

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Masa remaja merupakan masa dimana seorang individu mengalami peralihan dari satu tahap ke tahap berikutnya dan mengalami perubahan baik fisik maupun psikis. Oleh karenanya, remaja sangat rentan sekali mengalami masalah psikososial, yakni masalah psikis atau kejiwaan yang timbul sebagai akibat terjadinya perubahan sosial. Masa remaja merupakan sebuah periode dalam kehidupan manusia yang batasan usia maupun peranannya seringkali tidak terlalu jelas. Pubertas yang dahulu dianggap sebagai tanda awal keremajaan ternyata tidak lagi valid sebagai patokan atau batasan untuk pengkategorian remaja sebab usia pubertas yang dahulu terjadi pada akhir usia belasan (15-18) kini terjadi pada awal belasan bahkan sebelum usia 11 tahun. Seorang anak berusia 10 tahun mungkin saja sudah (atau sedang) mengalami pubertas namun tidak berarti mereka sudah bisa dikatakan sebagai remaja dan sudah siap menghadapi dunia orang dewasa. Mereka belum siap menghadapi dunia nyata orang dewasa, meski di saat yang sama mereka juga bukan anak-anak lagi. Berbeda dengan balita yang perkembangannya dengan jelas dapat diukur, remaja hampir tidak memiliki pola perkembangan yang pasti. Dalam perkembangannya seringkali mereka menjadi bingung karena kadang-kadang diperlakukan sebagai anak-anak tetapi di lain waktu mereka dituntut untuk bersikap mandiri dan dewasa.

Memang banyak perubahan pada diri seseorang sebagai tanda keremajaan, namun seringkali perubahan itu hanya merupakan suatu tanda-tanda fisik dan bukan sebagai pengesahan akan keremajaan seseorang. Namun hal yang pasti, konflik yang dihadapi oleh remaja semakin kompleks seiring dengan perubahan pada berbagai dimensi kehidupan dalam diri

mereka. Untuk dapat memahami remaja, maka perlu dilihat berdasarkan perubahan pada dimensi-dimensi tersebut seperti halnya dengan merokok.

Perilaku merokok pada remaja umumnya semakin lama semakin meningkat sesuai dengan tahap perkembangan, hal ini ditandai dengan meningkatnya frekuensi dan intensitas merokok. Kebiasaan merokok sering mengakibatkan adanya ketergantungan nikotin. Efek dari merokok hanya meredakan kecemasan selama efek nikotin masih ada, malah ketergantungan nikotin membuat seseorang menjadi tambah stres. Pengaruh nikotin dalam merokok dapat membuat seseorang menjadi pecandu atau ketergantungan pada rokok. Remaja yang sudah kecanduan merokok pada umumnya tidak dapat menahan untuk tidak merokok, mereka cenderung sensitif terhadap efek dari nikotin.

Biasanya usia pertama kali merokok pada umumnya berkisar antara 11-13 tahun dan pada umumnya individu pada usia tersebut merokok sebelum berusia 18 tahun. Perokok laki-laki lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan dimana jika diuraikan menurut umur, prevalensi perokok laki-laki paling tinggi pada umur 15-19 tahun. Remaja laki-laki pada umumnya mengkonsumsi 11-20 batang/hari bahkan kadang-kadang mengkonsumsi lebih dari 20 batang/hari. Yayasan Kanker Indonesia (YKI) menemukan 27.1% dari 1961 responden pelajar pria SMA/SMK, sudah mulai atau bahkan terbiasa merokok, umumnya siswa kelas satu menghisap 1-4 batang/hari, sementara kelas tiga mengkonsumsi rokok lebih dari 10 batang/hari (Sirat dkk, 2000: 56).

Fenomena yang terjadi di SMK Negeri 1 Pulubala didasarkan pada hasil pengamatan yang dilakukan oleh peneliti bahwa pada umumnya siswa sudah mulai membiasakan diri dalam merokok khususnya pada siswa kelas XI. Dari data jumlah siswa laki-laki kelas XI yang diperoleh dari wali kelas, bahwa dari 12 orang siswa yang sudah melakukan aktivitas merokok sebanyak 10 orang atau 83.33%. Banyaknya jumlah perokok pada siswa kelas XI disebabkan

oleh kurangnya kesadaran siswa terhadap dampak rokok, kurangnya perhatian orang tua, kurangnya bimbingan yang dilakukan oleh guru terutama dalam bimbingan kelompok tugas, serta pengaruh lingkungan di sekitar siswa terutama di lingkungan tempat tinggalnya.

Berdasarkan kenyataan, maka seorang guru harus mengambil langkah strategi untuk mengurangi perilaku merokok siswa. Salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh guru adalah dengan melakukan bimbingan kelompok tugas terhadap siswa perokok. Dengan adanya bimbingan kelompok, memungkinkan siswa secara bersama-sama membahas berbagai bahan dari nara sumber (terutama dari guru pembimbing) yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga, dan masyarakat.

Sejauhmana keefektifan bimbingan kelompok dalam mengurangi perilaku merokok perlu ada penelitian yang cermat dengan memformulasikan judul penelitian”**Keefektifan Bimbingan Kelompok Tugas dalam Mengurangi Perilaku Merokok pada Siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Pulubala**”

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat diidentifikasi permasalahan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Pada umumnya siswa laki-laki sudah memulai terbiasa merokok.
2. Pemberian bimbingan kelompok belum optimal.

## **1.3 Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah tersebut, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan “Apakah bimbingan kelompok tugas efektif mengurangi perilaku merokok pada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Pulubala?”.

## **1.4 Cara Pemecahan Masalah**

Mengkaji identifikasi permasalahan di atas, maka tindakan yang dilakukan oleh guru untuk mengurangi perilaku merokok pada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Pulubala, adalah melalui bimbingan kelompok tugas, dengan langkah-langkah sebagai berikut: (1) memberikan pemahaman dan pementapan kehidupan keberagaman dan hidup sehat; (2) pemahaman dan penerimaan diri sendiri dan orang lain sebagaimana adanya; (3) pemahaman tentang emosi, prasangka, konflik, dan peristiwa yang terjadi di masyarakat, serta pengendaliannya/pemecahannya; (4) pengaturan dan penggunaan waktu secara efektif (untuk belajar dan kegiatan sehari-hari, serta waktu senggang).

### **1.5 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang ada, maka tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk menguji keefektifan bimbingan kelompok tugas dalam mengurangi perilaku merokok pada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Pulubala.

### **1.6 Manfaat Penelitian**

Manfaat yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Secara teoritis, menambah khasanah keilmuan bimbingan dan konseling yang dapat dijadikan sebagai referensi bagi penelitian selanjutnya.
2. Secara praktis, manfaat penelitian ini adalah: dapat memberikan informasi tentang bahaya merokok bagi kesehatan sehingga siswa bisa mengurangi perilaku merokoknya, dapat memberikan informasi kepada siswa akan dampak dari merokok serta dapat memberikan sumbangsi pemikiran yang positif bagi siswa perokok, dan akan memberikan sumbangan pemikiran bagi sekolah untuk memberikan pemahaman kepada siswa untuk tidak mengkonsumsi rokok.

