

**PENINGKATAN PEMAHAMAN SISWA TENTANG BAHAYA
MEROKOK MELALUI BIMBINGAN KELOMPOK
DENGAN TEKNIK PSIKODRAMA**
(Penelitian pada Siswa Kelas VIII F SMP Negeri 10 Magelang)

SKRIPSI



Oleh :

**Ita Dwi Ambarwati
NPM. 12.0301.0043**

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

2017

**PENINGKATAN PEMAHAMAN SISWA TENTANG BAHAYA
MEROKOK MELALUI BIMBINGAN KELOMPOK
DENGAN TEKNIK PSIKODRAMA**
(Penelitian pada Siswa Kelas VIII F SMP Negeri 10 Magelang)

SKRIPSI

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

Oleh :

Ita Dwi Ambarwati
NPM. 12.0301.0043

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

2017

PERSETUJUAN

SKRIPSI BERJUDUL

PENINGKATAN PEMAHAMAN SISWA TENTANG BAHAYA MEROKOK MELALUI BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK PSIKODRAMA

(Penelitian pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 10 Magelang)

Oleh :

Nama : Ita Dwi Ambarwati

NPM : 12.0301.0043

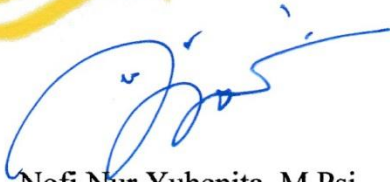
Telah Disetujui Oleh Dosen Pembimbing Skripsi
Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Magelang

Magelang, 31 Desember 2016

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II


Dr. Muhammad Japar, M.Si, Kons
NIDN. 0012096606


Nofi Nur Yuhenita, M.Psi
NIDN. 0609118701

PENGESAHAN

Telah Dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Skripsi dan disahkan oleh Dekan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan

Diterima dan disahkan oleh penguji :

Hari : Kamis

Tanggal : 19 Januari 2017

Ketua / Anggota : Dr. Muhammad Japar, M.Si., Kons. (.....)

Sekretaris / Anggota : Novi Nur Yuhenita, M.Psi (.....)

Penguji 1 : Drs. Subiyanto, M.Pd. (.....)

Penguji 2 : Dr. Riana Mashar, M.Si. P.Si (.....)



Mengesahkan,

Dekan FKIP

Drs. Subiyanto, M.Pd.

NIP. 19570807 198303 1 002

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ita Dwi Ambarwati
NPM : 12.0301.0043
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul Skripsi : Peningkatan Pemahaman Siswa Tentang Bahaya
Merokok Melalui Bimbingan Kelompok Dengan
Teknik Psikodrama

Menyatakan bahwa skripsi yang telah saya buat adalah hasil karya sendiri, apabila ternyata di kemudian hari merupakan hasil penjiplakan (plagiat) terhadap karya orang lain, saya bersedia mempertanggungjawabkan dan menerima sanksi berdasarkan aturan di Universitas Muhammadiyah Magelang.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tidak dipaksakan untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Magelang, 29 Desember 2016

Yang Menyatakan



Ita Dwi Ambarwati

NPM. 12:0301.0043

MOTTO

Barang siapa menghirup racun hingga mati maka racun itu akan berada di tangannya lalu dihirupkan (kepadanya) selama-lamanya di Neraka Jahannam
(HR Muslim)

PERSEMBAHAN

Dengan segenap rasa syukur kehadiran Allah SWT, skripsi ini dipersembahkan kepada :

1. Ayah, Ibu dan kakak tercinta, Nurhadi, Chamdiah, Eko Cahyono dan Yuliana Puspita yang selalu mendukung dan mendoakan dalam setiap langkah perjalananku.
2. Almamaterku tercinta, Prodi BK FKIP UMMagelang.

PENINGKATAN PEMAHAMAN SISWA TENTANG BAHAYA MEROKOK MELALUI BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK PSIKODRAMA

(Penelitian pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 10 Magelang)

Ita Dwi Ambarwati

ABSTRAKSI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik *psikodrama* terhadap peningkatan pemahaman tentang bahaya merokok siswa kelas VIII SMP Negeri 10 Kota Magelang.

Subjek penelitian dipilih secara *purposive sampling*. Metode penelitian ini menggunakan metode *quasi eksperimen desain* dengan jenis desain *pretest posttest control group design*. Subjek penelitian sebanyak 20 siswa, 10 siswa masuk dalam kelompok eksperimen yaitu kelompok yang diberikan perlakuan (bimbingan kelompok dengan teknik *psikodrama*) dan 10 siswa masuk dalam kelompok kontrol yaitu kelompok yang tidak diberikan perlakuan. Pengumpulan data menggunakan metode kuesioner. Teknik analisis data menggunakan analisis non parametrik *Mann Whitney* dengan bantuan program *SPSS for Windows versi 19.00*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *psikodrama* berpengaruh terhadap peningkatan pemahaman siswa tentang bahaya merokok. Hal ini dibuktikan dengan adanya perbedaan peningkatan pemahaman tentang bahaya merokok antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol, dimana peningkatan pemahaman kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Selain itu peningkatan pemahaman bahaya merokok siswa ditandai dengan perbedaan aspek dan indikator pemahaman bahaya merokok. Salah satunya adalah siswa yang semula tidak memahami bahaya merokok bagi kesehatan dirinya dan orang disekitarnya menjadi paham.

Kata kunci : Bimbingan Kelompok, Psikodrama, Bahaya Merokok

KATA PENGANTAR

Puji syukur dan terima kasih penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas nikmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Peningkatan Pemahaman Siswa Tentang Bahaya Merokok Melalui Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Psikodrama”.

Selama penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapat dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Ir. Eko Muh Widodo, MT., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Magelang yang telah memfasilitasi selama pendidikan.
2. Drs. Subiyanto, M. Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang yang telah memberi surat ijin.
3. Sugiyadi, M. Pd., Kons selaku Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Muhammadiyah Magelang yang telah memfasilitasi penyusunan skripsi
4. Dr. Muhammad Japar, M.Si, Kons dan Nofi Nur Yuhenita, M.Psi., selaku Dosen Pembimbing I dan II yang sabar membimbing dan memberikan dorongan serta bantuan dalam pembuatan skripsi.
5. Rahayu Prihatin, S.Pd., selaku Kepala Sekolah SMP N 10 Magelang, Prasetyo Argo P, S.Pd selaku Koordinator BK SMP N 10 Magelang, serta Lilik Sunaryati, S.Pd, selaku guru pembimbing SMP N 10 Magelang, yang

telah berkenan memberikan izin untuk melakukan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi

6. Seluruh siswa kelas VIII SMP N 10 Magelang yang telah membantu penulis dalam proses penelitian.
7. Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu per satu yang telah membantu selama penyusunan skripsi ini.

Masukan dan saran untuk perbaikan penulisan ini diterima dengan senang hati. Akhirnya semoga skripsi ini bermanfaat untuk kita semua, Amin.

Magelang, 29 Desember 2016

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PENEGASAN	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAKSI	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Pemahaman Siswa Tentang Bahaya Merokok.....	9
1. Pengertian Pemahaman Siswa Tentang Bahaya	
Merokok	9

2. Aspek-aspek Pemahaman Siswa Tentang	
Bahaya Merokok	15
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Merokok.....	32
4. Cara Meningkatkan Pemahaman Siswa	
Tentang Bahaya Merokok	35
B. Layanan Bimbingan Kelompok	36
1. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok	36
2. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok	38
3. Komponen Layanan Bimbingan Kelompok.....	40
4. Bentuk Layanan Bimbingan Kelompok	42
5. Manfaat Layanan Bimbingan Kelompok	44
6. Tahapan Pelaksanaan Bimbingan Kelompok.....	46
C. Psikodrama	49
1. Pengertian Psikodrama	49
2. Manfaat Psikodrama	51
3. Tujuan Psikodrama	52
4. Teknik-teknik Psikodrama	53
5. Komponen-komponen Psikodrama	54
6. Langkah-langkah Psikodrama	58
D. Peningkatan Pemahaman Siswa Tentang Bahaya	
Merokok Melalui Bimbingan Kelompok Dengan	
Teknik Psikodrama.....	59
E. Kerangka Berfikir	61

	F. Hipotesis	62
BAB III	METODE PENELITIAN.....	63
	A. Variabel Penelitian	63
	B. Definisi Operasional Variabel	63
	C. Subyek Penelitian	64
	D. Desain Penelitian	65
	E. Metode Pengumpulan Data	68
	F. Teknik Analisis Data	74
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	75
	A. Hasil Penelitian	75
	1. Pelaksanaan Penelitian	75
	2. Analisis Deskriptif Variabel Penelitian.....	81
	3. Uji Hipotesis.....	85
	B. Pembahasan	86
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN.....	89
	A. Kesimpulan	89
	B. Saran	90
	DAFTAR PUSTAKA	92
	LAMPIRAN	96

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Rancangan Penelitian <i>Pretest-posttest Control Group Desain</i>	66
2. Kisi-kisi Modul Bimbingan Kelompok	66
3. Penilaian Skor Skala Pemahaman Bahaya Merokok	69
4. Kisi-kisi Skala Variabel Pemahaman Bahaya Merokok	69
5. Uji Validitas Instrumen	71
6. Kisi-kisi Skala Pemahaman Bahaya Merokok setelah tryout	72
7. Kategori Skor Skala Pemahaman Bahaya Merokok	75
8. Hasil Skor <i>Pre Test</i>	76
9. Hasil Skor <i>Post test</i>	81
10. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian	82
11. Hasil analisa skor <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> skala pemahaman bahaya Merokok kelompok eksperimen.....	83
12. Hasil analisa skor <i>pretets</i> dan <i>posttest</i> skala pemahaman bahaya Merokok kelompok kontrol	84

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Berfikir	62
2. Grafik Peningkatan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen	83
3. Grafik Peningkatan <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Kelompok Kontrol	84

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Ijin Penelitian dan Keterangan Penelitian	97
2. Hasil <i>Try Out</i> Skala Pemahaman Bahaya Merokok.....	100
3. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen	102
4. Kisi-kisi Skala Pemahaman Bahaya Merokok	109
5. Skala Pemahaman Bahaya Merokok.....	111
6. Data <i>Pre Test</i> Skala Pemahaman Bahaya Merokok	115
7. Modul Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama	117
8. RPL dan Hasil Pelaksanaan Bimbingan Kelompok	173
9. Jadwal Pelaksanaan Bimbingan Kelompok	224
10. Data <i>Post Test</i> Skala Pemahaman Bahaya Meokok	226
11. Hasil Uji Wilcaxon Mann Whitney	228
12. Daftar Hadir Pelaksanaan Bimbingan Kelompok	231
13. Dokumentasi	238

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Remaja mengalami perubahan fisik yang cepat sehingga menyamai orang dewasa, tetapi emosinya belum bisa mengikuti perkembangan jasmaninya. Masa remaja yang penuh dengan konflik, baik konflik dengan dirinya sendiri, konflik dengan teman sebaya maupun konflik dengan lingkungan sosialnya, dan pada masa remaja juga sering timbul rasa keputusasaan, ingin menyendiri maupun perilaku membahayakan dan sering membuat orang tua menjadi marah, takut, gelisah, cemas, dan khawatir.

Remaja, dalam proses perkembangannya dapat mengalami perilaku menyimpang atau sering disebut kenakalan remaja seperti membolos sekolah, merokok, tawuran, menggunakan bahan narkotika, perkelahian antar geng. Salah satu indikator kondisi emosi remaja sangat mudah terpengaruh oleh remaja lainnya sehingga hal-hal negatif cepat memasuki dunia remaja seperti kenakalan remaja merokok yang mempengaruhi perkembangan remaja baik perkembangan fisik maupun perkembangan psikisnya. Merokok merupakan salah satu kebiasaan yang lazim ditemui dalam kehidupan sehari-hari. Kenyataan sering dijumpai remaja merokok di tempat umum seperti di pasar, di lingkungan sekolah, diluar area sekolah bahkan di lingkungan rumah. Kebiasaan merokok terbukti dikalangan remaja dengan berkembangnya perokok pemula dikalangan SMA, SMP bahkan SD (Depkes, 2012).

Hasil penelitian Rahmat dkk (2013:502-508) menemukan bahwa Indonesia mengalami peningkatan terbesar perilaku merokok yang cenderung dimulai pada usia yang semakin muda. Pada usia 10 – 14 tahun, terdapat 2,0% remaja yang merokok, 0,7% diantaranya merokok setiap hari dan 1,3% perokok kadang-kadang dengan rerata konsumsi 10 batang rokok perhari. Merokok sudah menjadi bagian hidup masyarakat bahkan sudah menjadi gaya hidup para remaja. Rokok terbuat dari daun tembakau yang dicacah dan mengandung nikotin yang membuat ketergantungan dan menjadi kebiasaan. Kebiasaan merokok dapat menimbulkan masalah kesehatan.

Kebiasaan merokok dapat menimbulkan resiko timbulnya berbagai macam penyakit seperti penyakit kanker paru-paru, kanker esofagus, kanker rongga mulut, bronkhitis, kanker laring, penyakit jantung, gangguan pembuluh darah, tekanan darah tinggi, impotensi serta gangguan pada kehamilan dan cacat pada janin. Bahaya merokok tidak hanya dirasakan oleh si perokok tetapi berdampak juga pada orang yang berada disekitar perokok yang sering disebut perokok pasif yaitu orang-orang yang berada disekitar perokok aktif sehingga turut menghirup berbagai senyawa kimia yang terkandung dalam asap rokok (Rusip, 2011:103). Bahaya merokok merusak kesehatan, biasanya kerusakan pada seseorang yang diakibatkan dari merokok akan terakumulasi sedikit demi sedikit dan baru dapat dirasakan langsung akibatnya dalam beberapa tahun atau beberapa puluh tahun kemudian.

Pada sebagian siswa SMP yang sudah merasakan nikmatnya merokok, ada kecenderungan malas untuk belajar karena siswa lebih banyak menyukai

merokok dengan berkumpul bersama teman-temannya. Remaja perokok semakin meningkat konsumsi rokoknya saat tubuh menginginkan nikotin. Rasa sensitif terhadap nikotin tersebut juga akan berpengaruh terhadap otak. Abdullah (2010 : 10) menyatakan bahwa apabila rokok telah dikonsumsi sejak usia dini akan mempengaruhi fungsi otak. Jika remaja perokok terus menerus menghisap rokok, maka akan terjadi penumpukan nikotin di otak.

Hasil penelitian Prasadja (2008:202) mengatakan bahwa penumpukan nikotin dan berbagai macam zat itulah akan berpengaruh terhadap kondisi stamina fisik dan berpengaruh pula secara tidak langsung terhadap motivasi belajar remaja, nilai pelajaran, prestasi akademik, performa kelulusan dan masa depan pendidikan perokok. Perokok berasal dari berbagai kelas sosial, status, serta kelompok umur yang membedakan. Hal ini terjadi karena rokok dapat dengan mudah didapatkan. Remaja sebagai masa depan bangsa juga tidak lepas dari pengaruh rokok. Pengawasan yang kurang dari orang tua menjadikan remaja semakin leluasa dalam merokok. Seringkali remaja melakukan perbuatan-perbuatan menurut normanya sendiri karena terlalu banyak menyaksikan ketidakkonsistenan di masyarakat yang dilakukan orang tua dan masyarakat. Misalnya, seorang guru melarang siswanya merokok padahal guru tersebut adalah perokok.

Kenyataan yang terjadi di Indonesia kegiatan merokok seringkali dilakukan individu dimulai di sekolah menengah pertama, bahkan mungkin sebelumnya. Sering terlihat di jalan atau tempat yang biasa dijadikan sebagai tempat “nongkrong” anak-anak tingkat sekolah menengah banyak siswa yang

merokok. Bahkan siswa merokok dilingkungan sekolah yang sudah jelas terdapat peraturan “dilarang merokok atau membawa rokok dilingkungan sekolah”. Menurut mereka merokok merupakan lambang pergaulan. Dalam pikiran mereka merokok lambang kedewasaan. Sebagai seorang remaja mereka menggunakan berbagai cara agar terlihat dewasa. Seperti halnya yang diungkap oleh Hurlock (1999:24) bahwa “Remaja ingin mencoba melakukan apa yang sering dilakukan oleh orang dewasa, dengan sembunyi-sembunyi remaja pria mencoba merokok karena seringkali mereka melihat orang dewasa melakukannya”.

Masa remaja merupakan sesuatu yang sama pentingnya dengan kedewasaan yakni solidaritas kelompok dan melakukan apa yang dilakukan oleh kelompok. Dalam kelompok remaja telah melakukan kegiatan merokok maka individu remaja harus melakukannya juga. Merokok seperti sebuah hal yang umum dikalangan siswa SMP, bagi mereka merokok dapat meningkatkan harga diri mereka di mata orang lain. Merokok dianggap *gentlemen* dan lelaki-lakian. Bahkan sebagian dari mereka ada yang merokok hanya takut dibilang banci. Sangat menyedihkan perilaku merokok sudah masuk area pendidikan yang seharusnya bebas rokok.

Pemahaman tentang bahaya merokok masih kurang diterapkan dalam kalangan remaja atau remaja mengabaikan akan bahaya merokok. Pengetahuan tentang penggunaan tembakau berbahaya bagi kesehatan mereka, namun banyak aspek dari penggunaan tembakau yang belum cukup dijelaskan sehingga tidak dimengerti dengan baik oleh kebanyakan pengguna

tembakau. Siswa yang memiliki indikator pemahaman tentang bahaya merokok rendah terdapat di SMP Negeri 10 Magelang terbukti bahwa ada siswa ketahuan merokok dilingkungan sekolah dan ketahuan membawa rokok didalam tasnya.

Guru pembimbing telah melakukan usaha dengan memasang pamflet yang berisi gambar peringatan bahaya merokok di tempat yang mudah dilihat siswa, memasang tulisan “area bebas rokok” dan “dilarang merokok”, menerapkan tata tertib pelanggaran merokok dan sanksi jika melanggar. Usaha yang dilakukan kurang efektif sehingga memberi gambaran kepada peneliti untuk melakukan penelitian menggunakan salah satu layanan dalam konseling yaitu bimbingan kelompok untuk memberi pemahaman siswa. Bimbingan dan konseling adalah pelayanan bantuan untuk peserta didik, baik secara perorangan maupun kelompok, agar mampu mandiri dan berkembang secara optimal, dalam bidang pengembangan kehidupan pribadi, kehidupan sosial, kemampuan belajar, dan perencanaan karir melalui berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung, berdasarkan norma-norma yang berlaku.

Upaya untuk membantu siswa yang memiliki pemahaman tentang bahaya merokok rendah dapat dilakukan dengan memberi bimbingan kelompok agar masalah pemahaman siswa dapat teratasi dengan diberi bimbingan kelompok mengenai materi tentang bahaya merokok sehingga diharapkan siswa yang merokok dapat mengurangi kebiasaan merokok. Ini sesuai dengan fungsi bimbingan kelompok yaitu fungsi pencegahan yang merupakan tercegahnya atau terhindarnya peserta didik dari berbagai

permasalahan yang mungkin timbul akan dapat mengganggu, menghambat ataupun menimbulkan kesulitan dan kerugian-kerugian tertentu dalam proses perkembangannya (Prayitno, 2004:35).

Penelitian lain dilakukan oleh Wahyono dan Maharani (2010) dengan judul penelitian Peningkatan Pengetahuan Tentang Bahaya Merokok Pada Siswa SLTP Negeri Limbangan Kendal. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan metode ceramah disertai penggunaan gambar dan diagram tentang bahaya merokok. Selanjutnya dilakukan metode diskusi mengenai cara menghindari kebiasaan merokok dan dilanjutkan tanya jawab. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa *skor* pemahaman tentang bahaya merokok siswa mengalami peningkatan dari sebelumnya sebesar 5,6 meningkat menjadi 8,75.

Penjelasan mengenai hasil penelitian yang dilakukan oleh Wahyono dan Maharani, maka dari itu peneliti bermaksud untuk menguji pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama. Bimbingan kelompok diharapkan dapat digunakan sebagai salah satu bentuk layanan bimbingan dan konseling untuk diberikan kepada siswa untuk meningkatkan pemahaman bahaya merokok, selain itu peneliti menerapkan teknik *psikodrama* melalui dinamika kelompok karena perlu adanya pemahaman secara langsung dengan mengajak siswa untuk belajar memainkan drama bahaya merokok agar mereka bisa merasakan, memahami dan dapat dijadikan acuan dari dampak yang akan ditimbulkan apabila kecanduan merokok. Didalam psikodrama

individu memerankan situasi dramatis yang dialaminya pada waktu lampau, sekarang dan antisipasi waktu mendatang.

Damayanti (2012:45) berpendapat bahwa *psikodrama* adalah upaya pemecahan masalah melalui drama. Pendapat tersebut dapat dimaknai bahwa peserta didik yang mempunyai masalah dan mengalami kesulitan memerankan sebuah permainan peran agar peserta didik mampu mengeksplorasi perilaku yang berguna untuk menyelesaikan masalahnya. Psikodrama cocok digunakan untuk peserta didik usia remaja yang cenderung mengikuti keinginan, opini, pendapat, kebiasaan dan keinginan teman sebaya. Psikodrama diharapkan tepat untuk meningkatkan pemahaman siswa terhadap bahaya merokok karena dengan bermain peran dalam psikodrama siswa selain mengekspresikan perasaan dan pikiran yang mengganjal, tetapi juga merencanakan dan berlatih untuk menghadapi situasi buruk atau kesulitan yang akan terjadi.

Melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama diharapkan siswa mampu mengetahui hal-hal yang berkaitan dengan bahaya merokok dan dapat meningkatkan pemahaman mengenai bahaya merokok bagi kesehatan dirinya dan orang lain.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah pemahaman siswa tentang bahaya merokok dapat ditingkatkan melalui bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *psikodrama*?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah bimbingan kelompok dengan teknik *psikodrama* dapat meningkatkan pemahaman siswa tentang bahaya merokok atau tidak.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada berbagai pihak, antara lain sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dalam penelitian ini adalah untuk menambah khasanah keilmuan tentang peningkatan pemahaman siswa tentang bahaya merokok.

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dalam penelitian ini adalah untuk memberi masukan kepada guru pembimbing agar bisa meningkatkan pemahaman siswa terhadap bahaya merokok dan dapat membantu siswa untuk dapat menjauhi rokok.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pemahaman Siswa Tentang Bahaya Merokok

1. Pengertian Pemahaman Siswa Tentang Bahaya Merokok

Proses belajar terdapat tahapan untuk memaknai hasil proses belajar tersebut. Karena pada dasarnya setiap mempelajari sesuatu hal pasti terlebih dahulu membutuhkan pemahaman sebagai dasar pengaplikasian hasil belajar tersebut. Pemahaman menurut Uno (2009:140) dapat diartikan sebagai kemampuan seseorang dalam mengartikan, menafsirkan, menerjemahkan atau menyatakan sesuatu dengan caranya sendiri tentang pengetahuan yang pernah diterimanya. Menurut Fajri (2008:608) pemahaman adalah proses, perbuatan dan cara memahami.

Sedangkan menurut Hamalik (2007:78) menyatakan bahwa pemahaman termasuk dalam klasifikasi ranah kognitif tingkat 2 setelah pengetahuan. Pemahaman merupakan kemampuan untuk menangkap makna dan arti dari bahan yang dipelajari. Dalam tingkat ini, siswa mengetahui apa yang dikomunikasikan dan dapat menggunakan bahan atau gagasan tanpa perlu menghubungkannya dengan materi lain atau melihat implikasinya.

Berdasarkan pendapat Uno, Fahri, dan Hamalik dapat dipahami bahwa pemahaman merupakan proses kemampuan seseorang dalam

menangkap makna dan arti yang sedang dipelajari. Indikator pemahaman yang dapat ditangkap dari keempat pengertian tersebut pada dasarnya sama, yaitu dengan memahami sesuatu seseorang dapat mengartikan, menafsirkan, menerjemahkan, mencontohkan, mengklasifikasikan, merangkum, menyimpulkan, membandingkan, menjelaskan dan menginterpretasikan.

Indikator pemahaman menunjukkan bahwa pemahaman mengandung makna lebih luas atau lebih dalam dari pengetahuan. Dengan pengetahuan seseorang belum tentu memahami sesuatu yang dimaksud secara mendalam, hanya sekedar mengetahui tanpa bisa menangkap makna dan arti dari sesuatu yang dipelajari. Sedangkan dengan pemahaman, seseorang tidak hanya bisa menghafal sesuatu yang dipelajari, tetapi juga mempunyai kemampuan untuk menangkap makna dari sesuatu yang dipelajari juga mampu memahami konsep dari pelajaran tersebut.

Sudjana (2001:24) membedakan pemahaman kedalam tiga tingkatan, yaitu:

- a. Tingkatan rendah. Merupakan tingkat pemahaman terjemahan. Mulai dari terjemahan ke dalam arti yang sebenarnya. Misalnya dari bahasa Inggris ke bahasa Indonesia, mengartikan Bhineka tunggal Ika, menerapkan prinsip-prinsip listrik dalam memasang sakelar dan sebagainya.

- b. Tingkatan penafsiran. Yaitu menghubungkan bagian-bagian terdahulu dengan yang diketahui berikutnya, atau menghubungkan beberapa bagian dari grafik dengan kejadian, membedakan yang pokok dan yang bukan pokok.
- c. Tingkatan ekstrapolasi. Tingkatan ini merupakan tingkat tertinggi dalam pemahaman. Dengan ekstrapolasi diharapkan seseorang mampu melihat dibalik yang tertulis, meramalkan konsekuensi atau dapat memperluas persepsi dalam arti waktu, dimensi, kasus, ataupun masalahnya.

Pendapat Sudjana tersebut dapat dipahami bahwa pemahaman terbagi dalam tiga tingkatan, yaitu tingkatan rendah, tingkatan penafsiran, dan yang paling tinggi adalah tingkatan ekstrapolasi. Tingkatan-tingkatan tersebut terjadi secara bertahap, mulai dari yang paling rendah sampai yang paling tinggi.

Siswa adalah individu yang memiliki kepribadian, tujuan, cita-cita hidup dan potensi diri, oleh karena itu tidak dapat diperlakukan semena-mena. Siswa adalah orang yang memiliki pilihan untuk menuntut ilmu sesuai dengan cita-cita dan harapan masa depannya. Siswa adalah sosok manusia sebagai individu/pribadi manusia seutuhnya atau orang yang tidak bergantung dari orang lain dalam arti benar-benar seorang pribadi yang menentukan diri sendiri dan tidak dipaksa dari luar, mempunyai sifat dan keinginan sendiri (Prihatin, 2011:57).

Siswa merupakan pribadi yang otonom, yang ingin diakui keberadaannya. Selaku pribadi yang memiliki ciri khas dan otonom, ia ingin mengembangkan diri (mendidik diri) secara terus menerus guna memecahkan masalah hidup yang dijumpai sepanjang hidupnya, (Tirtarahardja dan Sulo, 2005:52).

Siswa dalam hal ini adalah mereka yang saat ini berada pada usia sekolah menengah pertama (SMP) dimana mereka dikategorikan sebagai remaja. Remaja atau *adolescence* berasal dari bahasa latin *adolescere* yang artinya tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Istilah tersebut sebenarnya memiliki istilah yang cukup luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik. Masa remaja berlangsung antara umur 13 tahun sampai dengan 18 tahun (Hurlock, 2004:206)

Masa remaja salah satu periode dari perkembangan manusia. Masa ini merupakan masa peralihan. Disebut peralihan karena masa ini adalah masa transisi seseorang dari kanak-kanak menuju dewasa. Pada tahap perkembangan ini, seorang remaja akan mengalami banyak perubahan dalam diri mereka. Meliputi perubahan biologik, perubahan psikologik, dan perubahan sosial. Perubahan-perubahan tersebut menjadikan masa remaja menjadi masa yang unik dan penuh dinamika.

Penjelasan dari Prihatin, Tirtarahardja dan Hurlock tersebut dapat dipahami bahwa yang disebut dengan siswa, dalam hal ini siswa sekolah menengah pertama (SMP), adalah mereka yang berusaha

mengembangkan dirinya melalui proses pendidikan pada jenjang sekolah menengah pertama (SMP) dan masuk dalam batasan remaja karena rata-rata mereka antara 12-15 tahun dan mengalami berbagai perubahan yang menyebabkan berubahnya status dan tugas perkembangan mereka.

Merokok sudah menjadi sebuah hal yang umum disetiap kalangan. Karena perilaku merokok berasal dari berbagai kelas sosial, status, serta kelompok umur yang berbeda. Hal ini karena rokok dapat dengan mudah didapatkan. Sehingga bahaya merokok sangat mengancam kesehatan.

Rokok adalah hasil olahan tembakau terbungkus termasuk cerutu atau bahan lainnya yang dihasilkan dari tanaman *Nicotiana Tabacum*, *Nicotiana Rusticadan* spesies lainnya atau sintesisnya yang mengandung nikotin dan tar dengan atau tanpa bahan tambahan (Tendra, 2003:14). Pendapat Tendra sesuai dengan pernyataan Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2003 yang menjelaskan bahwa rokok adalah hasil olahan tembakau terbungkus termasuk cerutu atau bentuk lainnya yang dihasilkan dari tanaman *Nicotiana Tabacum*, *Nicotiana Rustica* dan Spesies lainnya atau sintetisnya yang mengandung nikotin dan tar dengan atau tanpa bahan tambahan. Menurut jaya (dalam Riski,2013:19) rokok adalah Silinder dari kertas berukuran panjang antara 70 hingga 120 mm (berfariasai tergantung

negara) dengan diameter 10mm yang berisi daun tembakau yang telah dicacah.

Memahami pengertian rokok dari Tendra, PP dan Jaya tersebut, dapat dirumuskan bahwa rokok adalah silinder dari kertas yang berukuran panjang terbuat dari hasil olahan daun tembakau yang mengandung nikotin dan tar.

Kandungan rokok yang berbahaya begitu banyak mengandung racun yang sangat membahayakan tubuh manusia, sehingga secara Etimologi kata” rokok” berasal dari bahasa Belanda yaitu “roken” yang artinya “merokok”. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2008), rokok dapat diartikan sebagai gulungan tembakau (kira-kira sebesar kelingking) yang dibungkus (daun nipah, kertas), dan merokok dapat diartikan menghisap rokok. Jadi bila diartikan kata tersebut, merokok adalah Menghisap gulungan tembakau yang dibungkus oleh daun nipah, kertas.

Menurut Istiqomah (2003:42) perilaku merokok adalah menyengaja menghisap asap rokok, padahal asap rokok tersebut mengandung nikotin dan tar yang bersifat membahayakan kesehatan. Merokok dalam wacana keseharian adalah suatu perbuatan yang terlanjur mendapat stigma buruk di masyarakat. Tidak bisa dipungkiri, bagaimanapun juga merokok dalam kajian medis (kesehatan) adalah tindakan yang merugikan kesehatan baik bagi perokok aktif maupun perokok pasif (Sukendro, 2007:18)

Memahami pengertian merokok dari KBBI, Istiqoma dan Sukendro dapat dirumuskan bahwa yang dimaksud dari bahaya merokok merupakan kegiatan menghisap asap rokok yang didalamnya mengandung zat-zat tertentu yang dapat membahayakan kesehatan penghisap rokok sehingga masyarakat mengecap buruk rokok yang dapat membahayakan kesehatan tidak hanya kesehatan perokok namun juga kesehatan orang lain yang ikut menghisap asap rokok yang dihembuskan.

Pemahaman siswa tentang bahaya merokok merupakan kemampuan peserta didik pada Sekolah Menengah Pertama (SMP) untuk mengerti, memahami, menginterpretasikan, menjelaskan dan mengklasifikasikan tentang bahaya merokok yang dapat membahayakan kesehatan diri sendiri maupun orang lain yang berada disekitar perokok yang dapat terkena imbas dari rokok.

2. Aspek-aspek Pemahaman Siswa Tentang Bahaya Merokok

Taksonomi dalam bidang pendidikan, digunakan untuk klasifikasi tujuan instruksional; ada yang menamakannya tujuan pembelajaran, tujuan penampilan, atau sarana belajar, yang digolongkan dalam tiga klasifikasi umum atau ranah(domain), yaitu (1) ranah kognitif, berkaitan dengan tujuan belajar yang berorientasi pada kemampuan berfikir; (2) ranah afektif berhubungan dengan perasaan, emosi, sistem nilai, dan sikap hati; (3) ranah psikomotor, berorientasi pada ketrampilan motorik atau penggunaan otot kerangka.

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan menjelaskan secara benar objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan, mengklasifikasikan, menyimpulkan terhadap objek yang dipelajari (Bloom, 2010:44).

Dapat disimpulkan bahwa proses memahami mengandung aspek yang begitu luas yang dapat dijabarkan sebagai mana dapat dijadikan indikator pemahaman bahaya merokok sebagai berikut, yaitu : 1) mengklasifikasikan 2) menjelaskan dan 3) menginterpretasikan. Aspek pemahaman menunjukkan bahwa pemahaman mengandung makna lebih luas atau lebih dalam dari pengetahuan. Pemahaman siswa tentang bahaya merokok antara lain :

- a. Menginterpretasikan tentang kandungan-kandungan yang terdapat didalam rokok

Rokok banyak mengandung bahan zat berbahaya. Salah satu bahan yang ada dalam rokok adalah nikotin. Nikotin merupakan bahan kimia berminyak yang tidak berwarna dan merupakan racun paling keras (Istiqomah, 2003 : 18). Rokok diketahui mengandung 4000 bahan kimia berbahaya. Zat kimia yang terkandung pada asap rokok yang membahayakan kesehatan manusia banyak jenisnya. Gejala kecanduan yang diakibatkan dari merokok berupa diare, muntah, kejang-kejang dan sesak nafas. Kandungan yang terdapat pada rokok yaitu :

a. Tar

Yang dimaksud dengan tar adalah senyawa *polinuklir hidrokarbon* aromatika yang bersifat *karsinogenik* (PP RI No. 19 Tahun 2003). Tar terbentuk selama pemanasan tembakau dan kadar tar yang terdapat asap rokok inilah yang menyebabkan adanya resiko kanker (Sukendro, 2007:83). Tar merupakan zat kimia bersifat lengket sehingga bisa menempel di paru-paru jadi zat kimia ini lah yang dapat menyebabkan kanker dan penyakit lainya yang dapat menyerang organ tubuh.

b. Gas CO (Karbon Monoksida)

Gas CO yang dihasilkan dari sebatang rokok dapat mencapai 3-6%, gas ini dapat dihisap oleh siapa saja. Oleh orang yang merokok atau orang yang terdekat dengan si perokok. Gas CO mempunyai kemampuan meningkat *hemoglobin* (HB) yang terdapat dalam sel darah merah (*eritrosit*) lebih kuat dibanding O₂, sehingga setiap ada asap rokok disamping kadar O₂ udara yang sudah berkurang, ditambah lagi sel darah merah akan semakin kekurangan O₂, oleh karena yang diangkut adalah CO dan bukan O₂. Sel tubuh yang menderita kekurangan O₂ akan berusaha meningkatkan yaitu melalui kompensasi pembuluh darah dengan jalan menciut atau *sepasme*. Bila proses *sepasme* berlangsung lama dan terus menerus maka pembuluh darah akan mudah rusak dengan terjadinya proses *aterosklerosis* (penyempitan). Penyempitan

pembuluh darah akan terjadi di otak, jantung, paru, ginjal, kaki, saluran peranakan, dan ari-ari pada wanita hamil. Dapat dipahami penyempitan itu dapat berakibat sumbatan di otak, penyempitan pembuluh darah jantung, penyakit paru menahun, betis menjadi sakit hingga pembusukan kering (*gangrene*), kemandulan, keguguran atau kematian bayi dalam kandungan, atau bayi lahir prematur atau cacat (Sitepoe, 2000:27)

c. Nikotin

Nikotin adalah zat atau senyawa *pirolidin* yang terdapat dalam *Nicotiana Tobacu*, *Nicotiana Rustica* dan spesies lainnya atau sintesisnya yang bersifat adiktif dapat mengakibatkan ketergantungan (PP RI No.19 Tahun 2003). Formula kimia dari nikotin adalah $C_{10}H_{14}N_2$ yaitu cairan berminyak yang beracun dan tidak berwarna atau terkadang berwarna kekuningan. Nikotin merupakan obat perangsang yang memiliki efek berlawanan yaitu memberikan rangsangan sekaligus menenangkan. Nikotin menyebabkan ketagihan karena dapat memicu *dopamine* yaitu unsur kimia di dalam otak yang berhubungan dengan perasaan senang (Yumaria, 2002:17).

d. Timah Hitam (Pb)

Merupakan partikel dalam asap rokok. Setiap satu batang rokok yang dihisap diperhitungkan mengandung 0,5 mikrogram timah hitam. Bila seseorang menghisap rokok lebih dari 20 batang

perhari, maka kadar Pb dalam tubuh mencapai lebih dari 20 mikogram, sedangkan batas bahaya kadar Pb dalam tubuh adalah 20 mikogram perhari (Sitepoe, 2000:56).

Zat kimia yang terkandung dalam rokok ada empat kandungan senyawa yang berbahaya yaitu Tar senyawa yang terdapat pada asap rokok menyebabkan resiko kanker, Gas CO (Karbon Monoksida) kandungan gas yang dapat dihirup oleh siapa saja perokok aktif maupun pasif, Nikotin merupakan kandungan zat ketergantungan, yang membuat perokok semakin sulit untuk berhenti merokok, Timah Hitam (Pb) partikel dalam asap rokok yang mampu menaikkan kadar Pb dalam tubuh secara cepat. Efek rokok tidak hanya mempengaruhi kesehatan perokok saja, tetapi juga mempengaruhi kesehatan orang di sekitarnya yang tidak merokok, karena terpapar asap rokok tersebut yang disebut perokok pasif.

b. Mengklasifikasikan dampak merokok

1. Dampak Merokok Bagi Kesehatan

Merokok dapat menimbulkan berbagai dampak negatif yang sangat berpengaruh bagi kesehatan (Ogden, 2000:21). Mereka sangat menikmati benda yang terbuat dari lentengan tembakau tersebut, keasyikan menikmati rokok tidak diimbangi dengan pengetahuan tentang bahaya merokok bagi kesehatan. Merokok bukanlah penyebab suatu penyakit tetapi dapat

memicu suatu jenis penyakit sehingga merokok dapat dikatakan tidak menyebabkan kematian, tetapi dapat mendorong munculnya jenis penyakit yang dapat mengakibatkan kematian. Berbagai macam anggota tubuh dapat terkena penyakit yang disebabkan oleh rokok.

Berbagai macam anggota tubuh dapat terkena penyakit yang disebabkan oleh rokok. Bagian-bagian tubuh dan penyakit yang ditimbulkan akibat rokok (Sukendro, 2007:84-85; Yumaria, 2002:16-27) :

- 1) Mata, rokok dapat menyebabkan katarak dan menyebabkan kebutaan. Resiko perokok adalah tiga kali lebih tinggi dibanding dengan bukan perokok.

- 2) Mulut, Tenggorokan, Pita Suara dan Esofagus

Rokok dapat menyebabkan kanker pada tubuh mulut, tenggorokan, pita suara dan esofagus dan dapat menyebabkan penyakit gusi, pilek dan kerongkongan kering. Lebih dari 90% penderita kanker mulut adalah perokok dan tingkat kematian penderita kanker mulut pada perokok lebih besar 20 sampai dengan 30 kali dibandingkan dengan penderita kanker mulut yang bukan perokok.

- 3) Gigi, pada perokok resiko menderita *periodontitis* (gusi terbakar yang mengarah ke infeksi dan akan merusak jaringan halus dan tulang) sebesar 10 kali lebih tinggi.

- 4) Paru – paru, penyakit yang diderita oleh perokok pada fungsi tubuh paru-paru adalah kanker paru-paru, pnemonia, bronkitis, asma dan batuk kronis. Kematian akibat kanker paru-paru yang disebabkan oleh rokok berkisar lebih dari 80%. Selain itu, studi di Finlandia menunjukkan bahwa merokok pasif menyumbang timbulnya penyakit asma pada orang dewasa. Dan di Inggris, studi yang dilakukan oleh national Asma Campaign menunjukkan bahwa rokok memicu serangan asma pada 80% penderita.
- 5) Perut, penyakit akibat merokok yang menyerang perut adalah kanker perut dan lambung. Peneliti menunjukkan bahwa tingkat resiko kanker perut berbanding lurus dengan jumlah dan lama merokok.
- 6) Ginjal, kanker ginjal dapat juga menyerang perokok dan kanker ini lebih sering ditemukan diantara perokok dibandingkan dengan yang tidak merokok.
- 7) Pankreas, tingkat kesembuhan kanker pankreas tidak lebih dari 4% pada penderita yang lebih dari lima tahun menderita kanker ini.
- 8) Kantung Kemih, kanker kandung kemih merupakan salah satu resiko yang dapat diderita oleh perokok.
- 9) Leher Rahim, kanker juga dapat menyerang di bagian leher rahim pada perokok.

10) Kehamilan, pada ibu hamil, merokok dapat menyebabkan bayi lahir prematur, berat badan lahir rendah dan keguguran. Menurut WHO, wanita merokok pada negara maju adalah 15%, pada negara berkembang adalah 8%. Sedangkan di Amerika Serikat, wanita perokok mencapai 15%-30% dan sebagian dari mereka adalah wanita hamil.

11) Tulang, merokok dapat menyebabkan tulang rapuh.

12) Darah, resiko terkena kanker darah (leukimia) pada perokok adalah 1,53 sedangkan pada mantan perokok adalah 1,39.

Hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap obyek melalui indra yang dimilikinya seperti mata, hidung, telinga, dan sebagainya, sehingga orang harus bisa menjaga kestabilan anggota tubuhnya dengan menjaga kesehatan organ tubuhnya dengan cara menjauhi rokok agar tetap dapat hidup sehat setidaknya orang dapat menjaga kesehatan.

2. Dampak Merokok Bagi Lingkungan

Merokok selain berbahaya bagi tubuh pengguna juga berbahaya bagi orang disekitarnya. Asap rokok mengandung ribuan bahan kimia beracun dan bahan-bahan yang dapat menimbulkan kanker (karsinogen). Bahkan bahan berbahaya dan racun dalam rokok tidak hanya mengakibatkan gangguan kesehatan pada orang yang merokok, namun juga kepada orang-

orang disekitarnya yang tidak merokok yang sebagian besar adalah bayi, anak-anak dan ibu-ibu yang terpaksa menjadi perokok pasif oleh karena ayah atau suami mereka merokok di rumah. Padahal perokok pasif mempunyai resiko lebih tinggi untuk menderita kanker paru-paru dan penyakit jantung, leukemia. Sedangkan pada janin, bayi dan anak-anak mempunyai resiko yang lebih besar untuk menderita kejadian berat badan lahir rendah, bronchitis dan pneumonia, infeksi rongga telinga dan asma (Arga, 2012:88).

3. Dampak Merokok Bagi Ekonomi

Peneliti dari World Bank telah membuktikan bahwa rokok merupakan kerugian mutlak bagi hampir seluruh negara. Pemasukan yang diterima negara dari industri rokok (pajak dan sebagainya) mungkin saja berjumlah besar, tapi kerugian langsung dan tidak langsung yang disebabkan konsumsi rokok jauh lebih besar. Biaya tinggi harus dikeluarkan untuk membayar biaya penyembuhan penyakit yang disebabkan oleh rokok, absen dari sekolah dan tempat kerja, hilangnya produktifitas dan pemasukan, kematian prematur, dan juga membuat orang menjadi miskin lebih lama karena mereka menghabiskan uangnya untuk membeli rokok. Biaya besar lainnya yang tidak mudah untuk dijabarkan termasuk berkurangnya kualitas hidup para perokok dan mereka yang

menjadi perokok pasif. Selain itu penderitaan juga bagi mereka yang harus kehilangan orang yang dicintainya karena merokok. Semua ini merupakan biaya tinggi yang harus ditanggung (Astuti lindia, 2004:79).

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

Bahaya merokok untuk pelajar, bahwa pelajar adalah orang yang masih bergantung ekonominya kepada orang tua. Pelajar yang belum dapat bekerja dan menghasilkan uang sendiri secara otomatis pelajar akan membuat perekonomian orangtua semakin sulit dengan adanya pelajar merokok, tingkat pergaulan pelajar akan semakin buruk jika tingkat keinginan pelajar merokok tidak terpenuhi karena tidak mempunyai uang menjadikan pelajar akan menghalalkan cara untuk mendapatkan uang seperti berbohong, meminjam kepada temannya, bahkan sampai mencuri.

c. Menjelaskan bahaya ketergantungan merokok

Senyawa-senyawa kimia yang terkandung didalam rokok terbukti membahayakan kesehatan para perokok aktif dan perokok pasif. Penyakit berbahaya yang diakibatkan rokok antara lain yaitu :

1) Paru-paru

Asap rokok yang dihisap mengandung berbagai zat kimia yang dapat merusak paru-paru. Zat ini dapat memicu terjadinya kanker khususnya pada paru-paru. Kanker paru-paru merupakan kanker yang paling umum yang diakibatkan oleh merokok. Penyebab kanker paru-paru dalam tubuh terjadi secara senyap hingga menjadi stadium yang lebih tinggi. Dalam banyak kasus, kanker paru-paru membunuh dengan cepat (Jaya, 2009:64).

Merokok dapat menyebabkan perubahan dan struktur fungsi saluran nafas dan jaringan paru-paru. Pada saluran nafas besar, sel mukosa membesar (*hypertrofi*) dan kelenjar mukus bertambah banyak (*hyperplasia*). Pada saluran nafas kecil, terjadi radang ringan hingga penyempitan akibat bertambahnya sel dan penumpukan lendir. Paa jaringan paru-paru, terjadi peningkatan jumlah sel radang dan kerusakan alveoli (Triswanto, 2007:93).

2) Penyakit Kardiovaskuler

Menurut jaya (2009:65), senyawa kimia yang terkandung didalam rokok akan meningkatkan detak jantung, tekanan darah, resiko hipertensi dan penyumbatan arteri. Disamping itu rokok juga

menurunkan kadar HDL (kolesterol baik dalam darah) dan menurunkan tingkat elastisitas aorta (pembuluh darah terbesar pada tubuh manusia) yang dapat meningkatkan terjadinya penggumpalan darah sehingga memicu berbagai macam penyakit seperti :

a. Serangan jantung (Trombosis Koroner)

Terjadi penggumpalan darah pada arteri yang menyumbat suplai darah pada jantung sehingga dapat mengakibatkan serangan jantung.

b. Serangan Otak (Trombosis Cerebral)

Terjadi pemblokiran pada pembuluh darah yang menuju ke otak sehingga dapat menyebabkan pingsan, stroke dan kelumpuhan.

c. Gagal Ginjal

Terjadi pengumpulan darah pada arteri yang menyumbat suplai darah pada ginjal sehingga mengakibatkan peningkatan tekanan darah, bahkan gagal ginjal.

d. Penyakit sistem sirkulasi

Terjadi penyumbatan pada pembuluh darah kaki dan tangan sehingga mengakibatkan pembusukan jaringan. Pecandu rokok rawan terkena penyakit langka *Buerger*, yaitu artritis pada pembuluh peripheral yang dapat menimbulkan *gangrene* (kematian jaringan) sehingga harus diamputasi.

3) Impotensi

Merokok menyebabkan terjadinya penyempitan pembuluh darah pada sistem vaskular yang mengarah ke penyumbatan arteri. Penis tidak bisa mendapatkan darah yang cukup dari arteri yang tersumbat dan akibatnya penis tidak bisa ereksi. Nikotin dapat mengganggu proses spermatogenesis sehingga kualitas sperma menjadi buruk (Admin, 2011:57)

4) Gangguan Saraf

Sistem saraf simpatik adalah cabang dari sistem saraf otonomik (*Autonomic Nervous System/ANS*) yang merupakan bagian dari sistem saraf peripheral yang bertugas mengontrol dan mempengaruhi detak jantung, pencernaan, pernafasan, respirasi, diameter pupil, pembuangan urin dan ereksi (Satiti, 2009:71). Senyawa kimia pada rokok akan memicu peningkatan aktivitas sistem saraf tersebut sehingga menambah beban pada sistem yang bertugas untuk mengatur pembuluh darah dan jantung.

5) Gangguan Indra Penglihatan

Asap rokok dapat merusak pembuluh darah mata, sehingga menyebabkan mata merah dan gatal serta meningkatkan resiko terkena katarak. Katarak yaitu memutihnya lensa mata yang menghalangi masuknya cahaya yang dapat menyebabkan kebutaan (Utami, 2014:101).

6) Gangguan Indra Penciuman

Racun-racun yang terkandung didalam rokok, terutama nikotin lambat laun akan merusak saraf-saraf penciuman sehingga dapat mengganggu fungsi indra penciuman. Pecandu rokok menjadi kurang sensitif terhadap jenis bau, bahkan ada kalanya tidak mampu membedakan bau secara benar (Satiti, 2009:71).

7) Gangguan Pernapasan

Menurut Satiti (2009:72), Racun tar yang terkandung didalam rokok mempengaruhi dan memproduksi lendir yang berlebihan didalam paru-paru. Lendir tersebut menyebabkan borok dan mengakibatkan pendarahan. Gangguan pernapasan yang bisa dialami oleh perokok berat adalah

a. *Bronchitis*

Gangguan serius pada dinding pipa udara yang lebih kecil yang melebar dan lemah yang disebabkan oleh paru-paru dan alat pernapasan yang telah lama sakit. Tanda pengidap *bronchitis* adalah batuk-batuk yang semakin parah.

b. *Emphysema*

Penyakit bengkak pada paru-paru karena pembuluh darahnya kemasukan udara. Akibatnya, kecepatan dan frekuensi bernafas meningkat disertai rasa nyeri. Tanda-tanda pengidap *emphysema* adalah bernafas terengah-engah, dengan bunyi nafas yang nyaring, disertai batuk-batuk dengan frekuensi tinggi.

c. *Radang saluran udara*

Penderita asma yang tetap merokok akan mengalami peradangan saluran udara yang sulit disembuhkan dengan obat-obatan.

8) Gangguan Indra Pengecap

Racun-racun yang terkandung dalam rokok terutama nikotin secara bertahap akan merusak saraf-saraf pengecap sehingga mengganggu fungsi indra pengecap. Perokok berat kurang bisa menikmati cita rasa makanan dan minuman, sehingga nafsu makan cenderung menurun, padahal tubuh membutuhkan asupan gisi yang cukup. Akibatnya, berat badan perokok terus menurun (Satiti, 2009:73).

9) Gangguan Pencernaan

Tembakau merupakan salah satu bahan perangsang yang dapat menyulitkan alat-alat pencernaan. Itulah sebabnya seorang perokok berat cenderung mengalami gangguan pencernaan yang ditandai dengan berbagai gejala penyakit, yaitu mual, nyeri ulu hati, sakit perut bagian atas dan kembung (Satiti, 2009:74).

10) Gangguan Hati

Senyawa kimia didalam rokok akan mengganggu fungsi hati, padahal hati merupakan organ yang bertugas untuk memproses pembuangan obat-obatan, alkohol dan racun-racun lainnya didalam tubuh (Satiti, 2009:74).

Bahaya merokok menurut Departemen Kesehatan RI (2008) adalah :

a. Bagi Perokok Aktif

- 1) Meningkatkan risiko dua kali lebih besar untuk mengalami serangan jantung.
- 2) Meningkatkan risiko dua kali lebih besar untuk mengalami stroke.
- 3) Meningkatkan risiko mengalami serangan jantung dua kali lebih besar pada mereka yang mengalami tekanan darah tinggi atau kadar kolesterol tinggi.
- 4) Meningkatkan risiko sepuluh kali lebih besar untuk mengalami serangan jantung bagi wanita pengguna pil-KB.
- 5) Meningkatkan risiko lima kali lebih besar menderita kerusakan jaringan anggota tubuh yang rentan

b. Bagi Perokok Pasif

- 1) Bahaya kerusakan paru-paru. Kadar nikotin, karbon monoksida, serta zat-zat lain yang lebih tinggi dalam darah mereka akan memperparah penyakit yang sedang diderita, dan kemungkinan mendapat serangan jantung yang lebih tinggi bagi mereka yang berpenyakit jantung. Anak-anak yang orang tuanya merokok akan mengalami batuk, pilek, dan radang tenggorokan serta penyakit paru-paru lebih tinggi.

Wanita hamil yang merokok berisiko mendapatkan bayi mereka lahir lurus, cacat, dan kematian.

- 2) Jika suami perokok, maka asap rokok yang dihirup oleh istrinya akan mempengaruhi bayi dalam kandungan.

Depkes RI mengatakan bahwa merokok tidak hanya berdampak pada perokok saja melainkan bagi perokok pasif atau orang-orang yang berada disekitar perokok juga akan terkena dampak dari merokok, dapat menimbulkan berbagai penyakit bagi perokok pasif yang menghirup asap rokok.

Perokok pasif atau yang dikenal dengan nama *Involuntary Smoking* adalah orang yang tidak merokok tetapi terpapar langsung oleh asap tembakau dari orang yang sedang merokok di sekitarnya. Perokok pasif ini lebih banyak resikonya karena terpapar asap rokok lebih banyak dari pada perokok itu sendiri (Araujo, 2009:75). Perokok pasif memiliki resiko yang cukup tinggi atas kanker paru-paru dan jantung koroner, serta gangguan pernafasan. Kadar nikotin, karbon monoksida serta zat-zat lain lebih tinggi dalam darah perokok pasif yang bisa menyebabkan penyakit yang diderita semakin parah.

Anak-anak yang orang tuanya merokok akan mengalami batuk, pilek dan radang tenggorokan dan kemungkinan mendapat serangan jantung lebih tinggi bagi mereka. Bagi anak dibawah umur, terdapat resiko kematian mendadak akibat terpapar asap rokok (Jaya, 2009:70).

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Merokok

Ada banyak alasan melatar belakangi perilaku merokok pada remaja. Perilaku pada individu tidak begitu saja terjadi, melainkan ada beberapa faktor yang mendorong individu untuk melakukan perilaku tertentu. Begitupun dengan perilaku merokok pada individu dapat didorong oleh beberapa faktor.

Indri, (2007:9-10) mengemukakan alasan mengapa remaja merokok antara lain:

a. Usia

Umur turut mempengaruhi kebiasaan merokok, biasanya pada remaja kebiasaan merokok meningkat drastis yang disebabkan oleh pemahaman yang salah tentang kebolehan merokok ketika sudah menginjak umur remaja, dan pada umur lansia kebiasaan merokok menjadi turun drastis yang disebabkan oleh banyaknya tubuh diserang oleh penyakit dan mengharuskan untuk berhenti merokok.

b. 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 dari lingkungan rumah tangga yang bahagia.

c. Pengaruh Teman

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

d. Faktor Kepribadian

Orang yang mencoba untuk merokok karena alasan ingin tau atau ingin melepaskan diri dari rasa sakit dan kebosanan. Perilaku merokok pada remaja berkaitan dengan adanya krisis aspek psikososial yang dialami pada masa remaja pada saat masa perkembangannya. Yaitu masa ketika mereka sedang mencari jati dirinya, dimana rasa ingin tahu remaja sangat tinggi, ingin mencoba-coba hal baru.

e. Pengaruh Iklan

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

f. Stres

Merokok mempunyai pengaruh menenangkan, membius dan banyak menggunakan sebagai cara menghadapi stres. Keadaan stres tidak secara langsung menimbulkan seseorang untuk merokok akan tetapi stres memicu untuk memperoleh atau menggunakan sesuatu yang dapat menenangkan misalnya menghilangkan stres dengan merokok. Didalam rokok terdapat zat berupa nikotin. Nikotin bereaksi dibagian otak yang mengatur bagian perasaan nyaman dan dihargai.

Selain itu menurut Neneng (2010:16-17) munculnya perilaku merokok juga di dorong oleh faktor-faktor lain yaitu:

1) Faktor Sosial

Perilaku merokok berasal dari teman dekat, khususnya yang berjenis kelamin sama. Sebagai makhluk sosial, manusia mempunyai dorongan untuk mengadakan hubungan dengan orang lain atau dengan kata lain individu mempunyai dorongan sosial, dengan adanya dorongan sosial ini individu individu akan mencari orang lain untuk mengadakan interaksi. Dalam interaksi sosial tersebut individu akan menyesuaikan diri dengan yang lain atau sebaliknya, sehingga perilaku individu tidak dapat lepas dari lingkungan social.

2) Faktor Psikologis

Ada beberapa alasan psikologis yang menyebabkan individu merokok yaitu diantaranya adalah untuk relaksasi atau ketenangan dan mengurangi kecemasan atau ketegangan.

3) Faktor Biologis

Faktor Genetic juga dapat mempengaruhi individu untuk mempunyai ketergantungan terhadap rokok, misalnya ada salah satu orang tua yang merokok.

Berdasarkan pendapat Indri dan Neneng dapat dipahami bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi merokok ada bermacam-macam

mulai dari faktor usia, orang tua, iklan, teman, faktor psikologis, lingkungan sosial, dan faktor kepribadian.

4. Cara Meningkatkan Pemahaman Siswa Tentang Bahaya Merokok

Pemahaman merupakan kemampuan untuk menangkap makna dan arti dari bahan yang dipelajari (Hamalik, 2007:78). Pemahaman tidak bisa didapatkan dengan sekedar mengingat dan menghafal karena pemahaman merupakan jenjang kemampuan berpikir yang setingkat lebih tinggi dari ingatan dan hafalan. Upaya untuk meningkatkan pemahaman tentang bahaya merokok dapat dengan berbagai cara. Diantaranya :

- a. Pemberian Layanan Informasi, Layanan Pembelajaran atau Layanan Penguasaan Konten tentang materi bahaya merokok dengan Bimbingan Klasikal.
- b. Bimbingan Kelompok dengan tema tugas tentang bahaya merokok.
- c. Konseling Kelompok dengan permasalahan yang terkait dengan bahaya merokok. Konseling Individu untuk siswa yang pemahaman tentang bahaya rokok kurang.

Pemberian pemahaman yang komprehensif akan bahaya rokok terhadap anak-anak di usia dini mempunyai potensi untuk menyelamatkan generasi muda untuk tidak menjadi perokok di kemudian hari. Dan diharapkan mereka bisa menjadi agen perubahan di rumah untuk memotivasi anggota keluarga lain untuk berhenti merokok atau setidaknya merokok di luar rumah (Depkes, 2012 : 2).

Menggunakan drama dalam penyampaian merupakan hal yang berbeda yang mungkin akan lebih mudah ditangkap dan dipahami karena dengan cara bermain peran dalam drama bisa melibatkan para anggota lain. Melalui psikodrama dapat menghayati permasalahan, mengenai bahaya merokok dalam kehidupan sehari-hari. Dengan permainan peran dapat menggambarkan suatu proses, misalnya proses merokok yang dapat memicu penyakit kanker yang mematikan yang nantinya akan berdampak pada dirinya, orang lain dan juga keadaan ekonominya. Melalui drama ini nantinya akan mengandung pesan yang diharapkan, misalnya beberapa kandungan racun yang ada di paru-paru dan darah dari satu batang rokok atau racun –racun yang ada dalam rokok yang bisa merusak otak dan organ tubuh lainnya.

B. Layanan Bimbingan Kelompok

Bimbingan dan konseling merupakan pelayanan bantuan untuk peserta didik, baik secara perorangan maupun kelompok, agar mampu mandiri dan berkembang secara optimal, dalam bidang pengembangan kehidupan pribadi, kehidupan sosial, kehidupan belajar, dan perencanaan karir, melalui berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung, berdasarkan norma-norma yang berlaku. Berkaitan dengan layanan bimbingan dan konseling, secara khusus peneliti ini menggunakan layanan bimbingan kelompok sebagai variabelnya. Adapun penjelasan tentang layanan bimbingan kelompok dimulai dari :

1. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok

Istilah bimbingan kelompok mengacu kepada aktivitas-aktivitas kelompok yang berfokus kepada penyedia informasi atau pengalaman lewat aktivitas kelompok yang terencana dan terorganisir (Gibson, 2010 : 275).

Layanan bimbingan kelompok adalah layanan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh bahan dari narasumber tertentu (terutama guru pembimbing atau konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupan sehari-hari baik individu sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat serta untuk mempertimbangkan dalam pengambilan keputusan (Sukardi, 2008 : 64).

Bimbingan kelompok merupakan bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian informasi ataupun aktifitas kelompok membahas masalah- masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan sosial (Tohirin, 2007 : 163).. Sedangkan menurut Hartinah (2009 : 7) bahwa layanan bimbingan memanfaatkan dinamika kelompok untuk mencapai tujuan layanan bimbingan kelompok. Agar dinamika kelompok yang berlangsung di dalam kelompok tersebut dapat efektif dan bermanfaat bagi pembinaan para anggota kelompok, jumlah anggota kelompok sebuah kelompok tidak boleh terlalu besar, sekitar 10 atau maksimal 15 orang.

Memahami pengertian bimbingan kelompok dari Gibson, Sukardi, Tohirin dan Hartinah dapat dirumuskan bahwa yang dimaksud dengan layanan bimbingan kelompok merupakan penyampaian informasi yang beranggotakan 10 – 15 orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok dan ada satu orang sebagai pemimpin kelompok, kegiatan ini membahas tentang topik tugas atau topik bebas mengenai masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan sosial.

2. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok

Setiap kegiatan yang disusun secara sistematis dan terencana memiliki tujuan dan harapan tidak terkecuali layanan bimbingan kelompok. Tujuan dari penyelenggaraan bimbingan kelompok adalah membantu seseorang atau sejumlah orang yang tidak siap untuk terbuka secara perorangan/ individu menemui konselor, memfasilitasi individu atau sekelompok individu agar lebih berani berbicara dan terbuka saat bersama-sama dalam kelompok dan mampu menumbuhkan keakraban, membangun suasana saling percaya, saling membantu, dan empati diantara sesama anggota kelompok dan pemimpin kelompok serta mampu menemukan alternatif pemecahan masalah yang bervariasi berdasarkan pemikiran anggota kelompok (Prayitno, 2004:8).

Menurut Gibson (2011:52) bimbingan kelompok diorganisasikan untuk mencegah berkembangnya problem.

Berdasarkan fungsinya layanan bimbingan kelompok dapat dikelompokkan memiliki dua tujuan. Pertama, layanan bimbingan kelompok sebagai upaya pencegahan (*preventif*) terhadap problematika yang sering dijumpai. Kedua, layanan bimbingan kelompok sebagai upaya untuk menjaring atau menyeleksi anggota kelompok tertentu untuk memperoleh layanan yang lebih optimal melalui layanan layanan konseling kelompok ataupun layanan konseling individual.

Pembahasan topik-topik dalam layanan bimbingan kelompok dapat melalui dua jenis kelompok, yakni; kelompok bebas dan kelompok tugas. Kelompok bebas membahas topik bahasan yang diusulkan oleh anggota kelompok tersebut. Sementara kelompok tugas, topik bahasan merupakan penugasan dari pemimpin kelompok yang bertujuan untuk mempersatukan anggota kelompok untuk berperan aktif dalam pembahasan tersebut. Kedua jenis kelompok tersebut (bebas dan tugas) merupakan media untuk memperoleh pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok. Hal tersebut bertujuan agar pembahasan dalam kegiatan bimbingan kelompok dapat dimengerti oleh pemimpin kelompok dan anggota kelompok.

Memahami pendapat dari Prayitno dan Gibson tentang tujuan diselenggarakannya layanan bimbingan kelompok dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk membantu individu guna memperoleh informasi, wawasan dan pengalaman yang

digunakan sebagai bahan pertimbangan untuk mengambil sebuah keputusan atau perubahan sikap dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

3. Komponen Bimbingan Kelompok

Komponen dalam layanan bimbingan kelompok merupakan hal yang paling penting untuk menunjang agar layanan bimbingan kelompok dapat berjalan dengan lancar. Sehingga komponen layanan bimbingan kelompok terdiri dari : (1) pemimpin kelompok; (2) anggota kelompok

a. *Pemimpin Kelompok*

Pemimpin kelompok (PK) adalah konselor yang terlatih dan berwenang menyelenggarakan praktik konseling profesional. Sebagaimana untuk jenis layanan konseling lainnya, konselor memiliki keterampilan khusus menyelenggarakan bimbingan kelompok (Prayitno, 2004:4).

Tohirin (2007:15) mengungkapkan bahwa pemimpin kelompok dalam layanan bimbingan kelompok memiliki karakteristik, yakni :

a. Membentuk kelompok sehingga terpenuhi syarat-syarat kelompok yang mampu secara aktif mengembangkan dinamika kelompok, yaitu:

1) Terjadinya hubungan anggota kelompok menuju keakraban diantara mereka.

- 2) Tumbuhnya tujuan bersama diantara anggota kelompok dalam suasana kebersamaan.
 - 3) Berkembangnya ikhtikad baik dan tujuan bersama untuk mencapai tujuan kelompok.
 - 4) Terbinanya kemandirian pada diri setiap anggota kelompok, sehingga mereka masing-masing mampu berbicara.
 - 5) Terbinanya kemandirian kelompok, sehingga kelompok berusaha dan mampu tampil beda dari kelompok lain.
- b. Memimpin kelompok yang bernuansa layanan konseling melalui bahasa konseling untuk mencapai tujuan konseling.
 - c. Melakukan penstrukturan yaitu membahas bersama anggota kelompok tentang apa, mengapa dan bagaimana layanan bimbingan kelompok dilaksanakan.
 - d. Melaksanakan pentahapan layanan bimbingan kelompok.
 - e. Memberikan penilaian segera hasil layanan bimbingan kelompok
 - f. Melakukan tindak lanjut.

Dapat dipahami bahwa pemimpin kelompok harus memiliki kompensasi untuk mengarahkan, mengkoordinir sekaligus menimbulkan minat kepada anggota kelompok untuk berperan secara aktif dalam kegiatan kelompok, dan memusatkan perhatian pada suasana yang berkembang dalam kelompok.

b. Anggota Kelompok

Tidak semua kumpulan orang atau individu dapat dijadikan anggota kelompok. Untuk diselenggarakan bimbingan kelompok seorang konselor perlu membentuk kumpulan individu menjadi sebuah kelompok yang memiliki persyaratan. Besarnya kelompok (jumlah anggota kelompok), dan homogenitas/heterogenitas anggota kelompok dapat mempengaruhi anggota kelompok tidak terlalu besar dan juga tidak terlalu kecil. Kekurangefektifan kelompok akan mulai terasa jika jumlah anggota kelompok melebihi 10 orang (Prayitno, 2004:4).

Pemimpin kelompok dan anggota kelompok sangat berperan penting dalam bimbingan kelompok sehingga komponen ini harus ada dalam bimbingan kelompok agar dapat berjalan dengan lancar.

4. Bentuk-bentuk Bimbingan Kelompok

Menurut Damayanti (2012:43) menyebutkan bentuk-bentuk bimbingan kelompok antara lain :

a. Home Room

Home room dilakukan diluar jam pelajaran dengan menciptakan kondisi sekolah atau kelas seperti dirumah sehingga tercipta kondisi yang bebas dan menyenangkan.

b. Karyawisata

Karyawisata dilakukan dengan mengunjungi dan mengadakan peninjauan pada objek-objek yang menarik yang berkaitan dengan pelajaran tertentu.

c. Diskusi Kelompok

Diskusi kelompok merupakan suatu cara dimana siswa memperoleh kesempatan untuk memecahkan masalah secara bersama-sama. Setiap siswa memperoleh kesempatan untuk mengemukakan pikirannya masing-masing dalam memecahkan suatu masalah.

d. Kegiatan Kelompok

Kegiatan kelompok dapat menjadi suatu teknik yang baik dalam bimbingan, karena kelompok dapat memberi kesempatan pada individu (para siswa) untuk berpartisipasi secara baik.

e. Organisasi Siswa

Organisasi siswa khususnya dilingkungan sekolah dan madrasah dapat menjadi satu teknik dalam bimbingan kelompok.

f. Sosiodrama

Sosiodrama dapat digunakan sebagai salah satu cara bimbingan kelompok untuk membantu memecahkan masalah siswa melalui drama. Masalah yang di dramakan adalah masalah-masalah sosial.

g. Psikodrama

Hampir sama dengan sosiodrama. Psikodrama adalah upaya pemecahan masalah melalui drama. Bedanya adalah masalah yang

diangkat yaitu masalah sosial, akan tetapi pada psikodrama yang di dramakan adalah masalah psikis yang dialami individu.

h. Pengajaran Remedial

Pengajaran remedial merupakan suatu bentuk pembelajaran yang diberikan kepada seseorang atau beberapa orang siswa untuk membantu kesulitan belajar yang dihadapinya. Pengajaran remedial merupakan salah satu teknik pemberian bimbingan yang dapat di lakukan secara individu maupun kelompok tergantung kesulitan belajar yang dihadapi oleh siswa.

Memahami pendapat Damayanti, berbagai macam bentuk bimbingan kelompok yang dapat dipergunakan. Penelitian ini menggunakan perpaduan antara bimbingan kelompok dengan *psikodrama*, karena lebih cocok dengan seting penelitian ini yaitu bimbingan kelompok dengan permasalahan pemahaman.

5. Manfaat Layanan Bimbingan Kelompok

Manfaat bimbingan kelompok menurut Sukardi (dalam Tohirin, 2012:42) yaitu :

- a. Diberikan kesempatan yang luas untuk berpendapat dan membicarakan berbagai hal yang terjadi disekitarnya.
- b. Memiliki pemahaman yang objektif, tepat dan cukup luas tentang berbagai hal yang mereka bicarakan.

- c. Menimbulkan sikap yang positif terhadap keadaan diri dan lingkungan mereka yang berhubungan dengan hal-hal yang mereka bicarakan dalam kelompok.
- d. Menyusun program-program kegiatan untuk mewujudkan penolakan terhadap yang buruk dan dukungan terhadap yang baik.
- e. Melaksanakan kegiatan-kegiatan nyata dan langsung untuk membuahkan hasil sebagaimana yang mereka programkan semula.

Manfaat bimbingan kelompok menurut Winkel & Sri Hastuti (2006:44) manfaat layanan bimbingan kelompok adalah :

- a) Mendapat kesempatan untuk berkontak dengan banyak siswa.
- b) Memberi informasi yang dibutuhkan oleh siswa.
- c) Siswa dapat menyadari tantangan yang akan dihadapi.
- d) Siswa dapat menerima dirinya setelah menyadari bahwa teman-temannya sering menghadapi persoalan, kesulitan dan tantangan yang kerap kali sama.
- e) Lebih berani mengemukakan pandangannya sendiri bila berada dalam kelompok.
- f) Diberikan kesempatan untuk mendiskusikan sesuatu bersama.
- g) Lebih bersedia menerima suatu pandangan atau pendapat bila dikemukakan oleh seorang teman dari pada yang dikemukakan oleh seorang konselor.

Berdasarkan pendapat Sukardi, Winkel & Sri Hastuti dapat dipahami bahwa manfaat bimbingan kelompok yaitu memberi informasi baru pada siswa, melatih berbicara didepan umum dan berani mengemukakan pendapatnya, meningkatkan pemahaman siswa.

6. Tahapan Pelaksanaan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok diselenggarakan secara sistematis, terencana dan memiliki tujuan serta sasaran yang jelas. Bimbingan kelompok dilaksanakan secara bertahap. Menurut Hartinah (2009:132) bimbingan kelompok berlangsung empat tahap, yaitu sebagai berikut :

- a) Tahap pembentukan yaitu kegiatan awal dari sebuah kelompok dimulai dengan pengumpulan para (calon) anggota kelompok dalam rangka kegiatan kelompok yang direncanakan. Meliputi pengenalan dan pengungkapan tujuan, terbangunnya kebersamaan, keaktifan pemimpin kelompok, beberapa teknik pada tahap awal, dan pola keseluruhan.
- b) Tahap peralihan, yaitu tahap untuk mengalihkan kegiatan awal kelompok ke kegiatan berikutnya yang lebih terarah pada pencapaian tujuan kelompok. Dalam tahap peralihan memperhatikan kegiatan sebagai berikut : suasana kegiatan, suasana ketidakimbangan, jembatan antara tahap satu dengan tahap tiga, dan pola keseluruhan.

- c) Tahap kegiatan, yaitu tahap kegiatan ini untuk membahas topik-topik yang telah ditentukan oleh pemimpin kelompok.
- d) Tahap pengakhiran, yaitu tahap akhir kegiatan untuk melihat kembali apa yang sudah dilakukan dan dicapai oleh kelompok, serta merencanakan kegiatan selanjutnya.

Prayitno (2004:307) dalam bimbingan kelompok ada beberapa tahap, yaitu :

- a) Tahap pembentukan
 - 1. Menerima secara terbuka dan mengucapkan terimakasih atas kehadirannya dan kesediaan anggota kelompok.
 - 2. Berdoa bersama yang berlangsung dipimpin pemimpin kelompok
 - 3. Menjelaskan pengertian dan tujuan bimbingan kelompok.
 - 4. Menekankan pentingnya asas-asas kegiatan yang harus ditaati dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, terutama asas keterbukaan, kesukarelaan kegiatan, kenormatifan, dan kerahasiaan.
 - 5. Melakukan pengenalan dilanjutkan dengan permainan untuk menghidupkan suasana rangkaian nama berganti antar anggota kelompok dan permainan lainnya.
- b) Tahap Peralihan
 - 1) Menjelaskan lagi secara singkat pelaksanaan layanan.

- 2) Menanyakan dan memastikan kesiapan anggota kelompok untuk melanjutkan kegiatan.
 - 3) Mengenali keadaan fisik dan psikis anggota kelompok untuk mengetahui kesiapan mereka memasuki tahapan kegiatan selanjutnya.
 - 4) Menegaskan janji kerahasiaan anggota kelompok.
- c) Tahap kegiatan
- 1) Setiap anggota kelompok mengemukakan ide atau pendapat.
 - 2) Memilih topik yang akan dibahas dengan memberikan alasan.
 - 3) Anggota kelompok yang pendapatnya dibahas memberikan sekilas gambaran yang lebih rinci mengenai pendapatnya.
 - 4) Seluruh anggota kelompok ikut aktif membahas, mengemukakan dan mengembangkan pengalaman–pengalamannya dan memberikan contoh lain.
 - 5) Anggota kelompok yang belum mengeluarkan pendapatnya diberikan kesempatan untuk merespon apa-apa yang ditampilkan oleh rekan-rekan anggota kelompok.
- d) Tahap Pengakhiran
- 1) Menyampaikan pada anggota kelompok bahwa kegiatan akan segera berakhir.
 - 2) Anggota kelompok mengemukakan pesan kesan.
 - 3) Menyepakati kegiatan berikutnya.
 - 4) Mengucapkan terimakasih.

- 5) Doa bersama sebagai penutup.
- 6) Persiapan sambil berjabat tangan.

Berdasarkan pendapat Hartinah dan Prayitno mengenai tahapan pelaksanaan bimbingan kelompok dapat dipahami bahwa tahapan bimbingan kelompok meliputi empat tahap diantaranya tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan dan tahap pengakhiran yang keempat tahap tersebut dilaksanakan dengan cara berurutan.

C. Psikodrama

1. Pengertian

Menurut Romlah (2006:107) dalam bukunya yang menyatakan bahwa *psikodrama* merupakan permainan peranan yang dimaksud agar individu yang bersangkutan cepat memperoleh pengertian yang lebih baik tentang dirinya, dapat menentukan konsep dirinya, menyatakan kebutuhan-kebutuhannya. Di dalam *psikodrama* klien memerankan situasi-situasi dramatis yang didalamnya pada waktu lalu, sekarang, dan yang diantisipasi akan dialami pada waktu yang akan datang, dengan tujuan untuk memperoleh pengertian yang lebih mendalam mengenai dirinya.

Berdasarkan pendapat Romlah dapat dipahami bahwa *psikodrama* merupakan permainan peran yang dilakukan individu agar individu dapat dengan mudah menangkap tentang dirinya, dapat menentukan konsep dirinya, menyatakan kebutuhan-kebutuhannya.

Psikodrama memecahkan masalah dengan bermain peran seperti pendapat Damayanti (2012:45) menyebutkan bahwa *psikodrama* adalah upaya pemecahan masalah melalui drama. Pendapat tersebut dapat dimaknai bahwa siswa yang mempunyai masalah dan mengalami kesulitan memerankan sebuah permainan peran agar siswa mampu mengeksplorasi perilaku yang berguna untuk menyelesaikan masalah.

Berdasarkan pendapat Damayanti dapat dipahami bahwa *psikodrama* adalah pemecahan masalah melalui drama dengan bermain peran agar siswa mampu mengeksplorasi perilaku masalah yang terjadi.

Berdasarkan pendapat Djuric (2003:9), yaitu *psychodrama is an active form of group psychotherapy where an individual's life situations are presented on stage with support from group member*. Artinya, *psikodrama* adalah bentuk aktif dari kelompok psikoterapi dimana situasi kehidupan individu disajikan diatas panggung dengan dukungan dari anggota kelompok.

Berdasarkan pendapat Djuric bahwa *psikodrama* merupakan permainan peran individu yang disajikan diatas panggung dengan dukungan dari anggota kelompok.

Psikodrama merupakan teknik untuk memecahkan masalah-masalah psikis yang dialami individu. Dengan memerankan suatu peranan tertentu, konflik atau ketegangan dalam dirinya dapat

terhindarkan atau berkurang. *Psikodrama* tidak hanya mengeksplorasi pikiran dan perasaan yang tidak ditunjukkan oleh seseorang, tetapi juga situasi yang tidak pernah benar-benar terjadi, pro yeksi untuk masa depan, dan persepsi yang berbeda dari masa lalu dan kini. Kejadian-kejadian yang penting dimainkan kembali agar dapat mengenali persamaan-persamaannya dan dapat mengungkapkan perasaan-perasaannya sepenuhnya hingga terbuka jalan untuk terbentuknya perilaku baru. Asumsi-asumsi dan fantasi individu dapat dicek kebenarannya melalui anggota kelompok yang lain. Anggota kelompok yang lain juga dapat memberikan saran yang dihadapi yang mungkin belum terpikirkan oleh anggota kelompok, *psikodrama* juga suatu cara mengeksplorasi jiwa manusia melalui aksi dramatik artinya memainkan peran tapi tidak bersungguh-sungguh.

2. Manfaat *Psikodrama*

Romlah (2006:107) menyebutkan manfaat dari metode *psikodrama*, sebagai berikut :

- a. Bisa melihat sesuatu dari sudut pandang orang lain.
- b. Dapat mempertinggi perhatian anggota kelompok melalui adegan-adegan, hal mana tidak selalu terjadi dalam metode ceramah atau diskusi.
- c. Kelompok dapat menempatkan diri pada tempat orang lain dan memperdalam pengertian mereka tentang orang lain.

- d. Anggota kelompok tidak hanya mengerti tentang sosial psikologis, tetapi mereka juga ikut merasakan perasaan dan pikiran orang lain bila berhubungan dengan sesama manusia seperti halnya menonton film atau sandiwara, yang ikut hanyut dalam suasana film seperti ikut menangis pada adegan sedih, rasa marah, emosi, gembira, dan sebagainya.

Berdasarkan pendapat Romlah dapat dipahami bahwa manfaat *psikodrama* antar anggota kelompok saling merasakan perasaan dan pikiran yang dirasa orang lain, sehingga dapat menempatkan diri pada tempat orang lain dan mengerti tentang orang lain.

3. Tujuan *Psikodrama*

Romlah (2006:108) menyebutkan tujuan dari metode *psikodrama* adalah salah satu tujuan dari *psikodrama* untuk membangun konseling atau sekelompok konseling untuk mengatasi masalah-masalah dengan cara menggunakan permainan peran drama. Sedangkan Semiun (2006:562) mengatakan bahwa *psikodrama* bertujuan untuk membantu seorang pasien atau sekelompok pasien untuk mengatasi masalah-masalah pribadi dengan cara menggunakan permainan peran, drama, atau terapi tindakan.

Berdasarkan uraian pendapat Romlah dan Semium dapat dipahami bahwa tujuan *psikodrama* adalah membantu klien menangani masalah-masalah pribadi atau kelompok dengan menggunakan permainan peran, drama, atau terapi tindakan.

4. Teknik-teknik *Psikodrama*

Romlah (2006:105-106) menyebutkan teknik-teknik dari metode *psikodrama*, sebagai berikut :

- a. *Creative imagery*, pembayaran kreatif merupakan teknik pemanasan untuk mengundang peserta *psikodrama* membayangkan adegan dan objek yang menyenangkan dan netral.
- b. *The magic shop*, ini merupakan teknik pemanasan yang berguna bagi protagonis yang tidak dapat memutuskan atau ragu tentang nilai dan tujuan mereka.
- c. Teknik berbicara-bicara sendiri (*soliloquy*), teknik ini melibatkan protagonis menyajikan suatu menolong tentang situasi dirinya.
- d. *Monodrama (autodrama)*, dalam teknik ini protagonis memainkan semua bagian peranan atau tidak menggunakan ego pembantu.
- e. *The double and multiple double technique*, teknik *double* adalah suatu teknik yang sangat penting dalam *psikodrama*. Teknik ini terdiri atas pengambilan peran actor dari ego protagonis dan membantu protagonis mengekspresikan perasaan terdalam yang sesungguhnya secara lebih jelas. Jika protagonis memiliki perasaan ragu, maka teknik ini dapat digunakan.
- f. *Role reversals* (pemindahan peran). Dalam teknik ini protagonis memindahkan peran dengan orang lain di pentas dan memainkan bagian orang itu. Teknik ini mendorong ekspresi konflik-konflik secara maksimum, dan merupakan teknik inti dari *psikodrama*.

- g. Teknik cermin. Dalam aktivitas ini protagonis memperhatikan dari luar pentas, sementara cermin ego pembantu memantulkan kata-kata, gerak tubuh, dan postur protagonis melihat dirinya secara lebih akurat.

Berdasarkan pendapat Romlah dapat disimpulkan bahwa teknik-teknik *psikodrama* sangatlah penting untuk dimainkan karena teknik tersebutlah yang dapat menjadikan jalan terjadinya permainan peran yang akan dipsikodramakan.

Adapun bentuk teknik yang digunakan dalam *psikodrama* yang dimainkan, dengan menggunakan *role reversals* teknik ini cocok digunakan dalam penelitian ini. *Role reversals* digunakan agar siswa dapat saling merasakan peran yang dimainkan oleh siswa lainnya.

5. Komponen-komponen Psikodrama

Komponen yang terdapat dalam *psikodrama* disampaikan oleh Romlah (2006:113) yang menyatakan bahwa :

a. Panggung Permainan

Panggung permainan mewakili ruang hidup peran utama *psikodrama*. Panggung atau tempat permainan hendaknya cukup luas untuk memberi ruang gerak yang cukup bagi pemeran utama, pemimpin, dan individu-individu lain yang berperan dalam *psikodrama* tersebut. Tempat permainan harus merupakan tiruan atau paling tidak secara simbolis mewakili adegan-adegan yang diuraikan klien. Apabila tidak ada panggung, sebagian ruangan dapat dijadikan

asal diberi batas yang jelas, dan para pemegang peran keluar masuk tempat itu.

b. Pemimpin *Psikodrama*

Pemimpin *psikodrama* adalah terapis atau konselor. *psikodrama* mempunyai tiga peranan, yaitu sebagai produser, katalisator, atau fasilitator, dan pengamat atau penganalisis. Pemimpin membantu pemilihan pemegang peran utama, dan kemudian membantu menentukan teknik *psikodrama* yang mana yang paling tepat untuk mengeksplorasi masalah individu tersebut, merencanakan pelaksanaannya, menyiapkan situasi yang tepat, dan memperhatikan dengan cepat perilaku pemain utama selama *psikodrama* berlangsung.

Katalisator atau fasilitator pemimpin membantu pemain utama (klien) dalam mengembangkan adegan, membantu agar ia dapat mengungkapkan perasaannya dengan bebas, dan membuat interpretasi untuk membantu penyembuhannya, serta agar ia dapat memperoleh pemahaman baru mengenai masalahnya. Untuk dapat menjadi pemimpin *psikodrama* yang efektif seseorang harus mempunyai tiga sifat yang utama, yaitu kreativitas, keberanian dan kharisma. Seseorang pemimpin harus kreatif, ia tidak hanya harus dapat mengembangkan kreativitasnya sendiri, tetapi juga harus dapat mengembangkan dan memanfaatkan kreatifitas kelompok.

Pemimpin harus mengetahui apa yang harus menjadi pusat perhatian dalam suatu *psikodrama*, dan dengan cepat dapat menyusun

adegan dari pikirannya tersebut. Pemimpin harus mampu menghentikan suatu *psikodrama* dalam waktu yang tepat, dan menemukan cara-cara bagaimana mengikuti sertakan sebanyak mungkin anggota kelompok untuk membantu memecahkan masalah pemeran utama. Ia harus dapat menemukan teknik-teknik yang dapat mendorong perjuangan anggota kelompok. Pemimpin kelompok juga harus mempunyai keberanian sebab teknik-teknik yang digunakan mengandung beberapa resiko yang kadang-kadang belum diketahui. Ia harus mempunyai keberanian untuk mencoba teknik-teknik yang diperkirakan mempunyai pengaruh yang kuat pada anggota kelompok.

Seorang pemimpin harus mempunyai kharisma, ia harus mempunyai antusiasme dan spontanitas. Dengan menggunakan kharismanya, seorang pemimpin harus mampu mendorong anggota-anggota kelompoknya untuk dapat mengontrol dan berani menanggung resiko dalam mencoba perilaku baru.

Selain ciri-ciri yang diuraikan diatas, seorang pemimpin harus mempunyai kepercayaan pada diri sendiri. Pengetahuan mengenai diri sendiri dan pengalaman klinis. Hal yang terbaik bagi seorang pemimpin kelompok adalah menggunakan pengalaman-pengalaman pribadinya dan model-model terapi yang dikembangkan sendiri untuk memahami ekspresi pribadi dan komunikasi antar pribadi yang terjadi dalam kelompok. Kemampuan-kemampuan tersebut dapat dipelajari

dengan berpartisipasi dalam kelompok-kelompok psikodrama, dan latihan khusus dibawah bimbingan orang yang ahli.

c. Pemegang Peran Utama

Pemegang peran utama adalah individu yang dipilih oleh kelompok dan pemimpin kelompok untuk memerankan atau memerankan kembali kejadian penting yang dialami mulai dari waktu lampau, apa yang terjadi sekarang, dan situasi yang diperkirakan akan terjadi. Pemimpin kelompok dalam *psikodrama* dapat memberikan sasaran bagaimana skenario masalah dimainkan, tetapi pemeran utamalah yang menentukan apakah ia akan mengikuti saran itu atau tidak. Suatu psikodrama yang efektif membutuhkan sensitivitas dari pihak pemimpin dan anggota-anggota kelompok terhadap hal-hal yang ingin diungkapkan oleh pemain utama, sehingga ia dapat berekspresi dengan bebas dan lancar. Pemain-pemain lain dari pimpinan kelompok harus dapat mengikuti dan melayani pemeran utama.

Pada akhir *psikodrama*, pemimpin dan pemeran utama dapat menyarankan peran yang berbeda terhadap adegan yang sama untuk melihat apakah pemeran utama dapat bereaksi lebih efektif. Cara lain untuk melihat apakah sudah ada perubahan perilaku adalah dengan meminta peran utama membayangkan apa yang akan terjadi setahun mendatang dan memerankannya, sehingga dapat memperoleh undangan, pikiran dari anggota kelompok yang lain.

d. Pemeran Pembantu

Pemeran pembantu adalah siapa saja dalam kelompok yang membantu pemimpin kelompok dan pemeran utama dalam produksi psikodrama. Secara singkat fungsi pemeran pembantu adalah mendorong pemeran utama agar terlihat secara mendalam ke hal-hal yang terjadi pada saat ini. Dengan bantuan yang efektif dari pembantu, *psikodrama* dapat menjadi alat yang efektif untuk mengubah perilaku.

e. Penonton

Penonton dalam *psikodrama* adalah anggota-anggota kelompok yang tidak menjadi pemeran utama atau pemeran pembantu. Penonton memberikan dukungan yang sangat bernilai yang diberikan kepada pemeran utama. Setelah pemain selesai diadakan diskusi, dan penonton diminta untuk memberi reaksinya secara spontan mengenai apa yang dilihatnya dan memberikan pandangan dan sumbangan pikiran. Berbagai reaksi dan sumbangan dari penonton tersebut akan membantu pemeran utama memahami akibat perilakunya terhadap orang lain. Dengan demikian proses pengujian kenyataan telah berlangsung.

6. Langkah-langkah *Psikodrama*

Romlah (2006:111) menjelaskan langkah yang harus dilakukan dalam pelaksanaan psikodrama adalah :

- a. Pemimpin kelompok memberikan uraian singkat mengenai hakikat dan tujuan *psikodrama* dan anggota kelompok diminta untuk mengajukan pertanyaan bila ada hal yang belum jelas.

- b. Pemimpin mewawancarai anggota kelompok secara singkat dalam situasi kelompok.

Berdasarkan pendapat Romlah diatas mengenai langkah-langkah *psikodrama* dapat dipahami bahwa metode *psikodrama* dapat membantu konselor dalam menyampaikan materi dalam bentuk yang berbeda yaitu dengan cara siswa melakukannya langsung dengan cara bermain peran dengan materi yang ada dan konselor membuat skenario yang berupa prolog dan membagi peran siswa masing-masing sesuai naskah atau skenario yang telah dibuat.

D. Peningkatan Pemahaman Siswa Tentang Bahaya Merokok Melalui Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Psikodrama*

Rokok membahayakan semua baik bagi perokok aktif maupun perokok pasif. Padahal perokok pasif mempunyai resiko lebih tinggi untuk menderita kanker paru-paru dan penyakit jantung, leokimia. Sedangkan pada janin, bayi dan anak-anak mempunyai resiko yang lebih besar untuk menderita kejadian berat badan lahir rendah, bronchitis dan pneumonia, infeksi rongga telinga dan asma (Arga, 2012). Namun, siswa yang memiliki pemahaman tentang bahaya merokok rendah akan terus merokok disembarang tempat tanpa memikirkan dampak untuk orang lain disekitarnya yang terkena imbas asap rokok. Rendahnya pemahaman siswa tentang bahaya merokok tersebut dapat disebabkan oleh faktor usia, orang tua, lingkungan dan sekolah yang kurang memberikan pemahaman dan contoh perilaku yang baik.

Peningkatan pemahaman tentang bahaya merokok dapat dilakukan dengan cara memberi informasi dan praktek langsung atau mengalami situasi yang membahayakan dirinya dan orang lain akibat merokok. Penyampaian informasi dapat dilakukan dengan cara bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok merupakan bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian informasi ataupun aktifitas kelompok membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan sosial (Tohirin, 2007 : 163).

Sedangkan praktek langsung tersebut dapat dilakukan dengan teknik *psikodrama*. *Psikodrama* memerankan situasi-situasi dramatis yang didalamnya pada waktu lalu, sekarang, dan yang diantisipasi akan dialami pada waktu yang akan datang, dengan tujuan untuk memperoleh pengertian dan pemahaman yang lebih mendalam mengenai dirinya (Romlah, 2006:107). Dinamika *psikodrama* disini merupakan metode pembelajaran dengan bermain peran yang bertitik tolak dari permasalahan psikologis siswa terhadap kemampuan intelektual siswa dalam berpikir, mengetahui, memahami dan memecahkan masalah.

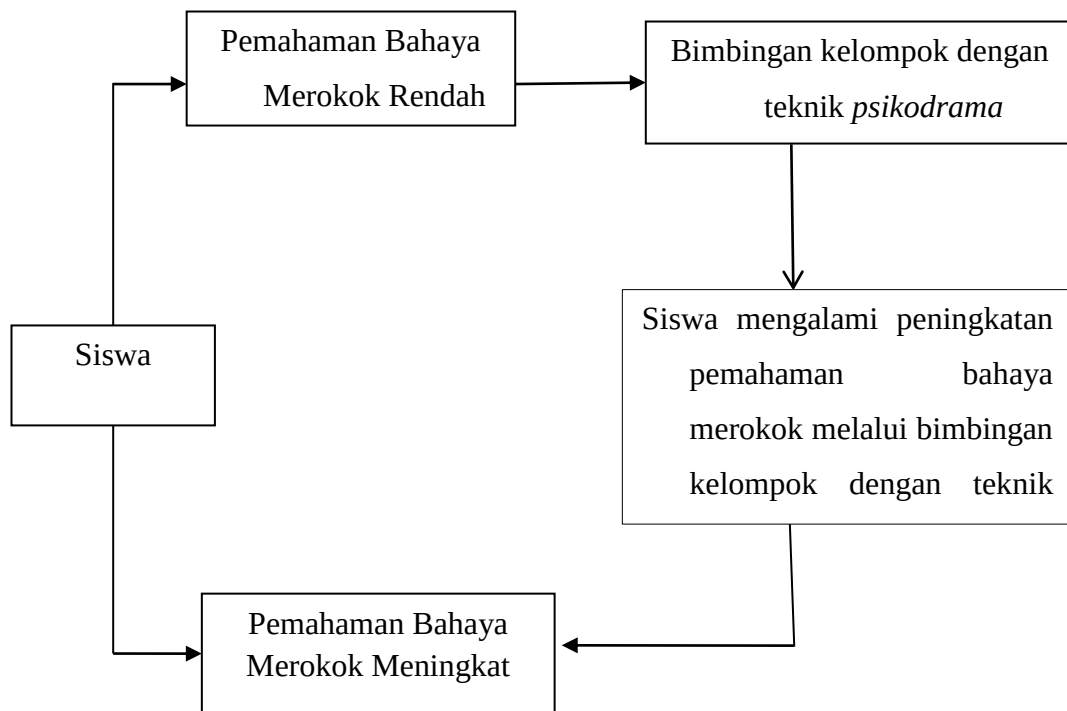
Kegiatan mental (otak) yang mampu meningkatkan pemahaman siswa terhadap bahaya merokok karena dengan otak siswa akan berpikir dan akan mulai memahami bahwa merokok akan berbahaya untuk dirinya dan lingkungan. Integritas seperti inilah yang diharapkan akan timbul dalam diri siswa dalam manajemen diri. Agar bisa memiliki pikiran, perbuatan baik dan pemahaman serta pengertian yang benar.

Bimbingan kelompok dengan teknik *psikodrama* bertujuan agar siswa memperoleh informasi dan menghayati peran yang dikehendaki, karena keberhasilan siswa dalam memahami informasi tentang bahaya merokok dan siswa dapat menghayati peran tersebut siswa akan memperoleh peningkatan pemahaman tentang bahaya merokok.

E. Kerangka Berfikir

Kerangka pemikiran dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII F SMP Negeri 10 Magelang ada yang memiliki pemahaman bahaya merokok tinggi namun ada juga yang masih rendah. Siswa yang memiliki pemahaman tentang bahaya merokok rendah dapat mengalami permasalahan dalam kaitanya dengan diri sendiri dan lingkungan. Sehingga siswa-siswa tersebut harus diberi penanganan yang tepat agar pemahaman tentang bahaya merokok meningkat dan tidak mengalami permasalahan dalam pergaulan sehari-hari.

Untuk meningkatkan pemahaman siswa tersebut maka digunakan bimbingan kelompok dengan teknik *psikodrama*. Melalui bimbingan kelompok, siswa dapat memperoleh informasi tentang bahaya merokok. Sedangkan dengan diberikan teknik *psikodrama*, siswa dapat bermain peran dengan menghayati permasalahan merokok yang dapat membahayakan dirinya dan lingkungan. Setelah diberikan bimbingan kelompok dengan teknik *psikodrama* tersebut, diharapkan siswa yang pemahaman tentang bahaya merokok rendah dapat meningkat menjadi tinggi. Agar lebih jelas, kerangka pemikiran digambarkan sebagai berikut:



Gambar : 1
Kerangka Berfikir

F. Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah layanan bimbingan kelompok dengan teknik *psikodrama*, berpengaruh terhadap peningkatan pemahaman siswa tentang bahaya merokok.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Variabel Penelitian

Variabel penelitian merupakan faktor-faktor yang berperan dalam peristiwa atau gejala yang diteliti. Dalam penelitian ini melibatkan dua variabel, yaitu :

1. Variabel terikat : Pemahaman siswa tentang bahaya merokok
2. Variabel bebas : Bimbingan kelompok dengan teknik *psikodrama*

B. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional disusun untuk memberikan persepsi yang sama tentang variabel yang diteliti, sehingga penilaian yang muncul akan sesuai dengan yang diharapkan. Adapun konsep dan batasan-batasan berkaitan dengan jenis variabel diatas adalah sebagai berikut :

1. Bimbingan Kelompok dengan teknik *psikodrama* dalam penelitian ini adalah suatu proses bimbingan yang dilakukan secara kelompok membahas dan memberikan pemahaman dengan teknik psikodrama dengan bermain peran yang telah disusun oleh pemimpin kelompok difokuskan pada tema bahaya merokok yang biasanya dilaksanakan dengan anggota yang terdiri dari 10 siswa dilakukan beberapa kali pertemuan untuk meningkatkan pemahaman bahaya merokok siswa.

2. Pemahaman bahaya merokok dalam penelitian ini merupakan pemahaman pada siswa untuk memahami tentang bahaya merokok berupa menginterpretasikan tentang kandungan-kandungan yang terdapat didalam rokok, mengklasifikasikan dampak merokok dan menjelaskan bahaya ketergantungan merokok yang diukur menggunakan angket pemahaman bahaya merokok terhadap siswa, dilakukan di sekolah sebanyak dua kali test yaitu sebelum dan sesudah diberi perlakuan untuk melihat perbedaan hasil test. Semakin tinggi skor siswa maka semakin tinggi pemahaman bahaya merokok siswa.

C. Subyek Penelitian

Subyek penelitian merupakan individu yang menjadi sasaran penelitian.

Hal-hal yang berhubungan dengan subyek penelitian adalah sebagai berikut :

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIIIF SMP N 10 Magelang, sejumlah 31 siswa.

2. Sampel Penelitian

Sampel dalam penelitian ini adalah siswa anggota populasi yang memiliki pemahaman bahaya merokok rendah. Sampel berjumlah 20 siswa yang akan dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, masing-masing berjumlah 10 siswa yang memiliki pemahaman rendah dan sedang.

3. Sampling

Penentuan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu penentuan sampel berdasarkan tujuan atau karakteristik yang telah ditentukan. Karakteristik yang dimaksud adalah siswa kelas VIIIF SMP Negeri 10 Magelang yang memiliki pemahaman bahaya merokok rendah berdasarkan pengukuran kuesioner pemahaman tentang bahaya merokok. Adapun karakteristik sampel yang digunakan adalah sebagai berikut :

- a) Siswa tidak memahami dampak merokok bagi kesehatan
- b) Siswa tidak memahami dampak kandungan-kandungan yang terdapat di dalam rokok
- c) Siswa tidak memahami dampak merokok bagi ekonomi lingkungan sekitar

D. Desain Penelitian

Menurut Seniati(2009:103) mengemukakan bahwa desain atau rancangan penelitian adalah rencana atau strategi yang digunakan untuk menjawab masalah penelitian. Sedangkan penelitian ini menggunakan rancangan quasi eksperimen (*quasi experimental*) dengan bentuk desain yang digunakan adalah *pre test post test control group design* dengan satu perlakuan. Desain tersebut merupakan desain eksperimen yang dilakukan dengan jalan melakukan pengukuran sebelum dan sesudah pemberian perlakuan pada subyek. Secara umum dapat digambarkan pada tabel berikut :

Tabel : 1
Pretest-posttest control group desain dengan satu perlakuan

	<i>Pre test</i>	Treatment	<i>Post test</i>
Kelompok Eksperimen	O1	X	O2
Kelompok Kontrol	O3	-	O4

Keterangan :

O1 dan O3 : *Pre test* (pemahaman tentang bahaya merokok)

X : Perlakuan (Bimbingan Kelompok teknik *Psikodrama*)

- : Tidak diberi perlakuan

O2 dan O4 : *Post test* (pemahaman tentang bahaya merokok)

Langkah awal yang dilakukan dalam penelitian ini adalah memberikan tes awal (*pre test*) kepada kedua kelompok untuk mengukur kondisi awal subyek penelitian sebelum diberikan perlakuan (O1, O2). Selanjutnya kelompok eksperimen diberikan perlakuan (X) berupa bimbingan kelompok teknik *psikodrama* dan kelompok kontrol tidak. Sebelum melakukan bimbingan kelompok, peneliti membuat modul bimbingan kelompok teknik *psikodrama*, dengan kisi-kisi sebagai berikut :

Tabel : 2
 Kisi-Kisi Modul Bimbingan Kelompok
 Untuk Meningkatkan Pemahaman Siswa tentang Bahaya Merokok melalui
 Bimbingan Kelompok dengan teknik Psikodrama

No	Tema	Tujuan	Tahapan Kegiatan	Waktu
1.	Kontrak Waktu	Siswa mengerti dan mampu mengikuti bimbingan kelompok dengan teknik	Tahap I : Pembentukan Tahap II : Peralihan Tahap III :	45 menit

		<i>psikodrama</i>	Kegiatan Tahap IV : Pengakhiran
2.	Persahabata n tanpa rokok	Siswa memiliki pengalaman <i>psikodrama</i> dan untuk meningkatkan pemahaman siswa tentang bahaya rokok	Tahap I : 80 Pembentukan menit Tahap II : Peralihan Tahap III : Kegiatan (<i>psikodrama</i>) Tahap IV : Pengakhiran
3.	Kandungan rokok yang mematikan	Agar siswa dapat menjelaskan kandungan rokok yang berbahaya untuk diri sendiri dan lingkungan, dengan <i>psikodrama</i> siswa mendalami secara langsung melalui bermain peran	Tahap I : 80 Pembentukan menit Tahap II : Peralihan Tahap III : Kegiatan (<i>psikodrama</i>) Tahap IV : Pengakhiran
4.	Pengaruh merokok hingga sukar melepas rokok	Agar siswa mampu memahami bahaya rokok dan ketergantungan merokok dalam jangka panjang, dan siswa mengerti pengaruh merokok terhadap dirinya dengan melatih siswa bermain peran secara langsung.	Tahap I : 80 Pembentukan menit Tahap II : Peralihan Tahap III : Kegiatan (<i>psikodrama</i>) Tahap IV : Pengakhiran
5.	No smoking, Bahaya merokok bagi perokok aktif dan pasif	Melatih siswa untuk belajar melindungi orang lain dengan menjaga perilakunya, mengetahui bahaya merokok bagi perokok dan orang-orang yang berada disekitar perokok yang berefek pada kesehatan.	Tahap I : 80 Pembentukan menit Tahap II : Peralihan Tahap III : Kegiatan (<i>psikodrama</i>) Tahap IV : Pengakhiran

6.	Rugi besar akibat merokok	Siswa mengetahui akibat merokok yang banyak merugikan dirinya dan lingkungannya.	Tahap I : 80 Pembentukan Tahap II : Peralihan Tahap III : Kegiatan (<i>psikodrama</i>) Tahap IV : Pengakhiran
7.	Menghisap nyawa	Melatih siswa untuk melindungi dirinya sendiri dari resiko yang mengancam dirinya.	Tahap I : 80 Pembentukan Tahap II : Peralihan Tahap III : Kegiatan (<i>psikodrama</i>) Tahap IV : Pengakhiran
8.	Evaluasi Bimbingan Kelompok	Agar mengetahui sejauh mana siswa memahami topik yang diberikan setelah beberapa kali melaksanakan bimbingan kelompok dengan teknik <i>psikodrama</i> .	Tahap I : 45 Pembentukan Tahap II : Peralihan Tahap III : Kegiatan Tahap IV : Pengakhiran

Bimbingan kelompok teknik *psikodrama* yang diberikan kepada kelompok eksperimen berlangsung selama delapan hari yaitu pada tanggal 18, 20, 22, 26, 31 Oktober, 3, 7, 8 November 2016. Setelah perlakuan selesai, kedua kelompok diberi tes akhir atau *posttest*.

E. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data adalah cara-cara yang dapat digunakan peneliti untuk mengumpulkan data. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah

angket tentang pemahaman bahaya merokok untuk memperoleh data mengenai tingkat pemahaman bahaya merokok yang dimiliki siswa. Angket ini menggunakan model skala likert dengan empat pilihan jawaban yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS) dan sangat tidak setuju (STS) dengan penilaian sebagai berikut:

Tabel : 3
Penilaian Skor Skala Pemahaman Bahaya Merokok

Jawaban	Item Positif	Item Negatif
SS	4	1
S	3	2
TS	2	3
STS	1	4

Instrumen tersebut dikembangkan dalam kisi-kisi. Adapun kisi-kisi angket pemahaman bahaya merokok adalah sebagai berikut :

Tabel : 4
Kisi-kisi Skala Variabel Pemahaman Bahaya Merokok

Variabel	Aspek	Indikator	No Item		Jml
			+	-	
Memahami tentang Bahaya Merokok	Menginterpretasikan tentang kandungan-kandungan yang terdapat didalam rokok.	1. Mampu menafsirkan bahaya nikotin bagi kesehatan.	1, 2, 3	4,5,7, 8	7
		2. Mampu menafsirkan bahaya karbon monoksida bagi kesehatan	6,11,14,17	10,13, 15	7
		3. Mampu menafsirkan bahaya tar bagi kesehatan	9,12, 21, 22	16,18, 23	7
	Mengklasifikasi dampak merokok	1. Mampu menerangkan dampak merokok bagi kesehatan.	19,28 34, 35	25,29, 32,36,	8
		2. Mampu menerangkan dampak merokok bagi lingkungan.	20,37, 40,41	30,31, 38,43	8

	3.	Mampu menerangkan dampak merokok bagi keadaan ekonomi / keuangan.	24,27, 39,42, 44	26,33, 45	8
Menjelaskan bahaya ketergantungan merokok	1.	Mampu mengenal rokok yang menyebabkan berbagai macam penyakit.	46, 51, 53, 55	47,56, 59	7
	2.	Mampu membandingkan bahaya merokok bagi perokok aktif dan perokok pasif.	48, 58	52,54, 60	5
	3.	Mampu menjelaskan berbagai faktor yang mempengaruhi orang ketergantungan merokok.	49, 57, 63	50,61, 62, 64	7
Jumlah			33	31	64

Sebelum angket digunakan untuk *pre test* dan *post test*, terlebih dahulu peneliti melakukan *try out* angket. Pelaksanaan *try out* angket pemahaman siswa tentang bahaya merokok dilakukan untuk mengetahui valid tidaknya instrumen yang digunakan dalam penelitian ini. *Try out* angket dilakukan dengan menggunakan *try out* terpakai, maksudnya adalah data *try out* digunakan untuk dua kepentingan, yaitu untuk mencari validitas dan reliabilitas instrumen sekaligus digunakan untuk *pre test* terhadap kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. *Try out* dilaksanakan pada tanggal 10 Oktober 2016. Siswa yang hadir pada *try out* berjumlah 31 siswa. Angket yang digunakan berisi 64 butir item pernyataan. Kemudian hasil *try out* di analisis untuk di uji validitas dan reliabilitasnya, berikut penjelasannya :

a. Uji Validitas Instrumen

Pengujian validitas data bertujuan untuk memastikan bahwa masing-masing pertanyaan akan terklarifikasi pada variabel yang telah ditentukan pengujian kualitas data dilakukan dengan uji validitas dan reabilitas data. Data Analisis butir item pernyataan menggunakan bantuan program *SPSS 19.00 for windows*. Jumlah item pada kuesioner adalah 64 item pernyataan dengan N jumlah 31 (jumlah sample *try out*). Kriteria item yang dinyatakan valid sah adalah item dengan nilai r_{hitung} lebih dari r_{tabel} pada taraf signifikan 5%. Berdasarkan hasil *try out* angket pemahaman bahaya merokok yang terdiri dari 64 item pernyataan, diperoleh 39 item pernyataan valid dan 25 item pernyataan dinyatakan gugur. Hasil uji validitas instrumen disajikan dalam tabel dibawah ini :

Tabel : 5
Uji Validitas Instrumen

No Item	r-tabel 5%	r-hasil	Keterangan	No Item	r-tabel 5%	r-hasil	Keterangan
1	0,367	0,459	Valid	33	0,367	0,202	Gugur
2	0,367	0,546	Valid	34	0,367	0,493	Valid
3	0,367	-0,191	Gugur	35	0,367	0,686	Valid
4	0,367	0,369	Valid	36	0,367	0,148	Gugur
5	0,367	0,195	Gugur	37	0,367	0,307	Gugur
6	0,367	0,596	Valid	38	0,367	0,660	Valid
7	0,367	0,203	Gugur	39	0,367	0,555	Valid
8	0,367	0,721	Valid	40	0,367	0,497	Valid
9	0,367	0,782	Valid	41	0,367	0,301	Gugur
10	0,367	0,587	Valid	42	0,367	0,457	Valid
11	0,367	0,440	Valid	43	0,367	-0,012	Gugur
12	0,367	0,371	Valid	44	0,367	0,590	Valid
13	0,367	0,469	Valid	45	0,367	0,362	Gugur
14	0,367	0,369	Valid	46	0,367	0,162	Gugur
15	0,367	0,652	Valid	47	0,367	0,116	Gugur
16	0,367	-0,104	Gugur	48	0,367	0,541	Valid
17	0,367	0,029	Gugur	49	0,367	0,484	Valid

18	0,367	0,552	Valid	50	0,367	0,527	Valid
19	0,367	0,589	Valid	51	0,367	0,530	Valid
20	0,367	0,570	Valid	52	0,367	0,613	Valid
21	0,367	0,454	Valid	53	0,367	0,534	Valid
22	0,367	0,569	Valid	54	0,367	0,625	Valid
23	0,367	0,735	Valid	55	0,367	0,338	Gugur
24	0,367	0,359	Gugur	56	0,367	0,607	Valid
25	0,367	0,160	Gugur	57	0,367	0,321	Gugur
26	0,367	0,206	Gugur	58	0,367	0,507	Valid
27	0,367	0,245	Gugur	59	0,367	0,160	Gugur
28	0,367	0,194	Gugur	60	0,367	0,281	Gugur
29	0,367	0,640	Valid	61	0,367	0,407	Valid
30	0,367	0,579	Valid	62	0,367	0,277	Gugur
31	0,367	0,539	Valid	63	0,367	0,449	Valid
32	0,367	0,161	Gugur	64	0,367	0,104	Gugur

Berdasarkan hasil *try out* dan hasil uji validitas tersebut diperoleh daftar item angket yang valid. Adapun kisi-kisi skala pemahaman bahaya merokok disajikan dalam tabel sebagai berikut :

Tabel : 6
Kisi-kisi Skala Pemahaman Bahaya Merokok setelah Try Out

Variabel	Aspek	Indikator	No Item		Jml
			+	-	
Memahami tentang Bahaya Merokok	Menginterpretasikan tentang kandungan-kandungan yang terdapat didalam rokok.	1. Mampu menafsirkan bahaya nikotin bagi kesehatan.	1 , 2	3, 5	4
		2. Mampu menafsirkan bahaya karbon monoksida bagi kesehatan	4, 8, 11	7,10, 12	6
		3. Mampu menafsirkan bahaya tar bagi kesehatan	6,9,16 ,17	13, 18	6
	Mengklasifikasi dampak merokok	1. Mampu menerangkan dampak merokok bagi kesehatan.	14, 22, 23	19	4
		2. Mampu menerangkan dampak merokok bagi lingkungannya.	15, 26	20, 21, 24	5

	3.	Mampu menerangkan dampak merokok bagi keadaan ekonomi / keuangan.	30, 39		3
Menjelaskan bahaya ketergantungan merokok	1.	Mampu mengenal rokok yang menyebabkan berbagai macam penyakit.	32, 34	36	3
	2.	Mampu membandingkan bahaya merokok bagi perokok aktif dan perokok pasif.	29, 37	33, 35	4
	3.	Mampu menjelaskan berbagai faktor yang mempengaruhi orang ketergantungan merokok.	30, 39	31, 38	4
	Jumlah		23	16	39

b. Uji Reliabilitas Instrumen

Instrumen dikatakan reliabel apabila berdasarkan hasil analisis item memperoleh nilai *alpha* lebih besar dari r_{tabel} pada taraf signifikan 5% dengan N 31 siswa. Berdasarkan perhitungan uji reliabilitas dengan menggunakan program *SPSS 19.00 for windows*, koefisien *alpha* pada variabel pemahaman siswa tentang bahaya merokok sebesar 0,941. Karena hasil koefisien *alpha* pada variabel pemahaman siswa tentang bahaya merokok lebih besar dari r_{tabel} ($0,941 > 0,367$), sehingga item angket tersebut dinyatakan reliabel dan dapat digunakan.

F. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan secara kuantitatif dengan menggunakan analisis *statistic non parametric* atau dengan menggunakan Uji Peringkat *Mann Whitney* Sampel Kecil. Uji peringkat bertanda *Mann Whitney* (Uji U) digunakan pada analisis komparatif untuk menguji dua sampel *independent* (bebas disini artinya variabel A tidak mempengaruhi variabel B, begitu juga sebaliknya) dengan data berjenis ordinal. Uji ini digunakan untuk menguji rata-rata dari dua sampel yang berukuran tidak sama. Sebelum melakukan uji statistik langkah pertama yang harus dilakukan adalah menentukan *type* hipotesis yang akan digunakan. Asumsi yang digunakan untuk menerapkan metode ini antara lain : skala pengukuran yang dipakai ordinal, kedua sampel tidak saling mempengaruhi (Siregar, 2014:389).

Analisis data dilakukan dengan bantuan program komputer *SPSS 19.0 for windows*. Kriteria pengambilan keputusan dilakukan dengan membandingkan nilai probabilitas yang diperoleh pada tingkat signifikan 5%. Artinya jika hipotesis dapat diterima jika nilai probabilitas (nilai p) kurang dari 0,05.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Pelaksanaan Penelitian

a. Pelaksanaan *Pre test*

Pre test dilaksanakan pada tanggal 15 Oktober 2016 dengan menyebarkan skala pemahaman bahaya merokok kepada responden yang berjumlah 31 siswa responden terdiri dari siswa kelas VIII F. Hasil *pre test* dapat dilihat pada lampiran 7. Analisis hasil *pre test* pemahaman siswa tentang bahaya merokok tersaji pada tabel berikut :

Tabel : 7

Kategori Skor Skala Pemahaman Bahaya Merokok			
Frekuensi	Kategori	Jumlah	Presentase
>119	Tinggi	7	22,5%
118-79	Sedang	22	71%
<78	Rendah	2	6,5%
Jumlah		31	100%

(Syarifudin, 2010 : 112)

Berdasarkan analisis hasil *pre test*, 31 responden kemudian diambil 20 siswa untuk dijadikan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Masing-masing 10 orang dengan kategori yang setara.

Tabel : 8
Hasil Skor *Pre Test*

Kelompok Eksperimen			Kelompok Kontrol		
No	Nama	Skor	No	Nama	Skor
<i>Pre test</i>			<i>Pre test</i>		
1	JL	73	1	ASP	113
2	AAK	106	2	AND	112
3	AMD	92	3	RIS	110
4	STA	88	4	DW	104
5	HNI	71	5	IDH	116
6	DVD	91	6	NDA	115
7	NNI	88	7	SML	112
8	ALA	101	8	SPI	109
9	EVT	103	9	FRY	117
10	JKS	97	10	DE	115

b. Pemberian perlakuan bimbingan kelompok teknik *psikodrama*

Kegiatan bimbingan kelompok teknik *psikodrama* hanya diberikan kepada kelompok eksperimen. Jadwal pelaksanaan bimbingan kelompok teknik *psikodrama* disesuaikan dengan kesepakatan bersama sesuai dengan waktu yang sudah ditentukan. Kegiatan dilaksanakan selama 8 hari yaitu pada tanggal 18 Oktober, 20 Oktober, 22 Oktober, 26 Oktober, 31 Oktober, 3 November, 7 November dan 8 November 2016. Jadwal dan hasil pelaksanaan bimbingan kelompok teknik *psikodrama* terdapat pada lampiran 8.

Kegiatan pertama pada tanggal 18 Oktober 2016 dengan sasaran siswa pada kelompok eksperimen melakukan bimbingan kelompok

dengan teknik psikodrama. Pada pertemuan pertama melakukan kontrak waktu dengan siswa terkait pelaksanaan bimbingan kelompok.

Kegiatan kedua, dilaksanakan pada tanggal 20 Oktober 2016 dengan sasaran siswa pada kelompok eksperimen melakukan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama dengan alokasi waktu selama 80 menit. Pada pertemuan kedua melakukan bimbingan kelompok dengan topik rokok dan merokok yang diikuti oleh 10 siswa, diawali dengan tahap pembentukan dimana pemimpin kelompok menjelaskan maksud dan tujuan bimbingan kelompok. Kemudian tahap peralihan pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan selanjutnya dan menanyakan kepada siswa apakah sudah siap mengikuti kegiatan. Tahap kegiatan memberikan informasi terkait topik dan melaksanakan praktek psikodrama dengan tema persahabatan tanpa rokok. Selanjutnya tahap pengakhiran dimana pemimpin kelompok menyampaikan kesimpulan dan evaluasi.

Kegiatan ketiga, dilaksanakan pada tanggal 22 Oktober 2016 dengan sasaran siswa pada kelompok eksperimen melakukan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama dengan alokasi waktu selama 80 menit. Pada pertemuan ketiga melakukan bimbingan kelompok dengan topik kandungan didalam rokok yang diikuti oleh 10 siswa, diawali dengan tahap pembentukan dimana pemimpin kelompok menjelaskan maksud dan tujuan bimbingan kelompok. Kemudian tahap peralihan pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan selanjutnya dan menanyakan

kepada siswa apakah sudah siap mengikuti kegiatan. Tahap kegiatan memberikan informasi terkait topik dan melaksanakan praktek psikodrama dengan tema kandungan rokok mematikan. Selanjutnya tahap pengakhiran dimana pemimpin kelompok menyampaikan kesimpulan dan evaluasi.

Kegiatan keempat, dilaksanakan pada tanggal 26 Oktober 2016 dengan sasaran siswa pada kelompok eksperimen melakukan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama dengan alokasi waktu selama 80 menit. Pada pertemuan keempat melakukan bimbingan kelompok dengan topik terpengaruh merokok yang diikuti oleh 10 siswa, diawali dengan tahap pembentukan dimana pemimpin kelompok menjelaskan maksud dan tujuan bimbingan kelompok. Kemudian tahap peralihan pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan selanjutnya dan menanyakan kepada siswa apakah sudah siap mengikuti kegiatan. Tahap kegiatan memberikan informasi terkait topik dan melaksanakan praktek psikodrama dengan tema terpengaruh merokok. Selanjutnya tahap pengakhiran dimana pemimpin kelompok menyampaikan kesimpulan dan evaluasi.

Kegiatan kelima, dilaksanakan pada tanggal 31 Oktober 2016 dengan sasaran siswa pada kelompok eksperimen melakukan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama dengan alokasi waktu selama 80 menit. Pada pertemuan kelima melakukan bimbingan kelompok dengan topik no smoking yang diikuti oleh 10 siswa, diawali dengan tahap

pembentukan dimana pemimpin kelompok menjelaskan maksud dan tujuan bimbingan kelompok. Kemudian tahap peralihan pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan selanjutnya dan menanyakan kepada siswa apakah sudah siap mengikuti kegiatan. Tahap kegiatan memberikan informasi terkait topik dan melaksanakan praktek psikodrama dengan tema no smoking. Selanjutnya tahap pengakhiran dimana pemimpin kelompok menyampaikan kesimpulan dan evaluasi.

Kegiatan keenam, dilaksanakan pada tanggal 3 November 2016 dengan sasaran siswa pada kelompok eksperimen melakukan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama dengan alokasi waktu selama 80 menit. Pada pertemuan keenam melakukan bimbingan kelompok dengan topik rugi besar akibat merokok yang diikuti oleh 10 siswa, diawali dengan tahap pembentukan dimana pemimpin kelompok menjelaskan maksud dan tujuan bimbingan kelompok. Kemudian tahap peralihan pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan selanjutnya dan menanyakan kepada siswa apakah sudah siap mengikuti kegiatan. Tahap kegiatan memberikan informasi terkait topik dan melaksanakan praktek psikodrama dengan tema rugi besar akibat merokok. Selanjutnya tahap pengakhiran dimana pemimpin kelompok menyampaikan kesimpulan dan evaluasi.

Kegiatan ketujuh, dilaksanakan pada tanggal 7 November 2016 dengan sasaran siswa pada kelompok eksperimen melakukan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama dengan alokasi waktu selama 80

menit. Pada pertemuan ketujuh melakukan bimbingan kelompok dengan topik penyakit mematikan karena rokok yang diikuti oleh 10 siswa, diawali dengan tahap pembentukan dimana pemimpin kelompok menjelaskan maksud dan tujuan bimbingan kelompok. Kemudian tahap peralihan pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan selanjutnya dan menanyakan kepada siswa apakah sudah siap mengikuti kegiatan. Tahap kegiatan memberikan informasi terkait topik dan melaksanakan praktek psikodrama dengan tema merokok membunuhmu. Selanjutnya tahap pengakhiran dimana pemimpin kelompok menyampaikan kesimpulan dan evaluasi.

Kegiatan kedelapan, dilaksanakan pada tanggal 8 November 2016 dengan sasaran siswa pada kelompok eksperimen melakukan bimbingan kelompok dengan alokasi waktu selama 45 menit. Pada pertemuan kedelapan ini melakukan evaluasi bimbingan kelompok dimana pada evaluasi ini peneliti menyebar blangko siswa.

c. Pelaksanaan *Post test*

Penelitian diakhiri dengan pengukuran akhir (*post test*). *Post test* dilakukan pada tanggal 10 November 2016 pada semua sample penelitian kelompok eksperimen. *Post test* dilakukan dengan menyebarkan skala pemahaman bahaya merokok yang sama dengan dengan skala pre test. Berikut ini hasil skor *post test* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol :

Tabel : 9
Hasil Skor *Post test*

Kelompok Eksperimen			Kelompok Kontrol		
No	Nama	Skor	No	Nama	Skor
<i>Post test</i>			<i>Post test</i>		
1	JL	102	1	ASP	109
2	AAK	143	2	AND	115
3	AMD	112	3	RIS	120
4	STA	117	4	DW	98
5	HNI	124	5	IDH	106
6	DVD	114	6	NDA	113
7	NNI	118	7	SML	115
8	ALA	120	8	SPI	110
9	EVT	119	9	FRY	117
10	JKS	119	10	DE	117

Langsung selanjutnya melakukan analisis data terhadap hasil *post test* termasuk di dalamnya uji hipotesis penelitian dan menyusun laporan hasil penelitian ke dalam bentuk yang sistematis.

2. Analisis Deskriptif Variabel Penelitian

Pengolahan data hasil tabulasi jawaban responden diolah dengan bantuan program *SPSS 19.00 for windows*. Pengolahan tersebut menghasilkan *statistic descriptive variable* penelitian sebagai berikut :

Tabel : 10
Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	d. Deviation
testeksperimen	10	35	71	106	91,00	11,776
sttesteksperimen	10	41	102	143	118,80	10,379
testkontrol	10	13	104	117	112,30	3,889
sttestkontrol	10	22	98	120	112,00	6,481
lid N (listwise)	10					

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa sampel penelitian berjumlah 20 siswa. Responden dibagi menjadi dua kelompok yaitu 10 siswa kelompok eksperimen dan 10 siswa kelompok kontrol. Nilai minimum kelompok eksperimen *pretest* sebesar 71, nilai maksimum sebesar 106 dengan rata-rata 91,00 dan standar deviasi 11,776. Nilai minimum kelompok eksperimen *posttest* sebesar 102, nilai maksimum sebesar 143 dengan rata-rata 118,80 dan standar deviasi sebesar 10,379. Artinya rata-rata skor skala pemahaman bahaya merokok kelompok eksperimen setelah diberi perlakuan berupa bimbingan kelompok dengan teknik *psikodrama* mengalami peningkatan.

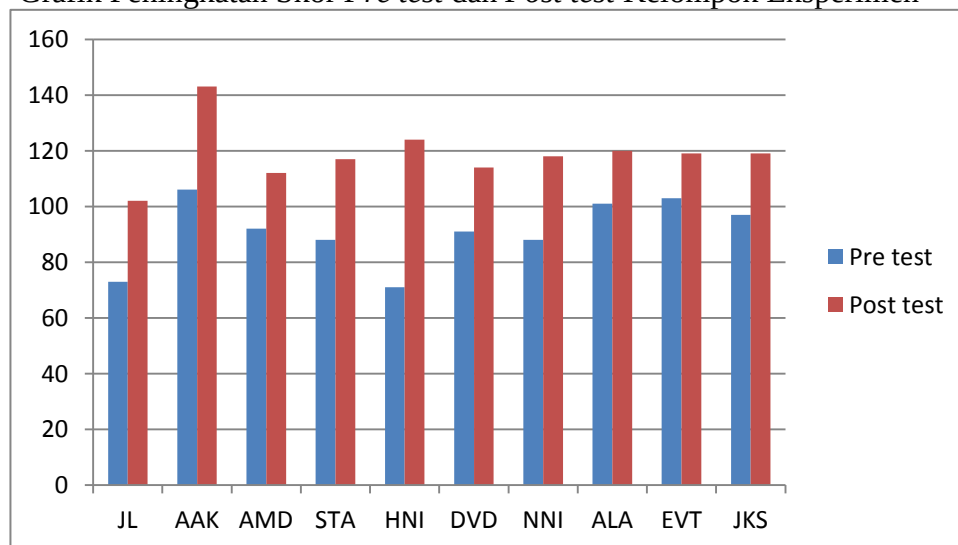
Nilai minimum kelompok kontrol *pretest* sebesar 104, nilai maksimumnya sebesar 117 dengan rata-rata 112,30 dan standar deviasi sebesar 3,889. Nilai minimum kelompok kontrol *posttest* sebesar 98 dan nilai maksimumnya sebesar 120 dengan rata-rata 112,00 dan standar deviasi sebesar 6,481. Artinya kelompok kontrol yang tidak mendapat perlakuan mengalami sedikit penurunan dibandingkan dengan kelompok eksperimen yang mendapat perlakuan. Adapun perbandingan hasil analisis kelompok

eksperimen dan kelompok kontrol tersebut selengkapnya disajikan dalam tabel berikut :

Tabel : 11
Hasil Analisis Skor *Pretest* dan *Posttest* Skala Pemahaman Bahaya Merokok
Kelompok Eksperimen

Nama	<i>Pre test</i>	<i>Post test</i>	Peningkatan	
			Nilai	%
JL	73	102	29	39,7%
AAK	106	143	37	34,9%
AMD	92	112	20	21,7%
STA	88	117	29	32,9%
HNI	71	124	53	74,6%
DVD	91	114	23	25,2%
NNI	88	118	30	34,0%
ALA	101	120	19	18,8%
EVT	103	119	16	15,5%
JKS	97	119	22	22,6%
Rata-rata			27,8	31,99%
Minimum			16	15,5%
Maksimum			53	74,6%

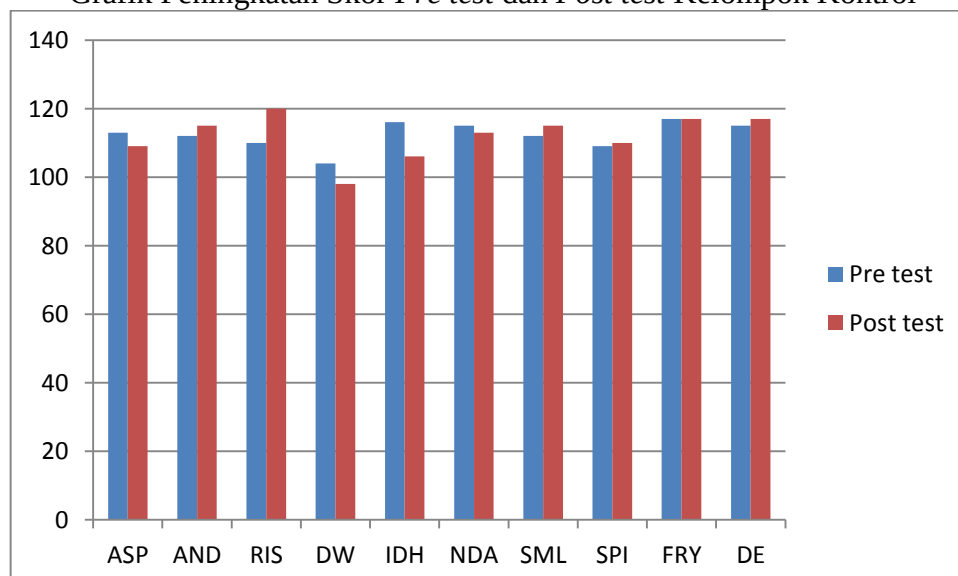
Gambar : 2
Grafik Peningkatan Skor *Pre test* dan *Post test* Kelompok Eksperimen



Tabel : 12
Peningkatan Skor *Pre test* dan *Post test* Kelompok Kontrol

Nama	Kelompok Kontrol			
	<i>Pre test</i>	<i>Post test</i>	Peningkatan Nilai	%
ASP	113	109	-4	-3,5%
AND	112	115	3	2,6%
RIS	110	120	10	9,0%
DW	104	98	-6	-5,7%
IDH	116	106	-10	-8,6%
NDA	115	113	-2	-1,7%
SML	112	115	3	2,6%
SPI	109	110	1	0,9%
FRY	117	117	0	0,0%
DE	115	117	2	1,7%
Rata-rata			-0,3	-0,27%
Minimum			-10	-8,6%
Maksimum			10	9,0%

Gambar : 3
Grafik Peningkatan Skor *Pre test* dan *Post test* Kelompok Kontrol



Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa peningkatan kelompok eksperimen tertinggi sebesar 53 atau 74,6% dan terendah sebesar 16 atau 15,5%. Rata-rata peningkatan skor sebesar 27,8 atau 31,99%. Adanya skor peningkatan menyimpulkan bahwa pemahaman bahaya merokok siswa dari kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang signifikan. Sedangkan untuk kelompok kontrol ada yang mengalami peningkatan dan ada yang mengalami penurunan. Akan tetapi rata-rata dari kelompok kontrol mengalami penurunan. Skor kelompok kontrol tertinggi sebesar 10 atau 9,0% dan terendah sebesar -10 atau -8,6%. Rata-rata sebesar -0,3 atau -0,27%.

3. Uji Hipotesis

Data hasil penelitian yang terdiri dari data *pretest* dan *posttest* dianalisis dengan model *statistic non parametric* dari program *SPSS 19.0 for windows* dengan *two independent sample*. Dengan hasil Z_{hitung} kelompok eksperimen adalah -3,631 dengan nilai *Sign* adalah 0,000. Sedangkan untuk kelompok kontrol hasil Z_{hitung} adalah -0,266 dengan nilai *Sign* adalah 0,790. Adapun kriteria pengujian hipotesis yaitu dengan melihat angka probabilitas, dengan ketentuan jika nilai *sign* $> \alpha$ maka H_0 diterima. Karena nilai *Sign* pada kelompok eksperimen $= 0,000 < \alpha = 5\% (0,05)$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Sedangkan untuk kelompok kontrol nilai *Sign* adalah $0,790 > \alpha = 5\% (0,05)$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Artinya pemberian perlakuan berupa bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama ada pengaruh terhadap peningkatan terhadap peningkatan pemahaman bahaya merokok untuk kelompok eksperimen.

B. Pembahasan

Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis statistik non parametrik. Penggunaan analisis *Uji Mann Whitney* terbukti dapat meningkatkan pemahaman bahaya merokok siswa. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan skor *posttest* kelompok eksperimen yang signifikan. Peningkatan skor *posttest* kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan peningkatan skor *posttest* kelompok kontrol. Selain itu, nilai mean *posttest* kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol berbeda. Nilai mean kelompok eksperimen mempunyai lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol.

Bukti bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *psikodrama* dapat meningkatkan pemahaman siswa adalah adanya perbedaan aspek dan indikator pemahaman bahaya merokok sebelum diberikan perlakuan dengan setelah diberikan perlakuan. Contohnya adalah siswa yang semula tidak memahami pengertian, jenis, dan faktor yang mempengaruhi merokok menjadi paham, siswa yang semula tidak memahami bahaya merokok bagi kesehatan bagi dirinya dan orang lain menjadi paham, siswa yang tadinya tidak mengetahui bahaya kandungan rokok menjadi tahu, siswa yang semula tidak mengetahui rokok dapat menyebabkan penyakit yang mematikan menjadi tahu dan paham. Setelah siswa memahami hal-hal tentang bahaya merokok tersebut, pemahaman siswa menjadi meningkat dan perilaku siswa juga berubah menjadi lebih baik yaitu siswa yang tadinya merokok menjadi tidak

merokok dan siswa akan menjauh ketika berada didekat perokok untuk menghindari asap rokok.

Penelitian menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *psikodrama* dapat meningkatkan pemahaman tentang bahaya merokok. Namun demikian, peningkatan pemahaman siswa tentang bahaya merokok kemungkinan juga dipengaruhi oleh hal lain. Peningkatan yang terjadi dirasa sudah maksimal karena proses bimbingan berjalan sesuai dengan yang direncanakan dan semua siswa mengikuti bimbingan kelompok dengan antusias sehingga tujuan pelaksanaan bimbingan kelompok dapat tercapai.

Penelitian Putri (2013:79-99) membuktikan bahwa bimbingan kelompok berpengaruh dalam peningkatan pemahaman siswa tentang bahaya seks bebas. Penelitian tersebut membuktikan bahwa siswa yang pemahamannya rendah diberi perlakuan dengan menggunakan bimbingan kelompok. Terbukti bahwa ada perbedaan skor antara sesudah dan sebelum penerapan bimbingan kelompok, pemahaman siswa tentang bahaya seks bebas meningkat secara signifikan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Putri tidak jauh berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahayu (2013:127-134). Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dapat meningkatkan pemahaman siswa tentang bahaya narkoba. Secara signifikan pemahaman siswa meningkat setelah diberi perlakuan bimbingan kelompok.

Penelitian lain Zaen (2015:2-10) menyatakan bahwa penggunaan teknik *psikodrama* dalam penelitiannya didasarkan pada alasan karena permasalahan yang muncul berkaitan dengan permasalahan pribadi yaitu *adversity intelligence*. Dimana peserta didik yang memiliki *adversity intelligence* tinggi akan semakin bervariasi cara-cara yang digunakan dalam menghadapi kesulitan-kesulitan yang dihadapi, sebaliknya peserta didik yang memiliki *adversity intelligence* rendah maka dengan mudah akan menyerah, menghindari, berhenti pada kesulitan sebelum melakukan upaya-upaya yang berarti. Dengan kata lain *psikodrama* berhasil meningkatkan *adversity intelligence* dimana kecerdasan peserta didik dalam mengambil keputusan mencapai keberhasilan. Teknik tersebut melatih siswa berfikir sehingga mempunyai pemahaman yang baik tentang berbagai permasalahan yang terkandung dalam diri individu. Salah satu permasalahan yang dapat ditangani dengan *psikodrama* tersebut yaitu pemahaman siswa.

Dalam prosesnya juga terdapat hambatan atau kendala, yaitu dalam mengatur siswa yang sedikit sulit untuk melaksanakan bimbingan kelompok dikarenakan pelaksanaan yang diambil ketika setelah pulang sekolah namun hal tersebut dapat teratasi dengan memberi semangat siswa dan memberi sedikit hadiah kepada siswa. Kendala juga terjadi saat melaksanakan drama karena setiap subjek memiliki pendapat dan karakter yang berbeda tetapi hal tersebut dapat teratasi dengan kesepakatan bersama dan dapat dijalankan dengan baik.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Kesimpulan Teori

Pemahaman bahaya merokok lebih kepada memahami bahaya yang mengancam kesehatan yaitu memicu berbagai macam munculnya penyakit yang dapat berakibat pada kematian tidak hanya mengancam perokok saja melainkan orang lain (pasif) yang berada disekitar perokok (aktif).

Penerapan teknik *psikodrama* dalam bimbingan kelompok merupakan suatu layanan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk membahas topik yang dianggap penting dengan saling berinteraksi, saling memberikan pendapat dan memberi tanggapan dari anggota kelompok lain melalui bermain drama secara langsung anggota kelompok mempraktekan akibat bahaya merokok yang membahayakan dirinya dan orang lain.

2. Kesimpulan Hasil Penelitian

Kesimpulan hasil penelitian ini adalah bimbingan kelompok dengan teknik *psikodrama* berpengaruh terhadap peningkatan pemahaman siswa tentang bahaya merokok pada siswa kelas VIII SMP Negeri 10 Magelang tahun ajaran 2016/2017. Hal ini dibuktikan dengan adanya perbedaan peningkatan pemahaman bahaya merokok antara kelompok

eksperimen dengan kelompok kontrol, dimana peningkatan pemahaman bahaya merokok kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Dengan bimbingan kelompok teknik *psikodrama* pemahaman bahaya merokok siswa berangsur-angsur meningkat.

Selain itu, peningkatan pemahaman bahaya merokok ditandai dengan perbedaan aspek dan indikator pemahaman bahaya merokok sebelum diberi perlakuan dan sesudah diberikan perlakuan. Diantaranya adalah : siswa yang semula tidak memahami pengertian, jenis, dan faktor yang mempengaruhi merokok menjadi paham, siswa yang semula tidak memahami bahaya merokok bagi kesehatan bagi dirinya dan orang lain menjadi paham, siswa yang semula tidak mengetahui rokok dapat menyebabkan penyakit yang mematikan menjadi tahu dan paham. Setelah siswa memahami hal-hal tentang bahaya merokok tersebut, pemahaman siswa menjadi meningkat dan perilaku siswa juga berubah menjadi lebih baik yaitu siswa yang tadinya merokok menjadi tidak merokok dan siswa akan menjauh ketika berada didekat perokok untuk menghindari asap rokok.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas penulis dapat memberikan saran sebagai berikut :

1. Bagi guru pembimbing

Guru pembimbing dapat menerapkan bimbingan kelompok dengan teknik *psikodrama* sebagai upaya untuk meningkatkan pemahaman bahaya merokok siswa.

2. Bagi Sekolah

Diharapkan hasil penelitian ini dapat membantu menangani siswa yang memiliki pemahaman bahaya merokok rendah. Karena dari penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti dapat membantu siswa kelas VIII untuk meningkatkan pemahaman bahaya merokok. Oleh karena itu bimbingan kelompok dapat digunakan oleh sekolah khususnya kepada tenaga pengajar untuk membantu siswa lainnya dalam memahami bahaya merokok.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi rujukan dan dapat dikembangkan lagi oleh peneliti lain yang ingin meneliti tentang penggunaan bimbingan kelompok dengan teknik *psikodrama* untuk meningkatkan pemahaman bahaya merokok siswa. Penelitian ini memiliki keterbatasan yaitu sulit mengatur siswa untuk melaksanakan bimbingan kelompok dikarenakan pelaksanaan yang diambil ketika setelah pulang sekolah, Sebaiknya dibutuhkan hadiah untuk siswa dalam melaksanakan proses bimbingan kelompok sehingga memungkinkan tercapainya tujuan secara maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, A.H. 2010. Nikotin Beku Dalam Otak Perokok. <http://inijalanku.wordpress.com/part2/nikotin-terkumpul-dalam-otak-perokok>. Diakses pada 27 Maret 2014
- Admin.2011. *Merokok Menyebabkan Impotensi*.(online). Availabel : <http://www.seksualitas.net/merokok-sebabkan-impotensi.htm>. Diakses tanggal 30 November 2012.
- Arga. 2012. *Bahaya Merokok, Bahaya Bagi Perokok Pasif, Zat Yang Terkandung Dalam Rokok Dan Cara Pencegahannya*. <http://argamakmur.wordpress.com>. Diakses 11 Oktober 2015.
- Araujo, D. 2009. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Merokok dengan Perilaku Merokok Mahasiswa Timor Leste di Yogyakarta. Skripsi (Tidak Diterbitkan) STIKES Wira Husada Y ogyakarta.
- Astuti, Lindia. “Faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi seseorang perokok aktif untuk berhenti merokok” Skripsi Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Indonesia. 2004.
- Candra Suci Utami. 2014. “Tingkat Pengetahuan Remaja Putra Tentang Bahaya Merokok Pada Siswa Kelas IX SMP Negeri 2 Sambu Boyolali Tahun 2014.” Skripsi (Tidak Diterbitkan) Mahasiswa Kesehatan Kusuma Husada Surakarta.
- Departemen Pendidikan Nasional. 2008. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Departemen Kesehatan. 2008. *Anak dan Remaja Rentan Menjadi Perokok Pemula*.
- _____. 2012. *Saatnya Melindungi Perempuan Dari Bahaya Rokok*. <http://www.depkes.go.id/index.php/berita/pressrelease/1090saatnyamelindungi-perempuan-daribahayarokok.html> diakses tanggal 13 Desember 2012.
- Damayanti, Ninda, 2012. *Buku Pintar Panduan Bimbingan Konseling*. Yogyakarta
- Djuric, Zoran. 2006. *Psychodrama A Beginner's Guide*. English. Diperoleh dari <http://books.google.co.id>

- Gibson, Robert L. 2010. *Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Gibson, R L; Mitchell, Marianne H. 2011. *Bimbingan dan Konseling (Edisi Indonesia-Edisi ke Tujuh)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Hamalik, Oemar. 2007. *Psikologi Belajar dan Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algensindo
- Hartinah, Sitti. 2009. *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*. Bandung : Refika Aditama
- Hurlock B. Elizabeth, 1999. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta. PT Gramedia. Hal 12
- Istiqomah, Umi. 2003. *Upaya Menuju Generasi Tanpa Merokok*. Surakarta: Setiaji
- Indri Kemala Nasution, S.Psi. 2007. “ Perilaku Merokok Pada Remaja”. *Skripsi (Tidak Diterbitkan)*. UNV SUMUT
- Jaya, Muhammad. 2009. *Pembunuh Berbahaya Itu Bernama Rokok*. Yogyakarta: Riz'ma
- M. Rachmat, R.M. Thata, M. Syafar, 2013. Perilaku Merokok Remaja Sekolah Menengah Pertama, *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional Vol. 7, No. 11*
- Neneng Nurailah. 2010. “Hubungan Tentang Persepsi dan Dampak Merokok Terhadap Kesehatan dengan Tipe Perilaku Merokok Mahasiswa”. *Skripsi (Tidak Diterbitkan)*. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Ogden, Jane. 2000. *Health Psychology*. Buckingham : Open University Press
- Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 19 Tahun 2003 tentang Pengamanan Rokok Bagi Kesehatan
- Prasadja, A, 2008. Kesehatan Tidur dan Kebiasaan Merokok. <http://www.dailymotion.com/prasadja/journal>. Diakses pada 27 Maret 2010
- Prayitno. 2004. *Seri Layanan L.6.L.7 layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok*. Padang: Jurusan BK FIP UNP
- Prihatin, Eka. 2011. *Manajemen Peserta Didik*. Bandung : Alfabeta

- Riski Listyo Novita.2013.Tingkat Pengetahuan Remaja Putra Tentang Bahaya Merokok Pada Siswa.*Skripsi*(Tidak Diterbitkan).Stikes Kusuma Husada Surakarta.
- Romlah, Titiek. 2006. *Teori dan praktek bimbingan kelompok*. Malang : Universitas Negeri Malang
- Rusip, 2011. *Usaha Mencegah Bahaya Merokok*. <http://ruship.blogspot.com>. Diakses 5 Agustus 2015.
- Satiti. A. 2009. Strategi Rahasia Terhenti Merokok. Yogyakarta: Data Media.
- Setipoe, Mangku. 2000. *Kekhususan Rokok Indonesi*. Jakarta: Grasindo.
- Semium, Y. 2006. Kesehatan Mental. Yogyakarta: Kanisius.
- Seniati, Liche, dkk. 2009. *Psikologi Ekperimen*. Jakarta: PT Indeks.
- Siregar, Sofian, Ir. MM. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif dilengkapi dengan Pemanding Perhitungan Manual dan SPSS*. Jakarta : Kencana Prenadamedia Group.
- Sukardi, Dewa Ketut. 2008. *Proses Bimbingan dan Konseling di sekolah*. Jakarta : PT Rineka Cipta
- Sudjana, Nana. 2001. *Penilaian Hasil Belajar Mengajar*. Bandung: PT Remaja Rosda Karya
- Sukendro, S. 2007. *Filosofi Rokok, Sehat, Tanpa Berhenti Merokok*. Yogyakarta : Pinus Book Publisher
- Syarifudin. B. 2010. *Panduan TA Keperawatan dan Kebidanan dengan SPSS*. Yogyakarta : Grafindo Litera Media.
- Tohirin. 2007. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (BerbasisIntelegensi)*. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada
- Triswanto, Sugeng.2007.*Stop Smooking*.Yogyakarta:Progrestart Books.
- Uno, Hamzah B. 2009. *Model Pembelajaran*. Gorontalo : Bumi Aksara
- Wahyono. B, Maharani.C. 2010. *Peningkatan Pengetahuan Tentang Bahaya Merokok Pada Siswa SLTP Negeri Limbangan Kendal*. FIK. UNE
- Winkel, W.S dan M. M. Sri Hastuti, *Bimbingan dan Kelompok di Institusi Widia Sarana*, Yogyakarta: Media Abadi, 2006.

Yumaria. 2002. *Smoke Buku Panduan Ampuh Untuk Berhenti Merokok*. Jakarta: PT Triex Trimacindo.

Zul Fajri, Em, & Ratu Aprilia Senja. 2008. *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*. Jakarta:Difa Publisher.

LAMPIRAN

LAMPIRAN 1
SURAT IJIN PENELITIAN DAN SURAT KETERANGAN PENELITIAN



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Program Studi : Bimbingan & Konseling /Strata 1
(Terakreditasi "B" SK BAN-PT No: 0955/SK/BAN-PT/Akred/S/VI/2016)

Program Studi : Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini (PG - PAUD) /Strata 1
(Terakreditasi "B" SK BAN-PT No: 1114/SK/BAN-PT/Akred/S/VII/2016)

Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar (PGSD) /Strata 1
(Terakreditasi "C" SK BAN-PT No: 403/SK/BAN-PT/Akred/S/X/2014)

Jl. Tidar No. 21 Magelang 56126 Telp. (0293) 362082 / 326945 psw 1301 Fax. (0293) 32555

Nomor : 407/FKIP/II.3.AU/F/2016
Lampiran : 1 bendel
Perihal : **IJIN PENELITIAN UNTUK SKRIPSI**

Kepada
Yth. Kepala SMP Negeri 10 Magelang
Di

Kota Magelang

Assalamu'alaikum wr wb

Disampaikan dengan hormat bahwa, guna penyelesaian studi program strata satu (sarjana) diperlukan penulisan skripsi. Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon ijin bagi mahasiswa berikut guna melaksanakan penelitian di instansi yang Bapak/ Ibu pimpin.

Nama Mahasiswa	: Ita Dwi Ambarwati
N P M	: 12.0301.0043
Fakultas	: Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Program Studi	: Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi	: Peningkatan Pemahaman Siswa Tentang Bahasa Merokok Melalui Bimbingan Kelompok dengan Teknik Psikodrama
Lokasi / Obyek	: SMP Negeri 10 Magelang
Waktu Pelaksanaan	: 14 September 2016 – 14 Desember 2016

Sebagai bahan pertimbangan, berikut ini kami lampirkan proposal / rancangan skripsi. Demikian atas ijin dan kerjasama yang baik, kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr wb



Magelang, 9 September 2016
Dekan,

[Signature]
Drs. Subiyanto, M.Pd.
NIP. 19570807 198303 1 002



**PEMERINTAH KOTA MAGELANG
DINAS PENDIDIKAN
SMP NEGERI 10 MAGELANG**

Jl. Soekarno-Hatta No. 2 Telp. (0293) 364174 Kode Pos 56127 Magelang
Email : smpn10_mgl@yahoo.co.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 076/ / 230/ SMP.10

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : RAHAYU PRIHATIN, S.Pd.
NIP : 19640408 198403 2 003
Pangkat/ Gol. Ruang : Pembina / IV a
Jabatan : Kepala SMP Negeri 10 Magelang

Menerangkan bahwa :

Nama : ITA DWI AMBARWATI
N P M : 12.0301.0043
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Benar – benar telah melaksanakan penelitian di SMP Negeri 10 Magelang dari tanggal 14 September 2016 sampai dengan tanggal 17 November 2016. Sebagai persyaratan untuk pembuatan Skripsi dengan judul “Peningkatan Pemahaman Siswa Tentang Bahasa Merokok Melalui Bimbingan Kelompok dengan Teknik Psikodrama”.

Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Magelang, 17 November 2016
Kepala Sekolah



RAHAYU PRIHATIN, S.Pd.
NIP 19640408 198403 2 003

LAMPIRAN 2
HASIL TRY OUT
SKALA PEMAHAMAN BAHAYA MEROKOK

LAMPIRAN 3
HASIL UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS INSTRUMEN

HASIL UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS

CORRELATIONS

Descriptive Statistics			
	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	3.4839	.56985	31
VAR00002	3.5161	.62562	31
VAR00003	2.8065	.70329	31
VAR00004	3.4516	.72290	31
VAR00005	2.8387	.82044	31
VAR00006	3.2903	.58842	31
VAR00007	3.4194	.56416	31
VAR00008	3.4516	.76762	31
VAR00009	3.6452	.55066	31
VAR00010	3.2581	.89322	31
VAR00011	3.2258	.66881	31
VAR00012	3.3871	.55842	31
VAR00013	3.5161	.72438	31
VAR00014	3.3871	.91933	31
VAR00015	3.3871	.84370	31
VAR00016	1.9355	.67997	31
VAR00017	2.8710	.88476	31
VAR00018	3.3548	.83859	31
VAR00019	3.6452	.70938	31
VAR00020	3.5806	.56416	31
VAR00021	3.5806	.67202	31
VAR00022	3.6774	.47519	31
VAR00023	3.2581	.72882	31
VAR00024	3.4839	.96163	31
VAR00025	3.0000	1.21106	31
VAR00026	3.0968	.90755	31
VAR00027	3.6129	.66720	31
VAR00028	3.5806	.71992	31
VAR00029	3.3548	.70938	31
VAR00030	3.4194	.62044	31
VAR00031	3.4839	.56985	31

VAR00032	2.4839	.88961	31
VAR00033	2.3871	.88232	31
VAR00034	3.3871	.80322	31
VAR00035	3.6129	.55842	31
VAR00036	2.0645	1.03071	31
VAR00037	3.4516	.67521	31
VAR00038	3.3548	.79785	31
VAR00039	3.5484	.85005	31
VAR00040	3.4839	.81121	31
VAR00041	3.5484	.85005	31
VAR00042	3.3548	.83859	31
VAR00043	3.4194	.76482	31
VAR00044	3.5161	.50800	31
VAR00045	3.0645	.72735	31
VAR00046	3.1613	.82044	31
VAR00047	2.4194	.84751	31
VAR00048	3.4516	.67521	31
VAR00049	3.5161	.56985	31
VAR00050	3.3871	.55842	31
VAR00051	3.3548	.66073	31
VAR00052	3.4516	.85005	31
VAR00053	3.3871	.80322	31
VAR00054	3.5161	.67680	31
VAR00055	2.7742	.95602	31
VAR00056	3.3548	.55066	31
VAR00057	2.5161	.72438	31
VAR00058	3.0645	.51222	31
VAR00059	2.2903	.69251	31
VAR00060	2.5161	.76902	31
VAR00061	3.3548	.79785	31
VAR00062	3.4194	.71992	31
VAR00063	3.5806	.67202	31
VAR00064	2.8065	.90992	31

No Item	r-tabel 5%	r-hasil	Keterangan	No Item	r-tabel 5%	r-hasil	Keterangan
1	0,367	0,459	Valid	33	0,367	0,202	Gugur
2	0,367	0,546	Valid	34	0,367	0,493	Valid
3	0,367	-0,191	Gugur	35	0,367	0,686	Valid
4	0,367	0,369	Valid	36	0,367	0,148	Gugur
5	0,367	0,195	Gugur	37	0,367	0,307	Gugur
6	0,367	0,596	Valid	38	0,367	0,660	Valid
7	0,367	0,203	Gugur	39	0,367	0,555	Valid
8	0,367	0,721	Valid	40	0,367	0,497	Valid
9	0,367	0,782	Valid	41	0,367	0,301	Gugur
10	0,367	0,587	Valid	42	0,367	0,457	Valid
11	0,367	0,440	Valid	43	0,367	-0,012	Gugur
12	0,367	0,371	Valid	44	0,367	0,590	Valid
13	0,367	0,469	Valid	45	0,367	0,362	Gugur
14	0,367	0,369	Valid	46	0,367	0,162	Gugur
15	0,367	0,652	Valid	47	0,367	0,116	Gugur
16	0,367	-0,104	Gugur	48	0,367	0,541	Valid
17	0,367	0,029	Gugur	49	0,367	0,484	Valid
18	0,367	0,552	Valid	50	0,367	0,527	Valid
19	0,367	0,589	Valid	51	0,367	0,530	Valid
20	0,367	0,570	Valid	52	0,367	0,613	Valid
21	0,367	0,454	Valid	53	0,367	0,534	Valid
22	0,367	0,569	Valid	54	0,367	0,625	Valid
23	0,367	0,735	Valid	55	0,367	0,338	Gugur
24	0,367	0,359	Gugur	56	0,367	0,607	Valid
25	0,367	0,160	Gugur	57	0,367	0,321	Gugur
26	0,367	0,206	Gugur	58	0,367	0,507	Valid
27	0,367	0,245	Gugur	59	0,367	0,160	Gugur
28	0,367	0,194	Gugur	60	0,367	0,281	Gugur

29	0,367	0,640	Valid	61	0,367	0,407	Valid
30	0,367	0,579	Valid	62	0,367	0,277	Gugur
31	0,367	0,539	Valid	63	0,367	0,449	Valid
32	0,367	0,161	Gugur	64	0,367	0,104	Gugur

Reliability

Case Processing Summary

	N	%
es d	31	100,0
luded ^a	0	,0
al	31	100,0

istwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

onbach's Alpha	onbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,907	,919	64

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
R00001	3,4839	,56985	31
R00002	3,5161	,62562	31
R00003	2,8065	,70329	31
R00004	3,4516	,72290	31
R00005	2,8387	,82044	31
R00006	3,2903	,58842	31
R00007	3,4194	,56416	31
R00008	3,4516	,76762	31
R00009	3,6452	,55066	31
R00010	3,2581	,89322	31
R00011	3,2258	,66881	31
R00012	3,3871	,55842	31
R00013	3,5161	,72438	31
R00014	3,3871	,91933	31
R00015	3,3871	,84370	31
R00016	1,9355	,67997	31
R00017	2,8710	,88476	31
R00018	3,3548	,83859	31
R00019	3,6452	,70938	31
R00020	3,5806	,56416	31
R00021	3,5806	,67202	31

R00022	3,6774	,47519	R00044	3,5161	,50800	31
R00023	3,2581	,72882	R00045	3,0645	,72735	31
R00024	3,4839	,96163	R00046	3,1613	,82044	31
R00025	3,0000	1,21106	R00047	2,4194	,84751	31
R00026	3,0968	,90755	R00048	3,4516	,67521	31
R00027	3,6129	,66720	R00049	3,5161	,56985	31
R00028	3,5806	,71992	R00050	3,3871	,55842	31
R00029	3,3548	,70938	R00051	3,3548	,66073	31
R00030	3,4194	,62044	R00052	3,4516	,85005	31
R00031	3,4839	,56985	R00053	3,3871	,80322	31
R00032	2,4839	,88961	R00054	3,5161	,67680	31
R00033	2,3871	,88232	R00055	2,7742	,95602	31
R00034	3,3871	,80322	R00056	3,3548	,55066	31
R00035	3,6129	,55842	R00057	2,5161	,72438	31
R00036	2,0645	1,03071	R00058	3,0645	,51222	31
R00037	3,4516	,67521	R00059	2,2903	,69251	31
R00038	3,3548	,79785	R00060	2,5161	,76902	31
R00039	3,5484	,85005	R00061	3,3548	,79785	31
R00040	3,4839	,81121	R00062	3,4194	,71992	31
R00041	3,5484	,85005	R00063	3,5806	,67202	31
R00042	3,3548	,83859	R00064	2,8065	,90992	31
R00043	3,4194	,76482	31			

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
R00001	203,5161	327,725	,434		,905
R00002	203,4839	324,858	,521		,904
R00003	204,1935	342,428	-,228		,911
R00004	203,5484	327,723	,334		,906
R00005	204,1613	331,806	,151		,908
R00006	203,7097	324,480	,574		,904
R00007	203,5806	333,118	,173		,907
R00008	203,5484	317,256	,700		,902
R00009	203,3548	321,503	,769		,903
R00010	203,7419	318,531	,554		,904
R00011	203,7742	326,647	,410		,905
R00012	203,6129	329,712	,344		,906
R00013	203,4839	325,058	,437		,905
R00014	203,6129	325,378	,325		,906
R00015	203,6129	317,512	,624		,903
R00016	205,0645	340,062	-,141		,910
R00017	204,1290	336,849	-,019		,910
R00018	203,6452	320,703	,519		,904
R00019	203,3548	322,170	,563		,904
R00020	203,4194	325,518	,548		,904
R00021	203,4194	326,252	,424		,905
R00022	203,3226	327,292	,551		,905
R00023	203,7419	317,865	,716		,902
R00024	203,5161	325,258	,312		,906
R00025	204,0000	331,333	,095		,910
R00026	203,9032	330,957	,158		,908
R00027	203,3871	331,445	,210		,907
R00028	203,4194	332,385	,156		,907
R00029	203,6452	320,837	,616		,903
R00030	203,5806	324,185	,556		,904
R00031	203,5161	326,058	,516		,905
R00032	204,5161	332,525	,114		,908
R00033	204,6129	331,245	,155		,908
R00034	203,6129	323,112	,459		,905
R00035	203,3871	323,245	,669		,904
R00036	204,9355	332,462	,092		,909

R00037	203,5484	329,856	,273	,906
R00038	203,6452	318,303	,634	,903
R00039	203,4516	320,389	,522	,904
R00040	203,5161	322,858	,463	,905
R00041	203,4516	328,323	,258	,907
R00042	203,6452	323,637	,420	,905
R00043	203,5806	337,918	-,053	,909
R00044	203,4839	326,258	,571	,905
R00045	203,9355	327,862	,327	,906
R00046	203,8387	332,806	,118	,908
R00047	204,5806	334,118	,070	,909
R00048	203,5484	324,056	,514	,904
R00049	203,4839	327,191	,460	,905
R00050	203,6129	326,512	,504	,905
R00051	203,6452	324,570	,504	,905
R00052	203,5484	318,589	,583	,903
R00053	203,6129	321,912	,501	,904
R00054	203,4839	321,925	,602	,904
R00055	204,2258	326,047	,291	,907
R00056	203,6452	325,037	,587	,904
R00057	204,4839	328,991	,285	,906
R00058	203,9355	327,729	,486	,905
R00059	204,7097	333,413	,123	,908
R00060	204,4839	329,658	,242	,907
R00061	203,6452	325,703	,370	,906
R00062	203,5806	330,185	,241	,907
R00063	203,4194	326,385	,419	,905
R00064	204,1935	334,361	,054	,909

LAMPIRAN 4
KISI-KISI SKALA PEMAHAMAN BAHAYA MEROKOK

Kisi-Kisi Skala Pemahaman Bahaya Merokok Valid

Variabel	Aspek	Indikator	Item		Jml
			Farvorable	Unfarvorable	
Memahami tentang Bahaya Merokok	Menginterpre- tasikan tentang kandungan- kandungan yang terdapat didalam rokok.	1. Mampu menafsirkan bahaya nikotin bagi kesehatan.	1, 2	3, 5	4
		2. Mampu menafsirkan bahaya karbon monoksida bagi kesehatan.	4, 8, 11	7, 10, 12	6
		3. Mampu menafsirkan bahaya tar bagi kesehatan.	6, 9, 16,17	13, 18	6
	Mengklasifik asikan dampak merokok	1. Mampu menerangkan dampak merokok bagi kesehatan.	14, 22, 23	19	4
		2. Mampu menerangkan dampak merokok bagi lingkungan.	15, 26	20, 21, 24	5
		3. Mampu menerangkan dampak merokok bagi keadaan ekonomi / keuangan.	25, 27, 28		3
	Menjelaskan bahaya ketergantun- an merokok	1. Mampu mengenal rokok yang menyebabkan berbagai macam penyakit.	32, 34	36	3
		2. Mampu membandingkan bahaya merokok bagi perokok aktif dan perokok pasif.	29, 37	33, 35,	4
		3. Mampu menjelaskan berbagai faktor yang mempengaruhi orang ketergantungan merokok.	30, 39	31, 38	4
Jumlah			23	16	39

LAMPIRAN 5
SKALA PEMAHAMAN BAHAYA MEROKOK

Nama :
 Kelas :
 No. Absen :
 Hari / tanggal :

SKALA PEMAHAMAN BAHAYA MEROKOK

A. PENGANTAR

Skala ini berisi hal-hal yang membenarkan atau menyalahkan suatu pemahaman. Skala ini tidak akan menilai benar atau salah atas pilihan jawaban Anda dan tidak akan mempengaruhi nilai akademis anda maupun hubungan anda dengan orang lain. Jawaban anda adalah rahasia dan tidak akan diinformasikan kepada pihak lain.

B. PETUNJUK MENGERJAKAN

Bacalah setiap pernyataan di bawah ini dengan seksama. Setiap pernyataan dalam skala ini dilengkapi empat pilihan jawaban : Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS).

1. Sangat Setuju (SS)
Berarti pernyataan tersebut sangat sesuai dengan keadaan diri Anda.
2. Setuju (S)
Berarti pernyataan tersebut sesuai dengan keadaan diri Anda.
3. Tidak Setuju (TS)
Berarti pernyataan tersebut tidak sesuai dengan keadaan diri Anda.
4. Sangat Tidak Setuju (STS)
Berarti pernyataan tersebut sangat tidak sesuai dengan keadaan diri Anda.

C. PETUNJUK PENGISIAN

1. Berilah tanda centang ($\checkmark$) pada kolom pilihan jawaban yang sesuai dengan keadaan diri Anda.
2. Berusahalah untuk tidak melihat atau bertanya kepada teman Anda karena Anda lah yang paling tahu tentang diri Anda sendiri.

CONTOH :

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya tahu nikotin yang terdapat dalam rokok menyebabkan ketagihan pada si perokok.	$\checkmark$			

Apabila anda ingin mengganti jawaban, berilah tanda silang (X) pada jawaban pertama, kemudian beri tanda centang pada jawaban kedua Anda dengan cara :

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya tahu nikotin yang terdapat dalam rokok menyebabkan ketagihan pada si perokok.	$\checkmark$ X		$\checkmark$	

No	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya tahu nikotin yang terdapat dalam rokok menyebabkan ketagihan pada si perokok.				
2.	Saya mengetahui bahwa sekali mencoba merokok nantinya akan ketagihan ingin merokok lagi.				
3.	Kandungan nikotin didalam rokok tidak berbahaya bagi kesehatan.				
4.	Salah satu kandungan rokok yaitu karbon monoksida yang dapat mengikat diri dengan sel darah merah dan mengakibatkan penyempitan pembuluh darah pada organ tubuh.				
5.	Saya tidak peduli kandungan nikotin yang ada didalam rokok.				
6.	Kandungan tar yang terdapat pada asap rokok menyebabkan resiko kanker.				
7.	Asap yang dikeluarkan dari rokok tidak berpengaruh pada orang yang menghisap.				
8.	Saya tahu karbon monoksida mengakibatkan penyempitan pembuluh darah pada otak.				
9.	Saya tahu kandungan tar didalam rokok yang bersifat lengket sehingga bisa menempel di paru-paru dan sangat berbahaya.				
10.	Kandungan karbon monoksida didalam rokok tidak berbahaya pada kesehatan.				
11.	Saya mengetahui bahwa rokok megandung karbon monoksida yang berbahaya bagi orang yang menghirupnya.				
12.	Saya tidak peduli kandungan karbon monoksida yang ada didalam rokok.				
13.	Kandungan didalam rokok seperti tar tidak berbahaya bagi kesehatan.				
14.	Merokok merupakan aktivitas yang membahayakan kesehatan.				
15.	Asap rokok merupakan polusi udara bagi orang yang ada disekitar perokok.				
16.	Saya mengetahui bahwa kandungan tar didalam rokok sangat berbahaya.				
17.	Saya mengerti bahwa kadar tar yang terdapat pada asap rokok menyebabkan adanya resiko kanker.				
18.	Saya tidak peduli kandungan tar yang ada didalam rokok.				
19.	Merokok tidak menyebabkan ketagihan bagi yang melakukannya.				
20.	Saya tahu bahwa asap rokok tidak akan berdampak banyak bagi kesehatan orang yang berada disekitar perokok.				
21.	Menghirup asap rokok tidak berbahaya bagi kesehatan lingkungan.				

22.	Merokok menyebabkan ketagihan bagi yang melakukannya dan akan berdampak bagi kesehatan.				
23.	Penyakit yang timbul dari akibat merokok salah satunya adalah kanker.				
24.	Kandungan asap rokok tidak berbahaya bila dihirup perokok atau bukan perokok.				
25.	Merokok merupakan aktivitas membuang-buang uang tanpa terdapat manfaat didalamnya.				
26.	Berada dalam satu ruangan dengan anak yang merokok sangat mengganggu pernafasan kita.				
27.	Merokok menghabiskan uang orang tua.				
28.	Sangat menguras biaya harga rokok yang begitu mahal untuk remaja yang belum bisa mencari uang sendiri.				
29.	Saya tahu bagi perokok aktif akan meningkatkan resiko dua kali lipat lebih besar untuk mengalami stroke.				
30.	Saya paham dengan adanya peringatan bahaya merokok membuat saya sadar akan dampak negatif dari rokok.				
31.	Banyak iklan rokok membuat saya tertarik untuk mencoba merokok.				
32.	Saya tahu bahwa ketergantungan merokok menyebabkan kanker ginjal.				
33.	Saya tahu bahwa merokok tidak menyebabkan serangan jantung bagi perokok aktif.				
34.	Saya mengetahui bahwa merokok dapat menyebabkan impotensi (lemah syahwat) gangguan kehamilan dan janin.				
35.	Dengan merokok akan membuat hati selalu senang dan jauh terkena penyakit apa lagi stroke.				
36.	Merokok bagi seorang pria akan membuatnya kuat.				
37.	Saya mengerti ketika orang tuanya merokok anaknya akan mengalami sakit batuk, pilek dan radang tenggorokan serta penyakit paru-paru.				
38.	Teman-teman saya merokok jadi saya ikut-ikutan merokok.				
39.	Sekolah ini selalu mengadakan penyuluhan tentang bahaya merokok.				

LAMPIRAN 6
DATA *PRE TEST*
SKALA PEMAHAMAN BAHAYA MEROKOK

DATA PRE TEST SKALA PEMAHAMAN BAHAYA MEROKOK

No	Nama	No Item																																						Jumlah				
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38		39			
Kelompok Eksperimen																																												
1	JL	1	1	3	1	1	3	2	3	1	3	2	2	2	3	2	2	1	3	2	2	1	2	3	1	3	1	3	1	1	2	2	2	2	2	2	1	3	1	1	2	2	73	
2	AAK	3	2	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	1	4	3	1	3	2	3	3	2	3	2	4	3	3	3	1	1	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	106
3	AMD	2	4	2	1	3	3	4	3	3	2	2	1	3	1	1	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	1	1	3	2	2	2	2	3	92	
4	STA	1	1	2	3	3	3	2	2	2	2	1	3	2	4	2	2	3	3	4	2	2	3	2	2	1	1	1	3	3	1	4	3	3	1	2	3	2	2	2	2	2	88	
5	HNI	2	2	1	1	2	2	2	1	3	2	1	2	3	2	1	1	4	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	3	2	2	2	2	2	1	3	1	71	
6	DVD	4	2	2	3	2	2	1	3	3	3	2	1	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	1	1	3	3	1	3	2	1	3	2	1	91
7	NNI	3	2	2	2	2	3	1	3	2	2	1	3	2	2	4	3	2	3	4	2	4	3	3	2	1	1	1	1	1	3	4	2	2	1	1	2	2	2	2	3	2	88	
8	ALA	3	3	3	2	2	2	4	3	2	3	2	2	4	4	2	3	3	3	2	1	1	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	101	
9	EVT	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	4	3	3	2	3	4	103		
10	JKS	3	2	2	2	2	3	3	3	1	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	97
Kelompok Kontrol																																												
1	ASP	3	3	2	2	4	4	2	1	2	4	1	2	3	2	3	4	3	2	2	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	2	113			
2	AND	3	3	4	3	4	4	4	4	2	4	3	3	4	3	3	2	4	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	1	3	1	1	2	3	3	3	3	2	3	3	112		
3	RIS	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	1	2	2	2	2	2	3	2	2	4	2	2	4	2	3	4	3	3	4	3	110		
4	DW	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	1	1	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	2	3	104			
5	IDH	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	2	2	3	3	1	1	1	2	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	2	2	116		
6	NDA	2	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	1	1	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	115			
7	SML	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	1	1	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	112			
8	SPI	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	1	1	3	3	3	3	3	2	2	2	109			
9	FRY	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	1	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	117			
10	DE	4	3	4	3	2	4	3	4	4	4	1	2	4	4	3	2	2	4	4	4	1	4	1	3	4	1	1	4	1	1	1	3	1	4	3	3	3	4	115				

LAMPIRAN 7
MODUL BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK *PSIKODRAMA*

MODUL BIMBINGAN KELOMPOK
Untuk Meningkatkan Pemahaman Siswa tentang Bahaya
Merokok melalui Bimbingan Kelompok dengan Teknik
Psikodrama



Disusun Oleh :
Ita Dwi Ambarwati

PRODI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG
2016

MODUL

Bimbingan kelompok teknik *Psikodrama*

(Pertemuan 1)

- A. Tema : Bimbingan kelompok teknik *psikodrama*
- B. Tujuan : Siswa mengerti dan mampu mengikuti bimbingan kelompok dengan teknik *psikodrama*
- C. Sumber : *Terlampir*
- D. Metode : Diskusi
- E. Waktu : 45 menit
- F. Penulis : Ita Dwi Ambarwati
- G. Materi :

Bimbingan Kelompok teknik *Psikodrama*

Pengertian Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok adalah layanan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh bahan dari narasumber tertentu (terutama guru pembimbing atau konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupan sehari-hari baik individu sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat serta untuk mempertimbangkan dalam pengambilan keputusan (Sukardi, 2008 : 64).

Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok

Menurut Gibson (2010 : 52) bimbingan kelompok diorganisasikan untuk mencegah berkembangnya problem. Berdasarkan fungsinya layanan bimbingan kelompok dapat dikelompokkan memiliki dua tujuan. Pertama, layanan bimbingan kelompok sebagai upaya pencegahan (*preventif*) terhadap problematika yang sering dijumpai. Kedua, layanan bimbingan kelompok sebagai upaya untuk menjaring atau menyeleksi anggota kelompok tertentu untuk memperoleh layanan yang lebih optimal melalui layanan layanan konseling kelompok ataupun layanan konseling individual.

Pembahasan topik-topik dalam layanan bimbingan kelompok dapat melalui dua jenis kelompok, yakni; kelompok bebas dan kelompok tugas. Kelompok bebas membahas topik bahasan yang diusulkan oleh anggota kelompok tersebut. Sementara kelompok tugas, topik bahasan merupakan penugasan dari pemimpin kelompok yang bertujuan untuk mempersatukan anggota kelompok untuk berperan aktif dalam pembahasan tersebut. Kedua jenis kelompok tersebut (bebas dan tugas) merupakan media untuk memperoleh pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok. Hal tersebut

bertujuan agar pembahasan dalam kegiatan bimbingan kelompok dapat dimengerti oleh pemimpin kelompok dan anggota kelompok.

Pengertian Psikodrama

Psikodrama memecahkan masalah dengan bermain peran seperti pendapat Damayanti (2012:45) menyebutkan bahwa *psikodrama* adalah upaya pemecahan masalah melalui drama. Pendapat tersebut dapat dimaknai bahwa siswa yang mempunyai masalah dan mengalami kesulitan memerankan sebuah permainan peran agar siswa mampu mengeksplorasi perilaku yang berguna untuk menyelesaikan masalah.

Tujuan *Psikodrama*

Romlah (2006:108) menyebutkan tujuan dari metode *psikodrama* adalah salah satu tujuan dari *psikodrama* untuk membangun konseling atau sekelompok konseling untuk mengatasi masalah-masalah dengan cara menggunakan permainan peran drama. Sedangkan Semiun (2006 : 562) mengatakan bahwa *psikodrama* bertujuan untuk membantu seorang pasien atau sekelompok pasien untuk mengatasi masalah-masalah pribadi dengan cara menggunakan permainan peran, drama, atau terapi tindakan.

Komponen-komponen Psikodrama

Komponen yang terdapat dalam *psikodrama* disampaikan oleh Romlah (2006:113) yang menyatakan bahwa :

a. Panggung Permainan

Panggung permainan mewakili ruang hidup peran utama *psikodrama*. Tempat permainan harus merupakan tiruan atau paling tidak secara simbolis mewakili adegan-adegan yang diuraikan klien. Apabila tidak ada panggung, sebagian ruangan dapat dijadikan asal diberi batas yang jelas, dan para pemegang peran keluar masuk tempat itu.

b. Pemimpin *Psikodrama*

Pemimpin *psikodrama* adalah terapis atau konselor. Pemimpin *psikodrama* mempunyai tiga peranan, yaitu sebagai produser, katalisator, atau fasilitator, dan pengamat atau penganalisis. Pemimpin membantu pemilihan pemegang peran utama, dan kemudian membantu menentukan teknik *psikodrama* yang mana yang paling tepat untuk mengeksplorasi masalah individu tersebut, merencanakan pelaksanaannya, menyiapkan situasi yang tepat, dan memperhatikan dengan cepat perilaku pemain utama selama *psikodrama* berlangsung.

c. Pemegang Peran Utama

Pemegang peran utama adalah individu yang dipilih oleh kelompok dan pemimpin kelompok untuk memerankan atau memerankan kembali kejadian

penting yang dialami mulai dari waktu lampau, apa yang terjadi sekarang, dan situasi yang diperkirakan akan terjadi.

d. Pemeran Pembantu

Pemeran pembantu adalah siapa saja dalam kelompok yang membantu pemimpin kelompok dan pemeran utama dalam produksi psikodrama. Secara singkat fungsi pemeran pembantu adalah mendorong pemeran utama agar terlihat secara mendalam ke hal-hal yang terjadi pada saat ini. Dengan bantuan yang efektif dari pembantu, *psikodrama* dapat menjadi alat yang efektif untuk mengubah perilaku.

e. Penonton

Penonton dalam *psikodrama* adalah anggota-anggota kelompok yang tidak menjadi pemeran utama atau pemeran pembantu. Penonton memberikan dukungan yang sangat bernilai yang diberikan kepada pemeran utama. Setelah pemain selesai diadakan diskusi, dan penonton diminta untuk memberi reaksinya secara spontan mengenai apa yang dilihatnya dan memberikan pandangan dan sumbangan pikiran. Berbagai reaksi dan sumbangan dari penonton tersebut akan membantu pemeran utama memahami akibat perilakunya terhadap orang lain.

H. ICE BREAKING

1. Judul : kisah angka – angka
2. Tujuan : permainan ini bertujuan agar peserta mengenal satu sama lain dengan cara santai dan menghapuskan kekakuan sebelum masuk ke tahap kegiatan selanjutnya.
3. Langkah – langkah :
 - a. Mintalah seluruh peserta berhitung dari nomor 1 dan seterusnya sampai selesai (habis)
 - b. Minta setiap peserta mengingat nomor urutnya masing-masing dengan baik, jika perlu lakukan pengujian dengan menyebut secara acak beberapa angka dan minta peserta yang disebut nomornya untuk menyahut ‘ya’!, atau tunjuk beberapa orang peserta secara acak dan tanyakan ia nomor urut berapa.
 - c. Tegaskan sekali lagi apakah mereka benar-benar mengingat nomor urutnya masing-masing
 - d. Setelah yakin, jelaskan bahwa anda akan menyampaikan suatu berita atau suatu cerita tertentu dimana dalam sepanjang cerita itu akan disebut sebuah angka-angka
 - e. Peserta yang disebut angka atau nomor urutnya diminta segera berdiri dan langsung meneriakkan namanya keras-keras kepada seluruh peserta lain. Jika terlambat 3 detik, peserta dikenakan hukuman ramai-ramai oleh peserta lain
 - f. Tanyakan kepada kepada peserta apakah mereka paham peraturan tersebut? Jika perlu ulangi sekali lagi dan berikan contohnya

- g. Mulai bercerita misalnya, saudara-saudara latihan ini sebenarnya sudah direncanakan sejak lima bulan yang lalu, tapi karena beberapa hal, barulah tiga bulan lalu ada kejelasan dan kemudian dipersiapkan oleh delapan orang panitia....dst.
- h. Lakukan sampai separuh peserta tersebut nomornya atau seluruhnya (bergantung kepada kecepatan dan sesuai dengan waktu yang tersedia)

MODUL

“PERSAHABATAN TANPA ROKOK”

(Pertemuan 2)

- A. Tema : Persahabatan tanpa rokok
- B. Tujuan : Siswa memiliki pengalaman *psikodrama* dan untuk meningkatkan pemahaman siswa tentang rokok
- C. Sumber : *Terlampir*
- D. Metode : Diskusi dan *psikodrama*
- E. Waktu : 80 menit
- F. Naskah Drama: *Terlampir*
- G. Penulis : Ita Dwi Ambarwati
- H. Materi

ROKOK DAN MEROKOK

Pengertian Rokok

Rokok adalah hasil olahan tembakau terbungkus termasuk cerutu atau bahan lainnya yang dihasilkan dari tanaman *Nicotiana Tabacum*, *Nicotiana Rusticadan* spesies lainnya atau sintesisnya yang mengandung nikotin dan tar dengan atau tanpa bahan tambahan (Tendra, 2003). Pendapat Tendra sesuai dengan pernyataan Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2003 yang menjelaskan bahwa rokok adalah hasil olahan tembakau terbungkus termasuk cerutu atau bentuk lainnya yang dihasilkan dari tanaman *Nicotiana Tabacum*, *Nicotiana Rustica* dan Spesies lainnya atau sintetisnya yang mengandung nikotin dan tar dengan atau tanpa bahan tambahan. Menurut jaya (dalam Riski,2013:19) rokok adalah Silinder dari kertas berukuran panjang antara 70 hingga 120 mm (berfariasai tergantung negara) dengan diameter 10mm yang berisi daun tembakau yang telah dicacah.

Rokok diketahui mengandung 4000 bahan kimia berbahaya. Zat kimia yang terkandung pada asap rokok yang membahayakan kesehatan manusia banyak jenisnya. Sitepoe (2000 : 27) menyebutkan bahwa rokok (termasuk asap rokok) mengandung racun yang berbahaya bagi kesehatan. Racun yang paling utama, antara lain tar, gas CO, dan nikotin. Rokok terbuat dari tembakau yang diperoleh dari tanaman *Nicotiana Tabacum*. Rokok banyak mengandung bahan zat ber bahaya. Salah satu bahan yang ada dalam rokok adalah nikotin. Nikotin merupakan bahan

kimia berminyak yang tidak berwarna dan merupakan racun paling keras (Istiqomah, 2003 : 18). Kandungan rokok yang berbahaya begitu banyak mengandung racun yang sangat membahayakan tubuh manusia, sehingga secara Etimologi kata” rokok” berasal dari bahasa Belanda yaitu “roken” yang artinya “merokok”. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2008), rokok dapat diartikan sebagai gulungan tembakau (kira-kira sebesar kelingking) yang dibungkus (daun nipah, kertas), dan merokok dapat diartikan menghisap rokok. Jadi bila diartikan kata tersebut, merokok adalah Menghisap gulungan tembakau yang dibungkus oleh daun nipah, kertas.

Pengertian Merokok

Merokok adalah kegiatan mengeluarkan asap dengan membakar tembakau secara langsung melalui mulut dan dengan menggunakan pipa, menurut sebagian orang, merokok sebagai wujud kemandirian dan kebanggaan (Hernowo, 2007).

Menurut Sitepoe (2000 : 22) merokok merupakan membakar tembakau yang kemudian diisap asapnya, baik menggunakan rokok maupun menggunakan pipa. Temperatur pada sebatang rokok yang tengah dibakar adalah 900C untuk ujung rokok yang dibakar dan 300C untuk ujung rokok yang terselip di antara bibir perokok. Asap rokok yang diisap atau asap rokok yang dihirup melalui dua komponen yang lekas menguap berbentuk gas dan komponen yang bersama gas terkondensasi menjadi partikel. Dengan demikian asap rokok yang diisap dapat berupa gas sejumlah 85% dan sisanya berupa partikel.

Jenis-jenis Rokok

Jaya (dalam Gilang, 2014: 30-31) mengemukakan bahwa rokok dibedakan menjadi beberapa jenis. Pembedaan 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 tembaka
- 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 batanagan, saat ini mesin pembuat rokok telah mampu menghasilkan keluaran 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 pagkalnya tidak terdapat gabus.

I. ICE BREAKING

1. Judul : Benda Imajinasi
2. Tujuan :
 - a. Agar anggota kelompok dapat berimajinasi dengan benda yang ada di sekitar dan untuk menghidupkan suasana kelompok sehingga suasana kelompok lebih menyenangkan dan menjadi hidup
 - b. Dilaksanakan di tahap awal kegiatan agar anggota kelompok lebih semangat untuk mengikuti kegiatan.

3. Langkah-langkah :

- a. Pemimpin kelompok menyiapkan benda yang akan dijadikan bahan permainan seperti botol atau penghapus,
- b. Anggota kelompok secara bergantian memegang benda tersebut dan menyebutkan untuk apa benda itu digunakan,
- c. Misalnya botol di imainasikan menjadi vas bunga dll.
- d. Dalam menyebutkan untuk apa benda tersebut digunakan tidak boleh jauh dari bentuk dan kegunaan dan yang sebaiknya sesuai dengan bentuk tersebut.

NASKAH DRAMA
“PERSAHABATAN TANPA ROKOK”

Peneliti/Guru BK	: Sutradara (fasilitas, prosedur dan pengamat/penganalisis)
Pemain 1	: Efan (siswa) mengindap penyakit paru-paru yang tidak boleh berada didekat perokok
Pemain 2	: Dimas (siswa) perokok aktif
Pemain 3	: Dude (siswa) perokok
Pemain 4	: Denis (siswa) perokok dan penghasut temanya untuk merokok
Pemain 5	: Emas (siswa) anak yang baik dan peduli sekali dengan sahabatnya

Tongkrongan setiap hari lima sahabat ini tidak pernah berubah semenjak tiga tahun yang lalu. Warung pink adalah tempat berkumpulnya mereka untuk bersenang-senang, berdiskusi sekaligus mempererat persahabatan.

(setelah pulang sekolah di warung pink berkumpul lima sahabat itu)

Dimas : De, ambilin aku rokok yang biasanya.

Dude : Siap!

Denis : Kamu tidak mencoba rokokku yang mahal ini Mas?

Dimas : Tidak ah, tenggorokan kering kalau aku menghisap rokokmu.

Emas : Kalian ini rokok terus padahal sudah ada slogannya sekaligus gambar yang menjijikan.

Dimas : Bagiku rokok itu yang menumbuhkan inspirasi untuk terus bekarya. Buktinya aku tidak apa-apa sampai sekarang sehat-sehat saja yang penting minum air putih yang banyak.

(dengan menunjukan diri nya)

Dude : Perkataan Dimas benar juga.

Efan : Tidak boleh berkata seperti itu Mas. Semua kesehatan dan penyakit hanya Allah yang tahu.

Denis : Syukurin diceramahin Pak Ustadz.

Dimas : Sabar Fan, kita tidak akan mempengaruhi kamu untuk ikut merokok. Kamu makan snack aja.

Denis : Sudah lah sudah ketimbang ribut mending nih kalian ngrokok saja (*memberikan rokok pada Efan dan Emas*)

Emas : Gak Nis !!

Efan : Jangan dekat-dekat aku kalau merokok.

(Tiba-tiba Dimas, Denis dan Dude memegang Efan dan ditiupkan asap rokok di mukanya, Efan batuk-batuk sampai berdahak. Sedangkan mereka bertiga menertawakan Efan)

Emas : Woy, kalian tega ya melakukan itu dengan Efan. Kamu tidak tahu kalau Efan mengidap penyakit paru-paru?

Dimas : Apa?

Dude : Apa itu benar kata Emas?

Denis : Maafkan kita Fan.

Efan : Uhuk... Uhuk... Besok jangan kayak begini lagi ya. Kasihan aku di sini perokok pasif.

Emas : Kamu di sampingku saja Fan. Mereka memang tidak setia kawan sama kita.

Dimas : Bukannya begitu Mas, tapi kita memang benar-benar tidak tahu.

Emas : Tapi setidaknya punya sopan santunlah kalau merokok itu, kita sahabatan sudah lama.

(Suasana hening terselimuti ketika bentakan Emas menutup mulut Dimas, Dude dan Denis. Sedangkan Efan meminum minumannya dan melanjutkan untuk mengkonsumsi snack)

Emas : Ayo kita pulang saja!

Dimas : Tapi Mas?

Emas : Aku mengajak Efan bukan kalian! (*sambil berjalan pergi menarik Efan*)

(saat itu juga terasa kelabu hanya gara-gara asap rokok yang ditiupkan secara sengaja kepada Efan. Emas tersinggung. Ini membuat rasa bersalah besar menyelimuti Dimas, Denis dan Dude)

Dimas : Bagaimana ini De?

Denis : Kita harus melakukan apa?

Dude : nanti sore kita ke rumah Efan untuk minta maaf atas perlakuan kita tadi.

(sore harinya, mereka bertiga datang ke rumah Efan untuk meminta maaf)

Efan : Tumben kalian ke sini.

Dude : Kita di sini untuk minta maaf atas kelakuan kita tadi siang.

Efan : Haduh, masih saja dipermasalahkan. Aku tidak apa-apa kok hanya saja Emas khawatir atas penyakit paru-paruku. Dia disuruh menjaga aku.

Dimas : Sekali lagi aku minta maaf Fan. Kita masih bisa berteman lagikan dan nongkrong bareng.

Efan : Pasti kok.

(siang ini seperti siang kemarin tapi lebih meriah lagi. Ditemani Dimas, Denis dan Dude bersama asap rokoknya. Emas dan Efan menikmati minuman soda dan snacknya)

Emas : Para perokok lagi asyik dengan rokoknya.

Dimas : Pasti dong. Rokok adalah hidupku.

Efan : Semoga kalian bisa sembuh.

Dude : Kamu juga Fan semoga bisa sembuh biar sehat seperti kita-kita.

(Kabar mendadak dari orang tua Efan membuat 4 sahabatnya panik. Evan dibawa ke rumah sakit karena penyakit paru-parunya kambuh)

Dimas : Apa gara-gara kita De?

Dude : Ah jangan kayak begitu Mas. Efan sudah lama mempunyai penyakit paru-paru.

Emas : Sudah jangan bahas tentang Efan. Doakan saja yang terbaik demi kesembuhan Efan.

Denis : Mungkin saatnya kita untuk berhenti merokok.

(Dude dan Dimas hanya bisa menundukkan kepala seperti menyesal atas perlakuan mereka kepada Efan. Tiba-tiba kemasan rokok di saku mereka dibuang di tempat sampah. Seperti Dimas dan Dude sudah siap untuk meninggalkan teman sejatinya yaitu rokok)

(Dimas yang sedang sendirian dikelas dan teman-temannya berada di kantin)

Dimas : *(berkata dengan dirinya sendiri)* kenapa aku jahat sekali hampir membunuh sahabat ku sendiri dengan asap rokok ku, kenapa dia sakit gara-gara aku, sahabat macam apa aku ini *(menyesal menyalahkan dirinya sendiri)*

Dimas : aku tidak boleh seperti ini terus, aku harus berhenti merokok aku tidak mau sahabat-sahabatku mati karena aku, *(dengan tekad akan berhenti merokok)*

(Emas, Denis, Dede menghampiri Dimas yang berada dikelas sendirian)

Emas : Kabar Efan semakin parah. Penyakitnya sudah menjalar ke bagian tubuh yang lain.

Dimas : Kita selalu mendoakan Efan.

Dude : Kita akan berdosa besar kalau ada apa-apa dengan Efan.

Dimas : aku tidak mau merokok lagi !!

Denis : Kita sudah taubat untuk tidak merokok lagi.

Emas : Syukurlah kalau sudah bisa menghilangkan kebiasaan buruk untuk merokok. Kita sholat dulu dan doakan Efan agar penyakitnya diangkat oleh Allah.

(Akhirnya Dude, Denis dan Dimas memutuskan tidak merokok lagi demi sahabatnya Efan dan demi kesehatan kita semua, hingga akhirnya persahabatan mereka tetap terjalin indah dan sehat tanpa Rokok)

MODUL

“KANDUNGAN ROKOK MEMATIKAN”

(Pertemuan 3)

- A. Tema : Kandungan rokok yang mematikan
- B. Tujuan : Agar siswa mengerti akan kandungan rokok yang berbahaya untuk diri sendiri dan lingkungan, dengan *psikodrama* siswa mendalami secara langsung melalui bermain peran
- C. Sumber : *Terlampir*
- D. Metode : Diskusi dan psikodrama
- E. Waktu : 80 menit
- F. Naskah Drama: *Terlampir*
- G. Penulis : Ita Dwi Ambarwati
- H. Materi

KANDUNGAN ROKOK

1. Tar

Yang dimaksud dengan tar adalah senyawa *polinuklir hidrokarbon* aromatika yang bersifat *karsinogenik* (PP RI No. 19 Tahun 2003). Tar terbentuk selama pemanasan tembakau dan kadar tar yang terdapat asap rokok inilah yang menyebabkan adanya resiko kanker (Suryo Sukendro, 2007 : 83). Tar merupakan substansi hidrokarbon, yang bersifat lengket sehingga bisa menempel di paru-paru. Menurut Ibrahim (2012) Tar merupakan kumpulan dari beribu-ribu bahan kimia dalam komponen padat asap rokok. Cairan kental berwarna coklat tua atau hitam didapatkan dengan cara distilasi kayu dan arang juga dari getah tembakau. Zat inilah yang menyebabkan kanker paru-paru.

2. Gas CO (Karbon Monoksida)

Gas CO yang dihasilkan dari sebatang rokok dapat mencapai 3-6%, gas yang tidak berbau ini dapat dihisap oleh siapa saja. Oleh orang yang merokok atau orang yang terdekat dengan si perokok. Gas karbon monoksida menyebabkan penyempitan pembuluh darah pada otak, jantung, paru, ginjal, kaki, saluran peranakan, dan ari-ari pada wanita hamil. Dapat dipahami penyempitan itu dapat berakibat sumbatan diotak, penyempitan pembuluh darah jantung, penyakit paru menahun, betis menjadi sakit hingga pembusukan kering (*gangrene*), kemandulan, keguguran atau kematian bayi dalam kandungan, atau bayi lahir prematur atau cacat (Sitepoe, 2000 : 27)

3. Nikotin

Nikotin merupakan obat perangsang yang memiliki efek berlawanan yaitu memberikan rangsangan sekaligus menenangkan. Nikotin menyebabkan ketagihan

karena dapat memicu *dopamine* yaitu unsur kimia di dalam otak yang berhubungan dengan perasaan senang (Yumaria, 2002 : 17). Komponen ini paling banyak dijumpai di dalam rokok, nikotin yang bersifat toksik terhadap saraf dengan stimulasi atau depresi. Nikotin merupakan alkaloid yang bersifat stimulan dan pada dosis tinggi beracun. Zat ini hanya ada dalam tembakau, sangat aktif dan mempengaruhi otak/susunan saraf. Dalam jangka panjang nikotin akan menekan kemampuan otak untuk mengalami kenikmatan, sehingga perokok akan selalu membutuhkan kadar nikotin yang semakin tinggi untuk mencapai tingkat kepuasan dan ketagihan. Nikotin merupakan cairan berminyak tidak berwarna. Zat ini bisa menghambat rasa lapar. Jadi menyebabkan seseorang merasa tidak lapar karena mengisap rokok.



I. ICE BREAKING

1. Judul : one – two –three – four
2. Tujuan : Untuk melatih konsentrasi siswa sebelum masuk materi yang akan di bahas, agar suasana tidak tegang dan siswa dapat berkonsentrasi.
3. Langkah – langkah :
 - a. Peserta di ruangan pelatihan tidak ada posisi khusus
 - b. Peserta hanya disuruh untuk melakukan sesuatu setelah gurupembimbing menyebut angka 1, 2, 3, dan 4.
 - c. 1 = tepuk tangan satu kali
 - d. 2 = menyilangkan tangan kanan di bahu kiri
 - e. 3 = menepuk bahu teman
 - f. 4 = menyilangkan tangan kiri di bahu kanan
 - g. Tugas guru pembimbing adalah untuk pertama-tama menyebutkan angka dengan mempraktikan gerakan yang sesuai dengan kode angka. Setelah peserta menguasai, sebutkan angka tapi gerakannya berlawanan dengan kode angka yang disebutkan

NASKAH DRAMA
“KANDUNGAN ROKOK MEMATIKAN”

Peneliti / Guru BK : Sutradara (fasilitas, prosedur dan pengamat/penganalisis)
 pemain 1 : Maul (siswa) Penghasut dan seorang perokok
 Pemain 2 : Toper (siswa) pemalas dan mudah ikut-ikutan teman/tidak punya pendirian
 Pemain 3 : Vina (siswa) anak yang lembut dan sakit-sakitan
 Pemain 4 : Farhan (siswa) pintar tetapi mudah marah
 Pemain 5 : Riyan (siswa) anak yang baik, pintar, suka menasehati dan peduli terhadap lingkungan
 Pemain 6 : Embun (siswa) baik dan perhatian kepada teman-temannya

Ini mengisahkan tentang anak yang ingin mencoba rokok, tapi setelah ia mengerti kandungan rokok yang membahayakan dirinya, ia pun jera dan tidak ingin mencoba merokok lagi.

(di taman yang sepi, Farhan sedang duduk sambil belajar matematika, tiba-tiba Toper datang dan duduk disebelah Farhan)

Toper : “Farhan lagi ngapain kamu?”

Farhan : “ya lagi belajar lah, masa lagi makan.”

Toper : “masih zaman belajar? Hehehheheheee”

Farhan : “besok kan ada ulangan matematika! kita sebagai siswa harus belajar agar bisa mengerjakannya”

Toper : “ah, biarin lah males aku belajar!”

(mereka berdua berdiam sejenak)

Toper : “mana sih, Maul?”

Farhan: “emangnya Maul kemana?”

Toper : “tadi sih dia bilang ke warung”

(tak lama kemudian Maul pun datang)

Toper : “beli apa kamu Maul?”

Maul : (Maul pun berbisik pada Toper) “aku beli rokok nih, kamu mau nyoba gak?”

Toper : “Rokok !! aku bukan perokok UL dan belum pernah aku mencobanya.”

Maul : “rokok ini nikmat Per bikin kita seneng terus, cobain deh?”

Toper : (Toper pun ragu-ragu menerima rokok dari Maul) “coba deh, makasih ya Maul.”

Maul : “ya”

(Maul dan Toper pun menyalakan rokok yang sudah ditangannya dan menghisapnya)

Farhan : (Farhan melihat maul merokok, lalu ia membentakanya) “woy, ngapain kamu?”

Maul : “rokok, mau Han?”

Farhan : “kamu mau bunuh diri ya? Kalo mau bunuh diri jangan ngajak-ngajak aku dong!”

Maul : “siapa yang mau bunuh diri? Lagian kamu belajar mulu sih. Mendingan kamu nyobain aja nih.” (Maul pun menawarkan puntung rokoknya pada Farhan)

Farhan : (Farhan pun menolak puntung rokok yang diberikan Maul) “sekalnya aku mencoba merokok nantinya akan membuat ketagihan karena terdapat nikotin yang membuat kita ingin mencoba lagi setelah merasakannya, aku tidak mau mati perlahan-lahan UI”

Maul : “rokok ini tidak membuat kita mati, justru membuat kita senang dan nikmat!”

Farhan : “gak! Kamu bodoh! Kau sudah terkena jerat nikotin hati-hati tubuhmu mulai digerogoti penyakit.” (sambil berdiri beranjak pergi) “Mending aku cari tempat lain saja dari pada disini kena imbas asap rokok yang jauh lebih mematikan.”

Maul : (masih belum sadar akan bahaya merokok, dan cuek) “ya sudah. Toper, katanya kamu mau nyobain?”

Toper : “aku takut UL, kalau kata-kata Farhan itu benar bagaimana?”

Maul : “Farhan itu tidak gaul per dia tidak tau apa-apa, setelah kamu mencobanya kamu tau sendirikan nikmatnya rokok”

Toper : “IYa bener rokoknya enak.” (Toper pun menghisap lagi rokok nya)

(tak lama kemudian, Ryan, Vina dan Embun datang menghampiri mereka dan Vina yang mempunyai penyakit asma kambuh akibat asap rokok)

Riyan : “hai semua lagi ngapain kalian!”

Toper : “rokok, coba yan?”

Riyan : “Oh, gak”

Embun : “saya liat kalian sering sekali merokok apa tidak sayang dengan tubuh kaliann Toper Maul ?”

Maul : “saking sayangnya dengan tubuhku makanya aku merokok agar selalu senang Mbun”

Embun : “lihat saja itu bungkus rokoknya sudah ada peringatan rokok membunuhmu!”

Maul : “yang tau diri kita ya kita sendiri” (sambil asik merokok)

(Vina yang berada didekat mereka sudah merasa bengek dan kesulitan bernapas)

Vina : “kalian kenapa ngrokok sih itu kan tidak baik” (dengan nada tersentak-sentak dan batuk)

Maul : “ah lebay, cemen kalian.”

Vina : “asap rokok itu membuat napas saya sesak, tolong matikan dan buang jika kalian tidak mau membunuh teman kalian”

Embun: “lihat akibat dari perbuatan kalian, kenapa kalian tidak sadar-sadar sih!”

Maul : “jangan lebay deh Vin saya aja yang merokok baik-baik saja” (sambil merokok dan mengeluarkan asap rokok)

Vina : “rokok itu mengandung gas karbon monoksida yang membahayakan jika orang menghisapnya, tidak berdampak banyak pada perokok tapi sangat mematikan untuk yang menghisap asap rokok itu” (Vina yang mulai lemas seakan akan pingsan dan nada bicaranya pelan akibat sesak napas yang ia derita)

Riyan : “emmm, ya sudah sini” (Riyan pun mengambil puntung rokok yang telah dihisap oleh Maul) “gak ada gunanya” (Riyan membuang dan menginjak rokok tersebut)

Maul : (Maul pun kesal dengan perbuatan Riyan) “Woy, ngapain lu!”

Riyan : (Riyan mengambil paksa puntung rokok dari mulut Toper, dan kemudian memegangnya) “rokok? Pertama, tau tujuan kalian berdua merokok?

(mereka berdua terdiam sejenak)

Riyan : “rokok itu memang bersifat menagih, kalo aku jelasin ntar aku dibilang sok tau. Memang kalian gak nalar apa yang dijelaskan Bu Tia waktu itu?”

Maul : (Maul pun agak kesal atas perkataan Riyan) “Ah, sok tau lu yan”

Toper : memang apa?”

Riyan : “udah deh, secara garis besarnya rokok itu berbahaya buat diri kamu dimasa sekarang ataupun dimasa depan. Sekarang! Kalau kamu masih ngisep itu tembakau lagi, efeknya bakal menyerang pernapasan kamu yang akan jadi bekal kamu dimasa depan. Hmmm kotoran paru-paru sampai kamu meninggal gak bakal hilang”

Toper : (Toper pun terbatuk) “gimana UL”

Riyan : “itu juga sangat membahayakan orang-orang disekitar kalian, lihat apa yang terjadi pada Vina akibat ulah kalian?” (sambil memegangi Vina yang hampir pingsan akibat sesak napas akibat asap rokok)

Maul : “gimana apanya si Per?

Toper : “ah, kamu UL, kamu memang mau ngajak aku bunuh diri.”

Riyan : “tuh kan, baru pertama nyoba aja udah batuk.”

Maul : “ya udah si maaf, aku juga baru tau bahayanya itu.” (Maul pun mengambil rokok yang telah dibuang oleh Riyan)

Riyan : (Riyan pun menyarankan mereka berdua) “mulai lagi, udahlah mending sekarang kalian berdua jera ngisep tu tembakau, karena aku juga udah jera”

Maul & Toper : “iya deh, kita jera.”

MODUL
“Terpengaruh Merokok”
(Pertemuan 4)

- A. Tema : Terpengaruh Merokok
- B. Tujuan : Agar siswa mampu memahami bahaya ketergantungan merokok dalam jangka panjang, dan siswa mengerti pengaruh merokok terhadap dirinya dengan melatih siswa bermain peran secara langsung.
- C. Sumber Bahan: *Terlampir*
- D. Metode : Diskusi dan psikodrama
- E. Waktu : 80 menit
- F. Naskah Drama: *Terlampir*
- G. Penulis : Ita Dwi Ambarwati
- H. Materi

Faktor yang Mempengaruhi Merokok

Ada banyak alasan melatar belakangi perilaku merokok pada remaja. Perilaku pada individu tidak begitu saja terjadi, melainkan ada beberapa faktor yang mendorong individu untuk melakukan perilaku tertentu. Begitupun dengan perilaku merokok pada individu dapat didorong oleh beberapa faktor.

Indri, (2007:9-10) mengemukakan alasan mengapa remaja merokok antara lain:

- a. Usia
 Umur turut mempengaruhi kebiasaan merokok, biasanya pada remaja kebiasaan merokok meningkat drastis yang disebabkan oleh pemahaman yang salah tentang kebolehan merokok ketika sudah menginjak umur remaja, dan pada umur lansia kebiasaan merokok menjadi turun drastis yang disebabkan oleh banyaknya tubuh diserang oleh penyakit dan mengharuskan untuk berhenti merokok.
- b. 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 dari lingkungan rumah tangga yang bahagia.
- c. Pengaruh Teman
 Berbagai faktor mengungkapkan bahwa semakin banyak remaja merokok maka semakin banyak kemungkinan teman-temannya adalah perokok juga demikian sebaliknya.
- d. Faktor Kepribadian

Orang yang mencoba untuk merokok karena alasan ingin tau atau ingin melepaskan diri dari rasa sakit dan kebosanan. Perilaku merokok pada remaja berkaitan dengan adanya krisis aspek psikososial yang dialami pada masa remaja pada saat masa perkembangannya. Yaitu masa ketika mereka sedang mencari jati dirinya, dimana rasa ingin tahu remaja sangat tinggi, ingin mencoba-coba hal baru.

e. Pengaruh Iklan

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

f. Stres

Merokok mempunyai pengaruh menenangkan, membius dan banyak menggunakan sebagai cara menghadapi stres. Keadaan stres tidak secara langsung menimbulkan seseorang untuk merokok akan tetapi stres memicu untuk memperoleh atau menggunakan sesuatu yang dapat menenangkan misalnya menghilangkan stres dengan merokok. Didalam rokok terdapat zat berupa nikotin. Nikotin bereaksi dibagian otak yang mengatur bagian perasaan nyaman dan dihargai.

Selain itu menurut Neneng (2010:16-17) munculnya perilaku merokok juga di dorong oleh faktor-faktor lain yaitu:

4) Faktor Sosial

Perilaku merokok berasal dari teman dekat, khususnya yang berjenis kelamin sama. Sebagai makhluk sosial, manusia mempunyai dorongan untuk mengadakan hubungan dengan orang lain atau dengan kata lain individu mempunyai dorongan sosial, dengan adanya dorongan sosial ini individu akan mencari orang lain untuk mengadakan interaksi. Dalam interaksi sosial tersebut individu akan menyesuaikan diri dengan yang lain atau sebaliknya, sehingga perilaku individu tidak dapat lepas dari lingkungan social.

5) Faktor Psikologis

Ada beberapa alasan psikologis yang menyebabkan individu merokok yaitu diantaranya adalah untuk relaksasi atau ketenangan dan mengurangi kecemasan atau ketegangan.

6) Faktor Biologis

Faktor Genetic juga dapat mempengaruhi individu untuk mempunyai ketergantungan terhadap rokok, misalnya ada salah satu orang tua yang merokok.

I. ICE BREAKING

1. Judul : Menghitung Mundur

2. Tujuan :

Dilaksanakan di tahap awal kegiatan agar anggota kelompok lebih semangat untuk mengikuti kegiatan.

3. Langkah-Langkah :

- a. Minta peserta untuk berdiri mambentuk suatu lingkaran. Setiap peserta menghitung secara bergiliran mulai dari 1 sampai 50 (atau sejumlah peserta).
- b. Pada saat menghitung, minta peserta memenuhi peraturan : setiap angka ‘tujuh’ atau ‘ kelipatan tujuh’, angka itu tidak disebutkan, melainkan diganti dengan tepuk tangan.
- c. Apabila ada peserta yang salah melaksanakan tugasnya, maka permainan dimulai dari awal.
- d. Permainan tahap 2 dimulai dengan cara yang sama seperti di atas, tetapi hitungannya dimulai dari angka 50 mundur terus sampai dengan angka 1. Peraturan yang diterapkan juga sama, yaitu setiap angka “tujuh” atau angka “kelipatan tujuh”, angka itu tidak disebutkan, melainkan diganti dengan tepuk tangan.

NASKAH DRAMA

“Terpengaruh Merokok”

- Peneliti/ Guru BK : Sutradara (fasilitas, prosedur dan pengamat/penganalisis)
- Pemain 1 : Andi (siswa) Anak polos yang mempunyai rasa ingin tahu besar
- Pemain 2 : Gery (siswa) perokok aktif
- Pemain 3 : Uky (siswa) perokok aktif
- Pemain 4 : Irfan (siswa) perokok aktif
- Pemain 5 : Hera (kakak Andy) peduli terhadap adiknya
- Pemain 6 : Bapak Andi sebagai perokok aktif

Kita mengetahui bahwa di dunia ini banyak orang yang menjadi pecandu rokok bahkan ironisnya anak-anak di bawah umur pun bisa mengikuti langkah kedua orang tuanya untuk menjadi pecandu rokok. Bahkan pergaulan teman sebaya juga dapat membuat anak salah langkah.

(disebuah rumah, seorang anak bernama Andi dan ayahnya sedang menonton TV)

Andi : (melihat kedepan layar televisi) “Pak kenapa iklan rokok memberitahu kita kalau rokok membunuhmu tetapi banyak di perjual belikan dimana-dimana?”

Bapak : (sambil merokok dan melihat iklan rokok ditelevisi) “itu hanya peringatan untuk rokok tidak dikonsumsi anak dibawah umur seperti kamu” (bapaknya mencari-cari alasan)

Andi : “tapi kenapa teman-teman andi sudah berani merokok pak?”

Bapak : “ya kamu jangan ikut-ikutan mereka!” (sambil pergi meninggalkan andi)

(Keesokan harinya seetelah pulang sekolah, Andi dan teman-temannya nongkrong di warung depan sekolah)

Gery : “bu rokoknya dong 5 batang” (ucapnya kepada pemilik warung)

Andi : “ngapain kamu ger, kenapa kamu beli rokok? Buat apa?”

Gery : (sambil memegang rokok ditangannya) “ya buat saya lah, pahit mulut saya kalau tidak merokok.”

Uky : “bagi satu dong Ger?” (sambil merebut rokok dari tangan Gery)

Irfan : “iya dong bagi aku juga, pusing nih gara-gara ulangan gak bisa jawab pasti nilai ku jeblok lagi dan ibu ku ngomel lagi”

Andi : (terdiam melihat teman-temanya dengan rasa penasaran) “emang rokok itu enak ya?”

Uky : “nikmat ndi”

Irfan : “rokok ini bisa menghilangkan pusing dikepalaku dan lupa akan masalahku.”

Andi : “tapi rokok akan membunuhmu itu di bungkusnya aja ditulis seperti itu”

Gery : “kenyataanya kita yang merokok baik-baik aja sampai sekarang, sehat-sehat saja tuh!”

Uky : “gak gaul banget kamu ndi, hari gini gak tau rokok!”

Irfan : “iya ndi, cowok itu harus ngrokok kalo kamu gak ngrokok mending jadi cewek aja, hahahahhaah”

(teman-temanya pun menertawakan andi)

Andi : (terdiam sambil menatap teman-temannya malu)

(Andi menjadi penasaran dan ingin tahu rasanya merokok karna andi malu selalu diejek teman-temannya)

Gery : (mengulurkan rokok) “nih cobain Ndi gimana nikmatnya merokok”

Andi : (menerima rokok) “apa tidak apa-apa Ger?” (dengan muka polosnya)

Gery : “cobain aja dulu setelah itu kamu akan tau hasilnya”

Andy : (mencoba menghisap rokok) “uhukkkkk....uhukkkk...uhuuukkkk....”

Uky : “gak papa terusin aja, awalnya emang seperti itu nanti lama kelamaan juga nikmat!”

Andy : (mulai menikmati rokoknya) “iya ternyata rokok nikmat ya?”

(Andipun salah langkah bergaul dengan temannya, karna ia malu diejek dan rasa ingin tahu akhirnya andi mencoba merokok hingga ketagihan, andy yang tidak tau bahaya merokok untuk dirinya dan lingkungan sekitarnya)

(Disebuah rumah didalam kamar andy merokok diam-diam tanpa sepengetahuan keluarganya)

Andy : (sedang asik merokok)

Hera : (kakak perempuan andy tiba-tiba masuk kamar), ndy kakak boleh minta tolong?”
(sambil masuk ke kamar andy)

Andy : (panik dan gugup segera mematikan rokoknya) iiiii.... iiyaa... kaa....

Hera : “sedang apa, kenapa bau asap rokok ? itu apa yang ditangan kamu andy, kamu merokok !!”

Andy : “Ttiiiiddakkk kak”

Hera : “jangan bohong kamu! Andy masih kecil rokok itu tidak baik buat kamu andy, rokok itu membahayakan kesehatan kamu dan orang-orang disekitar kamu”

Andy : (terdiam)

Hera : “mau aku laporkan sama ibu tentang kejadian ini?!!”

Andy : “jangan kak jangan nanti aku dimarahin.” (menundukan kepala)

Hera : “asal kamu tau ya ndy rokok itu membunuhmu secara perlahan, apa kamu sudah bosan hidup, hah!”

Andy : “andy tidak tau kak kalo rokok itu bahaya, yang andy tau teman-teman andy semua merokok dan mereka mengajak andy katanya rokok itu enak”

Hera : “jangan kamu ikuti teman-teman yang seperti itu karna itu tidak baik, banyak orang merokok terkena penyakit yang mematikan apa kamu mau seperti itu.”

Andy : “tidak kak”

(setelah itu andy masih suka mencuri-curi kesempatan merokok tanpa sepengetahuan keluarganya, akibat andy sudah ketergantungan merokok hingga sukar melepas rokok)

MODUL
“No smoking !!”
(Pertemuan 5)

- A. Tema : No smoking !!
- B. Tujuan : Melatih siswa untuk belajar melindungi orang lain dengan menjaga perilakunya, mengetahui bahaya merokok bagi perokok dan orang-orang yang berada disekitar perokok yang berefek pada kesehatan.
- C. Sumber : *Terlampir*
- D. Metode : Diskusi dan psikodrama
- E. Waktu : 80 menit
- F. Naskah Drama: *Terlampir*
- G. Penulis : Ita Dwi Ambarwati
- H. Materi

Bahaya Merokok Bagi Perokok Aktif dan Pasif

Perokok Pasif

Perokok pasif adalah orang yang tidak merokok tetapi terpapar langsung oleh asap tembakau dari orang yang sedang merokok disekitarnya. Perokok pasif ini lebih banyak resikonya karena terpapar asap rokok lebih banyak dari pada perokok itu sendiri (Araujo, 2009:75). Perokok pasif memiliki resiko yang cukup tinggi atas penyakit kanker paru-paru dan jantung koroner, serta gangguan pernafasan. Kadar nikotin, Carbon Monoksida (CO) serta zat-zat lain lebih tinggi dalam darah perokok pasif yang bisa menyebabkan penyakit yang diderita semakin parah. Anak-anak yang orang tuanya merokok akan mengalami batuk, pilek, dan radang tenggorokan dan kemungkinan mendapat serangan jantung lebih tinggi bagi mereka. Bagi anak dibawah umur, terdapat resiko kematian mendadak akibat terpapar asap rokok (Jaya, 2009:70)

Bahaya merokok menurut Departemen Kesehatan RI (2008) adalah :

- a. Bagi Perokok Aktif
 - 1. Meningkatkan risiko dua kali lebih besar untuk mengalami serangan jantung.
 - 2. Meningkatkan risiko dua kali lebih besar untuk mengalami stroke.
 - 3. Meningkatkan risiko mengalami serangan jantung dua kali lebih besar pada mereka yang mengalami tekanan darah tinggi atau kadar kolesterol tinggi.
 - 4. Meningkatkan risiko sepuluh kali lebih besar untuk mengalami serangan jantung bagi wanita pengguna pil-KB.
 - 5. Meningkatkan risiko lima kali lebih besar menderita kerusakan jaringan anggota tubuh yang rentan

b. Bagi Perokok Pasif

1. Bahaya kerusakan paru-paru. Kadar nikotin, karbon monoksida, serta zat-zat lain yang lebih tinggi dalam darah mereka akan memperparah penyakit yang sedang diderita, dan kemungkinan mendapat serangan jantung yang lebih tinggi bagi mereka yang berpenyakit jantung. Anak-anak yang orang tuanya merokok akan mengalami batuk, pilek, dan radang tenggorokan serta penyakit paru-paru lebih tinggi. Wanita hamil yang merokok berisiko mendapatkan bayi mereka lahir lurus, cacat, dan kematian.
2. Jika suami perokok, maka asap rokok yang dihirup oleh istrinya akan mempengaruhi bayi dalam kandungan.
3. Perokok pasif memiliki resiko yang cukup tinggi atas kanker paru-paru dan jantung koroner, serta gangguan pernafasan. Kadar nikotin, karbon monoksida serta zat-zat lain lebih tinggi dalam darah perokok pasif yang bisa menyebabkan penyakit yang diderita semakin parah.

I. ICE BREAKING

1. Judul : Badai berhembus
2. Tujuan :
 - a. Agar membangun anggota kelompok yang baik dan menjadikan para anggota kelompok lebih akrab
 - b. Dilaksanakan di tahap awal kegiatan agar anggota kelompok lebih semangat untuk mengikuti kegiatan
3. Langkah-langkah
 1. Aturlah kursi – kursi ke dalam sebuah lingkaran. Mintalah peserta untuk duduk di kursi yang telah disediakan.
 2. Jelaskan kepada peserta aturan permainan, untuk putaran pertama pemandu akan bertindak sebagai angin.
 3. Pemandu sebagai angin akan mengatakan ‘ *angin berhembus kepada yang memakai – misal : kacamata*’ (apabila ada beberapa peserta memakai kacamata).
 4. Peserta yang memakai kacamata harus berpindah tempat duduk, pemandu sebagai angin ikut berebut kursi.
 5. Akan ada satu orang peserta yang tadi berebut kursi, tidak kebagian tempat duduk. Orang inilah yang menggantikan pemandu sebagai angin.
 6. Lakukan putaran kedua, dan seterusnya. Setiap putaran yang bertindak sebagai angin harus mengatakan “angin berhembus kepada yang ...(sesuai dengan karakteristik peserta, *misal : baju biru, sepatu hitam, dsb*).

NASKAH DRAMA

“NO SMOKING !!”

Peneliti/Guru BK	: Sutradara (fasilitas, prosedur dan pengamat /penganalisis)
Pemain 1	: Cilla (siswa) Perokok berat
Pemain 2	: Elmi (siswa) sakit-sakitan dan meninggal akibat dampak merokok
Pemain 3	: Rika (siswa) suka menghakimi dan peduli kepada sahabatnya
Pemain 4	: Dimas (siswa) baik dan selalu perhatian kepada sahabatnya
Pemain 5	: Vino (siswa) baik dan selalu perhatian kepada sahabatnya
Pemain 6	: Farel (siswa) baik dan suka bercanda

Elmi sangat sayang pada teman-teman sekolahnya. Ketika Cilla memintanya untuk menerimanya tinggal di tempatnya, Elmi menyetujui tanpa syarat. Kebiasaan Cilla merokok tidak sadar membuat kesehatan Elmi, yang perokok pasif tiba-tiba menurun. Is sesak dan batuk-batuk tak berhenti. Tapi Cilla sama sekali tak menyadari kesalahannya. Lalu apa yang terjadi pada Elmi kemudian??

(Pada hari pertama liburan sekolah, Cilla teman Farel sedang duduk di taman sambil merokok disebelah Elmi)

Elmi : “Mmmm.... Cilla kamu tidak merasa sesak apa, ngehabisin 1 pack rokok?”

(Cilla bersikap cuek)

Cilla : “nggak, kenapa? Ngrasain risih?”

Elmi : “iyalah. Aku ngrasa bengekan tau gak!”

Cilla : “emang gue pikirin. Aku mau sms dimas, Vino dan Rika dulu, aku suruh mereka ke sini. Mumpung malam minggu.”

Elmi : “oke.... tapi kalau mereka tau kamu merokok gimana?”

(Cilla justru membentak)

Cilla : “diam loe...!”

(tak lama kemudian Dimas, Vino dan Rika dateng. Mereka pun kaget melihat Cilla merokok, padahal mereka yang laki-laki saja tidak merokok)

Rika : “Oh my god..... Cilla!”

Dimas : “sejak kapan kamu ngrokok... gak banget tau! Aku yang laki-laki aja gak mau merokok”

Vino : “iya, kita yang cowo aja gak merokok tp kamu yang cewek kok merokok?”

Cilla : “kalo iya kenapa? Hak gue dong! Gak boleh? Udah deh gak usah dibahas.”

(lima menit berlalu, Farel menyusul datang. Ia kaget melihat Cilla merokok)

Farel : “hei...hei... wow Cilla!”

Cilla : “apa???”

Farel : “ih gak banget kamu ngrokok. Bahaya, mending buat beli lolipop yang mahal seharga 100 ribu, dari pada beli rokok yang gak banget.”

Cilla : “sombong banget loe!”

Farel : “kalo emang iya, masalah buat loe!”

Elmi : “udahhh... udah... jangan pada bertengkar gitu.”

Rika : “Cilla merokok itu bahaya.”

Vino : “iya betul kata Rika, bahaya buat kesehatan kamu juga bahaya sekali buat orang-orang disekitar kamu Cill.”

Dimas : “asap rokok itu lebih bahaya bagi yang menghirup. Bisa menyebabkan kematian!”

Farel : “betul tuh...”

Rika : “eh, by the way rokok enak kagak? Sini gue mau coba!! (sambil bergurau)

Elmi : “Dongo, lemot atau autis kau.....???”

Rika : “aku kan Cuma.....”

(ucapan Rika kepotong)

Cilla : “halahhh cerewet loe loe pada !!”

Rika : “diem kenapa! Biarin aja apa yang terjadi ntar. Yang ngrasain akibatnya Cilla juga.”

(mereka berbincang-bincang hingga tak sadar sudah pukul setengah sepuluh malam, Farel mengajak pulang teman-temannya)

Farel : “woi....guys now 09.30 o'clock. Come on go home....”

Teman-teman : “Yo’a besok kita ketemu lagi.”

(semua teman-teman sudah pulang, tapi Elmi dan Cilla memilih tidak pulang dulu.

Elmi : “gak pulang?” (bertanya kepada Cilla, heran)

Cilla : “aku boleh tinggal dirumah kamu? Please!!!”

Elmi : “lah kenapa Cill, kok tumben kamu mau nginep di rumah aku?”

Cilla : “heeee.. soalnya aku belum bayar uang kost.”

Elmi : “terus uang kamu kemana setiap bulan dikirimin orang tua mu kok sampai belum bayar kost?”

Cilla : “habislah buat kebutuhan aku!”

Elmi : “kebutuhan rokok mu!, itu lah akibatnya rokok bukan hanya menggerogoti tubuhmu tapi juga menggerogoti uang mu Cill.”

Cilla : “udah deh gak usah banyak ceramah, boleh gak aku nginep dirumah mu?”

Elmi : “oke, come on...”

(selama berminggu-minggu Cilla tinggal dirumah Elmi dan membawa kebiasaan buruknya yaitu meroko. Suatu hari terjadi sesuatu dengan Elmi karena tidak seperti biasanya Elmi terlihat pucat dan sesak nafas)

(Elmi akhirnya menelpon Rika, dengan nafas yang aga sesak dan batuk-batuk)

Elmi : “Hallo Rik... kamu bisa kerumah aku sekarang? Penting banget!”

Rika : “ngapain? Aku lagi breakfast nich, nanggung! Tapi kamu kok sesak gituuu... kenapa??”

Elmi : “selama Cilla tinggal dirumah ku, dia selalu merokok dan kayaknya aku menghirup asap rokoknya Cilla. Kondisiku saat ini tidak memungkinkan umur ku tak panjang lagi.”

Rika : “bercanda kamu, tapi mending kamu ke dokter aja deh!! Aku jadi khawatir.”

Elmi : (terdiam)

Rika : “kenapa Mi, gak punya duit?”

Elmi : (terdiam dan batuk-batuk) “Please Rik!! Kesini demi aku....”

Rika : “ya ampun ini anak, jangan bikin aku makin cemas.”

Elmi : (hanya terdiam dengan napas yang sesak)

Rika : “oke oke wait, aku meluncur kesana sekarang.” (sambil berjalan dan mematikan ponselnya)

(sementara Cilla tertidur, Elmi sedang duduk diruang tamu rumahnya. Beberapa saat kemudian Rika tiba dan melihat keadaan Elmi yang lemas tak berdaya)

Rika : “ya ampun Elmi,,, kamu kenapa sih kok begini?”

(Rika memegang tangan Elmi yang lemas)

Elmi : “aku udah gak kuat lagi Rik. Aku nitip saalam buat teman-teman yaa... terutama Cilla.”

Rika : “ya tuhan beneran sekarat ini anak... Elmi kamu jangan ngomong gitu, kita kerumah sakit sekarang EL !!”

(tapi Elmi justru memegang tangan Rika, mengisyaratkan untuk tidak pergi ke dokter. Rika lalu memutuskan untuk mengabari teman-temannya. Beberapa saat kemudian Farel dan kawan-kawan tiba dan pada saat itu juga Cilla yang sedang tidur akhirnya bangun)

Farel : “Elmi, Rika !”

Farel : “ada apa ini?”

Dimas : “hei... Elmi kenapa?”

Rika : “tolongin Elmi guys...”

(Cilla datang dengan rambut masih berantakan dan rokok yang baru akan dinyalakan)

Cilla : “Loh teman-teman lagi ngapain?”

(semua perhatian beralih ke Cilla dengan pandangan sinis)

Rika : “parah loe Cill, aku benci sama loe!!”

Cilla : “Loh kena...”

(pertanyaan Cilla terpotong)

Elmi : “sudah jangan bertengkar dihari terakhir ku. Aku emang hidup hanya sebatang kara tapi aku merasa punya keluarga yaitu kalian.”

Vino : ‘kamu gak boleh ngomong seperti itu EL”

Dimas : “iya Elmi, ayo sekarang kita kerumah sakit?” (ajaknya dimas dengan muka panik)

Elmi : “Cilla, aku pesen sama kamu, jangan lagi merokok. Aku sayang kamu dan aku gak mau kamu kaya aku sekarang. Maaf guys aku harus ninggalin kalian.”

Vino : “no....no.....no.... Elmi bangun.....!”

Farel : “ Elmi.....!!!!”

Rika : “aku sayang kamu, bangun please !!!” (sambil memeluk Elmi dan menangis)

Dimas : “Elmi !! buka mata mu please !!

Rika : “Cilla, sialan loe ya,.... sekalian aja bunuh gue pakek rokok loe.....!”

(Cilla hanya terdiam mematung, memandangi Elmi yang tak berdaya. Air matanya muai menetes)

Cilla : “aku... aku.... minta maaf EL !!! Elmi bangunnnnnn.....!!!!”

Beberapa jam kemudian Elmi dimakamkan. Teman-temannya menangis. Cilla selalu minta maaf kepada teman-temannya terutama Rika. Tetapi teman-temanya tidak memperdulikan Cilla dan teman-teman meninggalkan Cilla sendirian di makam Elmi.

Cilla : “Mi maafin aku, tidak ada niat aku mau membunuh kamu, aku sayang kamu Elmi !! maafkan aku yang sangat berdosa ini, kenapa aku merokok! bodoh sekali aku karna

perbuatanku kamu meninggalkan dunia ini, (menyalahkan diri sendiri sangat menyesali perbuatannya) aku akan berhenti merokok Mi sesuai apa yang Elmi minta semoga kamu melihatku di surga sana, aku sangat menyesal karna rokok sahabat yang aku sayangi sahabat baik sepertimu meninggalkan aku (menangis).

(Cilla kembali kerumah Elmi dan melihat teman-temannya duduk terdiam merenung semua)

Cilla : “maafin aku..... please!!”

(teman-temannya tidak menjawab, hanya Rika yang menjawab)

Rika : “jangan minta maaf sama gue tapi minta maaf sama Elmi dan Tuhan, gue dan teman-teman udah maafin loe... asalkan....”

(ucapan Rika terpotong)

Vino : “NO SMOKING!!!!!!”

Cilla : “Elmi maafin aku.....!!! aku juga sayang sama kamu. Aku janji nggak akan merokok lagi. Ya Tuhan, kumohon jaga Elmi sahabat kami. Ini kesalahan besar saya.”

Farel : “karena kita sudah kehilangan teman”

Dimas : “semoga tenang di alam sana Elmi”

Rika : “Love you Elmi...”

Bersama : “Good bye Elmi, I LOVE YOU..

MODUL

RUGI BESAR AKIBAT MEROKOK

(Pertemuan 6)

- A. Tema : Rugi Besar Akibat Merokok
- B. Tujuan : Melalui bermain peran siswa mengetahui akibat merokok yang banyak merugikan dirinya dan lingkungannya.
- C. Sumber : *Terlampir*
- D. Metode : Diskusi dan psikodrama
- E. Waktu : 80 menit
- F. Naskah Drama: *Terlampir*
- G. Penulis : Ita Dwi Ambarwati
- H. Materi

Bahaya merokok bagi kesehatan, lingkungan dan ekonomi

1. Bahaya merokok bagi kesehatan

Berikut adalah bagian-bagian tubuh dan penyakit yang ditimbulkan akibat rokok (Suryo Sukendro, 2007 84-85; Yumaria, 2002 : 16-27) :

1. Mata

Rokok dapat menyebabkan katarak dan menyebabkan kebutaan. Resiko perokok adalah tiga kali lebih tinggi dibanding dengan bukan perokok.

2. Mulut, Tenggorokan, Pita Suara dan Esofagus

Rokok dapat menyebabkan kanker pada tubuh mulut, tenggorokan, pita suara dan esofagus dan dapat menyebabkan penyakit gusi, pilek dan kerongkongan kering. Lebih dari 90% penderita kanker mulut adalah perokok dan tingkat kematian penderita kanker mulut pada perokok lebih besar 20 sampai dengan 30 kali dibandingkan dengan penderita kanker mulut yang bukan perokok.

3. Gigi

Pada perokok resiko menderita *periodontitis* (gusi terbakar yang mengarah ke infeksi dan akan merusak jaringan halus dan tulang) sebesar 10 kali lebih tinggi.

4. Paru – paru

Penyakit yang mungkin diderita oleh perokok pada fungsi tubuh paru-paru adalah kanker paru-paru, pnemonia, bronkitis, asma dan batuk kronis. Kematian akibat kanker paru-paru yang disebabkan oleh rokok berkisar lebih dari 80%.

5. Perut

Penyakit akibat merokok yang menyerang perut adalah kanker perut dan lambung. Peneliti menunjukkan bahwa tingkat resiko kanker perut berbanding lurus dengan jumlah dan lama merokok.

6. Ginjal

Kanker ginjal dapat juga menyerang perokok dan kanker ini lebih sering ditemukan diantara perokok dibandingkan dengan yang tidak merokok.

7. Pankreas
Tingkat kesembuhan kanker pankreas tidak lebih dari 4% pada penderita yang lebih dari lima tahun menderita kanker ini.
 8. Kandung Kemih
Kanker kandung kemih merupakan salah satu resiko yang dapat diderita oleh perokok.
 9. Leher Rahim
Kanker juga dapat menyerang di bagian leher rahim pada perokok.
 10. Kehamilan
Pada ibu hamil, merokok dapat menyebabkan bayi lahir prematur, berat badan lahir rendah dan keguguran.
 11. Tulang
Merokok dapat menyebabkan tulang rapuh.
 12. Darah
Resiko terkena kanker darah (leukimia) pada perokok adalah 1,53 sedangkan pada mantan perokok adalah 1,39.
2. Bahaya merokok bagi lingkungan sekitar
Merokok selain berbahaya bagi tubuh pengguna juga berbahaya bagi orang disekitarnya. Asap rokok mengandung ribuan bahan kimia beracun dan bahan-bahan yang dapat menimbulkan kanker (karsinogen). Bahkan bahan berbahaya dan racun dalam rokok tidak hanya mengakibatkan gangguan kesehatan pada orang yang merokok, namun juga kepada orang-orang disekitarnya yang tidak merokok yang sebagian besar adalah bayi, anak-anak dan ibu-ibu yang terpaksa menjadi perokok pasif oleh karena ayah atau suami mereka merokok di rumah. Padahal perokok pasif mempunyai resiko lebih tinggi untuk menderita kanker paru-paru dan penyakit jantung, leukimia. Sedangkan pada janin, bayi dan anak-anak mempunyai resiko yang lebih besar untuk menderita kejadian berat badan lahir rendah, bronchitis dan pneumonia, infeksi rongga telinga dan asma (Arga, 2012:88).
 3. Bahaya merokok bagi keadaan ekonomi
Peneliti dari World Bank telah membuktikan bahwa rokok merupakan kerugian mutlak bagi hampir seluruh negara. Pemasukan yang diterima negara dari industri rokok (pajak dan sebagainya) mungkin saja berjumlah besar, tapi kerugian langsung dan tidak langsung yang disebabkan konsumsi rokok jauh lebih besar. Biaya tinggi harus dikeluarkan untuk membayar biaya penyembuhan penyakit yang disebabkan oleh rokok, absen dari bekerja, hilangnya produktifitas dan pemasukan, kematian prematur, dan juga membuat orang menjadi miskin lebih lama karena mereka menghabiskan uangnya untuk membeli rokok. Biaya

besar lainnya yang tidak mudah untuk dijabarkan termasuk berkurangnya kualitas hidup para perokok dan mereka yang menjadi perokok pasif. Selain itu penderitaan juga bafi mereka yang harus kehilangan orang yang dicintainya karena merokok. Semua ini merupakan biaya tinggi yang harus ditanggung (Astuti, 2004:79).

I. ICE BREAKING

1. Judul : Bercermin
2. Tujuan : Dilaksanakan di tahap awal kegiatan agar anggota kelompok lebih semangat untuk mengikuti kegiatan
3. Langkah-langkah
 - a. Minta setiap peserta untuk berpasangan, 1 orang menjadi bayangan di cermin dan 1 orang menjadi seseorang yang sedang berdandan di depan cermin.
 - b. Bayangan harus mengikuti gerak – gerak orang yang berdandan.
 - c. Keduanya harus bekerja sama agar bisa bergerak secara kompak dengan kecepatan yang sama.
 - d. Minta peserta untuk mendiskusikan apa pesan dalam permainan ini.

NASKAH DRAMA
“Rugi Besar Akibat Merokok”

Peneliti/Guru BK : Sutradara (fasilitas, prosedur dan pengamat / penganalisis)

Pemain 1 : Siva (siswa) Pencuri dan perokok

Pemain 2 : Bapak sebagai perokok aktif, perokok berat

Pemain 3 : Ibu Siva

Pemain 4 : Mbah Putri

Keadaan rumah tangga orang tua Siva, menggambarkan rumah sederhana, terdapat bale dan beberapa perlengkapan perabotan rumah. Ada seorang laki-laki terbaring lemah di bale, seorang perempuan sedang mencuci perabotan dapur, dan tidak lama kemudian muncul seorang anak.

Siva : (berjalan mengendap sambil membawa sesuatu, tergambar di wajahnya seolah tak ingin orang lain tahu tentang apa yang ia bawa. Ia duduk) “Lumayan, bisa untuk beli ROKOK!” (ekspresi senang dan tertawa kecil)

Mbah putri : (dengan membawa perabotan dapur yang baru selesai dicuci) “dari mana saja kami Va?”

Siva : (kaget, bergegas menyembunyikan apa yang ia bawa)

Mbah Putri : “tiap hari kluyuran terus. Mbok ya sadar. Kamu kan tau bapakmu sedang sakit seperti itu.”

Siva : “Mbah Putri... bagaimana aku betah dirumah? Kalau tiap Siva di rumah Mbah Putri selalu cerewet begitu.” (sambil duduk seperti lelaki)

Mbah Putri : “Berapa kali Mbah bilang? Duduklah yang baik layaknya perempuan duduk!”

Siva : “Begini salah, begitu salah.”

Mbah Putri : “Hmmmmffff.... anak, bapak, ibu sama saja... tidak mau mengerti apa kata orang tua.”

Siva : (diam)

Mbah Putri : “Dengar ya Va, Bapakmu sakit seperti itu karena tidak mau menuruti apa yang Mbah Putri katakan. Dulu Mbah Putri selalu melarang ketika dia merokok. Karena Mbah Putri tidak mau apa yang menimpa Mbah Kakungmu akan menimpa Bapakmu juga. Dulu Mbah Kakungmu meninggal juga karena penyakit akibat rokoknya itu. Paru-parunya rontok. Nah, sekarang kekawatiranku terbukti kan? Bapakmu sakit seperti itu. Sekarang kita semakin miskin. Boro-boro untuk berobat, untuk makan saja kita harus peras keringat.”

Bapak : “Sudahlah Mak...”

Mbah Putri : “Sudah apa? Sudah menyesalkan kamu sekarang? Coba kamu nurut dan tidak kamu dewakan rokokmu itu, pasti kamu tidak akan seperti sekarang.”

Bapak : “Iya, Iya ... tapi mungkin ini sakit yang sengaja didatangkan Tuhan untukku Mak.”

Mbah Putri : “Malah menyalahkan Tuhan. Dilaknat Tuhan baru tahu rasa kamu. Penyakitmu itu datang jelas karena hobimu merokok. Rokoklah yang menggerogoti paru-parumu sekarang. Dulu almarhum Bapakmu pun seperti itu.”

Bapak : “Sudahlah Mak, semoga dengan pelajaran ini keluarga kita bisa menjadi lebih baik.”

Mbah Putri : “Lebih baik apanya? Jelas-jelas jadi berantakan begini. Heh! Kamu tahu mulut-mulut tetangga jika bicara? Mereka semua selalu mencibir istrimu. Mereka bilang istrimu sekarang menjual diri.”

(Tanpa disadari, seorang perempuan ternyata mendengar semua perkataan Mbah Putri)

Ibu : “Lebih baik aku menjual diri demi keluargaku. Untuk biaya berobat suamiku. Dari pada aku mencuri? Menurutku, mencuri, merampok itu lebih keji dari pada jual diri. Apa lagi korupsi.”

Mbah Putri : “Tapi bagaimana dengan tetangga-tetangga yang selalu memperolok tentang pekerjaanmu sekarang?”

Ibu : “Persetan dengan tetangga. Aku tidak peduli. Dan aku yakin, Tuhan pasti maklum karena aku melakukan ini dengan alasan yang kuat. Aku melakukan ini demi keluargaku. Terutama untuk mengobati putra tersayangmu itu. Sudahlah, Mak tidak usah dengarkan apa kata mereka. Aku hanya minta tolong pada Mak, tolong urus si Siva karena aku tidak bisa memantaunya setiap saat. Agar masa depannya tidak berantakan seperti ibunya.”

Mbah Putri : “Nah, anakmu. Anak itu memang sudah kurang ajar. Berani kepada orang tua. Anak perempuan kok tidak ada bedanya dengan laki-laki. Lihat itu penampilannya, cara berjalan dan cara duduknya. Jika dituturi malah bantah, ngeyel terus.”

Ibu : “oalah Siva....Siva.....”

Siva : “Iya Bu...”

Ibu : “Benar kamu selalu bantah jika dinasehati Mbah Putri?”

Siva : “Tidak Bu...”

Ibu : “Tidak usah bohong.”

Siva : “Tidak Bu...”

Mbah Putri : “Tidak nuruti maksudnya.”

Siva : “Mbah Putri aja yang cerewet. Ngomel terus jika di rumah.”

Ibu : “Siva! Tidak boleh bantah. Mulai sekarang kamu harus merubah sikapmu.

Kamu harus sadar jika kamu itu perempuan. Jadilah perempuan yang baik.”

Siva : “baik bu,... maafkan Siva.”

- Ibu : “Sudah, sekarang minta maaf pada Mbah Putri.”
- Siva : “Mbah Putri, Siva minta maaf.”
- Mbah Putri : “Sekarang maaf, nanti juga bantah lagi”
- Siva : “Tidak Mbah, Siva janji”
- Mbah Putri : (*memandang Siva*)
- Ibu : “Va, tolong bersihkan kamar Ibu ya... Ibu mau mengambil jahitan ke Mbak Karti.”
- Siva : “Baik Bu..”
- Mbah Putri : “Oya,,, kalau begitu sekalian tolong belikan aku obat pegel linu di warung Yu Mirah ya...”
- Ibu : “Iya Mak...”
- (mendengar ibunya mau ke warung yu mirah, tiba-tiba siva cemas)
- Mb. Putri : “Sum, sekalian kamar Mbah Putri ya?”
- Siva : “Iya Mbah...”
- Bapak : “Uhuk... uhukkk... uhuk... uhukkk.... uhukkkkkkkk....” (batuknya semakin menjadi)
- Mbah Putri : (berjalan mendekati laki-laki)
- Bapak : “Tolong ambilkan air Mak...”
- Mbah Putri : “Ha? Air? Iya..” (sedikit gugup)
- Bapak : “Uhuk... uhukk uhukkk uhukkkk uhukkkk.... uhukkkkkk.....”(semakin kesakitan...)
- Mbah Putri : (datang dengan segelas air) “Ini airnya...” (berusaha membatu untuk minum)
- Bapak : (terlihat sedikit lega)
- Ibu : (datang dengan wajah marah. Langsung mencari Siva.)
- Ibu : “Va...Siva... Dasar anak kurang ajar. Tidak tahu malu.”

Mbah Putri : “Ada apa ini? Ada apa?”

Ibu : “Ini Mak, Siva kurang ajar. Dia mencuri uang di warung Yu Mirah!”

Mbah Putri : “Astagfirullahalladzim.....”

Ibu : “Sini kamu. Kurang ajar. Benar kamu mencuri?”

Siva : “Me...me...mencuri apa Bu?” (takut)

Ibu : “Tidak usah berbelit. Semua orang sudah tahu jika kamu yang mencuri uang di warung Yu Mirah. Ayo jujur...”

Siva : “Ti...ti...tidak Bu...”

Ibu : “Masih berani bohong kamu ya???”

Siva : “Iya... iya Bu... Siva minta maaf...”

Ibu : “Jadi benar kamu yang mencuri?”

Siva : (mengangguk sesengukan)

Ibu : “Astagfirullah....Sivaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaa.....”

Bapak : “(kaget dan kambuh mendengar semua pembicaraan anak dan istrinya)

Ibu : “Untuk apa uang curian itu? Ha? Untuk apa?”

Siva : “Maaf Bu.. Siva salah. Terpaksa Siva mencuri uang untuk beli rokok.”

Ibu : “Apa? Beli rokok? Jadi selama ini kamu merokok tanpa sepengetahuan Ibu? Kurangajar kamu Siva!!! Apa kamu tidak sadar Bapakmu sakit seperti itu karena apa? Karena rokok Va... Rokok!!!”

Siva : “Maafkan Siva Bu... Siva hanya ikut teman-teman...” (menangis)

Ibu : “Dasar kurang ajar. Apa kamu mau mati karena rokok?”

Bapak : “Uhuk... uhukkk. Uhukkk...” (batuk semakin parah)

Mbah Putri : “Yah... suamimu kambuh lagi... tolong dia...”

Bapak : (batuk... muntah darah... mata melotot... kejang-kejang...)

Ibu : “Yaallah... kenapa kamu Mas... ayo kita ke klinik saja”

Siva : “Pak...”

Bapak : “Uhukkkkkkkkk..... uhukkkkkkkkkkkkkkkkkkkkk... uhukkkkkkkk...”

Ibu : “Yaallah... Kenapa suamiku??? Maaaassssssssss..... Tahan Mas,**ayo kita ke klinik...**”

SEMUA PANIK DAN BERGE GAS MEMBAWA SUAMI KE KLINIK

MODUL
MEROKOK MEMBUNUHMU
(Pertemuan7)

- A. Tema : Merokok Membunuhmu
- B. Tujuan : Melatih siswa untuk melindungi dirinya sendiri dari resiko yang mengancam dirinya.
- C. Sumber : *Terlampir*
- D. Metode : Diskusi dan psikodrama
- E. Waktu : 80 menit
- F. Naskah Drama: *Terlampir*
- G. Penulis : Ita Dwi Ambarwati
- H. Materi

PENYAKIT MEMATIKAN KARENA ROKOK

Penyakit berbahaya yang diakibatkan rokok antara lain yaitu :

1) Paru-paru

Asap rokok yang dihisap mengandung berbagai zat kimia yang dapat merusak paru-paru. Zat ini dapat memicu terjadinya kanker khususnya pada paru-paru. Kanker paru-paru merupakan kanker yang paling umum yang diakibatkan oleh merokok. Penyebab kanker paru-paru dalam tubuh terjadi secara senyap hingga menjadi stadium yang lebih tinggi. Dalam banyak kasus, kanker paru-paru membunuh dengan cepat (Jaya, 2009:64).

Merokok dapat menyebabkan perubahan dan struktur fungsi saluran nafas dan jaringan paru-paru. Pada saluran nafas besar, sel mukosa membesar (*hypertrofi*) dan kelenjar mukus bertambah banyak (*hyperplasia*). Pada saluran nafas kecil, terjadi radang ringan hingga penyempitan akibat bertambahnya sel dan penumpukan lendir. Pada jaringan paru-paru, terjadi peningkatan jumlah sel radang dan kerusakan alveoli (Triswanto, 2007:93).



2) Penyakit Kardiovaskuler

Menurut Jaya (2009:65), senyawa kimia yang terkandung didalam rokok akan meningkatkan detak jantung, tekanan darah, resiko hipertensi dan penyumbatan arteri. Disamping itu rokok juga menurunkan kadar HDL (kolesterol baik dalam darah) dan menurunkan tingkat elastisitas aorta (pembuluh darah terbesar pada tubuh manusia) yang dapat meningkatkan terjadinya penggumpalan darah sehingga memicu berbagai macam penyakit seperti :

a. Serangan jantung (Trombosis Koroner)

Terjadi penggumpalan darah pada arteri yang menyumbat suplai darah pada jantung sehingga dapat mengakibatkan serangan jantung.

b. Serangan Otak (Trombosis Cerebral)

Terjadi pemblokiran pada pembuluh darah yang menuju ke otak sehingga dapat menyebabkan pingsan, stroke dan kelumpuhan.

c. Gagal Ginjal

Terjadi pengumpulan darah pada arteri yang menyumbat suplai darah pada ginjal sehingga mengakibatkan peningkatan tekanan darah, bahkan gagal ginjal.

d. Penyakit sistem sirkulasi

Terjadi penyumbatan pada pembuluh darah kaki dan tangan sehingga mengakibatkan pembusukan jaringan. Pecandu rokok rawan terkena penyakit langka *Buerger*, yaitu artritis pada pembuluh peripheral yang dapat menimbulkan *gangrene* (kematian jaringan) sehingga harus diamputasi.

3) Impotensi

Merokok menyebabkan terjadinya penyempitan pembuluh darah pada sistem vaskular yang mengarah ke penyumbatan arteri. Penis tidak bisa mendapatkan darah yang cukup dari arteri yang tersumbat dan akibatnya penis tidak bisa ereksi. Nikotin dapat mengganggu proses spermatogenesis sehingga kualitas sperma menjadi buruk (Admin, 2011:57)

4) Gangguan Saraf

Sistem saraf simpatik adalah cabang dari sistem saraf otonomik (*Autonomic Nervous System/ANS*) yang merupakan bagian dari sistem saraf peripheral yang bertugas mengontrol dan mempengaruhi detak jantung, pencernaan, pernafasan, respirasi, diameter pupil, pembuangan urin dan ereksi (Satiti, 2009:71). Senyawa kimia pada rokok akan memicu peningkatan aktivitas sistem saraf tersebut

sehingga menambah beban pada sistem yang bertugas untuk mengatur pembuluh darah dan jantung.

5) Gangguan Indra Penglihatan

Asap rokok dapat merusak pembuluh darah mata, sehingga menyebabkan mata merah dan gatal serta meningkatkan resiko terkena katarak. Katarak yaitu memutuhnya lensa mata yang menghalangi masuknya cahaya yang dapat menyebabkan kebutaan (Utami, 2014:101).

6) Gangguan Indra Penciuman

Racun-racun yang terkandung didalam rokok, terutama nikotin lambat laun akan merusak saraf-saraf penciuman sehingga dapat mengganggu fungsi indra penciuman. Pecandu rokok menjadi kurang sensitif terhadap jenis bau, bahkan ada kalanya tidak mampu membedakan bau secara benar (Satiti, 2009:71).

7) Gangguan Pernapasan

Menurut Satiti (2009:71), Racun tar yang terkandung didalam rokok mempengaruhi dan memproduksi lendir yang berlebihan didalam paru-paru. Lendir tersebut menyebabkan borok dan mengakibatkan pendarahan. Gangguan pernapasan yang bisa dialami oleh perokok berat adalah

a. *Bronchitis*

Gangguan serius pada dinding pipa udara yang lebih kecil yang melebar dan lemah yang disebabkan oleh paru-paru dan alat pernapasan yang telah lama sakit. Tanda pengidap *bronchitis* adalah batuk-batuk yang semakin parah.

d. *Emphysema*

Penyakit bengkak pada paru-paru karena pembuluh darahnya kemasukan udara. Akibatnya, kecepatan dan frekuensibernafas meningkat disertai rasa nyeri. Tanda-tanda pengidap *ephysema* adalah bernafas terengah-engah, dengan bunyi nafas yang nyaring, disertai batuk-batuk dengan frekuensi tinggi.

e. *Radang saluran udara*

Penderita asma yang tetap merokok akan mengalami peradangan saluran udara yang sulit disembuhkan dengan obat-obatan.

8) Gangguan Indra Pengecap

Racun-racun yang terkandung dalam rokok terutama nikotin secara bertahap akan merusak saraf-saraf pengecap sehingga mengganggu fungsi indra pengecap. Perokok berat kurang bisa menikmati cita rasa makanan dan minuman, sehingga

napsu makan cenderung menurun, padahal tubuh membutuhkan asupan gizi yang cukup. Akibatnya, berat badan perokok terus menurun (Satiti, 2009:73).

9) Gangguan Pencernaan

Tembakau merupakan salah satu bahan perangsang yang dapat menyulitkan alat-alat pencernaan. Itulah sebabnya seorang perokok berat cenderung mengalami gangguan pencernaan yang ditandai dengan berbagai gejala penyakit, yaitu mual, nyeri ulu hati, sakit perut bagian atas dan kembung (Satiti, 2009:74).

10) Gangguan Hati

Senyawa kimia didalam rokok akan mengganggu fungsi hati, padahal hati merupakan organ yang bertugas untuk memproses pembuangan obat-obatan, alkohol dan racun-racun lainnya didalam tubuh (Satiti, 2009:74).

I. ICE BREAKING

1. Judul : Tebak apa yang saya katakan
2. Tujuan : Untuk menghangatkan suasana dan menghilangkan kekakuan antar anggota kelompok dan pembimbing.
3. Langkah-langkah:
 - a. Sampaikan instruksi permainan ini: **“tebak apa yang saya katakan”**
 - b. Sambil menunjukkan jempol, pembimbing mengucapkan **ini** ayam
 - c. Ketika menunjukkan telunjuk pembimbing mengucapkan **yang ini** sapi
 - d. Kemudian ketika menunjukkan kelingking pembimbing mengucapkan **kalo yg ini** kerbau.
 - e. Tanyakan kepada peserta sudah paham atau belum, praktekan sekali untuk mengetest kepahaman mereka, setelah dirasa paham, barulah pembimbing menjalankan aksinya.
 - f. Peserta diminta menebak apa yang pembimbing katakan, katakan seperti contoh diatas, setelah selesai, katakan” **Kalo yang ini**” tetapi kita menunjuk pada **jari kelingking**. Biasanya peserta akan bingung dan protes. Ulangi lagi dengan variasi lain. Sampai terjawab dengan benar.
 - g. Ketika peserta telah memahami instruksi diatas, maka ia akan mengikuti kata kunci tanpa memperhatikan jari mana yang kita tunjukkan. Jawaban yang benar adalah bila pembimbing menyebutkan **“ini”**, maka jawabannya adalah **“ayam”** dst, seperti dibawah ini:

Pertanyaan	Jawaban
ini	Ayam
yang ini	sapi
kalo yang ini	kerbau

- h. jadi letak seru atau tidaknya permainan ini adalah bagaimana peserta bingung menjawab pertanyaan pembimbing karena tidak memperhatikan instruksi dan kurang konsentrasi.

NASKAH DRAMA
“MENGHISAP NYAWA”

Peneliti/Guru BK : Sutradara (Fasilitas, prosedur dan pengamat/penganalisis)

Pemain 1 : Anto (siswa) perokok berat

Pemain 2 : Umam (siswa) pendiam, lugu dan perokok pasif

Pemain 3 : Angga (siswa) perokok pasif

Pemain 4 : Arfan (siswa) perokok pasif

Pemain 5 : Azmil (siswa) perokok pasif

Pemain 6 : Santy (siswa) pelit

Pemain 7 : Dina (siswa) sahabat Santy

Pemain 8 : Pak Jono guru matematika

Kisah persahabatan empat orang cowok yang selalu bersama, seperti biasa dipagi hari sebelum masuk ke kelas berkumpul mereka di kantin. Anak-anak ini bukan perokok tetapi nanti masuklah anak perokok dalam persahabatan mereka.

(Di kantin sekolah terdapatlah empat siswa sedang bersendagurau)

Angga : Mam nanti ada pelajaran matematika bukannya kita ada PR ya...?

Umam : iya ada PR gimana ini aku belum ngerjain, udah gitu gurunya galak lagi aduhhhh.

(panik)

Angga : sama aku juga belum ngerjain, kamu gimana mil udah ngerjain PR matematika belum, nyonto dong!

Azmil : boro-boro ngerjain, aku lupa semalam main ps sama arfan sampe malam, ya gak fan.

Arfan : aku kemarin kan gak masuk jadi gak tau ada PR, mati kita kalau belum ngerjain PR bisa-bisa kena omel dan bakal di keluarin dari kelas nih.

Angga : makanya gaimana ini, pak jono kan galak banget, mil pinjem punya santy sana pasti dia sudah?

Azmil : iya aku coba nemuin santi dulu ya. *(sambil berjalan meninggalkan kantin)*

Teman : oke

Azmil pun akhirnya berjalan menuju kelas menaruh tas di atas meja dan melihat Santy & dina mengerjakan soal.

Azmil : Hey san... pekerjaanmu sudah selesai apa belum....?? *(berjalan menghampiri Santy)*

(tiba-tiba dari pintu masuklah Arfan yang menyela pembicaraan Azmil)

Arfan : Aku juga contoni donk... PR nya

Santy : Enak aja mikir dong..... makanya inget-inget kalau ada PR *(sambil meneruskan mengerjakannya)*

Dina : Iya bener tu..... pengen bisa makanya belajar,” *(sambil menunjuk ke dua anak tersebut)*

Arfan : EGP,.... Dari pada kita mengerjakan PR lebih baik kita makan aja di kantin,” *(sambil menatap Azmil dengan muka jengkel)*

Azmil : Bener benget tu..... ayo kita makan aja , “ *(sambil menarik tangan Arfan)*

Dina : Eh... Umam tak laporin ke BK kalo kamu tidak ikut pelajaran sama Azmil *(sambil Mengancam)*

Arfan : Silahkan saja kalau mau ngelaporin tapi ntar awas kalau ketemu di jalan

(Mereka berdua berjalan keluar kelas dan menuju ke kantin karna dijam pertama mereka akan membolos tidak masuk kelas)

Bel pun berbunyi menandakan kelas akan segera dimulai, Pak Jono masuk kelas dengan ciri khasnya membawa tuding untuk mengajar matematika. Pak jono yang dikenal guru paling galak dan sangat disiplin, beliau tidak suka melihat murid yang belum mengerjakan tugas, jika ada murid yang belum mengerjakan tugas pasti kena hukuman.

Pak Jono : Selamat pagi anak-anak, keluarkan PR kalian, bagi yang belum mengerjakan silahkan keluar dan tulis nama kalian di buku pelanggaran. *(dengan tegas)*

Murid : sudaahhhhhhhh pak. *(serentak)*

Anto : *(berjalan kedepan menghampiri Pak Jono)* saya lupa belum mengerjakan PR pak.

Pak Jono : tulis nama kamu dan keluar, selesai pelajaran temui saya !

Anto : baik pak *(dengan menuliskan namanya di buku pelanggaran)*

Pak Jono : jangan kalian contoh anak seperti ini, mengemban tugas kecil saja tidak bisa, mau jadi apa kamu ini, tugas siswa itu belajar kalau sampai tidak mengerjakan tugas itu pertanda kau tidak pernah belajar, keluar sana..... *(menyuruh Anto)*

Anto : iya pak *(dengan muka santai yang terkesan menyepelkan guru berjalan menuju kantin)*

Dikantin berkumpul Angga, Azmil, Arfan dan Umam yang tidak mengikuti mata pelajaran Pak Jono, tiba-tiba datanglah Anto bergabung bersama mereka, Anto yang tergolong siswa pemalas dan perokok berat.

Umam : kenapa kamu kesini to, ada guru gak?

Anto : ada itu Pak Jono.

Umam : mana Pak Jono apa dia tau kita disini *(sambil melihat ke luar dengan muka panik dan takut ketahuan guru)*

Anto : itu di kelas, aku tidak mengerjakan tugas *(sambil mengeluarkan rokok dari saku celananya)*

Angga : alahhh kamu itu udah kebiasaan to, apa yang kau kerjakan MEROKOK hahaha *(sambil tertawa)*

Anto : hanya rokok yang membuatku tenang *(sambil menyalakan rokok di mulutnya)*

Azmil : berani sekali kamu ngrokok di sekolah, gak takut ketahuan guru?

Umam yang mempunyai penyakit gangguan pernafasan dan penyakit jantung terdiam ketika teman-temannya membahas rokok, dia gak mau teman-temannya tau kalau dia penyakitan.

Anto : hidup itu dinikmati, semasa tidak ketahuan lakukan suka-suka saya (*sambil nikmati rokok dengan membuang asapnya ke arah Umam*)

Umam : uhuuukkk ...uhuuukkkk....

Jam pulang sekolah tiba, ke empat sahabat itu kebiasaan nongkrong di warung Mbok Nem yang terletak di sebelah sekolahan, dan ternyata Anto sudah terlebih dahulu berada di warung tersebut yang sedang merokok

Azmil : Anto sudah habis berapa batang kamu? Sejak kapan kamu merokok seperti itu?

Arfan : sepertinya kamu udah banyak menghabiskan rokok ya To, bibir kamu hitam sekali.

Anto : udah sejak SD aku merokok, udah banyak batang rokok juga yang aku habiskan, orang tuaku saja tidak peduli mereka sibuk dengan kerjaan mereka.

Umam : uhukkk....uhuuukkkkk...uhhuukkkk (*batuk terus terusan*)

Angga : kamu kenapa Mam?

Umam : gak papa kok Ngga.... (*dengan napas yang mulai sesak dan suara yang terbata-bata sambil menepuk-nepuk dadanya yang kesakitan*)

Azmil : kata Bapak ku merokok itu membunuhmu, aku juga sering liat di iklan televisi kalo rokok itu berbahaya To !.

Angga : bener tu kandungan didalam rokok kan isinya bahan kimia semua racun tikuslah segala macem dimasukin situ (*sambil menunjuk ke arah rokok Anto*), apa kamu tidak takut mati To?.....

Anto : kalo rokok membunuhku harusnya dari dulu aku udah mati, tapi liat sekarang aku baik-baik saja.

(Tiba-tiba Umam pingsan dan semua terkejut panik, segera membawa Umam ke klinik)

Keesokan harinya di kantin sekolah terlihat anto sedang berdiam diri sendirian

Azmil : kenapa tidak masuk kelas To? Umam masih dirawat dirumah sakit katanya penyakitnya parah.

Anto : sedang tidak enak badan kepalaku pusing, sakit apa Umam? *(sambil menyalakan rokok dimulutnya)*

Azmil : ternyata umam punya penyakit jantung dan gangguan pernapasan.

Anto : *(terlihat cuek)* oh semoga lekas sembuh.

(Tiba-tiba Angga muncul dan menyalahkan Anto karna merokok didepan Umam)

Angga : gara-gara ulahmu Umam jadi masuk rumah sakit, coba kalau kau tidak merokok didepannya dia pasti baik-baik saja

Anto : *(tubuh Anto mulai menggigil)* bukan salahku, *(Anto pingsan dan di bawa ke klinik)*

Azmil : To... antoo bangun kamu kenapa *(membuang rokok)*

Anto pun dibawa ke klinik dan dirujuk ke rumah sakit karna difonis penyakitnya yang parah dan ternyata Anto terkena penyakit pembekakan paru-paru yang sudah sangat parah akibat kebiasaan merokoknya. Beberapa hari Anto dirawat dirumah sakit akhirnya Anto meninggal nyawanya tidak tertolong lagi.

(pagi harinya di sekolah Pak Jono menginformasikan bahwa Anto telah meninggal dunia kepada murid-murid)

Pak Jono : Assalamualaikum anak-anak.....

Murid : Waalaikumsalam pak..... *(serentak menjawab)*

Pak Jono : Innalillahi wainnalilahi rojiun kabar duka buat kita semua karna teman kita Anto telah meninggal dunia tadi malam.

Angga : Apa Pak !!! Anto meninggal *(kaget)*

Pak Jono : iya Angga, dia sudah tidak kuat dengan penyakit yang dideritanya.

Azmil : Emang Anto sakit apa Pak, kenapa sampai meninggal? *(muka sedih)*

Pak Jono : Anto terkena penyakit pembengkakan paru-paru yang udah lama dideritanya tapi tidak dirasa olehnya hingga berakibat fatal seperti ini, karna dia selalu merokok dan merokok.

Angga : ya allah Anto maafkan aku kemaren sempat membentak kamu.... *(menangis)*

Pak Jono : jadikan itu pembelajaran buat kita semua jauhi rokok karena rokok akan menghisap nyawa kalian. Mari kita doakan Anto agar dia tenang disana?....

Murid : *(menundukan kepala berdoa)*

Penyakit memang tidak bisa di prediksi tapi penyakit bisa dihindari, hindari rokok yang memicu penyakit mematikan, sayangi tubuhmu cintai nyawamu !!!

BLANGKO HARAPAN SISWA

Nama :

Kelas :

Tanggal ditulis :

Mohon diisi dengan kejujuran tingkat tinggi.

1. Topik apakah yang telah dibahas melalui layanan bimbingan kelompok tersebut ?

.....

2. Hal-hal atau pemahaman baru apakah yang anda peroleh dari layanan bimbingan kelompok tersebut?

.....

3. Hal-hal apakah yang akan anda lakukan setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok tersebut?

.....

Apakah layanan yang Anda ikuti berkaitan langsung dengan masalah yang Anda alami?

- a. Apabila ya, keuntungan apa yang Anda peroleh?

.....

- b. Apabila tidak, keuntungan apa yang Anda peroleh?

.....

4. Bagaimana perasaan Anda setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok tersebut?

.....

5. Tanggapan, saran, pesan atau harapan apa yang ingin Anda sampaikan kepada pemberi layanan (guru pembimbing) ?

.....

LAMPIRAN 8
RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN DAN HASIL PELAKSANAAN
BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK *PSIKODRAMA*

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *PSIKODRAMA*

Pertemuan 1

- A. Topik : Kontrak Waktu
- B. Bidang Bimbingan : Bimbingan pribadi dan sosial
- C. Jenis Layanan : Bimbingan Kelompok
- D. Fungsi Layanan : Pemahaman diri siswa
- E. Sasaran layanan : 10 siswa kelas VIII F
- F. Waktu Pelaksanaan : 45 menit
- G. Tempat Pelaksanaan : Ruang kelas VIII F
- H. Hari/Tanggal : Selasa, 18 Oktober 2016
- I. Kompetensi yang ingin dicapai : Siswa mengerti dan mampu mengikuti bimbingan kelompok dengan teknik *psikodrama*
- J. Tujuan Layanan :
 - 1. *Understanding* (pemahaman baru)
 - a. Anggota kelompok dapat memahami topik yang dibahas
 - 2. *Comfortable* (sikap positif)
 - a. Anggota kelompok dapat mengemukakan pendapat
 - b. Anggota kelompok dapat saling memberikan *feedback* pada masing-masing anggota kelompok lain
 - 3. *Action* (Unjuk kerja/ rencana kegiatan)
 - a. Anggota kelompok dapat mengaplikasikan topik yang dibahas dalam pertemuan selanjutnya
- K. Uraian Kegiatan :
 - 1. Tahap I : Pembentukan
 - a. Membuka pertemuan dengan mengucapkan salam dan terima kasih
 - b. Perkenalan anggota kelompok dengan permainan agar terbentuk dinamika kelompok
 - c. Menjelaskan pengertian dan tujuan diadakannya bimbingan kelompok
 - d. Menjelaskan cara pelaksanaan bimbingan kelompok
 - e. Menjelaskan asas-asas yang ada dalam bimbingan kelompok
 - f. Menanyakan kepada anggota apakah ada pertanyaan mengenai penjelasan bimbingan kelompok
 - g. Mengadakan kontrak tentang kesepakatan waktu
 - 2. Tahap II : Peralihan
 - a. Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya
 - b. Mengamati apakah siswa atau anggota kelompok sudah siap mengikuti kegiatan bimbingan kelompok selanjutnya
 - 3. Tahap III : Kegiatan
 - a. Praktikan memberikan topik tugas kepada anggota kelompok
 - b. Praktikan memutar video tentang psikodrama
 - c. Masing-masing anggota kelompok diminta menyampaikan pendapatnya terhadap topik yang telah diberikan oleh praktikan

4. Tahap IV : Pengakhiran

- a. Pimpinan kelompok menyampaikan kesimpulan terhadap topik permasalahan yang telah dibahas
- b. Pimpinan kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri
- c. Pimpinan kelompok memberikan kesempatan pada masing-masing anggota kelompok untuk menyampaikan pesan dan kesan
- d. Membahas kegiatan lanjutan atau pertemuan lanjutan
- e. Praktikan mengucapkan salam dan terima kasih kepada anggota kelompok

L. Materi kegiatan : (Terlampir)

M. Metode : Diskusi dan tanya jawab

N. Alat dan perlengkapan yang digunakan : Buku dan Alat tulis

O. Evaluasi :

a. Evaluasi Proses :

1. Evaluasi dilakukan dengan mengamati siswa terhadap keefektifan dan kesungguhan siswa mengikuti bimbingan kelompok.
2. Memberikan pertanyaan kepada siswa

b. Evaluasi Hasil :

Penilaian penguasaan materi dilakukan dengan menggunakan laseg (penilaian segera) lisan dan tertulis yang meliputi pemahaman baru, dan rencana kegiatan pasca layanan.

c. Tindak Lanjut :

Memberikan layanan lanjutan jika diperlukan

Magelang, 18 Oktober 2016

Praktikan

Ita Dwi Ambarwati

NPM 12.0301.0043

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *PSIKODRAMA*

Pertemuan 2

- A. Topik : Rokok dan Merokok
- B. Bidang Bimbingan : Bimbingan pribadi dan sosial
- C. Jenis Layanan : Bimbingan Kelompok
- D. Fungsi Layanan : Pemahaman diri siswa
- E. Sasaran Layanan : 10 siswa kelas VIII F
- F. Waktu Pelaksanaan : 80 menit
- G. Tempat Pelaksanaan : Ruang kelas VIII F
- H. Hari/Tanggal : Kamis, 20 Oktober 2016
- I. Kompetensi yang ingin dicapai : Siswa memiliki pengalaman *psikodrama* untuk meningkatkan pemahaman siswa tentang bahaya rokok
- J. Tujuan Layanan :
 - 1. *Understanding* (pemahaman baru)
 - a. Anggota kelompok dapat memahami topik yang dibahas
 - 2. *Comfortable* (sikap positif)
 - a. Anggota kelompok dapat mengemukakan pendapat
 - b. Anggota kelompok dapat saling memberikan *feedback* pada masing-masing anggota kelompok lain
 - 3. *Action* (Unjuk kerja/ rencana kegiatan)
 - a. Anggota kelompok dapat mengaplikasikan topik yang dibahas dalam pertemuan selanjutnya
- K. Uraian Kegiatan :
 - 1. Tahap I : Pembentukan
 - a. Membuka pertemuan dengan mengucapkan salam dan terima kasih
 - b. Perkenalan anggota kelompok dengan permainan agar terbentuk dinamika kelompok
 - c. Menjelaskan pengertian dan tujuan diadakannya bimbingan kelompok
 - d. Menjelaskan cara pelaksanaan bimbingan kelompok
 - e. Menjelaskan asas-asas yang ada dalam bimbingan kelompok
 - f. Menanyakan kepada anggota apakah ada pertanyaan mengenai penjelasan bimbingan kelompok
 - g. Mengadakan kontrak tentang kesepakatan waktu

2. Tahap II : Peralihan
 - a. Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya
 - b. Mengamati apakah siswa atau anggota kelompok sudah siap mengikuti kegiatan bimbingan kelompok selanjutnya
 3. Tahap III : Kegiatan
 - a. Praktikan memberikan topik tugas kepada anggota kelompok
 - b. Masing-masing anggota kelompok diminta menyampaikan pendapatnya terhadap topik yang telah diberikan oleh praktikan
 - c. Setelah paham tentang topik yang sudah dibahas siswa diminta memainkan drama tentang “persahabatan tanpa rokok”
 - d. Evaluasi mengenai drama yang telah dimainkan anggota kelompok
 4. Tahap IV : Pengakhiran
 - a. Pimpinan kelompok menyampaikan kesimpulan terhadap topik permasalahan yang telah dibahas
 - b. Pimpinan kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri
 - c. Pimpinan kelompok memberikan kesempatan pada masing-masing anggota kelompok untuk menyampaikan pesan dan kesan
 - d. Membahas kegiatan lanjutan atau pertemuan lanjutan
 - e. Praktikan mengucapkan salam dan terima kasih kepada anggota kelompok
- L. Materi kegiatan : (Terlampir)
- M. Metode : Diskusi, tanya jawab dan drama
- N. Alat dan perlengkapan yang digunakan : Buku, alat tulis, naskah drama dan sampel rokok
- O. Evaluasi :
- a. Evaluasi Proses :
 1. Dilakukan pengamatan terhadap keseriusan dan kesungguhan siswa dalam proses bimbingan kelompok dan proses drama berlangsung.
 2. Memberikan pertanyaan kepada siswa
 - b. Evaluasi Hasil :

Penilaian penguasaan materi dilakukan dengan menggunakan laseg (penilaian segera) lisan dan tertulis yang meliputi pemahaman baru, dan rencana kegiatan pasca layanan.
 - c. Tindak Lanjut :

Memberikan layanan lanjutan jika diperlukan

Magelang, 20 Oktober 2016

Praktikan

Ita Dwi Ambarwati

NPM 12.0301.0043

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *PSIKODRAMA*

Pertemuan 3

- | | |
|-----------------------|--------------------------------|
| A. Topik | : Kandungan didalam rokok |
| B. Bidang Bimbingan | : Bimbingan pribadi dan sosial |
| C. Jenis Layanan | : Bimbingan Kelompok |
| D. Fungsi Layanan | : Pemahaman diri siswa |
| E. Sasaran Layanan | : 10 siswa kelas VIII F |
| F. Waktu Pelaksanaan | : 80 menit |
| G. Tempat Pelaksanaan | : Ruang kelas VIII F |
| H. Hari/Tanggal | : Sabtu, 22 Oktober 2016 |
- I. Kompetensi yang ingin dicapai : Agar siswa mengerti akan kandungan rokok yang berbahaya untuk diri sendiri dan lingkungan, dengan *psikodrama* siswa mendalami secara langsung melalui bermain peran
- J. Tujuan Layanan :
1. *Understanding* (pemahaman baru)
 - a. Anggota kelompok dapat memahami topik yang dibahas
 2. *Comfortable* (sikap positif)
 - a. Anggota kelompok dapat mengemukakan pendapat
 - b. Anggota kelompok dapat saling memberikan *feedback* pada masing-masing anggota kelompok lain
 3. *Action* (Unjuk kerja/ rencana kegiatan)
 - a. Anggota kelompok dapat mengaplikasikan topik yang dibahas dalam pertemuan selanjutnya
- K. Uraian Kegiatan :
1. Tahap I : Pembentukan

- a. Membuka pertemuan dengan mengucapkan salam dan terima kasih
 - b. Perkenalan anggota kelompok dengan permainan agar terbentuk dinamika kelompok
 - c. Menjelaskan pengertian dan tujuan diadakannya bimbingan kelompok
 - d. Menjelaskan cara pelaksanaan bimbingan kelompok
 - e. Menjelaskan asas-asas yang ada dalam bimbingan kelompok
 - f. Menanyakan kepada anggota apakah ada pertanyaan mengenai penjelasan bimbingan kelompok
 - g. Mengadakan kontrak tentang kesepakatan waktu
 - h. Melakukan ice breaking (permainan)
2. Tahap II : Peralihan
- a. Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya
 - b. Mengamati apakah siswa atau anggota kelompok sudah siap mengikuti kegiatan bimbingan kelompok selanjutnya
3. Tahap III : Kegiatan
- a. Praktikan memberikan topik tugas kepada anggota kelompok
 - b. Menjelaskan kandungan-kandungan didalam rokok yang membahayakan
 - d. Masing-masing anggota kelompok diminta menyampaikan pendapatnya terhadap topik yang telah diberikan oleh praktikan
 - e. Setelah paham tentang topik yang sudah dibahas siswa diminta memainkan drama tentang “persahabatan tanpa rokok”
 - f. Evaluasi mengenai drama yang telah dimainkan anggota kelompok
4. Tahap IV : Pengakhiran
- a. Pimpinan kelompok menyampaikan kesimpulan terhadap topik permasalahan yang telah dibahas

- b. Pimpinan kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri
- c. Pimpinan kelompok memberikan kesempatan pada masing-masing anggota kelompok untuk menyampaikan pesan dan kesan
- d. Membahas kegiatan lanjutan atau pertemuan lanjutan
- e. Praktikan mengucapkan salam dan terima kasih kepada anggota kelompok

L. Materi kegiatan : (Terlampir)

M. Metode : Diskusi, tanya jawab dan drama

N. Alat dan perlengkapan yang digunakan : Buku, alat tulis, naskah drama dan sampel rokok

O. Evaluasi :

a. Evaluasi Proses :

- 1. Melakukan observasi pada saat kegiatan berlangsung
- 2. Memberi pertanyaan kepada siswa

b. Evaluasi Hasil :

Penilaian penguasaan materi dilakukan dengan menggunakan laiseg (penilaian segera) lisan dan tertulis yang meliputi pemahaman baru, dan rencana kegiatan pasca layanan.

c. Tindak Lanjut :

Memberikan layanan lanjutan jika diperlukan

Magelang, 22 Oktober 2016

Praktikan

Ita Dwi Ambarwati

NPM 12.0301,0043

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *PSIKODRAMA*

Pertemuan 4

- A. Topik : Terpengaruh Merokok
- B. Bidang Bimbingan : Bimbingan pribadi dan sosial
- C. Jenis Layanan : Bimbingan Kelompok
- D. Fungsi Layanan : Pemahaman diri siswa
- E. Sasaran Layanan : 10 siswa kelas VIII F
- F. Waktu Pelaksanaan : 80 menit
- G. Tempat Pelaksanaan : Ruang kelas VIII F
- H. Hari/Tanggal : Rabu, 26 Oktober 2016
- I. Kompetensi yang ingin dicapai : Agar siswa mampu memahami bahaya ketergantungan merokok dalam jangka panjang, dan siswa mengerti pengaruh merokok terhadap dirinya dengan melatih siswa bermain peran secara langsung.
- J. Tujuan Layanan :
 - 1. *Understanding* (pemahaman baru)
 - a. Anggota kelompok dapat memahami topik yang dibahas
 - 2. *Comfortable* (sikap positif)
 - a. Anggota kelompok dapat mengemukakan pendapat
 - b. Anggota kelompok dapat saling memberikan *feedback* pada masing-masing anggota kelompok lain
 - 3. *Action* (Unjuk kerja/ rencana kegiatan)
 - a. Anggota kelompok dapat mengaplikasikan topik yang dibahas dalam pertemuan selanjutnya
- K. Uraian Kegiatan :
- 1. Tahap I : Pembentukan

- a. Membuka pertemuan dengan mengucapkan salam dan terima kasih
 - b. Perkenalan anggota kelompok dengan permainan agar terbentuk dinamika kelompok
 - c. Menjelaskan pengertian dan tujuan diadakannya bimbingan kelompok
 - d. Menjelaskan cara pelaksanaan bimbingan kelompok
 - e. Menjelaskan asas-asas yang ada dalam bimbingan kelompok
 - f. Menanyakan kepada anggota apakah ada pertanyaan mengenai penjelasan bimbingan kelompok
 - g. Mengadakan kontrak tentang kesepakatan waktu
 - h. Melakukan ice breaking (permainan)
2. Tahap II : Peralihan
- a. Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya
 - b. Mengamati apakah siswa atau anggota kelompok sudah siap mengikuti kegiatan bimbingan kelompok selanjutnya
3. Tahap III : Kegiatan
- a. Praktikan memberikan topik tugas kepada anggota kelompok
 - b. Menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang merokok
 - c. Masing-masing anggota kelompok diminta menyampaikan pendapatnya terhadap topik yang telah diberikan oleh praktikan
 - d. Setelah paham tentang topik yang sudah dibahas siswa diminta memainkan drama tentang “pengaruh merokok hingga sukar melepas rokok”
 - e. Evaluasi mengenai drama yang telah dimainkan anggota kelompok
4. Tahap IV : Pengakhiran
- a. Pimpinan kelompok menyampaikan kesimpulan terhadap topik permasalahan yang telah dibahas

- b. Pimpinan kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri
- c. Pimpinan kelompok memberikan kesempatan pada masing-masing anggota kelompok untuk menyampaikan pesan dan kesan
- d. Membahas kegiatan lanjutan atau pertemuan lanjutan
- e. Praktikan mengucapkan salam dan terima kasih kepada anggota kelompok

L. Materi kegiatan : (Terlampir)

M. Metode : Diskusi, tanya jawab dan drama

N. Alat dan perlengkapan yang digunakan : Buku, alat tulis, naskah drama dan sampel rokok

O. Evaluasi

a. Evaluasi Proses :

1. Melakukan pengamatan terhadap keefektifan, kesungguhan, kesukarelaan, dan ketertarikan siswa pada topik.
2. Memberi pertanyaan kepada siswa

b. Evaluasi Hasil :

Penilaian penguasaan materi dilakukan dengan menggunakan laiseg (penilaian segera) lisan dan tertulis yang meliputi pemahaman baru, dan rencana kegiatan pasca layanan.

c. Tindak Lanjut :

Memberikan layanan lanjutan jika diperlukan

Magelang, 26 Oktober 2016

Praktikan

Ita Dwi Ambarwati

NPM 12.0301.0043

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK
DENGAN TEKNIK *PSIKODRAMA*

Pertemuan 5

- A. Topik : No Smoking !!
- B. Bidang Bimbingan : Bimbingan pribadi
- C. Jenis Layanan : Bimbingan Kelompok
- D. Fungsi Layanan : Pemahaman diri siswa
- E. Sasaran Layanan : 10 siswa kelas VIII F
- F. Waktu Pelaksanaan : 80 menit
- G. Tempat Pelaksanaan : Ruang kelas VIII F
- H. Hari/Tanggal : Senin, 31 Oktober 2016
- I. Kompetensi yang ingin dicapai : Agar siswa mengerti akan bahaya merokok bagi perokok aktif dan lebih berbahaya pada perokok pasif.
- J. Tujuan Layanan :
1. *Understanding* (pemahaman baru)
 - a. Anggota kelompok dapat memahami topik yang dibahas
 2. *Confortable* (sikap positif)
 - a. Anggota kelompok dapat mengemukakan pendapat
 - b. Anggota kelompok dapat saling memberikan *feedback* pada masing-masing anggota kelompok lain
 3. *Action* (Unjuk kerja/ rencana kegiatan)
 - a. Anggota kelompok dapat mengaplikasikan topik yang dibahas dalam pertemuan selanjutnya
- K. Uraian Kegiatan :
1. Tahap I : Pembentukan

- a. Membuka pertemuan dengan mengucapkan salam dan terima kasih
 - b. Perkenalan anggota kelompok dengan permainan agar terbentuk dinamika kelompok
 - c. Menjelaskan pengertian dan tujuan diadakannya bimbingan kelompok
 - d. Menjelaskan cara pelaksanaan bimbingan kelompok
 - e. Menjelaskan asas-asas yang ada dalam bimbingan kelompok
 - f. Menanyakan kepada anggota apakah ada pertanyaan mengenai penjelasan bimbingan kelompok
 - g. Mengadakan kontrak tentang kesepakatan waktu
 - h. Melakukan ice breaking (permainan)
2. Tahap II : Peralihan
- a. Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya
 - b. Mengamati apakah siswa atau anggota kelompok sudah siap mengikuti kegiatan bimbingan kelompok selanjutnya
3. Tahap III : Kegiatan
- a. Praktikan memberikan topik tugas kepada anggota kelompok
 - b. Menjelaskan bahaya merokok bagi perokok aktif dan perokok pasif
 - c. Masing-masing anggota kelompok diminta menyampaikan pendapatnya terhadap topik yang telah diberikan oleh praktikan
 - d. Praktikan memutar video tentang bahaya merokok
 - e. Setelah paham tentang topik yang sudah dibahas siswa diminta memainkan drama tentang “No Smoking !!”
 - f. Evaluasi mengenai drama yang telah dimainkan anggota kelompok
4. Tahap IV : Pengakhiran

- a. Pimpinan kelompok menyampaikan kesimpulan terhadap topik permasalahan yang telah dibahas
- b. Pimpinan kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri
- c. Pimpinan kelompok memberikan kesempatan pada masing-masing anggota kelompok untuk menyampaikan pesan dan kesan
- d. Membahas kegiatan lanjutan atau pertemuan lanjutan
- e. Praktikan mengucapkan salam dan terima kasih kepada anggota kelompok

L. Materi kegiatan : (Terlampir)

M. Metode : Diskusi, tanya jawab dan drama

N. Alat dan perlengkapan yang digunakan : Buku, alat tulis, naskah drama dan sampel rokok

O. Evaluasi

- a. Evaluasi Proses :
 - 1. Melakukan observasi pada saat kegiatan berlangsung
 - 2. Memberi pertanyaan kepada siswa
- b. Evaluasi Hasil :

Penilaian penguasaan materi dilakukan dengan menggunakan laiseg (penilaian segera) lisan dan tertulis yang meliputi pemahaman baru, dan rencana kegiatan pasca layanan.
- c. Tindak Lanjut :

Memberikan layanan lanjutan jika diperlukan

Magelang, 31 Oktober 2016

Mengetahui,

Praktikan

Ita Dwi Ambarwati

NPM 12.0301.0043

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *PSIKODRAMA*

Pertemuan 6

- | | |
|---|--|
| A. Topik | : Rugi Besar Akibat Merokok |
| B. Bidang Bimbingan | : Bimbingan pribadi |
| C. Jenis Layanan | : Bimbingan Kelompok |
| D. Fungsi Layanan | : Pemahaman diri siswa |
| E. Sasaran Layanan | : 10 siswa kelas VIII F |
| F. Waktu pelaksanaan | : 80 menit |
| G. Tempat Pelaksanaan | : Ruang kelas VIII F |
| H. Hari/Tanggal | : Kamis, 3 November 2016 |
| I. Kompetensi yang ingin dicapai | : Siswa mengetahui akibat merokok yang banyak merugikan dirinya dan lingkungannya. |
| J. Tujuan Layanan | : |
| 1. <i>Understanding</i> (pemahaman baru) <ul style="list-style-type: none"> a. Anggota kelompok dapat memahami topik yang dibahas | |
| 2. <i>Comfortable</i> (sikap positif) <ul style="list-style-type: none"> a. Anggota kelompok dapat mengemukakan pendapat b. Anggota kelompok dapat saling memberikan <i>feedback</i> pada masing-masing anggota kelompok lain | |
| 3. <i>Action</i> (Unjuk kerja/ rencana kegiatan) <ul style="list-style-type: none"> a. Anggota kelompok dapat mengaplikasikan topik yang dibahas dalam pertemuan selanjutnya | |
| K. Uraian Kegiatan | : |
| 1. Tahap I : Pembentukan | |

- a. Membuka pertemuan dengan mengucapkan salam dan terima kasih
 - b. Praktikan menjelaskan maksud dan tujuan diadakannya bimbingan kelompok
 - c. Menjelaskan cara pelaksanaan bimbingan kelompok
 - d. Menjelaskan asas-asas yang ada dalam bimbingan kelompok
 - e. Menanyakan kepada anggota apakah ada pertanyaan mengenai penjelasan bimbingan kelompok
 - f. Mengadakan kontrak tentang kesepakatan waktu
 - g. Melakukan ice breaking (permainan)
2. Tahap II : Peralihan
- a. Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya
 - b. Mengamati apakah siswa atau anggota kelompok sudah siap mengikuti kegiatan bimbingan kelompok selanjutnya
3. Tahap III : Kegiatan
- a. Praktikan memberikan topik tugas kepada anggota kelompok
 - b. Menjelaskan bahaya merokok bagi kesehatan, lingkungan dan ekonomi
 - c. Masing-masing anggota kelompok diminta menyampaikan pendapatnya terhadap topik yang telah diberikan oleh praktikan
 - d. Setelah paham tentang topik yang sudah dibahas siswa diminta memainkan drama tentang “Rugi Besar Akibat Merokok”
 - e. Evaluasi mengenai drama yang telah dimainkan anggota kelompok
4. Tahap IV : Pengakhiran
- a. Pimpinan kelompok menyampaikan kesimpulan terhadap topik permasalahan yang telah dibahas
 - b. Pimpinan kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri

- c. Pimpinan kelompok memberikan kesempatan pada masing-masing anggota kelompok untuk menyampaikan pesan dan kesan
- d. Membahas kegiatan lanjutan atau pertemuan lanjutan
- e. Praktikan mengucapkan salam dan terima kasih kepada anggota kelompok

L. Materi kegiatan : (Terlampir)

M. Metode : Diskusi, tanya jawab dan drama

N. Alat dan perlengkapan yang digunakan : Buku, alat tulis, naskah drama dan sampel rokok

O. Evaluasi

a. Evaluasi Proses :

- 1. Pengamatan terhadap keefektifan, kesungguhan, kesukarelaan, dan ketertarikan siswa pada topik
- 2. Memberi pertanyaan kepada siswa

b. Evaluasi Hasil :

Penilaian penguasaan materi dilakukan dengan menggunakan laseg (penilaian segera) lisan dan tertulis yang meliputi pemahaman baru, dan rencana kegiatan pasca layanan.

c. Tindak Lanjut :

Memberikan layanan lanjutan jika diperlukan

Magelang, 3 November 2016

Mengetahui,

Praktikan

Ita Dwi Ambarwati

NPM 12.0301.0043

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *PSIKODRAMA*

Pertemuan 7

- A. Topik : Penyakit mematikan karena rokok
- B. Bidang Bimbingan : Bimbingan pribadi dan sosial
- C. Jenis Layanan : Bimbingan Kelompok
- D. Fungsi Layanan : Pemahaman diri siswa
- E. Sasaran Layanan : 10 siswa kelas VIII F
- F. Waktu Pelaksanaan : 80 menit
- G. Tempat Pelaksanaan : Ruang kelas VIII F
- H. Hari/Tanggal : Senin, 7 November 2016
- I. Kompetensi yang ingin dicapai : Melatih siswa untuk melindungi dirinya sendiri dari resiko yang mengancam dirinya.
- J. Tujuan Layanan :
1. *Understanding* (pemahaman baru)
 - a. Anggota kelompok dapat memahami topik yang dibahas
 2. *Confortable* (sikap positif)
 - a. Anggota kelompok dapat mengemukakan pendapat
 - b. Anggota kelompok dapat saling memberikan *feedback* pada masing-masing anggota kelompok lain
 3. *Action* (Unjuk kerja/ rencana kegiatan)
 - a. Anggota kelompok dapat mengaplikasikan topik yang dibahas dalam pertemuan selanjutnya
- K. Uraian Kegiatan :
1. Tahap I : Pembentukan

- a. Membuka pertemuan dengan mengucapkan salam dan terima kasih
 - b. Praktikan menjelaskan maksud dan tujuan diadakannya bimbingan kelompok
 - c. Menjelaskan cara pelaksanaan bimbingan kelompok
 - d. Menjelaskan asas-asas yang ada dalam bimbingan kelompok
 - e. Menanyakan kepada anggota apakah ada pertanyaan mengenai penjelasan bimbingan kelompok
 - f. Mengadakan kontrak tentang kesepakatan waktu
 - g. Melakukan ice breaking (permainan)
2. Tahap II : Peralihan
- a. Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya
 - b. Mengamati apakah siswa atau anggota kelompok sudah siap mengikuti kegiatan bimbingan kelompok selanjutnya
3. Tahap III : Kegiatan
- a. Praktikan memberikan topik tugas kepada anggota kelompok
 - b. Menjelaskan penyakit mematikan yang dikarenakan rokok
 - c. Masing-masing anggota kelompok diminta menyampaikan pendapatnya terhadap topik yang telah diberikan oleh praktikan
 - d. Setelah paham tentang topik yang sudah dibahas siswa diminta memainkan drama dengan tema "Menghisap Nyawa"
 - e. Evaluasi mengenai drama yang telah dimainkan anggota kelompok
4. Tahap IV : Pengakhiran
- a. Pimpinan kelompok menyampaikan kesimpulan terhadap topik permasalahan yang telah dibahas
 - b. Pimpinan kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri

- c. Pimpinan kelompok memberikan kesempatan pada masing-masing anggota kelompok untuk menyampaikan pesan dan kesan
- d. Membahas kegiatan lanjutan atau pertemuan lanjutan
- e. Praktikan mengucapkan salam dan terima kasih kepada anggota kelompok

L. Materi kegiatan : (Terlampir)

M. Metode : Diskusi, tanya jawab dan drama

N. Alat dan perlengkapan : Buku, alat tulis, naskah drama dan sampel rokok

O. Evaluasi

- a. Evaluasi Proses :
 - 1. Pengamatan terhadap keefektifan, kesungguhan, kesukarelaan, dan ketertarikan siswa pada topik
 - 2. Memberi pertanyaan kepada siswa
- b. Evaluasi Hasil :

Penilaian penguasaan materi dilakukan dengan menggunakan laseg (penilaian segera) lisan dan tertulis yang meliputi pemahaman baru, dan rencana kegiatan pasca layanan.
- c. Tindak Lanjut :

Memberikan layanan lanjutan jika diperlukan

Magelang, 7 November 2016

Mengetahui,
Praktikan

Ita Dwi Ambarwati
NPM 12.0301.0043

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *PSIKODRAMA*

Pertemuan 8

- A. Topik : Evaluasi bimbingan kelompok
- B. Bidang Bimbingan : Bimbingan pribadi
- C. Jenis Layanan : Bimbingan Kelompok
- D. Fungsi Layanan : Pemahaman diri siswa
- E. Sasaran Layanan : 10 siswa kelas VIII F
- F. Waktu Pelaksanaan : 45 menit
- G. Tempat Pelaksanaan : Ruang Kelas VIII F
- H. Hari/Tanggal : Selasa, 8 November 2016
- I. Kompetensi yang ingin dicapai : Siswa dapat mengerti dan memahami bimbingan kelompok yang telah dilaksanakan
- J. Tujuan Layanan :
 - 1. *Understanding* (pemahaman baru)
 - a. Anggota kelompok dapat memahami topik yang dibahas
 - 2. *Comfortable* (sikap positif)
 - a. Anggota kelompok dapat mengemukakan pendapat
 - b. Anggota kelompok dapat saling memberikan *feedback* pada masing-masing anggota kelompok lain
 - 3. *Action* (Unjuk kerja/ rencana kegiatan)
 - a. Anggota kelompok dapat mengaplikasikan topik yang dibahas dalam pertemuan selanjutnya
- K. Uraian Kegiatan :
 - 1. Tahap I : Pembentukan
 - a. Pemimpin kelompok mengucapkan salam dan ucapan terimakasih atas kehadiran dan kesediaan anggota kelompok.
 - b. Pemimpin kelompok memimpin doa bersama
 - c. Menyampaikan maksud dan tujuan bimbingan kelompok
 - d. Melakukan game untuk meningkatkan dinamika kelompok
 - 2. Tahap II : Peralihan
 - a. Menanyakan kesehatan fisik / psikis anggota kelompok
 - b. Menjelaskan aturan/ tata cara bimbingan kelompok
 - c. Menegaskan janji bimbingan kelompok pada anggota kelompok
 - 3. Tahap III : Kegiatan
 - a. Pemimpin kelompok menyampaikan topik yang akan dibahas
 - b. Melakukan pembahasan tentang topik.
 - c. Mengisi blangko siswa

4. Tahap IV : Pengakhiran

- a. Pimpinan kelompok menyampaikan kesimpulan terhadap topik yang telah dibahas.
- b. Pimpinan kelompok memberikan kesempatan pada masing-masing anggota kelompok untuk menyampaikan pesan dan kesan.
- c. Membahas kegiatan selanjutnya, dan do'a

L. Materi kegiatan : (Terlampir)

M. Alat dan perlengkapan yang digunakan : Kertas dan Bolfoin

N. Rencana Penilaian :

- a. Penilaian Proses : Mengamati keaktifan dan kesungguhannya siswa dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok.
- b. Penilaian Hasil : Mengamati perubahan pemahaman mengenai topik yang dibahas
- c. Tindak Lanjut : Memberikan layanan lanjutan jika diperlukan

Magelang, 8 November 2016

Mengetahui,

Praktikan

Ita Dwi Ambarwati
NPM 12.0301.0043

HASIL PELAKSANAAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *PSIKODRAMA*

Pertemuan 1

- B.** Jenis Layanan : Bimbingan kelompok
- C.** Hari/tanggal : Selasa, 18 Oktober 2016
- D.** Waktu : Jam 01.15 s.d selesai
- E.** Tempat Penyelenggaraan : SMP N 10 Magelang
- F.** Penyelenggara Layanan : Ita Dwi Ambarwati
- G.** Anggota Kelompok : 1. HNI
2. JL
3. EVT
4. JKS
5. AMD
6. STA
7. DVD
8. ALA
9. NNI
10. AAK
- H.** Topik : Tugas
- I.** Deskripsi hasil pelaksanaan kegiatan :
1. Pembentukan
 - a. Menerima secara terbuka, mengucapkan selamat datang dan terimakasih kepada anggota kelompok.
 - b. Mempersilahkan anggota kelompok untuk berdoa
 - c. Perkenalan menggunakan permainan merangkai nama, siswa diwajibkan menyebutkan nama dan warna favorit selanjutnya teman sebelahnya melanjutkan permainan dengan menyebut warna favorit temannya dan diikuti namanya dan warna favoritnya dan seterusnya, sehingga setiap anak harus mengingat warna favorit temannya jika ada yang salah akan siap menerima hukuman dari teman-temannya. Tujuan permainan ini agar dinamika kelompok dapat terbentuk dan siswa berkonsentrasi sebelum masuk ke tahap sebelumnya.
 - d. Menjelaskan pengertian Bimbingan Kelompok. Bimbingan kelompok adalah layanan pemberian bantuan dengan melibatkan siswa lebih dari 2-8 orang untuk membahas masalah yang sedang hangat dibicarakan.

- e. Menjelaskan cara pelaksanaan Bimbingan Kelompok. Apabila ada yang ingin mengutarakan pendapat dapat mengangkat tangan secara sukarela atau dapat ditunjuk oleh guru pembimbing.
 - f. Menjelaskan asas-asas bimbingan kelompok (asas kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan, janji anggota kelompok)
 - g. Melakukan Ice Breaking (permainan)
2. Peralihan
- a. Menjelaskan kembali kegiatan Bimbingan kelompok
 - b. Menanyakan kesiapan anggota untuk melanjutkan ke tahap selanjutnya.
 - c. Menegaskan perjanjian agar menjaga rahasia apa yang nantinya akan dibicarakan oleh para anggota kelompok.
3. Kegiatan
- a. Pembahasan topik tugas yaitu, Bimbingan kelompok teknik psikodrama dan merencanakan kontrak waktu
 - b. Pemimpin kelompok memberikan kesempatan kepada setiap anggota kelompok untuk menyampaikan pendapatnya
 - c. Isi bahasan
 - 2) DVD : pernah mengikuti bimbingan kelompok jadi sedikit mengerti bagaimana bimbingan kelompok itu dilaksanakan
 - 3) JKS : psikodrama itu bermain drama
 - 4) NNI : bimbingan kelompok merupakan diskusi antar anggota kelompok
 - 5) AAK : bimbingan kelompok adalah diskusi dengan tema tertentu, dan psikodrama yaitu bermain drama yang dimainkan sesuai tema.
 - d. Pemimpin kelompok menjelaskan Bimbingan adalah proses pemberian bantuan kepada seseorang dalam proses konseling agar individu dapat mencapai perkembangan hidupnya atau beraktualisasi dengan baik. Sedangkan Kelompok adalah seseorang yang terdiri dari dua atau lebih anggotayang memiliki tujuan yang sama. Jadi Bimbingan Kelompok adalah salah satu teknik bimbingan yang berusaha membantu individu agar mencapai perkembangannya secara optimal.
 - e. Menjelaskan pengertian psikodrama adalah memecahkan masalah dengan bermain peran. Tujuan psikodrama untuk membangun konseling mengatasi masalah-masalah dengan cara bermain peran agar siswa mampu mengeksplorasi dirinya.
 - f. Siswa mengemukakan perlunya bimbingan kelompok teknik psikodrama dalam pemahaman bahaya merokok antara lain :

- 1) Untuk membahas topik yang ada di kehidupan sehari-hari dan setiap orang mengenal rokok
 - 2) Untuk memudahkan pemahaman bahaya merokok dengan mempraktikkan langsung dengan bermain drama
4. Pengakhiran
- a. Menjelaskan kepada anggota kelompok bahwa kegiatan Bimbingan kelompok telah selesai/berakhir
 - b. Mempersilahkan anggota kelompok untuk menyampaikan pesan dan kesan
 - c. Merencanakan pertemuan selanjutnya yaitu dengan kontrak waktu.
- J. Komitmen
1. Menjaga rahasia apa yang telah di diskusikan bersama
 2. Saling terbuka dan sukarela mengemukakan pendapat dan saran
- K. Evaluasi (Penilaian)
1. Penilaian Proses
Siswa bersemangat dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok, saat dijelaskan terkait topik siswa aktif mengeluarkan pendapat, ketika ice breaking siswa lebih semangat dalam permainan hingga terbangun dinamika kelompok.
 2. Penilaian Hasil
Siswa mengetahui apa itu bimbingan kelompok, teknik psikodrama dan bahaya merokok.
- L. Kesan dan pesan
- a. Kesan :
 1. Dapat menambah pengetahuan dan wawasan
 2. Saling berbagi pengalaman
 - b. Pesan : melakukan bimbingan kelompok lagi agar lebih banyak informasi dan pengalaman yang didapat
 - c. Catatan khusus : anggota yang masih merasa membutuhkan layanan lanjutan dapat ditawarkan konseling individu

Mengetahui,
Guru Pembimbing

Magelang, 18 Oktober 2016
Praktikan

Lilik Sunaryati, S.Pd
NIP 196107041986022006

Ita Dwi Ambarwati
NPM 12.0301.0043

HASIL PELAKSANAAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *PSIKODRAMA*

Pertemuan 2

- | | |
|--|--|
| A. Jenis Layanan | : Bimbingan kelompok |
| B. Hari/tanggal | : Kamis, 20 Oktober 2016 |
| C. Waktu | : Jam 01.45 s.d selesai |
| D. Tempat Penyelenggaraan | : SMP N 10 Magelang |
| E. Penyelenggara layanan | : Ita Dwi Ambarwati |
| F. Anggota Kelompok | : 1. STA
2. JL
3. EVT
4. JKS
5. AMD
6. HNI
7. AAK
8. DVD
9. ALA
10. NNI |
| G. Topik | : Tugas |
| H. Tahap kegiatan | |
| 1. Pembentukan | |
| a. Menerima secara terbuka, mengucapkan selamat datang dan terimakasih kepada anggota kelompok. | |
| b. Mempersilahkan anggota kelompok untuk berdoa | |
| c. Perkenalan antar anggota kelompok dan pemimpin kelompok | |
| d. Menjelaskan pengertian Bimbingan Kelompok. Bimbingan Kelompok adalah salah satu teknik bimbingan yang melibatkan 8-15 orang untuk membantu individu agar mencapai perkembangannya secara optimal. | |
| e. Menjelaskan cara pelaksanaan Bimbingan Kelompok. Apabila ada yang ingin mengutarakan pendapat dapat mengangkat tangan secara sukarela atau dapat ditunjuk oleh guru pembimbing. | |
| f. Menjelaskan asas-asas bimbingan kelompok (asas kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan, janji anggota kelompok) | |
| g. Melakukan game untuk meningkatkan dinamika kelompok | |
| 2. Peralihan | |
| a. Menjelaskan kembali kegiatan Bimbingan kelompok | |

- b. Menanyakan kesiapan anggota untuk melanjutkan ke tahap selanjutnya.
- c. Menegaskan perjanjian agar menjaga rahasia apa yang nantinya akan dibicarakan oleh para anggota kelompok.

3. Kegiatan

- a. Pembahasan topik tugas yaitu, rokok dan merokok.
- b. Pemimpin kelompok menanyakan kepada siswa apa yang siswa tahu tentang rokok, dan siapa yang sudah pernah merokok.
- c. Isi bahasan :
 - 1. AMD : rokok itu terbuat dari tembakau yang dilinting dan di hisap menggunakan mulut
 - 2. JL : rokok berbahaya buat kesehatan dan asap rokok juga sangat mengganggu pernapasan
 - 3. DVD : dulu saya pernah merokok tapi sekarang sudah tidak karena dulu diajak teman untuk merokok
 - 4. HNI : rokok membuat ketagihan sampai sekarang saya tidak bisa tidak merokok
 - 5. JKS : saya juga merokok tp kadang-kadang kalo sedang punya uang
 - 6. STA : rokok mengandung zat berbahaya yang sangat membahayakan kesehatan dan orang disekitar perokok
- d. Pemimpin kelompok menyimpulkan pendapat anggota kelompok bahwa pengertian rokok adalah hasil olahan daun tembakau terbungkus dan melinting kemudian dihisap dengan mulut dan dikeluarkan asapnya, rokok yang terbuat dari daun cerutu atau bahan lainnya yang dihasilkan dari tanaman *Nicotiana Tabacum*, *Nicotiana Rusticadan*, rokok mengandung bahan berbahaya yaitu nikotin dan tar.
- e. Pemimpin kelompok memberi intruksi drama yang akan dimainkan dan membagi anggota kelompok untuk perannya masing-masing

4. Pengakhiran

- a. Menjelaskan kepada anggota kelompok bahwa kegiatan Bimbingan kelompok telah selesai/berakhir
- b. Mempersilahkan anggota kelompok untuk menyampaikan pesan dan kesan
- c. Merencanakan pertemuan selanjutnya

I. Komitmen

- 1. Menjaga rahasia apa yang telah di diskusikan bersama

2. Saling terbuka dan sukarela mengemukakan pendapat dan saran
- J. Evaluasi (Penilaian)
1. Penilaian Proses

Dalam kegiatan bimbingan kelompok siswa menanggapi topik dan terbuka terkait topik yang dibahas dan aktif dalam mengikuti kegiatan, masih canggung dalam bermain peran dan masih kurang bisa mengeksplorasi karakter-karakter peran yang dimainkan tetapi siswa mulai memahami nasihat yang terkandung dalam drama.
 2. Penilaian Hasil

Siswa memahami bahwa rokok mengandung zat kimia yang berbahaya dan membuat orang ketagihan bila mengkonsumsinya. Siswa terbuka akan pengalamannya pernah merokok. Siswa juga memahami nasihat drama yang dimainkan bahwa hidup sehat tanpa rokok akan menjaga persahabatan dan melindungi sahabat-sahabatnya dari berbagai penyakit.
- K. Kesan dan pesan
- a. Kesan :
 1. Sangat bermanfaat topik yang dibahas
 2. Yang tadinya tidak tau sekarang menjadi tahu
 3. Menyenangkan bisa bermain peran dan menarik
 - b. Pesan : Bermain drama lagi agar pendalaman materi yang didapat lebih optimal.
 - c. Catatan khusus : anggota yang masih merasa membutuhkan layanan lanjutan dapat ditawarkan konseling individu

Mengetahui,
Guru Pembimbing

Magelang, 20 Oktober 2016
Praktikan

Lilik Sunaryati, S.Pd
NIP 196107041986022006

Ita Dwi Ambarwati
NPM 12.0301.0043

HASIL PELAKSANAAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *PSIKODRAMA*

Pertemuan 3

- | | |
|--|--|
| A. Jenis Layanan | : Bimbingan kelompok |
| B. Hari/tanggal | : Sabtu, 22 Oktober 2016 |
| C. Waktu | : Jam 11.00 s.d selesai |
| D. Tempat Penyelenggaraan | : SMP N 10 Magelang |
| E. Penyelenggara Layanan | : Ita Dwi Ambarwati |
| F. Anggota Kelompok | : 1. STA
2. JL
3. EVT
4. JKS
5. AMD
6. HNI
7. AAK
8. DVD
9. ALA
10. NNI |
| G. Topik | : Tugas |
| H. Tahap kegiatan | |
| 1. Pembentukan | |
| a. Menerima secara terbuka, mengucapkan selamat datang dan terimakasih kepada anggota kelompok. | |
| b. Mempersilahkan anggota kelompok untuk berdoa | |
| c. Menjelaskan pengertian Bimbingan Kelompok. Bimbingan Kelompok adalah salah satu teknik bimbingan yang melibatkan 8-15 orang untuk membantu individu agar mencapai perkembangannya secara optimal. | |
| d. Menjelaskan tujuan Bimbingan Kelompok, tujuannya untuk menambah pengetahuan, wawasan, agar tercipta dinamika kelompok dengan cara menerima pendapat atau bertukar pikiran. | |

- e. Menjelaskan cara pelaksanaan Bimbingan Kelompok. Apabila ada yang ingin mengutarakan pendapat dapat mengangkat tangan secara sukarela atau dapat ditunjuk oleh guru pembimbing.
- f. Menjelaskan asas-asas bimbingan kelompok (asas kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan, janji anggota kelompok)
- g. Melakukan *Ice Breaking* untuk meningkatkan dinamika kelompok

2. Peralihan

- a. Menjelaskan kembali kegiatan Bimbingan kelompok
- b. Menanyakan kesiapan anggota untuk melanjutkan ke tahap selanjutnya.
- c. Menegaskan perjanjian agar menjaga rahasia apa yang nantinya akan dibicarakan oleh para anggota kelompok.

3. Kegiatan

- a. Pembahasan topik tugas yaitu, Kandungan yang terdapat didalam rokok
- b. Pemimpin kelompok menanyakan kepada anggota kelompok terkait bahaya kandungan rokok yang mereka tahu
- c. Isi bahasan :
 - 1. AAK : rokok mempunyai kandungan yang berbahaya yang dapat mengganggu kesehatan, terdapat nikotin didalamnya
 - 2. STA : didalam rokok terkandung racun tikus
 - 3. AMD : banyak formalin yang terdapat didalam kandungan rokok
 - 4. HNI : terbuat dari daun tembakau dan mengandung nikotin
 - 5. NNI : terdapat kandungan tar didalam rokok yang tidak baik buat kesehatan
 - 6. JK : rokok mengandung nikotin yang membuat orang ketergantungan merokok

- d. Pemimpin kelompok menyimpulkan dari pendapat anggota kelompok bahwa rokok mengandung nikotin yang membuat ketergantungan sekali mencoba akan mencoba lagi, rokok mengandung tar dan karbon monoksida yang akan menghasilkan asap bila dihirup akan mengganggu kesehatan perokok dan orang disekitar perokok, tidak hanya itu tetapi masih banyak zat kimia yang terkandung didalam rokok seperti formalin, racun tikus, bensin, asam asetik.
- e. Pemimpin kelompok memberi intruksi drama yang akan dimainkan dan membagi anggota kelompok untuk perannya masing-masing

4. Pengakhiran

- a. Menjelaskan kepada anggota kelompok bahwa kegiatan Bimbingan kelompok telah selesai/berakhir
- b. Mempersilahkan anggota kelompok untuk menyampaikan pesan dan kesan
- c. Merencanakan pertemuan selanjutnya

I. Komitmen

- 1. Menjaga rahasia apa yang telah di diskusikan bersama
- 2. Saling terbuka dan sukarela mengemukakan pendapat dan saran

J. Evaluasi (Penilaian)

1. Penilaian Proses

Kegiatan mulai kondusif siswa terlihat nyaman dan mendengarkan dengan baik, aktif mengeluarkan pendapat AMD dan STA yang tadinya pasif pada pertemuan sebelumnya menjadi aktif dan berani mengeluarkan pendapatnya dan tidak canggung dalam bermain peran, para pemain cukup menghayati peran masing-masing sehingga drama berjalan lancar dan siswa memahami nasihat yang terkandung dalam drama tersebut.

2. Penilaian Hasil

Siswa mulai mendalami materi sehingga mampu menjelaskan kandungan-kandungan yang berbahaya didalam rokok seperti tar,

nikotin. Siswa memahami bahwa kandungan didalam rokok sangat berbahaya bagi kesehatan dirinya dan kesehatan orang disekitarnya. Siswa akan menghindar jika ada perokok didekatnya. Siswa mampu memainkan drama sesuai alur cerita dan menghayati peran yang dimainkan sehingga pemahaman mereka mengenai kandungan rokok yang mematikan dapat ditangkap dan mudah diingat.

K. Kesan dan pesan

a. Kesan :

1. Sangat menambah wawasan
2. Saling berbagi pengalaman
3. Senang bermain drama tidak bosan saat bimbingan kelompok

b. Pesan : Dramanya dibuat lebih panjang lagi agar lebih menyenangkan

c. Catatan khusus : Anggota yang masih merasa membutuhkan layanan lanjutan dapat ditawarkan konseling individu.

Mengetahui,
Guru Pembimbing

Magelang, 22 Oktober 2016
Praktikan

Lilik Sunaryati, S.Pd
NIP 196107041986022006

Ita Dwi Ambarwati
NPM 12.0301.0043

HASIL PELAKSANAAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *PSIKODRAMA*

Pertemuan 4

- | | |
|--|-------------------------|
| B. Jenis Layanan | : Bimbingan kelompok |
| C. Hari/tanggal | : Rabu, 26 Oktober 2016 |
| D. Waktu | : Jam 01.15 s.d selesai |
| E. Tempat Penyelenggaraan | : SMP N 10 Magelang |
| F. Penyelenggara Layanan | : Ita Dwi Ambarwati |
| G. Anggota Kelompok | : 1. STA |
| | 2. JL |
| | 3. EVT |
| | 4. JKS |
| | 5. AMD |
| | 6. HNI |
| | 7. AAK |
| | 8. DVD |
| | 9. ALA |
| | 10. NNI |
| H. Topik | : Tugas |
| I. Tahap kegiatan | |
| 1. Pembentukan | |
| a. Menerima secara terbuka, mengucapkan selamat datang dan terimakasih kepada anggota kelompok. | |
| b. Mempersilahkan anggota kelompok untuk berdoa | |
| c. Menjelaskan pengertian Bimbingan Kelompok. Bimbingan Kelompok adalah salah satu teknik bimbingan yang melibatkan 8-15 orang untuk membantu individu agar mencapai perkembangannya secara optimal. | |
| d. Menjelaskan tujuan Bimbingan Kelompok, tujuannya untuk menambah pengetahuan, wawasan, agar tercipta dinamika kelompok dengan cara menerima pendapat atau bertukar pikiran. | |

- e. Menjelaskan cara pelaksanaan Bimbingan Kelompok. Apabila ada yang ingin mengutarakan pendapat dapat mengangkat tangan secara sukarela atau dapat ditunjuk oleh guru pembimbing.
- f. Menjelaskan asas-asas bimbingan kelompok (asas kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan, janji anggota kelompok)
- g. Melakukan *Ice Breaking* untuk meningkatkan dinamika kelompok

2. Peralihan

- a. Menjelaskan kembali kegiatan Bimbingan kelompok
- b. Menanyakan kesiapan anggota untuk melanjutkan ke tahap selanjutnya.
- c. Menegaskan perjanjian agar menjaga rahasia apa yang nantinya akan dibicarakan oleh para anggota kelompok.

3. Kegiatan

- a. Pembahasan topik tugas yaitu, Faktor yang mempengaruhi merokok
- b. Pemimpin kelompok menanyakan kepada siswa bagaimana orang dapat mengenal rokok dan bagi yang sudah pernah merokok bagaimana awal mulanya
- c. Isi bahasan :
 - 1. ALA : orang tua dapat menjadi faktor anaknya ikut-ikutan merokok
 - 2. JKS : faktor iklan di televisi menjadi penasaran dan akhirnya mencoba merokok dan ketagihan
 - 3. DVD : awal saya merokok karena diajak teman kalo tidak mau dikatakan cemen jadi saya mencoba dan jadi keterusan
 - 4. STA : rasa ingin tahu yang tinggi membuat saya ingin mencoba merokok karena melihat teman-teman juga merokok
 - 5. NNI : bapak saya perokok sudah pernah saya mencoba menghisap rokoknya tetapi saya batuk tidak berhenti rasanya sakit sekali

- d. Pemimpin kelompok menyimpulkan pendapat anggota kelompok bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi merokok pertama dari orang tua karena anak hidup dilingkungan keluarga jadi keluarga sangat berpengaruh bagi kehidupan anak, kedua teman sebaya karena anak mempunyai kehidupan kedua setelah keluarga yaitu sekolah karena teman sebaya sangat berpengaruh terhadap pergaulan anak, dan yang ketiga iklan dengan adanya iklan di televisi anak menjadi penasaran dan timbul rasa ingin tahu yang tinggi hingga akhirnya berani mencoba.
- e. Pemimpin kelompok memberi intruksi drama yang akan dimainkan dan membagi anggota kelompok untuk perannya masing-masing

4. Pengakhiran

- a. Menjelaskan kepada anggota kelompok bahwa kegiatan Bimbingan kelompok telah selesai/berakhir
- b. Mempersilahkan anggota kelompok untuk menyampaikan pesan dan kesan
- c. Merencanakan pertemuan selanjutnya

J. Komitmen

- 1. Menjaga rahasia apa yang telah di diskusikan bersama
- 2. Saling terbuka dan sukarela mengemukakan pendapat dan saran

K. Evaluasi (Penilaian)

1. Penilaian Proses

Hampir sebagian besar anggota kelompok antusias, siswa yang tadinya pasif seperti ALA dipertemuan kali ini siswa berani mengeluarkan pendapatnya, suasana yang terbentukpun menyenangkan karena siswa aktif memberikan pendapat mereka. Siswa cukup baik mempraktekan *psikodrama* yang diberikan dan mampu menyimpulkan makna dari drama tersebut

2. Penilaian Hasil

Siswa memahami materi yang diberikan sehingga siswa akan lebih berhati-hati dalam bergaul karna menurutnya faktor teman sangat

mempengaruhi, dan siswa mampu memainkan drama sesuai intruksi yang diberikan dan menghayati peran masing-masing sehingga pemahaman mereka mengenai terpengaruhnya merokok dari beberapa faktor dapat ditangkap dengan mudah.

L. Kesan dan pesan

a. Kesan :

1. Materinya menarik yang tadinya tidak tahu sekarang menjadi tahu
2. Saling berbagi pengalaman
3. Dramanya sangat memberi pelajaran sekali dan manfaat yang terkandung didalam drama bisa dimengerti

b. Pesan : Bimbingan kelompok dan bermain drama lagi agar pendalaman materi yang didapat lebih optimal

c. Catatan khusus : anggota yang masih merasa membutuhkan layanan lanjutan dapat ditawarkan konseling individu

Mengetahui,
Guru Pembimbing

Magelang, 26 Oktober 2016
Praktikan

Lilik Sunaryati, S.Pd
NIP 196107041986022006

Ita Dwi Ambarwati
NPM 12.0301.0043

HASIL PELAKSANAAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *PSIKODRAMA*

Pertemuan 5

- | | |
|---------------------------|---|
| A. Jenis Layanan | : Bimbingan kelompok |
| B. Hari/tanggal | : Senin, 31 Oktober 2016 |
| C. Waktu | : Jam 01.15 s.d selesai |
| D. Tempat Penyelenggaraan | : SMP N 10 Magelang |
| E. Penyelenggara Layanan | : Ita Dwi Ambarwati |
| F. Anggota Kelompok | : 1. STA |
| | 2. JL |
| | 3. EVT |
| | 4. JKS |
| | 5. AMD |
| | 6. HNI |
| | 7. AAK |
| | 8. DVD |
| | 9. ALA |
| | 10. NNI |
| G. Topik | : Tugas |
| H. Tahap kegiatan | |
| 1. Pembentukan | |
| a. | Menerima secara terbuka, mengucapkan selamat datang dan terimakasih kepada anggota kelompok. |
| b. | Mempersilahkan anggota kelompok untuk berdoa |
| c. | Menjelaskan pengertian Bimbingan Kelompok. Bimbingan Kelompok adalah salah satu teknik bimbingan yang melibatkan 8-15 orang untuk membantu individu agar mencapai perkembangannya secara optimal. |
| d. | Menjelaskan tujuan Bimbingan Kelompok, tujuannya untuk menambah pengetahuan, wawasan, agar tercipta dinamika kelompok dengan cara menerima pendapat atau bertukar pikiran. |

- e. Menjelaskan cara pelaksanaan Bimbingan Kelompok. Apabila ada yang ingin mengutarakan pendapat dapat mengangkat tangan secara sukarela atau dapat ditunjuk oleh guru pembimbing.
 - f. Menjelaskan asas-asas bimbingan kelompok (asas kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan, janji anggota kelompok)
 - g. Melakukan *Ice Breaking* (permainan)
2. Peralihan
- a. Menjelaskan kembali kegiatan Bimbingan kelompok
 - b. Menanyakan kesiapan anggota untuk melanjutkan ke tahap selanjutnya.
 - c. Menegaskan perjanjian agar menjaga rahasia apa yang nantinya akan dibicarakan oleh para anggota kelompok.
3. Kegiatan
- a. Pembahasan topik tugas yaitu, bahaya merokok bagi perokok aktif dan perokok pasif
 - b. Pemimpin kelompok menanyakan kepada siswa bagaimana bahaya merokok bagi perokok itu sendiri dan orang disekitar perokok.
 - c. Isi bahasan :
 - 1. AAK : asap rokok sangat mengganggu pernapasan saya
 - 2. NNI : asap rokok membuat saya sesak napas
 - 3. EVT : jika dekat perokok saya langsung batuk
 - 4. JL : walaupun saya tidak merokok tapi jika berada didekat perokok saya terkena dampaknya napas saya sesak
 - 5. HNI : merokok membahayakan kesehatan orang disekitar perokok
 - 6. DVD : asap rokok berbahaya bagi yang menghirupnya
 - d. Pemimpin kelompok menyimpulkan pendapat dari anggota kelompok bahwa merokok sangat berbahaya bagi kesehatan tidak hanya perokok aktif tetapi berbahaya juga bagi perokok pasif yaitu orang yang berada disekitar perokok aktif

- e. Pemimpin kelompok memberi intruksi drama yang akan dimainkan dan membagi anggota kelompok untuk perannya masing-masing

4. Pengakhiran

- a. Menjelaskan kepada anggota kelompok bahwa kegiatan Bimbingan kelompok telah selesai/berakhir
- b. Mempersilahkan anggota kelompok untuk menyampaikan pesan dan kesan
- c. Merencanakan pertemuan selanjutnya

I. Komitmen

- 1. Menjaga rahasia apa yang telah di diskusikan bersama
- 2. Saling terbuka dan sukarela mengemukakan pendapat dan saran

J. Evaluasi (Penilaian)

1. Penilaian Proses

Siswa antusias mengikuti bimbingan kelompok dan sangat antusias dalam mempraktekan drama yang dimainkan, semua anggota kelompok aktif mengeluarkan pendapat dan terbuka sehingga proses bimbingan kelompok teknik psikodrama berjalan lancar.

2. Penilaian Hasil

Siswa paham akan materi yang dibahas dengan diberi pertanyaan siswa dapat menjawab, dalam bermain peran siswa mampu memainkan sesuai alur cerita dan menghayati peran sehingga menghasilkan drama yang menarik dan pemahaman siswa terkait bahaya merokok yang berbahaya bagi perokok aktif dan perokok pasif mudah ditangkap dan diingat jadi siswa mulai sadar bahwa merokok sangat membahayakan.

K. Kesan dan pesan

a. Kesan :

- 1. Materinya menarik yang tadinya tidak tahu sekarang menjadi tahu
- 2. Saling berbagi pengalaman
- 3. Dramanya sangat memberi pelajaran sekali dan manfaat yang terkandung didalam drama bisa dimengerti

- b. Pesan : Bimbingan kelompok dan bermain drama lagi agar pendalaman materi yang didapat lebih optimal
- c. Catatan khusus : anggota yang masih merasa membutuhkan layanan lanjutan dapat ditawarkan konseling individu

Mengetahui,
Guru Pembimbing

Magelang, 31 Oktober 2016
Praktikan

Lilik Sunaryati, S.Pd
NIP 196107041986022006

Ita Dwi Ambarwati
NPM 12.0301.0043

HASIL PELAKSANAAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *PSIKODRAMA*

Pertemuan 6

- | | |
|--|--------------------------|
| B. Jenis Layanan | : Bimbingan kelompok |
| C. Hari/tanggal | : Kamis, 3 November 2016 |
| D. Waktu | : Jam 01.00 s.d selesai |
| E. Tempat Penyelenggaraan | : SMP N 10 Magelang |
| F. Penyelenggara Layanan | : Ita Dwi Ambarwati |
| G. Anggota Kelompok | : 1. STA |
| | 2. JL |
| | 3. EVT |
| | 4. JKS |
| | 5. AMD |
| | 6. HNI |
| | 7. AAK |
| | 8. DVD |
| | 9. ALA |
| | 10. NNI |
| H. Topik | : Tugas |
| I. Tahap kegiatan | |
| 1. Pembentukan | |
| a. Menerima secara terbuka, mengucapkan selamat datang dan terimakasih kepada anggota kelompok. | |
| b. Mempersilahkan anggota kelompok untuk berdoa | |
| c. Menjelaskan pengertian Bimbingan Kelompok. Bimbingan Kelompok adalah salah satu teknik bimbingan yang melibatkan 8-15 orang untuk membantu individu agar mencapai perkembangannya secara optimal. | |
| d. Menjelaskan tujuan Bimbingan Kelompok, tujuannya untuk menambah pengetahuan, wawasan, agar tercipta dinamika kelompok dengan cara menerima pendapat atau bertukar pikiran. | |

- e. Menjelaskan cara pelaksanaan Bimbingan Kelompok. Apabila ada yang ingin mengutarakan pendapat dapat mengangkat tangan secara sukarela atau dapat ditunjuk oleh guru pembimbing.
- f. Menjelaskan asas-asas bimbingan kelompok (asas kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan, janji anggota kelompok)
- g. Melakukan *Ice Breaking* (permainan)

2. Peralihan

- a. Menjelaskan kembali kegiatan Bimbingan kelompok
- b. Menanyakan kesiapan anggota untuk melanjutkan ke tahap selanjutnya.
- c. Menegaskan perjanjian agar menjaga rahasia apa yang nantinya akan dibicarakan oleh para anggota kelompok.

3. Kegiatan

- a. Pembahasan topik tugas yaitu, bahaya merokok bagi kesehatan, lingkungan dan ekonomi
- b. Praktikan memutar Video terkait bahaya merokok
- c. Pemimpin kelompok menanyakan kepada siswa bagaimana bahaya merokok bagi kesehatan, lingkungan dan ekonomi.
- d. Isi bahasan :
 - 1. JL : merokok dapat mengganggu kesehatan terutama pernapasan kita
 - 2. AAK : merokok dapat menyebabkan kanker
 - 3. DVD : merokok dapat membunuh mu itu yang ada di bungkus rokok
 - 4. NNI : dapat menyebabkan kanker, paru-paru, penyakit jantung dan gangguan pernapasan
 - 5. AMD : tidak ada hunanya merokok karena menghabiskan-habiskan uang orang tua
 - 6. ALA : merokok itu mematikan orang disekelilingnya karena asap rokok yang berbahaya
 - 7. STA : polusi udara menjadi tercemar tak sehat

8. JKS : merokok dapat menyebabkan impotensi dan gangguan kehamilan

- e. Pemimpin kelompok menyimpulkan pendapat dari anggota kelompok bahwa merokok berbahaya bagi kesehatan dapat menyebabkan kanker paru-paru, impotensi dan gangguan kehamilan, penyakit jantung, dan merokok juga berbahaya bagi lingkungan orang yang tidak merokok terkena imbas dari merokok karena asapnya yang berbahaya, merokok juga merusak ekonomi keluarga.
- f. Pemimpin kelompok memberi intruksi drama yang akan dimainkan dan membagi anggota kelompok untuk perannya masing-masing

4. Pengakhiran

- a. Menjelaskan kepada anggota kelompok bahwa kegiatan Bimbingan kelompok telah selesai/berakhir
- b. Mempersilahkan anggota kelompok untuk menyampaikan pesan dan kesan
- c. Merencanakan pertemuan selanjutnya

J. Komitmen

1. Menjaga rahasia apa yang telah di diskusikan bersama
2. Saling terbuka dan sukarela mengemukakan pendapat dan saran

K. Evaluasi (Penilaian)

1. Penilaian Proses

siswa sangat antusias mengikuti bimbingan kelompok dan terlihat aktif selama kegiatan berlangsung, semua anggota kelompok berani mengeluarkan pendapatnya dan mendengarkan dengan baik,

2. Penilaian Hasil

Siswa memahami dengan benar materi yang disampaikan dan siswa sadar bahwa merokok sangat berbahaya bagi kehidupan, pemahaman yang didapat siswa semakin meningkat dengan bermain drama siswa lebih menghayati peran sehingga mampu mencerna poin-poin yang

terkandung didalam drama dan dapat mengambil kesimpulan dari drama yang dimainkan.

L. Kesan dan pesan

a. Kesan :

1. Materinya menarik yang tadinya tidak tahu sekarang menjadi tahu
2. Saling berbagi pengalaman
3. Dramanya sangat memberi pelajaran sekali dan manfaat yang terkandung didalam drama bisa dimengerti

b. Pesan : Bimbingan kelompok dan bermain drama lagi agar pendalaman materi yang didapat lebih optimal

c. Catatan khusus : anggota yang masih merasa membutuhkan layanan lanjutan dapat ditawarkan konseling individu

Mengetahui,
Guru Pembimbing

Magelang, 3 November 2016
Praktikan

Lilik Sunaryati, S.Pd
NIP 196107041986022006

Ita Dwi Ambarwati
NPM 12.0301.0043

HASIL PELAKSANAAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *PSIKODRAMA*

Pertemuan 7

- | | |
|--|--------------------------|
| A. Jenis Layanan | : Bimbingan kelompok |
| B. Hari/tanggal | : Senin, 7 November 2016 |
| C. Waktu | : Jam 01.15 s.d selesai |
| D. Tempat Penyelenggaraan | : SMP N 10 Magelang |
| E. Penyelenggara Layanan | : Ita Dwi Ambarwati |
| F. Anggota Kelompok | : 1. STA |
| | 2. JL |
| | 3. EVT |
| | 4. JKS |
| | 5. AMD |
| | 6. HNI |
| | 7. AAK |
| | 8. DVD |
| | 9. ALA |
| | 10. NNI |
| G. Topik | : Tugas |
| H. Tahap kegiatan | |
| 1. Pembentukan | |
| a. Menerima secara terbuka, mengucapkan selamat datang dan terimakasih kepada anggota kelompok. | |
| b. Mempersilahkan anggota kelompok untuk berdoa | |
| c. Menjelaskan pengertian Bimbingan Kelompok. Bimbingan Kelompok adalah salah satu teknik bimbingan yang melibatkan 8-15 orang untuk membantu individu agar mencapai perkembangannya secara optimal. | |
| d. Menjelaskan tujuan Bimbingan Kelompok, tujuannya untuk menambah pengetahuan, wawasan, agar tercipta dinamika kelompok dengan cara menerima pendapat atau bertukar pikiran. | |

- e. Menjelaskan cara pelaksanaan Bimbingan Kelompok. Apabila ada yang ingin mengutarakan pendapat dapat mengangkat tangan secara sukarela atau dapat ditunjuk oleh praktikan.
- f. Menjelaskan asas-asas bimbingan kelompok (asas kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan, janji anggota kelompok)
- g. Melakukan *Ice Breaking* (permainan)

2. Peralihan

- a. Menjelaskan kembali kegiatan Bimbingan kelompok
- b. Menanyakan kesiapan anggota untuk melanjutkan ke tahap selanjutnya.
- c. Menegaskan perjanjian agar menjaga rahasia apa yang nantinya akan dibicarakan oleh para anggota kelompok.

3. Kegiatan

- a. Pembahasan topik tugas yaitu, penyakit mematikan karena rokok
- b. Pemimpin kelompok memutar Video terkait bahaya merokok
- c. Pemimpin kelompok menanyakan kepada siswa penyakit mematikan apa saja yang disebabkan oleh rokok
- d. Isi bahasan :
 - 1) AAK : merokok itu dapat menyebabkan kanker paru-paru nantinya paru-paru akan menghitam
 - 2) EVT : menyebabkan penyakit jantung yang mematikan
- e. Pemimpin kelompok menyimpulkan pendapat anggota kelompok bahwa merokok dapat menyebabkan penyakit yang mematikan yaitu kanker paru-paru, kanker ginjal, paru-paru rontok, penyakit jantung,, gangguan perkembang biakan dan kerusakan tubuh, merupakan penyakit yang dapat meregut nyawa seseorang.
- f. Praktikan memberi intruksi drama yang akan dimainkan dan membagi anggota kelompok untuk perannya masing-masing

4. Pengakhiran

- a. Menjelaskan kepada anggota kelompok bahwa kegiatan Bimbingan kelompok telah selesai/berakhir

b. Mempersilahkan anggota kelompok untuk menyampaikan pesan dan kesan

c. Merencanakan pertemuan selanjutnya

I. Komitmen

1. Menjaga rahasia apa yang telah di diskusikan bersama
2. Saling terbuka dan sukarela mengemukakan pendapat dan saran

J. Evaluasi (Penilaian)

1. Penilaian Proses

Siswa sangat antusias mengikuti kegiatan bimbingan kelompok dan aktif bertanya saat kegiatan berlangsung, ketika dijelaskan siswa mendengarkan dengan baik dan merespon dengan cepat.

2. Penilaian Hasil

Siswa mempraktekan drama sesuai intruksi yang diberikan dan penghayatan drama yang diperankan sudah sangat baik sehingga siswa dapat menangkap makna drama tersebut, Siswa memahami dengan benar materi yang diberikan sehingga membuat siswa sadar bahwa merokok sangat merugikan kesehatan sehingga siswa memutuskan untuk tidak merokok dan akan menjauh ketika ada orang perokok

K. Kesan dan pesan

a. Kesan :

1. Materinya sangat menarik dan sangat menambah pengetahuan
2. Berguna sekali untuk kehidupan dan saling berbagi pengalaman
3. Dramanya sangat menyentuh sehingga kita mudah memahami dan manfaat yang terkandung didalam drama bisa diaplikasikan

b. Pesan : Semoga dapat dilakukan bimbingan kelompok dengan psikodrama lagi agar pengetahuan kita semakin bertambah

c. Catatan khusus : anggota yang masih merasa membutuhkan layanan lanjutan dapat ditawarkan konseling individu

Mengetahui,
Guru Pembimbing

Magelang, 7 November 2016
Praktikan

Lilik Sunaryati, S.Pd
NIP 196107041986022006

Ita Dwi Ambarwati
NPM 12.0301.0043

HASIL PELAKSANAAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *PSIKODRAMA*

Pertemuan 8

- A. Bentuk Layanan : Bimbingan Kelompok
- B. Sasaran : 10 orang siswa kelas VIII F
- C. Tanggal Penyelenggaraan : Selasa, 8 November 2016
- D. Waktu : 1 x 45 menit
- E. Tempat Penyelenggaraan : SMPN 10 Magelang
- F. Penyelenggara Layanan : Ita Dwi Ambarwati
- G. Lingkup Pembicaraan
 - 1. Judul Topik : Evaluasi bimbingan kelompok
 - 2. Isi bahasan :
 - a. Pemimpin kelompok menyampaikan maksud dan tujuan adanya evaluasi pembahasan bimbingan kelompok yang telah dilaksanakan
 - b. Anggota kelompok menanyakan beberapa pertanyaan terkait dengan ulasan topik yang pernah dibahas.
 - c. Siswa mengemukakan apa itu rokok, apa saja yang mereka pahami mengenai kandungan rokok dan bagaimana akibat merokok bagi kesehatan dan lingkungan dalam kehidupan sehari-hari dan jangka panjang di masa depan yang telah dibahas dalam beberapa pertemuan sebelumnya..
 - d. Siswa mengemukakan drama apa saja yang telah mereka mainkan kaitannya dengan topik bahaya merokok yang telah dibahas dalam bimbingan kelompok.
 - e. Penyampaian pesan yang terkandung dalam setiap drama
 - f. Kesimpulannya sebagian besar siswa mampu memahami apa yang telah dibahas dalam setiap pertemuan terkait tema bahaya merokok.
- H. Pesan dan Kesan :

Menambah wawasan dan informasi yang bermanfaat, pengetahuan mengenai bimbingan kelompok dan psikodrama terkait bahaya merokok bertambah.

Mengetahui,
Guru Pembimbing

Magelang, 8 November 2016
Praktikan

Lilik Sunaryati, S.Pd
NIP 196107041986022006

Ita Dwi Ambarwati
NPM 12.0301.0043

LAMPIRAN 9
JADWAL PELAKSANAAN BIMBINGAN KELOMPOK
TEKNIK *PSIKODRAMA*

JADWAL PELAKSANAAN
BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK *PSIKODRAMA*

NO	Hari/Tanggal	Kelas	Waktu	Keterangan
1.	Senin, 10 Oktober 2016	VIII F	Jam ke-8	Try Out
2.	Sabtu, 15 Oktober 2016	VIII F	Jam ke-8	Pre Test
3.	Selasa, 18 Oktober 2016	VIII F	Jam ke-8	Kontrak Waktu
4.	Kamis, 20 Oktober 2016	VIII F	Jam ke-8	Persahabatan Tanpa Rokok
5.	Sabtu, 22 Oktober 2016	VIII F	Jam ke-8	Kandungan Rokok Mematikan
6.	Rabu, 26 Oktober 2016	VIII F	Jam ke-8	Terpengaruh Merokok
7.	Senin, 31 Oktober 2016	VIII F	Jam ke-8	NO SMOKING !!
8.	Kamis, 3 November 2016	VIII F	Jam ke-8	Rugi Besar Akibat Merokok
9.	Senin, 7 November 2016	VIII F	Jam ke-8	Menghisap Nyawa
10.	Selasa, 8 November 2016	VIII F	Jam ke-8	Evaluasi
11.	Kamis, 10 November 2016	VIII F	Jam ke-8	Post Test

LAMPIRAN 10
DATA *POST TEST*
SKALA PEMAHAMAN BAHAYA MEROKOK

DATA POST TEST SKALA PEMAHAMAN BAHAYA MEROKOK

No	Nama	No Item																																							
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	jumlah
Kelompok Eksperimen																																									
1	JL	3	3	1	3	3	2	2	4	4	3	4	1	2	2	3	3	3	2	2	4	4	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	1	1	3	4	2	102
2	AAK	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	143
3	AMD	2	1	3	4	3	3	2	1	4	3	4	3	4	4	2	3	3	4	2	2	3	3	4	4	3	4	3	4	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	112
4	STA	3	4	3	3	3	4	2	2	3	3	2	4	4	4	2	2	2	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	2	2	4	4	2	3	3	3	3	1	117
5	HNI	3	3	4	4	2	3	4	4	3	4	3	2	1	3	3	3	2	3	2	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	124
6	DVD	4	3	3	3	4	2	3	3	3	3	4	4	3	2	3	3	1	1	3	3	3	3	3	2	2	4	4	4	3	3	1	4	4	2	2	3	3	3	3	114
7	NNI	3	3	4	4	2	2	4	4	3	3	2	2	3	3	4	4	1	3	3	3	3	4	4	4	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	4	3	3	2	118	
8	ALA	4	4	4	1	1	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	1	4	4	4	3	3	3	3	2	4	3	4	3	4	120	
9	EVT	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	2	2	4	4	4	2	2	3	3	3	4	2	2	2	3	3	1	1	4	4	2	2	3	3	3	3	4	119
10	JKS	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	2	2	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	119
Kelompok Kontrol																																									
1	ASP	3	3	2	2	4	4	2	1	2	4	1	1	2	3	3	3	2	2	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	2	109
2	AND	3	3	3	3	4	4	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	1	2	2	4	3	3	4	3	3	3	115
3	RIS	3	3	3	1	1	2	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	2	3	2	2	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	120
4	DW	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	1	1	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	3	3	2	3	2	3	2	3	98
5	IDH	4	4	2	2	1	1	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	2	2	3	3	1	1	1	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	106
6	NDA	2	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	1	1	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	113	
7	SML	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	1	4	4	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	115	
8	SPI	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	4	2	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	2	2	110	
9	FRY	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	2	2	117	
10	DE	1	1	3	3	3	2	3	3	2	2	2	4	4	4	3	3	2	2	4	4	4	4	4	1	3	3	3	3	4	3	3	3	4	1	3	3	3	4	117	

LAMPIRAN 11
HASIL UJI WILCAXON MANN *WHITNEY*

Hasil Uji Wilcaxon Mann-Whitney

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
kelompok	40	108,53	13,514	71	143
kontrol	40	2,50	1,132	1	4

Ranks

kelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks
test eksperimen	10	5,70	57,00
kontrol test eksperimen	10	15,30	153,00
Jumlah	20		

Test Statistics^b

	Nilai
Mann-Whitney U	2,000
Wilcoxon W	57,000
Z	-3,631
Asymp. Sig. (2-tailed)	,000
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,000 ^a

a. Not corrected for ties.

b. Grouping Variable: kelompok

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
kelompok	40	108,53	13,514	71	143
Nilai	40	2,50	1,132	1	4

Ranks

kelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks
testeksperimen	10	10,15	101,50
testkontrol	10	10,85	108,50
Nilai	20		

Test Statistics^b

	Nilai
Mann-Whitney U	46,500
Coxon W	101,500
Z	-,266
Asymp. Sig. (2-tailed)	,790
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,796 ^a

a. Not corrected for ties.

b. Grouping Variable: kelompok

Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
testeksperimen	10	35	71	106	91,00	11,776
testeksperimen	10	41	102	143	118,80	10,379
testkontrol	10	13	104	117	112,30	3,889
testkontrol	10	22	98	120	112,00	6,481
Total N (listwise)	10					

LAMPIRAN 12
Daftar Hadir Pelaksanaan
Bimbingan Kelompok Teknik *Psikodrama*

DAFTAR HADIR**Kelompok Kontrol**

Hari : Sabtu

Tanggal : 19 Oktober 2016

Kelas : VIII F.

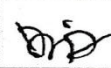
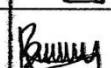
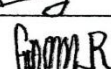
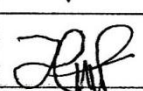
NO	NAMA	PRE TEST
1.	ASP	Ans
2.	AND	Ans
3.	RIS	Ris
4.	DW	Dw
5.	IDH	Idh
6.	NDA	Nda
7.	SML	Sml
8.	SPI	Spi
9.	FRY	Fry
10.	DE	De

DAFTAR HADIR

Hari : Sabtu

Tanggal : 15 Oktober 2016

Kelas : VIII F.

NO	NAMA	PRE TEST
1.	AAK	
2.	ALA	
3.	AMD	
4.	DVD	
5.	EVT	
6.	JKS	
7.	JL	
8.	HNI	
9.	NNI	
10.	STA	

DAFTAR HADIR

Pemberian *Treatment* Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama

No	Nama	Pertemuan ke-1	Pertemuan ke-2	Pertemuan ke-3	Pertemuan ke-4
1.	AAK				
2.	ALA				
3.	AMD				
4.	DVD				
5.	EVT				
6.	JKS				
7.	JL				
8.	HNI				
9.	NNI				
10.	STA				

DAFTAR HADIR

Pemberian *Treatment* Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama

No	Nama	Pertemuan ke-5	Pertemuan ke-6	Pertemuan ke-7	Pertemuan ke-8
1.	AAK				
2.	ALA				
3.	AMD				
4.	DVD				
5.	EVT				
6.	JKS				
7.	JL				
8.	HNI				
9.	NNI				
10.	STA				

DAFTAR HADIR**Kelompok Kontrol**Hari : SelasaTanggal : 8 November 2016Kelas : VIII F

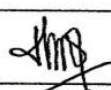
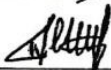
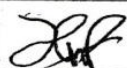
NO	NAMA	POST TEST
1.	ASP	<i>Ans</i>
2.	AND	<i>Andi</i>
3.	RIS	<i>Ris</i>
4.	DW	<i>Dw</i>
5.	IDH	<i>Idh</i>
6.	NDA	<i>Nda</i>
7.	SML	<i>Sml</i>
8.	SPI	<i>Spi</i>
9.	FRY	<i>Fry</i>
10.	DE	<i>De</i>

DAFTAR HADIR

Hari : Selasa

Tanggal : 8 November 2016

Kelas : VIII F.

NO	NAMA	POST TEST
1.	AAK	
2.	ALA	
3.	AMD	
4.	DVD	
5.	EVT	
6.	JKS	
7.	JL	
8.	HNI	
9.	NNI	
10.	STA	

LAMPIRAN 13
Dokumentasi Kegiatan Pelaksanaan
Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Psikodrama*



Pre Test Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen



Post Test Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen



Bimbingan Kelompok 1

Kontrak Waktu

Bimbingan Kelompok 2
Persahabatan Tanpa RokokDrama
Persahabatan Tanpa RokokBimbingan Kelompok 3
Kandungan Rokok MematikanDrama
Kandungan Rokok MematikanBimbingan Kelompok 4
Terpengaruh MerokokDrama
Terpengaruh Merokok



Bimbingan Kelompok 5
NO SMOKING !!!



Drama
NO SMOKING !!!



Bimbingan Kelompok 6
Rugi Besar Akibat Merokok



Drama
Rugi Besar Akibat Merokok



Bimbingan Kelompok 7
Menghisap Nyawa



Drama
Menghisap Nyawa