

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Secara nasional, kebiasaan merokok mengalami peningkatan yang cukup mengkhawatirkan karena banyak remaja mulai merokok pada usia yang semakin muda. Pada kelompok usia 10-14 tahun, tercatat sekitar 2,0% remaja sudah merokok, dengan rincian 0,7% merokok setiap hari dan 1,3% merokok sesekali dengan konsumsi rata-rata mencapai 10 batang per hari. Lebih jauh lagi, jika ditinjau dari usia awal mencoba merokok, kelompok usia 5-9 tahun menempati angka tertinggi di Papua, yakni 3,2%.¹ jumlah ini sekitar 30 kali lebih besar dibandingkan rata-rata nasional yang hanya 0,1%. Sedangkan di Sulawesi Selatan, prevalensi merokok pada anak usia 10-14 tahun mencapai 0,8%, atau delapan kali lipat dari angka nasional. Fakta ini menunjukkan bahwa kebiasaan merokok sudah merambah pada anak-anak usia dini sehingga diperlukan perhatian serius dari keluarga, sekolah, maupun pemerintah.

Perilaku merokok dapat menyebabkan banyak dampak negatif, tetapi hal tersebut tidak dihiraukan oleh banyak orang. Para tenaga medis maupun lembaga kesehatan terus berupaya menyampaikan dan mensosialisasikan

¹ Rachmat Muhammad, "Perilaku Merokok Remaja Sekolah Menengah Pertama," *Kesmas* 7, no. 1 (2019).

peringatan mengenai bahaya merokok. Merokok menjadi faktor utama yang merusak kesehatan manusia dan memicu kematian dini. Data statistik menunjukkan bahwa kebiasaan merokok menjadi pemicu utama berbagai penyakit mematikan, di antaranya 90% kematian akibat gangguan pernapasan, 25% kematian akibat penyakit jantung koroner, serta 75% kematian akibat emfisema². Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa bahaya yang ditimbulkan oleh merokok jauh lebih besar daripada yang sering kita perkirakan. Untuk mencegah perilaku merokok di lingkungan sekolah, layanan bimbingan kelompok dapat menjadi solusi bagi siswa yang sering merokok.

Meskipun para perokok telah menyadari bahaya merokok, hal ini jelas terlihat dari adanya peringatan resmi pada setiap bungkus rokok yang menyatakan bahwa “merokok dapat menimbulkan kanker, impotensi, serangan jantung, serta gangguan pada kehamilan dan janin.”³ Namun demikian, tingkat ketergantungan yang tinggi membuat banyak orang sulit untuk berhenti. Penelitian menunjukkan bahwa efek negatif dari rokok bukan hanya dirasakan oleh perokok aktif, tetapi juga dirasakan oleh perokok pasif. Bahkan, perokok pasif sering menghadapi risiko kesehatan yang lebih besar dibandingkan perokok aktif itu sendiri.

² Hasaina Aiman, *Tobat Merokok, Remaja & Cara Empatik Berhenti Merokok* (Jakarta: Pustaka Ilmiah, 2020).

³ Syukur dkk Yasmir, *Bimbingan Dan Konseling Disekolah* (Jakarta: IRDH Book Publiser, 2019).

Perilaku merokok di kalangan anak muda secara khusus sekolah menengah atas sudah sangat fatal, sehingga perlu adanya tindakan untuk mencegah hal tersebut. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mencegah perilaku merokok di kalangan sekolah menengah atas adalah melalui layanan bimbingan kelompok. Layanan ini sangat efektif untuk mencegah perilaku merokok karena anggota kelompok dapat membangun jaringan dukungan yang kuat untuk tidak merokok dan anggota kelompok saling memberikan dukungan serta motivasi untuk tidak merokok.

Bimbingan kelompok termasuk layanan yang memanfaatkan dinamika kelompok dalam membantu peserta didik membahas masalah atau topik relevan demi perkembangan diri dan pemecahan masalah. Layanan ini terbukti efektif sebagai upaya preventif terhadap perilaku merokok remaja, karena memberikan informasi akurat tentang bahaya rokok sekaligus membekali kemampuan untuk menolak merokok. Dalam pelaksanaannya, bimbingan kelompok dapat menggunakan media *audio visual* yang memadukan unsur gambar dengan suara, sehingga informasi yang disampaikan menjadi lebih jelas, menarik, serta mudah dimengerti oleh anggota. Penggunaan media ini juga membantu menciptakan suasana belajar yang lebih hidup, sehingga anggota kelompok lebih aktif dan termotivasi untuk terlibat dalam kegiatan.

Media *Audio Visual* adalah jenis media yang bisa diterima oleh indra penglihatan dan pendengaran. Melalui media ini, informasi biasanya

ditampilkan dalam bentuk gambar dan video. Hal ini membuat orang lebih mudah mengingat apa yang mereka lihat dan dengar dibandingkan hanya membaca tulisan. Ketika seseorang menyaksikan gambar atau video yang menarik, informasi tersebut cenderung tersimpan lebih lama dalam ingatan. Sebagian besar pengetahuan manusia juga diperoleh lewat pengalaman visual. Oleh karena itu, menyajikan informasi tentang bahaya merokok dengan cara yang menarik dan interaktif bisa menjadi strategi yang efektif untuk meningkatkan pemahaman remaja sekaligus menumbuhkan kesadaran mereka terhadap risiko merokok.

Berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik untuk menggunakan media *audio visual* dalam melaksanakan bimbingan kelompok sebagai salah satu upaya pencegahan perilaku merokok siswa. Alasan lain digunakannya media ini karena keterangan dari guru BK bahwa media ini belum pernah digunakan dalam bimbingan kelompok untuk mencegah perilaku merokok. Dalam membawakan materi tentang merokok guru BK di sekolah hanya menggunakan ceramah. Para peneliti menyatakan bahwa media audio visual terbukti sangat efektif karena mampu menjangkau berbagai gaya belajar siswa. media ini mendukung gaya belajar visual, auditor, dan kinestetik. Karena setiap siswa memiliki cara belajar berbeda, penggunaan audio visual membantu mereka lebih mudah memahami materi tentang bahaya merokok sekaligus mendorong siswa untuk menghindarinya.

Berdasarkan hasil Assessment yang telah dilakukan di SMA Kristen Makale kelas XII, maka penulis mendapatkan data bahwa di kelas XII memang terdapat siswa yang merokok secara khusus siswa laki-laki. Hal tersebut diperkuat oleh hasil wawancara bersama guru Bimbingan dan Konseling (BK) yang menyatakan bahwa terdapat sejumlah siswa yang sering merokok. Temuan ini sejalan dengan hasil wawancara peneliti bersama beberapa siswa di kelas, dan sebagian dari mereka mengakui sering merokok, meskipun dilakukan di luar lingkungan sekolah. Penyebab siswa merokok yaitu karena pergaulan yang kurang baik sehingga mereka ikut-ikutan dengan temannya, gabut, bahkan ada yang mengatakan kalau tidak merokok tidak keren dan ada juga yang mengatakan rokok itu enak sebagai penghilang stres.

Terkait dengan penelitian sebelumnya telah ada peneliti yang meneliti penelitian yang serupa yaitu “efektivitas bimbingan kelompok media *audio visual* untuk mengurangi perilaku merokok di kalangan siswa SMA yang ditulis oleh Monalisa Isdalena, hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan setelah menerima intervensi berupa bimbingan kelompok menggunakan media *audio visual* yang artinya bahwa bimbingan kelompok berpengaruh terhadap perilaku merokok. Penelitian sebelumnya memiliki kesamaan yang akan diteliti atau dikaji yaitu sama-sama membahas tentang pemanfaatan media *audio visual* dalam bimbingan kelompok. Penelitian ini juga memiliki perbedaan yang signifikan

dibandingkan penelitian sebelumnya, yaitu tempat dan lokasi yang berbeda, kemudian penelitian ini memfokuskan perhatian pada pencegahan perilaku merokok siswa.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana implementasi pelaksanaan bimbingan kelompok menggunakan media *audio visual* dalam mengurangi perilaku merokok siswa di kelas XII.5 SMA Kristen Makale?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui implementasi penggunaan *media audio visual* dalam layanan bimbingan kelompok untuk mengurangi perilaku merokok siswa di kelas XII.5 SMA Kristen Makale.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan mahasiswa BKK khusus pada mata kuliah media BK.

2. Manfaat praktis

a. Bagi sekolah

Penelitian ini di harapkan menjadi referensi bagi sekolah dalam usaha mengurangi dan memberhentikan perilaku merokok di sekolah.

b. Bagi guru

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pandangan kepada guru bahwa sangat penting jika ada guru BK di sekolah untuk menangani setiap peserta didik yang mengalami masalah dan mengurangi siswa yang bermasalah di sekolah, khususnya bagi siswa yang sering merokok.

c. Bagi siswa

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi motivasi dan dapat membangkitkan kesadaran siswa untuk belajar berhenti merokok dan meninggalkan kebiasaan merokok.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini di harapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya tentang perilaku merokok dengan merubah metode penelitian dan objek penelitian.

E. Sistematika Penelitian

Secara garis besar penelitian ini akan disusun dalam 3 bab pembahasan yaitu sebagai berikut:

Bab I Pendahuluan: dalam bab satu memuat tentang latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

Bab II Kajian Teori: dalam bab dua akan dipaparkan tinjauan pustaka atau teori-teori yang berkaitan dengan penelitian ini, yang bersumber dari jurnal dan buku yang relevan dengan penelitian ini.

Bab III Metode Penelitian: dalam bab tiga membahas tentang setting penelitian, rancangan tindakan penelitian, indikator capaian/indikator keberhasilan, teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data.

Bab IV hasil dan pembahasan :dalam bab empat membahas tentang prasiklus, hasil dari siklus 1 dan pembahasan hasil siklus 2

Bab V Penutup: dalam bab 5 berisi tentang penutup yang memuat kesimpulan dan saran penelitian