

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK DALAM  
MENGURANGI PERILAKU KECANDUAN MEROKOK PADA  
SISWA MTS BONELEMO KECAMATAN BAJO BARAT**

*Skripsi*

*Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana  
Sosial (S.Sos) Pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam (BKI) Fakultas  
Ushuluddin Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Palopo*



**Oleh**

**Dina Deviani**

19 01 03 0082

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI PALOPO  
2025**

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK DALAM  
MENGURANGI PERILAKU KECANDUAN MEROKOK PADA  
SISWA MTS BONELEMO KECAMATAN BAJO BARAT**

*Skripsi*

*Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana  
Sosial (S.Sos) Pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam (BKI) Fakultas  
Ushuluddin Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Palopo*



**Oleh**

**Dina Deviani**

19 01 03 0082

**PEMBIMBING**

1. Dr. Efendi P., M.Sos.I.
2. Fajrul Ily Darussalam, S.Fil.,M.Phil.

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI PALOPO  
2025**

## HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Dina Deviani  
NIM : 19 0103 0082  
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa:

1. Skripsi ini merupakan hasil karya saya sendiri, bukan plagiasi atau duplikasi dari tulisan/karya orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri,
2. Seluruh bagian dari skripsi ini adalah karya saya sendiri selain kutipan yang ditunjukkan sumbernya. Segala kekeliruan dan atau kesalahan yang ada di dalamnya adalah tanggungjawab saya.

Bilamana di kemudian hari pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi administratif atas perbuatan tersebut dan gelar akademik yang saya peroleh karenanya dibatalkan.

Demikian pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Palopo, 25 April 2025

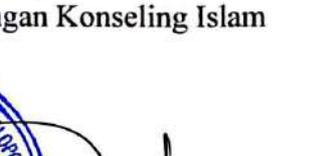


  
Dina Deviani  
19 0103 0082

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul *Pengaruh Konseling Kelompok dalam Mengurangi Perilaku Kecanduan Merokok pada Siswa MTs Bonelemo, Kecamatan Bajo Barat* yang ditulis oleh *Dina Deviani* Nomor Induk Mahasiswa (NIM)1901030082, Mahasiswa Program Studi *Bimbingan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah* Universitas Islam Negeri Palopo yang yang dimunaqasyahkan pada hari *Selasa*, tanggal *03 Juni 2025* bertepatan dengan *7 Dzulhijjah1446 H* telah diperbaiki sesuai catatan dan permintaan Tim Penguji, dan diterima sebagai syarat meraih gelar Sarjana Sosial (S.Sos.).

### TIM PENGUJI

- |   |               |   |
|---|---------------|---|
| 1. Wahyuni Husain, S.Sos.,M.I.Kom         | Ketua Sidang  | (  )   |
| 2. Sapruddin, S.Ag.,M.Sos.I.              | Penguji I     | (  )  |
| 3. Abdul Mutakabbir, SQ.,M.Ag.            | Penguji II    | (  ) |
| 4. Dr. Efendi P, M.Sos.I.                 | Pembimbing I  | (  ) |
| 5. Fajrul Ilmy Darussalam, S.Fil.,M.Phil. | Pembimbing II | (  ) |

### Mengetahui:

a.n. Rektor UIN Palopo  
Dekan Fakultas  
Ushuluddin, Adab dan Dakwah,



**Dr. Abdain, S.Ag., M.HI**  
NIP 19710512 199903 1 002

Ketua Program Studi  
Bimbingan Konseling Islam  
(BKI),



**Abdul Mutakabbir, SQ.,M.Ag.**  
NIP 1990727 201903 1 013

Sapruddin, S.Ag., M.Sos.I.  
Abdul Mutakabbir, SQ., M.Ag.  
Dr. Efendi P., M.Sos.I.  
Fajrul Ilmy Darussalam, S.Fil., M.Phil.

---

NOTA DINAS TIM PENGUJI

Lamp :  
Hal : Skripsian  
Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan  
Dakwah Di  
Palopo

Assalamualaikum, Wr.Wb

Setelah Menelaah naskah perbaikan berdasarkan seminar hasil terdahulu, baik dari segi isi, bahasa, maupun teknik penulisan terhadap naskah skripsi mahasiswa dibawah ini :

Nama : Dina Deviani  
NIM : 19 0103 0082  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Judul Skripsi : Pengaruh Konseling Kelompok dalam Mengurangi Perilaku Kecanduan Merokok pada Siswa MTs Bonelemo Kecamatan Bajo Barat

Maka naskah skripsi tersebut dinyatakan sudah memenuhi syarat – syarat akademik dan layak diujikan pada ujian munaqasyah. Demikian disampaikan untuk proses selanjutnya.

Wassalamulai'kum. Wr.Wb

1. Sapruddin, S.Ag., M.Sos.I.

(Penguji I)

2. Abdul Mutakabbir, SQ., M.Ag.

(Penguji II)

3. Dr. Efendi P, M.Sos.I.

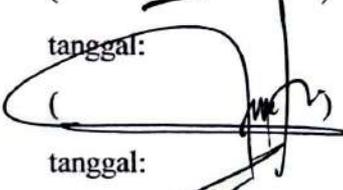
(Pembimbing I)

4. Fajrul Ilmy Darussalam, S.Fil., M.Phil.

(Pembimbing II)

(  )

tanggal:

(  )

tanggal:

(  )

tanggal:

(  )

tanggal:

## HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Setelah menelaah skripsi yang berjudul: “Pengaruh Konseling Kelompok dalam Mengurangi Perilaku Kecanduan Merokok pada Siswa MTs Bonelemo Kecamatan Bajo Barat”.

yang ditulis oleh :

Nama : Dina Deviani  
NIM : 1901030082  
Fakultas : Ushuluddin, Adab, dan Dakwah  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

menyatakan bahwa skripsi tersebut telah memenuhi syarat-syarat akademik dan layak untuk diujikan pada ujian munaqasyah.

Demikian persetujuan ini dibuat untuk proses selanjutnya.

Pembimbing I



Dr. Efendi P, M.Sos.I.

Nip. 19651231 199803 1 009

Pembimbing II



Fajrul Ilmy Darussalam, S.Fil.,M.Phil.

Nip. 19920508 202012 1 010

## PRAKATA

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ، وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى أَشْرَفِ الْأَنْبِيَاءِ وَالْمُرْسَلِينَ وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ  
أَجْمَعِينَ

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah swt. yang telah memberikan limpahan rahmat, hidayah serta kekuatan lahir dan batin, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini yang berjudul “Pengaruh Konseling Kelompok dalam Mengurangi Perilaku Kecanduan Merokok pada Siswa MTs Bonelemo Kecamatan Bajo Barat”

Shalawat dan salam senantiasa tercurahkan kepada Rasulullah Muhammad saw, keluarga, sahabat, dan para pengikutnya. Skripsi ini disusun sebagai syarat yang harus diselesaikan, guna memperoleh gelar sarjana sosial dalam bidang Bimbingan dan Konseling Islam pada Institut Agama Negeri (IAIN) Palopo. Penulisan skripsi ini dapat terselesaikan berkat bantuan, bimbingan serta dorongan dari banyak pihak, penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan memiliki berbagai kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan dukungan dan partisipasi aktif berupa kritik dan saran yang bersifat korektif dan membangun dari pembaca yang budiman, demi perbaikan dan penyempurnaan skripsi ini. Oleh karena itu, di samping rasa syukur kehadiran Allah swt, penulis juga mengucapkan ucapan terima kasih yang tak terhingga serta penghargaan setinggi-tingginya kepada yang terhormat:

1. Dr. Abbas Langaji., M.Ag. selaku Rektor Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Palopo, beserta wakil Rektor I, II dan III Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Palopo.

2. Dr. Abdain, S.Ag, M. HI. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Palopo, beserta Wakil Dekan I, II dan III Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Palopo.
3. Dr. Masmuddin, M.Ag selaku Dosen Penasehat Akademik
4. Abdul Mutakabbir, SQ., M.Ag. dan Harun Nihaya, S.Pd., M.Pd. selaku ketua dan sekretaris prodi Bimbingan dan Konseling Islam di Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Palopo beserta Staf yang telah membantu dan mengarahkan dalam penyelesaian skripsi ini.
5. Dr. Efendi P., M.Sos.I. dan Fajrul Ily Darussalam, S.Fil., M.Phil. selaku Pembimbing I dan Pembimbing II yang telah banyak membantu memberikan masukan dan arahan, meluangkan waktu, tenaga dan pikiran serta memberikan motivasi kepada penulis dengan ikhlas dalam membimbing dalam penyelesaian skripsi ini.
6. Sapruddin, S.Ag, M.Sos.I dan Abdul Mutakabbir, SQ., M.Ag. selaku Penguji I dan Penguji II yang telah memberikan waktu, tenaga, dan pikiran, memberikan saran, masukan, dan mengarahkan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Abu Bakar, S.Pd.,M.Pd sebagai Kepala Unit Perpustakaan IAIN Palopo dan seluruh jajarannya yang telah menyediakan buku-buku dan referensi serta melayani penulis untuk keperluan studi dalam penyelesaian skripsi ini.
8. Seluruh Dosen beserta seluruh staf pegawai IAIN Palopo yang telah mendidik penulis selama berada di IAIN Palopo dan memberikan bantuan dalam penyusunan skripsi ini.

9. Kepala sekolah serta siswa MTs Bonelemo yang telah bekerja sama dengan penulis dalam proses penyelesaian penelitian ini.
10. Dengan penuh cinta dan rasa hormat, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada dua sosok luar biasa dalam hidup penulis: Bapak Kaharuddin dan Ibu Rahma. Meski keduanya tidak sempat merasakan bangku perkuliahan, semangat dan perjuangan mereka telah menjadi pilar utama dalam perjalanan akademik penulis. Bapak, yang selalu menjadi panutan dan cinta pertama penulis, tak henti memberikan motivasi dan dukungan tanpa pamrih. Ibu, yang selalu penulis anggap sebagai pintu surga, tidak pernah lelah menyemangati, mendoakan, dan menemani setiap langkah dengan penuh ketulusan dan cinta. Pengorbanan, kesabaran, dan kasih sayang kalian adalah kekuatan terbesar yang membuat penulis mampu berdiri sampai sejauh ini. Semoga Allah SWT membalas segala kebaikan kalian dengan pahala yang tak terhingga.
11. Kepada saudaraku Yogi Yasmin, Arfian Ardiasyah, Muh. Azhar Ramadhan, Aulia Fika Sari, dan Taqwa Husain. Terimakasih telah berkontribusi memberikan dukungan serta motivasi kepada penulis sehingga skripsi ini selesai.
12. Ucapan terima kasih yang tulus penulis sampaikan kepada Nurafni Firman dan Alma Arifin atas segala bentuk motivasi, dukungan, dan support yang telah diberikan. Kalian selalu hadir mendengarkan keluh kesah penulis, bahkan saat isi curahan hati tersebut terkadang tidak masuk akal. Terima kasih atas kesabaran yang tiada henti dalam menemani penulis melewati masa-masa sulit,

meski kalian sendiri tengah berada dalam kelelahan atau menghadapi persoalan pribadi. Kehadiran kalian seperti cahaya yang menerangi jalan gelap selama proses penulisan skripsi ini. Terima kasih karena senantiasa memberi semangat saat penulis nyaris menyerah, memberikan sudut pandang baru saat penulis merasa buntu, dan menciptakan suasana yang menguatkan serta menyenangkan. Ketulusan dan kehangatan yang kalian berikan merupakan salah satu berkah terbesar dalam perjalanan akademik penulis.

13. Penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Irdyanti Kasri dan Husna Firman yang telah setia menemani sejak awal proses penyusunan skripsi ini. Mulai dari pembuatan proposal, proses bimbingan, hingga tahap akhir penulisan skripsi, kalian selalu hadir memberikan semangat, dukungan, serta motivasi tanpa lelah. Kehadiran dan keterlibatan kalian menjadi bagian penting yang memberikan kekuatan bagi penulis untuk tetap bertahan dan terus maju di tengah tantangan dan tekanan yang dihadapi. Terima kasih atas setiap waktu, perhatian, dan energi yang kalian curahkan. Persahabatan dan kebersamaan yang terjalin selama proses ini akan selalu menjadi kenangan berharga dalam perjalanan akademik penulis.
14. Seluruh teman-teman seperjuangan, mahasiswa kelas B Program Studi Bimbingan Konseling Islam IAIN Palopo Angkatan 2019, yang telah membantu dalam penyusunan dan penyelesaian skripsi ini dan senantiasa memberikan saran.
15. Kepada diri saya sendiri, Dina Deviani. Dengan penuh rasa haru dan syukur, saya menyampaikan apresiasi yang sebesar-besarnya atas keteguhan hati,

kesabaran, dan ketekunan dalam melalui seluruh proses penyusunan skripsi ini. Tidak mudah untuk terus melangkah di tengah rasa lelah, keraguan, dan tekanan yang silih berganti, namun saya bersyukur karena telah mampu bertahan dan tidak menyerah. Terima kasih kepada diri saya yang telah memilih untuk tetap berusaha ketika segalanya terasa berat, tetap percaya ketika harapan mulai memudar, dan tetap melangkah meskipun jalan terasa terjal. Saya bangga atas perjuangan dan pengorbanan yang telah dilalui hingga mencapai titik ini. Perjalanan ini menjadi bukti bahwa dengan niat yang tulus, kerja keras, dan doa yang tak henti, setiap impian perlahan dapat terwujud. Semoga pencapaian ini menjadi pengingat di masa depan bahwa saya mampu melewati berbagai tantangan, dan bahwa setiap usaha yang dilakukan dengan sepenuh hati akan selalu berbuah hasil yang indah.

Semoga setia kebaikan, bantuan, dan ibadah kalian senantiasa mendapatkan balasan pahala yang setimpal dari Allah Swt.

Palopo, 25 April 2025

Dina Deviani

## PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN DAN SINGKATAN

### A. Transliterasi Arab-Latin

Daftar huruf bahasa Arab dan transliterasinya ke dalam huruf Latin dapat dilihat pada tabel berikut:

#### 1) Konsonan

| Huruf Arab | Nama   | Huruf Latin | Nama                        |
|------------|--------|-------------|-----------------------------|
| ا          | Alif   | -           | -                           |
| ب          | Ba     | B           | Be                          |
| ت          | Ta     | T           | Te                          |
| ث          | ša     | Š           | Es (dengan titik di atas)   |
| ج          | Jim    | J           | Je                          |
| ح          | ħa     | Ĥ           | Ha (dengan titik di bawah)  |
| خ          | Kha    | KH          | Ka dan Ha                   |
| د          | Dal    | D           | De                          |
| ذ          | Žal    | Ž           | Zet (dengan titik di atas)  |
| ر          | Ra     | R           | Er                          |
| ز          | Zai    | Z           | Zet                         |
| س          | Sin    | S           | Es                          |
| ش          | Syin   | SY          | Es dan ye                   |
| ص          | šad    | Š           | Es (dengan titik di bawah)  |
| ض          | ḍad    | Ḍ           | De (dengan titik di bawah)  |
| ط          | ṭa     | Ṭ           | Te (dengan titi di bawah)   |
| ظ          | ẓa     | Ẓ           | Zet (dengan titin di bawah) |
| ع          | ‘ain   | ‘           | Koma terbalik di atas       |
| غ          | Gain   | G           | Ge                          |
| ف          | Fa     | F           | Fa                          |
| ق          | Qaf    | Q           | Qi                          |
| ك          | Kaf    | K           | Ka                          |
| ل          | Lam    | L           | El                          |
| م          | Mim    | M           | Em                          |
| ن          | Nun    | N           | En                          |
| و          | Wau    | W           | We                          |
| ه          | Ha     | H           | Ha                          |
| ء          | Hamzah | ‘           | Apostrof                    |

|   |    |   |    |
|---|----|---|----|
| ي | Ya | Y | Ye |
|---|----|---|----|

Hamzah (ء) yang terletak di awal kata mengikuti vokalnya tanpa diberi tanda apa pun. Jika ia terletak di tengah atau di akhir, maka ditulis dengan tanda (').

## 2) Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri atas vokal tunggal atau monoftong dan vokal rangkap atau diftong.

Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

| Tanda | Nama          | Huruf Latin | Nama |
|-------|---------------|-------------|------|
| اَ    | <i>fathah</i> | a           | a    |
| اِ    | <i>kasrah</i> | i           | i    |
| اُ    | <i>ḍammah</i> | u           | u    |

Vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf, yaitu:

| Tanda | Nama                  | Huruf Latin | Nama    |
|-------|-----------------------|-------------|---------|
| اَيّ  | <i>fathah dan yā'</i> | ai          | a dan i |
| اَوّ  | <i>fathah dan wau</i> | au          | a dan u |

Contoh:

كَيْفَ : *kaifa*  
هَوَّلَ : *hauला*

## 3) Maddah

*Maddah* atau vokal panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda, yaitu:

| Harakat dan Huruf | Nama  | Huruf dan Tanda | Nama                |
|-------------------|---|-----------------|---------------------|
| أ...   إ...   ع   | <i>fathah</i> dan <i>alif</i> atau <i>yā'</i> | ā               | a dan garis di atas |
| ي                 | <i>kasrah</i> dan <i>yā'</i>                  | ī               | i dan garis di atas |
| و                 | <i>ḍammah</i> dan <i>wau</i>                  | ū               | u dan garis di atas |

Contoh:

مَاتَ : *māta*  
رَمَى : *rāmā*  
قِيلَ : *qīla*  
يَمُوتُ : *yamūtu*

#### 4) *Tā marbūtah*

Transliterasi untuk *tā' marbūtah* ada dua, yaitu *tā' marbūtah* yang hidup atau mendapat harakat *fathah*, *kasrah* dan *ḍammah*, transliterasinya adalah [t].

sedangkan *tā' marbūtah* yang mati atau mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah [h].

Kalau pada kata yang berakhir dengan *tā' marbūtah* diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang *al-* serta bacaan kedua kata itu terpisah, maka *tā' marbūtah* itu ditransliterasikan dengan ha (h).

Contoh:

رَوْضَةُ الْأَطْفَالِ : *raudah al-atfāl*  
الْمَدِينَةُ الْفَاضِلَةُ : *al-madīnah al-fādilah*  
الْحِكْمَةُ : *al-hikmah*

#### 5) Syaddah (*Tasydīd*)

Syaddah atau *tasydīd* yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda *tasydīd* ( ّ ), dalam transliterasi ini dilambangkan dengan perulangan huruf (konsonan ganda) yang diberi tanda *syaddah*.

## 6) Kata Sandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf *alif lam ma'rifah* (ال). Dalam pedoman transliterasi ini, kata sandang ditransliterasi seperti biasa, al-, baik ketika ia diikuti oleh huruf *syamsiyah* maupun huruf *qamariyah*. Kata sandang tidak mengikuti bunyi huruf langsung yang mengikutinya. Kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikutinya dan dihubungkan dengan garis mendatar (-).

Contoh:

|               |  |
|---------------|--|
| الشَّمْسُ     | : <i>al-syamsu</i> (bukan <i>asy-syamsu</i> )    |
| الزَّلْزَلَةُ | : <i>al-zalzalāh</i> (bukan <i>az-zalzalāh</i> ) |
| الْفَلْسَفَةُ | : <i>al-falsafah</i>                             |
| الْبِلَادُ    | : <i>al-bilādu</i>                               |

## 7) Hamzah

Aturan transliterasi huruf hamzah menjadi apostrof (') hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan akhir kata. Namun, bila hamzah terletak di awal kata, ia tidak dilambangkan, karena dalam tulisan Arab ia berupa alif.

Contoh:

|             |                    |
|-------------|--------------------|
| تَأْمُرُونَ | : <i>ta'murūna</i> |
| النَّوْعُ   | : <i>al-nau'</i>   |
| شَيْءٌ      | : <i>syai'un</i>   |
| أُمِرْتُ    | : <i>umirtu</i>    |

## 8) Penulisan Kata Arab yang Lazim Digunakan dalam Bahasa Indonesia

Kata, istilah atau kalimat Arab yang ditransliterasi adalah kata, istilah atau kalimat yang belum dibakukan dalam bahasa Indonesia. Kata, istilah atau kalimat yang sudah lazim dan menjadi bagian dari perbendaharaan bahasa Indonesia, atau sering ditulis dalam tulisan bahasa Indonesia, atau lazim digunakan dalam dunia

akademik tertentu, tidak lagi ditulis menurut cara transliterasi di atas. Misalnya, kata al-Qur'an (dari *al-Qur'ān*), alhamdulillah, dan munaqasyah. Namun, bila kata-kata tersebut menjadi bagian dari satu rangkaian teks Arab, maka harus ditransliterasi secara utuh.

Contoh:

*Syarh al-Arba'īn al-Nawāwī*

*Risālah fī Ri'āyah al-Maslahah*

#### 9) *Lafz al-Jalālah*

Kata “Allah” yang didahului partikel seperti huruf jarr dan huruf lainnya atau berkedudukan sebagai *mudāfilaih* (frasa nominal), ditransliterasi tanpa huruf hamzah.

Contoh: *dīnullāh billāh*

Adapun *تَدِينُ بِاللَّهِ arbūtah* . akhir kata yang disandarkan kepada *lafz al-jalālah*, diteransliterasi dengan huruf [t]. Contoh:

*m fī rahmatillāh* *م فِي رَحْمَةِ اللَّهِ*

#### 10) *Huruf Kapital*

Walau sistem tulisan Arab tidak mengenal huruf kapital (*All Caps*), dalam transliterasinya huruf-huruf tersebut dikenai ketentuan tentang penggunaan huruf kapital berdasarkan pedoman ejaan Bahasa Indonesia yang berlaku (EYD). Huruf kapital, misalnya, digunakan untuk menuliskan huruf awal nama diri (orang, tempat, bulan) dan huruf pertama pada permulaan kalimat. Bila nama diri didahului oleh kata sandang (al-), maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal kata sandangnya. Jika terletak

pada awal kalimat, maka huruf A dari kata sandang tersebut menggunakan huruf kapital (al-). Ketentuan yang sama juga berlaku untuk huruf awal dari judul referensi yang didahului oleh kata sandang al-, baik ketika ia ditulis dalam teks maupun dalam catatan rujukan (CK, DP, CDK, dan DR). Contoh:

*Wa mā Muhammadun illā rasūl*

*Inna awwala baitin wudi 'a linnāsi lallazī bi Bakkata mubārakan*

*Syahru Ramadān al-lazī unzila fīhi al-Qurān*

*Nasīr al-Dīn al-Tūsī*

*Nasr Hāmid Abū Zayd*

*Al-Tūfī*

*Al-Maslahah fī al-Tasyrī' al-Islāmī*

Jika nama resmi seseorang menggunakan kata Ibnu (anak dari) dan Abū (bapak dari) sebagai nama kedua terakhirnya, maka kedua nama terakhir itu harus disebutkan sebagai nama akhir dalam daftar pustaka atau daftar referensi.

Contoh:

Abū al-Walīd Muhammad ibn Rusyd, ditulis menjadi: Ibnu Rusyd, Abū al-Walīd Muhammad (bukan: Rusyd, Abū al-Walīd Muhammad Ibnu)

Nasr Hāmid Abū Zaīd, ditulis menjadi: Abū Zaīd, Nasr Hāmid (bukan, Zaīd Nasr Hāmid Abū)

## **B. Daftar Singkatan**

Beberapa singkatan yang dibakukan adalah:

|              |   |
|--------------|---|
| swt.         | : <i>Subhanahu wa ta 'ala</i>                     |
| saw.         | : <i>Sallallahu 'alaihi wa sallam</i>             |
| as           | : <i>'alaihi al-salam</i>                         |
| H            | : Hijrah  |
| M            | : Masehi  |
| SM           | : Sebelum Masehi                                  |
| I            | : Lahir Tahun (untuk orang yang masih hidup saja) |
| w            | : Wafat tahun                                     |
| QS .../...:4 | : QS al-Baqarah/2:4 atau QS Ali 'Imran/3:4        |
| HR           | : Hadis Riwayat                                   |

## DAFTAR ISI

|   |              |
|---|--------------|
| <b>HALAMAN SAMPUL</b> .....                           | <b>i</b>     |
| <b>HALAMAN JUDUL</b> .....                            | <b>ii</b>    |
| <b>HALAMAN PENYATAAN KEASLIAN</b> .....               | <b>iii</b>   |
| <b>HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING.</b> .....          |              |
| <b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....                       |              |
| <b>NOTA DINAS TIM PENGUJI.</b> .....                  |              |
| <b>PRAKATA</b> .....                                  |              |
| <b>PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB DAN SINGKATAN</b> ..... | <b>vi</b>    |
| <b>DAFTAR ISI</b> .....                               | <b>xiii</b>  |
| <b>DAFTAR AYAT</b> .....                              | <b>xiv</b>   |
| <b>DAFTAR HADIS</b> .....                             | <b>xv</b>    |
| <b>DAFTAR TABEL</b> .....                             | <b>xvi</b>   |
| <b>DAFTAR GAMBAR/BAGAN</b> .....                      | <b>xvii</b>  |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....                          | <b>xviii</b> |
| <b>DAFTAR ISITILAH</b> .....                          |              |
| <b>ABSTRAK</b> .....                                  |              |
| <br>  |              |
| <b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....                        | <b>1</b>     |
| A. Latar Belakang .....                               | 1            |
| B. Rumusan Masalah.....                               | 5            |
| C. Tujuan Penelitian .....                            | 6            |
| D. Manfaat Penelitian .....                           | 6            |
| <br>  |              |
| <b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b> .....                    | <b>8</b>     |
| A. Kajian Penelitian yang Relevan .....               | 8            |
| B. Deskripsi Teori.....                               | 11           |
| 1. Bimbingan dan Konseling Islam.....                 | 11           |
| 2. Pengertian Konseling Kelompok .....                | 15           |
| C. Kerangka Pikir .....                               | 29           |
| D. Hipotesis Penelitian .....                         | 30           |
| <br>  |              |
| <b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....                | <b>31</b>    |
| A. Jenis Penelitian.....                              | 31           |
| B. Lokasi Penelitian.....                             | 32           |
| C. Definisi Operasional .....                         | 32           |
| D. Populasi dan Sampel Penelitian .....               | 34           |
| E. Teknik Pengumpulan Data.....                       | 36           |
| F. Instrumen Penelitian .....                         | 39           |
| G. Uji Validitas dan Realibilitas Instrumen .....     | 40           |
| H. Teknik Analisa Data.....                           | 41           |
| <br>  |              |
| <b>BAB IV HASIL PENELITIAN</b> .....                  | <b>43</b>    |

|                            |           |
|----------------------------|-----------|
| A. Hasil Penelitian .....  | 48        |
| B. Pembahasan.....         | 66        |
| <b>BAB V PENUTUP.....</b>  | <b>71</b> |
| A. Kesimpulan .....        | 71        |
| B. Saran .....             | 72        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b> | <b>74</b> |
| <b>LAMPIRAN</b>            |           |

## DAFTAR AYAT

|                                      |    |
|--------------------------------------|----|
| Kutipan Ayat QS Al-Hujurat 13 .....  | 24 |
| Kutipan Ayat QS Al-Baqarah 195 ..... | 51 |
| Kutipan Ayat QS At-Tin 4 .....       | 55 |
| Kutipan Ayat QS Al-Isra 27 .....     | 57 |

## **DAFTAR HADIS**

|   |    |
|---|----|
| Hadist Riwayat Bukhori dan Abu Daud ..... | 25 |
|---|----|

## DAFTAR TABEL

|  |    |
|--|----|
| Tabel 3.1 One Group Pre-test Post-test Design .....                    | 32 |
| Tabel 3.2 Skala Likert.....  | 38 |
| Tabel 3.3 Perilaku Merokok.....  | 39 |
| Tabel 4.1 Keadaan Guru Mts .....                                       | 45 |
| Tabel 4.2 Keadaan Peralatan Mts .....                                  | 48 |
| Tabel 4.3 Keadaan Mobler Mts.....                                      | 48 |
| Tabel 4.4 Hasil Pre-test Perilaku Merokok Siswa .....                  | 49 |
| Tabel 4.5 Hasil Post-test Perilaku Merokok Siswa.....                  | 59 |
| Tabel 4.6 Hasil Pre-test dan Post-test Perilaku Merokok Siswa.....     | 60 |
| Tabel 4.7 Uji Validitas Perilaku Merokok Siswa .....                   | 62 |
| Tabel 4.8 Uji Reliabilitas Perilaku Merokok Siswa.....                 | 63 |
| Tabel 4.9 Hasil Uji Statistik Deskriptif.....                          | 63 |
| Tabel 4.10 Uji Normalitas.....   | 64 |
| Tabel 4.11 Hasil Analisis Uji-T Hipotesis Pre-test dan Post-test ..... | 65 |

## DAFTAR BAGAN

|                                 |    |
|---------------------------------|----|
| Gambar 3.1 Kerangka Pikir ..... | 29 |
|---------------------------------|----|

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Dokumentasi Penelitian lapangan

## ABSTRAK

**Dina Deviani, 2025.** “*Pengaruh Konseling Kelompok dalam Mengurangi Perilaku Kecanduan Merokok pada Siswa MTs Bonelemo Kecamatan Bajo Barat*”. Skripsi Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Intitut Agama Islam Negeri Palopo. Dibimbing oleh Dr. Efendi P., M.Sos.I. dan Fajrul Ilmy Darussalam, S.Fil., M.Phil.

Penelitian ini penting sebagai langkah pencegahan dan edukasi dalam mengatasi kebiasaan merokok pada siswa MTs, yang rentan terpengaruh karena lingkungan. Konseling kelompok dinilai efektif karena memberi dukungan sosial dan pemahaman tentang bahaya merokok. Penelitian ini bertujuan yaitu untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok dalam mengurangi perilaku kecanduan merokok pada siswa. Penelitian ini merupakan penelitian berorientasi pada pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian *eksperimen semu*. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, angket dan dokumentasi. Alat pengumpulan data yang digunakan lembar angket. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa perilaku merokok pada siswa sebelum tindakan di MTs Bonelemo termasuk dalam kategori cukup tinggi dengan frekuensi sampel 30 orang. Adapun skor rata-rata yaitu 63,9. Tingginya hasil *pre-test* dipengaruhi oleh jawaban responden. Perilaku merokok siswa setelah tindakan di MTs Bonelemo termasuk dalam kategori sangat baik. Adapun skor rata-rata 31,9. Tingginya hasil *post-test* dipengaruhi oleh jawaban responden. Terdapat pengaruh konseling kelompok dalam mengurangi perilaku merokok pada siswa MTs Bonelemo sebagaimana dalam *pre-test* dan *post-test*. Hal ini terlihat pada nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$  dari eksperimen *pre-test* dan *post-test*, sehingga  $H_0$  ditolak  $H_1$  diterima artinya bahwa teknik konseling kelompok sangat efektif digunakan dalam mengurangi perilaku merokok pada siswa MTs Bonelemo.

**Kata Kunci:** konseling kelompok, perilaku merokok

## **ABSTRACT**

**Dina Deviani, 2025.** *“The Effect of Group Counseling in Reducing Smoking Addiction Behavior among MTs Bonelemo Students in Bajo Barat District.” Undergraduate Thesis, Islamic Guidance and Counseling Study Program, Faculty of Ushuluddin, Adab, and Da'wah, State Islamic Institute of Palopo. Supervised by Dr. Efendi P., M.Sos.I., and Fajrul Ilmy Darussalam, S.Fil., M.Phil.*

*This research is important as a preventive and educational measure to address smoking habits among MTs students, who are vulnerable to environmental influences. Group counseling is considered effective because it provides social support and understanding of the dangers of smoking. This study aims to determine the effect of group counseling in reducing smoking addiction behavior among students. The research employs a quantitative approach with a quasi-experimental design. Data collection techniques used include observation, questionnaires, and documentation. The primary data collection tool was a questionnaire. The results showed that smoking behavior among students before the intervention at MTs Bonelemo was categorized as fairly high, with a sample size of 30 students and an average score of 63.9. The high pre-test score was influenced by the respondents' answers. After the intervention, students' smoking behavior was categorized as very good, with an average score of 31.9. The improved post-test score was also influenced by the respondents' answers. There was a significant effect of group counseling in reducing smoking behavior among MTs Bonelemo students, as evidenced by the pre-test and post-test results. This is indicated by the value of  $t\text{-count} > t\text{-table}$  in the pre-test and post-test experiment, leading to the rejection of  $H_0$  and acceptance of  $H_1$ , meaning that group counseling techniques are highly effective in reducing smoking behavior among MTs Bonelemo students.*

**Keywords:** *group counseling, smoking behavior*



## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Siswa didefinisikan sebagai masa di mana seorang individu menyatu dengan masyarakat dewasa, mengalami perubahan intelektual dan cara berpikir untuk menyesuaikan diri dengan hubungan sosial orang dewasa.<sup>1</sup> Masa remaja disebut juga masa peralihan, yaitu ketika seorang anak pertama kali tumbuh menjadi dewasa, individu mengalami banyak perubahan, baik secara fisik maupun psikologis dan sosial. Masa remaja menurut Hall Sarwono adalah masa topan dan badai, karena pada masa itu seseorang mengalami perubahan emosi, terkadang emosi tersebut meledak dan menimbulkan konflik, dan terkadang emosi tersebut juga menggebu-gebu dan menimbulkan kesulitan untuk remaja maupun orang tua yang bersangkutan.<sup>2</sup> Salah satu hal yang cukup dekat dengan kehidupan remaja adalah perilaku merokok.

Perilaku remaja yang masih duduk di bangku Sekolah Menengah Pertama menganggap merokok sebagai aktivitas yang sudah biasa dilakukan dan kerap ditemukan di berbagai sudut tempat di kota maupun desa.<sup>3</sup> Merokok bagi remaja seringkali dianggap mampu memberikan kenikmatan seperti munculnya rasa percaya diri dan rileks. Perilaku merokok ini tentunya dapat menimbulkan berbagai dampak negatif bagi remaja baik dari segi kesehatan, ekonomi, sosial dan

---

<sup>1</sup>Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Erlangga, 1980), h.206.

<sup>2</sup>Hall Sarwono, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada, 2011), h.29.

<sup>3</sup>Ika Yuni Widyawati, “ Perilaku Merokok pada Remaja Pelajar Usia 12 -15 Tahun “, 15 Oktober 2020, <https://news.unair.ac.id/2020/10/15/perilaku-merokok-pada-remaja-pelajar-usia-12-15-tahun/?lang=id>, 16 Juni 2023

psikologis.<sup>4</sup> Hal ini merupakan perilaku yang menyimpang dari norma - norma umum berbuat semaunya sendiri yang dapat mengganggu atau merugikan diri sendiri dan orang lain.

Fenomena merokok di kalangan remaja usia sekolah bukan pemandangan asing lagi. Berdasarkan data Direktorat Jenderal Penyakit Tidak Menular Kementerian Kesehatan menunjukkan bahwa prevalensi remaja terhadap rokok pada tahun 2019 berjumlah 29,03%, lalu pada tahun 2020 menjadi 28,69%, dan berjumlah 28,96% pada tahun 2021 dari jumlah keseluruhan, perokok mulai merokok antara usia 15-18 tahun.<sup>5</sup> Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2020 juga menunjukkan bahwa sebanyak 80% dari total perokok di Indonesia sudah mulai merokok sejak masih berusia di bawah 19 tahun. Kelompok usia dengan jumlah perokok terbanyak adalah 15-19 tahun, disusul oleh kelompok usia 10-14 tahun di urutan kedua. Dampak rokok bagi anak-anak dan remaja nyatanya sangat serius, bahkan dapat menyebabkan kematian dalam beberapa kasus parah.<sup>6</sup> Rokok juga memberikan banyak dampak negatif bagi anak-anak dan remaja serta menyebabkan gangguan pada pertumbuhan dan

---

<sup>4</sup>Berkafik Ali Hasan, "Penerapan Konseling Kelompok untuk Mengurangi Perilaku Merokok pada Siswa Kelas IX di SMP Negeri 2 Comal", *Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling 1*, ( 12 Agustus 2021 ): 189, <http://seminar.uad.ac.id/index.php/PSNBK/article/view/7804.com>.

<sup>5</sup>Badan Pusat Statistik. "Presentase Merokok pada Penduduk Umur  $\geq$  15 Tahun Menurut Provinsi (Persen), 2020-2022", 09 Desember 2022, <https://www.bps.go.id/indicator/30/1435/1/persentase-merokok-pada-penduduk-umur-15-tahun-menurut-provinsi.html>, 29 Juni 2023

<sup>6</sup>Deva Bachtiar, Sp.P. " Dampak dan Bahaya Merokok Bagi Para Remaja", 1 Juni 2020, <https://www.emc.id/id/care-plus/masih-remaja-sudah-mulai-merokok-ini-dampak-dan-bahayanya.com>, 16 Mei 2023.

perkembangan paru yang dapat menimbulkan masalah kesehatan kronis saat beranjak dewasa.

Beberapa ahli juga mengemukakan bahwa rokok ditinjau dari segi kesehatan dapat menimbulkan berbagai penyakit atau gangguan kesehatan baik pada perokok itu sendiri, maupun orang lain di sekitarnya yang tidak merokok. Kandungan dalam rokok yang berupa nikotin, tar (residu tembakau) dan zat adiktif. Kandungan tersebut dapat memberikan berbagai dampak negatif bagi kesehatan seperti kanker paru-paru, kanker mulut, kanker tenggorokan, penyakit jantung koroner, radang saluran pernapasan, pembekakan paru-paru, penyakit kandung kemih, gangguan reproduksi, impotensi, gangguan kehamilan dan janin. Dampak lainnya yang ditimbulkan akibat penggunaan rokok dengan intensitas yang tinggi serta usia yang lebih dini saat mengkonsumsi rokok dapat menambah resiko kematian.<sup>7</sup> Meski semua orang tahu akan bahaya yang ditimbulkan akibat merokok, perilaku merokok tidak pernah surut dan tampaknya merupakan perilaku yang ditolerir oleh masyarakat dan bahkan merokok seakan akan sudah jadi tren di kalangan remaja.

Dinas Kesehatan seluruh Indonesia juga senantiasa meminta seluruh elemen untuk memperhatikan kondisi tersebut. Fenomena tersebut juga membuktikan bahwa gejala ekonomi tidak mempengaruhi minat masyarakat merokok. Padahal rokok memiliki dampak luas, dan *multiple burden* (beban ganda). Dampak rokok

---

<sup>7</sup> Yunus Elon dan Evelin Malinti, "Femomena Merokok pada Anak Usia Remaja", *Studi Kualitatif f 1*, no 1 (2019) : 78, <http://ejournal.unklab.ac.id/index.php/kjn.com>.

dalam konteks kesehatan dapat memperburuk kondisi kesehatan, dan mempengaruhi angka harapan hidup pasien.<sup>8</sup>

Fenomena tersebut tentunya menjadi perhatian bagi orang tua dan pihak sekolah. Kecanduan merokok pada siswa sekolah akan berdampak dalam berbagai aspek kehidupannya. Hal tersebut juga menjadi permasalahan yang masih ditemukan di sekolah MTs Bonelemo. Sebagaimana pada observasi awal yang dilakukan, Nonawati menjelaskan bahwa adanya kebiasaan merokok pada anak – anak yang kerap ditemukan di lingkungan sekolah pada jam pergantian pelajaran dan saat jam istirahat di belakang kelas saat pelajaran berlangsung, juga di kantin atau warung seputar sekolah milik masyarakat lokal.<sup>9</sup> Berbagai upaya dilakukan agar peserta didik pada MTs Bonelemo dapat menurunkan serta menghentikan perilaku merokok, salah satunya dengan konseling kelompok. Konseling kelompok adalah suatu upaya bantuan kepada peserta didik dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan dan diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhannya.

Teori konseling kelompok digunakan dalam masalah ini, karena dianggap mampu mendorong munculnya motivasi individu, berkembangnya perasaan, pikiran, wawasan dan sikap terarah kepada tingkah laku dan tanggung jawab, khususnya dalam mengurangi perilaku kecanduan merokok pada siswa dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Keunggulan yang diperoleh siswa ketika

---

<sup>8</sup>M Subuh. “ Pandemi Covid-19, Konsumsi Rokok Justru Meningkat”, 31 Juli 2021, <https://pwmjateng.com/mtcc-unimma-pandemi-covid-19-konsumsi-rokok-justru-meningkat.com>, 16 Mei 2023

<sup>9</sup> Wawancara dengan Nonawati, taanggal 21 Desember 2023 di MTs Bonelemo

mengikuti konseling kelompok antara lain dapat membahas topik-topik tertentu yang mengandung permasalahan *actual* (hangat) yang menjadi perhatian peserta melalui dinamika kelompok yang efektif, melalui layanan kelompok yang intensif antara lain. Mengembangkan diskusi dan partisipasi, untuk menfokuskan anggota pada suatu isu atau topik yang umum, dapat mengangkat suatu fokus saat merasa sebuah fokus baru dibutuhkan, memberikan kesempatan untuk pembelajaran ekspriensial, mendapatkan informasi yang berguna tentang anggota kelompok, memberikan kesenangan dan relaksasi pada kelompok dan, menghilangkan kecemasan dalam kelompok dengan meningkatkan keakraban antar anggota.<sup>10</sup>

Berdasarkan permasalahan tersebut, penulis akan menfokuskan penelitian dengan judul **“Pengaruh Konseling Kelompok dalam Mengurangi Perilaku Kecaanduan Merokok pada Siswa MTs Bonelemo Kecamatan Bajo Barat”**.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah apakah konseling kelompok memiliki pengaruh dalam mengurangi perilaku kecanduan merokok pada siswa MTs Bonelemo Kecamatan Bajo Barat ?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok dalam mengurangi perilaku kecanduan merokok pada siswa MTs Bonelemo Kecamatan Bajo Barat.

---

<sup>10</sup> Nunuk Yuli Sulistyoningrum, “Mengurangi Perilaku Merokok pada Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok”, *Jurnal Penelitian Bimbingan dan Konseling* 3, no 1 (2018) : 105. <https://jurnal.untirta.ac.id/index.php/JPBK/article/view/3199>

#### **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian yang ingin dicapai adalah :

##### 1. Manfaat Teoretis

Hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangsih ilmu pengetahuan serta sebagai pijakan dan referensi pada penelitian-penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan konseling kelompok dalam mengurangi perilaku kecanduan merokok. selain itu, temuan dari penelitian ini bisa dijadikan acuan ilmiah dalam merancang strategi intervensi kelompok efektif di lingkungan pendidikan, serta memberikan sumbangan terhadap perkembangan teori mengenai pentingnya dukungan sosial dalam proses pemulihan kecanduan.

##### 2. Manfaat Praktis

###### a. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menjadi bahan referensi dalam menyusun dan melaksanakan program bimbingan yang lebih tepat sasaran untuk menangani permasalahan merokok di kalangan pelajar. Selain itu, juga dapat dijadikan dasar oleh pihak sekolah dalam merancang kebijakan atau langkah preventif guna menciptakan suasana belajar yang sehat, aman, dan terbebas dari pengaruh merokok.

###### b. Bagi Siswa

Hasil penelitian ini menjadi sumber informasi serta memberikan kesadaran akan bahaya merokok sekaligus memotivasi siswa untuk mengubah perilaku tersebut dengan dukungan dari kelompok. Selain membantu mengurangi

kecanduan merokok, penelitian ini juga memberikan manfaat jangka panjang dalam membentuk sikap positif dan pola hidup lebih sehat bagi siswa.

c. Bagi Orang tua

Hasil penelitian ini memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang pentingnya dukungan keluarga dalam mencegah dan mengurangi perilaku merokok pada anak. Selain itu, dapat menjadi acuan bagi orang tua untuk lebih efektif dalam mengawasi dan memberikan arahan yang tepat, serta menciptakan suasana keluarga yang mendukung gaya hidup sehat sehingga dapat membantu anak dalam proses perubahan perilaku secara optimal.

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. Kajian Penelitian yang Relevan

Penelitian terdahulu yang relevan merupakan deskripsi dari penelitian yang pernah dilakukan oleh orang yang berbeda dengan objek permasalahan yang sama sebagaimana dalam penelitian ini. Fungsi dari penelitian yang relevan sebagai perbandingan, acuan, atau sumber dalam melakukan penelitian selanjutnya.<sup>1</sup>Adapun hasil penelitian tersebut dapat diuraikan sebagai berikut:

Penelitian yang disusun oleh Ali Hasan dengan judul “ Penerapan Konseling Kelompok Untuk Mengurangi Perilaku Merokok Pada Siswa Kelas IX Di SMP Negeri 2 Comal” pada tahun 2021. Tujuan penelitian tersebut untuk mengetahui perilaku kebiasaan merokok serta bahaya yang ditimbulkan akibat kecanduan merokok pada siswa kelas IX di SMP Negeri 2 Comal. Penelitian tersebut menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan etnografi yang dilakukan di SMP Negeri 2 Comal. Teknik wawancara data yang dikumpulkan dengan teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian yang dilakukan dengan guru bimbingan konseling dan 20 orang siswa yang terbagi dalam 10 siswa perokok intensitas tinggi dan 10 siswa dengan intensitas rendah. Informan-informan tersebut dipilih atas pertimbangan yang peneliti tetapkan agar dapat menjawab pertanyaan peneliti. Banyaknya perokok dengan intensitas tinggi di kalangan remaja dan masih berstatus pelajar sekolah. Peran

---

<sup>1</sup>Anggiti, Albi Anggito dan Johan Setiawan, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Sukabumi:CV Jejak, 2018), h. 20-21.

dari pihak sekolah untuk mengatasi permasalahan tersebut, karena sekolah untuk sebagian siswa sudah dianggap sebagai rumah kedua.<sup>2</sup>

Penelitian tersebut memiliki perbedaan dan persamaan dengan penelitian ini. Perbedaannya adalah penelitian tersebut menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan etnografi pada penerapan konseling kelompok dengan lokasi penelitian di SMP Negeri 2 Comal, sedangkan penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan lokasi penelitian di MTs Bonelemo. Adapun persamaannya adalah sama-sama menggunakan teori konseling kelompok dan sama-sama meneliti tentang permasalahan perilaku merokok pada siswa.

Penelitian yang dilakukan oleh Rulia Trifena dengan judul “ Layanan Konseling Kelompok Menggunakan Teknik *Self Management* Untuk Mengurangi Perilaku Merokok Siswa Di SMP Negeri 1 Teriak “. Penelitian ini bertujuan untuk melihat hasil pengurangan perilaku merokok melalui layanan konseling kelompok dengan teknik *self management*. Metode yang digunakan dalam penelitian tersebut adalah pre eksperimen, dengan sampel 5 orang siswa yang diambil dengan teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semua subjek penelitian ini mampu mengurangi perilaku merokok atau intensitasnya merokok. R1 dapat menurunkan perilaku merokoknya sebanyak 22 gain. R2 dapat mengurangi perilaku merokoknya

---

<sup>2</sup>Berkafik Ali Hasan, “Penerapan Konseling Kelompok Untuk Mengurangi Perilaku Merokok Pada Siswa Kelas IX Di SMP Negeri 2 Comal”, *Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling 1, No 1* (2021 ): 189, <http://seminar.uad.ac.id/index.php/PSNBK/article/view/7804.com>.

sebanyak 20 gain. R3 dapat mengurangi perilaku merokoknya sebanyak 20 gain. R4 dapat mengurangi perilaku merokoknya sebanyak 30 gain.<sup>3</sup>

Penelitian tersebut memiliki perbedaan dan persamaan dengan penelitian ini. Perbedaannya adalah penelitian tersebut menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* dengan metode pre eksperimen dengan lokasi penelitian di SMP Negeri 1 Teriak, Kabupaten Bengkayang, sedangkan penelitian ini dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan lokasi penelitian di MTs Bonelemo, Kabupaten Luwu. Adapun persamaannya adalah sama-sama menggunakan teori konseling kelompok dan sama-sama meneliti tentang permasalahan perilaku merokok pada siswa.

Skripsi yang berjudul “ Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Self management* Untuk Mengurangi Perilaku Merokok Pada Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 3 Satu Atap” oleh Risna Wati, UMN Al-Washliyah Medan pada tahun 2021. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk membuktikan pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik *self management* untuk mengurangi perilaku merokok pada siswa. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen dengan desain *one-group pretest-postest*. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pengaruh bimbingan kelompok teknik *self management* terhadap perilaku merokok ( $z = -2,524$ ,  $p < 0,05$ ). Hasil dari perhitungan tersebut,

---

<sup>3</sup>Rulia Trifena, “Layanan Konseling Kelompok Menggunakan Teknik Self- Management Untuk Mengurangi Perilaku Merokok Siswa Di SMP Negeri 1 Teriak”, *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia* 5, No2,(2020):46-49, <https://journal.stkipsingkawang.ac.id/index.php/JBKI/article/view/785>.

dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh bimbingan kelompok teknik *self management* untuk mengurangi perilaku merokok pada siswa. Sehubungan dengan hasil penelitian di atas guru bimbingan konseling dapat mengupayakan mengurangi perilaku siswa dengan memberikan layanan menggunakan bimbingan kelompok *self management* untuk mengatasi permasalahan merokok tersebut.<sup>4</sup>

Penelitian tersebut memiliki perbedaan dan persamaan dengan penelitian ini. Perbedaannya adalah penelitian tersebut menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* dengan metode penelitian eksperimen dengan desain *one-group pretest-posttest* dengan lokasi penelitian di SM P Negeri 3 Satu Atap, sedangkan penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan lokasi penelitian di MTs Bonelemo. Adapun persamaannya adalah sama-sama menggunakan teori konseling kelompok dan sama-sama meneliti tentang permasalahan perilaku merokok pada siswa.

## **B. Deskripsi Teori**

### **1. Bimbingan dan konseling Islam**

#### **a. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam**

Istilah “bimbingan” merupakan terjemahan dari kata *guidance* dalam bahasa Inggris berakar dari kata *guiding*, yang secara harfiah berarti menunjukkan jalan, memimpin, menuntun, atau memberikan arahan dan nasihat. Secara terminologis, bimbingan mengandung makna suatu proses bantuan yang bersifat

---

<sup>4</sup>Risnawati, “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Merokok Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 3 Satu Atap”, *Skripsi* (UMN Al-Washliyah 26 Medan, 2021). <http://repository.umnaw.ac.id/jspui/handle/123456789/401>

sistematis dan berkelanjutan, bertujuan untuk membantu individu agar mampu memahami diri, mengatasi permasalahan, serta mengambil keputusan yang tepat dalam kehidupannya. Kontes layanan bimbingan dalam proses ini umumnya dilaksanakan oleh seorang konselor yang memberikan bantuan profesional kepada konseli atau individu yang sedang menghadapi kesulitan tertentu. Tujuan utama dari bimbingan adalah untuk mengarahkan individu ke arah perkembangan yang lebih positif, baik dalam aspek pribadi, sosial, akademik, maupun karier. Melalui proses ini, individu dibantu mengenali potensi dirinya, meningkatkan kemampuan penyesuaian diri terhadap lingkungan, serta mengembangkan keterampilan hidup yang mendukung pencapaian tujuan hidup yang lebih baik.<sup>5</sup>

Konseling merupakan salah satu teknik bimbingan. Metode ini adalah upaya pemberian bantuan diberikan secara individu dan langsung tatap muka (berkomunikasi) antara pembimbing (konselor) dengan klien. Pemberian bantuan yang dilakukan melalui hubungan yang bersifat *face to face* (hubungan empat mata), yang dilaksanakan dengan wawancara antara pembimbing (konselor dengan klien). Masalah-masalah yang dipecahkan melalui teknik konseling adalah masalah-masalah yang bersifat pribadi.<sup>6</sup>

Konseling menurut Namora Lumongga Lubis sebagai hubungan membantu dimana salah satu pihak (konselor) bertujuan meningkatkan kemampuan dan fungsi mental pihak lain (klien), agar dapat menghadapi persoalan atau konflik yang dihadapi dengan lebih baik. Namora Lumongga

---

<sup>5</sup>Subekti Masri, *Bimbingan Konseling Teori dan Prosedural*, (Makassar: Aksara Timur, 2016),h.1

<sup>6</sup>Tohirin, *Bimbingan Konseling Disekolah & Madrasah*, ( Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada Jakarta, 2007), h.296

Lubis mengartikan “bantuan” dalam konseling adalah menyediakan kondisi, sarana dan keterampilan yang membuat klien dapat membantu dirinya sendiri dalam memenuhi rasa aman, cinta, harga diri, membuat keputusan dan aktualisasi diri. Memberikan bantuan juga mencakup kesediaan konselor untuk mendengarkan perjalanan hidup klien baik masa lalunya, harapan-harapan keinginan yang tidak terpenuhi, kegagalan yang dialami, trauma, dan konflik yang sedang dihadapi klien.<sup>7</sup>

Bimbingan dan konseling Islam adalah proses pemberian bantuan terarah, terus menerus dan sistematis kepada setiap individu agar dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung dalam al-Qur’an dan hadis Rasulullah saw ke dalam dirinya, sehingga dapat hidup selaras sesuai dengan tuntutan al-Qur’an dan hadis.<sup>8</sup>

Aunur Rahim Faqih berpendapat bahwa bimbingan konseling islam adalah proses pemberian bantuan kepada individu agar menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah swt. Seharusnya dalam kehidupan keagamaan senantiasa selaras dengan ketentuan-ketentuan dan petunjuk dari Allah swt. Sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.<sup>9</sup>

---

<sup>7</sup> Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling*, (Jakarta: Kencana, 2011), h.2

<sup>8</sup> Samsul Munir, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah, 2010), h.28

<sup>9</sup> Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan konseling dalam Islam*, (Yogyakarta: UII Press Cipta, 2005), h.4

## b. Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam

Tujuan bimbingan dan konseling Islam membantu memandirikan klien dan mengembangkan potensi-potensi secara optimal. Tujuan yang jelas bimbingan dan konseling Islam bisa diklasifikasikan dengan mudah berdasarkan tujuan konselor dan klien, atau terapi itu sendiri seperti jangka pendek, menengah, dan panjang. Tujuan bimbingan dan konseling Islam secara rinci adalah sebagai berikut :

- 1) Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan, kesehatan, dan kebersihan jiwa dan mental. Jiwa menjadi tenang, jinak, damai, bersikap lapang dada, dan mendapatkan pencerahan taufik dan hidayah Tuhannya.
- 2) Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan, dan kesopanan, tingkah laku yang dapat memberikan manfaat, baik pada diri sendiri, lingkungan keluarga, lingkungan kerja, maupun lingkungan sosial dan alam sekitarnya.
- 3) Untuk menghasilkan kecerdasan rasa (emosi) pada individu sehingga muncul dan berkembang rasa toleransi, kesetiakawanan, tolong-menolong, dan rasa kasih sayang.
- 4) Untuk menghasilkan kecerdasan spiritual pada diri individu sehingga muncul dan berkembang rasa keinginan untuk berbuat taat kepada Tuhannya, ketulusan memetahi segala perintah-Nya, serta ketabahan menerima ujian-Nya.<sup>10</sup>

---

<sup>10</sup>Samsul Munir, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah, 2010), h.43

c. Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam

Fungsi bimbingan dan konseling Islam secara umum meliputi :

- 1) Fungsi pemahaman, yaitu fungsi bimbingan dan konseling membantu peserta didik memahami dirinya (potensinya) dan lingkungannya (pendidikan, pekerjaan, dan norma agama).
- 2) Fungsi preventif atau pencegahan, yaitu upaya konsultan untuk selalu mengantisipasi berbagai permasalahan yang mungkin terjadi dan berusaha mencegahnya agar tidak dialami oleh peserta didik. Melalui peran tersebut, konselor memberikan bimbingan kepada siswa tentang bagaimana menghindari tindakan atau aktivitas yang membahayakan dirinya.
- 3) Fungsi pengetasan atau penyembuhan, yaitu fungsi bimbingan dan konsultasi terapeutik. Peran ini erat kaitannya dengan upaya memberikan dukungan kepada klien yang mengalami permasalahan, baik dalam tataran personal, sosial, pembelajaran maupun profesional. Teknik yang dapat digunakan adalah teori konseling dan pengajaran remedial.
- 4) Fungsi pemeliharaan dan pengembangan, yaitu pemeliharaan segala sesuatu yang baik dalam diri individu, baik yang bersifat bawaan maupun hasil perkembangan yang dicapai selama ini. Pemeliharaan yang baik tidak hanya berarti menjaga barang-barang yang dirancang tetap utuh, tidak rusak dan dalam keadaan aslinya, tetapi juga berusaha

menjadikannya lebih baik, jika mungkin, lebih indah, lebih menyenangkan dan bernilai tambah dari sebelumnya.<sup>11</sup>

## 2. Pengertian Konseling Kelompok

### a. Pengertian konseling kelompok

Konseling kelompok adalah bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat preventif dan kuratif dan ditujukan untuk memfasilitasi perkembangan dan pertumbuhannya. Konseling kelompok diartikan sebagai upaya membantu orang-orang dalam suasana kelompok yang bersifat preventif dan perkembangan, serta bertujuan untuk memberikan kenyamanan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhannya. Konseling kelompok adalah sistem layanan dukungan yang sangat baik untuk membantu mengembangkan keterampilan pribadi, mencegah dan mengatasi konflik antarpribadi atau penyelesaian masalah.<sup>12</sup> Hal ini mengacu kepada penyesuain rutin atau pengalaman perkembangan dalam lingkup kelompok yang difokuskan untuk membantu klien mengatasi problem dan perkembangan kepribadiannya.

Konseling kelompok menurut Latipun adalah salah satu bentuk konseling dengan memanfaatkan kelompok untuk membantu, memberi umpan balik dan pengalaman belajar.<sup>13</sup> Konseling kelompok bersifat memberikan kemudahan dalam pertumbuhan dan perkembangan individu, dalam artian bahwa konseling kelompok memberikan dorongan dan motivasi kepada

---

<sup>11</sup>Prayitno, Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2013), h.196

<sup>12</sup>Namora Lumongga Lubis, Hasnida, *Konseling Kelompok*, (Jakarta: Kencana, 2016),h.19

<sup>13</sup>Latipun, *Psikologi Konseling*, (Jawa Timur: Universitas Muhammadiyah Malang, 2008),h.46

individu untuk memberikan perubahan-perubahan dengan memanfaatkan potensi, sehingga dapat mengembangkan diri.

Pendapat ahli di atas dapat dipahami bahwa konseling kelompok merupakan suatu pemberian bantuan dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk mengetahui potensi-potensi yang dimiliki dari masing-masing individu. Artinya, setiap orang yang berpartisipasi dalam konseling bebas berinteraksi satu sama lain, bebas menyampaikan pandangan, memberikan tanggapan, memberikan saran, dan melakukan hal yang mungkin bermanfaat bagi peserta yang terkena dampak dan sarana peserta lainnya. Konseling kelompok bertujuan mendorong pertumbuhan dan perkembangan pribadi. Artinya konseling kelompok mendorong dan memotivasi individu untuk melakukan perubahan yang memungkinkan mereka memanfaatkan seluruh potensinya dan mencapai aktualisasi diri.

b. Tujuan konseling kelompok

Konseling merupakan proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh konselor dengan konseli yang sedang mengalami masalah dalam upaya mengatasi problem kehidupannya. Tujuan konseling kelompok bukan sebagai kelompok penenang melainkan kelompok yang menyediakan sarana untuk menyelesaikan permasalahan, karena tujuan konseling kelompok adalah memenuhi kebutuhan dan menyediakan pengalaman nilai bagi setiap anggotanya secara individu yang menjadi bagian kelompok tersebut. Prayitno membedakan tujuan konseling kelompok berdasarkan tujuan umum dan khusus. Tujuan umum konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi seseorang. Sementara tujuan khususnya adalah terfokus pada

pembahasan masalah pribadi peserta kegiatan konseling.<sup>14</sup>Tujuan konseling kelompok menurut Wibowo menjelaskan bahwa yang menjadi tujuan konseling kelompok adalah individu yang mampu meningkatkan kemampuan pribadi, mengatasi masalah pribadi, terampil dalam mengambil keputusan, terampil dalam memecahkan masalah serta memberikan kemudahan dalam pertumbuhan dan perkembangan individu untuk melakukan tindakan yang selaras dengan kemampuannya.<sup>15</sup>

c. Asas konseling kelompok

Melaksanakan kegiatan konseling juga terdapat aturan-aturan yang disebut dengan asas-asas bimbingan dan konseling. Asas-asas ini dapat memudahkan pelaksanaan dan menjamin keberhasilan pelayanan atau kegiatan. Terdapat sejumlah aturan ataupun asas-asas yang harus diperhatikan oleh para anggota dalam kegiatan konseling kelompok yaitu asas kerahasiaan, asas kesukarelaan, asas keterbukaan, asas kegiatan, asas kenormatifan, dan asas kekinian.

Asas kerahasiaan adalah asas bimbingan dan konseling yang mengharuskan agar seluruh data dan informasi tentang peserta didik (klien) penerima layanan dijaga kerahasiaannya, yaitu data atau informasi yang tidak boleh dan tidak patut diketahui orang lain. Guru bimbingan dan konseling dalam hal ini berkewajiban penuh untuk menyimpan dan menjaga seluruh data dan informasi agar benar-benar terjamin kerahasiaannya.<sup>16</sup>

---

<sup>14</sup>Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan dan konseling Kelompok*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2013),h.63

<sup>15</sup>Wibowo, *Konseling Kelompok Perkembangan*, (Semarang: UPT Unnes Pres,2005), h.35

<sup>16</sup>Dina Hajja Ristianti, Irwan Fathurrocmn, *Penilaian Konseling Kelompok*, (Yogyakarta: Deepublish, 2020), h.13

Asas kesukarelaan merupakan asas bimbingan konseling yang memerlukan selera dan kemauan peserta didik untuk ikut serta dalam kegiatan pelayanan yang diperuntukkan baginya. Guru pembimbing dalam hal ini mempunyai kewajiban untuk mendorong dan mengembangkan kerelawanan tersebut.<sup>17</sup>

Asas keterbukaan merupakan prinsip orientasi dan konsultasi yang mengharuskan para pelajar (klien) penerima layanan untuk bersikap terbuka dan tidak berpura-pura, baik dalam memberikan informasi tentang dirinya maupun dalam menerima informasi dan berbagai materi dari luar yang bermanfaat bagi kebutuhannya sendiri perkembangan. Guru bimbingan dan konseling dalam hal ini dituntut untuk mengembangkan keterbukaan peserta didik. Pembukaan ini terkait dengan penerapan asas kerahasiaan dan asas kesukarelaan bagi peserta didik penerima layanan. Peserta didik agar bisa berpikiran terbuka, maka guru bimbingan dan konseling harus berpikiran terbuka terlebih dahulu.<sup>18</sup>

Asas kegiatan adalah prinsip bimbingan dan konseling yang mengharuskan peserta didik sasaran untuk berpartisipasi aktif dalam pemberian layanan konseling. Hasil dari jasa konsultasi tidak akan ada artinya jika klien yang dibimbing tidak melakukan kegiatan untuk mencapai tujuan dari konsultasi. Pemimpin kelompok harus menciptakan suasana sedemikian rupa

---

<sup>17</sup>Ahmad Farisal, "Asas Bimbingan dan Konseling", 7 Juli 2017, <https://ahmadfarisal.wordpress.com/2017/07/07/asas-bimbingan-dan-konseling/>, 24 Maret 2024

<sup>18</sup>Dina Hajja Ristianti, Irwan Fathurrocmann, *Penilaian Konseling Kelompok*, (Yogyakarta: Deepublish, 2020), h.16

sehingga klien yang dibimbing dapat melakukan kegiatan pemecahan masalah. Kegiatan dalam konseling kelompok ini, partisipasi anggota kelompok sangat menentukan dalam menciptakan dinamika kelompok yang baik.<sup>19</sup>

Asas kenormatif adalah asas bimbingan dan konseling yang menghendaki agar seluruh layanan dan kegiatan bimbingan dan konseling didasarkan pada nilai dan norma yang ada, yaitu peraturan, perundang-undangan, peraturan, adat istiadat, ilmu pengetahuan, dan kebiasaan beragama, serta tidak bertentangan. Layanan dan kegiatan bimbingan dan konseling hendaknya mampu meningkatkan kemampuan siswa dalam memahami, menghayati, dan menerapkan standar-standar tersebut. Asas normatif diterapkan berdasarkan isi dan proses pemberian bimbingan dan nasehat. Seluruh isinya harus sesuai dengan peraturan yang berlaku, serta prosedur, teknik dan peralatan yang digunakan tidak menyimpang dari standar yang telah ditetapkan.<sup>20</sup>

Asas kekinian harus ada pada hakikatnya, yaitu prinsip panduan yang mensyaratkan bahwa objek objektif layanan adalah masalah yang dibahas dalam kegiatan konsultasi kelompok. Artinya permasalahan yang dibicarakan adalah permasalahan saat ini, bersifat mendesak, mengganggu efektivitas

---

<sup>19</sup>Erisa Kurniati, "Bimbingan dan Konseling di Sekolah; Prinsip dan Asas", *bimbingan dan Konseling* 3, no 2 (2018): 1-77, <http://jurnal.um-tapsel.ac.id/index.php/Ristekdik/article/download/634/499>.

<sup>20</sup>Dina Hajja Ristianti, Irwan Fathurrocmann, *Penilaian Konseling Kelompok*, (Yogyakarta: Deepublish, 2020), h.18

kehidupan sehari-hari, dan memerlukan penyelesaian segera, bukan permasalahan dua tahun lalu atau permasalahan masa lalu.<sup>21</sup>

d. Tahapan konseling kelompok

Membahas tentang tahap-tahap konseling kelompok ada beberapa tahap pelaksanaannya yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan atau transisi, tahap kegiatan, dan tahap akhir. Tahap-tahap ini merupakan suatu kesatuan dalam seluruh kegiatan kelompok.

Tahap pembentukan yaitu tahapan untuk membentuk suatu kelompok yang siap mengembangkan dinamika kelompok dalam mencapai tujuan Bersama. Kegiatan yang dilakukan adalah mengungkapkan tujuan dari konseling kelompok, menjelaskan cara-cara dan ciri-ciri kegiatan kelompok, memperkenalkan dan mengungkapkan diri atau pengakraban. Kegiatan dalam tahap pembentukan ini dilakukan untuk mengungkapkan pengertian dan tujuan dari kegiatan konseling kelompok, menjelaskan cara-cara dan asas-asas dalam kegiatan konseling kelompok saling memperkenalkan diri dan mengungkapkan diri, teknik khusus, permainan (penghangatan dan pengakraban). Peran pemimpin kelompok dalam tahap pembentukan ini yaitu menampilkan doa untuk mengawali kegiatan, menampilkan penghormatan kepada orang lain, hangat, tulus, bersedia membantu dan penuh empati serta sebagai contoh.<sup>22</sup>

---

<sup>21</sup>Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling Kelompok*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta,2013), h.98

<sup>22</sup>Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Kosenling Kelompok*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta,2013),h.104

Tahap peralihan atau transisi adalah hal umum yang sering kali muncul pada tahap ini adalah terjadinya suasana ketidakseimbangan dalam diri masing-masing anggota kelompok. Konselor diharapkan agar membuka permasalahan masing-masing anggota sehingga masalah tersebut dapat bersama-sama dirumuskan dan diketahui penyebabnya. Walaupun anggota kelompok mulai terbuka satu sama lain, tetapi dapat pula terjadi kecemasan, resistensi, konflik, dan keengganan anggota kelompok untuk membuka diri. Oleh karena itu, konselor selaku pemimpin kelompok harus dapat mengontrol diri dan mengarahkan anggotanya untuk merasa nyaman dan menjadikan anggota kelompok sebagai keluarga sendiri.<sup>23</sup>

Tahap kegiatan ini memperbaiki masalah pribadi anggota kelompok. Kegiatan ini meliputi setiap kelompok mengemukakan masalah pribadi yang perlu mendapatkan bantuan untuk pengentasannya. Klien menjelaskan lebih rinci masalah yang dialami. Semua anggota merespon apa yang disampaikan anggota lain. Tujuan dari tahap kegiatan ini yaitu terbahasanya permasalahan secara mendalam dan tuntas, ikut sertanya seluruh anggota kelompok secara aktif dan dinamis dalam pembahasan, baik yang menyangkut unsur-unsur tingkah laku, pemikiran atau perasaan. Perasaan pemimpin kelompok pada tahap ini sebagai pengatur lalu lintas yang sabar dan terbuka, aktif tetapi tidak banyak bicara, memberikan dorongan dan penguatan serta penuh empati serta aktif tetapi tidak banyak bicara.<sup>24</sup>

---

<sup>23</sup>Namora Lumongga Lubis, *Konseling Kelompok*, (Jakarta: Kencana, 2016),h.82

<sup>24</sup>Namira Lumongga Lubis, *Konseling Kelompok*, (Jakarta: Kencana, 2016),h.82

Tahap akhir yaitu tahap akhir kegiatan untuk melihat kembali apa yang telah dilakukan dan dicapai oleh kelompok serta merencanakan kegiatan lanjutannya.<sup>25</sup> Tujuan dari tahap ini yaitu terumuskannya kegiatan lebih lanjut, tetap terjalin hubungan kelompok dan kebersamaan yang akrab meskipun kegiatan diakhiri. Peranan dari pemimpin kelompok yaitu mengungkapkan bahwa kegiatan kelompok akan segera diakhiri, mempertahankan suasana hangat, bebas dan terbuka, mengajak anggota kegiatan untuk merencanakan kegiatan lanjutan, berterimah kasih atas keikutsertaan semua anggota.

e. Fungsi konseling kelompok

Fungsi konseling kelompok adalah :

Fungsi pengembangan yaitu berfungsi untuk mengembangkan keseluruhan potensi peserta didik terutama keterampilan sosialisasi dan komunikasi. Anggota kelompok diberikan kesempatan untuk menyampaikan gagasan, pandangan ataupun pendapat terhadap permasalahan yang dibahas, dengan demikian anggota kelompok bisa belajar dan memperlancar komunikasi agar menjadi efektif. Fungsi pencegahan berfungsi untuk mencegah timbulnya permasalahan pada anggota kelompok. Pembahasan mengenai permasalahan hingga didapati penyelesaian dari masalah yang akan memberikan pengalaman kepada anggota kelompok dalam bertindak khususnya berkaitan dengan bidang permasalahan yang dibahas. Fungsi pengentasan berfungsi untuk mengentaskan

---

<sup>25</sup>Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Kosenling Kelompok*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta,2013),h.106

permasalahan. Semua bentuk tindakan dalam kelompok akan bermuara pada penyelesaian suatu permasalahan dengan memanfaatkan dinamika kelompok.<sup>26</sup>

f. Nilai-nilai keislaman dalam konseling kelompok

Konseling kelompok berdasarkan nilai-nilai Islam adalah proses pemberian bantuan kepada masyarakat melalui kegiatan kelompok bersama untuk memperoleh informasi Islami dari orang atau konselor yang berguna untuk kehidupan sehari-hari dengan menggunakan dinamika kelompok yang meningkatkan keimanan, akal dan keterampilan yang diberikan Allah swt. Mengajak anggota kelompok berpikir untuk menggali hikmah dalam setiap kegiatan dan menggali kembali makna dari konsep sabar, syukur, ikhlas, *tawadhu'*, *tawakal*, dan lain-lain, berdasarkan al-Qur'an dan hadis.

Penggunaan layanan konseling kelompok berdasarkan nilai-nilai islam juga terkandung didalam al-Qur'an, sehingga konseling kelompok berbasis nilai-nilai Islam merupakan bagian dari bimbingan kelompok Islam yang berlandaskan al-Qur'an yang menjelaskan tentang kecenderungan manusia hidup secara berkelompok dan saling membutuhkan antara individu yang satu dengan yang lainnya. Konseling kelompok juga termasuk pemberian bantuan oleh konselor untuk membantu konseli menyelesaikan permasalahan yang

---

<sup>26</sup>Suci Lia Sari dan Rika Devianti, Hubungan Aktivitas Mengikuti Layanan Konseling Kelompok dengan Kepercayaan Diri Mahasiswa PIADUD STAI Auliurasyidin Tembilahan: *Studi Pendidikan dan Konseling* 3, No 1 (2020) : 58, <https://ejournal.stai-tbh.ac.id/index.php/mitra-ash-syibyan/article/download/117/suri>.

sedang dihadapi.<sup>27</sup> Hal tersebut tertuang dalam QS. Al-Hujurat (49):13, yang berbunyi :

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَىٰكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ

Terjemahnya :

Wahai manusia, sesungguhnya Kami telah menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan perempuan. Kemudian, Kami menjadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku agar kamu saling mengenal. Sesungguhnya yang paling mulia di antara kamu di sisi Allah adalah orang yang paling bertakwa. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Teliti. Al-Hujurat [49]:13.<sup>28</sup>

Ayat ini menjelaskan bahwa Allah menciptakan manusia dari seorang laki-laki (Adam) dan seorang perempuan (Hawa) dan menjadikannya berbangsa-bangsa, bersuku-suku, dan berbeda-beda warna menolong. Allah tidak menyukai orang-orang yang memperlihatkan kesombongan dengan keturunan, kepangkatan, atau kekayaannya karena yang paling mulia di antara manusia pada sisi Allah hanyalah orang yang paling bertakwa kepada-Nya.

Kebiasaan manusia memandang kemudian itu selalu ada sangkutpautnya dengan kebangsaan dan kekayaan. Padahal menurut pandangan Allah, orang yang paling mulia itu adalah orang yang paling takwa kepada-Nya. Allah Maha Mengetahui seluruh perbuatan manusia, termasuk tingkat ketaqwaan dan sikap

---

<sup>27</sup>Tiara Baiduri Bulan, *Skripsi*: “Konseling Kelompok Berbasis Nilai-Nilai Islami untuk Meningkatkan Tingkat Kejujuran Para Murid-Murid TPQ Al-Hidayah Kota Blitar” Blitar: Institut Agama Islam Negeri Tulungagung 2020. <http://repo.uinsatu.ac.id/17617/>

<sup>28</sup>Al-Qur'an Kemenag Online, Qur'an dan terjemahan, <https://quran.kemenag.go.id>

mereka terhadap sesama terkait keragaman. Serta dalam hal ini mengajarkan tentang kesetaraan, toleransi, dan kerjasama dalam menghapuskan diskriminasi atau perbedaan perlakuan terhadap sesama manusia.<sup>29</sup>

Selain dalam al-Qur'an landasan konseling kelompok berbasis Islam juga terdapat pada hadis Rasulullah yaitu pada HR. Bukhori dan Abu Daud:

الْمُؤْمِنُ مِرْآةُ الْمُؤْمِنِ

Terjemahnya :

"Seorang mukmin adalah cermin bagi saudaranya yang mukmin."<sup>30</sup>

Hadis di atas terdapat anjuran untuk mengerahkan segala usaha untuk menguatkan tali persaudaraan yang dilandasi keimanan, karena hal tersebut merupakan nikmat dari Allah yang akan menambah kekokohan Islam di hati para pemeluk dan juru dakwah.<sup>31</sup>

Hadis tersebut mengartikan bahwa seorang mukmin adalah cermin dari mukmin yang lain artinya bahwa konselor dengan pengetahuannya memberikan bantuan dengan berdasarkan nilai-nilai Islami yang bersumber dari al-Qur'an dan hadist untuk membantu permasalahan yang dihadapi konseli.

---

<sup>29</sup>Kementrian Agama, Al-Qur'an & Tafsirnya Jilid IX Juz 25,26,27, (Jakarta: Lentera Abadi, 2010), h.420.

<sup>30</sup>Takhrijul Hadits Online, [https://www.carihadis.com/Bulughul\\_Maram/1564](https://www.carihadis.com/Bulughul_Maram/1564)

<sup>31</sup>Syaikh Dr. Abu 'Abdullah Muhammad Luqman as-Salafi, *Al-Adab Al-Mufrad Jilid 1*, (Jakarta Timur: Griya Ilmu, 2010 M),h.251

#### a. Indikator dan Gejala Kecanduan Merokok

Kecanduan merokok merupakan kondisi ketika seseorang tidak mampu menghentikan kebiasaan merokok meskipun menyadari dampak negatifnya terhadap kesehatan. Kondisi ini bisa dikenali berbagai indikator yang mencerminkan ketergantungan secara fisik, emosional, dan sosial.

##### 1. Ketergantungan fisik

Tanda dan Gejala :

- Muncul dorongan kuat untuk merokok segera setelah bangun tidur, bahkan sebelum melakukan aktivitas lainnya.
- Merokok dilakukan secara konsisten sepanjang hari tanpa memperhatikan waktu atau situasi.

##### 2. Ketergantungan psikologis

Tanda dan Gejala :

- Merokok saat mengalami tekanan emosional seperti cemas, sedih, marah, atau bosan.
- Percaya bahwa merokok dapat membantu menenangkan pikiran atau meningkatkan konsentrasi.

##### 3. Ketergantungan sosial dan perilaku

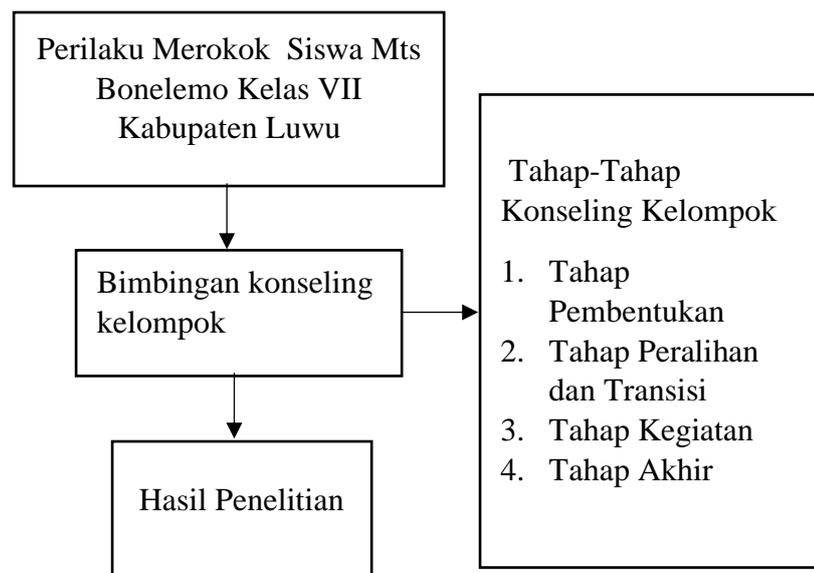
Tanda dan Gejala :

- Merokok di waktu-waktu tertentu yang sudah menjadi kebiasaan, seperti minum kopi, setelah makan, atau ketika berkumpul dengan teman.
- Cenderung merokok karena pengaruh lingkungan sosial atau teman sebaya, meski sebenarnya tidak ingin.

- Terbiasa merokok di tempat umum atau tertutup, meskipun dilarang karena sulit menahan keinginan.

### C. Kerangka Pikir

Kerangka berpikir merupakan sintesis tentang hubungan antara dua variabel yang disusun dari berbagai teori yang telah dideskripsikan. Kerangka pemikiran menurut Sugiyono merupakan sintesa tentang hubungan antara variabel yang disusun dari berbagai teori yang dideskripsikan.<sup>32</sup> Berikut ini digambarkan alur kerangka pikir dalam penelitian ini :




---

<sup>32</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)* (Bandung: Alfabeta, 2012), h.60

#### **D. Hipotesis Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, maka dapat dirumuskan hipotesis deskriptif dan hipotesis statistik sebagai berikut :

##### 1) Hipotesis Deskriptif

Terdapat pengaruh yang signifikan antara konseling kelompok dalam mengurangi perilaku kecanduan merokok pada siswa di Mts Bonelemo.

##### 2) Hipotesis Statistik

Adapun hipotesis statistiknya dengan teori  $H_0$  adalah sebagai berikut :

$H_a$  : Konseling kelompok berpengaruh signifikan dalam mengurangi perilaku kecanduan merokok pada siswa di MTs Bonelemo.

$H_0$  : Konseling kelompok tidak berpengaruh signifikan dalam mengurangi perilaku kecanduan merokok pada siswa di MTs Bonelemo.

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan eksperimen semu yaitu penelitian eksperimen yang dilaksanakan pada satu kelompok saja yang dinamakan kelompok eksperimen tanpa ada kelompok pembanding. Penelitian dengan pendekatan kuantitatif menekankan pada analisis data numerik (angka) yang diolah menggunakan metode statistik. Pendekatan kuantitatif pada dasarnya dilakukan dalam penelitian deduktif (dalam rangka pengujian hipotesis) dan penelitian kuantitatif juga merupakan penelitian yang menggunakan hipotesis dari pendekatan positivis untuk menyusun desain penelitian, dalam penelitian kuantitatif.<sup>1</sup> Penelitian kuantitatif yaitu penyelidikan fenomena sosial yang berbasis pengujian teori yang terdiri dari variabel-variabel yang diukur dengan angka dan dianalisis dengan prosedur statistik untuk memastikan kebenaran dan ketepatan generalisasi prediktif teori terkait.

Desain penelitian yang di gunakan adalah *one group pre-test post test design*, yaitu penelitian eksperimen yang dilaksanakan pada satu kelompok saja yang di pilih secara random dan tidak dilakukan tes kestabilan dan kejelasan keadaan kelompok sebelum diberi perlakuan. Design penelitian *one group pre test-post test design* ini diukur dengan menggunakan *pre test* yang dilakukan sebelum perlakuan *dan post test* yang dilakukan setelah diberi perlakuan.

---

<sup>1</sup>Bambang Prasetyo & Lina Miftahul Jannah, *Metode Penelitian Kuantitatif Teori dan Aplikasi*, (Jakarta: Raja Grafindi Persada, 2010), h.53

**Skema one group pre test-post test**

| <i>Pre Test</i> | <i>Treatment</i> | <i>Post Test</i> |
|-----------------|------------------|------------------|
| T <sub>1</sub>  | X                | T <sub>2</sub>   |

T<sub>1</sub> : Tes awal (*Pre Test*) dilakukan sebelum diberikan perlakuan

X : Perlakuan (*Treatment*) diberikan kepada siswa dengan menggunakan konseling kelompok

T<sub>2</sub> : Tes akhir (*Post Test*) dilakukan setelah diberikan perlakuan

**B. Lokasi Penelitian**

Lokasi penelitian dilakukan, di MTs Bonelemo, Tahun Ajaran 2024/2025, Desa Bonelemo, Kecamatan Bajo Barat, Kabupaten Luwu.

Alasan memilih MTs Bonelemo sebagai lokasi penelitian karena lokasi tersebut terdapat permasalahan yang relevan dengan masalah yang akan saya teliti. Sebelumnya saya sudah melakukan mini observasi dan berdasarkan data yang saya peroleh, memang di lokasi tersebut terdapat masalah dan fenomena yang belum pernah diteliti.

**C. Definisi Operasional**

1. Variabel penelitian

Terdapat dua variabel dalam penelitian yang akan digunakan, yaitu :

Variabel X : Konseling Kelompok

Variabel Y : Perilaku Merokok

Untuk menghindari kesalahpahaman dan mengarahkan penelitian ini menuju pencapaian tujuan, maka definisi operasional adalah sebagai berikut :

a) **Konseling Kelompok (X)**

Konseling kelompok merupakan salah satu layanan yang termasuk dalam bimbingan dan konseling yang membahas suatu permasalahan bersama dengan menggunakan dinamika konseling, yaitu seluruh peserta kegiatan kelompok saling berkomunikasi, leluasa mengutarakan pendapat, menjawab, dan memberikan saran. Konseling kelompok merupakan upaya untuk mendukung peserta didik dalam suasana kelompok yang bersifat preventif dan terapeutik, serta memfasilitasi perkembangan dan pertumbuhannya. Konseling kelompok berfokus pada pemikiran dan tingkah laku yang disadari serta dibina dalam suatu kelompok yang dimanfaatkan untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan diri menuju perilaku yang lebih baik dari sebelumnya.

b) **Perilaku Merokok (Y)**

Perilaku merokok merupakan masalah kesehatan masyarakat yang dianggap sebagai masalah yang cukup serius karena mengingat dampak buruk atau bahaya yang diakibatkan. Selain itu, merokok juga dapat menyebabkan beberapa penyakit serius dan berbahaya, seperti penyakit paru-paru, kanker, penyakit reproduksi, penyakit lambung, serta penyakit stroke, karena merokok dapat memperlemah pembuluh darah. Nikotin pada rokok memiliki dampak sebagai stimulan, yang dapat meningkatkan laju denyut jantung melalui setiap batang rokok. Hal ini menyebabkan peningkatan tekanan darah dan membuat diameter pada pembuluh darah menjadi kecil. Ada banyak alasan yang melatar belakangi perilaku merokok pada remaja, bahwa perilaku merokok merupakan fungsi dari lingkungan dan individu. Faktor dari dalam diri remaja dapat dilihat

dengan adanya hubungan antara kondisi sosial seseorang dengan kesehatan mental atau emosinya yang dialami pada masa perkembangannya yaitu masa ketika mereka mencari jati dirinya.

#### **D. Populasi dan Sampel Penelitian**

##### 1. Populasi

Populasi penelitian adalah sekumpulan objek penelitian yang berupa manusia, hewan, tumbuhan, udara, gejala, nilai peristiwa, sikap hidup, dan lain-lain. Hal tersebut bertujuan agar objek penelitian menjadi sumber data penelitian.<sup>2</sup> Populasi adalah semua informasi yang sampai kepada peneliti pada skala dan waktu tertentu. Jadi populasi bergantung pada data, bukan faktor manusia. Jika setiap orang melaporkan datanya, maka jumlah atau besarnya populasi akan sama dengan jumlah orang.<sup>3</sup> Populasi pada penelitian ini adalah siswa kelas VII Mts Bonelemo yang berjumlah 60 siswa.

##### 2. Sampel

Sampel yang digunakan adalah sampel probabilitas, yaitu teknik pengambilan sampel yang memungkinkan setiap elemen populasi menjadi sampel penelitian. Teknik pengambilan sampel ini adalah random sampling, yaitu sampel diambil secara acak tanpa memperhatikan tingkat populasi yang digunakan untuk membentuk sampel penelitian.<sup>4</sup> Contoh rumus perhitungan yang digunakan adalah sebagai berikut :

---

<sup>2</sup>Syofian Siregar, *Statisitik Parametrik untuk Penelitian Kuantitatif*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2013), h.56

<sup>3</sup>Nurul Zuriah, *Metodologi Penelitian Sosial dan Pendidikan Teori Aplikasi*, (Jakarta: Bumi Askara, 2006),h.166

<sup>4</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2013),h.81

$$n = \frac{N}{1 + N (e)^2}$$

Keterangan :

$n$  : Jumlah sampel

$N$  : Jumlah populasi

$e$  : Batas toleransi kesalahan (*error tolerance*)

Berdasarkan rumus di atas, maka dapat diperoleh sampel sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1+N (e)^2}$$

$$n = \frac{110}{1+ 110 (5\%)^2}$$

$$n = \frac{110}{1+110(5\%)^2}$$

$$n = \frac{110}{1+ 110(0,05)^2}$$

$$n = \frac{110}{1+ 110(0,1)}$$

$$n = \frac{110}{1+ 11}$$

$$n = 10$$

Jadi jumlah sampel dalam penelitian ini berjumlah 10 siswa dengan batas toleransi kesalahan 5%.

## E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

### 1. Observasi

Observasi adalah proses mengamati tingkah laku seorang siswa dalam situasi tertentu. Situasi tersebut berupa nyata atau alami, tetapi juga situasi yang diciptakan secara sadar atau eksperimental. Oleh karena itu, persepsi adalah studi sistematis dan sadar atas peristiwa-peristiwa dengan bantuan indera (terutama mata), yang dapat dideteksi segera setelah peristiwa itu terjadi.<sup>5</sup> Observasi dalam penelitian tersebut dilakukan pada saat pembelajaran kelompok untuk menilai antusiasme siswa dalam mengikuti pengabdian. Begitu pula untuk melihat dan mengontrol keaktifan kelompok sosial remaja di MTs Bonelemo. Sesudah dan sebelum dilaksanakan dengan layanan konseling kelompok oleh peneliti.

### 2. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan teknik pengumpulan data tentang suatu hal atau variabel berupa catatan, transkrip, buku, koran, majalah, prasasti, notulen, catatan harian, dan sebagainya. Metode memberikan gambaran mengenai perilaku merokok siswa di sekolah. Metode dokumentasi juga digunakan peneliti untuk mendapatkan gambaran mengenai perilaku merokok dengan menggunakan teknik diskusi kelompok.<sup>6</sup> Metoden dokumentasi tersebut untuk mengumpulkan data terkait pelaksanaan perilaku merokok, foto pelaksanaan pelayanan perilaku merokok, santuan pelayanan di MTs Bonelemo.

---

<sup>5</sup>Bimo Walgito, *Bimbingan Konseling Studi & Karir*, (Yogyakarta: CV Andi Offset, 2010),h.61

<sup>6</sup>Sugiono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Alfabet, 2005),h.42.

### 3. Angket

Kuesioner (angket) merupakan alat pengumpulan data yang memuat pertanyaan yang berkaitan dengan masalah yang diteliti untuk memperoleh informasi yang sesuai dengan tujuan peneliti. Jenis pertanyaan dapat berupa pertanyaan atau pertanyaan tertutup dan pertanyaan terbuka, dan formulir dapat berisi pertanyaan positif atau negatif.<sup>7</sup>

Kuesioner (angket) dalam teknik pengumpulan data adalah untuk mengetahui layanan bimbingan konseling dengan teknik konseling kelompok untuk mengurangi perilaku kecanduan merokok pada peserta didik. Penelitian ini adalah skala *likert*. Skala ini digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi individu terhadap fenomena sosial. Skala model respon *likert*, variabel yang diukur sebanyak direduksi menjadi variabel indikator. Kemudian gunakan tokoh-tokoh kunci tersebut sebagai titik awal saat membuat pernyataan atau pertanyaan.<sup>8</sup> Menggunakan skala *likert*, responden diminta mengisi kuesioner yang menunjukkan persetujuan terhadap beberapa pertanyaan dan pernyataan peneliti yang diharapkan dapat mendukung temuan akhir penelitian.

Peneliti menggunakan pilihan respon *likert* yang dimulai dengan angka 1-4. Terdiri dari beberapa pernyataan yaitu sangat setuju, setuju, tidak setuju, sangat tidak setuju.

---

<sup>7</sup>Sugiono, *Penelitian Kuantitatif*, (Bandung: Alfabet, 2019),h.199

<sup>8</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Alfabet, 2013),h.134

**Tabel 2.2 Skala likert**

| <b>Pertanyaan</b> | <b>Item (+)</b> | <b>Item (-)</b> |
|-------------------|-----------------|-----------------|
| SS                | 4               | 1               |
| S                 | 3               | 2               |
| TS                | 2               | 3               |
| STS               | 1               | 4               |

Keterangan :

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

Penilaian konseling kelompok dan perilaku merokok dalam penelitian tersebut menggunakan rentangan skor 1-4 dengan banyak pernyataan. Aturan pemberian skor dan klasifikasi hasil penelitian yaitu sebagai berikut :

- a) Skor pernyataan negatif kebalikan dari pernyataan yang positif
- b) Jumlah skor tertinggi ideal = jumlah pernyataan atau aspek penilaian x jumlah pilihan
- c) Skor akhir = (jumlah skor yang diperoleh : skor tertinggi ideal) x jumlah kelas interval

d) Mencari interval skor yaitu<sup>9</sup> skor interval/5

Berdasarkan pendapat tersebut, maka interval dapat ditentukan dengan cara sebagai berikut :

- a. Skor tertinggi :  $4 \times 25 = 100$
- b. Skor terendah :  $0 \times 25 = 0$
- c. Rentang :  $125 - 0 = 125$
- d. Jarak interval :  $125 : 5 = 25$

**Tabel 2.3 Perilaku Merokok**

| <b>Interval</b> | <b>Kategori</b> |
|-----------------|-----------------|
| $\geq 76 - 100$ | Tinggi          |
| $\geq 51 - 75$  | Sedang          |
| $\geq 26 - 50$  | Rendah          |
| $0 - 25$        | Sangat Rendah   |

## **F. Instrumen Penelitian**

Alat penelitian adalah salah satu yang digunakan untuk mengumpulkan data atau memperoleh data pada saat melakukan penelitian. Data hanya diperoleh melalui peralatan dan teknik pengolahan data yang sesuai. Beberapa data yang diperoleh dalam penelitian adalah sebagai berikut :

- 1) Melakukan observasi terlebih dahulu di MTs Bonelemo, untuk melihat keadaan sekolah sehingga peneliti dapat mengambil sampel.
- 2) Membagikan angket kepada seluruh siswa MTs Bonelemo yang berperilaku merokok, sebelum diberikan bimbingan konseling

---

<sup>9</sup>Eko Putro widoyo no, *Penelitian Hasil Pembelajaran di Sekolah*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014),h.144

- 3) Melakukan layanan bimbingan konseling dengan teknik konseling kelompok untuk mengurangi perilaku kecanduan merokok pada siswa.
- 4) Melakukan dokumentasi sebagai dokumen-dokumen data yang dapat memberikan keterangan atau bukti yang berkaitan dengan proses dan pengolahan dokumen secara sistematis. Peneliti tersebut menggunakan dokumentasi melalui gambar yang telah diambil pada saat proses penelitian.<sup>10</sup>

## **G. Uji Validitas dan Realibilitas Instrumen**

### **1. Uji Validitas Instrumen**

Uji validitas adalah ketepatan atau kecermatan suatu instrumen dalam mengukur apa yang ingin diukur. Validitas yang dimaksudkan untuk menguji apakah setiap item atau instrumen benar-benar mampu mengungkapkan koefisien yang akan diukur atau konsistensi internal setiap item instrumen pengukuran dalam mengukur koefisien suatu alat dikatakan bernilai apabila dapat mengungkapkan data variabel-variabel yang diteliti secara akurat.<sup>11</sup>Tingkat signifikansi yang digunakan sebesar 5%. Untuk menguji suatu data maka di lakukan uji validitas terhadap butir kuesioner. Uji validitas instrument di lakukan menggunakan bantuan program SPSS 30 *For Windows*.<sup>12</sup>

---

<sup>10</sup>Yuberi Antori Saregar, *Pengantar Metodologi Pendidikan Matematika dan Sains*, (Bandung: Rineka Cipta, 2002),h.177

<sup>11</sup>Dwi Priyanto, *Mandiri Belajar SPSS : Untuk Analisis Data & Uji Statistik*, (Yogyakarta: Mediakom, 2008),h.16

<sup>12</sup>Agus Eko Sujianoto, *Aplikasi Statistik dengan SPSS 16.0*, (Jakarta: Prestasi Pustaka, 2009),h.96

## 2. Uji Reabilitas Instrument

Reabilitas suatu alat ukur merupakan indikator seberapa andal suatu alat ukur. Hal ini menunjukkan bagaimana suatu alat ukur dianggap konsisten jika pengukuran yang dilakukan dua kali atau lebih terhadap fenomena yang sama. Secara khusus, pengujian reabilitas hanya boleh dilakukan terhadap soal-soal yang telah memenuhi uji reabilitas. Uji reabilitas apabila tidak memenuhi syarat, maka uji reabilitas tidak perlu dilanjutkan.<sup>13</sup> Adapun tolak ukur untuk menginterpretasikan derajat reabilitas, maka dapat berpedoman pada ketentuan yang tertera pada tabel dibawah ini :

- a. 0,08-1,00 : Relibialitas sangat tinggi
- b. 0,60-0,80 : Reliblitas tinggi
- c. 0,40-0,60 : Relibilitas sedang
- d. 0,20-0,40 : Relibilitas rendah.<sup>14</sup>

## H. Teknik Analisa Data

Hasil dari angket dianalisa melalui tiga tahap sebagai berikut :

### 1. Analisis Statistik Deskriptif

Statistik deskriptif menurut sugiyono, dalam NR Sapitri adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau mengilustrasikan data yang dikumpulkan tanpa bermaksud menarik kesimpulan umum atau generalisasi.<sup>15</sup> Statistik deskriptif juga dapat menyelidiki kekuatan

---

<sup>13</sup>Juliasyah Noor, *Metode Penelitian*, (Jakarta: Kencana, 2013),h.130

<sup>14</sup>M. Subana dan Sudrajat, *Dasar-Dasar Penelitian Ilmiah*, (Bandung: Pustaka Setia, 2005),h.30

<sup>15</sup>NR Sapitri, "Pengaruh Struktur Modal, Manajemen Laba, Biaya Operasional dan Perencanaan Pajak Terhadap Pajak Penghasilan Badan Terutang pada Perusahaan Properti dan

hubungan antar variabel melalui analisis korelasi, membuat prediksi dengan analisis regresi, dan membuat perbandingan dengan membandingkan data sampel rata-rata atau populasi.

## 2. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah untuk menguji apakah variabel independen dan dependen terdistribusi normal. Model regresi yang baik memerlukan analisis grafis dan pengujian statistik. Apabila nilai signifikan  $>0,05$  maka hipotesis diterima karena data berdistribusi normal jika nilai signifikan  $<0,05$  maka hipotesis ditolak karena data tidak berdistribusi normal.<sup>16</sup>

## 3. Uji Hipotesis

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini uji hipotesis adalah dengan menggunakan uji atau paired sampel t-test dengan tujuan untuk mengetahui keberhasilan eksperimen dalam mengurangi perilaku kecanduan merokok pada siswa. Analisa data ini menggunakan bantuan program SPSS versi 16.0, jika  $<0,25$  maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak dan jika  $\text{sig} > 0,25$ , maka  $H_a$  ditolak  $H_0$  diterima.<sup>17</sup>

---

Real Estate yang Terdaftar di Bei”, Skripsi (Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau,2020). <https://repository.uin-suska.ac.id/52577/>.

<sup>16</sup>Syafrida Hafni Sahir, *Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: IKAPI, 2021),h.69

<sup>17</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabet, 2018),h.108

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Deskripsi Data**

MTs Bonelemo merupakan sekolah menengah pertama yang berlokasi di Jl. Pendidikan bonelemo, Desa Bonelemo, Kecamatan Bajo Barat, Kabupaten Luwu, Provinsi Sulawesi Selatan. Sekolah ini berdiri pada berdasarkan Surat Keputusan Menteri Agama Nomor 145 Tahun 2011 yang terbit pada tanggal 05 Oktober 2011. MTs Bonelemo memiliki luas tanah seluas 1.196 meter persegi dan telah mendapatkan akreditasi B berdasarkan Surat Keputusan Badan Akreditasi Nasional Sekolah/Madrasah (BAN-SM) Nomor 106/SK/BAP-SM/X/2015 yang terbit pada tanggal 31 Oktober 2015. Hal ini menunjukkan komitmen MTs Bonelemo dalam memberikan pendidikan yang berkualitas bagi para siswanya.<sup>1</sup>

Visi MTs Bonelemo yaitu terkemuka dalam prestasi belajar baca tulis Al Qur'an beribadah dan berakhlakulkarimah, olahraga kesenian serta beriman (bersih, indah, nyaman). Adapun misinya yaitu memberdayakan guru dalam menggunakan sumber media dan alat bantu pendidikan yang ada untuk menjadikan pencapaian nilai maksimal, memberdayakan semua guru yang ada untuk menjadikan pencapaian nilai maksimal, memberdayakan semua guru dalam mewujudkan baca tulis Al Qur'an, memanfaatkan semua fasilitas yang ada untuk memantapkan ibadah akhlakulkarimah, memberdayakan staf/guru yang berbakat

---

<sup>1</sup>MTs Bonelemo, <https://data-sekolah.zekolah.id/sekolah/mtss-bonelemo-202414>, 19 Desember 2024

dalam meningkatkan hasil kompetensi atau kegiatan lomba, memberdayakan siswa, guru dan komite Madrasah dalam mewujudkan beriman.<sup>2</sup>

### **1. Data Hasil *Pretest***

Data hasil *pretest* dalam penelitian ini diperoleh melalui penyebaran angket atau lembar *skala likert* kepada para peserta didik yang menjadi subjek penelitian. Proses pengumpulan data dilakukan sebelum dilaksanakannya intervensi berupa teknik konseling kelompok. Langkah ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran awal mengenai kondisi atau tingkat tertentu yang ingin diukur pada peserta didik. Data yang terkumpul dari hasil *pretest* ini kemudian dianalisis dan disusun dalam bentuk tabel untuk mempermudah interpretasi dan pembahasan lebih lanjut. Hasil lengkap *pretest* dapat dilihat pada tabel yang disajikan berikut :

---

<sup>2</sup> Arsip Madrasah Tsanawiyah diakui Bonelemo, 2011

**Tabel 4.4**  
**Hasil *Pretest* Perilaku Merokok pada Siswa**

| No  | Nama/Inisial | <i>Pretest</i> |               |
|-----|--------------|----------------|---------------|
|     |              | Skor           | Kategori      |
| 1.  | F            | 79             | Tinggi        |
| 2.  | MR           | 77             | Tinggi        |
| 3.  | RI           | 47             | Rendah        |
| 4.  | FZ           | 76             | Tinggi        |
| 5.  | DA           | 80             | Tinggi        |
| 6.  | D            | 50             | Rendah        |
| 7.  | P            | 24             | Sangat Rendah |
| 8.  | RM           | 78             | Tinggi        |
| 9.  | R            | 77             | Tinggi        |
| 10. | TH           | 25             | Sangat Rendah |
| 11. | KF           | 23             | Sangat Rendah |
| 12. | MS           | 79             | Tinggi        |
| 13. | AZ           | 78             | Tinggi        |
| 14. | MA           | 80             | Tinggi        |
| 15. | MRAI         | 76             | Tinggi        |
| 16. | R            | 50             | Rendah        |
| 17. | F            | 44             | Rendah        |
| 18. | IF           | 20             | Sangat Rendah |
| 19. | ANC          | 78             | Tinggi        |
| 20. | RK           | 79             | Tinggi        |
| 21. | YY           | 81             | Tinggi        |
| 22. | MAR          | 84             | Tinggi        |
| 23. | S            | 77             | Tinggi        |
| 24. | R            | 45             | Rendah        |
| 25. | MF           | 77             | Tinggi        |
| 26. | IS           | 76             | Tinggi        |
| 27. | IM           | 80             | Tinggi        |
| 28. | II           | 49             | Rendah        |
| 29. | AP           | 78             | Tinggi        |
| 30. | G            | 50             | Rendah        |

## **2. Pemberian perlakuan menggunakan konseling kelompok (*treatment*)**

*Treatment* pertama dilaksanakan pada hari Rabu, 16 Oktober 2024, di ruang kelas VII B. Kegiatan diawali dengan tahap pembukaan, yang meliputi salam, doa bersama, tanya kabar, memperkenalkan diri kepada siswa, serta menyampaikan apresiasi atas partisipasi siswa dalam kegiatan ini. Peneliti juga menjelaskan maksud dan tujuan kehadirannya. Pada pertemuan pertama ini, peneliti memberikan penjelasan mengenai faktor penyebab perilaku merokok serta tujuan dari konseling kelompok.

Tahap berikutnya adalah tahap peralihan. Pada tahap ini, peneliti selaku konselor memastikan kesiapan anggota kelompok, memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengajukan pertanyaan terkait hal-hal yang belum dipahami, serta menjelaskan secara singkat tugas dan tanggung jawab anggota dalam kegiatan ini.

Selanjutnya, memasuki tahap kegiatan. Pada tahap ini, siswa mengikuti proses konseling kelompok hingga selesai. Menetapkan prinsip-prinsip kepada setiap individu dalam kelompok dan memberikan penghargaan kepada anggota kelompok yang berpartisipasi hingga akhir serta berhasil menunjukkan perubahan positif, termasuk sikap tanggung jawab dalam mematuhi peraturan sekolah. Setiap anggota diminta mendeskripsikan pemahaman yang diketahui tentang faktor penyebab perilaku merokok. Konselor juga memberikan ruang bagi anggota kelompok untuk secara terbuka dan jujur mengungkapkan masalah terkait perilaku merokok. Masalah yang paling sering muncul adalah tekanan dari teman sebaya untuk mencoba merokok agar terlihat lebih dewasa. Untuk mengatasi masalah tersebut, peneliti mendorong anggota kelompok untuk saling memberikan masukan

dan meyakinkan bahwa setiap masalah memiliki solusi. Peneliti dan kelompok kemudian menentukan tujuan yang ingin dicapai. Konselor memberikan materi mengenai faktor penyebab perilaku merokok, konselor juga memperkenalkan teknik konseling kelompok sebagai metode untuk mengatasi permasalahan. Setelah menjelaskan materi, konselor dan konseli bersama-sama merumuskan langkah-langkah untuk mengurangi perilaku merokok, seperti melakukan penyuluhan dan edukasi di sekolah tentang dampak negative merokok terhadap kesehatan, prestasi, dan masa depan siswa. Siswa diharapkan mampu mempertahankan solusi yang telah dirumuskan serta mengontrol faktor eksternal yang memengaruhi perilakunya selama proses konseling kelompok.

Tahap terakhir adalah tahap pengakhiran. Konselor menyampaikan bahwa kegiatan konseling kelompok telah selesai, memberikan apresiasi kepada anggota, dan bersama-sama memberikan tepuk tangan. Pada tahap ini, anggota kelompok diajak untuk merenungkan dampak negatif dari perilaku merokok serta membagikan kesan setelah mengikuti kegiatan. Konselor menutup sesi dengan mengucapkan terima kasih, berdoa bersama, dan memberikan salam penutup.

Kegiatan pada tahap ini mencakup penerapan nilai-nilai keislaman, yang berkaitan dengan faktor-faktor yang memengaruhi perilaku merokok. Hal ini sejalan dengan Q.S Al- Baqarah/ ayat :195 :

وَأَنْفِقُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ وَأَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

Terjemahannya :

“Berinfaklah di jalan Allah swt, janganlah jerumuskan dirimu ke dalam kebinasaan, dan berbuat baiklah. Sesungguhnya Allah swt menyukai orang-orang yang berbuat baik”.<sup>3</sup>

Ayat ini mengajarkan kepada orang-orang beriman agar senantiasa menginfakkan harta demi membela agama Allah swt dan berjuang di jalan-Nya. Larangan untuk tidak menjerumuskan diri dalam kebinasaan juga disampaikan, yang berarti tidak meninggalkan jihad maupun infak. Allah swt mencintai orang-orang yang ikhlas dan senantiasa berbuat baik.<sup>4</sup>Konteks perilaku merokok pada ayat ini sangat relevan karena merokok berdampak buruk bagi kesehatan tubuh, seperti meningkatkan risiko penyakit jantung dan kanker. Selain itu, merokok dapat menyebabkan kerugian sosial dan ekonomi, seperti pemborosan harta serta membahayakan orang lain melalui asap rokok. Meskipun ayat tersebut tidak secara langsung membahas rokok, larangan melakukan perbuatan yang membahayakan diri sendiri dan orang lain mencakup kebiasaan merokok, yang pada hakikatnya dapat dikategorikan sebagai tindakan menjatuhkan diri ke dalam kebinasaan. Sebagaimana dijelaskan oleh Ibnu Katsir dalam tafsirnya, merokok dapat dianggap sebagai perbuatan yang merusak tubuh, yang dalam pandangan Islam adalah amanah yang diberikan oleh Allah swt. Tubuh manusia bukanlah milik pribadi yang dapat dikelola sembarangan, melainkan titipan dari Allah swt yang harus dijaga dan dipelihara dengan baik. Ketika seseorang merokok secara langsung membahayakan kesehatannya, yang dapat menimbulkan berbagai macam penyakit berat seperti

---

<sup>3</sup>A l-Qur'an Kemenag Online, Qur'an dan Terjemahan, <https://quran.kemenag.go.id> 13 Desember 2024

<sup>4</sup>Hikmat Basyir, *Tafsir Muyassar 1 (Memahami Al-Qura'an dengan Terjemahan dan Penafsiran)*, (Jakarta: Berilmu sebelum Berucap dan Berbuat,2016),h .90

kanker, gangguan jantung, dan masalah pernapasan. Semua ini merupakan bentuk pengabaian terhadap amanah Allah swt untuk menjaga tubuh. Lebih jauh lagi, merokok tidak hanya merugikan secara fisik, tetapi juga dapat menyebabkan kerugian sosial yang cukup besar.<sup>5</sup>

Dampak negatifnya tidak hanya dirasakan oleh individu yang merokok, tetapi juga dapat mempengaruhi orang-orang di sekitar, seperti keluarga, teman, dan masyarakat. Misalnya, asap rokok dapat mencemari udara dan menyebabkan penyakit bagi orang yang terpapar, bahkan yang tidak merokok sekalipun, atau menyebabkan pemborosan yang bisa digunakan untuk kebutuhan lain yang lebih bermanfaat.<sup>6</sup>Tindakan merokok, dengan segala akibat buruknya, jelas melanggar prinsip dan bertentangan dengan ajaran Islam.

*Treatment* kedua dilaksanakan pada Kamis, 24 Oktober 2024, di ruang kelas VII B. Peneliti selaku konselor memulai kegiatan dengan rutinitas pembuka, yaitu mengucapkan salam, berdoa bersama, dan menanyakan kabar anggota kelompok dengan penuh semangat untuk membangun antusiasme dalam menjalani kegiatan. Selanjutnya, konselor memasuki tahap peralihan dengan memastikan kesiapan anggota kelompok sebelum melanjutkan ke tahap berikutnya, yaitu tahap kegiatan.

Pada tahap kegiatan, konselor memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk mengungkapkan masalah yang siswa hadapi secara jujur dan terbuka. Salah satu masalah yang sering muncul adalah kebiasaan merokok sebagai cara cepat untuk merasa rileks atau tenang dalam situasi menegangkan. Kebiasaan

---

<sup>5</sup> imam Abdul Fida Isma'il Ibnu Katsir Ad-Dimasyqi, *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 2*, (Bandung: Sinar Baru Algensindo, 2002), h.248

<sup>6</sup>A-imam Abdul Fida Isma'il Ibnu Katsir Ad-Dimasyqi, *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 2*, h.249

ini dipicu oleh keyakinan bahwa merokok membantu mengurangi stres, meskipun kenyataannya efek tersebut hanya sementara. Sensasi "tenang" yang dirasakan sebenarnya berasal dari pelepasan dopamin akibat nikotin, dan ketika efek itu hilang, stres sering kali kembali atau bahkan meningkat.

Tahap berikutnya adalah menentukan tujuan yang ingin dicapai oleh konseli. Konselor menjelaskan materi tentang cara mengurangi kebiasaan merokok, terutama dengan mengenali pola pikir dan perilaku yang memicu kebiasaan merokok tersebut, lalu menggantinya dengan kebiasaan sehat. Setelah itu, konselor dan konseli bersama-sama merumuskan solusi untuk permasalahan yang dihadapi, seperti mengganti kebiasaan merokok dengan aktivitas sehat, misalnya mengunyah permen karet atau berolahraga. Anggota kelompok diminta untuk mempertahankan solusi yang telah disepakati, mengontrol variabel eksternal yang memengaruhi perilaku siswa, serta berkomitmen pada perubahan yang diinginkan.

Pada tahap pengakhiran, konselor menginformasikan bahwa kegiatan konseling kelompok akan selesai. Anggota kelompok diberikan apresiasi, dan seluruh peserta bertepuk tangan sebagai bentuk penghargaan. Konselor kemudian memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk menyampaikan kembali inti dari permasalahan yang telah dibahas dengan menggunakan bahasa siswa sendiri, sekaligus berbagi kesan setelah mengikuti kegiatan konseling. Kegiatan diakhiri dengan doa bersama dan salam. Sebelum melanjutkan ke pertemuan berikutnya, konselor akan mengamati perubahan perilaku anggota kelompok sebagai evaluasi.

Kegiatan pada tahap ini mencakup penerapan nilai-nilai keislaman, yang berkaitan dengan mengganti kebiasaan merokok dengan aktivitas sehat. Hal ini sejalan dengan Q.S At – Tin/ ayat: 4 :

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَن تَقْوِيمٍ

Terjemahannya:

“sungguh, Kami benar-benar telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya”.<sup>7</sup>

Ayat ini menegaskan bahwa Allah swt menciptakan manusia dalam bentuk yang paling sempurna, baik dari segi fisik, akal, maupun spiritual. Tubuh manusia adalah anugerah yang luar biasa dan merupakan amanah yang harus dipelihara dengan baik.<sup>8</sup> Mengubah kebiasaan merokok menjadi aktivitas yang lebih sehat adalah salah satu cara nyata untuk menghargai ciptaan Allah swt dan menjaga tubuh agar tetap sehat. Langkah tersebut juga menjadi bentuk rasa syukur atas karunia kesehatan yang telah Allah swt berikan.

*Treatment* ketiga dilaksanakan pada hari Rabu, 30 Oktober 2024, bertempat di ruang kelas. Kegiatan diawali dengan pembukaan oleh konselor yang menyapa anggota kelompok dengan semangat, mengucapkan salam, mengajak berdoa bersama, dan menanyakan kabar untuk membangun suasana antusias. Selanjutnya, dilakukan tahap peralihan dengan mengecek kesiapan anggota kelompok sebelum memasuki tahap inti.

---

<sup>7</sup>Al-Qur'an Kemenag Online, Qur'an dan Terjemahan, <https://quran.kemenag.go.id> 13 Desember 2024

<sup>8</sup>Hikmat Basyir, *Tafsir Muyassar 2 (Memahami Al-Qura'an dengan Terjemahan dan Penafsiran)*, h.938

Pada tahap kegiatan, anggota kelompok diberi kesempatan untuk secara jujur dan terbuka mengungkapkan permasalahan yang dialami. Salah satu isu yang diangkat adalah kebiasaan merokok dengan intensitas tinggi, seperti merokok beberapa kali dalam sehari, baik di lingkungan sekolah maupun di tempat lain, yang menunjukkan tanda-tanda ketergantungan seperti kesulitan fokus dan rasa gelisah saat tidak merokok. Faktor penyebabnya meliputi tekanan akademik, masalah keluarga, konflik dengan teman, serta kurangnya edukasi mengenai pencegahan merokok di sekolah. Rokok digunakan sebagai pelarian untuk mengatasi stres atau mencari rasa tenang dan rileks.

Tahap berikutnya adalah menentukan tujuan yang ingin dicapai oleh anggota kelompok. Konselor menjelaskan materi tentang cara mengurangi kebiasaan merokok, yang mencakup peningkatan kesehatan fisik dan mental, memperbaiki kualitas hubungan sosial, serta mendukung kinerja akademik. Sehingga konselor dan konseli bersama-sama merumuskan strategi untuk mengurangi kebiasaan merokok dengan pendekatan holistik yang melibatkan sekolah, orang tua, dan teman sebaya. Langkah ini mencakup edukasi tentang bahaya merokok, dukungan psikologis, dan penegakan aturan yang mendukung gaya hidup sehat. Siswa diharapkan mampu mempertahankan solusi atau aturan yang telah dirancang dan mengontrol pengaruh eksternal yang dapat memengaruhi perilaku siswa.

Tahap akhir adalah tahap pengakhiran, di mana konselor memberi tahu bahwa kegiatan konseling kelompok akan segera selesai. Konselor memberikan apresiasi kepada anggota kelompok sebagai penguat agar perubahan positif dapat

terus berkembang. Setiap anggota kelompok diberi kesempatan untuk menyampaikan hasil dan kesan selama mengikuti konseling. Konselor menutup kegiatan dengan ucapan terima kasih, doa bersama, dan salam penutup. Sebelum melanjutkan ke pertemuan berikutnya, peneliti akan mengamati perubahan perilaku pada anggota kelompok.

Kegiatan pada tahap ini mencakup penerapan nilai-nilai keislaman, yang berkaitan dengan mengurangi perilaku merokok yaitu pendekatan holistik yang melibatkan sekolah, orang tua, dan teman sebaya. Langkah ini mencakup edukasi tentang bahaya merokok, dukungan psikologis, dan penegakan aturan yang mendukung gaya hidup sehat. Hal ini sejalan dengan Q.S Al-Isra/ ayat : 27:

إِنَّ الْمُبَدِّرِينَ كَانُوا إِخْوَانَ الشَّيْطَانِ ۗ وَكَانَ الشَّيْطَانُ لِرَبِّهِ كَفُورًا

Terjemahannya:

“Sesungguhnya para pemboros itu adalah saudara-saudara setan dan setan itu sangat ingkar kepada Tuhannya”.<sup>9</sup>

Ayat ini menjelaskan bahwa perilaku boros dan menghabiskan harta untuk perbuatan maksiat merupakan tindakan yang menyerupai sifat setan, yang identik dengan keburukan, kerusakan, dan kemaksiatan. Setan adalah makhluk yang sangat ingkar terhadap nikmat yang diberikan oleh Allah swt.<sup>10</sup> Kaitannya dengan kebiasaan perilaku merokok tersebut termasuk bentuk pemborosan dan pengabaian terhadap amanah yang telah Allah swt berikan, baik dalam aspek ekonomi, kesehatan,

---

<sup>9</sup>Al-Qur'an Kemenag Online, Qur'an dan Terjemahan, <https://quran.kemenag.go.id> 13 Desember 2024

<sup>10</sup>Hikmat Basyir, *Tafsir Muyassar 2 (Memahami Al-Qura'an dengan Terjemahan dan Penafsiran)*, h.867.

maupun spiritual. Merokok tidak hanya merugikan diri sendiri tetapi juga orang lain di sekitarnya.<sup>11</sup>Oleh karena itu, mengganti kebiasaan merokok dengan aktivitas sehat yang lebih bermanfaat menjadi langkah konkret dalam menjaga tubuh dan harta yang telah diamanahkan oleh Allah swt. Tindakan ini juga mencerminkan rasa syukur atas nikmat kesehatan dan kehidupan yang diberikan-Nya.

### **3. Data Hasil *Post-test***

Data hasil *post-test* dalam penelitian ini diperoleh melalui penyebaran angket kepada siswa setelah menjalani bimbingan dengan menggunakan teknik konseling kelompok. Kuesioner yang diberikan pada *post-test* adalah kuesioner yang sama dengan yang digunakan pada *pretest*, yang bertujuan untuk memastikan konsistensi pengukuran sebelum dan sesudah perlakuan. Setelah pengumpulan data *post-test* selesai, langkah selanjutnya adalah menganalisis perbedaan skor perilaku merokok siswa antara kondisi sebelum (*pretest*) dan sesudah (*post-test*) diberikan perlakuan. Setelah itu, dapat diukur sejauh mana efek dari teknik konseling kelompok terhadap perubahan perilaku merokok siswa. Hasil *post-test* tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

---

<sup>11</sup>Firman Sadri, "Tinjauan Hukum Islam Terhadap Fatwa Majelis Ulama Indonesia Tentang Hukum Merokok", *Skripsi* (UIN Sultan Syarif Kasim Riau, 2012). [https://repository.uin-suska.ac.id/9616/1/2012\\_2012224AH.pdf](https://repository.uin-suska.ac.id/9616/1/2012_2012224AH.pdf)

**Tabel 4.5**  
**Hasil *Posttest* dari Perilaku Merokok pada Siswa**

| No  | Nama/Inisial | <i>Post-test</i> |               |
|-----|--------------|------------------|---------------|
|     |              | Skor             | Kegiatan      |
| 1.  | F            | 50               | Rendah        |
| 2.  | MR           | 44               | Rendah        |
| 3.  | RI           | 24               | Sangat Rendah |
| 4.  | FZ           | 49               | Rendah        |
| 5.  | DA           | 47               | Rendah        |
| 6.  | D            | 23               | Sangat Rendah |
| 7.  | P            | 12               | Sangat Rendah |
| 8.  | RM           | 24               | Sangat Rendah |
| 9.  | R            | 26               | Rendah        |
| 10. | TH           | 43               | Rendah        |
| 11. | KF           | 20               | Sangat Rendah |
| 12. | MS           | 21               | Sangat Rendah |
| 13. | AZ           | 21               | Sangat Rendah |
| 14. | MA           | 45               | Rendah        |
| 15. | MRAI         | 44               | Rendah        |
| 16. | R            | 19               | Sangat Rendah |
| 17. | F            | 13               | Sangat Rendah |
| 18. | IF           | 11               | Sangat Rendah |
| 19. | ANC          | 43               | Rendah        |
| 20. | RK           | 28               | Rendah        |
| 21. | YY           | 50               | Rendah        |
| 22. | MAR          | 46               | Rendah        |
| 23. | S            | 10               | Sangat Rendah |
| 24. | R            | 25               | Sangat Rendah |
| 25. | MF           | 50               | Rendah        |
| 26. | IS           | 50               | Rendah        |
| 27. | IM           | 44               | Rendah        |
| 28. | II           | 11               | Sangat Rendah |
| 29. | AP           | 42               | Rendah        |
| 30. | G            | 22               | Sangat Rendah |

Hasil *post-test* menunjukkan bahwa beberapa siswa mengalami perubahan yang signifikan setelah menerima perawatan dengan teknik konseling kelompok. Tabel hasil menunjukkan bahwa 16 siswa dalam kategori rendah, 14 siswa dalam

kategori sangat rendah. Tabel berikut menunjukkan perbandingan perilaku merokok pada siswa sebelum dan setelah diberi perlakuan teknik konseling kelompok.

**Tabel 4.6**  
**Hasil Pretest dan Post-test Perilaku Merokok pada Siswa**

| No  | Nama/Inisial | <i>Pretest</i> |               | <i>Post-test</i> |               |
|-----|--------------|----------------|---------------|------------------|---------------|
|     |              | Skor           | Kategori      | Skor             | Kategori      |
| 1.  | F            | 79             | Tinggi        | 50               | Rendah        |
| 2.  | MR           | 77             | Tinggi        | 44               | Rendah        |
| 3.  | RI           | 47             | Rendah        | 24               | Sangat Rendah |
| 4.  | FZ           | 76             | Tinggi        | 49               | Rendah        |
| 5.  | DA           | 80             | Tinggi        | 47               | Rendah        |
| 6.  | D            | 50             | Rendah        | 23               | Sangat Rendah |
| 7.  | P            | 24             | Sangat Rendah | 12               | Sangat Rendah |
| 8.  | RM           | 78             | Tinggi        | 24               | Sangat Rendah |
| 9.  | R            | 77             | Tinggi        | 26               | Rendah        |
| 10. | TH           | 25             | Sangat Rendah | 43               | Rendah        |
| 11. | KF           | 23             | Sangat Rendah | 20               | Sangat Rendah |
| 12. | MS           | 79             | Tinggi        | 21               | Sangat Rendah |
| 13. | AZ           | 78             | Tinggi        | 21               | Sangat Rendah |
| 14. | MA           | 80             | Tinggi        | 45               | Rendah        |
| 15. | MRAI         | 76             | Tinggi        | 44               | Rendah        |
| 16. | R            | 50             | Rendah        | 19               | Sangat Rendah |
| 17. | F            | 44             | Rendah        | 13               | Sangat Rendah |
| 18. | IF           | 20             | Sangat Rendah | 11               | Sangat Rendah |
| 19. | ANC          | 78             | Tinggi        | 43               | Rendah        |
| 20. | RK           | 79             | Tinggi        | 28               | Rendah        |
| 21. | YY           | 81             | Tinggi        | 50               | Rendah        |
| 22. | MAR          | 84             | Tinggi        | 46               | Rendah        |
| 23. | S            | 77             | Tinggi        | 10               | Sangat Rendah |
| 24. | R            | 45             | Rendah        | 25               | Sangat Rendah |
| 25. | MF           | 77             | Tinggi        | 50               | Rendah        |
| 26. | IS           | 76             | Tinggi        | 50               | Rendah        |
| 27. | IM           | 80             | Tinggi        | 44               | Rendah        |
| 28. | II           | 49             | Rendah        | 11               | Sangat Rendah |
| 29. | AP           | 78             | Tinggi        | 42               | Rendah        |
| 30. | G            | 50             | Rendah        | 22               | Sangat Rendah |
|     | Jumlah       | 1.917          |               | 957              |               |

|           |      |      |
|-----------|------|------|
| Rata-Rata | 63,9 | 31,9 |
|-----------|------|------|

Berdasarkan tabel di atas, hasil *post-test* menunjukkan bahwa beberapa siswa mengalami peningkatan skor yang signifikan setelah diberikan perlakuan. Selain itu, ada juga siswa yang mengalami peningkatan skor meskipun tidak terlalu signifikan. Namun, terdapat pula siswa yang memiliki skor yang sama antara sebelum dan setelah menerima perlakuan dengan menggunakan teknik konseling kelompok.

Perbandingan nilai antara hasil *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat pada tabel tersebut. Hasil *pre-test* menunjukkan dari 30 sampel penelitian 19 siswa yang memiliki kategori tinggi, 7 siswa yang memiliki kategori rendah, 4 siswa yang memiliki kategori sangat rendah. Diperoleh juga hasil *pre-test* siswa dengan nilai rata-rata, sedangkan nilai tertingginya adalah 84 dan nilai terendah adalah 20. Setelah diberikan perlakuan melalui penerapan teknik konseling kelompok, terjadi perubahan skor pada beberapa siswa sebagaimana tercantum dalam tabel *post-test*. Hasil *post-test* menunjukkan 16 siswa dalam kategori rendah, dan 14 siswa dalam kategori sangat rendah. Diperoleh rata-rata nilai *post-test* sebesar dengan nilai terendah 10 dan nilai tertinggi 50. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa penerapan teknik konseling kelompok memberikan pengaruh positif dalam mengurangi perilaku merokok pada siswa.

#### **4. Analisis Data**

##### **a. Uji Validitas Instrumen**

Uji validitas instrumen penelitian adalah proses untuk menentukan apakah suatu item pernyataan atau variabel yang diteliti dapat dianggap valid. Pengujian ini

dilakukan menggunakan metode *correlated item total correlations*. Sebuah item dianggap valid jika mampu mengukur sesuai dengan apa yang harusnya diukur. Item tersebut dinyatakan valid jika nilai *r* hitung sama dengan atau lebih besar dari kriteria yang ditetapkan. Hasil dari uji validitas biasanya disajikan dalam bentuk tabel berikut :

**Tabel 4.7**  
**Hasil Uji Validitas Perilaku Merokok pada Siswa**

| Butir Pernyataan | r hitung | r tabel | Keterangan |
|------------------|----------|---------|------------|
| Item 1           | 0,641    | 0,361   | Valid      |
| Item 2           | 0,813    | 0,361   | Valid      |
| Item 3           | 0,821    | 0,361   | Valid      |
| Item 4           | 0,719    | 0,361   | Valid      |
| Item 5           | 0,611    | 0,361   | Valid      |
| Item 6           | 0,708    | 0,361   | Valid      |
| Item 7           | 0,831    | 0,361   | Valid      |
| Item 8           | 0,773    | 0,361   | Valid      |
| Item 9           | 0,912    | 0,361   | Valid      |
| Item 10          | 0,711    | 0,361   | Valid      |
| Item 11          | 0,866    | 0,361   | Valid      |
| Item 12          | 0,881    | 0,361   | Valid      |

b. Uji Reliabilitas

Uji ini dilakukan untuk menguji hasil dan pengukuran. Dikatakan reliabel jika memberikan nilai *Cronbach's Alpha* lebih dari . Dalam analisis reliabilitas penelitian ini, digunakan bantuan SPSS versi 30.

**Tabel 4.8**  
**Reliability Statistics**

| Cronbach's Alpha | N of Items |
|------------------|------------|
| .936             | 12         |

Sumber : Hasil Pengolahan SPSS Versi 30

Berdasarkan analisis yang dilakukan, variabel yang berkaitan dengan upaya mengurangi perilaku merokok pada siswa memperoleh nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,936. Nilai ini jauh lebih tinggi dibandingkan dengan batas minimal reliabilitas, yaitu 0,6. Secara umum, kuisisioner dianggap reliabel apabila nilai *Cronbach's Alpha* lebih besar dari 0,6. Oleh karena itu, dengan nilai *Cronbach's Alpha* 0,936 lebih tinggi dari nilai 0,6, sehingga dapat disimpulkan bahwa *item-item* dalam kuisisioner tergolong reliabel.

## 5. Teknik Analisis Data

### a. Analisis Statistik Deskriptif

Analisis statistik deskriptif variabel ini dilakukan untuk memberikan gambaran umum data, seperti nilai rata-rata (Mean), nilai tertinggi (Max), nilai terendah (Min), dan standar deviasi untuk masing-masing variabel, yaitu konseling kelompok (X) dan perilaku merokok (Y). Hasil dari uji statistik deskriptif penelitian dapat dilihat pada tabel berikut :

**Tabel 4.9**  
**Hasil Uji Statistik Deskriptif**

|                       | Descriptive Statistics |         |         |         |                |
|-----------------------|------------------------|---------|---------|---------|----------------|
|                       | N                      | Minimum | Maximum | Mean    | Std. Deviation |
| Konseling kelompok(X) | 30                     | 34.00   | 70.00   | 59.0667 | 10.34552       |
| Perilaku merokok(Y)   | 30                     | 32.00   | 60.00   | 47.4667 | 7.89908        |
| Valid N (listwise)    | 30                     |         |         |         |                |

Sumber: Hasil Pengolahan SPSS Versi 30

## b. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah prosedur statistik yang bertujuan untuk menentukan apakah data dalam suatu penelitian mengikuti distribusi normal. Hal ini penting untuk memastikan kelayakan data dalam analisis statistik tertentu, terutama yang berbasis parametrik. Salah satu metode yang umum digunakan dalam uji normalitas adalah uji Kolmogorov-Smirnov, yang dapat diakses melalui perangkat lunak analisis statistik seperti SPSS versi 30. Pada metode ini, data dianggap berdistribusi normal jika nilai signifikansi yang diperoleh lebih besar dari 0,05. Sebaliknya, jika nilai signifikansi kurang dari 0,05, data dinyatakan tidak berdistribusi normal.

Namun, dalam konteks penelitian ini, jumlah sampel yang digunakan kurang dari 50, sehingga peneliti menggunakan uji Shapiro-Wilk sebagai alternatif yang lebih sesuai untuk ukuran sampel kecil. Uji Shapiro-Wilk dikenal memiliki sensitivitas yang lebih baik dalam mendeteksi normalitas pada data dengan sampel terbatas. Seluruh proses analisis dilakukan menggunakan program SPSS versi 30, yang menyediakan fitur lengkap untuk pengolahan data dan pengujian statistik secara akurat. Berikut adalah hasil pengujian normalitas dengan menggunakan nilai Shapiro-Wilk :

**Tabel 4.10**  
**Uji Normalitas**  
**Tests of Normality**

|                                      | Kelas     | Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup> |    |       | Shapiro-Wilk |    |       |
|--------------------------------------|-----------|---------------------------------|----|-------|--------------|----|-------|
|                                      |           | Statistic                       | Df | Sig.  | Statistic    | df | Sig.  |
| Hasil konseling                      | Pretest   | .217                            | 30 | <.001 | .856         | 30 | <.001 |
| kelompok mengurangi perilaku merokok | Post test | .159                            | 30 | .051  | .948         | 30 | .147  |

a. *Lilliefors Significance Correction*

Sumber: Hasil Pengolahan SPSS Versi 30

c. Uji Hipotesis

Uji hipotesis digunakan untuk menganalisis perbandingan nilai pretest dan posttest. Dalam penelitian ini, uji Paired Sample T-Test diterapkan untuk mengurangi perilaku kecanduan merokok pada siswa menggunakan teknik konseling kelompok. Berikut adalah hasil uji hipotesis dalam penelitian ini yang dianalisis menggunakan SPSS versi 30, sebagaimana ditampilkan pada tabel di bawah ini :

**Tabel 4.11**  
**Hasil Analisis Uji-T Hipotesis Pre-Test dan Post-Test**

|        |                      | Paired Samples Test |                |                 |   |          |       |    | Significance |
|--------|----------------------|---------------------|----------------|-----------------|---|----------|-------|----|--------------|
|        |                      | Paired Differences  |                |                 |   |          |       |    |              |
|        |                      | Mean                | Std. Deviation | Std. Error Mean | 95% Confidence Interval of the Difference | Upper    | T     | df | Two-Sided p  |
|        |                      |                     |                |                 | Lower                                     |          |       |    |              |
| Pair 1 | pre test - post test | 11.60000            | 8.72412        | 1.59280         | 8.34236                                   | 14.85764 | 7.283 | 29 | <.001        |

Sumber: Hasil Pengolahan SPSS Versi 30

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa nilai rata-rata (mean) *pre-test* dan *post-test* adalah 11,60, dengan hasil uji T sebesar 7,283 dan nilai signifikansi (*2-tailed*) sebesar 0,001, yang lebih kecil dari 0,05. Hal ini menunjukkan adanya perubahan signifikan antara variabel awal dan variabel akhir. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok memiliki pengaruh signifikan dalam mengurangi perilaku kecanduan merokok pada siswa. Oleh karena itu, hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak dan hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima, yang berarti

konseling kelompok efektif dalam mengurangi perilaku kecanduan merokok pada siswa kelas VII MTs Bonelemo.

## **B. Pembahasan**

Penelitian ini dilakukan di MTs Bonelemo pada siswa kelas VII, berlangsung dari tanggal 10 Oktober hingga 13 November 2024. Fokus penelitian ini adalah menganalisis pengaruh layanan konseling kelompok dengan dalam mengurangi perilaku kecanduan merokok pada siswa. Layanan konseling kelompok ini diberikan kepada kelas eksperimen selama 6 kali pertemuan, termasuk tahap *pre-test* dan *post-test*.

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh data angket pada variabel *pre-test* yang diambil dari sampel penelitian di MTs Bonelemo. Secara umum, hasil *pre-test* menunjukkan distribusi yaitu: kategori tinggi memiliki frekuensi sebanyak 19 orang, kategori rendah sebanyak 7 orang, dan kategori sangat rendah sebanyak 4 orang. Hasil analisis menunjukkan bahwa *pre-test* di MTs Bonelemo secara keseluruhan dapat dikategorikan cukup tinggi, dengan jumlah sampel terbanyak berada pada kategori tinggi, yaitu 19 orang. Rata-rata skor *pre-test* yang diperoleh adalah 63,9. Tingginya hasil pada kategori *pre-test* ini dipengaruhi oleh jawaban yang diberikan oleh para responden, yang mencerminkan kemampuan awal siswa sebelum perlakuan penelitian dilakukan. Secara lebih rinci, hasil ini memberikan gambaran awal mengenai kondisi subjek penelitian, yang penting untuk memahami efek perlakuan dalam penelitian yang dilakukan.

Pengurangan perilaku merokok pada siswa kelas VII di MTs Bonelemo menunjukkan perubahan yang signifikan setelah dilakukan tindakan yang terarah dan berkesinambungan. Berdasarkan hasil penelitian, data angket *post-test* yang diperoleh dari sampel penelitian memberikan hasil sebagai berikut: dari total 30 siswa, terdapat 16 siswa dalam kategori rendah, dan 14 siswa dalam kategori sangat rendah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa setelah tindakan, mayoritas siswa berada pada kategori rendah dan sangat rendah dalam perilaku merokok. Secara keseluruhan, *post-test* di MTs Bonelemo dapat dikategorikan sangat baik, dengan semua 30 siswa menunjukkan penurunan perilaku merokok yang cukup signifikan. Skor rata-rata yang diperoleh pada *post-test* adalah 31,9 yang menunjukkan bahwa upaya intervensi memberikan dampak positif terhadap perubahan perilaku siswa. Persentase hasil *post-test* ini dipengaruhi oleh jawaban responden, yang mencerminkan adanya kesadaran dan pemahaman lebih baik terkait bahaya merokok setelah tindakan dilakukan. Hasil ini mengindikasikan efektivitas program yang diterapkan dalam mengurangi perilaku merokok pada siswa kelas VII di MTs Bonelemo.

Konselor melakukan analisis data dengan menggunakan bantuan program SPSS versi 30. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan metode statistik deskriptif. Sebelum melaksanakan pengujian statistik deskriptif, terlebih dahulu dilakukan uji validitas dan reliabilitas terhadap item kuesioner yang telah disebarkan kepada responden. Hasil dari uji validitas menunjukkan bahwa semua pernyataan dalam kuesioner, yang terdiri dari 12 item, dinyatakan valid. Sementara itu, hasil uji reliabilitas juga menunjukkan bahwa kuesioner tersebut telah

memenuhi syarat yang ditetapkan oleh konselor, sehingga dapat disimpulkan bahwa semua item pernyataan bersifat reliabel dan layak digunakan sebagai instrumen penelitian. Selanjutnya, berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan melalui perbandingan skor *pre-test* dan *post-test*, ditemukan bahwa penerapan teknik konseling kelompok cukup efektif dalam mengurangi perilaku merokok di kalangan siswa. Sampel yang diambil sebanyak 30, sebelum diberikan perlakuan konseling kelompok, siswa menunjukkan skor yang tinggi dalam perilaku merokok. Namun, setelah diberikan perlakuan, terdapat perubahan yang signifikan. Sebanyak 13 siswa mengalami penurunan skor yang sangat signifikan dalam perilaku merokok, 16 siswa mengalami penurunan yang cukup signifikan, dan hanya 1 siswa yang tidak menunjukkan perubahan skor, baik peningkatan maupun penurunan. Hasil ini menunjukkan bahwa teknik konseling kelompok memiliki pengaruh positif dalam membantu siswa manajemen dirinya dan mengurangi kebiasaan merokok. Pendekatan ini terbukti efektif terutama bagi siswa yang mampu menerapkan hasil dari sesi konseling dalam kehidupan sehari-hari, yang berujung pada perubahan perilaku yang lebih sehat dan positif.

Secara umum, siswa cenderung terpengaruh dengan rokok karena pengaruh lingkungan baik dalam lingkungan sekolah maupun di luar sekolah sehingga siswa cenderung merokok pada saat ada dalam kelompok-kelompok yang mayoritasnya pengguna rokok sehingga tanpa sadar secara otomatis mereka ikut merokok, sesuai dengan hasil penelitian di Sekolah Mts Bonelemo, ada dua perbedaan perilaku merokok yaitu, perubahan secara signifikan. perubahan ini memang lahir dari kesadaran diri sendiri terhadap implikasi dari pada rokok itu sendiri.

Siswa di MTs Bonelemo diharapkan memiliki kesadaran akan pentingnya kesehatan. Kesadaran ini terlihat dari upaya para siswa untuk menjalani pola hidup sehat. Guru juga berperan aktif dengan memberikan motivasi kepada siswa untuk berpartisipasi dalam menciptakan lingkungan hidup sehat baik melalui aktivitas sekolah maupun di luar sekolah. Perubahan secara sistematis/tertentu, perubahan ini cenderung karena pengaruh larangan dari sekolah yang mengintervensi siswa untuk tidak merokok dalam area sekolah sehingga kadang kala siswa hanya keluar dari area sekolah untuk menghisap rokok karena takutnya hukuman dari guru MTs Bonelemo.

Siswa pecandu rokok sudah mengalami ketergantungan fisik atau psikologi terhadap nikotin yang ada pada rokok, sehingga sangat sulit untuk merubah karakter atau kecenderungan pada rokok karena sudah menjadi kebiasaan sehari-harinya, sekalipun siswa mengetahui dampak terhadap rokok untuk kesehatan dan keterhambatan di masa yang akan datang ketika akan melanjutkan pada taraf pendidikan tinggi seperti TNI dan lain sebagainya yang mempunyai aturan administrasi Kesehatan.

Hasil pengujian yang dilakukan dengan analisis deskriptif menunjukkan bahwa nilai uji normalitas data *pre-test* adalah 0,001, sementara nilai uji normalitas *post-test* adalah 0,147. Nilai *post-test* yang lebih besar dari 0,005 menunjukkan bahwa data penelitian yang digunakan berdistribusi normal, sehingga memenuhi syarat untuk dilakukan pengujian lebih lanjut. Untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan, dilakukan analisis menggunakan program SPSS versi 30 dengan metode *paired sample t-test*. Hasil pengujian menunjukkan adanya peningkatan rata-rata

skor (mean) sebesar 11,60 dari *pre-test* ke *post-test*. Standar deviasi yang diperoleh adalah 8,724, dengan standar error mean sebesar 1,592. Uji t menghasilkan nilai t sebesar 7,283 dengan tingkat signifikansi sebesar 0,001, yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara data *pre-test* dan *post-test*.

Berdasarkan hasil tersebut, dapat menunjukkan bahwa teknik konseling kelompok memberikan pengaruh yang signifikan dalam mengurangi perilaku merokok pada siswa. Dengan hasil uji yang menunjukkan adanya perubahan positif pada siswa setelah mengikuti konseling, hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak, dan hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima. Artinya, penerapan teknik konseling kelompok terbukti efektif dalam mengurangi kebiasaan merokok pada siswa kelas VII MTs Bonelemo. Perubahan signifikan ini menunjukkan bahwa konseling kelompok dapat menjadi solusi yang efektif dalam membentuk perilaku siswa menuju ke arah yang lebih positif, khususnya dalam mengatasi kecanduan merokok. Program ini tidak hanya membantu siswa mengurangi kebiasaan buruk, tetapi juga memberikan dukungan psikologis yang mendorong siswa untuk menjaga kesehatannya dengan baik.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan serta analisis terhadap data yang diperoleh, dapat disimpulkan bahwa penerapan teknik konseling kelompok terbukti efektif dalam mengurangi perilaku merokok pada siswa di MTs Bonelemo.

Hasil ini didukung oleh perbandingan antara skor *pre-test* dan *post-test* yang diberikan kepada 30 siswa dari kelas VII. Sebelum diberikan perlakuan nilai rata-rata sebesar 63,9, kemudian setelah diberikan perlakuan nilai rata-rata sebesar 31,9. Hasil dari *pre-test* ke *post-test* menunjukkan bahwa adanya pengurangan perilaku merokok pada siswa kelas VII MTs Bonelemo. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa teknik konseling kelompok sangat berpengaruh dalam mengurangi perilaku merokok pada siswa kelas VII MTs Bonelemo. Hasil uji statistik menggunakan Uji-T dengan bantuan perangkat lunak SPSS versi 30 menunjukkan bahwa nilai  $t_{hitung}$  sebesar 7,283 dengan nilai signifikan (2-tailed)  $0,001 < 0,05$  dengan nilai mean *pre-test* dan *post-test* sebesar 11,60, sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa  $t_{hitung}$  sebesar  $7,283 < t_{tabel} 1,697$ . Hal tersebut memiliki perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan *treatment* dengan menggunakan teknik konseling kelompok dengan ini,  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima artinya bahwa teknik konseling kelompok sangat efektif digunakan dalam mengurangi perilaku merokok pada siswa MTs Bonelemo.

## **B. Saran**

Penelitian ini masih memiliki sejumlah keterbatasan yang perlu diperhatikan dan dikembangkan lebih lanjut agar hasil yang diperoleh dapat memberikan kontribusi yang lebih komprehensif dalam memahami dan menangani perilaku merokok di kalangan siswa. Salah satu kekurangan yang dialami peneliti saat penelitian adalah keterbatasan sumber dan referensi yang digunakan, yang dapat mempengaruhi kedalaman analisis terhadap faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok serta efektivitas layanan konseling kelompok. Selain itu, penelitian yang dilakukan relatif singkat, sehingga belum mampu mengamati secara menyeluruh perubahan perilaku merokok siswa setelah diberikan layanan konseling kelompok.

Perubahan perilaku, terutama yang berkaitan dengan kebiasaan merokok, sering kali membutuhkan waktu yang lebih lama untuk diamati secara signifikan. Oleh karena itu, penelitian dengan jangka panjang sangat diperlukan untuk mendapatkan hasil yang lebih akurat dan representatif. Sehingga untuk mengatasi keterbatasan tersebut, disarankan kepada peneliti selanjutnya agar memperkaya kajian dengan menggali lebih banyak literatur, penelitian terdahulu, dan referensi yang relevan dengan permasalahan perilaku merokok. Pemanfaatan berbagai teori dan pendekatan psikologi serta konseling juga dapat menjadi landasan yang lebih kuat dalam menganalisis faktor penyebab dan strategi intervensi yang efektif. Lebih lanjut, disarankan agar peneliti mendatang menggunakan metode penelitian yang lebih mendalam, seperti penelitian *longitudinal*.

Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk melacak perubahan perilaku siswa dalam jangka waktu yang panjang, sehingga dapat memberikan pemahaman holistik mengenai dampak konseling kelompok terhadap kebiasaan merokok siswa. Sehingga dengan penelitian yang lebih panjang, faktor-faktor yang mungkin mempengaruhi perubahan perilaku, seperti dukungan keluarga, lingkungan sosial, dan kebijakan sekolah, juga dapat dianalisis secara lebih mendetail.

## DAFTAR PUSTAKA

- A l-Qur'an Kemenag Online, Qur'an dan Terjemahan, <https://quran.kemenag.go.id>  
13 Desember 2024
- Abdurahman Saleh, *Pengelolaan Pengajaran*, Cet.V: Ujung Pandang: CV. Bintang Selatan, 1994.
- Agus Eko Sujianoto, *Aplikasi Statistik dengan SPSS 16.0*, Jakarta: Prestasi Pustaka, 2009.
- Ahmad Farisal, "Asas Bimbingan dan Konseling", 7 Juli 2017, <https://ahmadfarisal.wordpress.com/2017/07/07/asas-bimbingan-dan-konseling/>, 24 Maret 2024
- A-imam Abdul Fida Isma'il Ibnu Katsir Ad-Dimasyqi, *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 2*, (Bandung: Sinar Baru Algensindo, 2002)
- Al-Qur'an Kemenag Online, Qur'an dan terjemahan, <https://quran.kemenag.go.id>
- Anggiti, Albi Anggito dan Johan Setiawan, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Sukabumi:CV Jejak, 2018.
- Arsip Madrasah Tsanawiyah diakui Bonelemono, 2011
- Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan konseling dalam Islam*, Yogyakarta: UII Press Cipta, 2005.
- Badan Pusat Statistik. "Presentase Merokok pada Penduduk Umur  $\geq$  15 Tahun Menurut Provinsi (Persen), 2020-2022", 09 Desember 2022, <https://www.bps.go.id/indicator/30/1435/1/persentase-merokok-pada-penduduk-umur-15-tahun-menurut-provinsi.html>, 29 Juni 2023
- Bambang Prasetyo & Lina Miftahul Jannah, *Metode Penelitian Kuantitatif Teori dan Aplikasi*, Jakarta: Raja Grafindi Persada, 2010.
- Berkafik Ali Hasan, "Penerapan Konseling Kelompok untuk Mengurangi Perilaku Merokok pada Siswa Kelas IX di SMP Negeri 2 Comal", *Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling 1*, ( 12 Agustus 2021 ): 189, <http://seminar.uad.ac.id/index.php/PSNBK/article/view/7804.com>.
- Bimo Walgito, *Bimbingan Konseling Studi & Karir*, Yogyakarta: CV Andi Offset, 2010.
- Chandra S. Haratua,"Manajemen Sumber Daya Manusia di Sekolah Menengah Pertama Negeri 49 dan SMP Negeri 76 Jakarta", *Jurnal Mutidisiplin*

*Indonesia* 2, No 7 (2023):1409-1410,  
<https://jmi.rivierapublishing.id/index.php/rp/article/view/300>

Dina Hajja Ristianti, Irwan Fathurrocmn, *Penilaian Konseling Kelompok*, Yogyakarta: Deepublish, 2020.

Dina Lestari, "Pengaruh Gaya Mengajar Terhadap Efektivitas Proses Pembelajaran Oleh Guru Sekolah Dasar Negeri 021 Sungai Perak Kecamatan Tembilahan", *Skripsi* (STAI AuliaurrasyidinTembilahan,2021).<https://repository.staitbh.ac.id/bitstream/handle/123456789/73/SKRIPSI%20DINA%20LESTARI.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Deva Bachtiar, Sp.P. " Dampak dan Bahaya Merokok Bagi Para Remaja", 1 Juni 2020, <https://www.emc.id/id/care-plus/masih-remaja-sudah-mulai-merokok-ini-dampak-dan-bahayanya.com>, 16 Mei 2023.

Hikmat Basyir, *Tafsir Muyassar 1 (Memahami Al-Qura'an dengan Terjemahan dan Penafsiran)*, Jakarta: Berilmu sebelum Berucap dan Berbuat,2016.

M Subuh. " Pandemi Covid-19, Konsumsi Rokok Justru Meningkatkan", 31 Juli 2021, <https://pwmjateng.com/mtcc-unimma-pandemi-covid-19-konsumsi-rokok-justru-meningkat.com>, 16 Mei 2023

Dwi Priyanto, *Mandiri Belajar SPSS : Untuk Analisis Data & Uji Statistik*, Yogyakarta: Mediakom, 2008.

E Mulyasa, *Manajemen Berbasis Sekolah: Konsep, Strategi, dan Implementasi*, Bandung: Remaja Rosda Karya, 2002.

Eko Putro widoyono, *Penelitian Hasil Pembelajaran di Sekolah*,Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014.

Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, Jakarta: Erlangga, 1980.

Erisa Kurniati,"Bimbingan dan Konseling di Sekolah;Prinsip dan Asas", bimbingan dan Konseling 3, no 2 (2018): 1-77, <http://jurnal.um-tapsel.ac.id/index.php/Ristekdik/article/download/634/499>.

Firman Sadri,"Tinjauan Hukum Islam Terhadap Fatwa Majelis Ulama Indonesia Tentang Hukum Merokok", *Skripsi* (UIN Sultan Syarif Kasim Riau, 2012). [https://repository.uin-suska.ac.id/9616/1/2012\\_2012224AH.pdf](https://repository.uin-suska.ac.id/9616/1/2012_2012224AH.pdf)

Hall Sarwono, *Psikologi Remaja*, Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada, 2011.

- Ika Yuni Widyawati, “ Perilaku Merokok pada Remaja Pelajar Usia 12 -15 Tahun “, 15 Oktober 2020, <https://news.unair.ac.id/2020/10/15/perilaku-merokok-pada-remaja-pelajar-usia-12-15-tahun/?lang=id>, 16 Juni 2023
- imam Abdul Fida Isma'il Ibnu Katsir Ad-Dimasyqi, *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 2*, Bandung: Sinar Baru Algensindo, 2002.
- Syofian Siregar, *Statistik Parametrik untuk Penelitian Kuantitatif*, Jakarta: Bumi Aksara, 2013.
- Jeferson Kalundang, ”Mengapa Pembelajaran Sosial dan Emosional Penting untuk Masa Depan Anak”. <https://search.app/pop8QTWkVbr8Bmrv8> 17 Desember 2024
- Juliasyah Noor, *Metode Penelitian*, Jakarta: Kencana, 2013.
- Kementrian Agama, *Al-Qur'an & Tafsirnya Jilid IX Juz 25,26,27*, Jakarta: Lentera Abadi, 2010.
- Latipun, *Psikologi Konseling*, Jawa Timur: Universitas Muhammadiyah Malang, 2008.
- M. Subana dan Sudrajat, *Dasar-Dasar Penelitian Ilmiah*, (Bandung: Pustaka Setia, 2005)
- Mts Bonelemo, <https://data-sekolah.zekolah.id/sekolah/mtss-bonelemo-202414>, 19 Desember 2024
- Muhammad Ilyas dan Addin Sanusi, *Profesi Keguruan Pelengkap Bahan Kuliah*, Bandung: Setia Mulia, 2004.
- Namira Lumongga Lubis, *Konseling Kelompok*, Jakarta: Kencana, 2016.
- Namora Lumongga Lubis, Hasnida, *Konseling Kelompok*, Jakarta: Kencana, 2016
- Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling*, Jakarta: Kencana, 2011.
- NR Sapitri, ”Pengaruh Struktur Modal, Manajemen Laba, Biaya Operasional dan Perencanaan Pajak Terhadap Pajak Penghasilan Badan Terutang pada Perusahaan Properti dan Real Estate yang Terdaftar di Bei”, Skripsi (Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau,2020). <https://repository.uin-suska.ac.id/52577/>.
- Nunuk Yuli Sulistyoningrum, “Mengurangi Perilaku Merokok pada Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok”, *Jurnal Penelitian Bimbingan dan*

*Konseling* 3, no 1 (2018) : 105.  
<https://jurnal.untirta.ac.id/index.php/JPBK/article/view/3199>

Nurdiana Saputri, "Pengembangan Minat dan Bakat Peserta Didik melalui Kegiatan Ekstrakurikuler", *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 2, No 3 (2021): 125. <https://journal.uinsi.ac.id/index.php/TAUJIHAT>

Nurul Zuriyah, *Metodologi Penelitian Sosial dan Pendidikan Teori Aplikasi*, Jakarta: Bumi Askara, 2006.

Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan dan konseling Kelompok*, Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2013.

Prayitno, Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: PT Rineka Cipta, 2013.

Risnawati, "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Merokok Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 3 Satu Atap", *Skripsi* (UMN Al-Washliyah 26 Medan, 2021). <http://repository.umnaw.ac.id/jspui/handle/123456789/401>

Rulia Trifena, "Layanan Konseling Kelompok Menggunakan Teknik Self-Management Untuk Mengurangi Perilaku Merokok Siswa Di SMP Negeri 1 Teriak", *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia* 5, No2,(2020):46-49, <https://journal.stkipsingkawang.ac.id/index.php/JBKI/article/view/785>.

Samsul Munir, *Bimbingan dan Konseling Islam*, Jakarta: Amzah, 2010.

Suci Lia Sari dan Rika Devianti, Hubungan Aktivitas Mengikuti Layanan Konseling Kelompok dengan Kepercayaan Diri Mahasiswa PIADUD STAI Auliurasyidin Tembilahan: *Studi Pendidikan dan Konseling* 3, No 1 (2020) : 58, <https://ejournal.stai-tbh.ac.id/index.php/mitra-ash-syibyan/article/download/117/suri>.

Sugiono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, Bandung: Alfabet, 2005.

Sugiono, *Penelitian Kuantitatif*, Bandung: Alfabet, 2019.

Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, Bandung: Alfabeta, 2013.

Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)* Bandung: Alfabeta,2012.

Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, Bandung: Alfabet, 2013.

Suharsimi Arikunto, *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*, Jakarta: Bumi Aksara, 2013.

Subekti Masri, *Bimbingan Konseling Teori dan Prosedural*, Makassar: Aksara Timur, 2016.

Syafrida Hafni Sahir, *Metodologi Penelitian*, Yogyakarta: IKAPI, 2021.

Syaikh Dr. Abu ‘Abdullah Muhammad Luqman as-Salafi, *Al-Adab Al-Mufrad Jilid 1*, Jakarta Timur: Griya Ilmu, 2010 M.

Takhrijul Hadits Online, [https://www.carihadis.com/Bulughul\\_Maram/1564](https://www.carihadis.com/Bulughul_Maram/1564)

Tiara Baiduri Bulan, *Skripsi: “Konseling Kelompok Berbasis Nilai-Nilai Islami untuk Meningkatkan Tingkat Kejujuran Para Murid-Murid TPQ Al-Hidayah Kota Blitar”* Blitar: Institut Agama Islam Negeri Tulungagung 2020. <http://repo.uinsatu.ac.id/17617/>

Tohirin, *Bimbingan Konseling Disekolah & Madrasah*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada Jakarta, 2007.

Wawancara dengan Nonawati, tanggal 21 Desember 2023 di MTS Bonelemo

Wibowo, *Konseling Kelompok Perkembangan*, Semarang: UPT Unnes Pres, 2005.

Yuberi Antori Saregar, *Pengantar Metodologi Pendidikan Matematika dan Sains*, Bandung: Rineka Cipta, 2002.

Yunus Elon dan Evelin Malinti, “Femomena Merokok pada Anak Usia Remaja”, *Studi Kualitatif 1*, no 1 (2019) : 78, <http://ejournal.unklab.ac.id/index.php/kjn.com>.

**L**

**A**

**M**

**P**

**I**

**R**

**A**

**N**

*Dokumentasi Penelitian Lapangan*

Observasi awal



Pemberian Pre-test



Pemberian perlakuan konseling kelompok (*Treatment*)





Pemberian *Post-test*





## RIWAYAT HIDUP



Dina Deviani, lahir di Bonelemo pada tanggal 30 Agustus 2000. Penulis adalah anak ke dua dari 6 bersaudara dari pasangan seorang Ayah bernama Kaharuddin dan Ibu Bernama Rahma. Saat ini penulis bertempat tinggal jln. Gunung Lantimojong Desa Bonelemo, Kecamatan Bajo Barat, Kabupaten Luwu. Pendidikan dasar penulis diselesaikan pada tahun 2013 di SDN 33 Bonelemo. Kemudian, di tahun yang sama menempuh pendidikan di Mts Bonelemo hingga 2016. Pada tahun 2016 melanjutkan pendidikan di SMA Negeri 14 Luwu. Setelah lulus SMA, di tahun 2019 penulis melanjutkan pendidikan S1 di Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Palopo.

*Contact Person* : [dinadeviani19@gmail.com](mailto:dinadeviani19@gmail.com)