

# **PENGARUH KONSELING KELOMPOK TERHADAP PERSEPSI MEROKOK SISWA KELAS X SMK NEGERI NGARGOYOSO KARANGANYAR TAHUN PELAJARAN 2018/2019**

Rendi Pratama<sup>1</sup>

Sayekti<sup>2</sup>

Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas SlametRiyadi<sup>1,2</sup>

**Abstrak** : Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh konseling kelompok terhadap persepsi merokok pada siswa kelas X SMK Negeri Ngargoyoso Karanganyar Tahun Pelajaran 2018/2019. Populasinya siswa kelas X SMK berjumlah 213 siswa terdiri atas 6 kelas. Sampel jatuh pada siswa kelas X TSM 4 sebanyak 35 siswa dengan teknik *simple random sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan angket dan dokumentasi. Instrumen berupa angket terlebih dahulu diuji cobakan pada 20 siswa kelas X TSM 1 guna menguji tingkat validitas dan reliabilitas. Hasil uji coba menunjukkan bahwa 30 item dari 35 dinyatakan valid sedang reliabilitasnya diperoleh 0,976. Teknik analisis data menggunakan *Treatment By Subjects Designs* (Pola TS) t-test. Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data tentang pengaruh konseling kelompok terhadap persepsi merokok pada siswa kelas X TSM 4 SMK Negeri Ngargoyoso Karanganyar Tahun Pelajaran 2018/2019, diperoleh nilai  $t_{hitung}$  sebesar 7,429. Nilai  $t_{hitung}$  tersebut kemudian dikonsultasikan dengan  $t_{tabel}$  pada derajat kebebasan (d.b) =  $N - 1$  ( $35 - 1$ ) = 34, dengan taraf signifikansi 5% = 2,030 dan taraf signifikansi 1% = 2,724. Dari data tersebut dapat dilihat bahwa nilai  $t_{hitung}$  lebih besar daripada  $t_{tabel}$ , baik pada taraf signifikansi 5% maupun 1% atau ( $2,030 < 7,429 > 2,724$ ), maka hipotesis yang berbunyi: “Ada pengaruh konseling kelompok terhadap persepsi merokok pada siswa kelas X SMK Negeri Ngargoyoso Karanganyar Tahun Pelajaran 2018/2019”, terbukti kebenarannya.

Kata kunci : *Konseling Kelompok, Persepsi Merokok.*

## BAB I PENDAHULUAN

### Latar Belakang Masalah

Perilaku merokok merupakan salah satu masalah yang sulit dipecahkan, apalagi sudah menjadi masalah nasional, dan bahkan internasional. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, diketahui jumlah perokok pemula usia 5-9 tahun meningkat tajam 0,4% pada 2001 menjadi

2,8% pada 2004. Perokok pemula diantara usia 10-14 tahun pun meningkat tajam, dari 9,5% menjadi 17,5%. Data *The Global Youth Tobacco Survey* tahun 2006 di Indonesia 64,2% usia sekolah yang disurvei melaporkan, terpapar asap rokok selama mereka di rumah atau menjadi *Second Hand Smoke* (SHS). Berdasarkan hasil *Global Adult Tobacco Survey* (GATS) 2011, persentase perokok aktif di Indonesia mencapai 67% (laki-laki) dan 2,7% (perempuan) dari jumlah penduduk, terjadi kenaikan enam tahun sebelumnya perokok laki-laki sebesar 53% (Hasnan Rahman, 2014: 1).

Terkait hasil survei terakhir WHO dan American Cancer Society, sekitar 70% perokok Indonesia adalah laki-laki, sisanya 30% adalah kaum perempuan (Alfi Satiti, 2014: 21). Meningkatnya perokok di Indonesia tidak lepas dari faktor harga rokok yang murah dan akses untuk mendapatkan rokok sangat mudah, hal inilah yang menyebabkan perilaku merokok makin meningkat, bahkan sampai di kalangan para remaja atau usia sekolah.

Perilaku merokok yang dilakukan remaja, seharusnya semakin menurun, tetapi pada kenyataan tidak terjadi penurunan. Perilaku merokok di lingkungan pelajar justru semakin marak. Perilaku merokok yang dilakukan pelajar Sekolah Menengah Atas atau sederajat dapat dilihat dari fenomena dan aktivitas remaja dalam melakukan kebiasaan perilaku merokok. Secara psikologis, remaja adalah individu yang bermasyarakat dan terikat dalam suatu interaksi sosial dengan masyarakat, hal ini dilakukan untuk memenuhi kebutuhan remaja dalam pencapaian tugas perkembangan remaja.

Berdasarkan hasil survei awal di SMK Negeri Ngargoyoso Karanganyar, menunjukkan bahwa SMK Negeri Ngargoyoso Karanganyar merupakan salah satu Sekolah Menengah Kejuruan yang berada di Kecamatan Ngargoyoso yang bisadibilang sudah maju, karena dari segi SDM guru sudah sangat memadai, pelaksanaan kurikulum berjalan dengan baik dan sarana prasana juga lengkap, namun demikian banyak siswa yang berperilaku merokok di lingkungan sekolah. Informasi maupun data yang penulis peroleh dari guru BK, ada 49 siswa yang seringkali merokok di lingkungan sekolah. Dari beberapa siswa yang berhasil penulis wawancarai, menjelaskan bahwa siswa tersebut memiliki persepsi bahwa merokok menunjukkan kejantanan, merokok bisa terlihat lebih keren, merokok terlihat lebih gaul, merokok bisa menghilangkan stress atau hati bisa lebih tenang.

Perilaku merokok khususnya para peserta didik diperlukan penanganan khusus dan serius oleh guru BK maupun pihak terkait. Misalnya, menerapkan peraturan dan hukuman bagi peserta didik yang didapati merokok di lingkungan sekolah akan mendapatkan hukuman yang berupa poin kesalahan, namun demikian kiranya kurang tepat jika penanganan mengenai permasalahan peserta didik yang bernilai negatif hanya ditangani dengan hanya memberikan hukuman atau

*punishment* saja. Tetapi butuh bimbingan dan pengarahan yang tepat dari seorang yang memiliki wewenang untuk membimbingnya dalam menyelesaikan permasalahannya. Pembimbing di sini bisa dari guru, orang tua dan masyarakat di sekitarnya. Berdasarkan argumen penulis di atas, maka muncullah inisiatif penulis untuk memberikan konseling kelompok guna memunculkan persepsi positif terhadap bahaya merokok sebagaimana yang tertulis dalam bungkus rokok, terutama di kalangan pelajar.

Perilaku merokok di kalangan pelajar dipengaruhi oleh faktor dalam juga faktor luar. Faktor dalam, seperti persepsi, sikap fakta dan pengetahuan. Faktor luar, meliputi: pengaruh lingkungan, bisa dari orang tua, teman dan fatwa haram rokok. Faktor-faktor tersebut membuat persepsi yang berbeda tentang merokok. Tiap-tiap orang mempunyai persepsi tersendiri terkait perilaku merokok kemudian muncul suatu sikap, yaitu kecenderungan untuk menerima atau menolak, mau atau tidak mau terhadap respon yang muncul dari luar.

Merubah perilaku merokok perlu diupayakan dengan suatu proses belajar yang berlangsung selama proses konseling. Oleh karenanya, proses konseling kelompok dilihat sebagai suatu kegiatan pendidikan yang bertumpu pada usaha membantu maupun dibantu untuk belajar perilaku baru, dengan demikian dapat mengatasi berbagai macam permasalahan (WS. Winkel dan M.M Sri Hastuti, 2006: 420). Berdasarkan hal tersebut di atas, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut tentang pengaruh konseling kelompok terhadap persepsi merokok pada siswa SMK Negeri Ngargoyoso Karanganyar.

Keterbatasan dan kekurangan penelitian ini, seperti:

1. Perlu adanya penambahan variabel selain konseling kelompok, karena masih ada beberapa variabel yang mempengaruhi persepsi merokok.
2. Penelitian ini hanya berlaku untuk siswa kelas X SMK Negeri Ngargoyoso Karanganyar Tahun Pelajaran 2018/2019 dan tidak berlaku pada kelas lain atau dalam sekolah lain.

### **Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: :” apa pengaruh konseling kelompok terhadap persepsi merokok pada siswa kelas X SMK Negeri Ngargoyoso Karanganyar Tahun Pelajaran 2018/2019”

### **Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah: untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok terhadap persepsi merokok siswa kelas X SMK Negeri Ngargoyoso Karanganyar Tahun Pelajaran 2018/2019.

### **KAJIAN PUSTAKA**

Deddy Mulyana (2009: 168) berpendapat bahwa persepsi merupakan dasar dalam komunikasi. Penafsiran adalah dasar persepsi, yang identik dengan penyandian balik dalam proses komunikasi. Persepsi inilah sebagai dasar dalam memilih suatu pesan dan mengabaikan pesan lain.

Alfi Satiti (2011: 27-28) rokok mengandung sensasi kenikmatan tersendiri. Rokok adalah simbol kenikmatan, kejantanan, kebebasan, glamour, feminisme, kecantikan (langsing). Menghisap rokok adalah simbol pergaulan, toleransi, persahabatan, solidaritas, terlihat keren, atraktif, sensual, dapat menghilangkan rasa

stres, rasa pusing, rasa sedih, rasa cemas, rasa lelah, maupun dapat menumbuhkan rasa percaya diri.

Berdasarkan pengertian perilaku dan merokok sebagaimana tersebut di atas, maka yang dimaksud merokok adalah memasukkan bahan yang berasal dari dedaunan (Tumbuhan) yang mengandung zat tertentu. Khususnya Nikotin sebagai tindakan untuk memperoleh kenikmatan. Menurut pendapat beberapa orang merokok dapat membuat santai, teman mengusir sepi, merokok untuk persahabatan, teman jamuan pesta dan lain-lain.

Berdasarkan pengertian persepsi dan merokok tersebut di atas, maka dapat disimpulkan, persepsi merokok adalah proses pemberian makna, interpretasi terhadap perilaku menghisap rokok.

Konseling salah satu bagian dari bimbingan, baik sebagai layanan maupun sebagai teknik. Layanan konseling yaitu jantung hati layanan bimbingan secara keseluruhan. Jadi konseling merupakan inti dari alat yang paling penting dalam bimbingan (Dewa Ketut Sukardi, 2010: 37).

Menurut Dewa Ketut Sukardi (2010:64) bimbingan dan konseling kelompok adalah layanan bimbingan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh bahan dari narasumber tertentu yang berguna untuk menunjang kehidupan sehari-hari baik individu maupun sebagai pelajar. Bimbingan dan konseling dengan pendekatan kelompok karena pokok masalah serta tujuan dari semua siswa itu sama. Seperti halnya, setelah penulis mengadakan observasi di SMK Negeri Ngargoyoso Karanganyar ternyata banyak siswa yang mempunyai persepsi bahwa merokok dapat mempunyai banyak teman, merokok terlihat keren, merokok kelihatan gagah, merokok bisa menghilangkan stress, merokok merasa segar, merokok bisa menjadi santai, oleh karena itu tidak mustahil bila siswa SMK Negeri Ngargoyoso Karanganyar banyak yang merokok. Untuk memberikan bantuan yang sesuai yaitu dengan mengadakan bimbingan dan konseling kelompok.

### **Perumusan Hipotesis**

Dalam penelitian ini dapat dirumuskan hipotesis penelitian sebagai berikut: ” apa pengaruh konseling kelompok terhadap persepsi merokok pada siswa kelas X SMK Negeri Ngargoyoso Karanganyar Tahun Pelajaran 2018/2019”

### **METODOLOGI PENELITIAN**

Lokasi penelitian ini adalah SMK Negeri Ngargoyoso Karanganyar Tahun Pelajaran 2018/2019.

### **Variabel Penelitian**

Variabel terdiri dua macam variabel, yaitu bebas dan terikat.

1. Variabel bebas, konseling kelompok (X).
2. Variabel terikat, persepsi merokok (Y).

Teknik pengumpulan data dengan angket, dan dokumentasi. Angket yang digunakan langsung tertutup, untuk memperoleh data mengenai persepsi merokok siswa sebelum dan sesudah diberikan konseling kelompok dengan jawaban bersifat kualitatif, kemudian agar bisa dilakukan analisis data terlebih dahulu dikuantitatifkan dengan menggunakan skala Likert. Teknik dokumentasi digunakan untuk mengetahui data-data siswa yang berperilaku merokok di lingkungan sekolah SMK Negeri Ngargoyoso Karanganyar Tahun Pelajaran 2018/2019, antara lain berupa

nama siswa, jenis kelamin, kelas dan alamat siswa serta hal-hal lain yang berkaitan dengan penelitian.

Angket sebelum diberikan kepada responden terlebih dahulu dilakukan uji coba pada siswa lain, untuk menguji tingkat validitas dan reliabilitas dari angket perilaku merokok. Uji coba instrumen (*try out* penelitian) dilaksanakan pada 20 peserta. Hasil uji instrumen yang dilakukan pada siswa kelas X TSM 1 SMK Negeri Ngargoyoso Karanganyar, menunjukkan sebagai berikut:

1. Sebanyak 35 item pertanyaan tentang persepsi merokok yang valid sebanyak 30 item, sedang yang tidak valid sebanyak 5 item yaitu no. 20, 21, 31, 32, dan 33. Dengan demikian jumlah item pertanyaan yang bisa digunakan untuk mengumpulkan data persepsi merokok yaitu 30 item.

2. Hasil uji reliabilitas diperoleh nilai  $r_{xx} = 0,976 > 0,60$  yang berarti item pertanyaan yang diajukan mengenai persepsi merokok adalah reliabel.

Analisis data dilakukan dengan membandingkan data hasil *pre test* dan *post test*, dengan menggunakan *one group pre- test and post-test* (desain 2) sebagai berikut:

$$t: \frac{Md}{\sqrt{\frac{\sum x^2 d}{\dots \dots \dots}}}$$

Keterangan :

t = t-test

Md = *mean* dari perbedaan pre test dengan post test (post test- pre test)

$\sum x^2 d$  = Jumlah kuadrat deviasi N = Subjek pada sampel

## Pembahasan Hasil Analisis Data

### Pengujian Hipotesis

1. Persepsi Responden tentang Merokok Sebelum Konseling Kelompok

Hasil penyebaran angket persepsi merokok sebelum dilakukan konseling kelompok pada siswa kelas X TSM 4 SMK Negeri Ngargoyoso yang terdiri 30 item pernyataan, diketahui skor tertinggi 110 dan skor terendah 60. Skor rata-rata (Mean) 100,00; Mode 103; Median 101,00 dan

Standar Deviasi 8,868.

Tabel 1. Deskripsi Data Persepsi Merokok Sebelum Konseling Kelompok

variabel	Deskripsi data	statistik
Persepsi merokok	Mean	100,00
	Median	101,00
	Mode	103
	Std. Deviation	8,868
	Minimum	60
	Maximun	110

3. Persepsi Responden tentang Merokok Setelah Konseling Kelompok Hasil penyebaran angket persepsi merokok setelah dilakukan konseling kelompok pada siswa kelas X TSM 4 SMK Negeri Ngargoyoso yang terdiri 30 item pernyataan, didapat skor tertinggi 120 dan skor terendah 91. Skor rata-rata (Mean) 113,91;

Mode 116; Median 116,00 dan Standar Deviasi sebesar 6,714. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel deskripsi data, sebagai berikut.

Tabel 2. Deskripsi Data Persepsi Merokok Responden Setelah Konseling Kelompok

variabel	Deskripsi data	statistik
Persepsi merokok	Mean	113,91
	Median	116,00
	Mode	116
	Std. Deviation	6,714
	Minimum	91
	Maximun	120

Berdasarkan hasil uji *t-Test* baik menggunakan program SPSS maupun secara manual mengenai persepsi merokok responden baik sebelum konseling kelompok maupun setelah konseling kelompok, diperoleh nilai  $t_{hitung}$  sebesar 7,429. Nilai  $t_{hitung}$  tersebut kemudian dikonsultasikan dengan  $t_{tabel}$  pada derajat kebebasan (d.b) =  $N - 1$  ( $35 - 1$ ) = 34, yang menunjukkan  $t_{tabel}$  pada taraf signifikansi 5% = 2,030 dan taraf signifikansi 1% = 2,724. Diketahui, bahwa nilai  $t_{hitung}$  lebih besar daripada  $t_{tabel}$ , atas dasar taraf signifikansi 5% maupun 1% atau ( $2,030 < 7,429 > 2,724$ ), dengan hasil ini maka hipotesis berbunyi :” apa pengaruh konseling kelompok terhadap persepsi merokok pada siswa kelas X SMK Negeri Nargoyoso Karanganyar Tahun Pelajaran 2018/2019”, terbukti.

### Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan pemberian konseling kelompok berpengaruh positif dan signifikan terhadap persepsi merokok Tanda positif dalam hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang searah, dimana apabila konseling kelompok lebih ditingkatkan maka persepsi merokok siswa menjadi lebih positif. Sebaliknya apabila konseling kelompok jarang dilakukan, maka persepsi merokok siswa akan menjadi negatif.

Sebelum dilakukan konseling kelompok, persepsi responden tentang merokok, diantaranya bahwa dengan merokok dapat merasakan beban pikiran berkurang, setelah merokok pikiran bisa lebih tenang, merokok termasuk dalam jargon anak gaul di sekolah dan lingkungan, merokok dapat memberikan ketenangan ketika sedang gelisah atau banyak masalah, ada sensasi tersendiri setelah merokok, merokok tidak mengakibatkan timbulnya penyakit jantung dan pembuluh darah bagi si perokok dan orang di sekitarnya, merokok bisa mempermudah bergaul dengan orang lain, dan merasa lebih keren ketika mengkonsumsi rokok. Hal ini sebagaimana pendapat Alfi Satiti (2011: 27-28) bahwa rokok mengandung sensasi kenikmatan tersendiri. Rokok menjadi simbol kenikmatan, kejantanan, kebebasan, glamour, feminisme, kecantikan (langsing). Menghisap rokok adalah simbol pergaulan, toleransi, persahabatan, solidaritas, terlihat keren, atraktif, sensual, dapat menghilangkan rasa stres, rasa pusing, rasa sedih, rasa cemas, rasa lelah, maupun dapat menumbuhkan rasa percaya diri.

Setelah dilakukan konseling kelompok, persepsi responden tentang merokok menjadi berbeda. Perbedaan persepsi merokok yang terjadi diantaranya, bahwa merokok suatu bentuk pola hidup tidak sehat, tidak merasakan ketenangan yang lebih setelah merokok, merokok merugikan diri perokok itu sendiri dan orang lain, merokok mengakibatkan timbulnya penyakit jantung dan pembuluh darah bagi si perokok dan orang di sekitarnya, merokok tidak memberikan dampak yang positif, merokok tidak memberikan rasa yang

enak, merokok tidak menjadikan gaya lebih keren, remaja yang merokok memberikan kesan remaja yang nakal, dan orang yang merokok napasnya tidak kuat.

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa konseling kelompok sangat besar pengaruhnya terhadap persepsi merokok pada responden, maka dengan adanya konseling kelompok, responden menjadi lebih tahu dampak negatif dari merokok, seperti: dapat menyebabkan kanker, penyakit jantung, empoten, dan lain-lain. Hal ini sebagaimana pendapat Alfi Satiti (2009: 36) bahwa merokok menyebutkan beberapa penyakit, seperti: bronkitis kronik, kanker paru, dan emfisema, penyakit jantung iskemik dan penyakit kardiovaskuler lain, ulkus peptikum, kanker mulut, tenggorokan, kerongkongan, penyakit pembuluh darah otak dan gangguan janin. Dalam kandungan rokok terdapat nikotin inhalasi yang pada akhirnya berdampak pada kesehatan tubuh. Rata-rata nikotin dalam satu batang rokok sebanyak 13,5mg. Setiap jenis rokok mengandung jumlah nikotin yang berbeda-beda. Sebuah studi menyebutkan hasil uji lab menunjukkan kadar nikotin pada rokok sebesar 1-2 mg. Diperkirakan terdapat 4.800 bahan kimia dalam sebatang rokok dan juga 69 bahan diantaranya adalah zat yang dapat memicu kanker yaitu zat karsinogen serta terdapat pula zat beracun.

Pengetahuan yang didapatkan responden tentang bahaya merokok, dapat menjadikan responden untuk tidak merokok, dan bagi responden yang sudah merokok kemungkinan besar bisa meninggalkan kebiasaan merokok. Mengingat merokok tidak ada manfaatnya bagi si perokok maupun orang lain, namun yang ada justru membuat menderita bagi si perokok itu sendiri maupun orang yang ada di sekitarnya.

Adanya konseling kelompok, responden menjadi lebih mengetahui akibat yang diperoleh dari merokok. Adanya konseling kelompok dapat menjadikan responden memiliki pandangannya sendiri terhadap perilaku merokok dan tidak hanya sekedar meniru orang lain. Sebagaimana pendapat W.S Winkel & M.M. Sri Hastuti (2006: 564) bahwa tujuan dari konseling kelompok yaitu supaya siswa yang dilayani menjadi mampu mengatur kehidupan sendiri, memiliki pandangannya sendiri dan tidak sekedar meniru pendapat orang lain, mengambil sikap sendiri, dan berani menanggung sendiri efek serta konsekuensi dari tindakan-tindakannya. Hal ini mengisyaratkan bahwa supaya dapat memberikan informasi seluas-luasnya kepada anggotanya terkait dengan keputusan yang berkaitan dengan masa depan serta cenderung bersifat pencegahan.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Adapun kesimpulan dalam penelitian ini adalah seperti berikut ini : mengenai persepsi merokok responden baik sebelum konseling kelompok maupun setelah konseling kelompok pada siswa kelas X TSM 4 SMK Negeri Ngargoyoso Karanganyar Tahun Pelajaran 2018/2019, diperoleh nilai thitung sebesar 7,429. Nilai  $t_{hitung}$  tersebut kemudian dikonsultasikan dengan ttabel pada derajat kebebasan (d.b)

$= N - 1 (35-1) = 34$ , yang menunjukkan ttabel pada taraf signifikansi 5% = 2,030 dan taraf signifikansi 1% = 2,724. Diketahui, bahwa nilai thitung lebih besar daripada ttabel, atas dasar taraf signifikansi 5% maupun 1% atau ( $2,030 < 7,429 > 2,724$ ), maka hipotesis: “Ada pengaruh konseling kelompok terhadap persepsi merokok pada siswa kelas X SMK Negeri Ngargoyoso Karanganyar Tahun Pelajaran 2018/2019”, terbukti.

### **Saran**

Bagi Kepala Sekolah, hendaknya senantiasa menghimpau kepada semua guru untuk tidak merokok di lingkungan sekolah, dan menindak tegas terhadap warga sekolah yang ketahuan merokok di lingkungan sekolah.

Bagi Guru BK, sebaiknya senantiasa memberikan konseling kelompok terkait dengan dampak negatif dari perilaku merokok. Selain itu harus bertindak tegas

terhadap siswa yang merokok di lingkungan sekolah, agar perbuatan tersebut tidak diulangnya lagi.

Bagi Siswa, hendaknya untuk selalu mematuhi tata tertib sekolah, terutama dalam hal perilaku merokok, karena merokok pada dasarnya menyebabkan penyakit bagi diri sendiri maupun bagi orang lain di sekitarnya.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Alfi Satiti. 2011. *Strategi Rahasia Berhenti Merokok*. Yogyakarta: Datamedia.
- Dewa Ketut Sukardi. 2008. *Bimbingan dan Penyuluhan Belajar di Sekolah*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Sugiyono. 2006. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*, Bandung: Alfabeta.
- Winkel, W.S. dan M.M Sri Hastuti. 2006. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia.