

PENGARUH LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL TEKNIK RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY (REBT) TERHADAP PERILAKU MEROKOK REMAJA DI SMA NEGERI 1 ANJIR PASAR

Mas'amah¹, Ani Wardah², Muhammad Eka Prasetya³

¹Bimbingan dan Konseling, 86271, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam Kalimantan (UNISKA) Muhammad Arsyad Al-Banjari, 19220041

^{2,1}Bimbingan dan Konseling, 86271, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam Kalimantan (UNISKA) Muhammad Arsyad Al-Banjari, 1114046401

³¹Bimbingan dan Konseling, 86271, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam Kalimantan (UNISKA) Muhammad Arsyad Al-Banjari, 1123108001

E-mail : masamah2806@gmail.com

ABSTRAK

Kata Kunci : Rational Emotive Behavior Therapy (REBT); Perilaku Merokok

Penelitian ini dilaksanakan berdasarkan fenomena yang ada di sekolah SMA Negeri 1 Anjir Pasar bahwa terdapat peserta didik yang mempunyai perilaku merokok. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui "Pengaruh Layanan Konseling Individual Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Terhadap Perilaku Merokok Remaja Di SMA Negeri 1 Anjir Pasar". Jenis penelitian ini adalah eksperimen dengan desain *pre test and post test one group design*. Lokasi penelitian di SMAN 1 Anjir Pasar. Subjek dalam penelitian ini adalah 6 orang peserta didik. Adapun teknik pengambilan sampel yang peneliti gunakan adalah teknik *purposive sampling* atau memilih sampel dengan teknik bertujuan. Pada penelitian ini pengambilan sampel dengan menggunakan rumus slovin. Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh konseling individual dengan pendekatan REBT untuk mengurangi perilaku merokok peserta didik dapat disimpulkan bahwa: Terjadi perbedaan skor perilaku merokok setelah diberi konseling individual dengan nilai pretest 637 point dengan kategori tinggi, pada hasil posttest terdapat hasil sebanyak 430 point dengan kategori sedang. Dari hasil tersebut terjadi peningkatan sebanyak 207 point. Berdasarkan hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa ada perbedaan pencegahan perilaku merokok peserta didik sebelum dan sesudah diberikan layanan individual teknik REBT, yang berarti dapat disimpulkan ada pengaruh yang signifikan atau pemberian layanan individual teknik REBT efektif terhadap Pencegaha perilaku merokok peserta didik SMAN 1 Anjir Pasar. Terdapat pengaruh signifikan konseling individual pendekatan REBT untuk mengurangi perilaku merokok peserta didik di SMAN 1 Anjir Pasar.

DAFTAR PUSTAKA

- Alamsyah, A. (2017). Determinan Perilaku Merokok Pada Peserta didik. *Jurnal Endurance*, 2(1), 25–30. <https://doi.org/10.22216/jen.v2i1.1372>
- Amirullah, G. P. 2015. Keefektifan Konseling Melalui *Rational Emotive BehaviorTherapy* Dengan Teknik *Time Projection* untuk Mengurangi PerilakuMerokok. Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang
- Alamsyah, A. (2017). Determinan Perilaku Merokok Pada Peserta didik. *Jurnal Endurance*, 2(1), 25–30. <https://doi.org/10.22216/jen.v2i1.1372>
- Edfira,F.P dan Cristiyana Konseling Rasional Emotive Prilaku untuk Menurunkan Kepercayaan Diri Peserta didik Korban Verbal Merokok. Jurusan bimbingan dan konseling , fakultas ilmu pendidikan, Universitas negeri Surabaya.
- Hasnunidah, N. 2017. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Yogyakarta: Media Akademi.
- Hasnunidah, N. 2017. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Yogyakarta: Media Akademi.
- Ali, M., & Asrori, M. (2018). Psikologi Peserta didik. Jakarta: Bumi Aksara.
- Arjono, S, dkk, ATLAS TEMBAKAU INDONESIA 2020. Jakarta : Diterbitkan oleh: Tobacco Control Support Center-Ikatan Ahli Kesehatan Masyarakat Indonesia (TCSC-IAKMI)
- Linda,R.H dan Hadiati,L.W,(2015.Efektifitas Rational Emotiv Behavior Therapy(REBT)untuk Menurunkan Self Esteem pada Peserta didik SMP Korban Merokok.Magister Psikologis Profesi,Fakultas Psikologi Universitas Sumatra Utara
- Ati Siti Rochayati dan Eyat Hidayat, Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Merokok
- Candra Suci Utami. 2014. “Tingkat Pengetahuan Peserta didik Putra Tentang Bahaya Merokok Pada Peserta didik Kelas IX SMP Negeri 2 Sambi Boyolali Tahun 2014.” Skripsi (Tidak Diterbitkan) Mahapeserta didik Kesehatan Kusuma Husada Surakarta.

- Diah Wijayanti Sutha, Jurnal Manajemen Kesehatan STIKES Yayasan RS. Dr. Soetomo, Vol.2 No. 1, April 2016 : 43-59 ANALISIS LINGKUNGAN SOSIAL TERHADAP PERILAKU MEROKOK PESERTA DIDIK DI KECAMATAN PANGARENGAN KABUPATEN SAMPANG MADURA
- Febrianika R, Widjanarko B, Kusumawati A. Hubungan Faktor Lingkungan Sosial dengan Perilaku Merokok Peserta didik Laki-Laki di SMA X Kabupaten Kudus. *J Kesehat Masy* 2016;4(3):1075–82.
- Harahap AY, Yusad Y, Fitria M. Faktor – faktor yang Mempengaruhi Perilaku Merokok Peserta didik/Siswi Sekolah Menengah Kejuruan Yayasan Pendidikan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Indonesia Membangun Namorambe Tahun 2014: Fakultas Kesehatan Masyarakat (tesis). Sumatera Utara: Universitas Sumatera Utara; 2014.
- Helmawati. (2014). Pendidikan Keluarga. Bandung: Peserta didik Rosdakarya.
- J, Sitorus et al. 2020, dampak rokok bagi peserta didik
- KemenkesRI (2013) ‘Permenkes RI No. 28 Tahun 2013’, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, pp. 1–46.
- Leventhal, H., & Cleary, P. D. (1980). The smoking problem: A review of the research and theory in behavioral risk modification. *Psychological Bulletin*, 88(2), 370–405. [ONLINE] diakses dari <https://psycnet.apa.org/doiLanding?doi=10.1037%2F0033-2909.88.2.370> (Diakses Maret 2023)
- Mirnawati, Nurfitriani, Zulfiarini, F. M., & Cahyati, W. H. (2018). Perilaku Merokok pada Peserta didik Umur 13-14 Tahun. *Higeia*, 2(3), 396–405. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/higeia>
- Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, Psikologi Peserta didik (Jakarta: Bumi Aksara, 2014), h. 87 Perokok Peserta didik di Sekolah Menengah Kejurusan Kabupaten Kuningan, *Jurnal Keperawatan*
- Prabowo, B., Rosida, T. and Ahmad, H. (2020) ‘Hubungan Klasifikasi Perokok dengan Kesehatan Jaringan Periodontal Masyarakat yang Merokok di 106 Pulau Harapan diukur dengan Skor CIPTN’, *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*, 5(2), p. 91. doi: 10.34008/jurhesti.v5i2.195.

- Putro, K. Z. (2017). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Peserta didik. *APLIKASIA: Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama*, Vol. 17, No. 1, 1-8.
- Rachmat, M., Thaha, R. M. and Syafar, M. (2013) 'Perilaku Merokok Peserta didik Sekolah Menengah Pertama', *Kesmas: National Public Health Journal*, 7(11), p. 502. doi: 10.21109/kesmas.v7i11.363.
- Rahmadi A, Lestari Y, Yenita. (2013): Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terhadap Rokok dengan Kebiasaan Merokok Peserta didik SMP di Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*. 2: 25-8.
- Reskiaddin, L. O. and Supriyati, S. (2021) 'Proses Perubahan Perilaku Berhenti Merokok: Studi Kualitatif Mengenai Motif, Dukungan Sosial dan Mekanisme Koping', *Perilaku dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, 3(1), p. 58. doi: 10.47034/ppk.v3i1.4142
- Riryn Fatmawaty (2017). "Memahami Psikologi Peserta didik", *Jurnal Reforma*, Vol. VI No. 02
- Sitepoe, 1994, (2016) *Kekhususan Rokok Indonesia* cit, Nusa,
- Soedirman, *Tumbuh Kembang Peserta didik dan Permasalahannya*,. Volume 10, No. 1, Maret 2015, h. 2.
- Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: IKAPI, 2015) halaman 15.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Yamin, M. (2013). *Strategi dan Metode dalam Model Pembelajaran*. Jakarta: Referensi (GP Press Group).