

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa transisi yang penting, di mana individu beralih dari tahap anak-anak menuju dewasa dengan mengalami perubahan signifikan secara fisik, mental, dan sosial. Secara fisik terjadi pertumbuhan tubuh yang pesat sedangkan secara mental, remaja mulai memahami emosi dan membangun pola pikir yang lebih matang. (Erika Puspita, 2019)

Idealnya usia remaja merupakan usia dimana seorang individu penuh dengan energi, semangat dan kreatif. Memiliki energi yang berlimpah baik secara fisik maupun psikis diharapkan mampu mendorong remaja untuk beraktivitas dan berprestasi selain itu pada usia remaja seseorang akan menunjukkan kemandiriannya dalam mengambil keputusan tentang dirinya dan biasanya pada usia remaja fokus perhatian lebih kepada teman sebayanya sehingga seorang remaja akan berangsur-angsur melepaskan diri dari keterikatan orang tua. Oleh karena itu seorang remaja harus mampu membedakan mana yang baik serta yang buruk bagi dirinya, sehingga tidak terjerumus kedalam pergaulan yang bersifat negatif seperti narkoba, tawuran, minuman keras, tindakan kriminal, merokok dan lain sebagainya. Kebiasaan merokok di kalangan remaja saat ini telah menjadi hal yang lazim.

Berdasarkan sejumlah penelitian, remaja biasanya mulai mencoba merokok pada usia 11 hingga 13 tahun dan kebiasaan ini umumnya berkembang sebelum mereka mencapai usia 18 tahun. Perilaku ini sering kali muncul karena

dorongan rasa ingin tahu serta kecenderungan untuk meniru perilaku teman sebaya, anggota keluarga, guru, atau orang-orang di lingkungan sekitar. Namun kita mengetahui bahwa merokok sangat berbahaya bagi kesehatan baik bagi perokok aktif maupun bagi orang-orang yang terkena dampak asap rokok.

Hasil Survei Kesehatan Dasar (RISKESDA) menunjukkan kebiasaan merokok meningkat pada penduduk usia 10 tahun. Pada tahun 2013, sebanyak 28,8% anak berusia 10 tahun merupakan perokok, tetapi pada tahun 2018 angka tersebut meningkat menjadi 29,3%. Jumlah perokok berusia 10 hingga 18 tahun meningkat dari tahun 2013 (7,2%) hingga tahun 2018 (1,9%). Hasil ini menunjukkan bahwa jumlah anak-anak dan remaja yang merokok meningkat setiap tahun. Tentu saja, merokok akan terus menjadi masalah di masa depan, sehingga kesadaran terhadap bahaya merokok penting ditingkatkan di kalangan anak-anak dan remaja. (Pratama & Sayekti, 2020)

Menurut WHO (*World Health Organization*) setiap tahun, sekitar 225.700 orang di Indonesia meninggal akibat merokok, terpapar asap rokok. Dan barpenyakit lain yang berkaitan dengan tembakau. Oleh karena itu penting rasanya melakukan pendekatan yang dapat membantu masyarakat remaja dalam mengurangi konsumsi rokok.

Berdasarkan hasil temuan yang peneliti dapatkan melalui observasi yang dilakukan di sekolah SMP Negeri 1 Kutalimbaru pada tanggal 31 Januari 2024 yaitu terdapat beberapa siswa yang merokok disekolah, merasa bahwa perilaku merokok menambah perasaan keren dan percaya diri. serta kurangnya pemahaman siswa mengenai bahayanya perilaku merokok. Maka dalam hal ini penting bagi

guru BK dalam membantu permasalahan remaja yang tidak merasa bahaya akan perilaku merokok. Fenomena perilaku merokok pada remaja merupakan salah satu bentuk perilaku menyimpang, karena dapat memberikan efek negatif pada diri sendiri bahkan orang-orang yang berada disekitarnya.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan behavioral teknik aversi, menurut peneliti pendekatan behavioral sesuai dengan tujuan peneliti untuk merubah perilaku. Pandangan pendekatan behavioral mengenai tingkah laku adalah dapat mempelajari perilaku lama diubah menjadi perilaku baru, dan setiap orang dapat mengamati dan mengubah perilaku mereka. Pendekatan ini mengasumsikan bahwa setiap individu dapat bertingkah laku benar atau bertingkah laku salah. Karena perilaku setiap individu pada hakikatnya dapat dirubah menjadi lebih baik asalkan ada kemauan untuk menjadi lebih baik. Untuk melancarkan proses konseling peneliti menggunakan teknik aversi dengan memberikan stimulus yang tidak menyenangkan bersama dengan stimulus yang ingin di kontrol. (Rahman et al., 2015)

Hal ini ini juga diperkuat oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Lailatul Fajriyyah (2018) tentang penggunaan teknik aversi terhadap perilaku merokok siswa yang menyatakan bahwa teknik aversi dinilai efektif untuk mereduksi kebiasaan merokok remaja Desa Brakas yang dapat dilihat berdasarkan hasil selisih nilai rata-rata sebesar 24,6. Berdasarkan nilai hasil *pre-test* dan *pos-tets* diketahui bahwa terdapat nilai tertinggi dan terendah interval sebelum dan sesudah diberikan treatment dengan rentan skor 85-102 untuk kategori sangat tinggi dan setelah diberikan treatment mengalami penurunan menjadi 52-81 dengan kategori

sedang sampai tinggi.

Oleh karena itu untuk membantu permasalahan perilaku merokok pada remaja. Peneliti tertarik untuk mengangkat judul **“Pengaruh Konseling Kelompok Behavioral Dengan Teknik Aversi Terhadap Perilaku Merokok Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Kutalimbaru”**.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berangkat dari latar belakang diatas, terkait dengan “Pengaruh Konseling Kelompok Behavioral Dengan Teknik Aversi Terhadap Perilaku Merokok Pada Siswa Kelas VIII Smp Negeri 1 Kutalimbaru” dapat diidentifikasi berbagai masalah sebagai berikut :

- 1) Banyaknya siswa yang bolos mata pelajaran karena merokok
- 2) Meningkatnya perasaan keren saat merokok pada siswa
- 3) Kurangnya pengetahuan siswa mengenai bahayanya dampak perilaku merokok

## **1.3 Batasan Masalah**

Berdasarkan Identifikasi masalah dan dengan keterbatasan waktu peneliti, maka masalah yang akan diteliti dibatasi pada penelitian tentang “Pengaruh Konseling Kelompok Behavioral Dengan Teknik Aversi Terhadap Perilaku Merokok Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Kutalimbaru”

## **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan batasan masalah di atas, maka penelitian ini dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu apakah ada Pengaruh Konseling Kelompok Behavioral Dengan Teknik Aversi Terhadap Perilaku Merokok Pada Siswa Kelas VIII SMP

Negeri 1 Kutalimbaru ?

## **1.5 Tujuan Penelitian**

Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui dan menganalisis Pengaruh Konseling Kelompok Behavioral Dengan Teknik Aversi Terhadap Perilaku Merokok Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Kutalimbaru.

## **1.6 Manfaat Penelitian**

### **1.6.1 Manfaat Teoritis**

- a. Penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan ilmu pengetahuan di bidang pendidikan khususnya yang berkaitan dengan bimbingan dan konseling yang berkaitan dengan konseling kelompok behavioral dengan teknik aversi
- b. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan hasanah keilmuan serta referensi di bidang bimbingan dan konseling. Khususnya yang berkaitan pada pengaruh konseling kelompok behavioral dengan teknik aversi terhadap perilaku merokok siswa di sekolah.

### **1.6.2 Manfaat Praktis**

- a. Bagi Kepala Sekolah

Penelitian ini diharapkan menjadi salah satu pertimbangan bagi kepala sekolah dalam pembuatan kebijakan dalam menangani masalah perilaku merokok dengan menjalin kerjasama serta mendukung program yang dilakukan guru BK.

b. Bagi Guru BK

Penelitian ini diharapkan memberikan sumbangsih sebagai acuan guru BK dalam memberikan bantuan kepada siswa yang mengalami masalah perilaku merokok melalui konseling kelompok teknik aversi sehingga menambah ilmu pengetahuan dan keterampilan guru BK dalam memberikan layanan untuk dapat membantu mengatasi masalah siswa di sekolah.

c. Bagi Siswa

Melalui penelitian ini siswa dapat mengenali dan menyadari perilaku merokok dalam dirinya sehingga dapat mengurangi perilaku tersebut agar dapat mencapai perkembangan diri dan menjadi pribadi yang baik dalam lingkungannya.

d. Bagi Peneliti

Penelitian ini menjadi sebuah pengalaman yang sangat berharga bagi peneliti dalam membina kompetensi konselor professional di sekolah dan penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi sebuah referensi bagi peneliti lain yang ingin mengembangkan dan memperbaikinya pada masa yang akan datang.