

**ANALISIS KONSELING INDIVIDU TEKNIK *SELF-CONTROL*
DALAM MENGATASI PERILAKU MEROKOK SISWA
SMPN SATAP 3 SIMBUANG**



SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Kristen
Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja sebagai Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)**

**JORGI
1220229360**

**Program Studi Bimbingan Konseling Kristen
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN KRISTEN
INSTITUT AGAMA KRISTEN NEGERI (IAKN) TORAJA
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul : Analisis Konseling Individu Teknik *Self-Control* dalam
Mengatasi Perilaku Merokok Siswa SMPN Satap 3 Simbuang

Disusun oleh :

Nama : Jorgi

NIRM : 1220229360

Program Studi : Bimbingan Konseling Kristen

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan Kristen

Setelah dikonsultasikan, dikoreksi, dan diperbaiki berdasarkan arahan dosen pembimbing, maka skripsi ini disetujui untuk dipertahankan pada saat ujian skripsi yang diselenggarakan oleh Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Kristen, Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja.

Tana Toraja, 23 Juni 2026

Dosen Pembimbing

Pembimbing I,



Roni, S.Pd.K., M.Th.
NIDN. 2208119001

Pembimbing II,



Bartolomius Budi, S.Pd., M.Th.
NIDN. 2229048701

HALAMAN PENGESAHAN

Judul : Analisis Konseling Individu Teknik Self-Control Dalam Mengatasi Perilaku Merokok Siswa SMPN Satap 3 Simbuang

Disusun oleh :

Nama : Jorgi
NIRM : 1220229360
Program Studi : Bimbingan Konseling Kristen
Fakultas : Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Kristen

Dibimbing oleh :

I. Roni, S.Pd.K., M.Th.
II. Bartolomius Budi, S.Pd., M.Th.

Telah dipertahankan di depan dewan penguji pada ujian sarjana (S-1) Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja tanggal 06 Juli 2026 dan dijudisium tanggal

Dewan Penguji

Penguji Utama,



Ronaldo Stefanus, M.Th.
NIDN. 2216079701

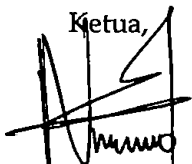
Penguji Pendamping,



Roni, S.Pd.K., M.Th.
NIDN. 2280119001

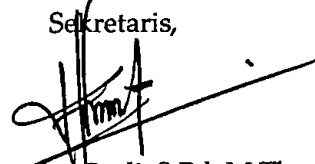
Panitia Ujian Skripsi

Ketua,



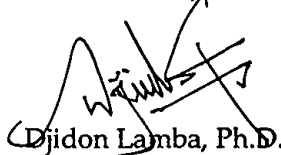
Narno, M.Pd.
NIP. 199409272026051002

Sekretaris,



Bartolomius Budi, S.Pd., M.Th.
NIDN. 2229048701

Mengetahui
Dekan,



Djidon Lamba, Ph.D.
NIDN. 2015048302

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawa ini :

Nama : Jorgi
NIRM : 1220229360
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan Kristen
Program Studi : Bimbingan Konseling Kristen
Judul : Analisis Konseling Individu Teknik *Self-Control*
Dalam Mengatasi Perilaku Merokok Siswa SMPN
Satap Simbuang

Menyatakan dengan sebenarnya bahawa skripsi tersebut adalah merupakan hasil karya sendiri, kecuali kutipan-kutipan yang dengan jelas disebutkan sumber rujukannya. Apabila dikemudian terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini merupakan hasil saduran atau jiplakan dari karya orang lain, maka pihak kampus IAKN Toraja melalui rektor, berhak untuk mencabut gelar dan ijazah yang telah diberikan kepada saya.

Tana Toraja 21 Juli 2026

Yang Membuat Pernyataan



Jorgi
NIRM. 1220229360

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA
ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Yang bertanda tangan dibawa ini :

Nama : Jorgi
NIRM : 1220229360
Program Studi : Bimbingan Konseling Kristen
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan Kristen

Dengan ini menyetujui untuk memberikan ijin kepada pihak IAKN Toraja yaitu **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif** (*Non-exclusive Royalti-free Right*) atas karya ilmiah skripsi yang berjudul :“**Analisis Konseling Individu Teknik Self-Control Dalam Mengatasi Perilaku Merokok Siswa SMPN Satap 3 Simbuang**”

Dengan ini pihak IAKN Toraja berhak menyimpan, mengelolanya dalam pangkalan data (*database*), mendistribusikannya dan menampilkan atau mempublikasikannya Sebagian dari skripsi ini (Bab 1 dan Bab 5) pada repository Perguruan Tinggi untuk kepentingan akademis dengan tetap mencantumkan nama sebagai penulis skripsi ini.

Demikian pernyataan saya buat dengan sebenarnya.

Tana Toraja 21 Juli 2026

Yang Membuat Pernyataan

The image shows an official stamp of the Indonesian Academic Journal Network (IAKN) Toraja. The stamp is rectangular and contains the text "IAKN TORAJA" at the top, "METERAI TEMPEL" in the middle, and a unique identification number "82070AOX055256242" at the bottom. To the right of the stamp is a handwritten signature in black ink.

Jorgi
NIRM. 1220229360

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji dan Syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala hikmat dan kasih karunia-Nya, sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Dengan penuh rasa hormat dan Syukur, skripsi ini penulis persembahkan kepada :

1. Kedua orang tua tercinta, Simon Tonglo Langi' dan Serli Sondok, yang telah menjadi sumber kekuatan dan semangat besar dalam hidup penulis. Terimakasih atas segala cinta, kebaikan, dukungan, dan doa yang tiada henti dalam setiap Langkah perjalanan ini. Skripsi ini merupakan wujud dari perjuangan, ketekunan, dan do akita bersama, kebahagiaan ini adalah milik kita bersama.
2. Dari saya sendiri Jorgi. Terimakasih terus bertahan dan berusaha keras dari sejak masuk kuliah hingga saat ini terus berjuang dan semangat.
3. Seluruh Civitas Akademik Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja, yang telah banyak memberikan bimbingan dan arahan selama penulis berada di Institut Agama Kristen Negeri (IAKAN) Toraja.
4. SMPN Satap 3 Simbuang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian sampai selesai.

HALAMAN MOTTO

“Mengandalkan Tuhan adalah rahasia hidup dalam segala hal baik Suka
Maupun Duka, dan terus berkomitmen untuk maju dan berproses.”

“Diberkatilah orang yang mengandalkan Tuhan, yang menaruh harapannya
pada Tuhan.”
(Yeremia 17 : 7)

ABSTRAK

Perilaku merokok dikalangan siswa sekolah menengah pertama menjadi masalah serius yang mengancam kesehatan fisik, perkembangan psikologis, serta prestasi belajar peserta. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan penerapan konseling individu menggunakan teknik *self-control*, menganalisis efektivitasnya dalam mengatasi perilaku merokok, serta menjelaskan kaitannya dengan teori pengendalian diri dan hasil empiris terkini. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Subjek penelitian terdiri dari lima informan: Guru kesiswaan, Guru wali kelas, Guru Bimbingan Konseling serta dua siswa yaitu TP (siswa yang memiliki ketergantungan merokok) dan AR (siswa yang baru mulai merokok). Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan studi dokumentasi, kemudian dianalisis dengan teknik deskriptif kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik *self-control* ditetapkan melalui beberapa tahap, penerapan teknik ini sesuai dengan Tingkat ketergantungan masing-masing siswa.

Kata kunci : Konseling Individu, Teknik *Self-Control*, Perilaku Merokok, Siswa SMP.

ABSTRACT

Smoking behavior among junior high school students has become a serious issue threatening physical development, and academic achievement of adolescents. This study aims to describe the implementation of individual counselling using the self-control technique, analyze its effectiveness in overcoming smoking behavior, and explain its correlation with self-regulation theory and recent empirical findings. The research employs a qualitative approach with a case study design. The subjects consist of five informants: student affairs Teacher, class Homeroom Teacher, Guidance and Counseling Teacher, and two students namely TP (a student with smoking addiction) and AR (a new smoker). Data were collected through in-depth interviews, participatory observation, and documentation study, then analyzed using descriptive qualitative method. The results show that the self-control technique is implemented through four sequential stages.

Kywords : Individual Counseling, Self-Control Technique, Smoking Behavior, Junior High School Students.