

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Beragam kemajuan dan perubahan yang terjadi dalam kehidupan masyarakat disebabkan oleh perkembangan era globalisasi. Perubahan dan kemajuan yang terjadi dapat menyebabkan kerusakan, kehancuran dan hal negatif lainnya. Salah satu dampak yang terlihat dari dunia pendidikan ialah timbulnya tingkah laku yang menyimpang dikalangan peserta didik. Contoh tingkah laku penyimpangan yang dilakukan oleh peserta didik ialah merokok, penggunaan narkoba, minum-minuman keras, tawuran, seks pranikah, balap liar, serta tindakan kriminal lainnya. Seluruh bentuk tingkah laku tersebut memberikan dampak yang negatif bagi masa depan siswa. Pada saat ini, salah satu tingkah laku yang sering terjadi dikalangan peserta ialah perilaku kecanduan merokok. Hal tersebut sudah sering dilakukan oleh peserta didik baik tingkat menengah pertama maupun menengah atas.

Informasi dari Kementerian Kesehatan RI yang dikutip dari Jurnal bahwa persentase tingkat konsumsi rokok di berbagai negara ASEAN ialah Indonesia dengan tingkat persentase sebesar 36,5%, Filipina dengan tingkat persentase sebesar 16,62%, Vietnam dengan tingkat persentase sebesar 14,11%, Myanmar dengan tingkat persentase sebesar 8,73%, Thailand dengan tingkat persentase sebesar 7,74%, Malaysia dengan tingkat persentase sebesar 2,90%, Kamboja dengan tingkat persentase sebesar 2,07%, Laos dengan tingkat persentase sebesar 1,24%, Singapura dengan tingkat persentase sebesar 0,39%, dan Brunei dengan tingkat persentase sebesar 0,04% (Yunas Dwiyanto, 2017).

Rata-rata penduduk Indonesia dengan rentang usia >10 tahun mengkonsumsi rokok sebanyak 12,3 batang (setara satu bungkus). Peserta didik merupakan individu yang mengkonsumsi rokok dengan tingkat tinggi. Secara spesifik, Badan Pusat Statistik memperoleh data bahwa persentase merokok pada penduduk umur >10 tahun di Provinsi Sumatera Utara pada tahun 2020 sebesar 27,28%, tahun 2022 sebesar 27,24%, dan tahun 2022 sebesar 25,32%. Sehingga dapat diketahui bahwa terlihat penurunan persentase tingkat kecanduan merokok pada masyarakat (Riskesdes, 2013).

Seorang remaja yang ingin mengkonsumsi rokok disebabkan oleh adanya krisis perkembangan di masa remaja yakni pencarian jati diri dan identitas diri. Pada masa remaja, ia akan mengalami berbagai persoalan terkait perkembangan fisik, psikis maupun sosial. Maka dari itu, remaja akan berupaya untuk menemukan jati diri dan identitas dirinya agar lebih optimal (Gatchel, 1989).

Definisi perilaku kecanduan merokok adalah suatu kegunaan dari lingkungan dan individu yang dipengaruhi oleh faktor dari dalam diri maupun faktor luar diri. Seorang remaja akan mengalami kesenjangan untuk menemukan jati dirinya. Kesenjangan tersebut berkaitan dengan krisis psikososial yang dialaminya pada masa perkembangan. Kebiasaan merokok yang dilakukan oleh individu disebabkan oleh pemanfaatan waktu luang baik dengan presentase sebesar 64,80%. Tiap individu memiliki alasan tersendiri untuk mengkonsumsi rokok (Trisanti, 2016).

Kondisi tersebut sejalan dengan temuan pra riset yang diselenggarakan oleh peneliti di SMP Negeri 6 Pematang Siantar bahwa terdapat siswa yang pernah menghisap atau mengkonsumsi rokok di lingkungan sekolah. Ada beberapa

penyebab timbulnya perilaku merokok pada peserta didik, yaitu kurangnya pengetahuan masyarakat terkait dampak negatif merokok, pengaruh dari teman sebaya, jenis kelamin, adanya rasa ingin tahu yang tinggi sehingga ingin mencoba, menimbulkan rasa ketagihan, kurangnya motivasi bagi si perokok, banyaknya iklan rokok yang beredar di lingkungan, kemudahan akses untuk membeli rokok, serta anggapan bahwa rokok mampu menimbulkan rasa tenang.

Orsal, Ozgul & Ayse Ergun (2021) dalam penelitiannya yang berjudul “Pengaruh Pendidikan Sebaya Terhadap Pengambilan Keputusan, Faktor Pendorong Merokok, Efikasi Diri, Kecanduan, Dan Perubahan Perilaku Dalam Proses Berhenti Merokok Pada Remaja” menunjukkan hasil bahwa pendidik sebaya yang dilatih oleh peneliti dan timnya dalam Program Berhenti Merokok mempunyai pengaruh dalam mendukung perubahan kognitif dan perilaku mahasiswa dibandingkan dengan mereka yang tidak mengenyam pendidikan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa peserta kelompok eksperimen lebih banyak untuk berhenti merokok dibandingkan dengan kelompok kontrol ($p > 0,01$). Tingkat kecanduan peserta kelompok eksperimen lebih sedikit dibandingkan peserta kelompok kontrol ($p > 0,01$). Dimana, 94% keberhasilan program berhenti merokok didukung oleh kesediaan siswa untuk menerima dukungan profesional, kehadiran siswa dalam program selama 6 bulan, komunikasi dan umpan balik yang kuat, konseling profesional yang efektif dan fungsional, serta dukungan sosial yang bergantung pada penguatan program dengan pendidikan sebaya.

Adapun solusi yang ditetapkan oleh peneliti untuk meminimalisir perilaku kecanduan merokok pada siswa SMP Negeri 6 Pematang Siantar ialah memberikan edukasi dan pemahaman melalui pemberian layanan konseling

kelompok menggunakan teknik *self management*. Pelaksanaan kegiatan ini dapat dilakukan melalui kerja sama antara guru BK dengan pihak sekolah. Pelaksanaan layanan konseling kelompok teknik *self management* mempunyai tujuan untuk memberikan kesadaran dan pemahaman kepada siswa tentang pengaruh negatif dari perilaku kecanduan merokok bagi masa depan.

Self management merupakan sebuah teknik yang termasuk dalam konseling *cognitive behavior*. *Self management* ialah suatu teknik yang tepat untuk diterapkan kepada konseli dalam melatih keterampilan dan potensi diri agar mampu mengelola diri sendiri secara utuh (Coermier & Nurius, 2003).

Demi kelancaran pelaksanaan konseling kelompok maka peneliti menambahkan teknik *self management* untuk mendukung pencapaian keberhasilan layanan. Teknik ini dinilai mampu menumbuhkan rasa tanggung jawab akan belajar pada tiap siswa. Tujuan dari penerapan teknik tersebut ialah membantuk peserta didik untuk mampu mengelola, mengatur, memonitor dan menilai dirinya secara mandiri untuk mengarahkan diri ke arah yang positif. *Self management* dianggap mampu untuk meningkatkan kemandirian peserta didik diluar pengawasan orang tua maupun guru (Diana Dwi, 2020, h. 3). Teknik *self management* berperan penting dalam mendorong peserta didik untuk maju, mampu mengelola diri, memantau diri dengan seksama, serta menilai diri sendiri secara mandiri untuk mencapai tujuan perubahan tingkah laku (Bringwatty Batbual, 2021, h. 83).

Berdasarkan fenomena permasalahan terkait tingginya tingkat kecanduan merokok pada kalangan remaja di SMP Negeri 6 Pematang Siantar, maka peneliti terdorong untuk mengkaji lebih dalam terkait **“Pengaruh Konseling Kelompok**

Teknik *Self Management* Untuk Mengurangi Perilaku Kecanduan Merokok Siswa Kelas VIII-5 SMP Negeri 6 Pematang Siantar T.A 2022/2023”.

1.2 Identifikasi Masalah

Bersumber pada uraian latar belakang tersebut, maka teridentifikasi beberapa permasalahan pada penelitian ini, antara lain:

1. Terdapat perilaku kecanduan merokok pada siswa SMP Negeri 6 Pematang Siantar.
2. Rendahnya kemampuan mengontrol diri pada peserta didik untuk tidak kecanduan merokok.
3. Belum optimalnya penerapan layanan bimbingan dan konseling yang dijalankan di lingkungan sekolah.
4. Belum ada penerapan layanan konseling kelompok teknik *self management* di SMP Negeri 6 Pematang Siantar.

1.3 Batasan Masalah

Bersumber pada penjelasan di atas, maka peneliti harus membatasi permasalahan ini agar lebih terarah menjadi “Pengaruh Konseling Kelompok Teknik *Self Management* Untuk Mengurangi Perilaku Kecanduan Merokok Siswa Kelas VIII-5 SMP Negeri 6 Pematang Siantar T.A 2022/2023”.

1.4 Rumusan Masalah

Bersumber dari latar belakang serta batasan masalah yang dipaparkan bahwasanya yang menjadi rumusan masalah penelitian ini, yaitu: “Apakah Terdapat Pengaruh Konseling Kelompok Teknik *Self Management* Untuk

Mengurangi Perilaku Kecanduan Merokok Siswa Kelas VIII-5 SMP Negeri 6 Pematang Siantar T.A 2022/2023?”.

1.5 Tujuan Penelitian

Bersumber pada paparan sebelumnya, maka tujuan penelitian ini, yaitu: “Untuk Mengetahui Pengaruh Konseling Kelompok Teknik *Self Management* Untuk Mengurangi Perilaku Kecanduan Merokok Siswa Kelas VIII-5 SMP Negeri 6 Pematang Siantar T.A 2022/2023”.

1.6 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian terbagi menjadi dua manfaat yakni manfaat teoritis dan manfaat praktis. Berikut penjelasannya:

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini berguna untuk menambah pengetahuan dan informasi dalam bidang Bimbingan dan Konseling, terutama penerapan layanan konseling kelompok teknik *self management* terhadap perilaku kecanduan merokok pada siswa.

1.6.2 Manfaat Praktis

- a) Bagi Sekolah, Penelitian ini berguna untuk menambah informasi seputar penerapan layanan terutama penurunan tingkat kecanduan merokok pada peserta didik.
- b) Bagi Guru BK atau Konselor, Penelitian ini berguna untuk mengembangkan keahlian guru BK atau konselor dalam menerapkan layanan bimbingan dan konseling secara professional agar mampu

mengatasi dan menangani peserta didik yang mengalami kecanduan merokok.

- c) Bagi Peneliti Lain, Penelitian ini bermanfaat sebagai bahan masukan dan evaluasi untuk melakukan penelitian serupa dengan hasil yang lebih optimal.



THE
Character Building
UNIVERSITY