

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan bagian yang tak terpisahkan dari kehidupan manusia. Perkembangan pendidikan suatu bangsa merupakan kunci utama pertumbuhan dan perkembangan bangsa itu. Kegiatan belajar merupakan kegiatan yang paling pokok. Dalam hal ini berarti bahwa berhasil tidaknya pencapaian tujuan pendidikan banyak bergantung pada bagaimana proses belajar mengajar yang dialami oleh siswa sebagai anak didik (Taufiq, 2022). Prestasi akademik merupakan indikator kesuksesan yang telah dicapai dalam proses pembelajaran. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), prestasi diartikan sebagai hasil yang telah dicapai, dilakukan, atau dikerjakan. Menurut Suryabrata (dalam Saraswati & Widyatuti, 2018) prestasi akademik mencakup semua hasil pencapaian yang diperoleh melalui proses belajar di lingkungan akademik.

Idealitas pendidikan dalam kehidupan tidak dapat terpisahkan, kegiatan belajar merupakan kegiatan yang paling pokok bagi semua orang. Di Indonesia sendiri suatu pendidikan atau prestasi menjadi tolak ukur keberhasilan seseorang, yang mana jika seseorang mendapatkan nilai yang tinggi atau prestasi yang bagus maka seseorang itu akan dipandang berhasil dengan seseorang lainnya (Taufiq, 2022). Meningkatkan standar pendidikan secara keseluruhan, terutama dalam mencapai prestasi akademik yang lebih tinggi bagi siswa, dapat meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Beberapa faktor seperti kesulitan dalam kemampuan berhitung, penglihatan, pendengaran, dan masalah saraf bisa

menjadi penghalang dalam meningkatkan prestasi belajar seseorang (Saraswati & Widyatuti, 2018).

Banyak faktor yang terkait dengan kondisi fisik individu yang dapat memengaruhi pencapaian hasil belajar yang diinginkan. Keterbatasan fisik atau penyakit dapat menjadi hambatan bagi seseorang dalam melaksanakan proses pembelajaran. Kondisi fisik ini bisa terjadi sejak lahir atau karena kesadaran individu untuk menjaga kesehatan. Remaja yang mulai merokok seringkali mengalami krisis psikososial dalam perjalanan perkembangannya ketika mereka mencari identitas diri (Erikson dalam Saraswati & Widyatuti, 2018). Usaha untuk menemukan identitas tersebut tidak selalu berjalan sesuai dengan harapan masyarakat.

Keinginan remaja untuk mencoba merokok merupakan sumber masalah kesehatan (Mirnawati dkk., 2018). Remaja berada dalam fase eksplorasi identitas di mana mereka cenderung untuk mencoba hal-hal baru dan sangat terpengaruh oleh lingkungan sekitar mereka. Saat ini, merokok di kalangan remaja dianggap sebagai perilaku yang biasa. Bahkan, di mata beberapa perokok, merokok dianggap sebagai tanda kejantanan dan dianggap bahwa pria yang tidak merokok dianggap lemah. Pada tahun 2020, *The Tobacco Atlas* menempatkan Indonesia pada peringkat ketiga dengan jumlah perokok terbesar di dunia setelah China dan India (Kemenkes RI, 2023). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia melaporkan jumlah perokok di Indonesia menunjukkan peningkatan dalam kurun 2013 hingga 2019. Menurut data survei *Global Youth Tobacco* pada tahun 2019 bahwa peningkatan prevalensi perokok pada usia sekolah 13 sampai 15 tahun naik dari 18% menjadi 19%. Angka tersebut tentu

saja harus menjadi perhatian bagi pemerintah dan lembaga pendidikan, khususnya sekolah. Kebiasaan merokok pada siswa juga ditemukan di SMP Negeri 1 Geger, khususnya pada siswa laki-laki.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti selama pelaksanaan magang PLP 2 di SMP Negeri 1 Geger, peneliti kerap menemui kasus siswa diam-diam membawa rokok dan merokok di lokasi tersembunyi di sekolah. Hal tersebut juga dikonfirmasi oleh guru BK SMP Negeri 1 Geger bahwa memang kasus merokok pada siswa laki-laki sering ditemui. Dijelaskan oleh guru BK SMP Negeri 1 Geger, faktor yang menyebabkan kebiasaan merokok pada siswa adalah pergaulan di kehidupan sehari-hari dan kebiasaan merokok di lingkungan luar sekolah sehingga menyebabkan siswa kecanduan untuk terus merokok bahkan di sekolah.

Rokok memiliki efek negatif karena mengandung zat kimia berbahaya. Nikotin dalam rokok bersifat toksik dan dapat mengganggu fungsi kognitif seseorang. Ketika seseorang sudah kecanduan, tidak menambah dosis nikotin dapat menyebabkan gejala putus nikotin seperti perubahan mood, frustrasi, kecemasan, gangguan konsentrasi, dan kegelisahan karena kebutuhan nikotin yang tidak terpenuhi (Mirnawati dkk., 2018). Menurut Saraswati & Widyatuti (2018) gangguan konsentrasi adalah salah satu indikasi bahwa fungsi kognitif terganggu. Gangguan ini dapat berdampak pada berbagai aspek kehidupan, termasuk kemampuan belajar. Gangguan dalam proses belajar akan memengaruhi prestasi akademik remaja.

Hasil penelitian tersebut sejalan dengan hasil wawancara dengan guru BK SMP Negeri 1 Geger, bahwa siswa yang memiliki kebiasaan merokok cenderung mengalami penurunan hasil belajar sehingga berpengaruh pada prestasi akademik. Sejalan dengan penelitian dari Destri dkk. (2019) bahwa beberapa siswa yang merokok cenderung mengalami penurunan dalam hasil belajar dan terkadang juga membolos sekolah dan sanksi yang diberikan pada siswa yang merokok dari teguran secara lisan sampai pemanggilan orang tua.

Berdasarkan kasus mengenai kebiasaan merokok pada siswa laki-laki yang terjadi di SMP Negeri 1 Geger diperlukan adanya upaya dari pihak sekolah untuk mereduksi kebiasaan merokok pada siswa agar tidak menimbulkan perilaku yang lebih buruk dikemudian hari. Salah satu tugas guru Bimbingan dan Konseling adalah memberikan bantuan serta fasilitasi kepada peserta didik yang mengalami masalah, sehingga mereka bisa mandiri dalam mengatasi masalah yang dihadapi, baik melalui layanan konseling perorangan maupun kelompok (Munir, 2018). Guru Bimbingan dan Konseling dapat melakukan upaya untuk mengurangi perilaku merokok pada peserta didik yang telah terjerumus pada kebiasaan buruk tersebut. Hal ini dapat menjadi alternatif untuk mengubah perilaku merokok peserta didik tersebut dengan mengurangi konsumsi rokok secara bertahap hingga benar-benar menghilangkan kebiasaan tersebut, sesuai dengan tujuan yang diharapkan.

Pada penelitian ini, sebagai upaya yang peneliti akan kaji untuk mereduksi kebiasaan merokok pada siswa SMP Negeri 1 Geger. Peneliti mengupayakan sebuah intervensi yaitu konseling kelompok behavioral teknik terapi aversi untuk mereduksi kebiasaan merokok siswa. Menurut Lumongga (2017)

konseling kelompok merupakan suatu bantuan yang diberikan kepada beberapa individu untuk mencapai fungsi kesadaran secara efektif dalam jangka waktu pendek dan menengah. Layanan konseling kelompok dilakukan dalam rangka membantu beberapa individu secara bersama-sama, biasanya dalam sebuah kelompok terdapat 3-8 orang. Sedangkan *behavior therapy* merupakan salah satu pendekatan dalam konseling.

Selanjutnya dalam penerapan layanan konseling kelompok behavioral, peneliti menggunakan teknik terapi aversi sebagai upaya untuk mereduksi kebiasaan merokok siswa. Teknik aversi atau teknik pengkondisian aversi adalah salah satu teknik dalam terapi tingkah laku yang dapat mengurangi frekuensi tingkah laku yang tidak sesuai dengan meyatukannya dengan suatu rangsangan nyata selama prosedur terapi berlangsung (Komalasari, 2011). Penggunaan teknik aversi hanya digunakan untuk mengatasi perilaku yang tidak sesuai, seperti kecanduan alkohol, merokok, penggunaan obat-obatan, obsesi, perilaku kompulsif, perjudian, homoseksualitas, dan perilaku seksual yang menyimpang seperti pedofilia. Meskipun cara pemberian terapi bisa cukup menekan bagi klien, teknik aversi dianggap efektif dalam menghasilkan perubahan perilaku (Putra, 2017).

Berangkat dari uraian di atas, dengan diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik terapi aversi diharapkan mampu memahami mereduksi perilaku merokok pada siswa laki-laki SMP Negeri 1 Geger. Peneliti tertarik untuk mengkaji lebih dalam variabel perilaku merokok pada siswa laki-laki SMP Negeri 1 Geger melalui layanan konseling kelompok teknik terapi aversi dalam

sebuah penelitian dengan judul “Keefektifan Konseling Kelompok Behavior Teknik Terapi Aversi Untuk Mereduksi Perilaku Merokok”.

B. Batasan Masalah

Pembatasan masalah dalam penelitian ini bertujuan untuk menghindari adanya penyimpangan ataupun pelebaran pokok masalah agar fokus pembahasan masalah dalam penelitian lebih terarah dan memudahkan dalam pembahasan sehingga tujuan penelitian dapat tercapai. Beberapa batasan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Variabel yang akan diteliti pada penelitian ini adalah perilaku merokok.
2. Intervensi yang akan diberikan peneliti dalam penelitian ini adalah layanan konseling kelompok behavioral teknik terapi aversi.
3. Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 1 Geger.
4. Penelitian ini menggunakan sasaran siswa laki-laki dengan perilaku merokok.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah disampaikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah layanan konseling kelompok dengan teknik terapi aversi efektif dalam mereduksi perilaku merokok pada siswa laki-laki di SMP Negeri 1 Geger?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan permasalahan diatas maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok dengan teknik terapi

aversi dalam mereduksi perilaku merokok pada siswa laki-laki di SMP Negeri 1 Geger.

E. Kegunaan Penelitian

Dengan dilakukannya penelitian mengenai kebiasaan merokok pada siswa peneliti berharap agar hasil penelitian yang ada dapat membawa banyak manfaat. Manfaat yang diperoleh dalam penelitian ini dapat dijelaskan sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran mengenai perilaku merokok pada remaja.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai berikut ini:

a. Bagi peneliti

Dapat menambah wawasan pengetahuan dan sumbangan pemikiran mengenai hubungan yang disebabkan kebiasaan merokok. Sehingga dapat menjadi acuan untuk mencari pemecahan masalah yang dikaitkan dengan layanan Bimbingan dan Konseling.

b. Bagi guru

Dapat menambah wawasan dan sumbangan pemikiran mengenai permasalahan yang dialami oleh sebagian besar pelajar. Sehingga, guru dapat mempersiapkan dan mencari solusi atas permasalahan tersebut

sehingga proses belajar mengajar tetap dapat berjalan secara efektif dan efisien.

c. Bagi siswa

Dapat membantu menumbuhkan kesadaran diri dan memotivasi. Sehingga siswa dapat berhenti merokok dan meningkatkan prestasi belajar.

d. Bagi masyarakat

Dapat memberikan sumbangan wawasan kepada masyarakat pada umumnya agar anak-anaknya tidak menjadi perokok.

F. Definisi Operasional Variabel

Menurut Sugiyono (2019) “definisi operasional variabel penelitian” adalah elemen atau nilai yang berasal dari obyek atau kegiatan yang memiliki ragam variasi tertentu yang kemudian akan ditetapkan peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya. Berdasarkan obyek penelitian dan metode penelitian yang digunakan, maka dibawah ini diungkapkan operasionalisasi variabel penelitian ini yaitu, sebagai berikut :

1. Konseling Kelompok Behavioral Teknik Terapi Aversi

Layanan konseling kelompok behavior teknik terapi aversi merupakan teknik konseling yang bertujuan untuk meningkatkan kepekaan siswa terhadap stimulus yang disukai dengan stimulus yang tidak disukai pada siswa khususnya pada siswa SMP Negeri 1 Geger. Terapi aversi menggunakan berbagai teknik dan rangsangan untuk mengurangi atau menghilangkan respon yang tidak diinginkan, seperti perilaku seksual yang menyimpang dan penyalahgunaan zat. Pelaksanaan konseling kelompok

behavior teknik terapi aversi dilakukan dalam empat tahap; 1) *assesment*; 2) *goal setting* (penerapan tujuan); 3) penerapan teknik; 4) *follow up*. Tahapan-tahapan tersebut apabila terlaksana dengan baik akan dapat mereduksi kebiasaan merokok pada siswa. Pelaksanaan layanan dilakukan dalam proses konseling kelompok setelah menganalisis instrumen yang berupa kuesioner.

2. Perilaku Merokok

Perilaku merokok merupakan perilaku yang berbahaya bagi kesehatan, tetapi masih banyak orang yang melakukannya, bahkan orang mulai merokok ketika dia masih remaja. Perilaku manusia adalah aktivitas yang timbul karena adanya stimulus dan respon serta dapat diamati secara langsung maupun tidak langsung. Kebiasaan merokok siswa dimulai dari beberapa tahapan, 1) tahap *preparation*; 2) tahap *initiation*; 3) tahap *Becoming a Smoker*; dan 4) tahap *Maintenance of Smoking*. Tahapan munculnya perilaku merokok tersebut nantinya akan dijadikan indikator pada penelitian ini. Faktor yang mempengaruhi perilaku merokok, antara lain dari

pengaruh orang tua, pengaruh teman, faktor kepribadian, serta pengaruh iklan atau aksesibilitas terhadap munculnya perilaku. Instrumen yang digunakan untuk mengetahui perilaku merokok pada siswa SMP Negeri 1 Geger adalah skala perilaku merokok.