

**KEEFEKTIFAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK
MODELLING UNTUK MEREDUKSI PERILAKU MEROKOK PADA
SISWA SMA MUHAMMADIYAH 1 IMOGIRI**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta untuk Memenuhi
Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana
Strata Satu (S1) Pendidikan**



Disusun Oleh :

Nurul Faizah 1900001197

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS AHMAD DAHLAN
YOGYAKARTA
2023**

HALAMAN JUDUL

**KEEFEKTIFAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK
MODELLING UNTUK MEREDUKSI PERILAKU MEROKOK PADA
SISWA SMA MUHAMMADIYAH 1 IMOGIRI**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta
Guna Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar
Sarjana Strata Satu (S1) Pendidikan**

Disusun Oleh:

Nama : Nurul Faizah

NIM : 1900001197

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Ahmad Dahlan

YOGYAKARTA

2023

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

KEEFEKTIFAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK
MODELLING UNTUK MEREDUKSI PERILAKU MEROKOK PADA
SISWA SMA MUHAMMADIYAH 1 IMOIRI

Yang dipersiapkan dan disusun oleh



Nurul Faizah

1900001197

Telah disetujui oleh

Dosen Pembimbing Skripsi Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Ahmad Dahlan
dan Dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diajukan

Dosen Pembimbing,



Tri Sutanti, S.Pd., M.Pd

NIPM 19850421 201208 011 1141186

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

KEEFEKTIFAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK
MODELLING UNTUK MEREDUKSI PERILAKU MEROKOK PADA
SISWA SMA MUHAMMADIYAH 1 IMOIRI

Yang dipersiapkan dan disusun oleh

Nurul Faizah

1900001197

Telah disetujui oleh

Dosen pembimbing skripsi Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Ahmad Dahlan
dan Dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diajukan

Yogyakarta, 14 September 2023

Mengetahui,

Kaprodi



Irvan Budhi Handaka, S.Pd., M.Pd

NIPM. 19880403 201208 111 113812

Dosen Pembimbing



Tri Sutanti, S.Pd., M.Pd

NIPM. 19850421 201208 011 1141186

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**KEEFEKTIFAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK
MODELLING UNTUK MEREDUKSI PERILAKU MEROKOK PADA
SISWA SMA MUHAMMADIYAH 1 IMOGIRI**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh :

Nurul Faizah

1900001197

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing Skripsi Program Studi Bimbingan dan
Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Dan dinyatakan telah
memenuhi syarat untuk diajukan

SUSUNAN PANITIA UJIAN SKRIPSI

Ketua

: Tri Sutanti, M.Pd

Penguji 1

: Prof. Dr Siti Partini Suardiman, S.U

Penguji 2

: Dr. Caraka Putra Bhakti, M.Pd



Yogyakarta, September 2023

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Ahmad Dahlan

Dekan,



Muhammad Sayuti, M.Pd., M.Ed., Ph.D.

NIPM. 19710317 201601 111 0763769

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nurul Faizah
Nim : 1900001197
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Email : nurul1900001197@webmail.uad.ac.id
Judul Tugas Akhir : KEEFEKTIFAN KONSELING KELOMPOK DENGAN
TEKNIK MODELLING UNTUK MEREDUKSI
PERILAKU MEROKOK PADA SISWA SMA
MUHAMMADIYAH 1 IMOGIRI

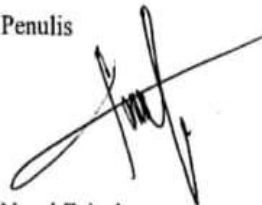
Dengan ini menyatakan bahwa

1. Hasil karya yang saya serahkan ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar kesarjanaan di Universitas Ahmad Dahlan maupun di institusi pendidikan lainnya.
2. Hasil karya saya ini bukan saduran/terjemahan melainkan merupakan gagasan, rumusan, dan hasil pelaksanaan dari penelitian/implementasi saya sendiri tanpa bantuan pihak lain kecuali arahan pembimbing akademik dan narasumber penelitian
3. Hasil karya saya ini merupakan hasil revisi terakhir yang telah ditulis sendiri dan tidak dipublikasikan orang lain sebelumnya, kecuali digunakan sebagai acuan dalam naskah dengan menyebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila dikemudian hari terbukti ada penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena saya ini serta sanksi lain sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Ahmad Dahlan

Yogyakarta, September 2023

Penulis



Nurul Faizah
NIM. 1900001197

PERNYATAAN PERSETUJUAN AKSES

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nurul Faizah
Nim : 1900001197
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Email : nurul1900001197@webmail.uad.ac.id
Judul Tugas Akhir : KEEFEKTIFAN KONSELING KELOMPOK DENGAN
TEKNIK MODELLING UNTUK MEREDUKSI
PERILAKU MEROKOK PADA SISWA SMA
MUHAMMADIYAH 1 IMOGIRI

Dengan ini saya menyerahkan hak sepenuhnya kepada Pusat Sumber Belajar Universitas Ahmad Dahlan untuk menyimpan, mengatur akses serta melakukan akhir elektronik terhadap karya saya ini dengan mengacu pada ketentuan akses tugas akhir elektronik sebagai berikut (beri tanda pada kotak):



Saya mengizinkan karya tersebut diunggah ke dalam aplikasi *Repository* Pusat Sumber Belajar Universitas Ahmad Dahlan.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Mengetahui,

Dosen Pembimbing

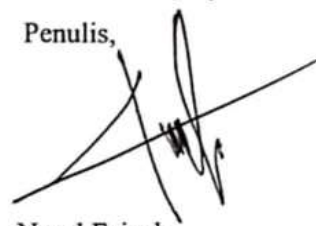


Tri sutanti, S.Pd., M.Pd

NIPM. 19850421 201208 011 1141186

Yogyakarta, 14 September 2023

Penulis,



Nurul Faizah

NIM 1900001197

SURAT PERNYATAAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nurul Faizah
Nim : 1900001197
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Perguruan Tinggi : Universitas Ahmad Dahlan

Menyatakan bahwa Skripsi "Keefektifan Konseling Kelompok Dengan Teknik Modelling Untuk Mereduksi Perilaku Merokok Pada Siswa SMA Muhammadiyah 1 Imogiri " ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan sepanjang pengetahuan saya tidak berisi materi yang ditulis orang lain sebagai persyaratan penyelesaian studi di Perguruan Tinggi ini ataupun Perguruan Tinggi lain kecuali bagian bagian tertentu yang saya ambil sebagai acuan dengan mengikuti tata cara dan etika penulisan karya ilmiah yang lazim

Apabila pernyataan terbukti bahwa pernyataan ini tidak benar, hal tersebut sepenuhnya menjadi tanggung jawab saya .

Yogyakarta, 14 September 2023

Penulis:



Nurul

NIM. 1900001197

MOTTO

“Allah tidak akan membebani seseorang melainkan sesuai
dengan kesanggupannya”
(Q.S Al-Baqarah 286)

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan KarunniaNya, sehingga dapat mengiringi penulis dalam menyelesaikan Skripsi ini. Dengan segala kerendahan hati, skripsi ini saya persembahkan kepada:

Kedua orang tua saya, ayahanda Drs. Raswan dan ibunda Dra. Agustini. M.Ag, sebagai tanda bukti dan hormat serta rasa terima kasih yang tiada terhingga ku persembahkan karya kecil ini kepada ayah dan bunda yang telah memberikan kasih sayang dan segala dukungan, serta cinta kasih yang tiada terhingga yang hanya dapat ku balaskan dengan selembar kertas ini yang bertuliskan cinta dan persembahan. Semoga ini menjadi langkah awal untuk membuat ibunda dan ayahanda bahagia, karena ku sadar selama ini belum bisa berbuat lebih. Untuk kedua orang tua ku, kakak ku Superty Semardini dan adik ku Ahmad Aulia Mumtaz yang paling ku cinta, terimakasih selama ini banyak memberikan semangat, motivasi, dukungan, selalu mendoakan ku, selalu menyirami kasih sayang dan selalu menasehati ku untuk menjadi yang lebih baik agar penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT. Yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya kepada penulis sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Shalawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW. Yang telah membawa umat manusia ke zaman yang terang. Pada kesempatan ini, penulis menyampaikan terimakasih kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan, arahan, dan dorongan selama penulis menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Muchlas, M.T., Rektor Universitas Ahmad Dahlan yang telah memberi kesempatan kepada penulis untuk menimba ilmu di lembaga ini.
2. Muhammad Sayuti, S.Pd., M.Pd., M.Ed., Ph.D., Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Ahmad Dahlan yang telah memberikan izin penelitian kepada penulis untuk menyelesaikan tugas proposal skripsi ini.
3. Irvan Budhi Handaka, S.Pd., M.Pd., Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan pengarahan serta dorongan kepada penulis untuk penyusunan proposal skripsi.
4. Tri Susanti, S.Pd., M.Pd., Dosen pembimbing yang telah memberikan pengarahan, petunjuk-petunjuk serta dorongan kepada penulis untuk penyusunan proposal skripsi.
5. Seluruh keluarga besar Dosen di Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Ahmad Dahlan yang telah memberikan banyak ilmu pengetahuan dan motivasi, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Seluruh Staf Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta yang telah memberikan kemudahan dan bantuan dalam penulisan proposal skripsi;
7. Kepala SMA Muhammadiyah 1 Imogiri, Bantul Yogyakarta Ibu Tutik Lestari, S.Pd. M.Pd yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk melakukan penelitian
8. Guru BK SMA Muhammadiyah 1 Imogiri, Bantul Yogyakarta Ibu Rahayu Nawangsari S.Pd yang telah memberikan kesempatan serta arahan dalam

melakukan penelitian, peneliti sangat berterimakasih atas waktu dan tempat yang telah disediakan.

9. Peserta didik XI IPS SMA Muhammadiyah 1 Imogiri atas kesediaannya dalam membantu penelitian.
10. Terimakasih kepada kedua orang tua tercinta Ayahanda Drs. Raswan dan Ibunda Dra. Agustini. M.Ag yang selalu menjadi penyemangat penulis sebagai sandaran terkuat dari kerasnya dunia, yang tiada hentinya mendoakan, menasehati, dan mensupport saya baik dhoir maupun batin, kasih sayang yang tiada hentinya kepada saya sampai akhirnya saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Terimakasih telah menjadi support system terbaik bagi saya.
11. Terimakasih kepada kakak saya Superty Semardini yang selalu membantu saya dalam segala hal, mendoakan dan memberikan motivasi sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini.
12. Sahabatku dari kecil Aninditya Safitri dan Muhammad Fariq terimakasih banyak sudah menjadi sahabat terbaik yang selalu mendukung dan selalu memberikan semangat.
13. Sahabat peneliti sejak bersekolah yaitu, Dewi Nurlaelasari, Fikrah Mardatillah, Hafifah Dinni Antika, Shofiyani Azmi, Amelya Yolanda, Arizah Al-Qisthi, Fitri Farihatul Jannah yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada peneliti selama menjalankan perkuliahan.
14. Teman Kost saya Rina Mutiara yang selalu memberikan support, dan pelukan hangat layaknya keluarga sehingga peneliti semangat dalam mengerjakan skripsi ini.
15. Terimakasih kepada keluarga besar canda tawa dan keluarga besar BK E 2019 yang selalu beriringan saling memberi dukungan dari semester awal hingga saat ini.
16. Kepada semua pihak yang turut membantu dan mendukung, baik secara moral maupun material yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu, saya ucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya, semoga Allah SWT meridhoi dan memberikan kemudahan bagi kita semua, Aaamin Ya Rabbal Alamin.

17. Terakhir, terimakasih untuk diri sendiri, karena telah mampu berusaha keras dan berjuang sejauh ini. Mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan diluar keadaan dan tak pernah memutuskan menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini dengan menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin, ini merupakan pencapaian yang patut dibanggakan untuk diri sendiri.

Teriring doa semoga bantuan dan amal kebaikan yang diberikan kepada penulis mendapatkan imbalan pahala dan Ridho Allah SWT. Penulis menyadari skripsi ini jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun penulis harapkan untuk kesempurnaan proposal ini.

Yogyakarta, 14 September 2023

Penulis



Nurul Faizah
NIM. 1900001197

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	Error! Bookmark not de
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT	v
PERNYATAAN PERSETUJUAN AKSES	vi
SURAT PERNYATAAN	vii
MOTTO	viii
PERSEMBAHAN.....	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR GRAFIK	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
ABSTRAK	xx
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	8
C. Pembatasan Masalah.....	9
D. Rumusan Masalah.....	9
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat Penelitian	9
BAB II LANDASAN TEORI	11
A. Deskripsi Teoritik	11
1. Perilaku Merokok.....	11
a. Pengertian Merokok	11
b. Tipe-Tipe Perilaku Merokok	13
c. Aspek-Aspek Perilaku Merokok	16
d. Faktor-Faktor Pendorong Perilaku Merokok	19

e. Dampak Merokok.....	21
f. Cara Mereduksi Perilaku Merokok	24
2. Konseling Kelompok	29
a. Pengertian Konseling Kelompok.....	29
b. Tujuan Layanan Konseling Kelompok.....	32
c. Asas-Asas Konseling Kelompok.....	35
d. Tahapan-Tahapan Konseling Kelompok.....	38
3. Teknik Modelling.....	42
a. Pengertian Teknik Modelling	42
b. Tujuan Teknik Modelling.....	43
c. Tipe-Tipe Teknik Modelling	44
d. Langkah-Langkah Teknik Modelling.....	47
e. Tahapan Teknik Modelling	49
B. Kajian Penelitian Yang Relevan	52
C. Kerangka Pikir	54
D. Hipotesis Penelitian	58
BAB III METODE PENELITIAN	59
A. Jenis Penelitian	59
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	62
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	63
D. Variabel Penelitian.....	64
E. Definisi Operasional	65
F. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	65
G. Validitas dan Realibilitas Instrumen Penelitian.....	69
H. Teknik Analisis Data	71
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	733
A. Persiapan Penelitian	733
B. Pelaksanaan Penelitian.....	744
1. Pelaksanaan <i>Pretest</i>	744
2. Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Modelling.....	76

3. Pelaksanaan <i>Posttest</i>	889
C. Analisa Data Penelitian.....	889
D. Pengujian Hipotesis	944
E. Pembahasan Penelitian	977
F. Keterbatasan Peneliti	1011
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	1022
A. Kesimpulan	1022
B. Saran	1022
DAFTAR PUSTAKA	1044
LAMPIRAN.....	1077

DAFTAR TABEL

Tabel 3 1	Desain Penelitian One Group <i>Pretest -Posttest</i>	60
Tabel 3 2	Skor Skala Likert	66
Tabel 3 3	Kisi-Kisi Angket Perilaku Merokok Sebelum Uji Coba	67
Tabel 3 4	Kisi-Kisi Pedoman Observasi Konseling Kelompok Teknik Modelling.....	68
Tabel 3 5	Kisi-Kisi Angket Perilaku Merokok Setelah Uji Coba.....	70
Tabel 4 1	Skor <i>Pretest</i> Perilaku Merokok	75
Tabel 4 2	Skor Hasil <i>Posttest</i> Perilaku Merokok.....	89
Tabel 4 3	Rekapitulasi Skor <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	90
Tabel 4 4	Kategori Observasi Layanan Konseling Kelompok Teknik Modelling.....	92
Tabel 4 5	Nilai Hasil Observasi Layanan Konseling Kelompok Teknik Modelling.....	93
Tabel 4 6	Uji Normalitas Data Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	95
Tabel 4 7	Penentuan Nilai t-test.....	96

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2 1 Kerangka Pikir.....	57
--------------------------------	----

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4 1 Penurunan Skor Perilaku Merokok Peserta Didik	91
Grafik 4 2 Penurunan Skor Observasi Perilaku Merokok.....	94

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. SK Pembimbing.....	108
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian	109
Lampiran 3. Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian	110
Lampiran 4. Surat Permohonan Uji Validasi Skala	111
Lampiran 5. Penilaian Hasil Validasi Skala.....	112
Lampiran 6. Instrumen Penelitian.....	116
Lampiran 7. Angket Uji Coba.....	118
Lampiran 8. Tabulasi Hasil Uji Coba	120
Lampiran 9. Tabulasi Hasil Uji Coba	121
Lampiran 10. Hasil Uji Reabilitas.....	122
Lampiran 11. Angket Setelah Uji Coba.....	123
Lampiran 12. Tabel Tabulasi Hasil <i>Pretest</i>	125
Lampiran 13. Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Subjek Terpilih.....	126
Lampiran 14. Analisis Data	127
Lampiran 15. Pedoman Observasi	128
Lampiran 16. Tabulasi Hasil Observasi.....	129
Lampiran 17. Hasil Observasi.....	131
Lampiran 18. Daftar Hadir.....	132
Lampiran 19. Dokumentasi.....	133
Lampiran 20. Buku Panduan Keefektifan Konseling Kelompok Dengan Teknik Modelling Untuk Mereduksi Perilaku Merokok Pada Siswa SMA Muhammadiyah 1 Imogiri.....	134

Faizah, Nurul. (2023). Keefektifan Konseling Kelompok Dengan Teknik Modelling Untuk Mereduksi Perilaku Merokok Pada Siswa SMA Muhammadiyah 1 Imogiri, *Skripsi*. Yogyakarta : Universitas Ahmad Dahlan

ABSTRAK

Perilaku merokok merupakan perilaku yang membahayakan bagi kesehatan, akan tetapi masih banyak orang yang melakukannya. Merokok tergolong pada aktivitas yang memberikan dampak kenyamanan bagi penggunanya. Namun tidak mudah mengendalikan atau menurunkan terlebih menghilangkan keinginan merokok. Berdasarkan hasil observasi di sekolah menyatakan bahwa kebanyakan siswa merokok disebabkan karena mempunyai permasalahan hidup, stres dan sudah kecanduan merokok. Sehingga peneliti di sini memberikan layanan konseling kelompok dengan teknik modelling yang bertujuan untuk: mengetahui apakah layanan konseling kelompok dengan *teknik modelling* efektif untuk mereduksi perilaku merokok pada siswa SMA Muhammadiyah 1 Imogiri.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan jenis penelitian Eksperimen dengan desain penelitian *pre-eksperimental design* menggunakan model *one group Pretest Posttest design*. Subjek penelitian adalah kelas XI IPS SMA Muhammadiyah 1 Imogiri yang berjumlah 6 peserta didik. Uji validitas diketahui menggunakan *product moment* dengan bantuan *SPSS 22 for windows* dan *Microsoft Excel* . Uji reabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach*. Data yang terkumpul dalam bentuk angka (kuantitatif) yang kemudian dianalisis secara statistik. Analisis data yang digunakan peneliti dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan uji *paired sample t-test* yang berdasarkan uji prasyarat.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan diperoleh *thitung* = 7,453 > 2,015 pada signifikansi (α) = 5% dan hasil sig (2-tailed) sebesar 0,001 < α (0,05) sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat penurunan perilaku merokok peserta didik setelah diberikan layanan konseling kelompok teknik modelling.

Kata kunci : *perilaku merokok, teknik modelling, layanan konseling kelompok*