

**PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK
SOSIODRAMA TERHADAP PENINGKATAN
PEMAHAMAN DAMPAK NEGATIF
PERILAKU MEROKOK**

(Penelitian di kelas XI MA Negeri 1 Kota Magelang)

SKRIPSI



Oleh :

Putri Amalia
14.0301.0008

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG
2019**

**PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK
SOSIODRAMA TERHADAP PENINGKATAN
PEMAHAMAN DAMPAK NEGATIF
PERILAKU MEROKOK
(Penelitian di Kelas XI MA Negeri 1 Kota Magelang)**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat dalam Menyelesaikan Studi pada
Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Magelang



Oleh :
Putri Amalia
14.0301.0008

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG
2019**

PERSETUJUAN

**PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK
SOSIODRAMA TERHADAP PENINGKATAN
PEMAHAMAN DAMPAK NEGATIF
PERILAKU MEROKOK**

Diterima dan Disetujui oleh Dosen Pembimbing Skripsi
Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Magelang



Magelang, 16 Januari 2019
Dosen Pembimbing II

Dosen Pembimbing I

Dr. Purwati, MS.,Kons.
NIK. 19600802 198503 2 003

Dra. Indiah, M.Pd.
NIK. 19600328 198811 2 001

PENGESAHAN

PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SOSIODRAMA TERHADAP PENINGKATAN PEMAHAMAN DAMPAK NEGATIF PERILAKU MEROKOK

Oleh:
Putri Amalia
14.0301.0008

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi dalam rangka menyelesaikan studi pada Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Magelang

Diterima dan disahkan oleh Penguji
Hari :
Tanggal :

Jumat
: 25 Januari 2019

Tim Penguji Skripsi :

1. Dr. Purwati, MS., Kons. (Ketua / Anggota)
2. Dra. Indiaty, M.Pd. (Sekretaris / Anggota)
3. Drs. Subiyanto, M.Pd. (Anggota)
4. Drs. Arie Supriyatno, M.Si. (Anggota)



Mengesahkan,
Dekan FKIP

Drs. Tawil, M.Pd., Kons.
NIK. 19570108 198103 1 003

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertandatangan di bawah,

Nama : Putri Amalia
N.P.M : 14.0301.0008
Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul Skripsi : Pengaruh Bimbingan Kelompok Dengan Teknik
Sosiodrama Terhadap Peningkatan Pemahaman Dampak
Negatif Perilaku Merokok

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat merupakan hasil karya sendiri. Apabila ternyata dikemudian hari diketahui adanya plagiasi atau penjiplakan terhadap karya orang lain, saya bersedia mempertanggungjawabkan sesuai dengan aturan yang berlaku dan bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan dan tata tertib di Universitas Muhammadiyah Magelang.

Pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tidak ada paksaan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Magelang, 30 Januari 2019
Yang membuat pernyataan



Putri Amalia
14.0301.0008

HALAMAN MOTO

“Sesungguhnya Allah tiada akan merubah suatu nasib suatu bangsa, sehingga mereka sendiri lebih dahulu berikhtiar untuk mengubah nasib mereka”.

(QS.Ar Ra’d: 11)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan kepada :

1. Kedua orangtua tercinta “Bapak Sulaiman dan Ibu Edy Murwani”
2. Almamaterku Prodi BK FKIP Universitas Muhammadiyah Magelang.

**PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK
SOSIODRAMA TERHADAP PENINGKATAN
PEMAHAMAN DAMPAK NEGATIF
PERILAKU MEROKOK**

(Penelitian pada Siswa Kelas XI IPS 4 MA Negeri 1 Kota Magelang)

Putri Amalia

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama terhadap peningkatan pemahaman dampak negatif perilaku merokok. Penelitian ini dilakukan pada siswa kelas XI IPS 4 MA Negeri 1 Kota Magelang T.A 2018/2019.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimen yaitu eksperimen murni (*true eksperimental*), desain penelitian yang digunakan adalah *pretest posttest control group design* pendekatan kuantitatif. Sampel yang diambil sebanyak 8 siswa sebagai kelompok eksperimen yang diberi perlakuan teknik sosiodrama dan 8 siswa yang tidak diberi perlakuan teknik sosiodrama. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive random sampling*. Pengumpulan data menggunakan metode kuesioner. Teknik analisis data menggunakan *statistic non parametric* yaitu uji *Mann Whitney* yang terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat yaitu uji normalitas dan uji homogenitas dengan bantuan program *SPSS for windows versi 22.00*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama berpengaruh terhadap peningkatan pemahaman dampak negatif perilaku merokok siswa. Hal ini dibuktikan dari hasil analisis uji *Mann Whitney* pada kelompok eksperimen dengan probabilitas nilai $\text{sig } 0,024 < 0,05$. Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan, terdapat perbedaan skor rata-rata angket perilaku merokok antara kelompok eksperimen 51,125 dan kelompok kontrol sebesar 37,37. Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama dapat meningkatkan pemahaman dampak negatif perilaku merokok siswa.

Kata Kunci : Bimbingan Kelompok, Teknik Sosiodrama, Dampak Negatif Perilaku Merokok.

THE EFFECT OF GROUP COUNTRIES WITH TECHNIQUES SOSIODRAMA ON ENHANCEMENT OF UNDERSTANDING NEGATIVE IMPACT OF SMOKING BEHAVIOR

(Research on Student Class XI IPS 4 MA Public 1 City of Magelang)

Putri Amalia

ABSTRACT

Research this aiming for test influence guidance group with technique sociodrama to enhancement understanding impact negative behavior smoking. Research this do on students class XI IPS 4 Public MA 1 City of Magelang FY 2018/2019.

Research this use method research experiment that is experiment pure (*true experimental*), design The research is *the pretest posttest control group design* approach quantitative. Samples taken as many as 8 students as group experiment by treatment technique sociodrama and 8 students who don't given treatment technique sociodrama. Taking sample use technique *purposive random sampling*. Collecting data using method questionnaire. Technique data analysis using *non parametric statistics* ie test *Mann Whitney* what is more first do test precondition that is test normality and test homogeneity with help with the *SPSS for windows version 22.00 program*.

Results research this to show that guidance group with technique sociodrama take effect to enhancement understanding impact negative behavior smoke students. this proven from the results analysis test *Mann Whitney* on group experiment with probability sig value $0,024 < 0,05$. Based on the results analysis and discussion, there are difference the average score of the questionnaire behavior smoke between group experiment 51,125 and group control amounting to 37.37. Results research could concluded that guidance group with technique sociodrama could improve understanding impact negative behavior smoke students.

Keywords: *Guidance Group, Engineering Sociodrama, Impact Negative Behavior Smoking.*

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat serta Hidayah-Nya, sehingga karena-Nya pula skripsi dengan judul “Pengaruh Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sociodrama Untuk Meningkatkan Pemahaman Dampak Negatif Perilaku Merokok” dapat diselesaikan. Adapun tujuan penelitian skripsi ini yaitu untuk memenuhi tugas dan syarat guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan S-1 pada program studi Bimbingan dan Konseling Universitas Muhammadiyah Magelang. Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang tak terhingga kepada :

1. Ir. Eko Muh Widodo, MT selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Magelang.
2. Drs. Tawil, M.Pd.,Kons. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang.
3. Dewi Liana Sar, M.Pd. selaku ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Muhammadiyah Magelang yang telah memberikan petunjuk dan arahan untuk terselesaikannya penelitian ini.
4. Dr. Purwati, MS.,Kons. selaku Dosen Pembimbing I dan Dra. Indiaty, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing II, yang senantiasa dengan sabar memberikan bimbingan, arahan, motivasi dan saran sehingga bisa terselesaikannya skripsi ini.
5. Dosen Prodi Bimbingan dan Konseling beserta staff pengajaran yang telah memberikan bimbingan dan pelayanan akademik di Fakultas Keguruan Ilmu dan Pendidikan.
6. Kepala Sekolah Madrasah Aliyah Negeri 1 Kota Magelang yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian dilembaga tersebut dan Latif Ismail, S.Pd selaku guru Bimbingan Konseling di Madrasah serta Arif Rochman Widayat, S.Pd. selaku Wali Kelas XI IPS 4 atas dukungan dan bantuan selama jalannya penelitian.
7. Sahabat-sahabatku tercinta Dwik, Desi, Danang, Novi yang selalu penulis repotkan untuk meminta saran dan membantu mendokumentasikan

pelaksanaan penelitian yang penulis lakukan. Serta semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa dalam melakukan penelitian ini belum sempurna dan masih banyak kekurangannya, maka dari itu penulis mengharapkan kritik serta saran yang membangun untuk meningkatkan kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca pada umumnya dan pendidik pada khususnya.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENEGAS	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Pemahaman Dampak Negatif Perilaku Merokok	8
1. Pengertian Pemahaman Dampak Negatif Perilaku Merokok	8
B. Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Sociodrama	23
1. Pengertian Bimbingan Kelompok	23
2. Komponen Layanan Bimbingan Kelompok	24
3. Tujuan Bimbingan Kelompok	27

4. Fungsi Bimbingan Kelompok.....	27
5. Jenis-jenis Bimbingan Kelompok.....	28
6. Asas-asas Bimbingan Kelompok.....	29
7. Proses Layanan Bimbingan Kelompok	32
8. Pengertian Sociodrama	33
9. Tujuan Sociodrama	34
10. Langkah-langkah Sociodrama	35
11. Kelebihan Teknik Sociodrama	37
C. Pengaruh Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sociodrama Terhadap Peningkatan Pemahaman Dampak Negatif Perilaku Merokok	37
D. Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	39
E. Kerangka Pemikiran	42
F. Hipotesis Penelitian	42
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain (Rancangan) Penelitian	44
B. Identifikasi Variabel Penelitian	46
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	46
D. Subjek Penelitian	47
E. Metode Pengumpulan Data	48
F. Instrumen Penelitian	49
G. Validitas dan Reliabilitas	51
H. Prosedur Penelitian	53
I. Metode Analisis Data	55
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian.....	57
1. Pelaksanaan Penelitian	57
2. Analisis Deskriptif Variabel Penelitian	62
3. Pengujian Hipotesis	64
B. Pembahasan	67

BAB V	SIMPULAN DAN SARAN	
	A. Simpulan	72
	B. Saran	74
DAFTAR PUSTAKA		75
LAMPIRAN		77

DAFTAR TABEL

Tabel 1	<i>Pretest Posttest control group design</i>	45
Tabel 2	Kisi-Kisi Angket Dampak Negatif Perilaku Merokok	50
Tabel 3	Penilaian Skor Skala Dampak Negatif Perilaku Merokok	51
Tabel 4	Kategori Skor <i>Pre Test</i> Angket Dampak Negatif Perilaku Merokok	58
Tabel 5	Daftar Sampel Penelitian	58
Table 6	Hasil Skor <i>Post Test</i>	62
Tabel 7	Statistik Deskriptif Variabel Penelitian	63
Tabel 8	Hasil Uji Mann Whitney	65
Tabel 9	Peningkatan skala skor <i>pre test</i> dan <i>post test</i> Kelompok Eksperimen	65
Tabel 10	Peningkatan skala <i>pre test</i> dan <i>post test</i> kelompok Kontrol	66

DAFTAR GAMBAR

Gambal 1	Kerangka Berfikir.....	42
Gambar 2	Langkah Penyusunan Instrumen	49
Gambar 3	Rumus Kategori	57

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 :	Surat Ijin Penelitian	77
Lampiran 2 :	Surat Keterangan Pelaksanaan Penelitian	78
Lampiran 3 :	Buku Bimbingan	79
Lampiran 4 :	Angket Uji coba, Hasil Uji coba Angket	83
Lampiran 5 :	Validitas dan Reliabilitas	90
Lampiran 6 :	Angket Perilaku Merokok	94
Lampiran 7 :	Daftar Hadir Pre Test	97
Lampiran 8 :	Hasil Pre Test	99
Lampiran 9 :	Daftar Hadir Post Test	100
Lampiran 10 :	Hasil Post Test	102
Lampiran 11 :	Pedoman Pelaksanaan Bimbingan Kelompok	103
Lampiran 12 :	Hasil Validator Ahli Pedoman	212
Lampiran 13 :	Hasil Pelaksanaan Bimbingan Kelompok	220
Lampiran 14 :	Jadwal Pelaksanaan Penelitian	250
Lampiran 15 :	Daftar Hadir Pelaksanaan Bimbingan Kelompok	257
Lampiran 16 :	Daftar Hadir Kunjungan Pelaksanaan Bimbingan Kelompok	273
Lampiran 17 :	Hasil Uji Mann Whitney	276
Lampiran 18 :	Dokumentasi	277

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perilaku merokok merupakan hal yang biasa bagi kebanyakan masyarakat di Indonesia. Dikalangan remaja dan anak usia sekolah, kebiasaan mengkonsumsi produk tembakau itu bahkan telah sampai pada tingkat yang sangat memprihatinkan. Faktanya, kita semua mengetahui bahwa kebiasaan merokok adalah kebiasaan buruk dan mempengaruhi kesehatan manusia. Merokok tidak hanya membahayakan dirinya sendiri, melainkan juga mengancam kesehatan orang di sekitarnya. Apabila kebiasaan merokok tersebut berlangsung lama, maka akan sulit untuk berhenti atau mengurangi jumlah konsumsi rokok yang dihisap setiap harinya. Remaja yang sudah kecanduan merokok, mereka tidak dapat menahan keinginannya untuk tidak merokok karena mereka beranggapan bahwa dengan merokok dapat mengurangi kecemasan (stres). Perilaku merokok lebih tinggi ditemukan oleh orang yang mengalami stress daripada tidak.

Perilaku merokok remaja juga disebabkan oleh pengaruh teman sebayanya, mereka beranggapan bahwa perilaku merokok yang dilakukannya adalah hanya untuk kesenangan saja, supaya dianggap keren, maco, dewasa dan anak kekinian tanpa melihat efek yang akan mereka alami jika terus-terusan merokok.

Smet (dalam Komasari & Helmi, 2000) menyatakan bahwa usia pertama kali merokok pada umumnya berkisar antara 11 – 13 tahun dan pada umumnya individu pada usia tersebut merokok sebelum berusia 18 tahun. Yayasan Kanker Indonesia menemukan 27,1% dari 1961 responden pelajar pria SMA/SMK, sudah mulai atau bahkan terbiasa merokok, umumnya siswa kelas satu menghisap satu sampai empat batang perhari, sementara siswa kelas tiga mengkonsumsi rokok lebih dari sepuluh batang perhari. Tidak dapat dipungkiri, bahwa bukan hanya remaja laki-laki saja yang merokok, melainkan remaja putri pun juga melakukan perilaku merokok.

Remaja atau pelajar yang mulai merokok di usianya yang masih muda akan mengalami proses penuaan lebih cepat, kulit lebih kering sehingga penampilannya akan lebih tua dibanding usianya. Di sinilah peran orangtua harus lebih aktif untuk mengawasi anak-anaknya dalam setiap pergaulan. Jika tidak, sudah pasti pergaulan yang tidak jelas akan mengakibatkan anak melakukan atau mencoba-coba dengan hal-hal yang berunsur negatif lainnya.

Berbagai permasalahan yang timbul akibat bahaya merokok yaitu anak sekolah yang merokok cenderung akan mengalami penurunan dalam nilai olahraganya cepat lelah karena tidak bisa berjalan jauh atau berlari cepat seperti sebelum merokok, perkembangan paru-paru terganggu, dampak ekonomi yang dirasakan oleh remaja bisa bertahap dari waktu ke waktu. Mungkin pada awalnya ia hanya menginginkan satu batang rokok setiap hari, namun porsinya tentu akan terus bertambah, dari satu batang rokok bisa menjadi satu bungkus rokok setiap hari apabila mereka telah merasa

kecanduan dan tidak bisa meninggalkan rokok tersebut, mereka akan melakukan hal-hal yang tidak kita inginkan yaitu bisa mencuri uang kita untuk membeli rokok.

(Penelitian et al., 1994) Hampir sebagian remaja memahami akibat-akibat yang berbahaya dari asap rokok tetapi mengapa mereka tidak mencoba atau menghindari perilaku tersebut? Ada banyak alasan yang melatarbelakangi perilaku merokok pada remaja, yang pertama faktor dari lingkungan, teman sebaya dan iklan. Selain itu remaja mulai merokok disebabkan karena adanya krisis aspek psikososial yang dialami pada masa perkembangannya yaitu masa ketika mereka sedang mencari jati dirinya.

Dari pernyataan yang di atas, dapat disimpulkan bahwa ada berbagai hal yang melatarbelakangi perilaku merokok dikalangan siswa.

Sekolah sebagai lembaga pendidikan formal menjadi tempat untuk membentuk siswa memiliki gaya hidup sehat dengan tidak merokok. Sekolah telah melakukan beberapa cara untuk mencegah siswa merokok yaitu dengan memasang pamflet yang berisi gambar peringatan dampak negatif perilaku merokok ditempat yang selalu dilewati oleh siswa, memasang tulisan “area bebas rokok” dan “dilarang merokok”, menerapkan tata tertib pelarangan merokok dan sanksi jika melanggar.

Berdasarkan fakta yang terjadi di MA Negeri 1 Kota Magelang bahwa siswa masih rendah pengetahuan dan pemahaman mengenai dampak negatif perilaku merokok. Terbukti masih banyak siswa yang diam-diam melakukan perilaku merokok di sekolah terutama di kamar mandi. Faktor

lingkunganlah terutama yang melatarbelakangi siswa melakukan perilaku merokok. Ada 10% siswa yang merokok di lingkungan di sekolah, terutama di kamar mandi. Siswa tersebut adalah kelas XI .

Sudah banyak peringatan dan sosialisasi tentang bahaya merokok terhadap kesehatan tubuh, bahkan di kemasan rokok tertulis peringatan tentang bahaya merokok. Namun, tetap saja masih banyak masyarakat yang mengonsumsi rokok terutama remaja. Apakah mereka tidak mengetahui dampak negatif dari merokok atau tidak peduli dengan dampak negatif merokok, namun yang jelas masih banyak remaja dan masyarakat yang merokok dan tidak memperdulikan kesehatannya apalagi kesehatan orang sekelilingnya. Asap rokok dari sebatang rokok mengandung lebih dari 4000 zat – zat kimia beracun. Zat kimia di dalam rokok diantaranya adalah nikotin, gas karbonmonoksida, nitrogen oksida, hidrogen sianida, amoniak, akrolein, asetilen, benzaldehid, urethan, benzen, methanol, kumarin, 4-etilkatekol, ortokresol dan perylene.

Salah satu strategi layanan untuk memberikan pemahaman kepada siswa tentang dampak negatif perilaku merokok yaitu dengan layanan bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok lebih bermanfaat karena dapat membahasa topik yang dianggap penting dalam suatu kelompok, sehingga memberikan pemahaman, pengetahuan dan wawasan yang baru bagi siswa. Melalui bimbingan kelompok, siswa dapat saling berbagi pengalaman atau cerita terkait topik yang dibahas di kelompok itu. Maka dari itu, bimbingan

kelompok diharapkan dapat memberikan pemahaman tentang dampak negatif perilaku merokok kepada siswa MA Negeri 1 Kota Magelang.

Teknik yang digunakan dalam penelitian adalah dengan menggunakan teknik sosiodrama yang nantinya akan dipadukan dengan layanan bimbingan kelompok. Teknik sosiodrama ini nantinya yang digunakan untuk memecahkan masalah yang terjadi melalui drama dengan cara bermain peran.

Berdasarkan uraian di atas, yang mendorong peneliti untuk melakukan penelitian di MA Negeri 1 Kota Magelang dengan judul “Pengaruh Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Terhadap Peningkatan Pemahaman Dampak Negatif Perilaku Merokok”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka penulis mengidentifikasi masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Siswa di MA Negeri 1 Kota Magelang masih banyak yang diam-diam merokok di kamar mandi
2. Siswa terpengaruh dari lingkungan sekitar
3. Siswa kurang memahami dampak negatif yang ditimbulkan dari perilaku merokok
4. Bimbingan Kelompok belum berjalan efektif

C. Pembatasan Masalah

Sehubungan dengan adanya berbagai permasalahan yang timbul, maka perlu adanya pembatasan masalah untuk memperjelas permasalahan yang akan diuji agar pengkajian tepat sasaran dengan membatasi masalah-masalah yang ada, antara lain:

1. Pemberian bimbingan kelompok
2. Menggunakan teknik sosiodrama
3. Pemahaman tentang dampak negatif perilaku merokok
4. Di MA Negeri 1 Kota Magelang pada siswa kelas XI Tahun Ajaran 2018/2019

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka dirumuskan permasalahan utama yaitu apakah bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama dapat meningkatkan pemahaman dampak negatif perilaku merokok siswa?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk menjawab rumusan masalah yang ada yaitu untuk menguji pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama terhadap peningkatan pemahaman dampak negatif perilaku merokok pada siswa di MA Negeri 1 Kota Magelang.

F. Manfaat Penelitian

Melihat dari masalah yang ada, maka dalam penelitian ini diharapkan akan dapat bermanfaat bagi beberapa pihak, baik manfaat yang bersifat praktis maupun teoritis, yaitu sebagai berikut :

1. Manfaat Praktis

- a. Siswa bisa lebih terbantu dalam mengurangi kebiasaan merokok.
- b. Siswa termotivasi untuk berhenti merokok terkait dengan kebiasaan merokok.
- c. Bagi peneliti sendiri diharapkan bisa meningkatkan profesionalitas dalam memberikan layanan dan menambah wawasan dalam memahami ilmu bimbingan dan konseling.

2. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian di MAN 1 Kota Magelang diharapkan dapat memberikan ilmu pengetahuan di Bimbingan dan Konseling tentang penggunaan bimbingan kelompok guna mengurangi kebiasaan merokok pada siswa.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Pemahaman Dampak Negatif Perilaku Merokok

1. Pengertian Pemahaman Dampak Negatif Perilaku Merokok

a. Pengertian Pemahaman

Menurut Gunawan (2001:320) pemahaman berasal dari kata paham yang berarti pengertian, pendapat atau pikiran, aliran atau pandangan dan mengerti benar akan sesuatu.

Berdasarkan pendapat diatas dpat dipahami bahwa pemahaman dapat diartikan sebagai proses, perbuatan atau cara memahami dan mengerti apa yang dikerjakan.

Menurut kamus besar bahasa Indonesia (KBBI) Pemahaman adalah proses, cara, dan perbuatan memahami atau memahamkan.

Berdasarkan pendapat diatas dapat dipahami bahwa pemahaman adalah suatu proses, cara dan perbuatan untuk memahami sesuatu.

Berdasarkan pendapat dari berbagai ahli diatas, maka dapat di simpulkan bahwa pemahaman diartikan sebagai proses, cara, perbuatan memahami materi, bahan atau sesuatu yang dikerjakan.

Pemahaman juga dapat dihubungkan dengan kemampuan untuk menjelaskan pengetahuan, informasi yang telah diketahui dengan kata-kata sendiri. Pada tahap ini peserta didik diharapkan menerjemahkan atau menyebutkan kembali yang telah didengar dengan kata-kata sendiri. Di tingkat ini, seseorang memiliki kemampuan untuk menangkap makna dan arti tentang hal yang dipelajari (Winkel, 1997:150). Salah satu prinsip dasar yang harus senantiasa diperhatikan dan dipegangi dalam rangka evaluasi hasil belajar adalah prinsip kebulatan, dengan prinsip evaluator dalam melaksanakan evaluasi hasil belajar dituntut untuk mengevaluasi secara menyeluruh terhadap peserta didik, baik dari segi pemahamannya terhadap materi atau bahan pelajaran yang telah diberikan (aspek kognitif), dari segi penghayatan (aspek afektif), dan pengalaman (aspek psikomotor). Ketiga aspek ini erat sekali dan bahkan tidak mungkin dapat dilepaskan dari kegiatan atau proses evaluasi hasil belajar. Tujuan pendidikan harus senantiasa mengacu kepada 3 aspek ini:

1) Aspek Kognitif

Tujuan aspek kognitif adalah aspek yang mencakup kegiatan mental (otak) atau segala upaya yang menyangkut aktifitas otak. Dalam aspek ini terdapat 6 jenjang proses berfikir, diantaranya adalah :

a) Pengetahuan

Pada tingkatan terendah ini dimaksudkan sebagai kemampuan mengingat kembali materi yang telah dipelajari.

b) Pemahaman

Pada tingkatan kedua ini, pemahaman diartikan sebagai kemampuan memahami materi tertentu.

c) Penerapan

Pada tingkatan ketiga ini, penerapan dimaksudkan sebagai kemampuan untuk menerapkan informasi dalam situasi nyata atau kemampuan menggunakan konsep dalam praktek.

d) Analisa

Tingkatan keempat ini merupakan kemampuan menguraikan suatu materi menjadi bagian-bagiannya.

e) Sintesis

Pada tingkatan kelima ini, sintesis dimaknai sebagai kemampuan untuk memproduksi rencana atau kegiatan yang utuh.

f) Evaluasi

Tingkatan keenam adalah evaluasi. Kemampuan ini diartikan sebagai kemampuan menilai 'manfaat' suatu hal untuk tujuan tertentu berdasarkan kriteria yang jelas.

2) Aspek Afektif

Aspek afektif mencakup segala sesuatu yang terkait dengan emosi, misalnya perasaan, nilai, penghargaan, semangat, minat, motivasi, dan sikap. Lima kategori aspek ini diurutkan mulai dari perilaku yang sederhana hingga yang paling kompleks, yaitu :

a) Penerimaan

Mengacu pada kemampuan memperhatikan dan memberikan respon terhadap stimulus yang tepat. Aspek ini merupakan tingkat hasil belajar yang rendah.

b) Responsive

Dalam aspek ini, siswa menjadi termotivasi untuk segera bereaksi dan mengambil tindakan atas suatu kejadian.

c) Nilai yang dianut

Tujuan dari aspek ini adalah untuk menunjukkan nilai yang dianut supaya bisa membedakan mana yang baik dan kurang baik terhadap suatu kejadian/obyek, dan nilai tersebut diekspresikan dalam perilaku.

d) Organisasi

Mengacu pada penyatuan nilai, sikap-sikap yang berbeda antara satu sama lain yang dapat menimbulkan konflik-konflik internal dalam suatu organisasi.

e) Karakterisasi

Lebih mengacu pada karakter dan daya hidup seseorang. Tujuan dalam aspek ini ada hubungannya dengan keteraturan pribadi, social, dan emosi jiwa.

3) Ranah Psikomotorik

Aspek psikomotorik meliputi gerakan dan koordinasi jasmani, keterampilan motorik dan kemampuan fisik. Ada lima kategori dalam aspek ini, mulai dari yang sederhana hingga tingkat yang rumit, yaitu :

a) Peniruan

Terjadi ketika siswa mengamati suatu gerakan dan mulai memberi respon serupa dengan apa yang ia amati.

b) Manipulasi

Pada aspek tingkat ini, siswa menampilkan sesuatu menurut petunjuk-petunjuk, tidak hanya meniru tingkah lakunya saja.

c) Ketetapan

Memerlukan kecermatan, proporsi dan kepastian yang lebih tinggi dalam penampilan.

d) Artikulasi

Lebih menekankan pada koordinasi suatu rangkaian gerakan dengan membuat urutan yang tepat dan mencapai sesuatu yang diharapkan.

e) Pengalamiahan

Pada aspek ini tingkah laku yang dikeluarkan atau ditampilkan paling sedikit mengeluarkan energi fisik maupun psikis, Karena tingkah laku yang ditampilkan dilakukan secara rutin.

Dampak negatif perilaku merokok dapat dijelaskan oleh beberapa tokoh. Menurut Yumaria (2002:16-21) merokok dapat menimbulkan dampak negatif bagi manusia, antara lain dampak bagi kesehatan tubuh orang yang merokok. Dampak negatif reorang perokok bagi kesehatannya berupa penyakit jantung, penyakit utama yang berhubungan dengan rokok yang sudah diselidiki dan punya bukti yang akurat bahwa rokok memang menimbulkan penyakit, diantaranya:

- 1) Rokok dan Kanker, mulai dari kanker paru-paru, kanker mulut dan tenggorokan, kanker ginjal dan kandung kemih, kanker pancreas, kanker perut, kanker liver atau hati, kanker leher rahim, leukemia dan kanker payudara.
- 2) Rokok dan Asma, asma atau bengek ialah kondisi gatal dan panas yang menimpa saluran pernapasan dalam paru-paru.
- 3) Rokok dan Diabetes, diabetes terjadi ketika glukosa dalam darah terlalu tinggi karena tubuh tidak bisa menggunakan dengan benar.
- 4) Rokok dan Penyakit Jantung, nikotin dalam rokok menaikkan tekanan darah, saluran darah mengecil dan memaksa jantung bekerja lebih keras untuk menghantarkan oksigen keseluruh tubuh,

pada saat yang sama, karbon monoksida yang ada pada asap rokok berdampak buruk pada jantung karena ia mengurangi kapasitas darah dalam mengangkut oksigen.

- 5) Rokok dan Impotensi, impotensi merupakan kegagalan atau disfungsi alat kelamin lelaki secara berlubang.
- 6) Rokok dan Kehamilan, merokok ketika hamil maka resiko pertama yang dihadapi oleh wanita perokok adalah melahirkan bayi dengan berat yang rendah, resiko kedua adalah beberapa komplikasi kehamilan salah satunya kehamilan ectopic dan komplikasi plasenta.

Menurut Abimanyu (2012), dampak/bahaya merokok yaitu timbulnya penyakit, antara lain :

1) Penyakit Jantung

Rokok juga merupakan salah satu penyebab utama serangan jantung. Kematian seorang perokok akibat penyakit jantung lebih banyak dibanding kematian akibat kanker paru-paru.

2) Kanker Paru – Paru

Asap rokok dari tembakau mengandung banyak zat kimia penyebab kanker. Asap yang diisap mengandung berbagai zat kimia yang dapat merusak paru-paru. Kanker paru-paru merupakan kanker yang paling umum yang diakibatkan oleh merokok. Penyebaran kanker paru-paru dalam tubuh terjadi secara senyap hingga menjadi

stadium yang lebih tinggi. Dalam banyak kasus, kanker paru-paru membunuh dengan cepat.

3) Emfisema

Perokok berat yang sudah bertahun-tahun akan mengalami emfisema. Emfisema merupakan penyakit yang secara bertahap akan membuat paru-paru kehilangan elastisitasnya. Tanda-tandanya adalah mulai mengalami kesulitan bernapas pada saat pagi dan malam hari. Lalu mudah terengah-engah, tanda lainnya adalah sering mengalami berat, disertai dengan batuk yang berat, dan mungkin dengan bronkitis kronis.

4) Lebih Cepat Tua

Hasil penelti terhadap para perokok menunjukkan bahwa wajah para perokok pria maupun wanita lebih cepat keriput dibandingkan mereka yang tidak merokok. Proses penuaan dini tersebut meningkat sesuai dengan kebiasaan dan jumlah batang rokok yang dihisap.

5) Kerusakan Tubuh

Dampak negatif merokok tidak hanya membahayakan paru-paru, jantung, dan saluran pernapasan saja. Belasan penyakit yang berkaitan dengan penggunaan tembakau bahkan mencakup *pneumonia*(radang paru-paru), penyakit ginjal, leukemia, katarak, kanker ginjal, kanker serviks, dan sakit pada pankreas. Penyebabnya

karena racun dari asap rokok menyebar kemana-mana melalui aliran darah.

Merokok berdampak buruk juga bagi perekonomian keluarga, karena jika seseorang mengeluarkan biaya untuk membeli rokok rata-rata 20 ribu rupiah per hari dan memutuskan untuk berhenti merokok, maka per bulan dapat diperoleh tambahan penghasilan sebesar 600 ribu rupiah. Tambahan penghasilan ini akan bertambah signifikan jika digabungkan dengan penghematan biaya berobat berbagai gangguan kesehatan akibat asap rokok (Susanti, 2014).

Perilaku merokok Menurut Istiqomah (2003 : 42) perilaku merokok adalah menyengaja menghisap asap rokok, padahal asap rokok tersebut mengandung nikotin dan tar yang bersifat membahayakan kesehatan. Berdasarkan pendapat diatas dapat dipahami bahwa merokok merupakan kegiatan menghisap asap rokok yang didalamnya mengandung berbagai zat-zat yang bisa membahayakan kesehatan manusia.

Menurut Setipoe (2000 : 20) mengatakan merokok adalah membakar tembakau yang kemudian dihisap asapnya baik menggunakan rokok maupun dengan pipa.

Berdasarkan uraian di atas dipahami dan diambil pengertian bahwa merokok adalah kegiatan membakar rokok kemudian dihisapnya sehingga menimbulkan asap rokok yang mengandung zat-zat berbahaya didalamnya dan sangat berdampak buruk terhadap kesehatan perokok

ataupun orang lain di sekitarnya yang menghisap asap rokok yang telah disemburkan keluar, baik dihisap secara langsung ataupun dihisap dengan menggunakan pipa.

Dari pendapat di atas maka pemahaman dampak negatif perilaku merokok adalah kemampuan seseorang dalam memahami dampak negatif yang ditimbulkan dari perilaku merokoknya. Di sini juga dijelaskan bahwa perilaku merokok siswa terjadi karena kurang memahami akan dampak merokok bagi kesehatan dan lingkungan sekitar, waktu yang dilakukan untuk merokok, tempat untuk merokok, jenis rokok yang dikonsumsi dan faktor-faktor yang mempengaruhinya. Pada jaman yang sekarang ini, banyak siswa-siswa yang belum memahami akan dampak dari perilaku merokok. Jika seseorang sudah kecanduan rokok, maka berbagai penyakit akan menyerang tubuhnya. Tidak hanya seorang pria dewasa saja, tetapi remaja SMA sekarang sudah sering melakukan perilaku merokok. Berdasarkan data yang penulis peroleh, siswa MA Negeri 1 Kota Magelang masih sering merokok di lingkungan sekolah. Mereka melakukannya di kamar mandi bersama teman-temannya. Salah satu faktor yang mempengaruhi adalah karena adanya pengaruh atau rayuan dari teman di sekitarnya. Maka dari itu, siswa-siswa harus diberikan pemahaman tentang dampak negatif yang ditimbulkan dari perilaku merokok. Jika di usia mudanya mereka menghabiskan waktunya untuk merokok, berapa banyak racun nikotin yang berserang di tubuhnya dan bisa menyebabkan kematian.

b. Aspek-Aspek Perilaku Merokok

(Setiaji, Nusantara, & Artikel, 2014) Aspek merokok dibedakan menjadi 4 macam yaitu :

- 1) Fungsi merokok dalam kehidupan sehari-hari dapat menggambarkan perasaan yang dialami oleh perokok, seperti perasaan positif ataupun negatif selain itu merokok juga berkaitan dengan masa mencari jati diri pada remaja. Perasaan positif seperti mengalami perasaan yang tenang dan nyaman ketika mengkonsumsi rokok.
- 2) Intensitas merokok yang dibagi menjadi tiga yaitu perokok berat, sedang dan ringan. Adapun penjelasannya sebagai berikut:
 - a) Perokok berat adalah mereka dari 21-31 batang per hari, golongan ini merupakan paling parah, untuk menyembuhkan perokok digolongan ini perlu waktu yang cukup lama. Perokok digolongan ini akan merasa membutuhkan rokok tiap hari dan jika tidak merokok mereka merasa lemas.
 - b) Perokok sedang adalah mereka mampu menghabiskan 11-21 batang per hari. Golongan ini merupakan yang umum, mereka akan merokok ketika menonton tv, melamun atau berkumpul bersama teman-temannya. Mereka rata-rata membeli satu bungkus rokok tiap hari.
 - c) Perokok ringan menghabiskan sekitar 10 batang per hari. Merupakan golongan yang merokok hanya jika berkumpul

dengan sesama perokok, golongan ini jarang menghabiskan satu bungkus rokok dalam jangka satu hari (Sugeng D. Triswanto 2007: 41)

d) Tempat merokok, tipe perokok berdasarkan tempat ada dua yaitu:

(a) Merokok di tempat umum, merokok di ruang publik dibedakan menjadi dua yaitu kelompok homogen dan kelompok heterogen. Kelompok homogen merupakan kelompok sesama perokok mereka berkumpul sambil menikmati kebiasaannya dalam merokok. Sedangkan kelompok heterogen merupakan merokok di tengah-tengah orang yang tidak merokok.

(b) Merokok di tempat-tempat yang bersifat pribadi, yaitu : yang pertama kantor atau kamar tidur pribadi. Perokok memilih tempat seperti ini sebagai tempat merokok digolongkan kepada individu yang kurang menjaga kebersihan diri, penuh rasa gelisah yang mencemaskan. Yang ke dua toilet, perokok jenis ini dapat digolongkan sebagai orang yang suka berfantasi/berimajinasi.

(c) Waktu merokok, remaja yang merokok dipengaruhi oleh keadaan yang dialaminya pada saat itu, misalnya sedang berkumpul dengan teman, cuaca yang dingin atau setelah makan, dan lain sebagainya.

Berdasarkan uraian di atas dapat kita pahami bahwa aspek-aspek dalam perilaku merokok ada empat hal yang perlu diketahui yaitu fungsi merokok sebagai gambaran dari suatu perasaan yang dialami oleh perokok baik perasaan positif ataupun perasaan negatif, intensitas merokok, tempat merokok dan waktu merokok.

c. Jenis-jenis Rokok

(Setiaji et al., 2014) mengemukakan bahwa rokok dibedakan menjadi beberapa jenis. Perbedaan ini didasarkan atas bahan pembungkus rokok, bahan baku atau isi rokok, proses pembuatan rokok, dan penggunaan filter pada rokok.

1) Rokok berdasarkan bahan pembungkus

- a) Klobot : rokok yang bahan pembungkusnya berupa daun jagung
- b) Kawung : rokok yang bahan pembungkusnya berupa daun aren
- c) Sigaret : rokok yang bahan pembungkusnya berupa kertas
- d) Cerutu : rokok yang bahan pembungkusnya berupa daun tembakau

2) Rokok berdasarkan bahan baku atau isi

- a) Rokok Putih : rokok yang bahan baku atau isinya hanya daun tembakau yang diberi saus untuk mendapatkan efek rasa dan aroma tertentu.
- b) Rokok Kretek : rokok yang bahan baku atau isinya berupa daun tembakau dan cengkeh yang diberi saus untuk mendapatkan efek rasa dan aroma tertentu.

- c) Rokok Klembak : rokok yang bahan baku atau isinya berupa daun tembakau, cengkeh, dan kemenyan yang diberi saus untuk mendapatkan efek rasa dan aroma tertentu.

3) Rokok berdasarkan pembuatannya

a) Sigaret Kretek Tangan (SKT)

Rokok yang proses pembuatannya dengan cara digiling atau dilinting dengan menggunakan tangan atau alat bantu sederhana.

b) Sigaret Kretek Mesin (SKM)

Rokok yang proses pembuatannya menggunakan mesin, sederhananya material rokok dimasukkan kedalam pembuat rokok berupa rokok batangan, saat ini mesin pembuat rokok telah mampu mengeluarkan sekitar enam ribu sampai delapan ribu batang rokok permenit, biasanya mesin pembuat rokok dihubungkan dengan mesin pembungkus rokok yang mampu menghasilkan keluaran rokok dalam bentuk pres berisi 10 pak.

4) Rokok berdasarkan penggunaan filter

a) Rokok Filter

Rokok yang bagian pangkalnya terdapat gabus.

b) Rokok Nonfilter

Rokok yang bagian pangkalnya tidak terdapat gabus.

Menurut pendapat diatas dapat dipahami bahwa rokok terbagai dari berbagai jenis yang dapat dilihat berdasarkan bahan pembungkusnya (klobot, kawung, sigaret, dan cerutu), berdasarkan

bahan baku (putih, kretek dan klembak), berdasarkan cara pembuatannya (tangan dan menggunakan mesin), dan berdasarkan Filter (rokok yang ujungnya diberi gabus dan tidak diberi gabus).

d. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Merokok

Terdapat banyak faktor yang melatar belakangi perilaku merokok dikalangan remaja. Perilaku individu tidak begitu saja terjadi, melainkan ada beberapa faktor yang mempengaruhinya. Mu'tadin (dalam Indri, 2007:9-10) mengemukakan alasan mengapa remaja merokok, antara lain :

1) Pengaruh Orang Tua

Menurut Bear & Corado, remaja merokok adalah anak-anak yang berasal dari rumah tangga yang tidak bahagia, dimana orang tua tidak begitu memperhatikan anak-anaknya dibandingkan dengan remaja yang berasal dari keluarga di lingkungan rumah tangga yang bahagia.

2) Pengaruh Teman

Berbagai faktor mengungkapkan bahwa semakin banyak remaja merokok maka semakin banyak kemungkinan teman-temannya adalah perokok juga, namun juga demikian sebaliknya.

3) Faktor Kepribadian

Orang yang mencoba untuk merokok karena alasan ingin tau atau ingin melepaskan diri dari rasa sakit dan kebosanan.

4) Pengaruh Iklan

Melihat iklan media massa dan elektronik yang menampilkan gambaran bahwa perokok adalah lambang kegiatan atau glamour.

B. Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Sociodrama

1. Pengertian Bimbingan Kelompok

Menurut Romlah (2001:86) teknik bimbingan kelompok adalah cara bagaimana bimbingan kelompok dilaksanakan. Dalam kegiatan bimbingan kelompok, pokok-pokok bahasan dan teknik-teknik yang digunakan harus dipilih dan disusun sedemikian rupa sehingga dapat mengembangkan dan memperbaiki perilaku yang digunakan melalui bimbingan kelompok. Dalam hal ini, teknik bukan menjadi tujuannya, tetapi hanya sebagai alat untuk mencapai tujuan dalam bimbingan kelompok. Oleh karena itu pemimpin kelompok harus berusaha untuk mengembangkan kreativitasnya agar dapat menggunakan teknik yang sesuai dengan tujuan.

Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan teknik sociodrama yang dipadukan dengan bimbingan kelompok. Teknik sociodrama yaitu teknik yang digunakan untuk pemecahan masalah melalui drama dengan bermain peran agar siswa mampu memahami tingkah laku yang diperankannya sesuai dengan topik yang dibahas.

2. Komponen Layanan Bimbingan Kelompok

(Setiaji et al., 2014) Layanan bimbingan kelompok dalam penelitian merupakan upaya pemberian bantuan (*treatment*) yang

bertujuan untuk mengurangi kebiasaan merokok. Pemberian *treatment* diberikan sebanyak delapan kali pertemuan dengan membahas topik-topik umum yang terkait dengan aspek-aspek pengendalian diri. Menurut Prayitno (2004:3) “layanan bimbingan kelompok dapat digunakan untuk mengubah dan mengembangkan sikap dan perilaku yang tidak efektif menjadi efektif”.

Ada 3 komponen penting dalam kelompok yaitu suasana kelompok, anggota kelompok, dan pemimpin kelompok.

a. Suasana kelompok

Suasana kelompok merupakan salah satu layanan dalam bimbingan kelompok di sekolah. Layanan bimbingan kelompok merupakan proses pemberian informasi dan bantuan yang diberikan oleh seorang yang ahli (guru pembimbing) pada sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok yang teratur dari dua individu atau lebih yang mempunyai hubungan psikolog secara jelas antara anggota yang satu dengan yang lain (Prayitno, 2005:27)

b. Anggota kelompok

Anggota kelompok merupakan salah satu unsur pokok dalam proses kehidupan kelompok. Tanpa anggota tidak akan ada kelompok. Kegiatan ataupun kehidupan kelompok itu sebagian besar didasarkan atas peranan para anggotanya. Peranan yang hendaknya dimainkan anggota kelompok. Menurut Prayitno (2005:13) adalah sebagai berikut:

- 1) Membantu terbinanya suasana keakraban dalam hubungan antar anggota kelompok.
- 2) Mencurahkan segenap perasaan dalam melibatkan diri dalam kegiatan kelompok.
- 3) Berusaha agar yang dilakukannya itu membantu tercapainya tujuan bersama.
- 4) Membantu tersusunnya aturan kelompok dan berusaha mematuhi dengan baik.
- 5) Benar-benar berusaha untuk secara efektif ikut serta dalam seluruh kegiatan kelompok.
- 6) Mampu mengomunikasikan secara terbuka.
- 7) Berusaha membantu orang lain.
- 8) Memberikan kesempatan kepada anggota lain untuk juga menjalani peranannya.
- 9) Menyadari pentingnya kegiatan kelompok tersebut.

c. Pemimpin kelompok

Pemimpin kelompok adalah orang yang menciptakan suasana kondusif, sehingga para anggota kelompok dapat belajar bagaimana mengatasi masalah-masalah mereka sendiri. Peranan pemimpin kelompok dalam layanan bimbingan kelompok adalah sebagai berikut:

- 1) Pemimpin kelompok dapat memberikan bantuan, pengarahan atau campur tangan langsung terhadap kegiatan kelompok.

- 2) Pemimpin kelompok memusatkan perhatian pada suasana perasaan yang berkembang dalam kelompok, baik perasaan anggota tertentu maupun keseluruhankelompok. Pemimpin kelompok dapat menanyakan suasana perasaan yang dialami oleh anggota kelompok.
- 3) Pemimpin kelompok perlu memberikan arah yang dimaksudkan.
- 4) Pemimpin kelompok juga perlu memberikan tanggapan atau umpan balik tentang berbagai hal yang terjadi dalam kelompok, baik yang bersifat isi maupun proses kegiatan kelompok.
- 5) Pemimpin kelompok diharapkan mampu mengatur lalu lintas kegiatan kelompok, pemegang aturan permainan (menjadi wasit), pendamai dan pendorong kerjasama serta suasana kebersamaan.
- 6) Sifat kerahasiaan dari kelompok itu dengan segenap isi dan kejadian-kejadian yang timbul didalamnya juga menjadi tanggung jawab pemimpin kelompok (Prayitno, 2005:36)

Dari 3 komponen unsur tersebut dapat disimpulkan bahwa adanya 3 unsur terpenting dalam layanan bimbingan kelompok yaitu yang pertama dinamika kelompok yang berfungsi sebagai ruh dalam sebuah kelompok, yang kedua pemimpin kelompok merupakan unsur yang menentukan jalannya sebuah layanan bimbingan kelompok dan yang terakhir yaitu anggota kelompok yang merupakan unsur terpenting dalam sebuah layanan bimbingan kelompok. Karena tanpa adanya anggota kelompok, sebuah bimbingan kelompok tidak akan berjalan secara optimal.

3. Tujuan Bimbingan Kelompok

Tohirin (2008:172) mengemukakan bahwa secara umum Bimbingan Kelompok bertujuan untuk pengembangan kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan berkomunikasi peserta layanan (siswa). Secara khusus Bimbingan Kelompok bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang lebih efektif, yakni peningkatan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun non verbal.

Bimbingan Kelompok dimaksudkan untuk memungkinkan siswa secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari para narasumber (termasuk guru pembimbing) yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari baik sebagai individu maupun sebagai pelajar /siswa, anggota keluarga dan masyarakat (Sukardi, 2003:48).

4. Fungsi Bimbingan Kelompok

Terdapat beberapa fungsi dalam Bimbingan Kelompok, diantaranya yaitu :

a. Fungsi Pencegahan

Fungsi Pencegahan yaitu untuk mencegah timbulnya masalah yang berkaitan dengan interaksi sosial yang dapat menghambat proses perkembangan siswa.

b. Fungsi Pemahaman

Fungsi Pemahaman dalam Bimbingan Kelompok ini akan menghasilkan pemahaman tentang interaksi sosial serta permasalahan-permasalahan yang mungkin akan terjadi pada masa remaja.

c. Fungsi Perbaikan

Fungsi Perbaikan ditujukan kepada siswa yang mempunyai masalah terkait rendahnya komunikasi interpersonal atau interaksi sosial.

d. Fungsi Pemeliharaan dan Pengembangan

Fungsi ini akan menghasilkan terpelihara dan berkembangnya berbagai potensi dan kondisi positif siswa dalam rangka perkembangan fisik, mental, dan sosial secara sehat dan benar.

5. Jenis-jenis Bimbingan Kelompok

Menurut Prayitno (1995: 25) dalam penyelenggaraan bimbingan kelompok dikenal dua jenis, yaitu kelompok bebas dan kelompok tugas, adapun uraiannya sebagai berikut:

- 1) Topik tugas, yaitu topik yang secara langsung dikemukakan oleh pemimpin kelompok (guru pembimbing) dan ditugaskan kepada seluruh anggota kelompok untuk bersama-sama membahasnya.
- 2) Topik bebas, yaitu anggota kelompok secara bebas mengemukakan permasalahan yang perlu diselesaikan bersama untuk kemudian dibahas satu persatu.

6. Asas-asas Bimbingan Kelompok

Abidin dan Budiyono (2010 : 8) mengemukakan bahwa asas-asas bimbingan kelompok dalam bimbingan dan konseling meliputi :

1) Asas Kerahasiaan

Adalah asas bimbingan dan konseling yang menuntun dirahasiakannya segenap data dan keterangan tentang konseli yang menjadi sasaran layanan, yaitu data atau keterangan yang tidak boleh dan tidak diketahui orang lain. Dalam hal ini konselor berkewajiban penuh memelihara dan menjaga semua data dan keterangan itu sehingga kerahasiaanya benar-benar terjamin.

2) Asa Kesukarelaan

Adalah asas bimbingan dan konseling yang menghendaki adanya kesukaan dan kerelaan konseli mengikuti/menjalankan layanan/kegiatan yang diperuntukan baginya. Dalam hal ini konselor berkewajiban membina dan mengembangkan kesukarelaan seperti itu.

3) Asas Keterbukaan

Adalah asas bimbingan dan konseling yang menghendaki agar konseli yang menjadi sasaran layanan/kegiatan bersikap terbuka dan tidak pura-pura, baik dalam memberikan keterangan tentang dirinya sendiri maupun dalam menerima berbagai informasi dan materi dari luar yang berguna bagi perkembangan dirinya. Dalam hal ini konselor berkewajiban mengembangkan keterbukaan konseli. Keterbukaan itu amat terkait dengan terselenggaranya asas kerahasiaan dan kesukarelaan pada diri peserta didik yang menjadi sasaran kegiatan. Agar konseli dapat terbuka konselor terlebih dahulu harus bersikap terbuka dan tidak pura-pura.

4) Asas kegiatan

Adalah asas bimbingan dan konseling yang menghendaki agar konseli yang menjadi sasaran layanan, berpartisipasi secara aktif dalam penyelenggaraan kegiatan bimbingan. Dalam hal ini konselor perlu mendorong konseli untuk aktif dalam setiap layanan/ kegiatan bimbingan dan konseling yang diperuntukan baginya.

5) Asas Kemandirian

Adalah asas bimbingan dan konseling yang menunjuk pada tujuan umum bimbingan dan konseling, yaitu konseli sebagai sasaran bimbingan dan konseling diharapkan menjadi individu-individu yang mandiri dengan ciri-ciri mengenal dan menerima diri sendiri dan lingkungannya mampu mengambil keputusan mengarahkan serta mewujudkan diri sendiri sebagaimana telah diutarakan terdahulu.

6) Asas kekinian

Adalah asas bimbingan dan konseling yang menghendaki agar obyek sasaran bimbingan dan konseling ialah permasalahan konseli dalam kondisi sekarang.

7) Asas Kedinamisan

Adalah asas bimbingan dan konseling yang menghendaki agar sasaran (konseli) selalu bergerak maju, tidak monoton, dan terus berkembang serta berkelanjutan sesuai dengan kebutuhan dan tahap perkembangannya dinamis dari waktu ke waktu.

8) Asas Keterpaduan

Adalah asas bimbingan dan konseling yang menghendaki agar berbagai layanan dan kegiatan bimbingan dan konseling, baik yang dilakukan oleh konselor maupun pihak lain, saling menunjang, harmonis, dan keterpaduan.

9) Asas Kenormatifan

Adalah asas bimbingan dan konseling yang menghendaki agar segenap kegiatan bimbingan dan konseling didasarkan pada dan tidak boleh bertentangan dengan nilai-nilai dan norma-norma yang ada, yaitu norma-norma agama, hukum, dan peraturan, serta adat istiadat.

10) Asas Keahlian

Adalah asas bimbingan dan konseling yang menghendaki agar bimbingan dan konseling diselenggarakan atas dasar kaidah-kaidah profesional. maka asas keahlian harus dilakukan oleh orang yang benar-benar ahli dalam bidang bimbingan dan konseling.

11) Asas Alih Tangan

Adalah asas bimbingan dan konseling yang menghendaki agar pihak-pihak yang tidak mampu menyelenggarakan bimbingan dan konseling secara tepat dan tuntas atas suatu permasalahan konseli agar segera mengalih tangankan permasalahan tersebut kepada pihak yang lebih ahli.

12) Asas Tut Wuri Handayani

Adalah asas bimbingan dan konseling yang menghendaki agar pelayanan bimbingan dan konseling, secara keseluruhan dapat menciptakan suasana yang mengayomi, memberikan rasa aman, memberikan dan mengembangkan keteladanan, memberikan rangsangan dorongan serta kesempatan yang seluas-luasnya kepada individu (konseli) untuk lebih maju.

3. Proses Layanan Bimbingan Kelompok

Menurut Hartinah (2005:132) di dalam layanan bimbingan kelompok terdapat empat tahapan, yaitu:

a. Tahap Pembentukan

Pada tahap ini umumnya para anggota saling memperkenalkan diri, penjelasan pengertian dan tujuan yang ingin dicapai dalam kelompok oleh pemimpin kelompok.

b. Tahap Peralihan

Pada tahap peralihan pemimpin kelompok harus berperan aktif membawa suasana, keseriusan, dan keyakinan anggota kelompok dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok.

c. Tahap Inti

Tahap inti merupakan tahap pembahasan masalah-masalah yang akan dibahas dalam bimbingan kelompok.

d. Tahap Pengakhiran

Dalam tahap pengakhiran merupakan akhir dari seluruh kegiatan bimbingan kelompok. Pada tahap ini anggota kelompok dalam mengungkapkan kesan, pesan dan evaluasi akhir terhadap kegiatan bimbingan kelompok.

4. Pengertian Sociodrama

Teknik sociodrama dalam aplikasinya melibatkan beberapa siswa untuk dapat memainkan dramanya terhadap suatu tokoh, dan di dalam memainkan drama siswa tidak perlu menghafal naskah, mempersiapkan diri dan sebagainya, tetapi pemain hanya melihat judul dan garis besar dari skenario, dan apa yang dikatakan. Hal ini sesuai dengan konsep belajar yang terdapat dalam psikologi Gestalt, atau yang sering disebut dengan Insight Full Learning, yang artinya bahwa belajar membutuhkan pemahaman. Menurut para ahli psikologi Gestalt, maka pelaksanaan teknik sociodrama dapat membuat siswa lebih paham tentang suatu permasalahan sosial.

Menurut Bahri dan Zain (2006: 88) teknik sociodrama yaitu mendramatisasikan tingkah laku dalam hubungannya dengan masalah social. Jadi permasalahan social tersebut di dramatisasikan sesuai naskah yang telah dibuat oleh pemimpin kelompok (PK) yang sesuai dengan tema yang akan dibahas. Sama halnya dengan Roestiyah (2001: 90) teknik sociodrama adalah mendramatisasikan tingkah laku atau ungkapan gerak-gerik wajah seseorang dalam hubungan social antar manusia. Jadi, adanya

kesamaan antara yang diungkapkan oleh Bahri dan Roestiyah yaitu sama-sama mendramatisasikan tingkah laku yang ada hubungannya dengan masalah sosial.

Beda lagi dengan yang diungkapkan oleh Yamin, menurut Yamin (2006: 15) teknik sosiodrama atau bermain peran adalah metode yang melibatkan interaksi antara dua siswa atau lebih tentang suatu topik atau situasi siswa melakukan peran masing-masing sesuai dengan tokoh yang di perankan atau dilakoni. Mereka berinteraksi dan melakukan peran terbuka. Dalam hal ini Yamin lebih menekankan pada interaksi antara satu orang dengan yang lain tentang suatu topik.

Berdasarkan dari penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa teknik sosiodrama adalah suatu teknik yang melibatkan interaksi dua siswa atau lebih tentang suatu topik dimana siswa-siswa memerankan atau mendramatisasikan tingkah laku sesuai dengan tokoh yang di perankan.

5. Tujuan Sosiodrama

Pelaksanaan teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok dapat terlaksana apabila mempunyai tujuan yang akan dicapai. Tujuan penggunaan teknik ini menurut Bahri dan Zain (2006: 88) antara lain yaitu agar siswa dapat menghayati dan menghargai perasaan orang lain dan belajar bagaimana membagi tanggung jawab serta mengambil keputusan dalam situasi kelompok secara spontan, selain itu untuk berpikir dan memecahkan masalah. Jadi siswa dapat mengambil keputusan dalam bersikap menghargai orang lain.

Tujuan sosiodrama menurut penulis dilihat dari kesimpulan di atas yaitu siswa mampu mendramatisasikan kejadian yang ada di lingkungan sekitarnya secara mendalam dan menghayati bagaimana seseorang tersebut dapat berperan langsung dalam menjalani kejadian tersebut. Serta mampu menumbuhkan rasa saling mengerti, memahami dan bertanggung jawab terkait dengan permasalahan dan hubungan sosial..

6. Langkah-langkah Sosiodrama

Langkah-langkah sosiodrama menurut Sanjaya (2007), yaitu sebagai berikut :

a. Persiapan Simulasi

Hal pertama yang perlu dilakuakn dalam persiapan simulasi menetapkan topik atau masalah serta tujuan yang hendak dicapai dalam situasi yang akan disimulasikan. Selanjutnya pelaksana menetapkan pemain yang akan terlibat dalam simulasi, yakni peranan yang harus dimainkan oleh para pemeran, serta waktu yang disediakan. Guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertanya khususnya pada siswa yang terlibat dalam pemeran simulasi.

b. Pelaksanaan Simulasi

Pelaksanaan simulasi ini mulai dimainkan oleh kelompok pemeran dan para siswa lainnya mengikuti dengan penuh perhatian. Guru hendaknya memberikan bantuan kepada pemeran yang mendapat kesulitan dan dihentikan pada saat puncak. Hal ini

dimaksudkan untuk mendorong siswa berpikir dalam menyelesaikan masalah yang sedang disimulasikan.

c. Penutup

Setelah pelaksanaan simulasi, kemudian melakukan diskusi baik tentang jalannya simulasi maupun materi cerita yang telah disimulasikan. Guru harus mendorong agar siswa dapat memberikan kritik dan tanggapan terhadap proses pelaksanaan simulasi kemudian merumuskan kesimpulan dari pelaksanaan.

Agar pelaksanaan teknik simulasi ini dapat berjalan dengan lancar sesuai dengan apa yang kita inginkan, maka perlu dilakukan langkah-langkah yang berkaitan dengan persiapan yang meliputi penetapan topik atau masalah pokok beserta tujuannya, peranan yang harus dimainkan oleh masing-masing siswa, dan memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertanya. Sedangkan pelaksanaannya dilakukan oleh kelompok siswa yang memerankan permainan, mengikuti dengan penuh perhatian, memberikan bantuan, dorongan, serta diskusi tentang pelaksanaan simulasi yang didalamnya membahas berbagai aspek yang terkait dengan simulasi untuk dilakukan perbaikan, kritik dan saran.

7. Kelebihan Teknik Sosiodrama

Menurut Djiwandono (2008: 217) kelebihan teknik sosiodrama antara lain:

- a. Melatih anak untuk mendramatisasikan sesuatu serta melatih keberanian.
- b. Metode ini akan lebih menarik perhatian anak, sehingga suasana kelas lebih hidup.
- c. Anak-anak dapat menghayati suatu peristiwa, sehingga mudah mengambil kesimpulan berdasarkan penghayatannya sendiri.
- d. Anak dilatih untuk dapat menyusun buah pikiran dengan terstruktur.

C. Pengaruh Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Terhadap Peningkatan Pemahaman Dampak Negatif Perilaku Merokok

Perilaku merokok adalah suatu tindakan yang dilakukan siswa di area sekolah terutama di dalam kamar mandi. Terbukti masih terjadi siswa yang merokok di sekolah. Indikator siswa yang merokok di sekolah adalah pergaulan, ajakan teman-temannya, faktor keluarga, dan tempat untuk merokok. Beberapa siswa di MA Negeri 1 Kota Magelang memiliki indikator tersebut, dibuktikan dengan hasil wawancara Guru BK.

Upaya yang telah dilakukan oleh Guru BK adalah memanggil siswa tersebut untuk membuat surat pernyataan agar tidak mengulangi perbuatannya. Tetapi hal tersebut tidak efektif, karena setelah itu mereka mengulanginya kembali. Maka diperlukan bimbingan kelompok yang akan lebih efektif untuk meningkatkan pemahaman dampak negatif perilaku merokok pada siswa.

Bimbingan kelompok adalah salah satu bimbingan yang terdapat dalam bimbingan dan konseling untuk membantu siswa dalam memberikan

pemahaman dampak negatif perilaku merokok yang bertujuan supaya siswa-siswa di MA Negeri 1 Kota Magelang memahami akan bahaya merokok. Selain itu, pelaksanaan bimbingan kelompok menggunakan teknik sosiodrama. Teknik sosiodrama adalah bagaimana seorang belajar memerankan atau mendramatisasikan secara langsung terkait dampak negatif perilaku merokok.

Berdasarkan penjelasan mengenai dampak negatif merokok, yang akan digunakan, dan teknik yang akan digunakan dalam penelitian maka peneliti bermaksud melakukan penelitian tentang pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama terhadap peningkatan pemahaman dampak negatif perilaku merokok. Pelaksanaan bimbingan kelompok teknik sosiodrama dimaksudkan untuk memberikan pemahaman kepada siswa yang merokok maupun yang tidak merokok. Hasil dari bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat memberikan dampak positif bagi siswa supaya bisa berhenti merokok dan bisa meraih masa depannya.

D. Penelitian Terdahulu yang Relevan

Dalam hal ini peneliti mengambil jurnal penelitian sebelumnya sebagai penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini :

1. Judul : Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Kebiasaan Merokok Pada Penerimaan Manfaat di Balai Rehabilitasi Mandiri Semarang. Jurnal . Jurusan Bimbingan dan Konseling. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Semarang. Disusun oleh Setiaji (2004).

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimana pengaruh pemberian layanan bimbingan kelompok terhadap kebiasaan merokok di Balai Rehabilitasi Mandiri Semarang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap kebiasaan merokok.

Jenis penelitian ini adalah penelitian menggunakan pre eksperimental. Bentuk pre eksperimental yang digunakan adalah bentuk one-group pretest-posttest design. Subyek penelitian ini adalah 10 orang penerima manfaat. Teknik pengumpulan data yang digunakan yakni dengan memakai angket dan dokumentasi. Data-data yang diperoleh dianalisa untuk mengetahui perbedaan kebiasaan merokok sebelum dan sesudah pemberian layanan bimbingan kelompok.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian layanan bimbingan kelompok terhadap kebiasaan merokok Penerima Manfaat di balai Rehabilitasi Mandiri Semarang. Adapun hasilnya yakni sebelum mengikuti layanan bimbingan kelompok terhadap kebiasaan merokok penerima manfaat di Balai Rehabilitasi Mandiri Semarang sebanyak 74% dan sesudah mengikuti layanan bimbingan kelompok menurun menjadi 54%.

Bimbingan kelompok dalam penelitian ini merupakan upaya pemberian bantuan (treatment) yang bertujuan untuk mengurangi kebiasaan merokok. Layanan bimbingan kelompok sebagai suatu treatment perubahan perilaku terhadap mengurangi kebiasaan merokok

memberikan pengaruh terhadap menurunnya kebiasaan merokok yang dimiliki oleh penerima manfaat. Dari 10 subjek peneliti yang terpilih sebelum diberikan layanan memiliki kebiasaan merokok rata-rata sebesar 74% dalam kategori tinggi, namun setelah pemberian layanan terjadi perubahan tingkat kebiasaan merokok menjadi 53% dalam kategori sedang.

Untuk memperkuat hipotesis penelitian bahwa terdapat perubahan tingkat kebiasaan merokok penerima manfaat setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok digunakan uji statistic analisis *wilcoxon*. Analisa *wilcoxon* tentang upaya mengurangi kebiasaan merokok yang dimiliki oleh penerima manfaat melalui layanan bimbingan kelompok di Balai Rehabilitasi Mandiri Semarang menunjukkan hasil jumlah jenjang = 21 dan $t \text{ tabel} = 8$, sehingga jumlah jenjang $> t \text{ tabel}$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak. Dengan kata lain, hasil tersebut menunjukkan bahwa kemampuan mengurangi kebiasaan merokok yang dimiliki oleh subjek umum dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dapat dijadikan sebagai suatu tindakan untuk mengurangi kebiasaan merokok yang dimiliki oleh penerima manfaat yang tinggal di balai rehabilitasi mandiri. Adapun secara rinci dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

- a) Gambara kebiasaan merokok yang dimiliki subjek penelitian sebelum mereka mengikuti kegiatan bimbingan kelompok termasuk kategori tinggi (74%). Beberapa subjek penelitian menunjukkan bahwa mereka

mengonsumsi rokok dalam jumlah besar, tidak memperdulikan orang disekitar yang tidak nyaman dengan bau rokok dan selalu merokok ketika waktu luang.

- b) Gambaran kebiasaan merokok setelah diberikan layanan bimbingan kelompok sebanyak delapan kali menunjukkan perubahan. Kebiasaan merokok setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok sebanyak delapan kali mengalami perubahan (53%).
- c) Terdapat pengaruh pemberian layanan bimbingan kelompok terhadap kebiasaan merokok yang dimiliki oleh penerima manfaat. Hal tersebut dapat diamati dengan memperhatikan perbedaan persentase sebelum penerima manfaat memperoleh layanan bimbingan kelompok (74%) dan setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok (53%). Perhitungan uji *wilcoxon* menunjukkan bahwa hasil perhitungan jumlah jenjang sebesar $=21 > t \text{ tabel} = 8$.

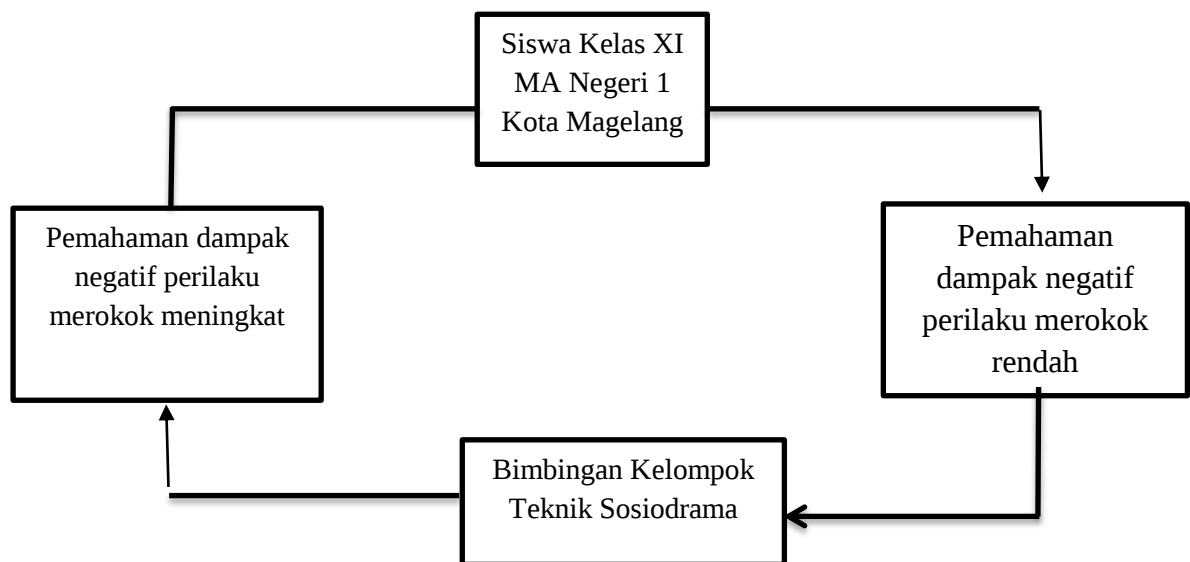
Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok bias digunakan untuk mengurangi kebiasaan merokok pada penerima manfaat di Balai Rehabilitasi Mandiri Semarang.

E. Kerangka Pemikiran

Bagan di bawah ini menjelaskan bahwa diharapkan pemahaman dampak negatif merokok setelah adanya perlakuan (treatment) atau setelah subyek penelitian memperoleh bimbingan kelompok dengan teknik

sosiodrama akan jauh lebih meningkat dibandingkan dengan tingkat pemahaman dampak negatif perilaku merokok sebelum diberikan bimbingan kelompok.

Adanya pemahaman tentang dampak negatif perilaku merokok pada siswa, diharapkan mampu mengurangi atau meminimalisir perilaku merokok di lingkungan sekolah ataupun luar sekolah. Berikut kerangka berpikir penelitian :



Gambar 1
Kerangka Berfikir

F. Hipotesis Penelitian

Menurut Arikunto (2006:67) Hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul. Berdasarkan hal tersebut, hipotesis yang diajukan dalam penelitian adalah terdapat pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama terhadap peningkatan pemahaman dampak negatif perilaku merokok.

BAB III

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Metode Penelitian Eksperimen Murni dengan Bimbingan Kelompok bagi siswa kelas XI di Madrasah Aliyah Negeri 1 Kota Magelang untuk meningkatkan pemahaman dampak negatif perilaku merokok. Keberhasilan kegiatan yang dilakukan dalam suatu penelitian banyak ditentukan oleh penggunaan metode yang tepat. Ketepatan dalam memilih metode akan mengatur arah serta tujuan penelitian. Dalam bab ini akan dibahas tentang metode penelitian. Ada beberapa hal yang dapat menentukan langkah-langkah pelaksanaan kegiatan penelitian. Hal ini bertujuan untuk melaksanakan kegiatan penelitian secara sistematis. Adapun langkah-langkah yang harus ditentukan adalah 1) desain (rancangan) penelitian, 2) identifikasi variabel penelitian, 3) definisi operasional variabel penelitian, 4) subjek penelitian, 5) metode pengumpulan data, 6) instrumen penelitian, 7) validitas dan reliabilitas, 8) prosedur penelitian, 9) metode analisis data (uji prasyarat analisis dan uji hipoteses).

A. Desain (Rancangan) Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimen yaitu eksperimen murni (*true experimental*) desain penelitian yang digunakan adalah *pretest posttest control group design* dengan satu perlakuan dan pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif. Tujuan dari penelitian eksperimen adalah untuk menetapkan atau mendeskripsikan fakta, menguji hipotesis serta menunjukkan hubungan antar variabel dengan cara

memberikan perlakuan-perlakuan tertentu. Pada beberapa kelompok eksperimen dan menyediakan kelompok kontrol untuk perbandingan. Desain ini secara umum dapat digambarkan pada tabel 1.

Tabel 1
Pretest Posttest control group design

<i>Group</i>	Pre-test	Perlakuan	Post-test
<i>Eksperimen</i>	O1	X	O2
<i>Control</i>	O3	-	O4

Keterangan:

O1 dan O3 : Pre-test

X : Perlakuan

- : Tidak diberikan perlakuan

O2 dan O4 :Post-test

Untuk memperjelas pelaksanaan dalam penelitian ini disajikan rancangan penelitian eksperimen sebagai berikut:

1. Melakukan *pretest*, yaitu dengan melakukan pengukuran kepada subjek penelitian sebelum diadakan perlakuan berupa bimbingan kelompok. Tujuan dari diadakannya *pretest* adalah untuk mengetahui pemahaman awal dampak negatif perilaku merokok pada siswa. Hasil perhitungan pada *pretest* ini akan digunakan sebagai bahan perbandingan pada *posttest*.
2. Memberikan perlakuan (*treatment*), yaitu memberikan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik sosiodrama terhadap untuk meningkatkan pemahaman siswa terkait dampak negatif perilaku merokok.

3. Melakukan *posttest*, yaitu melakukan pengukuran kembali menggunakan instrumen seperti yang digunakan pada *pretest* dengan tujuan untuk mengetahui peningkatan pemahaman dampak negatif perilaku merokok setelah diberi bimbingan kelompok menggunakan teknik sosiodrama.

Sebelum melakukan penelitian, penulis menyusun pedoman pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Dalam penelitian ini menggunakan dua variabel, yaitu variabel bebas dan variabel terikat dengan penjelasan sebagai berikut :

- a. Variabel Bebas adalah Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama
- b. Variabel Terikat adalah Dampak Negatif Perilaku Merokok.

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

- a. Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama dalam penelitian ini adalah suatu proses bimbingan yang dilakukan secara kelompok yang membahas dan memberikan pemahaman dengan teknik bermain drama yang telah disusun oleh pemimpin kelompok dan difokuskan pada topik yaitu dampak negatif perilaku merokok, dilaksanakan dengan anggota kelompok yang terdiri dari 8 siswa, dan dilakukan sebanyak 8 kali pertemuan.
- b. Pemahaman Dampak Negatif Perilaku Merokok merupakan kemampuan seseorang dalam memahami dampak negatif yang ditimbulkan dari perilakunya merokok. Pada jaman yang sekarang ini, banyak siswa-siswa

yang belum memahami akan dampak dari perilaku merokok. Jika seseorang sudah kecanduan rokok, maka berbagai penyakit akan menyerang tubuhnya. Tidak hanya seorang pria dewasa saja, tetapi remaja SMA sekarang sudah sering melakukan perilaku merokok. Mereka melakukan perilaku merokok karena belum memahami akan dampak merokok bagi kesehatan dan lingkungan sekitar jika mereka mengkonsumsi rokok, karena mereka mencari atau mencuri waktu untuk merokok, menemukan tempat untuk merokok, mengkonsumsi rokok sesuai dengan jenisnya dan yang terakhir yaitu karena adanya faktor-faktor yang mempengaruhi untuk melakukan perilaku merokok.

D. Subjek Penelitian

a. Populasi

Menurut Arikunto (2010: 173) Populasi adalah "keseluruhan subjek penelitian". Populasi adalah kumpulan dari individu dengan kualitas serta ciri-ciri yang telah ditetapkan. Populasi dalam penelitian ini adalah 450 siswa kelas XI Madrasah Aliyah (MA) Negeri 1 Kota Magelang.

b. Sampel

Menurut Sugiyono (2010: 118) sampel adalah "bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut". Sampel adalah "bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut". Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 16 siswa. Pengambilan jumlah sampel dibagi dua yaitu 8 siswa untuk kelas control dan 8 siswa untuk kelas eksperimen.

c. Teknik Sampling

Pengumpulan sampel penelitian ini adalah menggunakan teknik *Purposive Random Sampling*, yaitu Teknik penentuan sampel dengan memperhatikan pertimbangan-pertimbangan tertentu yang dibuat oleh penulis.

E. Metode Pengumpulan Data

Metode yang digunakan dalam pengumpulan data berupa angket. Metode penyebaran angket dilakukan untuk mengetahui tinggi rendahnya dampak negatif perilaku merokok.

a. Angket

Dalam penelitian ini, alat pengumpulan data berupa angket dan wawancara. Pengembangan alat ukur ini berdasarkan pada indikator variabel dampak negatif perilaku merokok. Indikator tersebut kemudian dijadikan sebuah kisi-kisi instrumen, kemudian dari kisi-kisi tersebut dapat disusun sebuah angket.

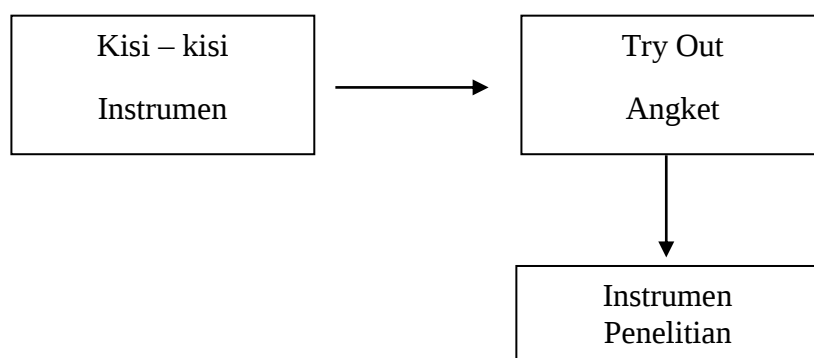
Format responden yang akan digunakan dalam instrumen penelitian ini terdiri atas 4 pilihan jawaban dari setiap pernyataan. Pemberian skor dibagi menjadi 2, yaitu pernyataan positif dan pernyataan negatif. Pemberian skor pada pernyataan positif adalah SS (Sangat Sesuai) – skor 4, S (Sesuai) – skor 3, TS (Tidak Sesuai) – skor 2, dan STS (Sangat Tidak Sesuai) – skor 1. Sedangkan pada pernyataan negatif

adalah SS (Sangat Sesuai) – skor 1, S (Sesuai) – skor 2, TS (Tidak Sesuai) – skor 3, dan STS (Sangat Tidak Sesuai) – skor 4.

F. Instrumen Penelitian

Langkah-langkah yang ditempuh dalam menyusun instrumen ini dilakukan dengan berbagai tahap, baik dalam pembuatannya maupun dalam uji coba. Tujuan dari instrument penelitian ini adalah untuk memecahkan suatu persoalan. Informasi yang diperoleh dan relevan atau tidaknya suatu data tergantung pada alat ukur yang digunakan dan harus memiliki validitas serta reliabilitas, sehingga instrument penelitian ini merupakan hal yang penting dalam penelitian.

Langkah-langkah yang ditempuh dalam penyusunan instrument dilakukan dalam beberapa tahap, baik dalam pembuatan maupun *try out* (uji coba). Langkah penyusunan instrument digambarkan pada gambar dibawah ini.



Gambar 2
Langkah Penyusunan Instrumen

Langkah penyusunan instrumen penelitian ini adalah penulis membuat dan menyusun kisi-kisi instrument penelitian yang meliputi variable, indikator dan nomor soal, kemudian penulis membuat pernyataan instrumen, setelah selesai instrumen siap diujikan. Adapun kisi – kisi instrumen *try out* penelitian yang penulis gunakan dapat dilihat pada tabel

Tabel 2
Kisi-Kisi Angket Dampak Negatif Perilaku Merokok

Variabel	Indikator	No Item		JML
		Positif	Negatif	
Dampak Negatif Perilaku Merokok	1. Memahami dampak merokok bagi kesehatan	16,18,48,50	19,21,31,33	8
	2. Memahami dampak merokok bagi lingkungan sekitar	52,54	35,37	4
	3. Waktu merokok	2,4,6,8,10,12,14	3,7,9,11,13,15,17	14
	4. Tempat untuk merokok	20,22,24,26	1,5,47,49	8
	5. Jenis rokok yang dikonsumsi	28,30,40,42	43,45,51,53	8
	6. Faktor yang mempengaruhi	32,34,36,38,44,46	23,25,27,29,39,41	12
Total		27	27	54

Tabel 3
Penilaian Skor Skala Dampak Negatif Perilaku Merokok

Jawaban	Item Favourabel	Item Unfavourabel
SS	4	1
S	3	2
TS	2	3
STS	1	4

Angket dikembangkan dalam kisi-kisi yang memuat tentang perilaku merokok, aspek, indikator, serta jumlah masing-masing item favourabel dan item unfavourabel. Sebelum angket digunakan untuk *pre-test* dan *post-test*, terlebih dahulu di uji validitas dan reliabilitasnya dengan menggunakan *try out*.

G. Validitas dan Reliabilitas

Penelitian ini menggunakan instrumen dalam bentuk angket, sebelum data dianalisis perlu diadakan uji coba terlebih dahulu untuk melihat validitas dan reliabilitasnya.

a. Validitas

Validitas merupakan suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Suatu instrumen yang valid atau sahih mempunyai validitas yang tinggi. Sebaliknya, instrumen yang kurang valid berarti memiliki validitas rendah. Validitas digunakan untuk mengungkap aspek pribadi individu, semakin tinggi validitasnya instrumen tersebut semakin valid.

Dalam penelitian ini yang digunakan untuk mengetahui tingkat kevalidan instrumen menggunakan program *SPSS for windows*. Kriteria kevalidan suatu instrumen adalah sebagai berikut:

- 1) Jika nilai r hitung $> r$ tabel, maka butir pernyataan angket atau kuesioner dinyatakan valid. Sebaliknya, apabila r hitung $< r$ tabel maka butir pernyataan angket atau kuesioner dinyatakan tidak valid.
- 2) Jika probabilitas (sig.) $\leq 0,05$ maka, butir pernyataan soal angket atau kuesioner dinyatakan valid. Akan tetapi sebaliknya, jika probabilitas (sig.) $\geq 0,05$ maka butir pernyataan angket atau kuesioner dinyatakan tidak valid.

b. Reliabilitas

Reliabilitas menunjuk pada pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik (Arikunto, 2010:221). Uji reliabilitas menunjukkan sejauh mana instrumen dapat memberikan hasil pengukuran yang konsisten apabila pengukuran dilakukan berulang-ulang. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan jenis reliabilitas internal karena data diperoleh dengan menganalisis data dari satu kali hasil pengujian. Uji reliabilitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan program *SPSS for windows* dengan kriteria sebagai berikut:

- 1) Jika nilai *Cronbach Alpha* variabel X lebih besar dari nilai r tabel maka instrumen tersebut adalah reliabel.

- 2) Jika nilai *Cronbach Alpha* variabel Y lebih besar dari nilai r tabel maka instrumen tersebut juga reliabel.

H. Prosedur Penelitian

1. Persiapan

- a. Pengajuan judul dan dilanjutkan dengan pengajuan proposal kepada dosen pembimbing.
- b. Meminta izin kepada pihak sekolah untuk dijadikan tempat penelitian.
- c. Merancang instrumen angket, angket yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu angket pemahaman perilaku merokok.
- d. Melakukan tryout terlebih dahulu sebelum angket digunakan untuk *pretest* dan *posttes*.
- e. Membuat pedoman pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama.
- f. Membuat suatu layanan bimbingan kelompok.

2. Pelaksanaan

- a. Pelaksanaan *pretest*
 - 1) Pelaksanaan *pretest* yang pertama dengan menyebar angket dengan maksud untuk mengetahui apakah siswa mempunyai pemahaman perilaku merokok yang rendah/tidak.
 - 2) Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan *pretest* yang akan dilaksanakan pada kelas XI MA N 1 Kota Magelang.

- 3) Peneliti membagikan angket kepada siswa di salah satu kelas XI dan kemudian menganalisis hasil *pretest* untuk diambil siswa sebagai sample. Baik kelas eksperimen maupun kelas kontrol.

3. Memberikan perlakuan (*Treatment*)

Dalam memberikan perlakuan ini digunakan pedoman pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama yang telah dibuat, namun pedoman ini hanya digunakan untuk kelompok eksperimen, sedangkan untuk kelompok kontrol hanya akan diberikan bimbingan kelompok namun tidak menggunakan teknik sosiodrama. Pada pelaksanaan bimbingan kelompok ini terlebih dahulu membuat kesepakatan waktu dengan 8 anggota kelompok kontrol dan eksperimen yang telah diambil berdasarkan hasil *pretest*. Dan kemudian bimbingan kelompok tersebut dilakukan dalam 8 kali pertemuan untuk kelompok eksperimen dan kontrol.

4. Pelaksanaan *posttest*

- a. Pelaksanaan *posttest* bertujuan untuk membandingkan hasil *pretest* dan *posttest* sehingga akan diketahui seberapa jauh pengaruh bimbingan kelompok teknik sosiodrama yang digunakan.
- b. Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan *posttest* yang akan dilaksanakan siswa.
- c. Peneliti menganalisis hasil *posttest* dan memberikan hasil interpretasi pada analisis tersebut, apakah terjadi kenaikan pada skor *posttest* angket atau tidak.

I. Metode Analisis Data

Teknik analisis data pada penelitian ini adalah dengan menggunakan SPSS 22,00. Analisis data dimulai dengan uji Mann-Whitney U test untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan. Alasan peneliti menggunakan uji Mann-Whitney U test pada penelitian ini adalah dikarenakan banyaknya sampel yang < 20 yang dimana peneliti menggunakan statistik non parametrik. Dalam statistik non parametrik, Mann-Whitney U test digunakan apabila peneliti ingin membandingkan perbedaan dua kelompok sampel yang independen (Yusuf, 2017:276).

Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang peneliti buat dimana peneliti ingin membandingkan perbedaan antara dua kelompok sampel yang independent yang dalam penelitian ini adalah kelompok eksperimen (A) dan kelompok kontrol (B) yang tidak memiliki hubungan/independent. Untuk itu sangat tepat apabila peneliti menggunakan uji Mann-Whitney U test dalam penelitian ini untuk menjawab hipotesis yang ada.

1. Uji Hipotesis

a. Uji Mann-Whitney U test

Uji Mann-Whitney U Test merupakan uji statistik non parametrik yang digunakan pada data ordinal atau interval. Sama halnya dengan uji t, Mann-Whitney U Test juga dapat digunakan untuk menganalisis ada tidaknya perbedaan antara rata-rata dua data yang saling independen. Pada penelitian ini Uji Mann-Whitney U Test

dilakukan terhadap data nilai posttest kenakalan remaja. Untuk menentukan diterima atau ditolaknya suatu hipotesis maka pada Uji Mann-Whitney U Test dapat dilihat dari kriteria berikut :

- 1) Jika Sig. (2-tailed) < 0.05 maka H_a diterima dan H_o ditolak
- 2) Jika Sig. (2-tailed) > 0.05 maka H_a ditolak dan H_o diterima

Adapun hipotesis yang akan diuji adalah:

H_o : Bimbingan kelompok teknik sosiodrama tidak dapat meningkatkan pemahaman dampak negatif perilaku merokok siswa.

H_a : Bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat meningkatkan pemahaman dampak negatif perilaku merokok.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Perilaku merokok merupakan kegiatan membakar sebatang rokok yang kemudian dihisapnya dan mengeluarkan asap dari mulutnya. Perilaku merokok jika dilakukan terus-menerus sejak usia dini maka akan menimbulkan berbagai macam penyakit diantaranya batuk, gangguan saluran pernafasan, kanker tenggorokan, kanker paru-paru, jantung, hipertensi, kanker mulut, dan lain sebagainya. Dengan adanya berbagai macam dampak negatif perilaku merokok tersebut, tidak membuat orang-orang jera untuk tidak mengkonsumsi rokok. Sudah banyak peringatan dan sosialisasi tentang bahaya merokok terhadap kesehatan tubuh, bahkan di kemasan rokok tertulis peringatan tentang bahaya merokok. Namun, tetap saja masih banyak masyarakat yang mengkonsumsi rokok terutama remaja. Apakah mereka tidak mengetahui dampak negatif dari merokok atau tidak peduli dengan dampak negatif merokok, namun yang jelas masih banyak remaja dan masyarakat yang merokok dan tidak memperdulikan kesehatannya apalagi kesehatan orang sekelilingnya.

Salah satu strategi layanan untuk memberikan pemahaman kepada siswa tentang dampak negatif perilaku merokok yaitu dengan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama yang nantinya akan di padukan dengan layanan bimbingan kelompok. Teknik sosiodrama ini

nantinya yang akan digunakan untuk memecahkan masalah yang terjadi melalui drama dengan cara bermain peran. Teknik ini digunakan untuk membantu siswa dalam meningkatkan pemahamannya tentang dampak negatif perilaku merokok.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa bimbingan kelompok teknik sosiodrama mampu meningkatkan pemahaman siswa tentang dampak negatif perilaku merokok. Hal ini dibuktikan dengan adanya perbedaan peningkatan skor *pre-test* dan *post-test* pada kelompok eksperimen dengan kelompok control. Sedangkan pada kelompok kontrol peningkatan tersebut tidak menunjukkan hasil yang signifikan. Selain itu, hal tersebut juga dibuktikan dengan hasil uji *Man Witney* yang memperoleh kesimpulan bahwa bimbingan kelompok teknik sosiodrama dapat meningkatkan pemahaman dampak negatif perilaku merokok pada siswa kelas XI IPS 4 Madrasah Aliyah Negeri 1 Kota Magelang.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka saran peneliti adalah sebagai berikut :

1. Bagi Guru pembimbing, hasil penelitian ini dapat digunakan untuk menangani siswa yang memiliki permasalahan pemahaman rendah terkait dampak negatif perilaku merokok. Dengan demikian, guru pembimbing dapat memberikan bimbingan kelompok teknik sosiodrama sebagai upaya untuk meningkatkan pemahaman dampak negatif perilaku merokok.
2. Bagi Sekolah, penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi dalam membantu menangani siswa yang memiliki pemahaman rendah terkait dampak negatif perilaku merokok. Penelitian yang dilakukan penulis ini dapat membantu siswa kelas XI IPS 4 dalam meningkatkan pemahaman siswa. Berdasarkan hasil tersebut, bimbingan kelompok dapat digunakan oleh tenaga pengajar untuk membantu siswa lainnya dalam meningkatkan pemahaman.
3. Bagi Peneliti selanjutnya, dalam menggunakan teknik sosiodrama untuk meningkatkan pemahaman siswa tentang dampak negatif perilaku merokok, peneliti perlu memperhatikan dan mempersiapkan naskah dramanya dengan baik, harus sejalan dengan permasalahan yang akan dibahas. Tujuannya adalah supaya pelaksanaan bimbingan kelompok teknik sosiodrama memperoleh hasil yang maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, Zaenal & Budiono Alif. 2010. *Dasar-dasar Bimbingan Kensingling*. Purwokerto: STAIN Press
- Abimanyu. 2012. Bahaya Merokok. <http://www.abay34.wordpress.com>. Diakses 5 Desember 2017
- Arikunto, Suharsini. 2006. *Prosedur Penelitian Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- _____. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bahri, Syaiful dan Zain, Aswan. 2006. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Dimiyati dan Mudjiono. 2009. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Djiwandono, S. E. W. 2008. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Grasindo.
- Gunawan. 2001. *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*. Surabaya: Terbit Terang.
- Hartinah, Siti. 2005. *Bimbingan Kelompok*. Bandung: PT Refika Aditama
- Indri Kemala Nasution. 2007. "Perilaku Merokok Pada Remaja". *Skripsi* (Tidak Diterbitkan). UNIV SUMUT
- Komasari, D. & Helmi, AF. 2000. Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Merokok Pada Remaja. *Jurnal Psikologi Universitas Gadjah Mada*, 2. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada Press.
- Penelitian, A., Wulansari, L., Idriansari, A., Studi, P., Keperawatan, I., Kedokteran, F., & Sriwijaya, U. (1994). PENGARUH TEKNIK MODELLING TERHADAP INTENSITAS MEROKOK
- Prayitno. 1995. *Layanan bimbingan dan konseling kelompok(Dasar dan Profil)*. Jakarta: Ghalia Indonesia
- _____. 2005. *Dasar-dasar Bimbingan dan Kensingling*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Roestiyah, N. K. 2001. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Romlah, T. 2001. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang.

- Sanjaya, Wina. 2007. *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Grup.
- Setiaji, G. D., Nusantara, E., & Artikel, I. (2014). Indonesian Journal of Guidance and Counseling : Theory and Application, 3(3), 38–43.
- Sitepoe, M. 2000. *Kekhususan Rokok Indonesia*. Jakarta: PT Grasindo
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CF Alfabeta
- Sukardi, D.K. 2003. *Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Susanti. 2014. Merokok Juga Berdampak Buruk bagi Perekonomian Keluarga. <http://nationalgeographic.co.id.com>. Diakses 10 Desember 2017
- Tohirin. 2008. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*. Jakarta. Raja Grafindo Persada
- Triswanto, Sugeng. 2007. *Stop Smooking*. Yogyakarta: Progrest Books
- Winkel, WS. 1997. *Psikologi Pengajaran*, Jakarta: Gramedia
- Yamin, Martinis. 2006. *Strategi Pembelajaran Berbasis Kompetensi*. Jakarta: Gaung Persada
- Yumaria. 2002. *Smoke Buku Panduan Ampuh Untuk Berhenti Merokok*. Jakarta: PT TrieXI Trimacindo
- Yusuf, A. Muri. 2017. *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabunga*. Jakarta: Prenadamedia Group.