

ABSTRAK

Haniatul Trisna Syuaddah. 2026. *Keefektifan Konseling Kelompok Behavior Teknik Terapi Aversi Untuk Mereduksi Kebiasaan Merokok*. Skripsi. Program Studi Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas PGRI Madiun. Pembimbing (I) Silvia Yula Wardani, M.Pd. ,(II) Dr. Ratih Christiana, M.Pd.

Perilaku merokok dapat dijelaskan sebagai aktivitas menghisap dan mengkonsumsi rokok yang telah dibakar. Mengkonsumsi rokok dapat memberikan efek yang berbahaya bagi tubuh sedangkan perokok usia remaja dapat berdampak pada kognitif sehingga mempengaruhi prestasi belajarnya. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan menggunakan desain penelitian *one group pre-test post test design* merupakan jenis penelitian yang menggunakan *pretest* dan *posttest* sehingga pengaruh *treatment*. “Terapi berpengaruh positif jika nilai *posttest* lebih tinggi dari nilai *pretest* hasilnya lebih akurat karena dapat membandingkan kondisi sebelum dan sesudah *treatment*”. *Treatment* yang akan dilakukan peneliti adalah konseling kelompok behavioral dengan teknik terapi aversi. Sampel adalah sebagian dari populasi yang karakteristiknya hendak diselidiki dan bisa mewakili keseluruhan populasinya sehingga jumlahnya lebih sedikit dari populasi. Penentuan sampel pada penelitian ini berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK SMP Negeri 1 Geger yang menyesuaikan dengan kriteria dan tujuan dari penelitian, maka didapatkan jumlah sampel pada penelitian ini adalah 7 siswa. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala psikologi dengan tipe skala *likert*. “skala *likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, serta persepsi seseorang atau sekelompok orang terhadap sebuah fenomena sosial”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh layanan konseling kelompok behavioral teknik terapi aversi untuk mereduksi perilaku merokok siswa SMP Negeri 1 Negeri. Untuk menguji layanan konseling kelompok behavioral teknik terapi aversi untuk mereduksi perilaku merokok siswa SMP Negeri 1 Geger, peneliti menggunakan analisis statistik dengan SPSS Versi 24 untuk memudahkan analisis data. Berikut adalah teknik analisis yang akan digunakan pada penelitian ini meninjau dari desain penelitian *one group pretest-posttest*. Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test, diketahui bahwa nilai Z adalah 2.366 sedangkan nilai signya adalah 0,018 . Hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai $\text{sig } 0,018 < 0,05$ dengan begitu maka dapat ditarik kesimpulan bahwa konseling kelompok behavior teknik terapi aversi dapat mereduksi kebiasaan merokok siswa SMP Negeri 1 Geger, sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak. Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kebiasaan merokok siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok behavior teknik terapi aversi. Oleh karena itu, konseling kelompok behavior teknik terapi aversi terbukti efektif untuk mereduksi kebiasaan merokok siswa SMP Negeri 1 Geger.

Kata kunci : konseling kelompok, teknik terapi aversi, kebiasaan merokok

ABSTRACT

Haniatul Trisna Syuaddah. 2026. The Effectiveness of Behavioral Group Counseling with Aversion Therapy Techniques to Reduce Smoking Habits. Thesis. Guidance and Counseling Study Program, FKIP, PGRI Madiun University. Supervisors (I) Silvia Yula Wardani, M.Pd., (II) Dr. Ratih Christiana, M.Pd.

Smoking behavior can be defined as the act of inhaling and consuming a lit cigarette. Smoking poses health risks to the body, and for adolescents, it can impact cognitive function, thereby affecting academic performance. This study employs an experimental approach using a "one-group pre-test post-test" design, which allows for the assessment of a treatment's effect by comparing conditions before and after the intervention. The treatment administered by the researcher is behavioral group counseling utilizing an aversion therapy technique. The sample consists of a subset of the population—smaller in number but representative of the whole—whose characteristics are the focus of the investigation. Sample selection was based on interviews with the guidance counselor at SMP Negeri 1 Geger, aligning with the study's criteria and objectives; consequently, the final sample comprised seven students. Data collection utilized a psychological scale based on the Likert model, which is used to measure the attitudes, opinions, and perceptions of individuals or groups regarding social phenomena. The study aimed to determine the impact of behavioral group counseling using aversion therapy on reducing smoking behavior among students at SMP Negeri 1 Geger. Statistical analysis was performed using SPSS Version 24 to facilitate data processing, consistent with the one-group pre-test post-test design. The Wilcoxon Signed-Rank Test results yielded a Z-value of

2.366 and a significance value of 0.018. Since the significance value (0.018) is less than 0.05, it is concluded that behavioral group counseling using aversion therapy effectively reduces smoking habits among SMP Negeri 1 Geger students; thus, the alternative hypothesis (H_a) is accepted, and the null hypothesis (H_0) is rejected. Thus, it can be stated that there is a significant difference in the smoking habits of students before and after receiving group counseling using the behavioral aversion therapy technique. Therefore, group counseling employing the behavioral aversion therapy technique has proven effective in reducing the smoking habits of students at SMP Negeri 1 Geger.

Keyword : group counseling, aversion therapy technique, smoking habit