan bantuan guru BK dan kerjasama personil sekolah dalam menangani serta mengentaskan masalah perilaku merokok pada siswa.

Guru BK dalam mengantisipasi perilaku merokok tidak maksimal dilakukan hal ini diketahui dari wawancara dengan Kepala Sekolah yang menyebutkan, guru BK

https://ejournal.yana.or.id/index.php/mahir/index
P – ISSN : 2830 - 3784/E – ISSN : 2830 – 0262

hanya sekali-kali saja melakukan sosialisasi, paling dilakukan setiap satu semester itupun tidak rutin bahkan setahun belakangan ini sosialisasi tentang dampak perilaku merokok tidak dilakanakan.

Kegiatan guru BK yang terakhir dalam memberikan sosialisasi kepada siswa dilakukan pada tahun lalu yang melibatkan steakholder dari eksternal sekolah yang mengikut sertakan pihak dari Dinas Kesehatan dalam hal ini puskesmas dan aparat polsek setempat.

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti terdahulu sudah banyak melakukan intervensi dalam upaya pengentasan dan pencegahan perilaku merokok yang terjadi pada siswa. Berdasarkan fakta yang ada hal ini yang menjadi acuan peneliti, sehingga tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "Peran Guru Bimbingan Konseling Terhadap Perilaku Merokok Pada Siswa Di SMA Negeri 1 Air Batu".

Perilaku merokok merupakan istilah yang digunakan untuk aktivitas menghisap rokok atau tembakau dalam berbagai cara. Merokok itu sendiri ditujukan untuk perbuatan menyalakan api pada rokok sigaret atau cerutu, atau tembakau dalam pipa rokok yang kemudian dihisap untuk mendapatkan efek dari zat yang ada dalam rokok tersebut.

Menurut Wismanto dan Sarwo (2007:37) mengungkapkan perilaku merokok adalah perilaku yang kompleks, yang diawali dan berlanjut yang disebabkan oleh beberapa variabel yang berbeda artinya bahwa perilaku merokok merupakan perilaku yang dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik faktor dari dalam individu maupun luar individu.

Sigmund Freud dalam Zulkifli (2010:114) mengungkapkan merokok adalah kesenangan yang paling hebat dan paling murah dalam hidup. Dikatakan hebat karena dengan merokok, individu merasa gagah dan dewasa, sedangkan dikatakan murah karena hanya dengan seribu rupiah seseorang sudah mendapatkan sebatang rokok yang berisi banyak bahan kimia. Sedangkan merokok menurut Sitepoe adalah membakar tembakau yang kemudian dihisap asapnya, baik menggunakan rokok maupun menggunakan pipa, M.Sitepoe (2000:131).

Berdasarkan berbagai pendapat para ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa merokok adalah sesuatu yang berawal dari stimulus yang menimbulkan perilaku atau perbuatan. Perilaku tersebut kemudian dilakukan seseorang berupa membakar dan menghisap asap rokok yang menjadikan orang tersebut merasa senang, merasa gagah dan merasa dewasa.

Menurut Komasari (2000:105), terdapat empat tahap seseorang menjadi perokok, diantaranya yaitu:

Tahap Preparatory

Seseorang yang mendapat gambaran yang menyenangkan mengenai merokok dengan cara mendengar, melihat, atau dari hasil bacaan yang menimbulkan minat untuk merokok.

Tahap Initiation, Tahap perintisan merokok yaitu tahap seseorang meneruskan untuk tetap mencoba-coba merokok. Tahap Becoming Smoker, Apabila seseorang telah mengkonsumsi rokok sebanyak empat batang perhari maka seseorang tersebut mempunyai kecenderungan menjadi perokok. Tahap Maintenance of Smoking, Tahap ini meggambarkan seorang yang merokok sudah menjadi salah satu dari cara pengaturan diri. Merokok dilakukan untuk memperoleh efek fisiologis yang menyenangkan. Dari pernyataan diatas berdasarkan kenyataan yang sering terlihat semua individu melalui 4 tahapan diatas karena minat merokok timbul karena melihat iklan rokok di TV ataupun diposter, kemudian individu mencoba untuk merokok.

Menurut Af Koomasari&Helmi (2000) Jika individu mengkonsumsi empat batang perhari maka ada kecenderungan menjadi perokok. Individu yang sudah kecanduan akan menganggap perilaku merokok dilakukan untuk memperoleh efek fisiologis yang menyenangkan. Saat ini kebanyakan individu terlihat mengkonsumsi rokok karena ingin mendapatkan kesenangan.

https://ejournal.yana.or.id/index.php/mahir/index
P – ISSN : 2830 - 3784/E – ISSN : 2830 – 0262

Menurut Siquera (1999:123) Perilaku Remaja terhadap Rokok Sama halnya dengan penggunaan zat-zat (substance) lainnya, terdapat beberapa faktor resiko yang berpengaruh terhadap penggunaan rokok atau perilaku merokok pada remaja. Dalam Siquera terdapat dua faktor yang mempengaruhi perilaku merokok:

1. Faktor Intrinsik

a. Faktor Psikiatrik

Studi epidemologi pada dewasa mendapatkan asosiasi antara merokok dengan gangguan psikiatrik seperti skizofrenia, depresi, cemas dan penyalahgunaan zat-zat tertentu. Pada remaja, didapatkan asosiasi antara merokok dengan depresi dan cemas. Gejala depresi lebih sering pada remaja perokok daripada bukan perokok. Merokok berhubungan dengan meningkatnya kejadian depresi mayor dan penyalahgunaan zat-zat tertentu.

b. Faktor Kognitif

Kesulitan untuk menghentikan kebiasaan merokok akibat dari kecanduan nikotin disebabkan karena perokok merasakan efek bermanfaat dari nikotin. Beberapa perokok dewasa mengungkapkan bahwa merokok memperbaiki konsentarsi.

c. Jenis Kelamin

Pada saat ini, peningkatan kejadian merokok tidak hanya terjadi pada remaja laki-laki. Begitupun dengan wanita, wanita yang merokok dilaporkan menjadi percaya diri, suka menentang secara sosial.

d. Faktor Etnik

Kejadian merokok di Amerika Serikat cenderung lebih tinggi terjadi pada orangorang kulit putih dan penduduk asli Amerika, serta terendah pada orang Amerika keturunan Afrika dan Asia. Laporan tersebut memberi kesan bahwa perbedaan asupan nikotin dan tembakau serta waktu paruh kotinin antara perokok dewasa Amerika keturunan Afrika dengan orang kulit putih adalah substansial. Hal ini dapat menjelaskan mengapa ada perbedaan resiko pada beberapa etnik dalam hal penyakit yang berhubungan dengan merokok.

e. Faktor Genetik

Variasi genetik mempengaruhi fungsi reseptor dopamin dan enzim hati yang memetabolisme nikotin. Kensekuensinya adalah meningkatnya resiko kecanduan nikotin pada beberapa individu. Variasi efek nikotin dapat diperantarai oleh polimorfisme gen dopamin yang mengakibatkan lebih besar atau lebih kecilnya reward dan mudah kecanduan obat.

f. Stress

Stress merupakan respon individu dimana terjadi ketidaksesuaian antara harapan dan pencapaian yang ditampilkan melalui perasaan secara emosional. Banyak hal yang dapat menyebabkan stress, terlambat dalam perjalanan, kecemasan akan kondisi keluarga, ataupun tugas yang sudah ditunggu pada batas waktu akhir. Ketidakmampuan mengatasi hal tersebut dengan baik akan direfleksikan melalui perasaan emosional seperti marah, tegang, cemas bahkan agresi. Stress merupakan pergerakan energi (mobilized energy) yang diperlukan agar seseorang dapat berfikir lebih baik, sehingga dari ketidaksesuaian yang ada, seseorang dapat menganalisa masalah dan memperbaikinya.

2. Faktor Ekstrinsik

a. Faktor Lingkungan

Faktor-faktor lingkungan yang berkaitan dengan penggunaan tembakau antara lain orangtua, saudara kandung maupun teman sebaya yang merokok. Selain itu juga karena paparan iklan rokok dimedia. Orangtua sepertinya memegang peranan penting, dalam pembentukan perilaku merokok remaja. Sebuah studi kohort terhadap siswa SMU didapatkan bahwa prediktor bermakna dalam peralihan dari kadang-kadang merokok menjadi merokok secara teratur adalah orangtua perokok dan konflik keluarga.

https://ejournal.yana.or.id/index.php/mahir/index
P – ISSN : 2830 - 3784/E – ISSN : 2830 – 0262

b. Faktor Regulatori

Peningkatan harga jual atau diberlakukannya cukai yang tinggi, diharapkan dapat menurunkan daya beli masyarakat terhadap rokok. Selain itu pembatasan fasilitas merokok dengan menetapkan ruang atau daerah bebas rokok diharapkan dapat mengurangi konsumsi. Akan tetapi kenyataannya masih terdapatpeningkatan kejadian mulainya merokok pada remaja, walaupun telah banyak dibuat usaha-usaha untuk mencegahnya.

c. Dukungan Keluarga

Anak-anak dengan orangtua perokok cenderung akan merokok dikemudian hari, hal ini terjadi paling sedikit disebabkan oleh karena dua hal: Pertama, karena anak tersebut ingin seperti bapaknya yang kelihatan gagah dan dewasa saat merokok. Kedua, ialah karena anak sudah terbiasa dengan asap rokok dirumah, dengan kata lain disaat kecil mereka telah menjadi perokok pasif dan sesudah remaja anak gampang saja beralih menjadi perokok aktif.

d. Dukungan Teman

Pada masa remaja, pola interaksi mereka lebih banyak dihabiskan dengan teman-teman sebayanya. Teman sebaya mempunyai peran yang sangat berarti karena pada masa tersebut remaja mulai memisahkan diri dari orangtua dan mulai bergabung dengan teman sebaya. Kebutuhan untuk dapat diterima sering kali membuat remaja berbuat apa saja agar dapat diterima oleh kelompoknya (Hurlock, 2004:44).

e. Dukungan Iklan

Untuk menjaring konsumen yang lebih banyak, para produsen rokok mempunyai cara yang handal. Berbagai iklan baik dalam bentuk reklame, poster maupun iklan dalam media elektronik ditampilkan dengan maksud untuk merangsang para konsumen mencoba produk yang mereka iklankan. Selain berperan terhadap perubahan persepsi, iklan menjadi media penting bagi remaja dalam memperoleh informasi seputar rokok.

f. Faktor Psikososial

Aspek perkembangan sosial remaja antara lain: menetapkan kebebasan dan otonomi, membentuk identitas diri dan penyesuaian perubahan psikososialberhubungan dengan maturasi fisik. Merokok menjadi sebuah cara agar mereka tampak bebas dan dewasa saat mereka menyesuaikan diri dengan teman sebayanya. Istirahat, santai dan kesenangan, penampilan diri rasa ingin tahu rasa bosan, sikap menentang dan stress mengkontribusi remaja untuk mulai merokok. Selain itu rasa rendah diri, hubungan interpersonal yang kurang baik, putus sekolah sosial ekonomi yang rendah dan tingkat pendidikan orangtua yang rendah serta tahun-tahun pertama transisi antara sekolah dasar dan sekolah menengah juga menjadi faktor resiko lain yang mendorong remaja mulai merokok.

Upaya mencegah siswa menjadi perokok menjadi hal yang sangat penting untuk meningkatkan derajat kesehatan sumber daya manusia dimasa-masa yang akan datang. Penanggulangan masalah merokok menjadi hal yang tidak mungkin ditunda lagi. Sebagaimana tertuang dalam Peraturan Pemerintah No. 19 tahun 2003 bahwa pengamanan rokok bagi kesehatan salah satunya dilakukan dengan melindungi usia produktif dan remaja dari dorongan lingkungan dan pengaruh iklan untuk insiasi penggunaan dan ketergantungan terhadap rokok.

Menurut Notoatmodjo (2007:77) cara efektif untuk mencegah remaja merokok yang dapat dilakukan pihak sekolah berupa promosi kesehatan di sekolah dari sisi metodologi sangat strategis sebab sudah tersedia kelembagaan untuk melaksanakannya, yaitu program usaha kesehatan sekolah (UKS). UKS adalah bagian dari program kesehatan anak usia sekolah. Program UKS adalah upaya terpadu lintas program dan lintas sektoral meningkatkan derajat kesehatan serta membentuk perilaku hidup bersih dan sehat anak usia sekolah yang berada di lingkungan sekolah umum dan sekolah yang bercorak keagamaan.

Tujuan UKS adalah untuk meningkatkan mutu pendidikan dan prestasi belajar peserta didik dengan meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat dan bebas dari

https://ejournal.yana.or.id/index.php/mahir/index
P – ISSN : 2830 - 3784/E – ISSN : 2830 – 0262

rokok serta derajat kesehatan peserta didik dan menciptakan lingkunga yang sehat, sehingga memungkinkan pertumbuhan dan perkembangan yang harmonis dan optimal dalam rangka pembentukan manusia Indonesia seutuhnya.

Menurut Nursisto (2002:121) ada beberapa langkah yang dapat dilakukan dalam upaya mencegah siswa merokok dilingkungan sekolah yaitu: 1) secara khusus sekolah melakukan pengawasan kepada siswa yang patut dicurigai dan sering ditemukan merokok. Guru di sekolah tidak hanya berperan sebagai pengajar, melainkan juga sebagai pengawas terhadap perilaku siswa. Pengawasan guru sangat penting dalam hal mencegah perilaku merokok siswa. Guru harus menindak lanjuti dan memberi perhatian lebih terhadap siswa yang sering ditemukan merokok di area sekolah. Guru sebaiknya memberikan laporan secepatnya kepada orang tua siswa apabila terjadi tanda-tanda menggunakan rokok.

Bagi siswa yang sering ditemukan merokok guru perlu melakukan penggeledahan isi tas siswa guna mengetahui apakah siswa tersebut menyembunyikan rokok di dalam tas; 2) pihak sekolah melakukan kerja sama dengan pihak-pihak lain diluar sekolah misalnya warga disekitarnya; 3) diadakan ceramah penyuluhan tentang bahaya merokok atau mengkonsumsi narkoba oleh pihak yang berkompetensi; 4) pihak sekolah dapat meningkatkan kegiatan olah raga dan ekstrakurikuler.

Dengan kegiatan olahraga bisa membuat siswa mengetahui akan artinya kesehatan bagi tubuh dan sadar akan efek rokok bagi kesehatan. Dengan kegiatan ekstrakurikuler juga dapat melatih siswa mandiri dan lupa akan kebiasaan merokok yang sering mereka lakukan. Dengan kegiatan ini maka akan meningkatkan semangat dan keaktifan siswa dalam memperoleh hidup yang lebih sehat dan baik; 5) orang tua mengisi surat pernyataan bahwa bila anaknya terlibat pelanggaran merokok dan narkoba sanggup dikeluarkan.

Beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok menurut penulis yang paling dominan adalah faktor ekstrinsik yaitu Faktor lingkungan dalam mempengaruhi remaja merokok sangat vital sekali, lingkungan dalam hal ini adalah kondisi dimana para siswa berteman atau bergaul, apakah teman-teman mereka yang juga pengguna rokok ataupun tidak, jika teman-teman mereka pengguna rokok tidak mustahil para siswa akan ikut terbawa arus sehingga para siswa juga menjadi pengguna rokok walaupun awalnya para siswa tidak sebagai pengguna rokok, tetapi karena pengaruh teman maka para siswa menjadi pengguna rokok.

Secara etimologis, bimbingan dan konseling terdiri atas dua kata, yaitu “bimbingan” (terjemahan dari kata “guidance”) dan “konseling” (diambil dari kata “conseling”). Dalam praktik bimbingan dan konseling merupakan satu kesatuan kegiatan yang tidak terpisahkan keduanya merupakan bagian yang sangat penting bagi kehidupan. (Thorin,2007:49).

Selanjutnya mengatakan bahwa bimbingan adalah suatu proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seseorang atau beberapa orang individu, baik anak-anak, remaja, maupun dewasa agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dan dapat dikembangkan bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami suatu masalah (klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang di hadapi klien tersebut.

Bimbingan konseling juga dapat diartikan sebagai suatu proses intervensi yang bersifat membantu individu untuk meningkatkan pemahaman tentang diri sendiri dan interaksinya dengan orang lain.

Blocher (Wibowo,2005:131) mendefinisikan konseling adalah intervensi yang direncanakan sistematis yang ditunjukkan untuk membantu menjadi lebih sadar atas dirinya sendiri, memaksimalkan kebebasan dan efektivitas manusia.

Berdasarkan pengertian tersebut, dapat disimpulkan bawah bimbingan dan konseling merupakan suatu proses pemberian bantuan yang diberikan oleh ahli kepada

https://ejournal.yana.or.id/index.php/mahir/index
P – ISSN : 2830 - 3784/E – ISSN : 2830 – 0262

individu atau kelompok yang sedang mengalami masalah untuk diberikan solusi atas permasalahan yang dialaminya, dan dapat memahami dirinya sendiri sesuai kemampuan dan potensi yang dimilikinya.

Selanjutnya Blocher menagatakan bahwa tujuan umum bimbingan dan konseling ialah untuk membantu individu mempersiapkan dirinya secara optimal sesuai dengan tahap perkemabangan dan potensi yang dimlikinya, berbagai latar belakang yang muncul sesuai dengan tuntutan positif lingkungannya. Dalam kaitan ini bimbingan dan konseling membantu individu untuk menjadi makhluk yang berguna dalam kehidupannya yang memiliki berbagai wawasan, pandangan, interperestasi, pilihan, penyesuaian, dan keterampilan yang tepat berkenaan dengan diri sendiri dan lingkungannya. Tujuan khusus bimbingan dan konseling merupakan penjabaran dari tujuan umum tersebut yang dikaitkan secara langsung dengan permasalahan yang dialami oleh individu yang bersangkutan, sesuai dengan kompleksitas permasalahanya itu.

METODE

Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei sampai Juni ditahun 2022 yang dilaksanakan di SMA Negeri 1 Air Batu.

Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif, dimana pendekatan deskriftif yaitu penelitian yang berusaha mendeskripsikan suatu gejala, peristiwa, kejadian yang terjadi saat sekarang. Penelitian deskriptif memusatkan perhatian pada masalah aktual sebagaimana pada saat penelitian berlangsung. Penelitian deskriptif bertujuan untuk menggambarkan, meringkaskan berbagai kondisi, berbagai situasi atau berbagai variabel yang timbul di masyarakat yang menjadi objek penelitian itu, kemudian menarik ke permukaan sebagai suatu ciri atau gambaran tentang kondisi tertentu (Juliansyah Noor, 2011).

Meleong (2019:6) berpendapat bahwa penelitian kualitatif adalah penelitian untuk memahami fenomena mengenai apa yang dialami oleh subjek penelitian seperti perilaku, persepsi, motivasi, tindakan dan lain-lain dengan cara mendeskripsikan dalam bentk kata-kata dan bahasa pada konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah.

Sumber data utama dalam penelitian kualitatif menurut Lofland dalam Lexy J. Moleong adalah kata-kata dan tindakan, selebihnya merupakan data tambahan seperti dokumen dan lain-lain. (Mocleong 2012, 157) Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini terbagi menjadi 2 jenis, yaitu:

Merupakan sumber data langsung yang diperoleh dari observasi dan wawancara mendalam dengan informan di lapangan. Dalam penelitian ini sumber data primer didasarkan pada hasil wawancara peneliti dengan responden, artinya responden disini adalah guru bimbingan dan konseling di sekolah tersebut yang siswanya telah melakukan pelanggaran tata tertib. Peneliti juga akan melakukan wawancara dengan wali kelas dari siswa yang melakukan pelanggaran sebagai informasi tambahan.

Adalah sumber data yang diperoleh secara tidak langsung melalui media perantara (diperoleh dan dicatat oleh pihak lain). Sumber data sekunder dalam penelitian ini berasal dari dokumen-dokumen yang berisi tentang gambaran umum SMA Negeri 1 Air Batu.

Penelitian melakukan pengumpulkan dan pengolahan data yang valid sesuai dengan metode penelitian yang digunakan yaitu menggunakan metode kualitatif. Pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini melalui tiga cara yakni: observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Observasi adalah penelitian yang dilakukan langsung turun ke lapangan untuk mengamati perilaku dan aktivitas individu-individu di lokasi penelitian. (Creswell 2016, 254) Peneliti dalam penelitian ini menjadi non participation observer. Yakni peneliti hanya melakukan pengamatan tanpa ikut serta ke dalam kegiatan yang peneliti amati. Penelitian yang diamati mulai dari keadaan sekolah, melihat peserta didik, kemudian

https://ejournal.yana.or.id/index.php/mahir/index
P – ISSN : 2830 - 3784/E – ISSN : 2830 – 0262

melakukan wawancara kepada para informan. setelah itu peneliti melakukan observasi langsung. (A. Muri Yusuf 2014, 32)

Wawancara merupakan salah satu teknik yang dapat digunakan untuk mengumpulkan data penelitian. Secara sederhana dapat dikatakan bahwa wawancara adalah suatu kejadian atau suatu proses intraksi antara pewawancara dan sumber informasi atau orang yang diwawancarai melalui komunikasi langsung. (S. Margono 2010, 158-159) Pada penelitian ini menggunakan wawancara terencana tidak terstruktur. Wawancara ini dilakukan kepada guru Bimbingan Konseling.

Dokumen merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar atau karya-karya monumental seseorang. (Sugiyono 2015, 319) dokumentasi mengumpulkan dan mencari data dengan melihat dokumen seperti: Catatan, transkip, buku, surat kabar, majalah dsb. Studi dokumen merupakan pelengkap dari penggunaan metode observasi dan wawancara dalam penelitian kuantitatif. Dalam hal dokumen bogdan menyatakan "in most tradition of qualitative research, the phrase personal document is used broadly to refer to any first person narrative produced by an individual which describes his or her own actions, experience and belief. (A. Muri Yusuf 2014, 372) Dalam penelitian ini studi dokumentasi dilakukan dengan melihat dokumen-dokumen terkait bimbingan konseling, foto-foto kegiatan sekolah, maupun dokumen-dokumen kegiatan sekolah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Guru bimbingan konseling adalah guru yang membantu peserta didiknya dalam menumbuh kembangkan potensinya. Salah satu potensi yang layak berkembang pada diri siswa adalah kemandirian, yaitu dalam mengambil sebuah keputusan penting yang berkaitan dengan pendidikan maupun persiapan karir. Layanan bimbingan konseling terfokus untuk upaya membantu siswa memperkuat pilihan dan pengembangan karir sesuai dengan bidang kejuruan pilihannya. Dalam kasus ini bimbingan konseling membentuk peserta didik menjadi orang yang berguna dalam hidupnya yang memiliki berbagai wawasan, pandangan, interprestasi, pilihan yang tepat, penyesuaian, dan keterampilan tentang diri sendiri dan lingkungannya.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa: Pertama, peran guru BK dalam penanganan siswa merokok ada 3: (1) guru BK membantu siswa memecahkan masalah siswa, (2) membimbing siswa, dan (3) mengawasi siswa. Kedua, kendala-kendala yang dihadapi guru BK dalam penanganan siswa merokok ada 3: (1) guru-guru disekolah kurang mengetahui tentang BK, (2) komunikasi antar guru BK dengan orang tua atau wali siswa tidak berjalan dengan lancar, dan (3) guru BK tidak memiliki jam khusus BK. Ketiga, strategi yang diberikan guru BK dalam penanganan siswa merokok ada 3: (1) saling berkomunikasi dan membuat suatu program seperti sosialisasi, (2) memberikan metode konseling berupa media leaflet. Materi dalam leaflet lebih banyak menampilkan gambar-gambar mengenai kandungan rokok, penyakit akibat rokok dan cara-cara berhenti merokok. (3) memberikan konseling individu kepada siswa yang bermasalah.

SIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini yaitu terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi siswa SMA Negeri 1 Air Batu melakukan perilaku merokok yaitu

1. Faktor-faktor yang mempengaruhi merokok adalah sebagai berikut:
   Faktor intristik adalah perilaku merokok yang diakibatkan dari luar individu siswa
   Faktor Ekstrinsik adalah Kepribadian Seseorang mencoba merokok karena alasan rasa ingin tahu atau ingin melepaskan diri dari rasa sakit dan kebosanan. Faktor ini tidak dijumpai pada Siswa SMA Negeri 1 Air Batu.

https://ejournal.yana.or.id/index.php/mahir/index
P – ISSN : 2830 - 3784/E – ISSN : 2830 – 0262

2. Peran guru BK sangat dibutuhkan disekolah. Peran guru BK dalam penanganan siswa merokok di SMAN 1 Air Batu diantaranya yaitu, pertama: guru BK membantu siswa memecahkan masalah siswa, kedua: membimbing siswa, dan ketiga: mengawasi siswa agar tidak lagi mengulangi masalah pelanggaran sekolah.
3. Strategi dalam Guru Bimbingan Konseling yang efektif untuk mencegah perilaku merokok adalah pertama: saling berkomunikasi dan membuat suatu program atau sosialisai BK agar BK lebih dikenal, kedua: pihak sekolah kedepan akan mengkondisikan jam masuk khusus BK, dan ketiga: siswa akan tetap dibina oleh sekolah dan guru BK tetap akan berkomunikasi dengan wali atau pihak terdekat siswa, keempat: mengadakan penyuluhan secara berkesinambungan.

DAFTAR PUSTAKA

Aditama, Bernida. 1995. Cermin Dunia Kedokteran : *Proses Berhenti Merokok*

A. Muri Yusuf. 2014. *Metode penelitian kualitatif, kuantitatif dan penelitian gabungan.* Jakarta : Kencana

Aqib, Zainal. 2013. *Model-model, media, dan strategi pembelajaran kontekstual (inovatif).* Bandung : Yrama Widya

Gunawan, Imam. 2013. *Metode penelitian kualitatif.* Jakarta : Bumi Aksara,

Moleong, Lexy.J. 2009. Metodologi Penelitian Kualitatif. Bandung:Remaja Rosdakarya.

Mocleong, Lexy J.2012. *Metodologi Penelitian Kualitatif.* Bandung : PT Remaja Rosdakarya.

S. Margono. 2010. *metodologi penelitian pendidikan.* Jakarta : Rineka Cipta

Samleto. 1986. *Bimbingan di sekolah.* Jakarta : PT. Bina Aksara

Hall, S.G. 2020. "*Rokok, ramaja, keluarga, dan sekolah: Bagaimana Semuanya Saling Terikat?" Aplikasi Psikologi Positif: Pendidikan, Industri, Dan Sosial*

Rima Iriyanti & Cici Febrianti. 2019 "*Teknik Psikodrama Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Mengatasi Perilaku Merokok Siswa SMA*." FOKUS 2, no. 3 : 105–13.

M. Sitepoe. 2000. *Kekhususan Rokok Di Indonesia.* Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.

Ormrod, Jeanne Ellis. 2009. *Psikologi pendidikan membantu siswa tumbuh dan berkembang.* Jakarta : Penerbit Erlangga.

Kemenkes RI. 2010. *Riset kesehatan dasar,* RISKESDAS. Jakarta : Balitbang Kemenkes RI.

Ranti Yuliana Putri, 2018 "*Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Merokok Pada Siswa SMA Negeri Muara Enim.*" Universitas Sriwijaya.

Zamroni, E & Rahardjo, S. 2015. *Manajemen bimbingan dan konseling berbasis permendikbut nomor 111 tahun 2014.* Jaurnal konseling gusjigang 1, no.1.

https://ejournal.yana.or.id/index.php/mahir/index
P – ISSN : 2830 - 3784/E – ISSN : 2830 – 0262