

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perilaku merokok masyarakat Indonesia sangatlah memprihatinkan. Individu dari berbagai kelompok umur, termasuk pelajar, dapat diamati terlibat dalam tindakan merokok di tempat umum pada waktu tertentu. Selain menimbulkan resiko kesehatan bagi perokok itu sendiri, penghirupan asap rokok oleh orang lain di dekatnya (perokok pasif) juga menimbulkan bahaya yang cukup besar. Rokok mengandung banyak senyawa yang memberikan efek merugikan pada kesejahteraan fisiologis individu yang merokok. Berbagai penelitian telah menunjukkan resiko kesehatan yang terkait dengan perokok pasif melebihi resiko kesehatan yang terkait dengan perokok aktif. Berbagai penyakit, mulai dari batuk ringan hingga kanker paru-paru yang parah, semakin menjadi perhatian besar bagi individu yang merokok, baik perokok aktif maupun perokok pasif.

Prevalensi merokok di kalangan siswa sekolah menengah dapat dimaknai sebagai sebuah fenomena atau wujud pembentukan identitas. Merokok di kalangan anak SMA merupakan suatu ajang atau pencarian jati diri. Dalam lingkungan khusus ini, remaja melakukan kebiasaan merokok sebagai simbol kejantanan. Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap inisiasi merokok adalah motivasi individu untuk merokok karena pengaruh tawaran dari teman sebaya, pengaruh dari orang tua, teman sebaya, pengaruh iklan sehingga

menimbulkan motif pribadi untuk merokok. Merokok dapat dilakukan dimana saja, kapan saja dan dengan siapa saja Devi, (2019)

Karakteristik remaja erat kaitannya dengan keinginan dan kebebasan, independensi dan pemberontakan, merokok pada usia remaja merupakan hal yang menyimpang dari norma-norma. Masa remaja merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia. Masa ini merupakan masa perubahan atau peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologik, perubahan psikologik, dan perubahan sosial. Para remaja masih mencari jati diri dan mengalami peralihan dari tahap satu ke tahap selanjutnya. Remaja cenderung menyesuaikan diri dan meniru model kelompok teman sebaya serta orang tua sebagai pencarian jati diri. Selain jati diri mereka mempunyai tugas sebagai pelajar. Sebagian perokok remaja mengetahui akan dampak negatif yang ditimbulkan dari kebiasaan merokok tetapi mereka masih saja tetap melakukan kebiasaan tersebut. Banyak alasan yang dikemukakan oleh remaja yang merokok, bahkan para remaja ini masih berstatus sebagai pelajar atau siswa. Alasan dari para pelajar ini beragam mulai dari dipengaruhi teman, coba-coba, agar bisa diterima oleh lingkungan pergaulan, iseng, menghilangkan stress dan ketegangan, kesepian, menghilangkan rasa jenuh, mencari inspirasi, lambang kedewasaan, agar tidak diolok-olok teman, karena orang tua merokok, dan lain-lain Satria & Yakub (2019).

Penyebab adanya merokok pada remaja juga dapat dihubungkan dengan keadaan afektif dan gejala putus obat. Di kalangan remaja, kebiasaan merokok seringkali dimotivasi oleh beberapa faktor antara lain kebutuhan mereka untuk

mengatur pikirannya, agar diterima dalam kelompok (tekanan dari kelompok), dan menjadikan rokok sebagai pelampiasan. Motivasi seorang perokok untuk berhenti dari perilaku merokok dapat ditempuh dengan beberapa strategi yaitu memberikan pengetahuan tentang bahaya merokok, memberi pengetahuan pola psikologis perokok. Setelah ada motivasi berhenti merokok maka akan memudahkan untuk memberikan perlakuan untuk mengubah perilaku merokok Wulansari & Idriansari, (2015).

Seseorang dikategorikan sebagai perokok aktif apabila merokok setiap hari dalam jangka waktu minimal enam bulan selama hidupnya dan masih merokok pada saat dilakukan penelitian. Perokok menurut World Health Organization (WHO) diklasifikasikan menjadi tiga kelompok berdasarkan jumlah rokok yang dihisap per hari, yaitu seseorang yang mengonsumsi rokok 1 - 10 batang per hari disebut perokok ringan, 11 - 20 batang per hari disebut perokok sedang, dan lebih dari 20 batang per hari disebut perokok berat (Sundari et al., 2015)

Sebagian besar bahaya dari pemakaian rokok yaitu mereka (perokok) dengan santainya merokok di tempat umum, ataupun dikendaraan umum dan tempat-tempat dimana banyak orang yang berlalu lalang. Padahal bahaya merokok tersebut tidak hanya berbahaya bagi perokok aktif, tetapi perokok pasif yang tidak merokok juga akan terkena dampak yang serupa bahayanya. Bahkan fenomena yang terjadi saat ini perilaku merokok tidak hanya dilakukan oleh orang dewasa saja, tetapi sudah merambah pada remaja khususnya anak sekolah, dimana kebanyakan perokok usia remaja merokok agar tampak

dewasa, dan dilakukan secara sembunyi-sembunyi karena takut dimarahi oleh orang tua maupun gurunya.

Berkaitan dengan fenomena perilaku merokok, Menurut penelitian yang dilakukan oleh Lestari, (2018) di sekolah SMPN 5 dinyatakan banyak siswa yang dikategorikan memiliki kebiasaan merokok tinggi dengan nilai rata-rata skor terbesar sebanyak 92,6 dan rata-rata persentase sebesar 77,167%. Jadi dapat disimpulkan dari penelitian yang dilakukan oleh Rina bahwa 77% murid yang berada di sekolah memiliki kebiasaan merokok.

Menurut data dari riset kesehatan dasar (Riskedas) menyatakan bahwa terdapat peningkatan prevalensi merokok penduduk umur 10 tahun dari 28,8% pada tahun 2013 menjadi 29,3% pada tahun 2018. Pada saat sekarang ini, tidak hanya menjadi masalah pada orang dewasa, namun juga semakin marak pada kalangan anak dan remaja. Hal ini dibuktikan dengan meningkatnya prevalensi merokok pada populasi usia 10-18 tahun yakni sebesar 1,9% dari tahun 2017 (7,2%) ke tahun 2018 (9,1%) berdasarkan data riset kesehatan dasar (Riskedas). Tentu angka kenaikan ini tidak kecil karena terkait dengan masalah kesehatan yang harus dialami oleh anak remaja tersebut kedepannya. anak-anak remaja perlu terus ditingkatkan kesadarannya tentang dampak bahaya dari penggunaan rokok dan bujukan rokok.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Almaidah et al., (2021), dengan perilaku merokok di lingkungan SMA/SMK didapatkan data 53 dari 83 responden (63,86%) telah merokok lebih dari 1 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa banyak remaja yang masih mempertahankan perilaku merokok. Remaja

mulai merokok paling banyak adalah pada usia > 15 tahun (55,42%). Data tersebut relevan dengan data Info Datin (2015) yang menunjukkan bahwa usia merokok pertama kali paling tinggi adalah pada kelompok umur 15 – 19 tahun. Berdasarkan hasil survei alasan remaja pertama kali merokok, responden paling banyak memilih alasan iseng atau ingin mencoba (63,86%).

Hal tersebut sesuai dengan pernyataan bahwa remaja memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, maka cenderung untuk mencoba hal baru Melda (2017) Alasan remaja merokok karena ingin mencoba hal baru bisa dikaitkan dengan hasil survei mengenai pengaruh merokok pertama tertinggi adalah karena pengaruh teman (62,65%). Keingintahuan remaja dengan mencoba merokok bukanlah karena dirinya, tetapi pergaulan dengan teman perokok menjadi salah satu faktor pendorong yang kuat. Lingkungan teman sebaya merupakan pihak yang pertama kali mengenalkan perilaku merokok, sedangkan teman sebaya mempunyai peran yang sangat berarti bagi remaja karena masa tersebut remaja mulai memisahkan diri dari orang tua dan mulai bergabung pada kelompok sebaya.

Selain itu, berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti di sekolah SMA Muhammadiyah 1 Imogiri masih banyaknya peserta didik yang merokok dibelakang pada saat jam istirahat sekolah, tidak hanya itu peserta didik terkadang merokok didalam kelas bahkan terdapat peserta didik yang merokok diarea luar lingkungan sekolah tepatnya didaerah kantin yang dimana belum adanya penjaga khusus digerbang sekolah sehingga menyebabkan peserta didik banyak yang keluar dari sekolah dan merokok di kantin diluar

sekolah. Merokok menjadi kebiasaan bagi peserta didik karena dengan merokok bisa menghilangkan stress terhadap masalah yang dihadapinya. Selain itu, guru BK di SMA Muhammadiyah 1 Imogiri belum melaksanakan konseling kelompok terhadap peserta didik yang merokok di sekolah

Banyak faktor yang mempengaruhi peserta didik untuk merokok di lingkungan sekolahnya. Maka dari itu tugas seorang guru di era milenial sangatlah berat, tidak cukup hanya mengajar dan mendidik saja, namun ada tantangan lain yang tidak dapat dihindari oleh setiap pendidik yaitu menghadapi perkembangan kepribadian peserta didik yang menentang hukum, agama, dan adat istiadat yang berlaku di masyarakat. Upaya guru Bimbingan dan Konseling untuk memberikan bantuan terhadap peserta didik yang mengalami permasalahan merokok dilingkungan sekolahnya. Guru Bimbingan dan Konseling memiliki peranan penting dalam membantu peserta didik untuk mencapai tugas-tugas dalam perkembangan. Dalam upaya membantu untuk mencapai tugas perkembangan, program bimbingan dan konseling dilaksanakan secara utuh dan kolaboratif baik dilingkungan masyarakat maupun sekolah.

Berkaitan dengan peran guru Bimbingan dan Konseling perlu adanya strategi bantuan untuk diberikan kepada peserta didik dalam pengendalian terhadap pikiran dan perilakunya yang berlebihan supaya kecenderungan terhadap berperilaku merokok dapat berkurang secara efektif. Dengan demikian, dalam mereduksi kebiasaan merokok yang berlebihan, layanan

konseling kelompok merupakan salah satu cara untuk mengatasi masalah perilaku merokok.

Layanan konseling kelompok yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan penuntasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok. Konseling kelompok berorientasi pada pengembangan individu, pencegahan dan pengentasan masalah. Pandangan tersebut dipertegas bahwa konseling kelompok merupakan upaya bantuan kepada individu dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, dan diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhannya. Penggunaan layanan konseling kelompok oleh guru Bimbingan dan Konseling bisa dikolaborasikan dengan berbagai teknik yang tujuannya adalah untuk menuntaskan dan membantu siswa mengatasi masalahnya.

Salah satu teknik yang digunakan yaitu teknik modelling. Teknik yang berakar dari teori yang dikemukakan oleh Albert Bandura, dengan teori belajar sosial kemudian istilah lain dari modeling adalah Observational learning yang dapat diartikan dengan belajar melalui pengamatan. Observational learning adalah teknik untuk merubah, menambah maupun mengurangi tingkah laku individu dengan belajar melalui observasi langsung untuk meniru perilaku orang maupun tokoh yang ditiru (model) sehingga individu memperoleh tingkah laku baru yang diinginkan Abdul Rahman Shaleh, n.d. (2014).

Teknik modeling sebagai proses belajar melalui observasi tingkah laku dari seorang individu atau kelompok sebagai model, berperan sebagai

rangsangan bagi pikiran-pikiran, sikap-sikap, atau tingkah laku sebagai bagian dari individu yang lain yang mengobservasi model yang ditampilkan. Dengan demikian, dalam penelitian ini menggunakan layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik modelling yang akan membantu individu dalam mengatasi perilaku merokok yang dialaminya, dimana permasalahan perilaku merokok yang dialami oleh peserta didik ini tidak dapat dibiarkan secara terus menerus, karena dapat mempengaruhi kegiatan di lingkungan sekolahnya.

B. Identifikasi Masalah

1. Adanya peserta didik di SMA Muhammadiyah 1 Imogiri yang merokok dengan alasan, terdapat masalah hidup atau stres yang kemudian berdampak mempengaruhi pola belajarnya.
2. Kurangnya kesadaran tata tertib peserta didik di SMA Muhammadiyah 1 Imogiri, sehingga masih adanya peserta didik yang merokok baik didalam sekolah maupun di luar sekolah.
3. Sebagian besar peserta didik di SMA Muhammadiyah 1 Imogiri mengetahui bahaya dari merokok akan tetapi mereka tidak mengetahui bagaimana cara menumbuhkan kesadaran dari bahaya merokok.
4. Siswa membutuhkan Layanan Konseling Kelompok yang mampu untuk menggali masalah dengan lebih intens melalui layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik modelling namun, guru BK belum menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik modelling di sekolah SMA Muhammadiyah 1 Imogiri.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah diuraikan, maka perlu adanya pembatasan masalah agar permasalahan yang dibahas tidak meluas dan dapat mencapai hasil yang maksimal. Dalam penelitian ini, peneliti membatasi masalah yang akan diteliti yaitu: Keefektifan konseling kelompok dengan teknik modelling untuk mereduksi perilaku merokok pada siswa SMA Muhammadiyah 1 Imogiri.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan pembatasan masalah yang telah diuraikan diatas, maka dapat diambil sebuah rumusan masalah, yaitu : Apakah layanan konseling kelompok dengan teknik modelling efektif untuk mereduksi perilaku merokok pada siswa SMA Muhammadiyah 1 Imogiri.

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana keefektifan konseling kelompok dengan teknik modelling untuk mereduksi perilaku merokok pada siswa SMA Muhammadiyah 1 Imogiri

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang dapat diperoleh dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan informasi terkait upaya mereduksi perilaku merokok melalui Layanan Konseling dengan menggunakan teknik modelling.

2. Manfaat Praktis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan memberikan informasi kepada peserta didik agar dapat memberikan kontribusi yang positif dalam mengatasi permasalahan yang dialaminya.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada orang tua agar lebih memperhatikan anak-anaknya sehingga dapat menanggulangi kenakalan siswa khususnya merokok di kawasan sekolah.
- c. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan dalam menguasai keterampilan guru BK, terutama pada pemberian layanan Bimbingan dan Konseling untuk lebih memperhatikan kebutuhan peserta didik dan membantu dalam mengentaskan permasalahan peserta didik yang menghambat perkembangannya.