

**PENERAPAN KONSELING KELOMPOK BEHAVIOR DENGAN TEKNIK OPERANT LEARNING UNTUK MENGURANGI PERILAKU KEBIASAAN MEROKOK PADA SISWA DI SEKOLAH SMP MA'ARIF GEMPOL**

***THE IMPLEMENTATION OF GROUP COUNSELING BEHAVIOR TECHNIQUE OPERANT LEARNING TO REDUCE SMOKING HABITS IN SCHOOL STUDENT SMP MA'ARIF GEMPOL***

**Lidya Avrilya Suryani**

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya,  
Email: [abdillahlidya18@gmail.com](mailto:abdillahlidya18@gmail.com)

**Dra.Titin Indah Pratiwi.M.,Pd**

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya  
Email: [titinindahpratiwi@unesa.ac.id](mailto:titinindahpratiwi@unesa.ac.id)

**Abstrak**

Merokok dapat disebut sebagai suatu “kebiasaan”. Merokok adalah ketergantungan mengkonsumsi tanaman tembakau. Ketergantungan terhadap tembakau dapat diartikan sebagai suatu ketergantungan kebiasaan dalam mengkonsumsi tembakau secara terus menerus dalam keseharian individu tersebut, sebagai salah satu kebutuhannya. Kebiasaan merokok dapat menyebabkan beberapa gangguan. Dalam jangka pendek, merokok dapat menyebabkan warna kekuningan pada gigi, kuku dan jari tangan, mulut dan keringat pun berbau tidak sedap, sehingga secara psikologis mengurangi rasa percaya diri, mengurangi hubungan dengan orang lain dan menjadi tidak tenang. Akibat jangka panjang adalah timbulnya berbagai macam masalah penyakit kronis. Penelitian ini bertujuan untuk menguji penerapan konseling kelompok behavior untuk mengurangi perilaku kebiasaan merokok pada siswa di sekolah SMP Maarif Gempol. Penelitian ini menggunakan rancangan pre-eksperimen berupa *pre-test and post-test one group design*. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah self report, observasi, dan wawancara untuk mengetahui tingkat perilaku kebiasaan merokok siswa SMP Maarif Gempol. Subyek dalam penelitian ini adalah 6 siswa SMP Maarif Gempol, yang teridentifikasi memiliki skor perilaku kebiasaan merokok yang tinggi.

Teknik analisis data yang digunakan yaitu non parametrik dengan analisis statistik uji tanda. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh  $p = 0,004$  dengan taraf kesalahan  $\alpha = 5\%$  atau  $0,05$  maka  $p < \alpha$ . Dari analisis tersebut dapat dilihat adanya penurunan skor setelah diberi perlakuan. Hasil uji statistik ada perbedaan skor pre-test dan post-test setelah dikonsultasikan dengan tabel terdapat mean 21.41667, dan SD 13.0781 dan terdapat skor rendah 9 kebawah sedang 9-34, dan tinggi 34 keatas. Dengan demikian  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Jadi hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yang berbunyi “Penerapan konseling kelompok behavior dapat mengurangi perilaku kebiasaan merokok pada siswa di SMP Maarif Gempol”, dapat diterima. Dengan demikian ada perbedaan tingkat perilaku kebiasaan merokok siswa antara sebelum dan setelah konseling kelompok behavior pada siswa di SMP Maarif Gempol.

**Kata kunci : Konseling kelompok, Behavior, Perilaku Kebiasaan Merokok**

**Abstract**

Smoking may be referred to as a "habit". Smoking is the plants consume tobacco dependence. Dependence on tobacco can be interpreted as a dependence in the habit of consuming tobacco is continuously in everyday life of the individual, as one needs. Smoking can cause some disturbance. In the short term, smoking can cause a yellowish tint to the teeth, nails and fingers, mouth and also sweat smells, so psychologically reduce confidence, reducing relationships with others and be quiet. Long-term consequences is the emergence of various types of chronic disease problems. This study aims to examine the application of group counseling to reduce risky behavior smoking in junior high school students in Maarif Gempol. This study uses a pre-experimental design in the form of pre-test and post-test one group design. Data collection methods used were self-report, observation, and interviews to determine the level of junior high school students smoking behavior Ma'arif Gempol. Subjects in this study were 6 Maarif

Gempol junior high school students, who are identified to have the habit of smoking behavior score that high.

Data analysis technique used is non parametric statistical analysis of test pins. Based on the analysis of data obtained  $p = 0.004$  with a standard error of 5% or  $\alpha = 0.05$ ,  $p < \alpha$ . From this analysis it can be seen a decrease score after being treated. Statistical test results is no difference in scores of pre-test and post-test after consultation with the table is a mean of 21.41667 and 13.0781 SD and 9 are low score being 9-34 down, and the high 34 and above. Thus  $H_0$  rejected and  $H_a$  accepted. So the hypothesis proposed in this study, which reads "The application of behavioral group counseling can reduce the behavior of smoking habits in students of SMP Maarif Gempol", is acceptable. Thus there are different levels of students smoking behavior between before and after the implementation of group counseling behavior to reduce smoking habits in school student smp ma'arif gempol.

**Keywords: group counseling, Behavior, Behaviour Smoking Habit**

## PENDAHULUAN

Merokok dapat disebut sebagai suatu "kebiasaan". Merokok adalah ketergantungan mengkonsumsi tanaman tembakau disebut "**Tobacco Dependence**" (Menurut Ogawa dalam Triyanti, 2006). Ketergantungan terhadap tembakau dapat diartikan sebagai suatu ketergantungan kebiasaan dalam mengkonsumsi tembakau secara terus menerus dalam keseharian individu tersebut, sebagai salah satu kebutuhannya.

Menurut Poerwadarminta (dikutip dalam Nasution, 2007:5) mendefinisikan bahwa, "Merokok sebagai menghisap rokok, sedangkan rokok sendiri adalah gulungan tembakau yang berbalut daun nipah atau kertas". Secara lebih spesifik, Kurt Lewin (dalam Komalasari & Helmi, 2000) berpendapat bahwa perilaku merokok merupakan fungsi dari lingkungan dan individu. Artinya, perilaku merokok selain disebabkan faktor-faktor dari dalam diri juga disebabkan oleh faktor lingkungan. Berbagai penelitian di beberapa negara telah dilakukan untuk mengetahui faktor apa saja yang berperan terhadap perilaku merokok pada remaja. Beberapa penelitian yang dilakukan terhadap para remaja menghubungkan perilaku merokok ini dengan etnis (Scragg dkk, 2002), usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan orang tua, perilaku merokok orang tua, jumlah uang saku (Rachiotis dkk, 2008; Pavola dkk, 2004), perilaku merokok teman (Siziya dkk, 2007), dan intensitas melihat iklan rokok (Siziya dkk, 2008 : López dkk, 2004).

Komalasari & Helmi, (2000). Sementara Leventhal & Cleary (1980) menyatakan bahwa perilaku merokok terbentuk melalui empat tahap yaitu: tahap *preparation*, *initiation*, *becoming a smoker*, dan *maintenance of smoking*.

Wismanto dan Sarwo (2007:2) menyatakan bahwa kebiasaan merokok dapat menyebabkan beberapa gangguan. Dalam jangka pendek, merokok dapat menyebabkan warna kekuningan pada gigi, kuku dan jari tangan, mulut dan keringat pun berbau tidak sedap, sehingga secara psikologis mengurangi rasa percaya diri, mengurangi hubungan dengan orang lain dan menjadi tidak tenang. Akibat jangka panjang adalah timbulnya berbagai macam masalah penyakit kronis.

Berdasarkan data yang diperoleh dari buku catatan pelanggaran siswa selama diadakannya observasi di SMP Ma'arif Gempol, diketahui bahwa terdapat cukup banyak kasus siswa yang merokok, diantaranya adalah siswa SMP. Selain itu, berdasarkan hasil wawancara pada tanggal kepada guru BK di SMP Maarif Gempol, Benjeng menyatakan bahwa banyak siswa yang merokok. Biasanya siswa merokok di dalam kamar mandi, parkir kendaraan maupun tempat sepi lainnya yang ada di sekolah. Latar belakang siswa merokok dikarenakan banyak hal yang mendasari baik dikarenakan masalah eksternal maupun internal.

Penanganan masalah ini sebenarnya sudah dilakukan oleh konselor yang tentunya bekerja sama dengan wali kelas dan kesiswaan yakni dengan cara memberi nasihat, memberikan point pelanggaran. Guru BK pun juga sudah melakukan bimbingan akan tetapi hasilnya belum maksimal. Dengan adanya hal tersebut sangatlah diperlukan bantuan untuk mengatasi dan menangani dengan segera permasalahan perilaku kebiasaan merokok siswa di sekolah. Menurut Winkel (2006:590) upaya – upaya bantuan yang dapat dilakukan yaitu dengan memanfaatkan layanan Bimbingan dan Konseling. Salah satu bantuan yang dapat diberikan adalah konseling kelompok.

Konseling kelompok itu sendiri adalah suatu proses antara pribadi yang dinamis, yang terpusat pada pemikiran dan perilaku yang disadari. Nursalim

(2007:58) menjelaskan tentang wawasan teoritik amatlah penting dalam konseling kelompok, dikarenakan para praktisi konseling kelompok diharapkan dapat memperoleh wawasan yang mendalam dan utuh tentang suatu teori yang dijadikan rujukan penyelenggaraan konseling kelompok. Salah satu orientasi bantuan yang dapat diberikan ialah konseling kelompok dengan pendekatan behavioral. Pendekatan behavioral merupakan pendekatan perubahan tingkah laku sebagai akibat dari adanya interaksi antara stimulus dan respon. Seseorang dianggap telah belajar sesuatu apabila ia mampu menunjukkan perubahan tingkah laku.

Menurut Wilis (2009:70) tujuan konseling behaviour adalah untuk memperoleh perilaku baru, mengeliminasi perilaku yang maladaptif dan memperkuat serta mempertahankan perilaku yang diinginkan.

Hal ini diperkuat juga dalam Corey (2009:197) terapi tingkah laku diarahkan pada tujuan-tujuan memperoleh tingkah laku baru, penghapusan tingkah laku yang maladaptive, serta memperkuat dan mempertahankan tingkah laku yang diinginkan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa perilaku kebiasaan merokok siswa merupakan perilaku maladaptive yang harus dihilangkan.

Berdasarkan fenomena di atas, sesuai dengan prinsip konseling behavior bahwa akan dilakukan penghapusan perilaku maladaptive dan menggantikannya dengan perilaku baru atau yang diinginkan, disini peneliti akan berusaha membantu siswa untuk menyadarkan perilakunya yang salah itu. Selanjutnya siswa akan diajak untuk membuat perencanaan dan penilaian perilaku baru yang sudah benar dan sesuai dengan perilaku yang diinginkan.

## **KAJIAN PUSTAKA**

### **A. Kebiasaan Merokok**

#### **1. Definisi Kebiasaan Merokok**

“Habit atau kebiasaan” adalah dorongan untuk melakukan sesuatu pekerjaan karena pengaruh dari lingkungan, mula – mulanya dari coba – coba, dilanjutkan dengan agak sering sampai pada akhirnya menjadi suatu yang disebut dengan “Kebiasaan” (Willis, 2005 : 53). Berbagai macam bentuk perilaku yang dilakukan manusia dalam menanggapi stimulus yang diterimanya, salah satu bentuk perilaku manusia yang dapat diamati adalah perilaku merokok. Merokok telah banyak dilakukan pada zaman Tiongkok kuno dan Romawi. Pada saat itu orang sudah menggunakan suatu ramuan yang mengeluarkan asap dan menimbulkan kenikmatan dengan cara dihisap melalui hidung dan mulut (Danasantoso dikutip dalam Nasution, 2007).

Menurut kamus besar Bahasa Indonesia (1994:854), merokok adalah aktifitas menghisap gulungan tembakau yang dibungkus oleh (kertas, daun nipah, dan sebagainya). Sehingga merokok adalah suatu kegiatan mengkonsumsi batang rokok yang telah dibakar dengan cara di hisap.

Berdasarkan dari beberapa pendapat diatas, maka dapat disimpulkan bahwa merokok adalah suatu aktifitas untuk mengkonsumsi batang rokok yang dibakar, dan dilakukan secara berulang – ulang. Biasanya Antara 2-5 batang rokok perhari. Maka dari itu secara otomatis aktifitas merokok dilakukan tanpa memikirkan lagi, dan merokok juga dapat merugikan kesehatannya sendiri maupun kesehatan orang lain disekitarnya.

#### **2. Tahapan Menjadi Perokok**

Terdapat beberapa tahapan merokok yang dikemukakan oleh para ahli, diantaranya adalah Laventhal dan Clearly (dalam Aulia 2010 : 63) menurutnya ada empat tahapan atau Proses dalam perilaku merokok, yakni :

- 1) Tahap Preparatory
- 2) Tahap Initiation
- 3) Tahap Becoming A Smoker
- 4) Tahap Maintaining Of Smoking

#### **3. Faktor Penyebab Kebiasaan Merokok**

Menurut Abidin (2009) ada beberapa factor penyebab dari kebiasaan merokok, antarlain:

- a) Faktor Sosial
- b) Kebutuhan Untuk Menghisap dan Mengunyah
- c) Respon Mengulang Otomatis
- d) Penggunaan Nikotin Sebagai Obat
- e) Faktor Genetik
- f) Kecanduan Pada Sel Syaraf

#### **4. Kandungan Dalam Rokok**

Rokok mengandung kurang lebih 4000 lebih elemen-elemen dan setidaknya 200 diantaranya berbahaya bagi kesehatan. Racun utama pada rokok adalah tar, nikotin, dan karbon monoksida. Selain itu, dalam sebatang rokok juga mengandung bahan-bahan kimia lain yang tak kalah beracunnya.

#### **5. Dampak Kebiasaan Merokok**

Penyakit kardiovaskular merupakan sebuah penyakit yang menyebabkan kelainan pada jantung dan pembuluh darah manusia. Perlu diketahui penyakit jantung adalah penyebab utama kematian akibat merokok. Merokok dapat mempercepat proses pengerasan dan penyempitan di arteri dan menyebabkan pembekuan darah potensinya 2 sampai 4 kali lipat dari

non perokok. Penyakit Kardiovaskular dapat terjadi dari berbagai jenis tergantung dari arteri yang terkena sumbatan.

### B. Penerapan Konseling Kelompok Behavioral Teknik Operant Learning

Alasan menggunakan konseling kelompok untuk mengurangi tingkat kebiasaan merokok pada siswa yaitu karena fungsi dari konseling kelompok itu sendiri adalah kuratif atau penyembuhan sehingga diharapkan siswa yang memiliki tingkat kebiasaan merokok yang tinggi mampu berubah dan termotivasi untuk lebih merubah perilaku kebiasaan merokoknya.

Intervensi melalui konseling kelompok, dapat dilaksanakan dengan berbagai jenis pendekatan, salah satunya ialah pendekatan Behavior. Peneliti memilih konseling behavior karena sesuai tujuan umum terapi tingkah laku yakni menciptakan kondisi-kondisi baru bagi proses belajar, dasar alasannya ialah bahwa segenap tingkah laku adalah dipelajari (learned), termasuk tingkah laku yang maladaptive. Jika tingkah laku neurotic learned, maka ia bisa Unlearned (dihapuskan dari ingatan), dan tingkah laku yang lebih efektif dapat diperoleh (Corey, 2009:199). Konseling perilaku merupakan penerapan aneka ragam teknik dan prosedur yang berakar pada berbagai teori tentang belajar dengan menyertakan penerapan yang sistematis prinsip-prinsip belajar pada perubahan tingkah laku kearah cara-cara yang lebih adaptif. Berlandaskan teori belajar, modifikasi tingkah laku dan terapi tingkah laku adalah pendekatan-pendekatan terhadap konseling dan psikoterapi yang berurusan dengan perubahan tingkah laku (Corey, 2009:193).

Pendekatan behavior yang digunakan dalam penelitian ini adalah pengondisian operan. Menurut Skinner (1971) dalam Corey (2009: 219), Jika suatu tingkah laku diganjar, maka probabilitas kemunculan tingkah laku tersebut di masa mendatang akan semakin tinggi. Ganjaran dapat diberikan dalam bentuk dorongan dan penerimaan sebagai persetujuan, pembenaran, dan perhatian konselor terhadap perilaku yang dilakukan klien.

Menurut Bethan dalam Schafer(2003:21), dalam diri manusia ada dua tenaga pendorong yakni kesenangan dan kesakitan, manusia cenderung untuk mengulangi tingkah laku yang cenderung membawa kesenangan dan hadiah, serta menghindari tingkah laku atau perbuatan yang membawa ketidaksenangan, salah satu prinsip belajar yang paling jelas ialah bahwa jika ingin mengembangkan suatu jenis tingkah laku yang positif dalam diri seseorang, maka berilah sesuatu yang menyenangkan sesuatu perbuatan yang dikendaki muncul atau dilaksanakan.(Bethan dalam Schafer,2003:21),

Mengacu pada latar belakang diatas dan mengingat betapa pentingnya suatu perilaku kebiasaan untuk tidak merokok lagi bagi siswa, maka timbul keinginan peneliti untuk memecahkan permasalahan merokok pada siswa dengan menggunakan layanan konseling kelompok behavior untuk mengurangi perilaku merokok pada siswa di sekolah.

### METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen, karena di dalamnya ada suatu perlakuan ( treatment) yang diterapkan oleh peneliti.. Dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalkan.

Subyek penelitian ini adalah siswa kelas IX SMP Ma'arif Gempol. Metode Pengumpulan data yang digunakan adalah Instrumen Self- Report dan Observasi. Dan Teknik analisis data yang digunakan adalah Uji Tanda.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### a. Analisis Data Hasil Pre- Test Tabel

No	Subjek	Nilai	Kategori
1	Malang	49	Tinggi
2	Tuban	46	Tinggi
3	Jember	40	Tinggi
4	Ponorogo	39	Tinggi
5	Blitar	38	Tinggi
6	Probolinggo	44	Tinggi

Keterangan : Berdasarkan tabel di atas, maka diketahui 6 orang siswa yang memiliki skor kecenderungan perilaku merokok tinggi yang akan dijadikan subyek penelitian (konseli) dan ditetapkan sebagai kondisi awal. Keenam subyek penelitian tersebut selanjutnya diberikan perlakuan berupa konseling behavioral. Keenam siswa yang memiliki skor kecenderungan berperilaku merokok tinggi adalah MLG,TBN,JBR,PNRG,BLTR,PRBLGO.

#### b. Analisis Data Hasil Post- Test Tabel

No.	Nama Subyek	Skor	Kategori
1	Malang	15	Sedang
2	Tuban	16	Sedang

3	Jember	14	Sedang
4	Ponorogo	15	Sedang
5	Blitar	12	Sedang
6	Probolinggo	11	Sedang

c. Tabel Analisis Pre-Test dan Post-Test

No.	Subyek	Post-test ( $X_A$ )	Pre-test ( $X_B$ )	Arah Perbedaan	Tanda
1	MLG	15	49	$X_A < X_B$	(-)
2	TBN	16	46	$X_A < X_B$	(-)
3	JBR	14	40	$X_A < X_B$	(-)
4	PNROGO	15	39	$X_A < X_B$	(-)
5	BLTR	12	38	$X_A < X_B$	(-)
6	PRBLGGO	11	44	$X_A < X_B$	(-)

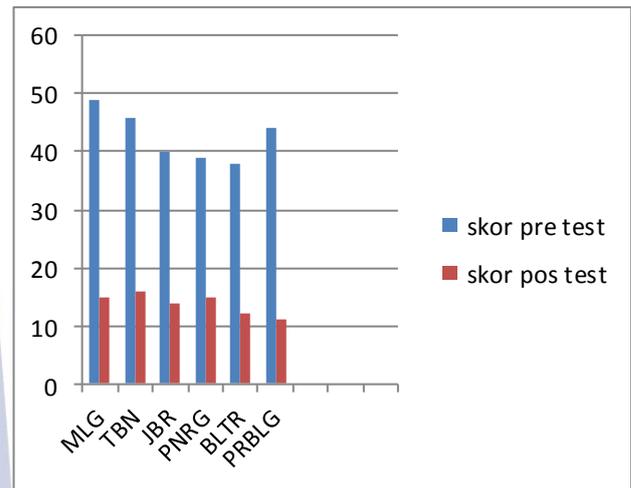
Berdasarkan data di atas, diketahui bahwa yang menunjukkan tanda negatif (-) berjumlah 6 orang yang bertindak sebagai N (layaknya pasangan yang menunjukkan perbedaan) dan x (banyaknya tanda yang lebih sedikit) berjumlah 0.

Dengan melihat tabel tes binomial dengan ketentuan  $N=6$  dan  $x=0$ , maka diperoleh  $p$  (kemungkinan harga dibawah  $H_0$ ) = 0,004. Bila dalam ketetapan  $\alpha$  (taraf kesalahan) sebesar 5% adalah 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa harga  $0,004 < 0,05$ , maka  $p < \alpha$ , dengan demikian  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Oleh sebab itu dapat dikatakan bahwa penerapan konseling kelompok behavior dengan teknik operant learning dapat digunakan untuk mengurangi perilaku kebiasaan merokok pada siswa kelas IX di SMP Ma'arif Gempol.

Berdasarkan analisis di atas, maka dapat dikatakan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yang berbunyi "Penerapan konseling kelompok behavior teknik operant learning dapat mengurangi perilaku kebiasaan merokok pada siswa kelas IX di SMP Ma'arif Gempol", dapat diterima. Dengan demikian konseling kelompok behavior teknik operant learning dapat mengurangi perilaku kebiasaan merokok pada siswa di SMP Ma'arif Gempol.

Untuk memperjelas hasil *Pre-test* dan *Post-test* pada masing-masing subyek penelitian dapat digambarkan melalui bentuk grafik dibawah ini:

Grafik Hasil Analisis Pre-test dan Post-test



Berdasarkan hasil perhitungan dari self report *pre-test*, dapat diketahui bahwa ada 6 siswa dari kelas IX SMP Ma'arif Gempol yang termasuk dalam kategori tingkat perilaku kebiasaan merokok yang tinggi. Selanjutnya, ke 6 siswa tersebut diberikan perlakuan konseling kelompok behavior tehnik operant learning dengan hasil yaitu mengurangi perilaku kebiasaan merokok yang diukur kembali dengan menggunakan self report *post-test*. Dari hasil *post-test* tersebut, diketahui ada perbedaan dari 6 siswa tersebut setelah memperoleh perlakuan konseling kelompok behavior tehnik operant learning. Seperti yang ditampilkan pada tabel berikut :

Tabel Penurunan Skor Hasil Pre-test dan Post-test

No.	Nama Subjek	Pre-test (skor awal)	Post-test (skor akhir)	Jumlah penurunan skor
1	MLG	49	15	34
2	TBN	46	16	30
3	JBR	40	14	26
4	PNRGO	39	15	24

5	BLTR	38	12	26
6	PRBLGO	44	11	33

Pada tabel diatas, dapat dilihat adanya perbedaan skor awal (*pre-test*) dengan skor akhir (*post-test*). Pada skor awal (*pre-test*), ke 6 siswa termasuk dalam kategori perilaku kebiasaan merokok yang tinggi. Sedangkan pada skor akhir (*post-test*), ke 6 siswa mengalami penurunan skor menjadi termasuk dalam kategori sedang. Hal ini dapat dilihat dari hasil tes binominal, diketahui bahwa yang menunjukkan tanda negatif (-) berjumlah 6 orang yang bertindak sebagai N (layaknya pasangan yang menunjukkan perbedaan) dan x (banyaknya tanda yang lebih sedikit) berjumlah 0. Dengan melihat tabel tes binomial dengan ketentuan  $N=6$  dan  $x=0$ , maka diperoleh  $\rho$  (kemungkinan harga dibawah  $H_0$ ) = 0,004. Bila dalam ketetapan  $\alpha$  ( taraf kesalahan ) sebesar 5% adalah 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa harga  $0,004 < 0,05$ , maka  $\rho < \alpha$ , dengan demikian  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Oleh sebab itu dapat dikatakan bahwa penerapan konseling kelompok behavior dengan teknik operant learning dapat digunakan untuk mengurangi perilaku kebiasaan merokok pada siswa. Berdasarkan analisis di atas, maka dapat dikatakan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yang berbunyi "Penerapan konseling kelompok behavior teknik operant learning dapat mengurangi perilaku kebiasaan merokok pada siswa kelas IX di SMP Ma'arif Gempol", dapat diterima.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok behavior tehnik operant learning dapat dijadikan sebagai alternatif bantuan bagi siswa yang memiliki perilaku kebiasaan merokok pada siswa. meskipun terdapat beberapa hambatan dan kendala, namun penelitian ini secara umum dapat berjalan lancar karena adanya bimbingan dari dosen pembimbing skripsi. Bimbingan skripsi yang diberikan oleh dosen pembimbing memudahkan peneliti dalam menyusun instrument. Selain itu, adanya kemudahan yang diberikan oleh pihak sekolah SMP Ma'arif Gempol, Benjeng, Gresik seperti disediakannya waktu dan tempat untuk proses konseling.

## PENUTUP

### Simpulan

Berdasarkan data di atas, diketahui bahwa yang menunjukkan tanda negatif (-) dan tanda positif =0 berjumlah 6 orang yang bertindak sebagai N (layaknya pasangan yang menunjukkan perbedaan) dan x (banyaknya tanda yang lebih sedikit) berjumlah 0. Dengan melihat tabel tes binomial dengan ketentuan  $N=6$  dan  $x=$

0, maka diperoleh  $\rho$  (kemungkinan harga dibawah  $H_0$ ) = 0,004. Bila dalam ketetapan  $\alpha$  ( taraf kesalahan ) sebesar 5% adalah 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa harga  $0,004 < 0,05$ , maka  $\rho < \alpha$ , dengan demikian  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Oleh sebab itu dapat dikatakan bahwa penerapan konseling kelompok behavior dengan teknik operant learning dapat digunakan untuk mengurangi perilaku kebiasaan merokok pada siswa kelas IX di SMP Ma'arif Gempol. terdapat 6 subjek dalam penelitian ini yaitu MLG, TBN, JBR, PNROGO, BLTR, PRBLGGO. Dari hasil analisis perindividu berdasarkan hasil pre-test dan post-test diketahui bahwa semua subyek penelitian mengalami penurunan perilaku kebiasaan merokok. Untuk subjek MLG mengalami penurunan skor dari 49 menjadi 15, subyek TBN mengalami penurunan skor dari 46 menjadi 16, subyek JBR mengalami penurunan skor dari 40 menjadi 14, subyek PNROGO mengalami penurunan skor dari 39 menjadi 15, subyek BLTR mengalami penurunan skor dari 38 menjadi 12, subyek PRBLGGO mengalami penurunan skor dari 44 menjadi 11.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa penerapan konseling kelompok behavior dapat mengurangi perilaku kebiasaan merokok di SMP Ma'arif Gempol. Hal tersebut dapat diketahui dengan adanya penurunan skor perilaku kebiasaan merokok antara sebelum dan sesudah penerapan konseling kelompok behavior. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang berbunyi "penerapan konseling kelompok behavior teknik operant learning dapat mengurangi perilaku kebiasaan merokok" telah terbukti.

### Saran

Sehubungan dengan hasil penelitian dimana Konseling Kelompok Behavior dapat menurunkan perilaku kebiasaan merokok pada siswa diharapkan agar konselor sekolah dapat mengembangkan penelitian lanjutan teknik Pengondisian Operan dalam konseling kelompok sehingga dapat membantu siswa dalam mengurangi perilaku kebiasaan merokok pada siswa yang memiliki kecenderungan berperilaku merokok. Secara khusus dan lebih terperinci berdasarkan penelitian tersebut, saran – saran yang dapat peneliti berikan pada berbagai pihak untuk dipertimbangkan diantaranya :

1. Bagi Peneliti Lanjutan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan untuk melakukan penelitian yang lebih luas dan komprehensif mengenai penerapan konseling kelompok behavioral untuk menurunkan kecenderungan perilaku merokok pada siswa. Diharapkan nantinya peneliti selanjutnya dapat mngembangkan instrument pengukur perilaku merokok dengan pengembangan indicator dan

descriptor self report. Penelitian ini masih terbatas dengan hanya mengukur perilaku menggunakan self report.

## 2. Bagi Konselor Sekolah

Hasil dari penelitian ini dimana konseling kelompok behavioral mampu menurunkan kecenderungan perilaku merokok pada siswa dapat dijadikan sebagai sumber masukan pada pihak konselor di sekolah yang nantinya dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan perlakuan melalui proses konseling untuk menurunkan perilaku merokok pada siswa. Selain itu dapat digunakan sebagai bahan layanan informasi bagi konselor.

## 3. Bagi Orang Tua

Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan pedoman orang tua dalam memberikan gambaran perilaku pada sang anak. Karena menurut konsep Behavior terutama dari Skinner Setiap perilaku yang terbentuk pada diri seorang anak akan dapat dipertahankan maupun dihapuskan tergantung pada pola asuh yang diberikan oleh lingkungannya. Keluarga adalah lingkungan utama pembentuk perilaku anak, Sehingga anak akan dapat membentuk Goal Adjustment.

## DAFTAR PUSTAKA

Ali , Lukman dan Tim . 1994 . *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Kedua* . Jakarta : Balai Pustaka .

Komalasari, D & Helmi, A.F. 2000. Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Merokok Pada Remaja. *Jurnal Psikologi UGM* . No. 2 .

Komalasari, Dian & Helmi, Avin Fadilla. 2000. Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Merokok Pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 28: 37-47.

Nursalim, Muhammad dan Retno Tri Hariastuti. 2007. *Konseling Kelompok* . Surabaya : Unesa Press

