

**PENGARUH KONSELING INDIVIDUAL DENGAN
PENDEKATAN *COGNITIVE BEHAVIOR* DALAM
MEREDUKSI PERILAKU MEROKOK SISWA
SMP NEGERI 6 MEDAN**

SKRIPSI

*Diajukan Guna Melengkapi Tugas-Tugas Dan Memenuhi Syarat
Guna Mencapai Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Program Studi Bimbingan Dan Konseling*

Oleh :

TAUFIK ABDULLAH SIREGAR
NPM : 1602080053



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
MEDAN
2023**



**MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. 061-6622400 Ext. 22, 23, 30
Website: <http://www.fkip.umma.ac.id> E-mail: fkip@umma.ac.id

BERITA ACARA

Ujian Mempertahankan Skripsi Sarjana Bagi Mahasiswa Program Strata 1
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara



Panitia Ujian Sarjana Strata-1 Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan dalam Sidangnya yang diselenggarakan pada hari Kamis, Tanggal 18 Mei 2023, pada pukul 08.30 WIB sampai dengan selesai. Setelah mendengar, memperhatikan dan memutuskan bahwa:

Nama Lengkap : Taufik Abdullah Siregar
N.P.M : 1602080053
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Pengaruh Konseling Individual dengan Pendekatan *Cognitive Behavior* dalam Mereduksi Siswa Merokok di SMP Negeri 6 Medan.


Dengan diterimanya skripsi ini, sudah lulus dari ujian Komprehensif, berhak memakai gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).

Ditetapkan : () Lulus Yudisium
() Lulus Bersyarat
() Memperbaiki Skripsi
() Tidak Lulus

Ketua

PANITIA PELAKSANA

Sekretaris


Dra. Hj. Svamsuyarnita, M.Pd.


Dr. Hj. Dewi Kesuma Asti, SS, M.Hum.

ANGGOTA PENGUJI:

1. Dra. Jamila, M.Pd.
2. M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd.
3. Gusman Lesmana, S.Pd., M.Pd.







MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
 Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
 Website: <http://www.umhmu.ac.id> E-mail: kip@umhmu.ac.id

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI



Skripsi ini diajukan oleh mahasiswa di bawah ini:

Nama Lengkap : Taufik Abdullah Siregar
 NPM : 1602080053
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling
 Judul Proposal : Pengaruh Konseling Individual dengan Pendekatan Cognitive Behavior dalam Mereduksi Perilaku Merokok Siswa SMP Negeri 6 Medan

sudah layak disidangkan.

Medan, November 2022

Disetujui oleh:

Pembimbing

Gusman Lesmana, S.Pd., M.Pd.

Diketahui oleh:

Dra. Hj. Samsuynita, M.Pd.

Ketua Program Studi

M. Fauzi Hasbiyan, S.Pd., M.Pd.



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. 061-6622400 Ext. 22, 23, 30
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id



BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Lengkap : Taufik Abdullah Siregar
N.P.M : 1602080053
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Pengaruh Konseling Individual dengan Pendekatan Cognitive Behavior dalam Mereduksi Perilaku Merokok Siswa SMP Negeri 6 Medan

Tanggal	Materi Bimbingan Skripsi	Paraf	Keterangan
10 Agustus 2022	REVISI PROPOSAL		
10 Agustus 2022	Bimbingan Larkuman		
15 Agustus 2022	Bimbingan Proses Penelitian		
21 Agustus 2022	Revisi Olah data		
10 Sept 2022	Revisi Bab IV		
15 Sept 2022	lanjutan Bab IV		
18 Sept 2022	Penulisan Skripsi		
21 Oktober 2022	Revisi Skripsi lengkap		
25 Nov 2022	Finalisasi Laporan		
10 Des 2022	Revisi Skripsi Full manajoh ACC		

Ketua Program Studi
Bimbingan dan Konseling

M. Fauzi Hasbiyan, S.Pd, M.Pd

Medan, November 2022
Dosen Pembimbing Skripsi

Gusman Lesmana, S.Pd, M.Pd.



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan
20238

Website: <http://www.fkip.umstu.ac.id> E-mail: fkip@umstu.ac.id

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI



Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Taufik Abdullah Siregar
NPM : 1602080053
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Pengaruh Konseling Individual dengan Pendekatan *Cognitive Behavior* dalam Mereduksi Perilaku Merokok Siswa SMP Negeri 6 Medan.

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul Pengaruh "Konseling Individual dengan Pendekatan *Cognitive Behavior* dalam Mereduksi Perilaku Merokok Siswa SMP Negeri 6 Medan." adalah bersifat asli (Original), bukan hasil menyadur mutlak dari karya orang lain.

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan ini maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Demikian pernyataan ini dengan sesungguhnya dan dengan yang sebenarnya.

Medan, Maret 2023

Hormat saya

Yang membuat pernyataan,

10000
METERAL
TEMPEL
TDOEAKX452815441

Taufik Abdullah Siregar

ABSTRAK

TAUFIK ABDULLAH SIREGAR NPM : 1602080053. Pengaruh Konseling Individual dengan Pendekatan *Cognitive Behavior* dalam Mereduksi Perilaku Merokok Siswa SMP Negeri 6 Medan. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Program Studi Bimbingan dan Konseling, UMSU. Skripsi. 2023.

Perilaku merokok pada remaja berkaitan dengan krisis aspek psikologis yang dialami pada masa perkembangannya yaitu masa mencari jati diri kepribadiannya, keinginan untuk merokok juga sering timbul karena situasi yang tidak nyaman seperti sepi, galau, dingin, bosan, marah dan stress. Tujuan peneliti adalah untuk mengetahui Pengaruh konseling individual dengan pendekatan *cognitive behavior* dalam mereduksi perilaku merokok Siswa SMP Negeri 6 Medan. Teknik pengambilan sampel dengan teknik *Purposive Sampling*. Untuk memperoleh data yang pasti dan relative cepat dalam menghimpun data atau informasi peneliti menggunakan instrumen berupa angket. Berdasarkan data diatas mengenai pengaruh konseling individual dengan pendekatan *cognitive behavior* dalam mereduksi perilaku merokok sebanyak 20 orang sebagai responden dengan jumlah item 50 setelah diuji validitas dan reabilitas maka item yang valid berjumlah 46 item. Sehingga Dari analisis data telah terbukti bahwa terdapat hubungan yang signifikan pada siswa SMP Negeri 6 Medan Hal ini ditunjukkan dengan korelasi yang diperoleh dari tampilan luaran SPSS model summary menunjukkan besarnya *product moment (pearson) correlation* sebesar 0,953 dengan nilai mean sebelum 147.3750 dan sesudah layanan sebesar 146.2500. Artinya ada signifikansi penurunan perilaku merokok siswa melalui penerapan konseling individual dengan pendekatan *cognitive behavior*.

Kata Kunci: Konseling Individual, Pendekatan *Cognitive Behavior*, Merokok.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayahnya sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “**Pengaruh Konseling Individual dengan Pendekatan *Cognitive Behavior* dalam Mereduksi Perilaku Merokok Siswa SMP Negeri 6 Medan**”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk mendapat gelar S.Pd pada program strata-1 di jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak terutama kepada orang tua penulis ibu **Harnida Rosillah Dewi** dan ayah alm **Mahlul Wardi Siregar** penulis ucapkan beribu terima kasih sudah menjadi orang tua terhebat ,nasihat , yang selalu sabar dalam menghadapi tingkah penulis , tak henti henti nya memberikan nasehat walaupun terkadang menurunkan mental di balik semua itu penulis menjadikan kata org tua itu sebagai motivasi agar lebih semangat menyelesaikan kuliah , penulis berterima kasih kepada org tua yang sudah memberikan cinta dan kasih sayang penuh serta doa yang tentu penulis balas .untuk kakak kandung penulis **Sakinah siregar** dan **Maryam Jamillah Siregar** yang turut mengingatkan akan skripsi ini sampai- sampai sempat risih mendengar kata- kata yg itu- itu saja yang diucapkan. Untuk adik laki-laki **Habib Akbar Siregar** cepat nyusul ya . pada kesempatan ini penulis juga ingin berterima kasih kepada :

1. Bapak **Prof. Dr. Agussani, M.AP.** sebagai Rektor Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
2. Ibu **Dra. Syamsuyurnita., M.Pd.** Dekan Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
3. Bapak **M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd.** Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
4. Ibu **Sri Ngayomi Yudha Wastuti S.Psi., M.Psi** selaku sekretaris prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
5. Bapak **Gusman Lesmana, S.Pd., M.Pd** selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan arahan dan bimbingan serta saran yang sangat berarti bagi penulis hingga selesai skripsi ini.
6. Segenap dosen Jurusan Bimbingan Dan Konseling yang telah memberikan ilmunya kepada penulis.
7. Bapak **Ariffuddin, S.Pd.** selaku kepala sekolah di SMP 6 yang telah mengizinkan penulis melakukan penelitian di sekolah tersebut .
8. Guru guru SMP 6 yang sudah memberikan semangat kepada penulis agar dapat menyelesaikan skripsi ini
9. Segenap keluarga besar **Banu Abdullah siregar** yang turut memberikan motivasi dan saran kepada penulis sehingga menyelesaikan skripsi ini .

10. Teman **Guntur anugrah sembiring** sekaligus teman seperdopingan yang selalu memberikan semangat dan dukungan kepada penulis.

11. Teman-teman seperjuangan **bk a pagi 2016**

Penulis menyadari skripsi ini tidak luput dari berbagai kekurangan. Penulis mengharapkan saran dan kritikan yang membangun demi kesempurnaan skripsi ini. Sehingga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi kita semua khususnya untuk jurusan bimbingan dan konseling aminn.

Medan, April 2023

TAUFIK ABDULLAH SIREGAR

1602080053

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah	7
1.3 Batasan Masalah.....	7
1.4 Rumusan Masalah	7
1.5 Tujuan Penelitian	8
1.6 Manfaat Penelitian	8
BAB II LANDASAN TEORITIS	11
2.1 Kerangka Teoritis	11
2.1.1 Perilaku Merokok.....	11
a. Pengertian Perilaku Merokok	11
b. Jenis Perilaku Merokok	12
c. Faktor-faktor Umum dalam Perilaku Merokok	13
e. Faktor-Faktor Operasional Perilaku Merokok Pada Remaja...	14
f. Dimensi Waktu Merokok	16
g. Tahap-Tahap Remaja Sehingga menjadi Perokok Aktif	19

h. Aspek Perilaku Merokok.....	20
2.1.2 Layanan Konseling Individual.....	21
a. Pengertian Layanan Konseling Individual.....	21
b. Tahap Tahapan Layanan Konseling Individual	22
c. Fungsi Layanan Konseling Individual	23
d. Asas Layanan Konseling Individual	24
e. Pengertian Cognitive Behaviour	27
F. Prinsip Dasar <i>Cognitive Behaviour</i>	28
G. Tujuan <i>Cognitive Behaviour</i>	28
H. Penerapan <i>Cognitive Behaviour</i>	30
2.2 Penelitian Relevan.....	31
2.3 Kerangka Konseptual	33
2.4 Hipotesis	36
BAB III METODE PENELITIAN	37
3.1 Lokasi dan Waktu Penelitian	37
3.2 Jenis Penelitian.....	38
3.3 Subjek Penelitian.....	38
3.4 Definisi Operasional Variabel.....	39
3.5 Desain Penelitian.....	43
3.6 Teknik Pengumpulan Data.....	44
3.7 Uji Coba Instrumen	46
3.8 Teknik Analisis Data	47

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	49
4.1 Gambaran Umum Sekolah.....	48
4.2 Deskripsi Data Hasil Penelitian.....	51
4.3 Uji Hipotesis.....	57
4.4 Pembahasan Hasil Penelitian.....	59
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	64
5.1 Kesimpulan	64
5.2 Saran	65
DAFTAR PUSTAKA.....	67
LAMPIRAN	68

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Pemberian Skor Angket Berdasarkan Skala Likert	43
Tabel 3.2. Kisi-kisi Instrumen Penelitian Sebelum Uji coba.....	44
Tabel 4.1. Ringkasan Perhitungan Angket Perilaku Merokok Siswa	52
Tabel 4.2. Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Perilaku Merokok Siswa	53
Tabel 4.3. Data Kelompok Perilaku Merokok Siswa	55
Tabel 4.4. Data Post-test Angket Perilaku Merokok Siswa.....	56
Tabel 4.5. Product Moment Corellation	57

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka Konseptual.....	35
--------------------------------------	----

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan hak dan kewajiban bagi setiap manusia. Pendidikan sangat berperan penting dalam memberi pengetahuan dan pengalaman belajar sehingga dapat meningkatkan pola pikir dan atau merubah pandangan kearah yang lebih baik, serta memperluas wawasan seseorang. Hal ini diperjelas dalam UUD Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional, BAB IV, Bagian Kesatu, Pasal 5 : (a) Setiap warga negara mempunyai hak yang sama untuk memperoleh pendidikan yang bermutu., (b) Warga negara yang memiliki kelainan fisik, emosional, mental, intelektual, dan/atau sosial berhak memperoleh pendidikan khusus., (c) Warga negara di daerah terpencil atau terbelakang serta masyarakat adat yang terpencil berhak memperoleh pendidikan layanan khusus., (d) Warga negara yang memiliki potensi kecerdasan dan bakat istimewa berhak memperoleh pendidikan khusus., (e) Setiap warga negara berhak mendapat kesempatan meningkatkan pendidikan sepanjang hayat.

Menghadapi era globalisasi sekarang ini, diperlukan peningkatan kualitas sumber daya manusia. Peningkatan kualitas SDM ini terlebih dahulu dapat dilakukan dengan peningkatan mutu pendidikan nasional pada umumnya dan peningkatan prestasi akademik siswa pada khususnya. Prestasi belajar menurut Bloom (dalam Azwar, 2002) adalah mengungkap keberhasilan seseorang dalam belajar, selanjutnya Azwar (2002) menambahkan bahwa prestasi belajar

atau keberhasilan belajar dapat dioperasikan ke dalam bentuk atau indikator-indikator seperti nilai raport, indeks prestasi studi, angka kelulusan, predikat keberhasilan dan indikator lain yang mampu menggambarkan kemampuan individu.

Banyak fenomena yang terjadi dimasyarakat kita yang tidak dapat kita pungkiri bahwa perilaku merokok sudah dimulai dari usia anak-anak hingga remaja. Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2007 adapun usia pertama kali merokok pada usia 10-14 tahun yaitu sebesar 9,3% dan usia merokok ini meningkat pada usia diatas 15 tahun yaitu 40%, sedangkan pada data Riskesdas 2010 terjadi peningkatan kembali merokok pada usia diatas 15 tahun yaitu 43,3% dengan prevalensi perilaku merokok di Indonesia sebesar 34,7%. Pada tahun 2013, prevalensi perilaku merokok usia diatas 15 tahun mengalami peningkatan dari 34,7% menjadi 36,3% (Riskesdas, 2013). Di Indonesia sekitar 60% pria diatas 15 tahun adalah perokok aktif (Kemenkes, 2011). Menurut hasil *Global Adult Tobacco Survey (GATS)* 2011, prevalensi perokok indonesia peringkatnya naik menjadi nomor dua terbesar di dunia. Menurut data Riskesdas tahun 2010, prevalensi perokok usia diatas 15 tahun di Riau yaitu 36,3%. Pada tahun 2013 di Provinsi Riau sebesar 24,2% diatas umur 10 tahun sudah menjadi perokok setiap hari.

Ada banyak alasan yang melatar belakangi perilaku merokok pada remaja. Perilaku merokok selain disebabkan faktor-faktor dari dalam diri, juga disebabkan dari faktor lingkungan (Komalasari & Helmi, 2002). Perilaku merokok diawali oleh rasa ingin tahu dan pengaruh teman sebaya. Mulai

merokok terjadi akibat pengaruh lingkungan sosial dan meniru perilaku orang lain yang merupakan salah satu determinan dalam memulai perilaku merokok.

Perilaku merokok menjadi gaya hidup dan citra diri seseorang yang tidak sehat. Rokok dapat membuat orang yang menghisapnya merasa tenang dan percaya diri (Mangoenprasodjo, 2005). Monique (2004) menyatakan bahwa banyak alasan orang merokok, yaitu karena gengsi, gaya hidup, coba-coba, atau hanya ingin terlihat gagah/percaya diri. Efek yang dirasakan kebanyakan para perokok itu adalah efek sugesti yang bersifat psikologis. Efek secara psikologis memang dapat langsung dirasakan. Perasaan terlihat lebih gagah, lebih percaya diri, lebih tenang, dan efek-efek menyenangkan lainnya.

Jika remaja terus menerus menghisap rokok, maka akan terjadi penumpukan nikotin di otak. Prasadja (2012) mengatakan penumpukan nikotin tersebut dapat mengakibatkan kerugian bagi kesehatan, mulai dari penurunan motivasi, penurunan kemampuan konsentrasi dan daya ingat. Penelitian yang dilakukan oleh Ayuningtyas (2011), ada pengaruh perilaku merokok terhadap memori jangka panjang pada perokok yaitu ingatan perokok ketika di tes sambil merokok lebih rendah dibandingkan dengan ingatan tanpa merokok.

Menurut Haustein dan Groneberg (2010) merokok tidak hanya berpengaruh pada kesehatan fisik semata. Kebiasaan menghisap tembakau bertahun-tahun berpengaruh pula terhadap kesehatan fungsi otak dan psikis. Salah satu kandungan rokok yaitu nikotin, memiliki efek pada otak antara lain menyebabkan ketergantungan dan toksisitas pada fungsi kognitif yang memunculkan gejala kesulitan konsentrasi. Efek ketergantungan nikotin inilah

yang mengakibatkan paparan terus menerus rokok pada perokok nantinya akan mengakibatkan penurunan fungsi kognitif bagi usia pelajar. Penurunan fungsi kognitif akan berdampak pada proses pembelajaran dan perolehan nilai akhir (Haustein & Groneberg, 2010).

Selain efek tersebut ada efek lain yang secara perlahan lahan menyusup di dalam tubuh, yaitu berbagai penyakit yang di timbulkan oleh karena efek merokok. Perilaku merokok merupakan perilaku merugikan, tidak hanya bagi individu yang merokok tetapi juga bagi orang orang sekitar perokok yang ikut terhirup asap rokok. Kerugian yang di timbulkan bisa dari sisi kesehatan dan ekonomi. Dari sisi kesehatan, pengaruh bahan-bahan kimia yang dikandung rokok seperti nikotin, karbon monoksida, dan tar akan memacu kerja dari susunan sistem saraf pusat dan susunan saraf simpatis sehingga mengakibatkan tekanan darah meningkat dan detak jantung bertambah cepat (Sitkes, 2014).

Penelitian melakukan pendekatan pada Feroysi Nada Adhima El Hasna, Kusyogo Cahyo, Laksmono Widagdo dalam Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Penggunaan Rokok Elektrik Pada Perokok Pemula di SMA Kota Bekasi, *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)* Volume 5, Nomor 3, Juli 2017 (ISSN: 2356-3346) : Komnas Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) Kota Jakarta menyebut jumlah perokok pemula meningkat hingga 45%. KPAI juga berpendapat dengan keterjangauan membeli rokok dengan cukai yang murah menjadikan salah satu penyebab banyak perokok pemula di usia dini yang hampir 80%-nya mulai merokok ketika usianya belum mencapai 19 tahun. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2013 menyatakan bahwa

perilaku merokok penduduk Indonesia di usia 15 tahun keatas masih belum terjadi penurunan, berdasarkan survey yang dilakukan pada tahun 2007 sebesar 34,2% meningkat menjadi 36,3% pada tahun 2013. Ada pun pengaruh rokok terhadap manusia ialah akibat buruk kebiasaan merokok bagi kesehatan telah banyak di bahas. Penelitian yang dilakukan king's college London 2007, menyimpulkan bahwa zat racun yang terkandung dalam rokok dapat merusak memori, menurunkan kemampuan belajar dan melemahkan daya nalar. Pengaruh rokok terhadap otak cukup serius dalam jangka menengah dan panjang, bisa di artikan bahwa perokok memiliki resiko untuk semakin bodoh (Ridwan, 2013). Pengaruh perilaku merokok terhadap prestasi belajar dikalangan pelajar dijelaskan oleh Widodo (2010) bahwa seorang individu yang merokok cenderung memiliki prestasi belajar yang rendah di bandingkan individu yang tidak merokok, dengan aksi merokok sebagai kompensasi dan karena mengenyampingkan tugas tentu sangat berpengaruh terhadap prestasi belajarnya.

Remaja yang tergolong perokok aktif memiliki dorongan untuk pada situasi tertentu yang terkadang sulit untuk dikendalikan. Sitepoe (2000) menjelaskan bahwa remaja yang mengalami kecanduan merokok cenderung tidak kesulitan menahan keinginannya untuk tidak merokok, serta cenderung sensitif terhadap efek dari nikotin. Hal tersebut tentunya sanagta beresiko bagi remaja perokok dalam mengikuti proses belajar disekolah. Kecenderungan siswa untuk merokok ketika jam pelajaran sering membuat remaja tersebut tidak mampu untuk tetap fokus pada penjelasan guru karena ingin segera

melakukan perilaku merokoknya tersebut. Banyak perilaku yang sering terlihat di lingkungan akademik terkait perilaku merokok siswa, beberapa siswa yang tidak mampu menahan dorongan untuk merokok seringkali meminta ijin keluar kelas dengan alasan ke toilet namun kemudian merokok disana, tidak jarang pula siswa dengan sengaja melakukan pembolosan untuk melakukan perilaku tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku merokok tidak hanya mempengaruhi kondisi fisik individu dalam proses belajar akan tetapi perilaku merokok juga dapat mempengaruhi minat belajar dan prestasi belajar individu.

Ada pun dampak Penyakit yang berhubungan dengan merokok adalah penyakit yang diakibatkan langsung oleh merokok atau di perburuk keadaannya dengan merokok. Penyakit yang menyebabkan kematian para perokok antara lain: penyakit jantung *coroner*, *thrombosis coroner*, *kanker* dan *bronchitis* atau *radang tenggorokan*. Perhatian terhadap perilaku merokok siswa dari guru BK dalam menangani siswa merokok. Maka peneliti merasa penting untuk melakukan penelitian tentang mereduksi perilaku merokok siswa yang berjudul Pengaruh Konseling Individual dengan Pendekatan *Cognitive Behaviour* dalam Mereduksi Siswa Merokok di SMP Negeri 6 Medan.

Pada fokus pembahasan dalam penelitian ini mengenai penggunaan rokok. Rokok merupakan benda yang dikonsumsi serta menimbulkan rasa candu pada penggunanya. Persebaran usia penggunaan rokok dari mulai rentang usia 12 tahun ke atas. Peneliti juga mendapat data mengenai penggunaan rokok pada usia sekolah dasar. Berdasarkan penjelasan tersebut, pandangan peneliti dalam penelitian ini akan membahas tentang upaya-upaya

dalam mereduksi (mengurangi) penggunaan rokok dalam kehidupan masyarakat, sehingga penggunaan rokok ini dapat dihindari dari mulai usia muda dengan cara mengedukasi siswa terhadap dampak bahaya penggunaan rokok di instansi pendidikan SMP Negeri 6 Medan.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah peneliti mereduksi siswa perokok di SMP NEGERI 6 MEDAN dengan metode konseling individu dalam pendekatan *cognitive behavior therapy*.

1.3. Batasan Masalah

Perilaku merokok yang terjadi di kalangan siswa memberikan dampak *negative* bukan hanya dari kesehatan tetapi juga dalam kehidupan sosialnya. Ini diperjelas dari kasus-kasus remaja sebagai perokok yang berada di tengah masyarakat.

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah diuraikan di atas, maka fokus penelitian ini adalah pengaruh konseling dengan pendekatan *cognitive behaviour* dalam mereduksi perilaku merokok siswa SMP N 6 Medan.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang permasalahan dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

- a. Bagaimana penerapan pelayanan konseling individual dengan pendekatan layanan individual *cognitive behavior*
- b. Bagaimana tingkat perilaku merokok di kalangan siswa yang berdampak merokok
- c. Apakah ada pengaruh yang signifikan penerapan layanan individual bagi siswa

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah ditentukan, maka tujuan penelitian sebagai berikut:

1. Mendeskripsikan penerapan konseling *cognitive behavior* pada siswa SMP Negeri 6 Medan
2. Mendeskripsikan perilaku merokok pada siswa SMP Negeri 6 Medan
3. Mendeskripsikan pengaruh penerapan layanan konseling individual dengan *cognitive behavior* terhadap perilaku merokok siswa SMP Negeri 6 Medan.

1.6 Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memperoleh manfaat sebagai berikut:

Manfaat Teoritis

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan tambahan dan referensi dalam mengembangkan ilmu pendidikan, khususnya ilmu bimbingan dan konseling tentang bagaimana mereduksi siswa merokok.

2. Bagi Siswa

- a. Siswa mendapat bimbingan dan mengetahui permasalahan yang dialaminya serta penyelesaiannya.
- b. Siswa mendapat bimbingan dalam merubah prilakunya agar lebih baik dari sebelumnya.
- c. Siswa diberikan pemahaman tentang dampak bahaya merokok

3. Bagi Guru BK

- a. Guru bimbingan dan konseling dapat mengetahui permasalahan yang dihadapi siswa dalam mereduksi siswa merokok.
- b. Guru bimbingan dan konseling dapat mengarahkan siswa agar siswa lebih mampu dalam mereduksi siswa merokok.
- c. Guru bk dapat menangani upaya siswa dalam mereduksi siswa merokok.

4. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini dapat dijadikan pedoman pelaksanaan bimbingan dan konseling oleh guru BK dalam menjelaskan konseling behavioristik mereduksi siswa merokok, selain itu merokok berbahaya bagi org sekitarnya.

5. Bagi Peneliti

Sebagai bahan masukan dan pengetahuan dalam menambah wawasan mengenai pengaruh konseling dengan pendekatan konseling *cognitive behaviour* dalam mereduksi perilaku merokok siswa.

Peneliti ini diharapkan mampu di gunakan sebagai sumber data acuan bagi peneliti selanjutnya dalam melaksanakan penelitian perilaku merokok dalam mereduksi siswa merokok.

6. Bagi Program Studi

Memberikan data kepada Program Studi dalam rangka meningkatkan kualitas pendidikan bimbingan konseling.

BAB II

LANDASAN TEORITIS

2.1. Kerangka Teoritis

2.1.1. Perilaku Merokok

A. Pengertian Perilaku Merokok

Rokok adalah gulungan tembakau (kira – kira sebesar jari kelingking) yang dibungkus daun nipah atau kertas (KBBI, 2020). Menurut PP. RI. No. 109 (2012), rokok adalah produk tembakau yang penggunaannya dengan cara dibakar dan dihisap asapnya atau dihirup asapnya yang dihasilkan dari tanaman *nicotiana tabacum*, *nicotinia rustica*, dan spesies lainnya atau sintesisnya yang asapnya mengandung nikotin dan tar dengan atau tanpa bahan tambahan.

Dalam Teori Perilaku dan Budaya Organisasi, disebutkan beberapa pengertian perilaku menurut para ahli diantaranya dalam buku Wardiah (2016): Menurut Leonard F. Polhaupessy perilaku adalah sebuah gerakan yang dapat diamati dari luar, seperti orang berjalan, naik sepeda, motor atau mobil mengendarai; Menurut Soekidjo, yang bersangkutan aktivitas organisme (mahluk hidup) atau kegiatan adalah perilaku; Departemen Pendidikan Nasional (Depdiknas) berpendapat bahwa perilaku juga merupakan tanggapan atau reaksi terhadap rangsangan atau lingkungan juga merupakan tanggapan atau reaksi;

Skinner menyatakan bahwa perilaku adalah respon atau reaksi seseorang terhadap stimulation respon atau reaksi seseorang (rangsangan dari luar)

Menurut Levy (1984) perilaku merokok adalah suatu aktifitas yang dilakukan seseorang berupa mambakar dan menghisap rokok ke dalam tubuh serta dapat menimbulkan asap yang dapat terhisap oleh orang-orang disekitarnya.

B. Jenis Perilaku Merokok

1. Perokok aktif

Perokok aktif adalah orang yang menghisap memiliki perilaku merokok. Menurut (Husin dalam Rowella, 2009) ada 4 (empat) tipe perilaku perokok berdasarkan kondisi psikologis sebagai berikut:

- a. *Positive Smokers*
- b. *Negative Effect Smokers*
- c. *Addictive Smokers*
- d. *Pure Habits Smokers*

2. Perokok Pasif

Perokok pasif adalah orang yang terpapar dampak dari perokok aktif. Pada kasus yang lazim perokok aktif biasanya berada saling berdekatan dengan perokok aktif sehingga jangkauan asap dengan mudah terhirup oleh perokok pasif.

C. Faktor-faktor Umum dalam Perilaku Merokok

Menurut Joemana (2004) beberapa motivasi yang melatar belakangi merokok adalah untuk mendapat pengakuan (*anticipatory beliefs*) untuk menghilangkan kekecewaan (*relieving beliefs*) dan menganggap perbuatannya tersebut tidak melanggar norma (*permission beliefs/positive*). Adapun faktor-faktor perilaku merokok pada remaja (Mu'tadin 2002) sebagai berikut:

a. Faktor Kepribadian

Brigham (1991) (dalam Helmi & Komasari, 2000). faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok pada remaja yaitu sebagai simbol dari kematangan, kekuatan, kepemimpinan, dan daya tarik terhadap lawan jenis.

b. Faktor Ruang Lingkup Keluarga

Sesuai pendapat Grinder (dalam Aritonang, 1997., dalam Tony Wijaya, dkk., 2017) para remaja seringkali tertarik untuk turut serta berbagi kenikmatan, karena melihat perilaku merokok pada orang tua, saudara yang lebih tua, teman-teman dan *public figure*.

c. Faktor Ruang Lingkup Sosial

Menurut Erickson (Komasari & Helmi, 2000), remaja mulai merokok berkaitan dengan adanya krisis aspek psikososial yang dialami pada masa perkembangannya yaitu masa ketika mereka sedang mencari jati dirinya.

D. Faktor-Faktor Operasional Perilaku Merokok Pada Remaja

Berdasarkan penjelasan tersebut peneliti menambahkan faktor operasional menurut Komasari & Helmi (2000) sebagai berikut:

- a. Sikap permisif orang tua terhadap perilaku merokok. Perilaku merokok pada remaja mendapat bagaimana penerimaan dari orang tua.
- b. Lingkungan teman sebaya. Perilaku merokok mendapat penerimaan positif dari ruang lingkup sosialnya.
- c. Terdapat adanya kepuasan psikologis. Perilaku merokok merupakan suatu kepuasan sehingga menimbulkan keyakinan dan perasaan senang bagi remaja.

Menurut Wijayanti (2017) faktor - faktor yang berhubungan dengan perilaku merokok adalah usia, pengalaman, pengetahuan, jenis kelamin dan sikap.

a. Usia

Pada usia 15 tahun, interaksi remaja dan teman – teman meningkat lebih besar dibandingkan dengan interaksi remaja dengan orangtuanya. Hasil penelitian Liem (2014) didapatkan teman memiliki pengaruh kuat terhadap perilaku merokok remaja.

b. Pengalaman

Pengalaman juga berhubungan dengan perilaku merokok. Sikap dan perilaku seseorang dipengaruhi oleh pengalaman. Pengalaman mual, mulut pahit, pusing akan menghambat remaja

dalam merokok. Sedangkan pengalaman merasa hangat, puas, tenang, nikmat, dan percaya diri akan mempermudah remaja merokok. Pengalaman lain didapat dari teman sebaya. Pengalaman remaja yang dipaksa merokok atau dijauhi teman jika tidak merokok dapat menyebabkan pengalaman buruk yang bisa ke perilaku merokok. Remaja akan bisa diterima oleh teman sebayanya sehingga akan mengikuti ajakan untuk merokok. Diterima oleh kelompok ialah kebutuhan yang sangat penting.

c. Hasil

Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa pengetahuan itu berhubungan dengan perilaku merokok. Salah satu pendorong perilaku merokok adalah pengetahuan. Seorang remaja yang telah memahami mengenai merokok dan bahayanya akan berkeyakinan kuat untuk menghindari rokok. Penelitian Alamsyah juga dinyatakan bahwa pengetahuan tentang bahaya merokok berhubungan yang bermakna dengan kebiasaan merokok. Penelitian lain menyatakan bahwa pengetahuan tentang bahaya merokok dengan perilaku merokok berhubungan bermakna.

d. Jenis Kelamin

Lebih banyak remaja pria yang merokok daripada remaja wanita. Remaja pria lebih berani mengambil risiko dibandingkan wanita, salah satu contohnya adalah perilaku berisiko merokok.

e. Jenis Kelamin

Sikap berhubungan negatif dengan perilaku merokok, orang yang bersikap baik mengenai bahaya merokok akan mengurangi risiko berperilaku merokok.

E. Dimensi Waktu Merokok

Menurut Haynes dan O'Brien (2000: 152) menyebutkan bahwa dimensi perilaku ada 6 yaitu *frequency* (frekuensi), *duration* (durasi), *magnitude* (besarnya), *cyclicity*, *variability* (variabilitas), dan *rate* (menilai). Menurut Kahng, dkk., (dalam Fisher, 2011: 120-121) menyatakan bahwa dimensi perilaku merokok meliputi :

- a. Frekuensi. Frekuensi mengacu berapa kali (banyaknya) perilaku terjadi.
- b. Durasi (*duration*). Durasi melibatkan jumlah waktu bahwa respon target dilakukan.
- c. Latensi (*latency*). Latensi memiliki sifat tersembunyi atau tidak diketahui oleh orang yang bertindak. Latensi terdiri dari stimulus dan respon dari ketertarikan
- d. Intensitas (*Intensity*). Intensitas melibatkan besar, kekuatan, amplitudo, atau upaya tanggapan.

Adapun pendapat yang dikemukakan oleh Martin dan Pear (2015: 5) menyebutkan bahwa terdapat 3 (tiga) dimensi perilaku merokok antara lain:

- a. Durasi. Durasi adalah sebuah perilaku merujuk panjangnya waktu yang dibutuhkan perilaku melakukan aksinya.
- b. Frekuensi. Frekuensi adalah sebuah perilaku merujuk pada jumlah tindakan yang muncul di periode waktu tertentu.
- c. Intensitas. Intensitas atau kekuatan adalah sebuah perilaku merujuk pada upaya fisik atau energi yang dilibatkan untuk melakukan perilaku.

Sedangkan menurut Tomkins (dalam Dariyo, 2008: 38-39) menyatakan bahwa alasan individu melakukan perilaku merokok antara lain:

- a. Pengaruh oleh Perasaan Positif Individu

Disebabkan oleh perasaan akan mendapatkan manfaat positif dari merokok. Misalnya menjadi tenang, senang dan nyaman.

- b. Pengaruh oleh Perasaan Negatif Individu

Disebabkan oleh perasaan akan rokok dapat meredakan emosi-emosi negatif yang dihadapinya. Misalnya ketika seseorang cemas menunggu proses kelahiran anaknya, seseorang tersebut merokok sehingga membuat kondisinya fisiknya menjadi santai, rileks dan tenang (tidak cemas lagi).

c. Habitual (ketergantungan fisiologis)

Kondisi dimana individu merokok menjadi sebuah kebiasaan (*Habit*). Secara fisik individu merasa ketagihan dan tidak dapat menghindar atau menolak permintaan yang berasal dari dalam tubuhnya.

d. Ketergantungan psikologis

Kondisi ketika individu merasakan, memikirkan dan memutuskan untuk merokok terus-menerus. Dalam keadaan dimana saja dan seperti apa, individu tersebut selalu merokok.

Menurut Aula (2010: 54) menyebutkan bahwa ada 3 indikator yang muncul bagi perokok, sebagai berikut;

a. Aktivitas Fisik

Perilaku yang ditunjukkan seseorang saat merokok. Perilaku ini seperti memegang rokok, menghisap rokok dan menghembuskan asap rokok.

b. Aktivitas Psikologis

Aktivitas yang muncul bersamaan dengan aktivitas fisik. Aktivitas tersebut berupa asosiasi seseorang terhadap rokok yang diisap, seperti anggapan mampu meningkatkan konsentrasi, memperlancar kemampuan pemecahan masalah, penghalau kesepian dan meningkatkan kepercayaan diri.

c. Intensitas Merokok Cukup Tinggi

Hal ini menunjukkan seberapa sering atau seberapa banyak seseorang menghisap rokok setiap harinya.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa dimensi dari perilaku merokok adalah durasi merokok, frekuensi merokok, intensitas merokok.

F. Tahap-Tahap Remaja Sehingga menjadi Perokok Aktif

Menurut Laventhal & Clearly (dalam Helmi & Komasari, 2000) terdapat 4 tahap perilaku sehingga menjadi perokok aktif sebagai berikut:

- a. Tahap *Preparatory*. Seseorang atau remaja mendapat gambaran perilaku merokok.
- b. Tahap *Initiation*. Seseorang atau remaja menentukan untuk menuruskan inisiasi perilaku merokok atau tidak.
- c. Tahap *Becoming A Smoker*. Seseorang atau remaja sudah menerapkan perilaku merokok.
- d. Tahap *Maintanance of Smoking*. Seseorang atau remaja sudah merasakan candu terhadap rokok.

Berdasarkan pada pandangan peneliti terhadap mereduksi perilaku merokok siswa SMP Negeri 6 Medan, diketahui ada beberapa zat berbahaya yang terkandung pada rokok, menurut E. Fatmawati (2018) zat tersebut dapat menyebabkan berbagai penyakit dan gangguan kesehatan yang umumnya di alami para perokok aktif, antara lain: Infeksi saluran pernafasan, *Emphysema*, Hipertensi, *Bronchitis*, Penyakit jantung *coroner*.

Peneliti menambahkan pada studi kasus yang relevan pada Tirto Sastro & Murdiyati (2010) merokok tanpa nikotin, meskipun belum dibuktikan, nampaknya tidak akan terjadi. Apabila tujuannya adalah menekan bahan berbahaya bagi kesehatan, menghilangkan nikotin belum menyelesaikan masalah secara keseluruhan. Tar, gas CO (*carbon monoxide*), TSNA (*tobacco specific nitrosamine*), B-a-P (*benzo-a-pyrene*), residu pestisida, dan lain-lain yang terkandung dalam asap rokok tidak kalah berbahayanya dibanding nikotin.

G. Aspek Perilaku Merokok

Menurut Aritonang (1997) aspek-aspek perilaku merokok, yaitu:

- a. Fungsi merokok individu menjadikan merokok sebagai penghibur bagi berbagai keperluan, menunjukkan bahwa memiliki fungsi yang begitu penting bagi kehidupannya. Dalam kehidupan sehari-hari fungsi merokok ditunjukkan dengan perasaan yang dialami si perokok, seperti perasaan yang positif maupun perasaan negatif. Bagi perokok, dengan merokok membantu untuk mencari inspirasi/ ide, menghilangkan rasa kantuk, mengakrabkan suasana.
- b. Intensitas merokok Intensitas perilaku merokok adalah keadaan, tingkatan atau banyak sedikitnya aktivitas seseorang dalam membakar tembakau dan menghisapnya dalam kurun waktu tertentu. Klasifikasi perokok berdasarkan banyaknya rokok yang dihisap yaitu:
 - 1) Perokok berat yang menghisap lebih dari 15 batang rokok dalam sehari.

- 2) Perokok sedang yang menghisap 5-14 batang rokok dalam sehari.
- 3) Perokok ringan yang menghisap 1-4 batang rokok dalam sehari.
- 4) Tempat merokok Tipe perokok berdasarkan tempatnya yaitu merokok di tempat-tempat umum/ruang publik antara lain: a) Kelompok homogeny (sama-sama perokok), secara bergerombol perokok menikmati kebiasaannya. Umumnya perokok masih menghargai orang lain, karena itu perokok menempatkan diri di smoking area, b) Kelompok yang heterogeny (merokok di tengah orang-orang lain yang tidak merokok, anak kecil, orang jompo, orang sakit dan lain lain).
- 5) Merokok di tempat-tempat yang bersifat pribadi antara lain; a) di kantor atau di kamar tidur pribadi Perokok memilih tempat-tempat seperti ini yang sebagai tempat merokok digolongkan kepada individu yang kurang menjaga kebersihan diri, penuh rasa gelisah yang mencekam, b) di toilet umum atau pribadi; perokok jenis ini dapat digolongkan sebagai orang yang suka berfantasi.

2.1.2. Layanan Konseling Individual

A. Pengertian Layanan Konseling Individual

Dewa Ketut Sukardi (2010) menyatakan bahwa layanan konseling individual merupakan layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan siswa yang mendapatkan layanan langsung secara tatap muka dengan guru pembimbing/konselor dalam rangka pembahasan dan

pengentasan permasalahannya. Menurut Sofyan S. Willis konseling individual adalah bantuan yang diberikan oleh konselor kepada seorang siswa dengan tujuan berkembangnya potensi siswa, mampu mengatasi masalah sendiri, dan dapat menyesuaikan diri secara positif.

Layanan konseling individual merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang pembimbing (konselor) terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah.

B. Tahap Tahapan Layanan Konseling Individual

Secara umum, proses konseling terdiri dari tiga tahapan yaitu:

a. Tahap awal

1. Membangun hubungan konseling yang melibatkan klien (rapport) kunci keberhasilan membangun hubungan terletak pada terpenuhinya asas-asas bimbingan dan konseling terutama asas kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan, dan kegiatan.
2. Membuat penaksiran dan perjajagan konselor berusaha menjajagi atau menaksirkan dan merancang bantuan yang mungkin dilakukan, yaitu membangkitkan dengan potensi klien dan menentukan berbagai alternative yang sesuai untuk mengantisipasi masalah yang di hadapi klien.
3. Memperjelas dan mendenifisikan masalah

b. Tahap inti (tahap kerja)

1. Menjelajahi atau mengeksplorasi masalah klien lebih dalam.
2. Konselor melakukan *reassessment* (penilaian kembali)

3. Menjaga agar hubungan konseling tetap terjaga
- c. Akhir (tahap tindakan)
1. Konselor bersama klien membuat kesimpulan mengenai hasil proses konseling.
 2. Menyusun rencana tindakan yang akan dilakukan berdasarkan kesepakatan yang telah terbangun dari proses konseling sebelumnya .
 3. Mengevaluasi jalannya proses dan hasil konseling (penilaian segera)
 4. Membuat perjanjian untuk pertemuan berikutnya

C. Fungsi Layanan Konseling Individual

Menurut Hartono dan Soedarmadji (2014) kegiatan individu perorangan memiliki beberapa fungsi, yaitu sebagai berikut:

a. Fungsi pemahaman

Fungsi pemahaman yaitu fungsi layanan konseling individu yang mengarahkan kepada pemahaman klien baik mengenal dirinya maupun lingkungan nya. Pemahaman dri yang dimaksud meliputi kepribadian , bakat, minat dan lain sebagainya. Pemahaman tentang lingkungan mencakup hubungan social dan pemahaman mengenai informasi yang lain di butuhkan mencakup informasi pendidikan, karirdan lainnya.

b. Fungsi pencegahan

Fungsi pencegahan atau *preventive function* yaitu fungsi dari layanan dari konseling individu yang membantu agar klien terhindar dari berbagai permasalahan yang mungkin timbul, yang dapat mengganggu, menghambat, dan menimbulkan kesulitan bagi konseli.

c. Fungsi pengetasan

Fungsi pengetasan atau *curative function* adalah fungsi konseling individual yang membantu klien dalam upaya memecahkan permasalahannya yang di hadapinya.

d. Fungsi pemeliharaan

Fungsi pemeliharaan adalah fungsi dalam konseling individual yang membantu klien agar memiliki kemampuan untuk memelihara dan mengembangkan berbagai potensi yang di miliki.

e. Fungsi advokasi

Fungsi advokasi adalah fungsi konseling individual yang menghasilkan kondisi pembelaan terhadap individu atas pengingkaran hak hak yang dialami klien.

D. Asas Layanan Konseling Individual

Menurut Arifin dan Ety Kartikawati (1995) dan Prayitno dan Erman Amti (1999) dalam Tohirin asas-asas yang berkenaan dengan praktik atau pekerjaan dalam konseling adalah

1. Asas kerahasiaan

Ada kalanya pelayanan bimbingan dan konseling berkenaan dengan individu atau siswa yang bermasalah. Masalah biasanya merupakan suatu yang harus dirahasiakan. Asas ini merupakan asas kunci karena apabila asas ini dipegang teguh, konselor akan mendapat kepercayaan dari klien sehingga mereka akan memanfaatkan jasa bimbingan dan konseling sebaik-baiknya.

2. Asas kesukarelaan

Proses bimbingan dan konseling harus berlangsung atas dasar kesukarelaan baik dari pihak pembimbing maupun dari pihak klien. Klien diharapkan secara sukarela, tanpa terpaksa dan tanpa ragu-ragu ataupun merasa terpaksa menyampaikan masalah yang dihadapinya.

3. Asas keterbukaan

Dalam proses bimbingan dan konseling sangat diperlkan suasana keterbukaan baik dari pihak konselor maupun klien.

4. Asas kekinian

Pelayanan bimbingan dan konseling harus berorientasi kepada masalah yang sedang dirasakan klien saat ini. Asas kekinian mengandung makna baha pembimbing tidak boleh menunda-nunda memberikan bantuan.

5. Asas kemandirian

Kemandirian merupakan salah satu tujuan pelayanan bimbingan dan konseling, siswa yang telah dibimbing hendaknya bisa mandiri tidak tergantung kepada orang lain dan kepada konselor.

6. Asas kegiatan

Pelayanan bimbingan dan konseling tidak akan memberikan hasil yang berarti apabila klien tidak melakukan sendiri kegiatan untuk mencapai tujuan bimbingan dan konseling.

7. Asas kedinamisan

Usaha bimbingan dan konseling menghendaki terjadinya perubahan pada individu yang dibimbing yaitu perubahan perilaku ke arah yang lebih baik.

8. Asas keterpaduan

Individu memiliki berbagai aspek kepribadian yang apabila keadaannya tidak seimbang, tidak serasi dan tidak terpadu, justru akan menimbulkan masalah. Oleh karena itu, usaha bimbingan dan konseling hendaklah memadukan berbagai aspek kepribadian klien.

9. Asas kenormatifan

Usaha bimbingan dan konseling tidak boleh bertentangan dengan norma-norma yang berlaku, baik norma agama, adat, hukum atau Negara, norma ilmu, maupun norma kebiasaan sehari-hari.

10. Asas keahlian

Pelayanan bimbingan dan konseling merupakan pekerjaan profesional yang diselenggarakan oleh tenaga-tenaga ahli yang khusus dididik untuk pekerjaan tersebut.

11. Asas alih tangan kasus

Konselor sebagai manusia, diatas kelebihannya tetap memiliki keterbatasan kemampuan. Tidak semua masalah yang dihadapi klien berada dalam kemampuan konselor untuk memecahkannya. Apabila konselor telah mengerahkan segenap tenaga dan kemampuannya untuk memecahkan masalah klien, tetapi belum berhasil, maka konselor yang bersangkutan harus memindahkan tanggung jawab pemberian bimbingan dan konseling kepada konselor yang lebih mengetahui.

12. Asas tutwuri handayani

Asas ini menunjuk pada suasana umum yang hendak tercipta dalam rangka hubungan keseluruhan antara pembimbing dengan siswa.

E. Pengertian Cognitive Behaviour

Menurut Frank W. & Windy (2002) CBT (*Cognitive Behaviour Therapy*) dirancang untuk menargetkan gejala spesifik dan perilaku yang diidentifikasi sebagai bagian dari diagnosis atau menyajikan masalah untuk pengobatan. Terapis kognitif-perilaku mendekati pengobatan dengan asumsi bahwa fitur sentral atau inti tertentu bertanggung jawab atas gejala yang diamati dan pola perilaku pada pengalaman (yaitu, ada hubungan yang sah antara fitur inti ini dan maladaptif gejala yang ditimbulkan).

F. Prinsip Dasar Cognitive Behaviour

Menurut Frank W. & Windy (2002) ada 3 (tiga) prinsip dasar *Cognitive Behaviour* sebagai berikut:

1. Menganalisis Permasalahan. Melakukan analisis permasalahan dengan menggabungkan pada temuan-temuan penelitian laboratorium yang sudah dilakukan.
2. Pembentukan Pada Perilaku. Melakukan eksperimen-orientasi pada perilaku manusia, di mana setiap perilaku dipandang sebagai fungsi dari lingkungan tertentu dan kondisi internal di sekitarnya -(Goldfried & Davison, 1994).
3. Perubahan Perilaku. Memberikan pengalaman pembelajaran yang baru sehingga mampu menggantikan perilaku yang salah (*maladaptive*) sebelumnya.

Peneliti melakukan pendekatan pada kanfer & Saslow (1965) pada 3 (tiga) prinsip dasar *cognitive behavior* yaitu:

- a. Menentukan pola kebiasaan yang diperlukan agar merubah perilaku tersebut berdasarkan kejadiannya, intensitasnya, dan durasinya.
- b. Menentukan pelatihan yang terbaik agar menimbulkan keinginan untuk merubah perilaku bagi *client*.
- c. Menganalisis faktor-faktor yang sedang terjadi berdasarkan kondisi yang berlaku.

G. Tujuan *Cognitive Behaviour*

Menurut Corey (1986) (dalam Sanyata, 2012) tujuan pendekatan behavioristik adalah sebagai refleksi masalah konseli, dasar pemilihan dan penggunaan strategi konseling dan sebagai kerangka untuk menilai

hasil konseling. Peneliti menambahkan karakteristik pendekatan behavioristik pada pandangan Eysenck (dalam Sanyata, 2012), adalah pendekatan tingkah laku sebagai berikut:

- a. Didasarkan pada teori yang dirumuskan secara tepat dan konsisten yang mengarah kepada kesimpulan yang dapat diuji.
- b. Berasal dari hasil penelaahan eksperimental yang secara khusus direncanakan untuk menguji teori-teori dan kesimpulannya.
- c. Memandang simptom sebagai respons bersyarat yang tidak sesuai (*unadaptive conditioned responses*).
- d. Memandang simptom sebagai bukti adanya kekeliruan hasil belajar.
- e. Memandang bahwa simptom-simptom tingkah laku ditentukan berdasarkan perbedaan individual yang terbentuk secara conditioning dan autonom sesuai dengan lingkungan masing-masing.
- f. Menganggap penyembuhan gangguan neurotik sebagai pembentukan kebiasaan (*habit*) yang baru.
- g. Menyembuhkan simptom secara langsung dengan jalan menghilangkan respon bersyarat yang keliru dan membentuk respon bersyarat yang diharapkan.
- h. Menganggap bahwa pertalian pribadi tidaklah esensial bagi penyembuhan gangguan neurotik, sekalipun untuk hal-hal tertentu yang kadang-kadang diperlukan.

H. Penerapan *Cognitive Behaviour*

Menurut Ivey (dalam Sanyata, 2012) menjelaskan bahwa kesuksesan penerapan dalam melakukan konseling dengan pendekatan behavioristik didasarkan sebagai berikut:

1. Hubungan antara konselor dengan konseli.
2. Operasionalisasi perilaku (*making the behavior concrete and observable*).
3. Analisis fungsional (*the A-B-Cs of behavior*).
4. Menetapkan tujuan perubahan perilaku (*making the goals concrete*).

Menambahkan pandangan Corey (2005) (dalam Sanyata, 2012) menjelaskan bahwa proses konseling yang terbangun dalam pendekatan behavioristik terdiri dari empat hal yaitu :

1. Tujuan terapis diarahkan pada memformulasikan tujuan secara spesifik, jelas, konkrit, dimengerti dan diterima oleh konseli dan konselor.
2. Peran dan fungsi konselor/terapis adalah mengembangkan keterampilan menyimpulkan, *reflection*, *clarification*, dan *open-ended questioning*.
3. Kesadaran konseli dalam melakukan terapi dan partisipasi konselor ketika proses terapi berlangsung akan memberikan pengalaman positif pada konseli dalam terapi.
4. Memberi kesempatan pada konseli karena kerjasama dan harapan positif dari konseli akan membuat hubungan terapis lebih efektif.

2.2. Penelitian Relevan

1. Rizky Septi Nugroho, 2017. Perilaku Merokok Remaja (Perilaku Merokok Sebagai Identitas Sosial Remaja dalam Pergaulan di Surabaya). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana proses pembentukan perilaku merokok remaja sebagai identitas sosial dalam pergaulan di Surabaya. Penelitian ini mencoba menelaah orientasi perilaku merokok remaja yang dijadikan sebagai identitas dalam interaksi sosial remaja. Dalam lingkungan masyarakat, rokok adalah tolak ukur kedewasaan seseorang, sehingga remaja mengikuti perilaku merokok. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku merokok yang pada awalnya hanya dilakukan oleh laki-laki dewasa, saat ini sudah menjadi kewajaran bagi kaum remaja.
2. Nururrahma Hammado, 2014. Pengaruh Rokok Terhadap Kesehatan dan Pembentukan Karakter Manusia (Prosiding Seminar Nasional: volume 1, No. 1). Rokok merupakan salah satu penyumbang terbesar penyebab kematian yang sulit dicegah dalam masyarakat. Kandungan senyawa penyusun rokok yang dapat mempengaruhi pengguna adalah golongan *alkaloid* yang bersifat perangsang atau *stimulant* antara lain: *nikotin*, *nikotirin*, *anabasin*, *myosmin*. Penelitian ini membahas upaya penanggulangan masalah rokok dengan metode antara lain: (1) Metode penghentian merokok secara bertahap dan (2) Metode pemakaian obat-obatan.

3. Muhammad Rachmat, Ridwan Mochtar Thaha, Muhammad Syafar, 2013. Perilaku Merokok Remaja Sekolah Menengah Pertama. Penelitian ini bertujuan menilai hubungan antara tingkat pengetahuan, interaksi kelompok sebaya, interaksi keluarga, iklan rokok, dan sikap dengan perilaku merokok remaja di Kota Makassar. Penelitian ini menggunakan desain observasional *cross sectional*. Teknik *sampling* menggunakan *multistage random sampling* dengan jumlah sampel 471 responden. Maka dari itu pihak sekolah perlu dilibatkan lebih intensif pada upaya pencegahan dan intervensi perilaku merokok pada anak dan remaja.
4. Diah Prihatiningsih, dkk., 2020. Penyuluhan Bahaya Rokok untuk Meningkatkan Kesadaran Remaja Mengenai Dampak Buruk Rokok Bagi Kesehatan di SMP Tawwakal Denpasar (Jurnal Pengabdian Kesehatan: volume 3, No. 1). Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran siswa mengenai dampak buruk rokok bagi kesehatan. Peserta pengabdian masyarakat merupakan siswa sekolah menengah pertama kelas 8 yang berjumlah 64 orang. Kegiatan ini diawali dengan pengisian kuisioner *pre-test* pengetahuan tentang bahaya rokok yang kemudian dilanjutkan dengan penyuluhan oleh narasumber dan dilakukan pengisian kuisioner *post-test* Hasil pengisian kuisioner menunjukkan peningkatan pada siswa tentang dampak buruk akibat merokok yakni sebesar 92,89%.

5. Awaluddin Nurmiyanto, Destya Rahmani, 2013. Sosialisasi Bahaya Rokok Guna Meningkatkan Kesadaran Masyarakat Akan Besarnya Dampak Buruk Rokok Bagi Kesehatan (Jurnal Inovasi dan Kewirausahaan, Seri Pengabdian Masyarakat: volume 2, No. 3). Merokok merupakan sebuah aktivitas yang kini banyak digandrungi oleh para remaja. Dibalik kenikmatan yang dirasakan oleh perokok tersebut terdapat bahaya yang sangat mematikan bagi dirinya dan kehidupan masa depannya. Hal inilah yang ingin dicegah melalui sosialisasi ini. Karena apabila merokok telah menjadi sebuah kebiasaan yang dilakukan oleh masyarakat pada umumnya, maka bahaya merokok juga akan menimbulkan penyakit yang ditimbulkan oleh zat berbahaya yang terkandung.

2.3.Kerangka Konseptual

Kebiasaan mengonsumsi rokok atau tembakau dimulai dari individu masih remaja yang berlanjut ke masa dewasa atau bahkan hingga usia lanjut. Dalam masa remaja adalah masa transisi menuju dewasa, tak jarang masa-masa ini merupakan masa yang sangat penting dalam pembentukan karakter, namun ironisnya, masa ini juga merupakan masa dimana banyaknya permasalahan yang dihadapi. Seorang remaja masih dalam kondisi labil, tidak memiliki pijakan atau prinsip yang kuat dalam menghadapi kehidupannya, maka tak jarang individu terbawa arus konform dari teman-temannya. Jika konform tersebut bersifat positif tidak masalah,

tetapi jika bersifat negatif tentu menjadi masalah. Salah satu perilaku konform yang bersifat negatif ialah perilaku merokok.

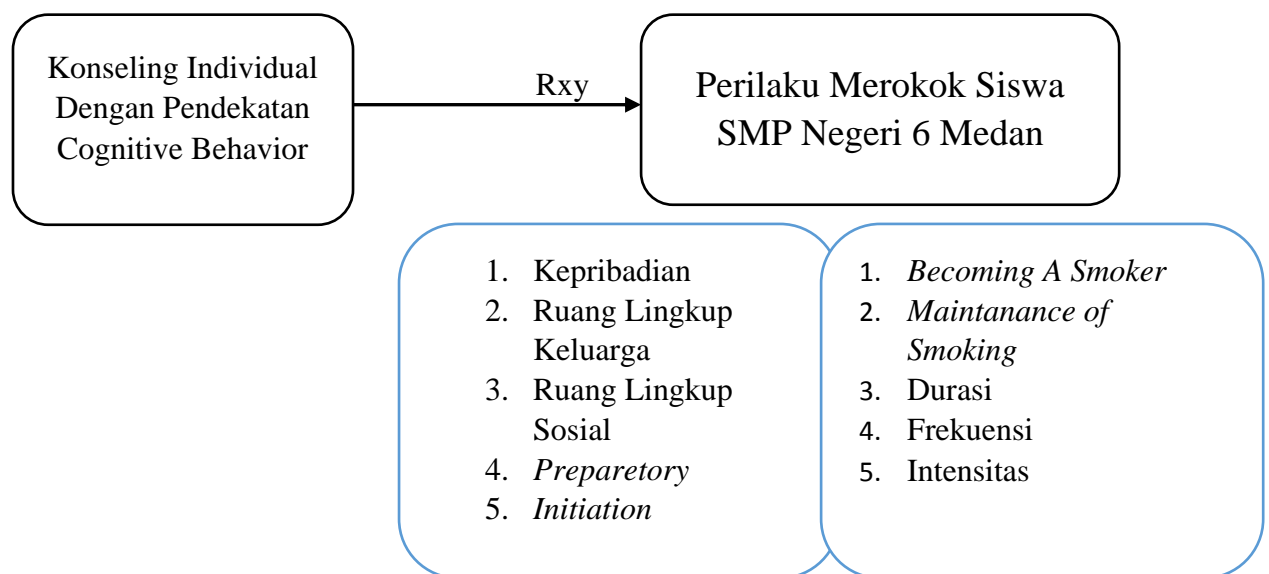
Banyak alasan yang melatarbelakangi perilaku merokok remaja. Secara umum, perilaku merokok merupakan fungsi dari lingkungan dan individu. Artinya, perilaku merokok selain disebabkan faktor-faktor dari dalam diri juga disebabkan faktor lingkungan. Faktor dalam remaja dapat dilihat dari kajian perkembangan remaja yang mulai merokok berhubungan dengan krisis aspek psikososial yang dialami pada masa perkembangan, ketika mereka sedang mencari jati diri.

Upaya-upaya untuk menemukan jati diri tersebut, tidak semua dapat berjalan sesuai harapan masyarakat. Beberapa remaja melakukan perilaku merokok sebagai cara kompensatoris. Pada dasarnya perilaku merokok adalah perilaku yang dipelajari. Hal itu berarti ada pihak-pihak yang berpengaruh besar dalam proses sosialisasi. Perilaku merokok biasanya dimulai pada masa remaja meskipun proses menjadi perokok telah dimulai sejak kanak-kanak. Masa remaja juga merupakan periode penting risiko untuk pengembangan perilaku merokok jangka panjang. Selain itu, perilaku merokok merupakan pintu masuk perilaku negatif yang lain seperti penyalahgunaan narkotika dan minum minuman keras.

Remaja merokok karena alasan ingin tahu atau ingin melepaskan diri dari rasa sakit fisik atau jiwa membebaskan diri dari kebosanan. Menurut Teddy Hidayat, (Pikiran Rakyat: 2007) remaja yang berisiko tinggi adalah remaja-remaja yang memiliki sifat pemuasaan segera, kurang mampu

menunda keinginan, merasa kosong dan mudah bosan, mudah cemas, gelisah, dan depresif. Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian dari CASA (Columbian University`s National Center On Addiction and Substance Abuse), remaja perokok memiliki risiko dua kali lipat mengalami gejala-gejala depresi dibandingkan remaja yang tidak merokok. Para perokok aktif pun tampaknya lebih sering mengalami serangan panik dari pada mereka yang tidak merokok. Banyak penelitian yang membuktikan bahwa merokok dan depresi merupakan suatu hubungan yang saling berkaitan. Depresi menyebabkan seseorang merokok dan para perokok biasanya memiliki gejala-gejala depresi dan kecemasan (ansietas).

CBT ditawarkan dalam melaksanakan konseling terhadap perilaku merokok siswa yang merupakan konseling yang menitik beratkan pada restrukturisasi atau pembenahan kognitif yang menyimpang akibat kejadian yang merugikan dirinya baik secara fisik maupun psikis dan lebih melihat ke masa depan dibanding masa lalu. Aspek kognitif dalam CBT antara lain mengubah cara berpikir, kepercayaan, sikap, asumsi, imajinasi dan memfasilitasi konseli belajar mengenali dan mengubah kesalahan dalam aspek kognitif. Sedangkan aspek behavioral dalam CBT yaitu mengubah hubungan yang salah antara situasi permasalahan dengan kebiasaan mereaksi permasalahan, belajar mengubah perilaku, menenangkan pikiran dan tubuh sehingga merasa lebih baik, serta berpikir lebih jelas. Secara skematis, kerangka konseptual dari penelitian ini sebagai berikut :



Gambar 2.1. Kerangka Konseptual

2.4. Hipotesis

Hipotesis adalah suatu dugaan sementara yang harus dibuktikan kebenarannya melalui penyelidikan ilmiah (Yusuf, 2014:130). Berdasarkan kajian teori tersebut, maka hipotesis yang akan dikemukakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. H_a : Terdapat pengaruh konseling individual dengan pendekatan cognitive behavior terhadap perilaku merokok siswa SMP Negeri 6 Medan
2. H_o : Tidak terdapat pengaruh konseling individual dengan pendekatan cognitive behavior terhadap perilaku merokok siswa SMP Negeri 6 Medan.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Lokasi dan Waktu Penelitian

3.1.1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 6 Medan yang beralamat di Jl. Bahagia No.42, Teladan Tim., Kec. Medan Kota, Kota Medan, Sumatera Utara 20217.

3.1.2. Waktu Penelitian

Adapun pelaksanaan penelitian ini dilaksanakan pada bulan Februari 2023 sampai dengan Mei 2023.

Tabel 3.1. Jadwal Kegiatan Penelitian (2023)

No	Jenis Kegiatan	Januari				Maret				April				Mei				Juli				Agustus			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Pengajuan Judul																								
2	Persetujuan Judul																								
3	Penulisan Proposal																								
4	Bimbingan Proposal																								
5	Perbaikan Proposal																								
6	Pengesahan proposal																								
7	Seminar Proposal																								
8	Penelitian																								
9	Penyusunan Skripsi																								
10	Perbaikan hasil Penelitian																								
11	Sidang Meja Hijau																								

3.2 Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian quasi eksperimen, dengan menggunakan analisis data kuantitatif. Menurut Yatim Riyanto (1996:28-40), penelitian eksperimen merupakan penelitian yang sistematis, logis, dan teliti didalam melakukan kontrol terhadap kondisi. Sedangkan Sugiyono (2010:72) menyatakan bahwa penelitian eksperimen adalah metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali. Adapun jenis dari penelitian ini adalah penelitian *eksperimen semu* atau disebut eksperimen kuasi. Rancangan eksperimental kuasi ini memiliki kesepakatan praktis antara eksperimen kebenaran dan sikap asli manusia terhadap bahasan yang ingin kita teliti.

3.3 Subjek Penelitian

A. Populasi

Populasi adalah keseluruhan jumlah yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai karakteristik dan kualitas tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk diteliti dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2017). Sedangkan menurut (Azwar, 2015) populasi merupakan sekelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitiannya. Responden penelitian dalam penelitian ini adalah siswa-siswa SMP Negeri 6 Medan. Peneliti mengambil responden penelitian melalui pelaksanaan observasi awal melalui guru bimbingan konseling.

B. Sampel

Sampel menurut Sugiyono (2017) adalah subjek atau wakil dari populasi yang diteliti. Besar anggota sampel harus dihitung berdasarkan teknik-teknik tertentu agar sampel yang digunakan diambil dari populasi dapat dipertanggung jawabkan. Untuk lebih merinci subjek penelitian, peneliti menyebarkan angket tertutup yang telah mengalami pengujian dan telah mengalami uji validitas dalam mengidentifikasi siswa yang mengalami masalah dengan mereduksi perilaku merokok. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 10 orang yang terdiri dari 7 orang siswa yang teridentifikasi masalah yaitu dengan skor terendah dan 3 orang lainnya yang dianggap tidak mengalami masalah dengan perilaku merokok yaitu skor tertinggi. Hal ini dimaksudkan agar dinamika kelompok yang terjadi dalam bimbingan kelompok menjadi lebih baik, karena siswa yang memiliki karakter sikap hormat yang baik dapat membantu temannya untuk mengembangkan mereduksi perilaku merokok menjadi lebih baik lagi melalui layanan konseling individual dengan teknik *Cognitif Behavior Therapy*.

3.4. Definisi Operasional Variabel

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel terikat dan variabel bebas.

- a. Variabel Bebas (X) : Konseling individual *Cognitif Behavior Therapy*.
- b. Variabel Terikat (Y) : Perilaku Merokok Siswa

Setelah mengidentifikasi variabel penelitian, maka dapat dirumuskan definisi operasional variabel penelitian sebagai berikut :

a. Konseling Individual dengan Teknik CBT

Konseling Individual merupakan suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) kepada individu (siswa) melalui kegiatan individual. Dalam layanan bimbingan individual, aktivitas dan dinamika individu harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan atau pemecahan masalah individu (siswa) yang menjadi peserta layanan. Dinamika individual sangat berpengaruh terhadap penyelesaian suatu masalah karena banyaknya kontribusi pikiran tentang masalah yang dibahas. Konseling individu yang memiliki kualitas baik ditandai dengan sikap siswa yang bertanggung jawab dalam setiap bidang kehidupan, berbuat aktif dan kreatif dalam kehidupan sehari-hari dan mampu memecahkan masalah kehidupan secara mandiri. Dalam penelitian ini, bimbingan individual yang dilaksanakan adalah menggunakan teknik *CBT*. Teknik ini adalah teknik yang berisikan pemanfaatan peran diri untuk mengatasi masalah dan persoalan kehidupan individu.

b. Perilaku Merokok Siswa

Berdasarkan pada pandangan peneliti terhadap mereduksi perilaku merokok siswa SMP Negeri 6 Medan, diketahui ada beberapa zat berbahaya yang terkandung pada rokok. Menurut E. Fatmawati (2018) zat tersebut dapat menyebabkan berbagai penyakit dan gangguan kesehatan yang umumnya di alami para perokok aktif, antara lain: Infeksi saluran pernafasan, *Emphysema*, *Hipertensi*, *Bronchitis*, Penyakit jantung coroner.

Pada bagian ini peneliti menelaah faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok pada siswa sebagai berikut:

1. Faktor-faktor Merokok

Adapun faktor-faktor perilaku merokok pada remaja (Mu'tadin 2002) sebagai berikut:

- a. Faktor Kepribadian. Brigham (1991) (dalam Helmi & Komasari, 2000). faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok pada remaja yaitu sebagai simbol dari kematangan, kekuatan, kepemimpinan, dan daya tarik terhadap lawan jenis.
- b. Faktor Ruang Lingkup Keluarga. Sesuai pendapat Grinder (dalam Aritonang, 1997; Wijaya, dkk., 2017) para remaja seringkali tertarik untuk turut serta berbagi kenikmatan, karena melihat perilaku merokok pada orang tua, saudara yang lebih tua, dan teman-teman.
- c. Faktor Ruang Lingkup Sosial. Menurut Erickson (Komasari & Helmi, 2000) remaja mulai merokok berkaitan dengan adanya krisis aspek psikososial yang dialami pada masa perkembangannya yaitu masa ketika mereka sedang mencari jati dirinya.

2. Tahap-tahap Remaja menjadi Perokok

Menurut Laventhal & Clearly (dalam Helmi & Komasari, 2000) terdapat 4 tahap perilaku sehingga menjadi perokok aktif sebagai berikut:

- a. Tahap *Preparatory*. Seseorang atau remaja mendapat gambaran perilaku merokok dan memiliki keinginan untuk mencoba merasakan apa itu perilaku merokok.

- b. Tahap *Initiation*. Seseorang atau remaja menentukan untuk memperjelas inisiasi perilaku merokok atau tidak dan latarbelakang motif melakukan tindakan merokok.
- c. Tahap *Becoming A Smoker*. Seseorang atau remaja sudah menerapkan perilaku merokok dan membiasakan diri merokok.
- d. Tahap *Maintanance of Smoking*. Seseorang atau remaja sudah merasakan candu terhadap rokok dan sudah menjadi kebiasaan dan berulang untuk dilakukan.

3. Durasi Merokok

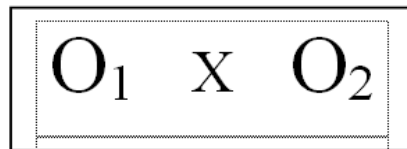
Adapun pendapat yang dikemukakan oleh Martin dan Pear (2015: 5) menyebutkan bahwa terdapat 3 (tiga) dimensi perilaku merokok antara lain:

- a. Durasi. Durasi adalah sebuah perilaku merujuk panjangnya waktu yang dibutuhkan perilaku melakukan aksinya.
- b. Frekuensi. Frekuensi adalah sebuah perilaku merujuk pada jumlah tindakan yang muncul di periode waktu tertentu.
- c. Intensitas. Intensitas atau kekuatan adalah sebuah perilaku merujuk pada upaya fisik atau energi yang dilibatkan untuk melakukan perilaku.

Adapun menurut Joemana (2004) beberapa motivasi yang melatar belakangi merokok adalah untuk mendapat pengakuan (*anticipatory beliefs*) untuk menghilangkan kekecewaan (*reliefing beliefs*) dan menganggap perbuatannya tersebut tidak melanggar norma (*permission beliefs/positive*).

3.5 Desain Penelitian

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain *pre-test* dan *post-test* yang polanya seperti berikut:



Keterangan :

O1 : *Pre test* diberikan sebelum melakukan Konseling individu

X : Perlakuan (Bimbingan CBT)

O2 : *Post-test* diberikan setelah melakukan Konseling individu

Langkah-langkah kegiatan penelitian yang akan dilakukan peneliti adalah :

1. Melakukan *pre-test* terhadap populasi dengan memberikan angket.
2. Melakukan *post-test* pada *subjek* yaitu berupa hasil pengamatan bimbingan individual teknik *CBT* selama tiga kali pertemuan dengan topik bahasan berbeda yang berkaitan dengan mereduksi perilaku merokok.
3. Membandingkan perbedaan *pre-test* dan *post-test* tersebut untuk menentukan apakah pemberian perlakuan (X) ada pengaruhnya.

Setelah melakukan semua langkah-langkah penelitian, peneliti akan melanjutkan kegiatan dengan menyusun data setelah penelitian dan menyusun laporan hasil penelitian.

3.6 Teknik Pengumpulan Data

1. Alat pengumpulan data

Untuk mengetahui sejauh mana sikap yang dimiliki oleh siswa perlu diadakan suatu pengukuran dalam hal ini menggunakan skala sikap, pengumpulan data dilakukan melalui angket yang dibagikan kepada siswa yang menjadi subjek.

Menurut Arikunto (2006) mengatakan bahwa angket atau kuesioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang diketahui.

Pengukuran perilaku merokok yang dilakukan siswa dalam penelitian ini menggunakan metode pengukuran skala perilaku menurut Likert atau sering disebut skala Likert. Dalam memberikan jawaban siswa hanya memberikan tanda *check list* (✓) pada kolom atau tempat yang sudah disediakan. Untuk menilai jawaban siswa digunakan skala Likert sebagai berikut.

Tabel 3.1. Pemberian Skor Angket Berdasarkan Skala Likert

No.	Favorable		Unfavorable	
	Skor	Keterangan	Skor	Keterangan
1.	4	Sangat Setuju	1	Sangat Setuju
2.	3	Setuju	2	Setuju
3.	2	Tidak Setuju	3	Tidak Setuju
4.	1	Sangat Tidak Setuju	4	Sangat Tidak Setuju

2. Penyusunan instrumen

Penyusunan instrumen ini menggunakan *construct validity*, yaitu menggunakan pendapat para ahli. Dalam hal ini setelah instrumen dikonstruksi tentang aspek-aspek yang akan diukur dengan berlandaskan teori tertentu, maka selanjutnya dikonsultasikan dengan ahli. Secara teknis, dapat dibantu dengan menggunakan kisi-kisi instrumen. Dalam kisi-kisi itu terdapat variabel yang diteliti, indikator, sub indikator, deskriptor, dan nomor butir pertanyaan.

Tabel 3.2. Kisi-kisi Instrumen Penelitian Sebelum Uji coba

No	Variabel Penelitian	Indikator	Deskriptor	No Item	
				(+)	(-)
1.	(X ₁) Layanan Individual dengan <i>Cognitive Behavioural Therapy</i> (Perlakuan dalam Penelitian)				
1.	(Y) Perilaku Merokok Siswa	1. Kepribadian	Sejauh mana perhatian individu menyikapi benda rokok dalam hidupnya	1, 2, 41	21, 22
		2. Lingkup Keluarga	Sikap yang ditunjukkan keluarga remaja terhadap rokok dan perilaku merokok	3, 4, 42	23, 24
		3. Lingkup Sosial	Kecenderungan pergaulan yang dilakukan dan hubungan dengan rokok	5, 6, 49, 50	25, 43, 26
		4. <i>Preparatory</i>	mendapat gambaran perilaku merokok	7,8 27	28, 44,
		5. <i>Initiation</i>	menentukan untuk memperjelas inisiasi perilaku merokok	9, 10	29, 30
		6. <i>Becoming A Smoker</i>	sudah menerapkan perilaku merokok dan membiasakan diri merokok	11, 12	31, 32
		7. <i>Maintenance of Smoking</i>	sudah merasakan candu terhadap rokok dan sudah menjadi kebiasaan dan berulang untuk dilakukan	13, 14	34, 45, 33
		8. Durasi	Durasi adalah sebuah perilaku merujuk panjangnya waktu yang dibutuhkan perilaku melakukan aksinya	15, 16	35, 36, 47
		9. Frekuensi	jumlah tindakan yang muncul di periode waktu tertentu	17, 18	38, 46, 37
		10. Intensitas	Intensitas atau kekuatan adalah sebuah perilaku merujuk pada upaya fisik atau energi yang dilibatkan	19, 20	39, 40, 48
Jumlah				24	22

3.7. Uji Coba Instrumen

A. Uji Validitas

Menurut Arikunto (2014:317) “Validitas yaitu derajat kesesuaian alat tes dengan apa yang seharusnya diukur, sehingga menunjukkan derajat kejituan tes sebagai alat ukur. Sebuah instrument dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan dan dapat mengungkapkan data dari variabel yang diteliti secara tepat”. Rumus yang digunakan dalam menguji validitas soal adalah :

$$r_{xy} = \frac{N\sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{N\sum x^2 - (\sum x)^2\} \{N\sum y^2 - (\sum y)^2\}}}$$

Keterangan:

- rx_y : Koefisien Korelasi antara Variabel X dan Y
- N : Jumlah responden
- Σxy : Jumlah total hasil perkalian antara variabel X (Konseling Individual dan Y (Perilaku Merokok)
- Σ X : Jumlah total skor variabel bebas
- Σ Y : Jumlah total skor variabel terikat
- Σ X² : Jumlah kuadrat skor variabel bebas
- Σ Y² : Jumlah kuadrat skor variabel terikat

B. Uji Reliabilitas

Menurut Arikunto (2014:196) “Reliabilitas dapat dipercaya, ditunjukkan pada keajegan (*consistency*) hasil testing dari waktu ke waktu terhadap suatu sasaran testing atau keajegan hasil testing dalam perbandingannya dengan penggunaan tes sejenis terhadap suatu objek testing. Reabilitas dapat juga diaktakan kepercayaan, keandalan, kestabilan, konsistensi dan sebagainya”. Untuk mengetahui reabilitas alat ukur dapat dipakai rumus Alpha Cronbach:

$$r_{11} = \left(\frac{k}{(k-1)} \right) \left(1 - \frac{\sum b^2}{\sigma^2 t} \right)$$

Keterangan :

r_{11} : reliabilitas instrumen
 k : banyaknya butir soal
 $\sum b^2$: jumlah varians butir
 $\sigma^2 t$: varians total

3.8. Teknik Analisis Data

Pada penelitian ini teknik analisis data yang dipakai pada penelitian ini adalah kuantitatif, yakni dengan menguji dan menganalisis data dengan perhitungan angka-angka dan kemudian menarik kesimpulan dari pengujian tersebut, statistik yang digunakan adalah sebagai berikut :

A. Uji Normalitas

Uji normalitas memiliki tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk menguji normal atau tidak sebaran data yang akan dianalisis. Pengujian dilakukan tergantung variabel yang akan diolah. Pengujian normalitas dalam penelitian ini menggunakan *Kolmogrov-Smirnov Test* dengan bantuan *SPSS v22*.

Dalam metode *Kolmogrov-Smirnov*, memiliki ciri pengujian yaitu sebagai berikut :

1. Jika signifikansi dibawah 0,05 berarti data yang akan di uji mempunyai perbedaan yang signifikan dengan data normal baku, berarti data tersebut tidak normal.
2. Jika signifikansi diatas 0.05 maka berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara data yang akan di uji dengan data normal baku, berarti data tersebut normal.

B. Uji Homogenitas

Menurut Sudjana (2005) “uji homogenitas dilakukan untuk memperoleh informasi apakah kedua kelompok sampel memiliki homogen atau tidak.”

Uji homogenitas dua varians terhadap hasil data *pre-test* dan *post-test* menggunakan uji Levene dengan SPSS v22. Dengan kriteria pengujian adalah sebagai berikut :

- a. Jika nilai signifikansi $< 0,05$ berarti data tersebut dinyatakan tidak homogen.
- b. Jika nilai signifikansi $> 0,05$ berarti data tersebut dinyatakan homogen.

C. Uji Hipotesis

Menurut Arikunto (2014:349) untuk menganalisis hasil penelitian dengan memakai desain penelitian *pretest* dan *posttest*, maka rumusnya adalah :

$$t = \frac{Md}{\sqrt{\frac{\sum x^2d}{N(N-1)}}}$$

Md : Mean dari perbedaan pre-test dengan post test

Xd : Deviasi masing –masing subjek (d- Md)

$\sum x^2d$: Jumlah kuadrat deviasi

N : Jumlah Sampel

d-b : Ditentukan dengan N-1

BAB IV
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Gambaran Umum Sekolah

A. Identitas Sekolah

Sekolah ini terletak di Jl. Bahagia No.42, Teladan Tim., Kec. Medan Kota, Kota Medan, Sumatera Utara 20217.

NPSN	10210997
NSS	201076001005
Nama	SMPN 6 MEDAN
Akreditasi	Akreditasi A
Alamat	JL. BAHAGIA NO. 42 MEDAN
Kodepos	20217
Nomer Telpon	0617333802
Nomer Faks	-
Email	smpn6mdn@yahoo.com
Jenjang	SMP
Status	Negeri
Situs	www.smpnegeri06medan.multiply.com
Lintang	3.565313814850652
Bujur	98.70213747024536
Ketinggian	29
Waktu Belajar Sekolah	Pagi dan Siang

B. Visi, Misi dan tujuan

1. Visi : Terwujudnya keutamaan kinerja masyarakat sekolah tekun dan unggul mencapai mutu standar pelayanan minimal pendidikan nasional dan jaminan terhadap martabat masa depan pendidikan bangsa dan negara.

2. Misi :

- a. Mengutamakan ketaqwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa, ketekunan, prestasi, kedisiplinan, etos kerja, cerdas dan pintar, serta trampil dalam pembelajaran dan praktik
- b. Mengutamakan Prestasi Administrasi Sekolah.
- c. Mengutamakan Prestasi Akuntabilitas Sekolah
- d. Mengutamakan Prestasi Lulusan
- e. Mengutamakan Prestasi Pengolahan Wiyatamandala Sekolah
- f. Mengutamakan Prestasi dalam peningkatan Pro-pesionalisme Guru
- g. Mengutamakan Prestasi Bidang Pelayanan
- h. Mengutamakan prestasi dalam bidang peningkatan kualitas sarana prasarana sekolah
- i. Mengutamakan Prestasi mencapai nilai – nilai mata pelajaran dalam kehidupan sehari – hari dan di dalam masyarakat

3. Tujuan :

Mengacu pada visi dan misi, serta tujuan umum pendidikan menengah. Tujuan sekolah dalam mengembangkan pendidikan ini adalah meletakkan dasar kecerdasan, pengetahuan, kepribadian akhlak mulia, serta keterampilan untuk hidup.

4. Rombel dan Program/Jurusan/Peminatan

- a. Rombel Tingkat 10 (VII) sebanyak 6 rombel. Jumlah Program/Jurusan/Peminatan sebanyak 2 (dua):
- 1) Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) / Matematika dan Ilmu Alam (MIPA) / Matematika dan Ilmu Alam (MIA)
 - 2) Ilmu Pengetahuan Sosial (IPS) / Ilmu-Ilmu Sosial (IIS)
- b. Rombel Tingkat 11 (VIII) sebanyak 6 rombel. Jumlah Program/Jurusan/Peminatan sebanyak 2 (dua):
- 1) Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) / Matematika dan Ilmu Alam (MIPA) / Matematika dan Ilmu Alam (MIA)
 - 2) Ilmu Pengetahuan Sosial (IPS) / Ilmu-Ilmu Sosial (IIS)
- c. Rombel Tingkat 12 (IX) sebanyak 6 rombel. Jumlah Program/Jurusan/Peminatan sebanyak 2 (dua)
- 1) Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) / Matematika dan Ilmu Alam (MIPA) / Matematika dan Ilmu Alam (MIA)
 - 2) Ilmu Pengetahuan Sosial (IPS) / Ilmu-Ilmu Sosial (IIS)

4.2 . Deskripsi Data Hasil Penelitian

A. Kecenderungan Variabel Penelitian Perilaku Merokok Siswa

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 6 Medan yang beralamat. Jl. Bahagia No.42, Teladan Tim., Kec. Medan Kota, Kota Medan. Subjek penelitian adalah berjumlah 40 siswa sebagai responden ujicoba penelitian. Sebelum melakukan penyebaran angket tentang perilaku merokok di

kalangan siswa, peneliti terlebih dahulu observasi disekolah. Penyebaran angket dengan pilihan alternatif yang ada dimasukan untuk memudahkan para siswa dalam memberikan pilihan sesuai dengan keadaan mereka.

Dalam pengujian angket ini sebelum di validkan hasil jawaban dari 40 orang siswa dengan jumlah soal 50 item angket mengenai perilaku merokok. Selanjutnya data yang diuraikan setelah angket valid pada sub bahasan ini adalah hasil jawaban 40 orang responden khusus dari SMP Negeri 6 Medan. Angket yang berhubungan dengan variabel Y berjumlah 55 item angket yang terdiri dari 10 indikator menghasilkan instrumen yang valid sebanyak 46 item angket yang telah melalui syarat uji analisis dan akan digunakan untuk mendapatkan data penelitian. Selanjutnya penulis akan menjelaskan perolehan hasil angket yang terdiri dari 46 item pernyataan.

Angket perilaku merokok siswa terdiri dari 50 aitem yang terbagi dalam 10 aspek yang mencakup aspek Kepribadian, Ruang Lingkup Keluarga, Ruang Lingkup Sosial, *Preparetory*, *Initiation*, *Becoming A Smoker*, *Maintanance of Smoking*, Durasi, dan Frekuensi, yang masing-masing aspek terdiri dari beberapa deskriptor.

Hasil analisis item setelah dilakukan uji coba menunjukkan bahwa terdapat 4 item yang gugur, dengan koefisien daya beda jauh lebih kecil dari 0,21 dengan demikian dalam angket perilaku merokok siswa ini terdapat 46 item yang bisa digunakan dalam pengambilan data penelitian. Hasil selengkapnya atas perhitungan item-item yang valid instrumen perilaku

merokok siswa dapat dilihat pada tabel 4.1. Secara lengkapnya disajikan perhitungan validitas angket perilaku merokok siswa dibawah ini:

Tabel 4.1. Ringkasan Perhitungan Angket Perilaku Merokok Siswa

No.	r_{hitung}	t_{hitung}	Status
1.	0,367	2,429	Valid
2.	0,564	4,211	Valid
3.	0,719	6,379	Valid
4.	0,334	2,185	Valid
5.	0,35	2,306	Valid
6.	0,453	3,128	Valid
7.	0,503	3,589	Valid
8.	0,396	2,658	Valid
9.	0,618	4,84	Valid
10.	0,578	4,371	Valid
11.	0,717	6,332	Valid
12.	0,546	4,018	Valid
13.	0,408	2,755	Valid
14.	0,72	6,401	Valid
15.	0,619	4,86	Valid
16.	0,578	4,371	Valid
17.	0,717	6,332	Valid
18.	0,717	6,332	Valid
19.	0,548	4,042	Valid
20.	0,418	2,834	Valid
21.	0,72	6,401	Valid
22.	0,334	2,185	Valid
23.	0,328	2,14	Valid
24.	0,382	2,548	Valid
25.	0,34	2,232	Valid
26.	-0,168	-1,052	Tidak Valid
27.	0,033	0,204	Tidak Valid
28.	0,578	4,371	Valid
29.	0,717	6,332	Valid
30.	0,548	4,042	Valid
31.	0,418	2,834	Valid
32.	0,72	6,401	Valid
33.	0,247	1,571	Tidak Valid
34.	0,264	1,687	Valid
35.	0,382	2,548	Valid
36.	0,366	2,428	Valid
37.	0,172	1,078	Tidak Valid
38.	0,334	2,185	Valid
39.	0,38	2,532	Valid
40.	0,457	3,165	Valid
41.	0,503	3,589	Valid
42.	0,402	2,71	Valid
43.	0,619	4,86	Valid
44.	0,578	4,371	Valid
45.	0,717	6,332	Valid
46.	0,546	4,018	Valid
47.	0,374	2,488	Valid
48.	0,72	6,401	Valid
49.	0,501	3,567	Valid
50.	0,288	1,855	Valid

Setelah t-hitung dibandingkan dengan t-tabel pada taraf signifikansi 5% dan $N = 40$ yaitu r tabel = 0,2960, maka dari 50 butir angket yang di uji cobakan dinyatakan 4 butir angket yang tidak valid, sehingga 38 butir yang valid digunakan untuk menjaring data penelitian. Secara lengkapnya disajikan perhitungan validitas angket perilaku merokok siswa dibawah ini:

Tabel 4.2. Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Perilaku Merokok Siswa

No	Indikator	Deskriptor	No Item			
			(+)	ggr	(-)	ggr
1.	Kepribadian	Sejauh mana perhatian individu menyikapi benda rokok dalam hidupnya	1, 2, 41	-	21, 22	
2.	Ruang Lingkup Keluarga	Sikap yang ditunjukkan keluarga remaja terhadap rokok dan perilaku merokok	3, 4, 42	-	23, 24	
3.	Ruang Lingkup Sosial	Kecenderungan pergaulan yang dilakukan dan keterhubungannya dengan rokok	5, 6, 49, 50	-	25, 43	26
4.	<i>Preparetory</i>	mendapat gambaran perilaku merokok	7, 8	-	28, 44	27,
5.	<i>Initiation</i>	menentukan untuk memperjelas inisiasi perilaku merokok	9, 10	-	29, 30	
6.	<i>Becoming A Smoker</i>	sudah menerapkan perilaku merokok dan membiasakan diri merokok	11, 12	-	31, 32	
7.	<i>Maintanance of Smoking</i>	sudah merasakan candu terhadap rokok dan sudah menjadi kebiasaan dan berulang untuk dilakukan	13, 14	-	34, 45	33,
8.	Durasi	Durasi adalah sebuah perilaku merujuk panjangnya waktu yang dibutuhkan perilaku melakukan aksinya	15, 16	-	35, 36, 47	
9.	Frekuensi	Frekuensi adalah sebuah perilaku merujuk pada jumlah tindakan yang muncul di periode waktu tertentu	17, 18	-	38, 46	37,
10.	Intensitas	Intensitas atau kekuatan adalah sebuah perilaku merujuk pada upaya fisik atau energi yang dilibatkan	19, 20	-	39, 40, 48	
Jumlah			24		22	4

B. Reliabilitas Instrumen

Dari tabel di atas terlihat bahwa ada 46 item yang gugur karena koefisien daya beda itemnya jauh di bawah 1,629 sedangkan 46 aitem yang valid memiliki koefisien daya beda yang bergerak mulai dari 0,21 sampai dengan 0,710 dengan $p < 0,05$. Selanjutnya dari hasil uji reliabilitas diketahui angket perilaku merokok siswa ini memiliki koefisien reliabilitas sebesar **0,930** dengan $p < 0,01$ dengan demikian dapat dikatakan bahwa angket perilaku merokok siswa ini andal untuk mengungkap perilaku merokok siswa dalam kehidupannya.

Reliabilitas angket perilaku merokok siswa dihitung dengan menggunakan rumus alfa (α) seperti berikut ini:

		N	%
Cases	Valid	40	.930
	Excluded ^a	0	0.0
	Total	40	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.929	.930	50

Sehingga reabilitas yang diperoleh dari angket perilaku merokok siswa memiliki hasil $r_{11} = 0,930$ setelah dibandingkan dengan indeks kolerasi termasuk dalam kolerasi yang tinggi. perilaku merokok siswa karir siswa. Atas dasar hasil tersebut sehingga secara keseluruhan sebanyak 40 siswa diikutsertakan sebagai sampel dalam penelitian ini untuk mengidentifikasi kondisi perilaku merokok siswa baik sebelum diberikan pelayanan maupun sesudah diberikan pelayanan.

A. Analisis Data Penelitian

1. Data Responden Pre-test Angket Perilaku Merokok Siswa

Berdasarkan data yang diperoleh dari angket penelitian perilaku merokok siswa dengan jumlah responden 10 orang siswa memperoleh skor terendah = 65 tertinggi = 139, rata-rata (M) = 108,2857 dan Standard Deviasi (SD) = 15,63287. Perhitungan selengkapnya yaitu:

Tabel 4.3. Data Kelompok Perilaku Merokok Siswa

No.	Data Kelompok Pretest					
	XA	XA ²		No.	XA	XA ²
1.	271	73441		11.	306	93636
2.	289	83521		12.	299	89401
3.	287	82369		13.	282	79524
4.	293	85849		14.	274	75076
5.	330	108900		15.	279	77841
6.	302	91204		16.	276	76176
7.	305	93025		17.	280	78400
8.	304	92416		18.	286	81796
9.	304	92416		19.	253	64009
10.	294	86436		20.	303	91809

Data pretest adalah data yang diperoleh dari penyebaran angket kepada responden yang bebas yang tidak mendapatkan perlakuan layanan

bimbingan dan konseling. Berbeda dengan data posttest yaitu data perolehan angket yang diisi setelah responden memperoleh perlakuan yaitu pelayanan bimbingan dan konseling. Kemudian untuk memperoleh kesimpulan penelitian, maka dilakukanlah uji korelasi pearson kedua data yang diperoleh.

2. Data Responden Post-test Angket Perilaku Merokok Siswa

Berdasarkan data yang diperoleh dari angket penelitian angket perilaku merokok siswa ini, didapatkan hasil sebagai berikut: jumlah responden 35 orang siswa memperoleh skor terendah = 79, tertinggi = 132, rata-rata (M) = 117,6571 dan standard Deviasi (SD) = 8,22100. Perhitungan selengkapnya yaitu:

Tabel 4.4. Data Post-test Angket Perilaku Merokok Siswa

No.	Data Kelompok Posttest					
	XB	XB ²		No.	XB	XB ²
1.	274	75076		11.	309	95481
2.	292	85264		12.	302	91204
3.	290	84100		13.	285	81225
4.	296	87616		14.	277	76729
5.	334	111556		15.	282	79524
6.	305	93025		16.	279	77841
7.	308	94864		17.	283	80089
8.	307	94249		18.	289	83521
9.	307	94249		19.	254	64516
10.	297	88209		20.	306	93636

4.3 Uji Hipotesis

Berdasarkan metode perhitungan yang dilakukan di dalam rumus *Product Moment Corellation*, nilai-nilai yang di dapat adalah: nilai mean

rank dan sum of ranks dari kelompok negatif ranks, positive ranks dan ties. Negatif ranks artinya sampel dengan nilai kelompok kedua (posttest) lebih rendah dari nilai kelompok pertama (pretest). Positive ranks adalah sampel dengan nilai kelompok kedua (posttest) lebih tinggi dari nilai kelompok pertama (pretest). Sedangkan ties adalah nilai kelompok kedua (posttest) sama besarnya dengan nilai kelompok pertama (pretest). Simbol N menunjukkan jumlahnya, Mean Rank adalah peringkat rata-ratanya dan sum of ranks adalah jumlah dari peringkatnya.

Tabel 4.5. Product Moment Corellation

		Pre Prilaku Merokok	Post Prilaku Merokok
Pre Prilaku Merokok	Pearson Correlation	1	.953**
	Sig. (2-tailed)		0,000
	N	40	40
Post Prilaku Merokok	Pearson Correlation	.953**	1
	Sig. (2-tailed)	0,000	
	N	40	40

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Pada tabel Correlation, diperoleh harga koefisien korelasi sebesar 0,716 dengan signifikansi 0,000. Ha diterima karena signifikansi $>0,05$. Jadi terdapat korelasi yang positif pengaruh layanan konseling individual terhadap penurunan perilaku merokok siswa. Berdasarkan data tersebut di atas maka dapat dilakukan pengujian hipotesis dengan membandingkan taraf signifikansi dengan galatnya 0. Jika signifikansi $>0,05$, maka H_0 diterima. Jika Signifikansi $<0,05$, maka H_0 ditolak. Keputusan: Pada

penelitian di atas setelah melalui analisa data dengan menggunakan Uji Korelasi Pearson (Product Moment) diketahui bahwa Signifikansinya adalah sebesar 0,953, karena signifikansi $> 0,05$ maka H_a diterima. Jadi terdapat pengaruh yang signifikan antara layanan konseling individual dengan perilaku merokok siswa. Berdasarkan hasil di atas, diperoleh r hitung 0,953. Maka berdasarkan r table dengan taraf kepercayaan 0,05 (r table untuk 35 subyek dengan taraf kepercayaan 5% adalah 0,35), diperoleh pengertian bahwa r hitung $< r$ table (**0,953** $<$ **0,35**) maka H_a diterima. Dengan demikian terdapat pengaruh yang signifikan antara layanan konseling individual dengan perilaku merokok siswa.

4.4.Pembahasan Hasil Penelitian

Rokok dalam promosinya, diasosiasikan dengan keberhasilan dan kebahagiaan. Pendapatan dari iklan rokok di Indonesia melalui media massa meningkat, sehingga menimbulkan persepsi bahwa rokok adalah sarana untuk mencapai kedewasaan, mencapai kepercayaan diri dan sebagainya. Hal ini didukung dengan penelitian dari WHO yang memperkirakan bahwa kenaikan jumlah perokok Indonesia, khususnya anak usia muda, karena gencarnya iklan rokok melalui berbagai media, sponsorship pada kegiatan olahraga dan hiburan. Berdasarkan data dari Badan Penelitian dan Pengembangan Departemen Kesehatan Republik Indonesia, prevalensi merokok di luar perkotaan adalah 67 % dibandingkan dengan 58,3 % di perkotaan.

Perilaku merokok merupakan sesuatu kebiasaan atau perilaku yang tidak bisa ataupun sulit untuk ditinggalkan dan dapat ditemui hampir di semua kalangan masyarakat baik pada laki-laki maupun perempuan (Winda, dkk, 2020). Perilaku Merokok di dalam kehidupan sehari-hari sering ditemui dimana-mana, seperti di instansi pemerintahan, dan tempat pendidikan yaitu sekolah (Isa, dkk, 2017). Perilaku merokok pada saat ini masih banyak dilakukan, bahkan merokok dilakukan ketika orang tersebut masih remaja (Amira, dkk, 2019).

Berdasarkan penelitian dari Listiana (2013), didapatkan hasil sebanyak 51% subjek mengkonsumsi rokok kretek dengan filter, rokok putih 33%, serta 16% mengkonsumsi rokok kretek nonfilter. Sehingga dapat dikatakan bahwa mayoritas remaja perokok memiliki tingkat ketergantungan sedang sampai berat sehingga remaja perokok ini cenderung lebih menyukai produk rokok dengan kadar tar dan nikotin yang lebih tinggi dari rokok putih seperti produk rokok kretek dengan filter.

Perilaku merokok kini dianggap sebagai perilaku yang wajar oleh sebagian besar masyarakat, karena merokok sudah dianggap sebagai suatu kebiasaan, gaya hidup dan kehidupan sosial masyarakat. Hal ini dapat disebabkan karena fenomena merokok dapat ditemukan dimana saja seperti di pasar, di kantor, di tempat umum, di sekitar rumah sampai di sekolah. Leavy (Fikriyah & Febrijanto, 2012) mengartikan perilaku merokok sebagai bentuk dari aktivitas membakar rokok dan menghisap rokok yang

menghasilkan asap yang dapat dihirup oleh orang-orang yang berada disekelilingnya.

Rokok bukanlah benda asing lagi, bagi mereka yang hidup dikota maupun didesa. Bagi sebagian orang, rokok menjadi kebutuhan hidup yang tidak bisa di tinggalkan begitu saja dalam kehidupan sehari-hari. Tanpa alasan yang jelas seseorang akan merokok, baik setelah makan, setelah minum the atau kopi, bahkan sambil bekerja. Rokok sudah menjadi budaya manusia dan dikalangan para remaja budaya merokok sudah mulai mengkhawatirkan karena kalangan para remaja menganggap rokok merupakan sebuah trend didalam pergaulan, bahkan di saat kegiatan proses belajar berlangsung siswa tetap berfikir untuk tetap merokok dilingkungan sekolah. Sebagian perokok mulai merokok di saat usia remaja bahkan anak-anak sudah mulai mencoba-coba untuk merokok. Selain merusak kesehatan, prilaku merokok juga digolongkan sebagai bentuk dari kenakalan remaja.

Salah satu cara untuk mereduksi perilaku merokok yang terjadi pada remaja dapat dilakukan dengan cara mengubah pengaruh negatif akibat pandangan diri yang negatif menjadi pikiran yang positif dengan menggunakan teknik restrukturisasi kognitif yaitu suatu teknik yang merupakan bagian dari pendekatan perilaku rasional emotif, dengan membelajarkan diri sendiri, yang pada dasarnya merupakan suatu bentuk penyusunan kembali kognitif, memfokuskan pada perubahan verbalisasi diri dari remaja. Restrukturisasi kognitif mereduksi perilaku merokok dengan cara mengubah cara berpikir. Tujuan dari teknik restrukturisasi kognitif,

yaitu mengubah perilaku merokok dari perilaku negatif ke arah perilaku positif melalui interaksi dengan diri sendiri dan perubahan struktur kognitif (Neenan dan Dryden, 2014).

Zaman digitalisasi saat ini, menjadikan kenakalan remaja semakin semarak dan menarik perhatian untuk dilakukan oleh kalangan remaja, terbukti permasalahannya semakin meningkat. Banyak siswa yang memiliki pengetahuan tentang bahaya merokok, tetapi mereka tetap merokok karena sudah menjadi kebiasaan dan belum mengalami gangguan fisik yang signifikan. Kita tahu bahwa usia remaja adalah usia yang rentan akan pengaruh dari lingkungan luar yang merujuk pada perilaku menyimpang. Salah satu perilaku menyimpang tersebut adalah merokok. Namun dalam kenyataannya merokok bukan merupakan fenomena ganjil dimasyarakat karena masyarakat menganggap wajar perilaku merokok. Namun perlu diperhatikan bahwa lingkungan menjadi sorotan utama terbentuknya suatu perilaku.

Pada dasarnya guru bimbingan dan konseling harus mampu mengatasi masalah merokok pada siswa melalui pelayanan konseling individual . Karena di zaman yang modern ini, perilaku merokok merupakan perilaku yang umum dijumpai. Berasal dari berbagai kelas sosial, berbagai status dan berbagai perbedaan usia. Hal tersebut terjadi karena rokok dapat dengan mudah didapatkan. Kondisi remaja yang merokok saat ini sangatlah banyak, mereka tidak melihat dampak buruk dari merokok. Maka dari itu guru bimbingan konseling dengan segala kemampuannya harus dapat mengatasi

masalah merokok di kalangan pelajar atau siswa perlu adanya upaya layanan konseling individual dalam mengatasi masalah merokok pada siswa agar siswa tidak lagi menjadi perokok.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil peneliti yang penulis lakukan mengenai mengenai kontribusi pelayanan konseling individual dengan teknik CBT terhadap perilaku merokok siswa SMP Negeri 6 Medan, maka penulis akan mengemukakan beberapa kesimpulan sebagai berikut yakni:

1. Dari analisis data telah diuji dan terbukti bahwa terdapat korelasi yang positif penerapan layanan konseling individual terhadap peningkatan perilaku merokok siswa. Berdasarkan data tersebut di atas maka dapat dilakukan pengujian hipotesis dengan membandingkan taraf signifikansi dengan galatnya 0. Jika signifikansi $>0,05$, maka H_0 diterima. Jika Signifikansi $<0,05$, maka H_0 ditolak. Keputusan: Pada penelitian di atas setelah melalui analisa data dengan penurunan hasil nilai mean antara pretest dan posttes yaitu 147.3750 menurun menjadi 146.2500.
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara layanan konseling individual dengan perilaku merokok siswa. Berdasarkan hasil di atas, diperoleh r hitung 0,953. Maka berdasarkan r table dengan taraf kepercayaan 0,05 (r table untuk 35 subyek dengan taraf kepercayaan 5% adalah 0,35), diperoleh pengertian bahwa r hitung $<$ r table (**0,953** $<$ **0,35**) maka H_a diterima. Dengan demikian terdapat hubungan yang signifikan antara layanan konseling individual dengan perilaku merokok siswa.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah dikemukakan maka penulis memberikan saran-saran yakni :

1. Bagi siswa

Bagi siswa disarankan agar lebih bisa mengendalikan diri untuk menghindari ajakan dan pengaruh untuk mendekati rokok dan melakukan kegiatan merokok di usia remaja yang mengandung banyak kerugian karena mengganggu kesehatan dan kepribadian remaja. Selanjutnya lebih mengaktifkan diri untuk mengikuti pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah.

2. Bagi Guru

Diharapkan kepada guru dapat memberikan pengarahan kepada peserta didik terutama memberikan bimbingan khusus baik itu secara kelompok maupun secara individual kepada siswa agar siswa memiliki pengetahuan atau pemahaman baru yang berkaitan dengan perilaku merokok sehingga siswa bisa mendapatkan hasil yang optimal dalam menghindari diri dari perilaku merokok tersebut.

3. Bagi Orang Tua

Diharapkan kepada orang tua untuk dapat memotivasi dan memberikan dukungan penuh kepada anak-anaknya dan memberikan perhatian yang cukup dan yang berkualitas serta memberikan contoh agar anak memiliki dorongan yang kuat untuk menghindari diri dari perilaku merokok dalam pergaulannya.

4. Bagi Pihak Sekolah

Disarankan kepada sekolah untuk bertahap melengkapi sarana dan prasarana yang dibutuhkan dalam proses konseling sehingga mempermudah guru Bimbingan dan Konseling dalam melaksanakan tugasnya disekolah. Selanjutnya memperketat pengawasan hingga wilayah terkecil agar siswa tidak merokok di tempat tersembunyi dalam lingkungan sekolah

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dengan adanya penelitian ini diharapkan kepada peneliti lanjutan dapat memperluas wawasan, pengetahuan sehingga ini dapat dijadikan bahan tambahan bekal di kemudian hari dan memperkuat kajian pada proses penelitian selanjutnya khususnya pada kajian pelayanan bimbingan konseling dan perilaku merokok.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah Salam, 2015. Upaya Layanan Bimbingan dan Konseling dalam Mencegah Siswa Menjadi Perokok di SMPN 15 Yogyakarta, Skripsi, Yogyakarta: Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta,
- Ahmad, Rifa'I, Rif'an, 2010. Merokok Haram, Jakarta: Republik.
- Amti, Erman, 1991. Bimbingan dan Konseling, Jakarta: Rineka Cipta.
- Amirin, Tatang. 1998. Menyusun Rencana Penelitian, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Arikunto, Suharsimi, 1992. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek, Jakarta: Rineka Cipta.
- Badudu, J. S. dan Sutan Mohammad Zain. 1994. Kamus Umum Bahasa Indonesia, Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- Darajat, Zakiyah, 2013. Psikologi Agama, Yogyakarta: Bulan Bintang.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. 1989. Kamus Besar Bahasa Indonesia, Jakarta: Balai Pustaka.
- Departemen Pendidikan Nasional, 2009. Pedoman Pelaksanaan Tugas Guru dan Pengawas Jakarta: Direktorat Jendral Peningkatan Mutu Pendidikan dan Tenaga kependidikan.
- Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta, 2016. Kemiskinan dan Rokok, Yogyakarta: Dinas Kesehatan.
- D Gunarso, Singgih, 1988. Psikologi Untuk Membimbing, Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Hadi, Sutrisno, 2002. Metode Research, Yogyakarta: Andi Offset.
- J. Maleong, Lexy. 1994. Metode Penelitian Kualitatif, Bandung: Rosda karya.
- Kemala, Nasution, Indri. 2018. Jurnal Perilaku Merokok Pada Remaja. Diakses pada tanggal 12 April.
- Kifah, 2016 "Bersama Merajut Asa", Majalah Keluarga Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Klaten, ed. 2.

Lampiran 1. Instrumen Perilaku Merokok (Sebelum Ujicoba)

Instrumen Perilaku Merokok

A. Pendahuluan

Instrumen ini terdiri atas beberapa pernyataan yang menyangkut tentang keterampilan berbicara siswa di depan kelas. Siswa diminta untuk memilih pilihan pernyataan dalam instrumen ini dengan memberikan tanda ceklis (√) pada salah satu kolom pilihan jawaban yang telah disediakan.

Pilihan yang diminta adalah yang dianggap paling sesuai menurut kenyataan yang anda rasakan selama ini. Anda diminta hanya memberikan satu tanda ceklis (√) pada kolom jawaban untuk setiap pernyataan. Disamping itu, isilah semua identitas pada bagian identitas.

B. Identitas Pribadi

Nama :
 Usia :
 Jenis kelamin :
 Kelas :
 Tanggal pengisian :

C. Petunjuk Pengisian

Instrumen ini terdiri atas 50 butir pernyataan mengenai keterampilan berbicara siswa di depan kelas dengan masing-masing pernyataan disediakan empat pilihan jawaban sebagai berikut :

SS : Sangat Sesuai
 S : Sesuai
 TS : Tidak Sesuai
 STS : Sangat Tidak Sesuai

Pilihlah salah satu jawaban dari pernyataan berikut yang menurut anda sangat mencerminkan diri anda dengan memberikan tanda ceklis (√).

No	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya menghabiskan 2-8 batang rokok perhari				
2.	Saya menghabiskan 9-15 batang rokok				

	perhari				
3.	Saya menghabiskan lebih dari 15 batang perhari				
4.	Saya menghabiskan 1-3 batang rokok				
5.	Saya merokok ketika mengerjakan tugas kelompok				
6.	Saya merokok ketika jam istirahat				
7.	Saya merokok ketika guru tidak hadir				
8.	Saya merokok ketika bolos sekolah				
9.	Saya merokok ketika izin permisi				
10.	Saya merokok ketika pergi sekolah				
11.	Saya merokok ketika pulang sekolah				
12.	Saya merokok ketika sehabis makan				
13.	Saya merokok ketika bersama teman				
14.	Saya merokok hanya karena penasaran				
15.	Saya merokok ketika pergi rekreasi				
16.	Saya merokok mengisi waktu luang				
17.	Saya merokok ketika sehabis olahraga				
18.	Saya merokok hanya saat ditawarkan				
19.	Saya merokok saat santai				
20.	Saya merokok ketika dalam masalah				
21.	Saya merokok ketika bermain game				
22.	Saya merokok ketika berkunjung kerumah teman				
23.	Saya merokok ketika memiliki uang berlebih				
24.	Saya merokok ketika tidak ada orang tua				
25.	Saya meminta uang sama orang tua untuk membeli rokok				
26.	Saya pernah kedapatan merokok oleh orang tua				
27.	Saya tidak pernah kedapatan merokok oleh orang tua				
28.	Saya diperbolehkan merokok oleh orang tua				
29.	Saya diberi hukuman yang berat oleh orang tua jika kedapatan merokok				
30.	Saya diberi hukuman yang ringan oleh orang tua jika kedapatan merokok				

31.	Saya pernah kedapatan merokok di sekolah				
32.	Saya di beri hukuman berat ketika kedapatan merokok oleh sekolah				
33.	Saya diberi nasihat oleh guru BK ketika kedapatan merokok di sekolah				
34.	Saya tidak pernah kedapatan merokok di sekolah				
35.	Saya merasa lebih baik jika tidak merokok				
36.	Tanpa merokok saya merasa lebih sehat				
37.	Saya merasa takut atau tidak berkepentingan untuk memberikan perokok sebuah teguran				
38.	Saya tidak merokok				
39.	Saya mempelajari bahaya akibat merokok				
40.	Saya menolak jika diberikan rokok				
41.	Saya merasa tenang tanpa merokok				
42.	Saya percaya bahwa merokok menimbulkan penyakit				
43.	Saya merasa lebih sehat jika tidak merokok				
44.	Saya bisa menabung jika tidak merokok				
45.	Saya merasa bahwa merokok tidak memberi motivasi emosional				
46.	Saya mengisi waktu luang tanpa merokok				
47.	Tanpa merokok waktu belajar saya tidak terganggu				
48.	Saya pernah memberi teguran bagi perokok disekitar				
49.	Saya merasa tidak nyaman jika ada perokok disekitar				
50.	Saya bersedia mengurangi kebiasaan merokok dilingkungan sekolah dan sosial				

T tabel = 1,684

No.	r_{hitung}	t_{hitung}	Status
26.	0,367	2,429	Valid
27.	0,564	4,211	Valid
28.	0,719	6,379	Valid
29.	0,334	2,185	Valid
30.	0,35	2,306	Valid
31.	0,453	3,128	Valid
32.	0,503	3,589	Valid
33.	0,396	2,658	Valid
34.	0,618	4,84	Valid
35.	0,578	4,371	Valid
36.	0,717	6,332	Valid
37.	0,546	4,018	Valid
38.	0,408	2,755	Valid
39.	0,72	6,401	Valid
40.	0,619	4,86	Valid
41.	0,578	4,371	Valid
42.	0,717	6,332	Valid
43.	0,717	6,332	Valid
44.	0,548	4,042	Valid
45.	0,418	2,834	Valid
46.	0,72	6,401	Valid
47.	0,334	2,185	Valid
48.	0,328	2,14	Valid
49.	0,382	2,548	Valid
50.	0,34	2,232	Valid

No.	t_{hitung}	t_{tabel}	Status
51.	-0,168	-1,052	Tidak Valid
52.	0,033	0,204	Tidak Valid
53.	0,578	4,371	Valid
54.	0,717	6,332	Valid
55.	0,548	4,042	Valid
56.	0,418	2,834	Valid
57.	0,72	6,401	Valid
58.	0,247	1,571	Tidak Valid
59.	0,264	1,687	Valid
60.	0,382	2,548	Valid
61.	0,366	2,428	Valid
62.	0,172	1,078	Tidak Valid
63.	0,334	2,185	Valid
64.	0,38	2,532	Valid
65.	0,457	3,165	Valid
66.	0,503	3,589	Valid
67.	0,402	2,71	Valid
68.	0,619	4,86	Valid
69.	0,578	4,371	Valid
70.	0,717	6,332	Valid
71.	0,546	4,018	Valid
72.	0,374	2,488	Valid
73.	0,72	6,401	Valid
74.	0,501	3,567	Valid
75.	0,288	1,855	Valid

Lampiran 3. Reliabilitas Instrumen

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	40	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	40	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.929	.930	50

Summary Item Statistics

Item	Mean	Minimum	Maximum	Range	Maximum / Minimum	Variance	N of Items
Means	3.175	2.500	3.575	1.075	1.430	.047	50

Lampiran 5. Instrumen Penelitian Setelah Ujicoba

Instrumen Perilaku Merokok

A. Pendahuluan

Instrumen ini terdiri atas beberapa pernyataan yang menyangkut tentang keterampilan berbicara siswa di depan kelas. Siswa diminta untuk memilih pilihan pernyataan dalam instrumen ini dengan memberikan tanda ceklis (√) pada salah satu kolom pilihan jawaban yang telah disediakan.

Pilihan yang diminta adalah yang dianggap paling sesuai menurut kenyataan yang anda rasakan selama ini. Anda diminta hanya memberikan satu tanda ceklis (√) pada kolom jawaban untuk setiap pernyataan. Disamping itu, isilah semua identitas pada bagian identitas.

B. Identitas Pribadi

Nama :
Usia :
Jenis kelamin :
Kelas :
Tanggal pengisian :

C. Petunjuk Pengisian

Instrumen ini terdiri atas 50 butir pernyataan mengenai keterampilan berbicara siswa di depan kelas dengan masing-masing pernyataan disediakan empat pilihan jawaban sebagai berikut :

SS : Sangat Sesuai
S : Sesuai
TS : Tidak Sesuai
STS : Sangat Tidak Sesuai

Pilihlah salah satu jawaban dari pernyataan berikut yang menurut anda sangat mencerminkan diri anda dengan memberikan tanda ceklis (√).

No	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya menghabiskan 2-8 batang rokok perhari				
2.	Saya menghabiskan 9-15 batang rokok perhari				
3.	Saya menghabiskan lebih dari 15 batang				

	perhari				
4.	Saya menghabiskan 1-3 batang rokok				
5.	Saya merokok ketika mengerjakan tugas kelompok				
6.	Saya merokok ketika jam istirahat				
7.	Saya merokok ketika guru tidak hadir				
8.	Saya merokok ketika bolos sekolah				
9.	Saya merokok ketika izin permisi				
10.	Saya merokok ketika pergi sekolah				
11.	Saya merokok ketika pulang sekolah				
12.	Saya merokok ketika sehabis makan				
13.	Saya merokok ketika bersama teman				
14.	Saya merokok hanya karena penasaran				
15.	Saya merokok ketika pergi rekreasi				
16.	Saya merokok mengisi waktu luang				
17.	Saya merokok ketika sehabis olahraga				
18.	Saya merokok hanya saat ditawarkan				
19.	Saya merokok saat santai				
20.	Saya merokok ketika dalam masalah				
21.	Saya merokok ketika bermain game				
22.	Saya merokok ketika berkunjung kerumah teman				
23.	Saya merokok ketika memiliki uang berlebih				
24.	Saya merokok ketika tidak ada orang tua				
25.	Saya meminta uang sama orang tua untuk membeli rokok				
26.	Saya diperbolehkan merokok oleh orang tua				
27.	Saya diberi hukuman yang berat oleh orang tua jika kedapatan merokok				
28.	Saya diberi hukuman yang ringan oleh orang tua jika kedapatan merokok				
29.	Saya pernah kedapatan merokok di sekolah				
30.	Saya di beri hukuman berat ketika kedapatan merokok oleh sekolah				
31.	Saya tidak pernah kedapatan merokok di sekolah				
32.	Saya merasa lebih baik jika tidak merokok				

33.	Tanpa merokok saya merasa lebih sehat				
34.	Saya tidak merokok				
35.	Saya mempelajari bahaya akibat merokok				
36.	Saya menolak jika diberikan rokok				
37.	Saya merasa tenang tanpa merokok				
38.	Saya percaya bahwa merokok menimbulkan penyakit				
39.	Saya merasa lebih sehat jika tidak merokok				
40.	Saya bisa menabung jika tidak merokok				
41.	Saya merasa bahwa merokok tidak memberi motivasi emosional				
42.	Saya mengisi waktu luang tanpa merokok				
43.	Tanpa merokok waktu belajar saya tidak terganggu				
44.	Saya pernah memberi teguran bagi perokok disekitar				
45.	Saya merasa tidak nyaman jika ada perokok disekitar				
46.	Saya bersedia mengurangi kebiasaan merokok dilingkungan sekolah dan sosial				

2. Post Test

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46			
1	4	3	4	3	3	3	3	2	2	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	2	3	2	3	4	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	2	2	3	4	3	2	3	4	139			
2	4	3	3	2	4	4	4	4	3	4	3	3	2	4	4	3	3	3	2	3	4	3	2	4	3	3	3	2	4	3	3	2	4	4	2	4	4	4	3	3	3	2	3	4	3	148			
3	4	3	3	4	2	4	4	2	3	3	4	3	3	4	2	4	3	3	3	4	2	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	2	4	3	4	2	3	3	3	4	2	4	3	147			
4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	150				
5	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	169			
6	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	1	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	154			
7	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	156	
8	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	155	
9	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	155	
10	3	3	4	4	2	4	4	2	2	3	3	3	4	4	2	4	3	3	4	4	3	4	2	2	3	3	3	4	4	3	3	4	4	2	4	4	4	2	2	3	3	4	4	3	4	4	150		
11	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	156
12	2	3	4	3	3	3	3	4	4	2	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	152	
13	3	3	3	4	4	2	2	4	3	4	3	3	3	4	4	2	3	3	3	4	3	3	2	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	2	3	2	4	3	4	3	3	3	4	3	2	2	144	
14	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	140	
15	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	143
16	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	141
17	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	3	4	3	3	3	3	3	4	2	143		
18	3	3	4	2	4	3	3	4	3	3	3	3	4	2	4	3	3	3	4	2	4	3	3	4	3	3	3	4	2	3	3	4	2	4	3	3	3	4	3	3	3	4	2	4	3	3	146		
19	4	1	3	3	4	3	3	4	2	4	4	1	3	3	4	3	1	1	3	3	1	4	1	3	4	4	1	3	3	4	1	3	3	4	3	3	3	4	2	4	1	3	3	1	3	3	129		
20	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	2	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	155		

Lampiran 7. Deskripsi Data Hasil Penelitian

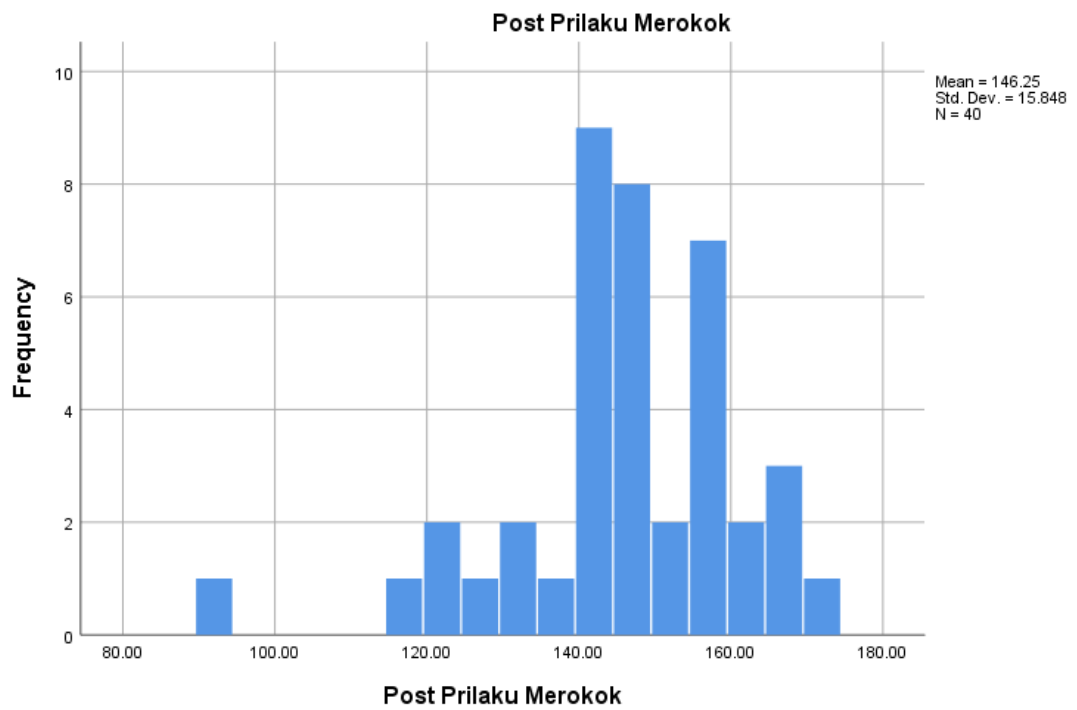
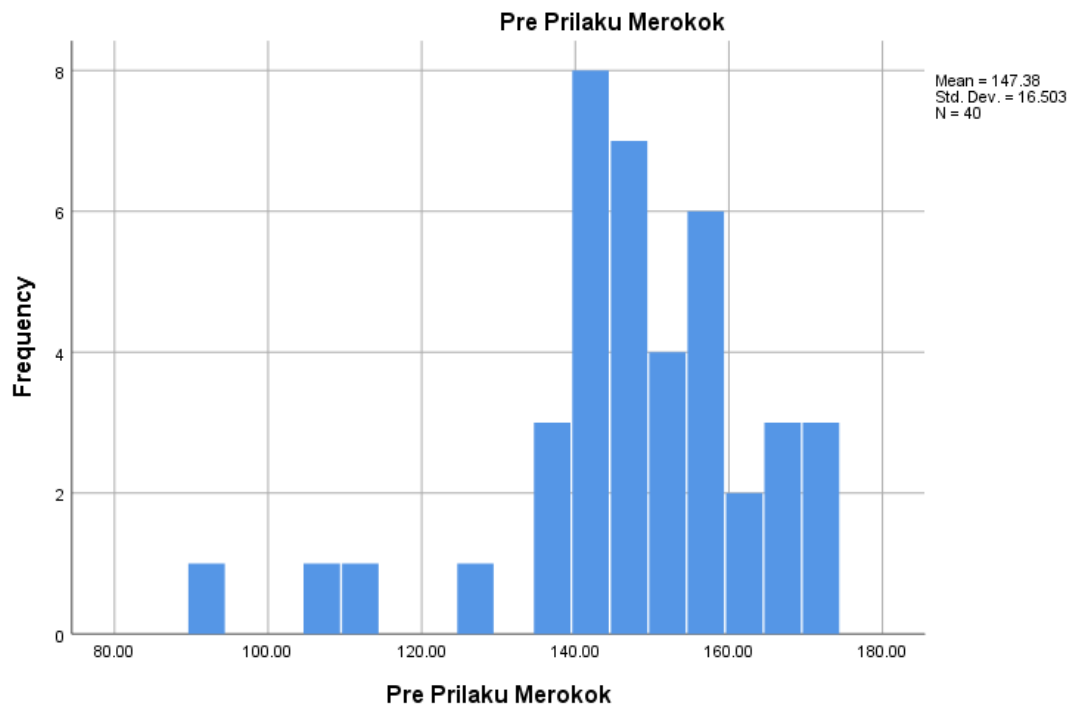
Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pre Prilaku Merokok	40	92.00	174.00	147.3750	16.50282
Post Prilaku Merokok	40	92.00	174.00	146.2500	15.84824
Valid N (listwise)	40				

Statistics

		Pre Prilaku Merokok	Post Prilaku Merokok
N	Valid	40	40
	Missing	0	0
Mean		147.3750	146.2500
Median		146.5000	147.0000
Mode		146.00 ^a	143.00 ^a
Std. Deviation		16.50282	15.84824
Variance		272.343	251.167
Minimum		92.00	92.00
Maximum		174.00	174.00
Sum		5895.00	5850.00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown



Lampiran 8. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Pre Prilaku Merokok	Post Prilaku Merokok
N		40	40
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	147.3750	146.2500
	Std. Deviation	16.50282	15.84824
Most Extreme Differences	Absolute	.160	.147
	Positive	.076	.061
	Negative	-.160	-.147
Test Statistic		.160	.147
Asymp. Sig. (2-tailed)		.011 ^c	.030 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Pre Prilaku Merokok	40	147.3750	16.50282	92.00	174.00
Post Prilaku Merokok	40	146.2500	15.84824	92.00	174.00

139	154	156	141		127	153	149	145
148	156	152	143		143	156	164	143
147	155	144	146		141	156	142	147
150	155	140	129		149	157	144	123
169	150	143	155		169	147	142	156

Lampiran 9. Uji Hipotesis (Hasil Penelitian)

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Pre Prilaku Merokok	147.3750	16.50282	40
Post Prilaku Merokok	146.2500	15.84824	40

Correlations

		Pre Prilaku Merokok	Post Prilaku Merokok
Pre Prilaku Merokok	Pearson Correlation	1	.953**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	40	40
Post Prilaku Merokok	Pearson Correlation	.953**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	40	40

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Lampiran 10. Dokumentasi

Lampiran 11. Tabel Konsultasi

α untuk Uji Satu Pihak (<i>one tail test</i>)						
dk	0,25	0,10	0,05	0,025	0,01	0,005
	α untuk Uji Dua Pihak (<i>two tail test</i>)					
	0,50	0,20	0,10	0,05	0,02	0,01
1	1,000	3,078	6,314	12,706	31,821	63,657
2	0,816	1,886	2,920	4,303	6,965	9,925
3	0,765	1,638	2,353	3,182	4,541	5,841
4	0,741	1,533	2,132	2,776	3,747	4,604
5	0,727	1,476	2,015	2,571	3,365	4,032
6	0,718	1,440	1,943	2,447	3,143	3,707
7	0,711	1,415	1,895	2,365	2,998	3,499
8	0,706	1,397	1,860	2,306	2,896	3,355
9	0,703	1,383	1,833	2,262	2,821	3,250
10	0,700	1,372	1,812	2,228	2,764	3,169
11	0,697	1,363	1,796	2,201	2,718	3,106
12	0,695	1,356	1,782	2,179	2,681	3,055
13	0,692	1,350	1,771	2,160	2,650	3,012
14	0,691	1,345	1,761	2,145	2,624	2,977
15	0,690	1,341	1,753	2,131	2,602	2,947
16	0,689	1,337	1,746	2,120	2,583	2,921
17	0,688	1,333	1,740	2,110	2,567	2,898
18	0,688	1,330	1,734	2,101	2,552	2,878
19	0,687	1,328	1,729	2,093	2,539	2,861
20	0,687	1,325	1,725	2,086	2,528	2,845
21	0,686	1,323	1,721	2,080	2,518	2,831
22	0,686	1,321	1,717	2,074	2,508	2,819
23	0,685	1,319	1,714	2,069	2,500	2,807
24	0,685	1,318	1,711	2,064	2,492	2,797
25	0,684	1,316	1,708	2,060	2,485	2,787
26	0,684	1,315	1,706	2,056	2,479	2,779
27	0,684	1,314	1,703	2,052	2,473	2,771
28	0,683	1,313	1,701	2,048	2,467	2,763
29	0,683	1,311	1,699	2,045	2,462	2,756
30	0,683	1,310	1,697	2,042	2,457	2,750
40	0,681	1,303	1,684	2,021	2,423	2,704
60	0,679	1,296	1,671	2,000	2,390	2,660
120	0,677	1,289	1,658	1,980	2,358	2,617
∞	0,674	1,282	1,645	1,960	2,326	2,576

Lampiran 2. RPL layanan konseling individual

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL

1. Topik permasalahan : mereduksi perilaku merokok siswa
2. Bidang bimbingan : bimbingan belajar
3. Jenis layanan : konseling individual
4. Fungsi layanan : pemahaman, penyesuaian, pencegahan
5. Tujuan kegiatan : agar konseli bisa mereduksi merokok
6. Sasaran : siswa
7. Rencana kegiatan :
8. Hari/ tanggal : 7 november 2022
9. Waktu : 13.00 wib
10. Tempat penyelenggara : SMP negeri 6 medan
11. Penyelenggara layanan: Taufik Abdullah siregar
12. Pihak yang di libatkan : ismail (guru bk)
13. Langkah-langkah awal :

Tahap awal

- a. Membangun hubungan konseling dengan melibatkan konseli yang bermasalah.
- b. Memperjelas dan mendefinisikan masalah
- c. Membuat perajakan alternative bantuan untuk mengatasi masalah

Tahap pertengahan

- a. Menjelajahi dan mengeksplorasi masalah serta kepedulian konseli dengan lingkungan nya dalam mengatasi masalah yang dialami nya.
- b. Menjaga hubungan konseling selalu terpelihara


Tahap akhir

- a. Memutuskan perubahan sikap dan perilaku yang memadai dan terjadinya menyusun rencana pada konseli
- b. Konseli mapu berpikir secara positif
- c. Mengakhiri hubungan konseli

Mahasiswa

Taufik Abdullah siregar

Lampiran 13. Berkas Surat Menyurat



**MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website: <http://www.ummu-su.ac.id> E-mail: ummu@ummu-su.ac.id



Form : K - 1

Kepada Yth. Bapak Ketua & Sekretaris
Program Studi Bimbingan dan Konseling
FKIP U/MSU

Perihal **PERMOHONAN PERSETUJUAN JUDUL SKRIPSI**


Dengan hormat yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Mahasiswa Taufik Abdullah Siregar
NPM 1602080053
Prog. Studi Bimbingan dan Konseling
Kredit Kumulatif 143 SKS IPK = 2.62

Persetujuan Ket./Sekret. Prog. Studi	Judul yang Diajukan	Disahkan oleh Dekan Fakultas
	Pengaruh Konseling Individual dengan Pendekatan <i>Cognitive Behavior</i> dalam Mereduksi Perilaku Merokok Siswa SMP Negeri 6 Medan	
	Efektivitas Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Menggunakan Pendekatan Behavioristik di SMP Negeri 6 Medan	
	Efektivitas Bimbingan Kelompok Terhadap Kecemasan Siswa Menggunakan Pendekatan Behavioristik di SMP Negeri 6 Medan	

Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pemeriksaan dan persetujuan serta pengesahan, atas kesediaan Bapak saya ucapkan terima kasih.

Medan, Juni 2022
Hormat Pemohon,


Taufik Abdullah Siregar

Keterangan
Dibuat rangkap 3 : - Untuk Dekan Fakultas
- Untuk Ketua Sekretaris Program Studi
- Untuk Mahasiswa yang bersangkutan



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
 UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
 FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
 Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
 Website <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail fkip@umsu.ac.id

Form K-2

Kepada : Yth. Ibu Ketua/Sekretaris
 Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling
 FKIP UMSU

Assalamu'alaikum Wr, Wb

Dengan hormat, yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama Mahasiswa : Taufik Abdullah Siregar
 NPM : 1602080053
 Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling

Mengajukan permohonan persetujuan proyek proposal/risalah/makalah/skripsi sebagai tercantum di bawah ini dengan judul sebagai berikut:

Pengaruh Konseling Individual dengan Pendekatan *Cognitive Behavior* dalam Mereduksi Perilaku Merokok Siswa SMP Negeri 6 Medan

Sekaligus saya mengusulkan/ menunjuk Bapak/ Ibu:

1. Gusman Lesmana, S.Pd., M.Pd.

Sebagai Dosen Pembimbing Proposal/Risalah/Makalah/Skripsi saya.

Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pengurusan selanjutnya. Akhirnya atas perhatian dan kesediaan Bapak/ Ibu saya ucapkan terima kasih.

Medan, Juni 2022
 Hormat Pemohon,

Taufik Abdullah Siregar

Keterangan

Dibuat rangkap 3

- Untuk Dekan/Fakultas
- Untuk Ketua/Sekretaris Prog. Studi
- Untuk Mahasiswa yang Bersangkutan

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA**
Jln.Kap.Mukhtar Basri No.3 Telp.6622400 Medan20217 Form : K3

Nomor : //64/IL3.AU/UMSU-02/F/2022
Lamp. : ---
Hal : **Pengesahan Proyek Proposal
Dan Dosen Pembimbing.**

Assalamu 'alaikum Wr.Wb.

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara menetapkan proyek proposal/risalah/makalah/skripsi dan dosen pembimbing bagi mahasiswa yang tersebut dibawah ini:

Nama : **Taufik Abdullah Siregar**
N P M : 1602080053
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Penelitian : Pengaruh Konseling Individual dengan Pendekatan Cognitive Behavior dalam Mereduksi Perilaku Merokok Siswa SMP Negeri 6 Medan.

Pembimbing : Gusman Lesmana,S.Pd,M.Pd.

Dengan demikian mahasiswa tersebut diatas diizinkan menulis/risalah/makalah/skripsi dengan ketentuan sebagai berikut :

- 1 Penulis berpedoman kepada ketentuan yang telah ditetapkan oleh Dekan.
- 2 Proyek proposal/risalah/makalah/skripsi dinyatakan BATAL apabila Tidak selesai dalam waktu yang telah ditentukan.
- 3 Masada luarsatanggal : **11 Juni 2023**

Medan, 11 Dzulkaidah 1443 H
11 Juni 2022 M



Dekan

Dra. Hj. Svamsuurnita, M.Pd.
NIP: 196706041993032002

Dibuat rangkap 4 (empat)
1. Fakultas (Dekan)
2. Ketua Program Studi
3. Pembimbing
4. Mahasiswa yang bersangkutan:
WAJIB MENGIKUTI SEMINAR



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website: <http://www.iau.umsu.ac.id> E-mail: iaumsu@umsu.ac.id



BERITA ACARA BIMBINGAN PROPOSAL

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Jurusan/Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling
Nama Lengkap : Taufik Abdullah Siregar
N.P.M : 1802080053
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Pengaruh Konseling Individual dengan Pendekatan *Cognitive Behavior* dalam Mereduksi Perilaku Merokok Siswa SMP Negeri 6 Medan

Tanggal	Deskripsi Hasil Bimbingan Proposal	Paraf
10 Januari	Membaca Proposal latar belakang	
31 Januari	Pembacaan latar belakang	
2 Februari	Arahan dalam menentukan rumusan masalah penelitian	
3 Februari	Arahan kerdasan teori yang digunakan dalam penelitian	
14 Februari	Arahan mendeskripsikan kuantitatif	
15 Februari	Arahan metode metode dalam penelitian	
17 Februari	Pembacaan pembahasan latar belakang	
16 Februari	Pembacaan dalam pendidikan masalah	
16 Februari 2022	Pembacaan kerdasan teori	
17 Maret 2022	Pembacaan metode penelitian	
18 Februari 2022	Kuantitatif	
22 Maret	Pembacaan metode dalam penelitian	

Diketahui oleh
Ketua Prodi

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd

Medan, Juni 2022

Dosen Pembimbing

Gusnan Lesmana, S.Pd., M.Pd



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. 061-6622400 Ext. 22, 23, 30
Website: <http://www.kapsumma.ac.id/> and <http://ummu.ac.id/>

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

BERITA ACARA SEMINAR PROPOSAL SKRIPSI

Pada hari ini Selasa, Tanggal 21 Juni 2022 telah diselenggarakan seminar proposal skripsi atas nama mahasiswa di bawah ini.

Nama Lengkap : Taufik Abdullah Siregar
N.P.M : 1802080053
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Pengaruh Konseling Individual dengan Pendekatan Cognitive Behavior dalam Mereduksi Perilaku Merokok Siswa SMP Negeri 6 Medan

No.	Masukan dan Saran
Judul	Pengaruh konseling individual dengan pendekatan Cognitive behavior dalam mereduksi perilaku merokok siswa SMP Negeri 6 Medan
Bab I	latar belakang masalah
Bab II	faktor-faktor operasional perilaku merokok pada remaja
Bab III	- Definisi operasional variabel - waktu dan tempat penelitian
Lainnya	
Kesimpulan	<input type="checkbox"/> Ditolak <input type="checkbox"/> Ditolak <input type="checkbox"/> Ditolak Dengan Adanya Perbaikan

Dosen Pembahas

Dra. Jannah, M.Pd.

Dosen Pembimbing

Gusman Lesmana, S.Pd., M.Pd.

Panitia Pelaksana,

Ketua

M. Fauzi Hestibunn, S.Pd., M.Pd.

Sekretaris

Sri Ngayomi YW, S.Psi, M.Psi



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
 UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
 FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
 Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. 061-6622400 Fax. 22. 23. 30
 Website: <http://www.fkip.umma.ac.id/> <http://www.umma.ac.id/>

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

LEMBAR PENGESAHAN HASIL SEMINAR PROPOSAL.

Proposal yang sudah diseminarkan oleh mahasiswa di bawah ini :

Nama Lengkap : Taufik Abdullah Siregar
 N.P.M : 1802080053
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling
 Judul Skripsi : Pengaruh Konseling Individual dengan Pendekatan Cognitive Behavior dalam Mereduksi Perilaku Merokok Siswa SMP Negeri 6 Medan

Pada hari Selasa, Tanggal 21 Juni 2022 sudah layak menjadi proposal skripsi

Medan, Agustus 2022

Disetujui oleh :

Dosen Pembahas

Dr. Jamila M.Pd

Dosen Pembimbing

Gasman Lesmann, S.Pd., M.Pd

Diketahui oleh
 Ketua Program Studi

M. Fanni Hasmawan, S.Pd., M.Pd



**MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp.061-6619056 Ext. 22, 23, 30
Website: <http://www.fkip.ummu.ac.id> E-mail: fkip@ummu.ac.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

SURAT KETERANGAN

NO.:

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, menerangkan di bawah ini:

Nama Lengkap : Taufik Abdullah Siregar
N.P.M : 1802080053
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Pengaruh Konseling Individual dengan Pendekatan Cognitive Behavior dalam Mereduksi Perilaku Merokok Siswa SMP Negeri 6 Medan

benar telah melakukan seminar proposal skripsi pada hari Selasa, Tanggal 21 Juni 2022.

Demikianlah surat keterangan ini dibuat untuk memperoleh surat izin riset dari Dekan Fakultas. Atas kesediaan dan kerjasama yang baik, kami ucapkan terima kasih.

Medan, Agustus 2022
Diketahui oleh,
Ketua Prodi


M. Fauzi Hasibuan, S.Pd, M.Pd



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp.061-6619056 Ext. 22, 23, 30
Website: <http://www.fkip.ummu.ac.id> E-mail: fkip@ummu.ac.id

SURAT PERNYATAAN

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama Lengkap : Taufik Abdullah Siregar
N.P.M : 1802080053
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Pengaruh Konseling Individual dengan Pendekatan Cognitive Behavior dalam Mereduksi Perilaku Merokok Siswa SMP Negeri 6 Medan

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Penelitian yang saya lakukan dengan judul di atas belum pernah diteliti di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
2. Penelitian ini akan saya lakukan sendiri tanpa ada bantuan dari pihak manapun dengan kata lain penelitian ini tidak saya tempahkan (dibuat) oleh orang lain dan juga tidak tergolong *Plagiat*.
3. Apabila point 1 dan 2 di atas saya langgar maka saya bersedia untuk dilakukan pembatalan terhadap penelitian tersebut dan saya bersedia mengulang kembali mengajukan judul penelitian yang baru dengan catatan mengulang seminar kembali.

Demikian surat pernyataan ini saya perbuat tanpa ada paksaan dari pihak manapun juga, dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, Agustus 2022
Hormat saya
Yang membuat pernyataan,



Taufik Abdullah Siregar

Diketahui oleh Ketua Program Studi
Bimbingan dan Konseling

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd, M.Pd



Esis merajawati kurni fir agar diastidakan nomor san langgafika

MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PENELITIAN & PENGEMBANGAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Jalan Kapten Mochtar Beeri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6622400
 Website : <http://fkip.umsu.ac.id> E-mail : fkip@yahoo.co.id

Nomor : 1680/IL.3.AU/UMSU-02/F/2022 Medan, 18 Muharram 1444 H
 Lamp : --- 16 Agustus 2022 M
 Hal : Permohonan Izin Riset

Kepada Yth, Bapak/ Ibu Kepala
 SMP Negeri 6 Medan
 di
 Tempat

Bismillahirrahmanirrahim
Assalamu'alaikum Wr. Wb

Wa ba'du, semoga kita semua sehat wal'afiat dalam melaksanakan kegiatan/aktifitas sehari-hari, sehubungan dengan semester akhir bagi mahasiswa wajib melakukan penelitian/riset untuk pembuatan skripsi sebagai salah satu syarat penyelesaian Sarjana Pendidikan, maka kami mohon kepada Bapak/Ibu memberikan izin kepada mahasiswa untuk melakukan penelitian/riset di tempat Bapak/Ibu pimpin. Adapun data mahasiswa kami tersebut sebagai berikut :

Nama : Taufik Abdullah Siregar
 NPM : 1602080053
 Program Studi : Bimbingan Konseling
 Judul Skripsi : Pengaruh Konseling Individual dengan Pendekatan *Cognitive Behavior* dalam Mereduksi Prilaku Merokok Siswa di SMP Negeri 6 Medan

Demikian hal ini kami sampaikan, atas perhatian dan kesediaan serta kerjasama yang baik dari Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih. Akhirnya selamat sejahteralah kita semuanya, Amin.



Dekan

 Dra. Hj. Syamsuyurnita, M.Pd
 NIDN 0004066702

Pertinggal





PEMERINTAH KOTA MEDAN
DINAS PENDIDIKAN
UPT SEKOLAH MENENGAH PERTAMA (SMP) NEGERI 6 MEDAN
Jl. Bahagia No. 42 Kel. Teladan Timur Kec. Medan Kota, Medan 20217 Telp. (061) 7333802
Website : www.smpnegeri6mdn.com Email : smpn6mdn@gmail.com

SURAT KETERANGAN
Nomor : 421.3/ 1164 /2022

Yang bertanda tangan dibawah ini


Nama : **ARIFUDDIN, S.Pd**
NIP : 19640820 198603 1 005
Pangkat/Gol : Pembina Tk. I / IV b
Jabatan : Kepala Sekolah
Unit Kerja : UPT SMP Negeri 6 Medan

Menerangkan bahwa :

Nama : **TAUFIK ABDULLAH SIREGAR**
NIM : 1602080053
Jurusan : Bimbingan Konseling
Fakultas : Keguruan Dan Ilmu Pendidikan (FKIP)
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammdiyah Sumatera Utara

Benar telah melaksanakan penelitian di UPT SMP Negeri 6 Medan dengan judul "Pengaruh Konseling Individual dengan Pendekatan *Cognitive Behavior* dalam Mereduksi Prilaku Merokok Siswa di SMP Negeri 6 Medan"

Demikian Surat Keterangan ini dibuat dengan sebenarnya dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya

Medan, 18 November 2022
Kepala UPT SMP Negeri 6 Medan,

ARIFUDDIN, S.Pd
Pembina Tk. I
NIP. 19640820 198603 1 005