PENGARUH TEKNIK MODELING LANGSUNG UNTUK MENGURANGI PERILAKU MEROKOK DAN PENANGANAN (STUDI KASUS) DI SMP NEGERI SATAP 30 BARRU

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi sebagaian guna persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pendidikan pada program studi bimbingan dan konseling STKIP ANDI MATAPPA

OLEH:

IRA HENRA

921862100015

ILMU PENDIDIKAN

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

STKIP ANDI MATAPPA

2025

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

LEMBAR PENGESAHAN

Judul : PENGARUH TEKNIK MODELING LANGSUNG UNTUK MENGURANGI PERILAKU MEROKOK DAN PENANGANAN STUDI KASUS DI SMP NEGERI SATAP 30 BARRU

Atas Nama Saudara

Nama : Ira henra

Nim : 921862010015

Pogram Studi : Bimbingan dan konseling

Setelah diperiksa/diteliti ulang, memenuhi syarat untuk diseminar hasilkan.

Pangkajene, 22 September 2025

Disetujui Oleh :

Pembimbing I	Pembimbing II
A. Aztri Fithrayani Alam, SH., S.Pd., M.H.	A.Muh.Ramadhan AS,S.Pd., M.Pd.

Diketahui oleh :

Ketua STKIP Andi Matappa	Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling
A. Zam Immawan Alam. SH., MH.	Ahmad Yusuf S.Pd., M.Pd

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Diterima oleh panitia Ujian Skripsi Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan (STKIP) Andi Matappa, sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan.

Diketahui oleh
Ketua Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Andi Matappa

A.ZAM.IMMAWAN ALAM.,SH.,MH

Dengan susunan panitia ujian sebagai berikut:

Ketua : A. Aztri Fithrayani Alam, SH.,S.Pd.,MH. ( )

Sekretaris : A. Muh. Ramadhan AS, S.Pd., M.Pd. ( )

Penguji : 1. Ahmad Yusuf, S.Pd., M.Pd. ( )

2. Nur Asriyanti Jabir, S.Ag., M.Pd. ( )

Pembimbing : 1. A. Aztri Fithrayani Alam, SH.,S.Pd.,MH.( )

2. A. Muh. Ramadhan AS, S.Pd., M.Pd. ( )

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

BISMILLAH RAHMANIRAHIM

Yang bertanda tangan dibawah ini menerangkan bahwa:

Nama : IRA HENRA

Npm : 921862010015

Tempat Tanggal Lahir : Barru 13 Mei 2004

Alamat : Bulo-Bulo

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa isi skripsi ini adalah tanggung jawab saya sendiri dan segala sesuatunya dikemudian hari adalah tanggung jawab saya sendiri. Apabila dikemudian hari ternyata skripsi ini, baik sebagaian maupun seluruhnya, tiruan, duplikat atau di buatkaan maka presdikat Kerjasama saya dapat dinyatakan batal demi hukum.

Pangkajene, 22 September 2025



Ira Henra

921862010015

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

MOTTO

“Langkahku mungkin jauh, jalanku tak semudah, tapi do’a keluarga

Selalu menjadi Cahaya yang menuntunku sampai di titik ini.”

“Ira henra”

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

ABSTRAK

IRA HENRA, 2025. Pengaruh Teknik modeling langsung untuk mengurangi perilaku merokok dan penanganan (studi kasus) SMPN Satap 30 Barru. Dibimbing oleh A. Aztri Fithrayani Alam, sabagai pembimbing I dan A. Muh Ramadhan AS sebagai pembimbing II. Program studi Bimbingan dan Konseling. Sekolah tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan (STKIP) Andi Matappa. Pembahasan yang dibahas pada skripsi ini adalah 1) Gambaran pelaksanaan Teknik modeling langsung untuk mengurangin perilaku merokok di SMP Negeri Satap 30 Barru? 2) Faktor-faktor perilaku merokok dan penanganan studi kasus di SMP Negeri Satap 30 Barru? 3) Upaya penanganan perilaku merokok dengan studi kasus di SMP Negeri Satap 30 Barru?

Pendekatan yang di gunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan jenis penelitian Studi kasus. Instumen penelitian ini pedoman observasi, pedoman wawacara dan dokumentasi.

Berdasarkan hasil pelaksanaan Teknik modeling langsung a) Identifikasi dan latar belakang siswa kasus, perencanaan dan penetuan figure model, pelaksanaan Teknik modeling langsung dan Evaluasi dan tindak lanjut, Kondisi siswa sebelum Teknik modeling langsung perilaku merokok tampak aktif dan menjadi kebiasaaan yang dilakukan saat jam istirahat. Kondisi siswa sesudah pemberian Teknik modeling langsung perilaku merokok siswa mulai berkurang secara perlahan. Pengaruh Teknik modeing langsung observasi, wawacara dan dokumentasi, Teknik modeling langsung terbukti menberikan pengaruh positif terhadap penurunan perilaku merokok siswa.

Kata kunci: Teknik Modeling, Perilaku merokok, studi kasus.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini yang berjudul: "Pengaruh Teknik Modeling Langsung untuk Mengurangi Perilaku Merokok dan Penanganan Studi Kasus di SMP Negeri Satap 30 Barru"

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Bimbingan dan Konseling, Jurusan ilmu Pendidikan STKIP Andi Matappa.

Dalam penulisan skripsi ini tidak terlepas dari berbagai hambatan dan kesulitan yang ada pada dasarnya menberikan hikmah tersendiri bagi penulis, walapun hanya berbekal kemampuan yang serba terbatas, namun tidak melemahkan semangat dijiwa untuk berusaha menyelesaikan skripsi ini penulis ini menyadari bahwa semasa kuliah sampai selesainya skripsi ini berkat bantuan dari berbagai pihak. Oleh tidak terlepas dari bantuan, dukungan, dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Hj. Zaorah, S.Pd Selaku Ketua Yayasan STKIP Andi Matappa

2. A. Zam Immawan Alam, SH. MH. Selaku Ketua STKIP Andi Matappa

3. Ahmd Yusuf, S.Pd., M. Pd Selaku ketua program studi bimbingan dan konseling

4. A. Aztri Fithrayani Alam, S.Pd., M.Pd Selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing dan motivasi penulis dalam Menyusun skripsi ini.

5. A. Muh. Ramadhan AS, S. Pd., M.Pd Selaku pembimbing II atas segala saran dan masukan yang sangat menbantu dalam penyelesaian skripsi ini.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

6. Bapak/ibu dosen STKIP Andi Matappa, khususnya Jurusan bimbingan dan konseling yang telah mendidik dan mengajarkan ilmunya

6. Kepala Sekolah, Guru BK, dan seluruh warga SMP Negeri Satap 30 Barru, yang telah memberikan izin, kerja sama, dan data yang dibutuhkan dalam proses penelitian.

7. Teristimewa diucapakan terimakasih dan penghormatan kepada ayahanda tuwo henra dan ibu dayati yang tercinta atas segalah pengorbanan dan tulus kasih yang diberikan. Beliau memang tidak sempat merasakan Pendidikan bangku perkuliahan, namun mereka mampu senantiasa memberikan yang terbaik, tak kenal Lelah mendoakan serta memberikan perhatian dan dukungan hingga penulisan mampu menyelesaikan studinya sampai meraih gelar sarjana. Semoga ayah ibu sehat, Panjang umur dan selalu bahagia

8. Sahabat dan teman-teman seperjuangan 2021 atas kebersamaan, semangat, dan bantuan selama masa studi hingga penyusunan skripsi ini.

Semoga budi baik dan bantuan berbagai pihak dapat bernilai ibadah dan memperoleh imbalan yang berlimpah ganda di sisi allah SWT. Dalam kedudukannya sebagai manusia yang tidak lepas dari kehilafan' penulis skripsi ini masih perlu disempurnakan. Karenanya, dengan tangan terbuka penulis mengharapkan masukan demi kesempurnaan skripsi ini. Akhir kata semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca dalam rangka pengembangan ilmu pengetahuan. Aamiin.

Barru, 05 Agustus 2025



IRA HENRA

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
PENGESAHAN SKRIPSI	iv
PERYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	v
MOTTO	vi
ABSTRAK	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Fokus Penelitian	10
C. Tujuan Penelitian	10
D. Manfaat Penelitian	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA	12
A. Perilaku Merokok	12
B. Teknik Modeling Langsu	17

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

C. Penelitian Relevan 25

D. Kerangka Pikir 29

BAB III METODE PENELITIAN 32

A. Pendekatan dan Jenis penelitian 32

B. Deskripsi Fokus 32

C. Lokasi dan Waktu Penelitian 33

D. Subjek Penelitian 33

E. Instrumen Penelitian 35

F. Proseder Pengumpulan Data 36

G. Teknik Analisis Data 38

H. Pengecekan Keabsahan Data 39

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 41

A. Hasil Penelitian 41

B. Pembahasan 52

C. Penangananya 54

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 61

A. Kesimpulan 61

B. Saran 62

DAFTAR PUSTAKA 64

LAMPIRAN 67

RIWAYAT HIDUP 127

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

DAFTAR GAMBAR

2.1 Kerangka Pikir 31

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kisi-kisi Wawacara 68

Lampiran 2 Pedoman Wawacara Siswa Kasus I 69

Lampiran 3 Pedoman Wawacara Siswa Kasus II 72

Lampiran 4 Pedoman Wawacara Teman Sebaya I 74

Lampiran 5 Pedoman Wawacara Teman Sebaya II 76

Lampiran 6 Pedoman Wawacara Guru Bk 77

Lampiran 7 Pedoman Observasi 82

Lampiran 8 Pedoman Dokumentasi 84

Lampiran 9 Hasil Wawacara Kasus I 85

Lampiran 10 Hasil Wawacara Kasus II 89

Lampiran 11 Hasil Wawacara Teman Sebaya I 92

Lampran 12 Hasil Wawacara Teman Sebaya II 95

Lampiran 13Hasil Wawacara Guru BK 98

Lampiran Hasil Observasi perilaku merokok dan penganganan 101

(studi kasus)

Dokumentasi 102

Persuratan 105

Pengajuan Judul 106

Penunjukan Tim pembimbing 107

Lembar Koreksian sempro 108

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

SKP Sempro 109

Keterangan Validasi instrument 110

Validasi 111

Izin Penelitian 119

Surat Keterangan Sudah Penelitian 121

Koreksian Semhas 122

SKP Semhas 123

Koreksian tutup 124

Surat Keterangan artikel ilmiah 125

Matriks 126

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah salah satu aspek penting bagi kehidupan manusia. Maju mundurnya sebuah negara juga di pengaruhi oleh pendidikan. Pendidikan yang berkualitas menemukan terciptanya suatu produk atau manusia yang unggul serta dapat berkompetisi pada era globalisasi. pendidika memiliki perang signifikan untuk membentuk karakter seseorang yang nantinya akan menjadi manusia yang dapat berinteraksi dan berkomunikasi yang baik pada lingkunganya.

Pendidikan merupakan proses terencana dan sistematis untuk menciptakan suasana belajar serta proses pembelajaran yang aktif, kreatif, dan menyenangkan agar peserta didik mampu mengembangkan potensi dirinya secara optima. Pendidikan tidak hanya berorientasi pada aspek akademik, tetapi juga mencakup pembinaan karakter, nilai moral, sosial, dan emosional peserta didik.Menurut Prayitno (2017), Bimbingan dan konseling adalah bagian integral dari pendidikan. Fungsinya bukan hanya menyelesaikan masalah, tetapi membimbing siswa menuju kehidupan yang optimal. Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan tidak bisa berdiri sendiri tanpa dukungan layanan BK yang membentuk keutuhan kepribadian peserta didik. Sementara itu, Nursalim (2020) menyatakan bahwa “BK harus hadir untuk mengembangkan karakter siswa, sejalan dengan visi pendidikan nasional: cerdas dan berakhlak mulia. Dalam konteks ini, layanan konseling memiliki peran dalam membina nilai-nilai kehidupan, etika, dan tanggung jawab sosial pada peserta didik sejak dini. Selain itu, Nurihsan (2019) berpendapat bahwa “BK mendidik peserta didik untuk memahami diri, membuat

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

keputusan tepat, serta membangun hubungan sosial yang sehat.” Dengan demikian, layanan BK dapat membantu siswa dalam pengambilan keputusan yang tepat, baik untuk aspek akademik maupun kehidupan sosialnya.

Secara umum pendidikan adalah suatu proses pembelajaran pengetahuan, keterampilan dan kebiasaan sekumpul manusia yang diwariskan dari suatu generasi ke generasi selanjutnya melalui pengajaran, pelatihan. Pendidikan merupakan sebagai usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran untuk peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya dan masyarakat. Pendidikan dapat diartikan sebagai usaha sadar dan sistematis untuk mencapai taraf hidup atau kemajuan lebih baik. Tingkat pendidikan memiliki hubungan yang kuat dengan kebiasaan merokok pada remaja. Remaja yang memperoleh pendidikan yang lebih baik sering kali memiliki akses lebih besar ke informasi tentang dampak kesehatan merokok dan memahami risiko yang terlibat.

Pendidikan yang lebih tinggi dapat meningkatkan kesadaran tentang bahaya merokok dan memberikan keterampilan untuk membuat keputusan yang lebih sehat. Sebaliknya, remaja dengan tingkat pendidikan yang lebih rendah mungkin kurang mendapatkan informasi yang memadai tentang kesehatan, sehingga lebih cenderung terlibat dalam perilaku merokok. Tingkat pendidikan yang lebih rendah juga sering dikaitkan dengan kurangnya sumber daya untuk mengakses dukungan kesehatan atau program berhenti merokok.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

Perilaku merokok berdampak secara langsung maupun tidak langsung pada kesehatan dan kesejahteraan, seperti rendahnya tingkat pendidikan, meningkatnya angka kesakitan dan kematian dini karena penyakit yang disebabkan oleh konsumsi rokok, serta masalah ekonomi yang timbul akibat kenaikan harga rokok.

Banyak remaja mulai merokok pada usia yang sangat muda, hal tersebut dapat meningkatkan risiko kesehatan di masa depan. Merokok merupakan kebiasaan yang berbahaya dan dapat menyebabkan berbagai penyakit serius seperti kanker, penyakit paru obstruktif kronik, gangguan kardiovaskular, stroke, hipertensi, diabetes, peradangan kulit, gangguan penglihatan, dan fungsi sistem kekebalan tubuh.

Menurut Kemenkes (2016) perilaku merokok dapat menimbulkan dampak negatif, tak hanya untuk diri sendiri tapi juga untuk orang lain. Remaja sangat mudah terpengaruh oleh lingkungan luar yang dapat menimbulkan mereka melakukan perilaku seperti merokok. Mempunyai teman yang merokok, ditawari rokok oleh teman, dan akses mendapatkan rokok yang mudah menjadi faktor utama perilaku merokok pada remaja (Pereira, A 2017).

Merokok merupakan yang buruk tidak hanya bagi diri sendiri, tetapi juga orang lain atau keluarga yang ada di sekitarnya baik dalam waktu singkat maupun jangka panjang. Perlu diketahui, bahwa di dalam rokok terkandung lebih dari 4.000 jenis bahan bahan kimia yang berbahaya bagi tubuh. Terjadi kepada para perokok aktif maupun pasif, penyakit paru-paru kronis, merusak gigi dan menyebabkan bau mulut,menyebabkan stroke dan serangan jantung,tulang mudah patah,gangguan

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

pada mata, salah satunya seperti katarak, menyebabkan kanker leher rahim dan keguguran pada wanita dan menyebabkan kerontokan rambut.

Menurut Hardiyanti (2020) bahwa faktor yang dapat mempengaruhi perilaku merokok seperti kurangnya kesadaran akan dampak yang ditimbulkan, pergaulan remaja yang tidak sesuai umurnya, pengaruh media sosial, lingkungan tempat tinggal, finansial keluarga, tingkat pendidikan, profesi pekerjaan, jenis kelamin, dan usia. Resiko kesehatan dan keselamatan remaja akan sangat terancam jika melakukan perilaku seperti merokok ini.

Di Indonesia kegiatan merokok seringkali dilakukan individu dimulai di Sekolah Menengah pertama, bahkan mungkin sebelumnya. Usia perokok di remaja mulai dari 15-19 tahun merupakan kelompok yang paling banyak merokok dalam demografi usia muda, Dewasa, terutama pria usia di atas 15 tahun, juga memiliki prevalensi yang tinggi (lebih dari sepertiga). Kita sering melihat di jalan atau tempat yang biasanya dijadikan sebagai tempat “nongkrong” siswa tingkat Sekolah Menengah pertama, kebanyakan pada siswa laki-laki.

Dari hasil wawacara salah satu siswa. Merokok merupakan efek yang biasa terjadi dalam pergaulan. Pengendalian diri pada masa remaja mudah terjerumus dalam perilaku yang negatif. Salah satunya adalah perilaku merokok, walaupun merokok itu berbahaya bagi remaja dan sekitarnya. Siswa yang berada dalam masa remaja yang merasa dirinya harus lebih banyak menyesuaikan diri dengan norma-norma kelompok sebaya dari pada norma-norma orang dewasa, khususnya siswa laki laki bahwa merokok sebagai suatu tuntutan pergaulan bagi mereka.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

Perilaku merokok juga merupakan gerbang masuknya perilaku negatif lainnya seperti penyalahgunaan obat-obatan, dan penyakit lainnya, namun remaja sering menyepelekan pengaruh negatif dari tindakan mereka sendiri. Godaan untuk merokok pada remaja juga dapat dihubungkan dengan keadaan afektif dan gejala obat. Untuk usia remaja biasanya alasan mereka merokok adalah untuk menenangkan pikirannya,agar diterima dalam kelompok (tekanan dalam kelompok) menjadikan rokok sebagai pelampiasan. Perilaku mengkonsumsi rokok tidak hanya terjadi pada kalangan remaja ataupun kalangan pelajar pada masyarakat kota metropolis saja, akan tetapi sehubungan dengan berbagai pengaruh dan perilaku remaja karena pergaulan, maka pemuda atau remaja bahkan pelajar di pedesaan saja juga telah banyak yang melakukan kegiatan merokok. Termasuk dalam hal ini para pelajar di SMP Negeri Satap 30 Barru.Siswa dengan inisial ID dan RB di ketahui oleh guru BK telah beberapa kali terlihat merokok di lingkungan sekolah, Terutama saat jam istirahat dan sepulang sekolah. Informasi ini pertama kali diterima dari teman kelasnya yang merasa tidak nyaman karena sering di ajak merokok bersama. Ketika dikonfirmasikan oleh guru Bk ID dan RB mengakui telah mulai merokok sejak duduk di bangku kkelas VII SMP sampai kelas IX. Ia mengaku awalnya hanya coba-coba karena melihat teman -teman sebaya dan keluarganya merokok di rumah. Dari kondisi itulah maka dalam penelitian ini akan mengangkat topik dan masalah penelitian tentang perilaku merokok pada kalangan pelajar di SMP Negeri Satap 30 Barru. Bahkan tidak hanya dilingkungan Sekolahan tempat penelitian saja secara umum merebak keseluruh penjuru pelosok desa di sekitar tempat penelitian.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

Kesehatan hal yang sangat penting bagi semua manusia karena tanpa kesehatan yang baik, maka setiap manusia akan sulit dalam melaksanakan aktivitasnya sehari-hari. Kesehatan tubuh sangat berperang penting dalam menjalani aktifitas-aktifitas baik dari segi fisik atau pemikiran di mana kesehatan merupakan modal utama dalam melakukan aktifitas dalam menjalani kehidupan. Kesehatan suatu hal yang mendasar dalam hidup manusia. Banyak orang sakit dan keluarganya yang mengorbankan segala harta benda mereka untuk mencari kesembuhan, begitu pentingnya arti kesehatan sehingga ada orang memilih lebih baik mati daripada hidup tdk sehat dan tidak dapat melakukan apa-apa.

Mengurangi perilaku merokok yaitu dengan teknik modeling langsung teknik modeling langsung adalah secara tidak langsung atau simbolis merupakan cara atau prosedur yang dilakukan dengan menggunakan model merupakan teknik konseling yang digunakan untuk mempelajari tingakah laku baru dengan mengamati model dengan mepelajari keterampilan yang dimilki oleh sang model yang berperan sebagai rangsangan pikiran, sikap dan perubahan tingkah laku individu dengan mengamati seorang model kemudian memperkuat untuk meniru tingkah laku model yang ada. Terakhir teknik modeling langsung ini adalah suatu komponen dari suatu strategi dimana konselor menyediakan demonstrasi tentang tingkah laku yang menjadi tujuan.

Model yang dimaksud dapat berupa model sesungguhnya (langsung) pula secara simbolis. Model yang sesunggunhya ialah orang,yaitu konselor,guru atau teman sebaya. Modeling langsung dapat membantu seseorang untuk memperoleh perilaku baru seseorang melalui model hidup atau model simbolis.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Perilaku Merokok

Perilaku merokok adalah suatu aktivitas atau tindakan menghisap gulungan tembakau yang tergulung kertas yang telah dibakar dan menghembuskannya keluar sehingga dapat menimbulkan asap yang dapat terhisap oleh orang-orang disekitarnya serta dapat menimbulkan dampak buruk baik bagi perokok itu sendiri maupun orang-orang disekitarnya. Merokok adalah suatu kebiasaan menghisap rokok yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari, merupakan suatu kebutuhan yang tidak bisa dihindari bagi orang yang mengalami kecenderungan terhadap rokok. Rokok merupakan salah satu bahan adiktif artinya dapat menimbulkan ketergantungan bagi pemakainya. Sifat adiktif rokok berasal dari nikotin yang dikandungnya. Setelah seseorang menghirup asap rokok, dalam 7 detik nikotin akan mencapai otak (Yaskur, 2019). Perilaku merokok merupakan aktivitas seseorang dari respons orang tersebut terhadap rangsangan dari luar yaitu faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang untuk merokok dan dapat diamati secara langsung.

Munculnya perilaku merokok dipengaruhi oleh faktor stimulus yang diterima, baik stimulus internal maupun stimulus eksternal. Sama halnya perilaku lain, perilaku merokok juga muncul karena adanya faktor internal (faktor biologis dan faktor psikologis, seperti perilaku merokok diilakukan.

untuk mengurangi stres) dan faktor eksternal (faktor lingkungan sosial, seperti terpengaruh oleh teman sebaya). Rokok mengandung 4000 zat kimia dengan 200

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

jenis di antaranya bersifat karsinogenik (dapat menyebabkan kanker), di mana bahan racun ini didapatkan pada asap utama yaitu asap rokok yang terhisap langsung masuk keparu-paru perokok maupun asap samping yaitu asap rokok yang dihasilkan oleh ujung rokok yang terbakar, misalnya karbon monoksida, benzopiren, dan amoniak menurut (Yudha, 2018). Ada 2 jenis tipe perokok yaitu perokok pasif dan perokok aktif. Perokok pasif adalah asap rokok yang dihirup oleh orang yang tidak merokok (Passive smoking). Asap rokok merupakan polusi bagi manusia dan lingkungan sekitar. Asap rokok lebih berbahaya bagi perokok pasif dibandingkan perokok aktif. Asap rokok mungkin berbahaya bagi seseorang yang tidak merokok, terutama di dalam ruangan. Perilaku merokok berdasarkan intensitas merokok membagi jumlah rokok yang dihisapnya setiap hari, yaitu:

1) Perokok sangat berat adalah perokok yang mengkomsumsi rokok sangat sering yaitu merokok lebih 31 batang tiap harinya dengan selang merokok lima menit setelah bangun tidur pagi hari.
2) Perokok berat adalah perokok yang menghabiskan 21-30 batang rokok setiap hari dengan selang waktu merokok berkisar 6-30 menit setelah bangun tidur pagi hari.
3) Perokok sedang adalah perokok yang mengonsumsi rokok cukup yaitu 11-21 batang per hari dengan selang waktu 31-60 menit mulai bangun tidur pagi hari.
4) Perokok ringan adalah perokok yang mengonsumsi rokok jarang yaitu sekitar 10 batang per hari dengan selang waktu 60 menit dari bangun tidur pagi.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

Salah satu faktor individu merokok adalah kurangnya pengetahuan tentang rokok. (Jatmika dan Anggraini 2018) menyatakan bahwa dengan adanya pengetahuan pada remaja terhadap merokok akan berpengaruh pada sikap remaja pada perilaku merokok karena adanya perbedaan pandangan terhadap rokok. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Wulandari 2017) yang menyatakan bahwa mayoritas tingkat pengetahuan siswa/remaja terhadap rokok masuk dalam kategori tinggi (50%), artinya tingginya tingkat pengetahuan yang baik terhadap rokok sejalan dengan perilaku merokok siswa.

Pengetahuan mampu perilaku seseorang. Mendasari Pengetahuan ini juga akan lebih mengakar terhadap perilaku sehingga mempengaruhinya dibandingkan perilaku yang tidak didasari pengetahuan. Jika remaja memiliki pengetahuan yang baik, maka diharapkan perilaku merokok akan berkurang (Prautami & Rahayu, 2018). Menurut (Ronald,2013) faktor-faktor penyebab merokok dapat dibagi dalam beberapa golongan sekalipun sesungguhnya faktor-faktor itu saling berkaitan satu sama lain:

1) Faktor Genetik

Beberapa studi menyebutkan faktor genetik sebagai penentu dalam timbulnya perilaku merokok dan bahwa kecenderungan menderita kanker, ekstraversi dan sosok tubuh piknis serta tendensi untuk merokok adalah faktor yang diwarisi bersama-sama. Studi menggunakan pasangan kembar membuktikan adanya pengaruh genetik, karena kembar identik, walaupun

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

dibesarkan terpisah, akan memiliki pola kebiasaan merokok yang sama bila dibandingkan dengan kembar non identik.

2) Faktor Kepribadian

Banyak peneliti mencoba menetapkan tipe kepribadian perokok. Tetapi studi statistik tak dapat memberi perbedaan yang cukup besar antara pribadi orang yang merokok dan yang tidak. Oleh karena itu tes-tes kepribadian kurang bermanfaat dalam memprediksi apakah seseorang akan menjadi perokok. Lebih bermanfaat adalah pengamatan dan studi observasi di lapangan.

3) Faktor Sosial

Beberapa penelitian telah mengungkap adanya pola yang konsisten dalam beberapa faktor sosial penting. Penelitian Windahsari (2017) sejalan dengan penelitian ini yang mengatakan bahwa terdapat hubungan antara faktor lingkungan sosial dengan perilaku merokok. Faktor ini terutama menjadi dominan dalam memengaruhi keputusan untuk memulai merokok dan hanya menjadi faktor sekunder dalam memelihara kelanjutan kebiasaan merokok.

4) Faktor Kejiwaan

Dua teori yang paling masuk akal adalah bahwa merokok itu adalah suatu kegiatan kompensasi dari kehilangan kenikmatan oral yang dini atau adanya suatu rasa rendah diri yang tak nyata. Freud, yang kebetulan juga pecandu rokok berat, menyebut bahwa sebagian anak-anak terdapat “peningkatan pembangkit kenikmatan di daerah bibir” yang bila

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

berkelanjutan dalam perkembangannya akan membuat seseorang mau merokok.

5) Faktor Sensorimotorik

Buat sebagian perokok, kegiatan merokok itu sendirilah yang membentuk kebiasaan tersebut, bukan efek psikosial atau farmakologinya. Sosok sebungkus rokok, membukanya, mengambil dan memegang sebatang rokok, menyalakannya, mengisap, mengeluarkan sambal mengamati asap rokok, aroma, rasa dan juga bunyinya semua berperan dalam terciptanya kebiasaan ini.

6) Faktor Farmakologis

Nikotin mencapai otak dalam waktu singkat, mungkin pada menit pertama sejak dihisap. Cara kerja bahan ini sangat kompleks. Pada dosis sama dengan yang di dalam rokok, bahan ini dapat menimbulkan stimulasi dan rangsangan di satu sisi tetapi juga relaksasi disisi lainnya.

(Menurut Loughlin 2017) faktor gaya hidup salah satunya adalah terlalu sering melihat iklan di TV, Terlalu sering melihat iklan rokok membuat anak tertarik untuk mencoba karena iklan rokok selalu menampilkan kemewahan dan kenikmatan. Berdasarkan beberapa uraian di atas, dapat disimpulkan ada beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku merokok seseorang diantaranya kurangnya pengetahuan tentang bahaya rokok, dapat menunjukkan kejantanan individu, stress, faktor genetik.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

B. Teknik Modeling langsung

Modeling langsung adalah prosedur yang digunakan untuk mengajarkan tingkah laku yang dikehendaki atau yang hendaknya dimiliki oleh konseli melalui contoh langsung dari konselor sendiri, guru, atau teman sebayanya. Konselor perlu memberi contoh atau pola tingkah laku yang baik untuk klien yang tidak mengetahui bagaimana bertindak dalam suasana tertentu. Pada tahap tertentu pemberian contoh ini dapat berupa penampilan keadaan yang sebenarnya, misalnya contoh catatan kuliah yang sepakat oleh mahasiswa lain. Konselor harus benar-benar peka terhadap berbagai kesempatan yang tepat untuk memberikan bantuan yang sederhana seperti itu. Dalam hal ini pemberian contoh pada umumnya ditampilkan dalam cara yaitu konselor sendiri dapat bertindak sebagai model atau seorang kawan (dari konseli) dalam kehidupan sosial konseli dapat bertindak sebagai model dalam kehidupan sosial konseli sehari-hari. Dalam kedua cara ini, model itu hendaknya ditampilkan secara utuh dengan memperlihatkan baik keseluruhannya maupun bagian-bagiannya.

Jika menggunakan modeling langsung dalam konseling, konselor sebagai model pertama-tama konselor hendaknya berperan secara terbalik yaitu sebagai konseli sebaliknya konseli berperan sebagai orang lain dalam lingkungan konseli. Dalam pelaksanaan ini konselor hendaknya meminta konseli untuk memerankan orang tersepakat serealitis mungkin. Dengan cara ini konseli dapat belajar menirukan tingkah laku yang menjadi model hampir sama dengan lingkungan konseli yang sebenarnya. Jika menggunakan model yang sesungguhnya,

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Adapun alasan mengambil pendekatan dan jenis penelitian ini tepat digunakan karena bersifat dalam studi kasus dalam mengumpulkan data. Penelitian ini juga menutaskan diri secara intensif pada satu obyek tertentu yang mempelajarinya sebagai suatu kasus.

B. Deskripsi Fokus

Fokus perilaku dalam penelitian ini adalah perilaku merokok aktif yang dilakukan secara sadar dan berulang oleh individu, baik dalam frekuensi harian maupun situasional. Perilaku ini ditandai oleh tindakan mengkonsumsi rokok tembakau sebagai respons terhadap dorongan internal (seperti stres atau kecanduan nikotin) maupun faktor eksternal (seperti pengaruh teman sebaya atau lingkungan sosial).

Dengan pendekatan studi kasus, fokus diarahkan pada pemahaman mendalam mengenai proses perubahan perilaku pada individu, termasuk dinamika psikologis, sosial, dan emosional yang menyertai proses pengurangan atau penghentian merokok.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

C. Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri Satap 30 Barru yang terletak di desa bulo-bulo kecamatan pujananting kabupaten barru.Alasan memilih lokasi di SMP Negeri Satap 30 Barru, belum ada penelitian yang serupa di tempat tersebut. Pada lokasi ini akan diperoleh data yang banyak dan lokasi ini benbutuhkan perhatian untuk seorang pelajar di sekolah tersebut

D. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa SMP Negeri Satap 30 Barru yang memiliki kebiasaan merokok. Pemilihan subjek dilakukan dengan menggunakan teknik modeling langsung, yaitu penentuan subjek berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian. Adapun kriteria subjek penelitian adalah sebagai berikut:

1. Merupakan siswa aktif di SMP Negeri Satap 30 Barru.

2. Berusia antara 13–15 tahun.

3. Memiliki kebiasaan merokok secara aktif (minimal dalam 3 bulan terakhir).

4. Menunjukkan adanya keinginan atau motivasi awal untuk mengurangi atau berhenti merokok, meskipun masih lemah.

5. Bersedia mengikuti proses intervensi dengan teknik modeling langsung.

6. Mendapatkan izin dari orang tua atau wali untuk berpartisipasi dalam penelitian.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus, sehingga jumlah subjek yang dipilih bersifat terbatas, yaitu satu atau beberapa siswa, guna memungkinkan peneliti melakukan pengamatan secara mendalam terhadap proses perubahan perilaku merokok sebelum, selama, dan sesudah intervensi dilakukan.

Teknik modeling langsung bisa mengubah perilaku merokok tidak bisa dipahami sebagai "kepastian mutlak," tetapi lebih sebagai landasan ilmiah dan praktik konseling yang sudah terbukti efektif dalam banyak kasus. Berikut poin-poin yang menjelaskan jaminannya:

1. Dasar Teori Psikologi (Bandura – Teori Belajar Sosial) Menurut Albert Bandura, individu belajar banyak perilaku melalui observasi dan peniruan (observational learning). Jika siswa melihat figur model (guru, teman sebaya teladan, alumni) yang dihargai berhasil berhenti merokok, maka siswa lebih termotivasi untuk meniru. Jaminannya: perilaku baru bisa lebih cepat dipelajari karena siswa mencontoh langsung, bukan hanya melalui nasihat.

2. Relevansi Model dengan Kehidupan Siswa

Pemilihan model yang dekat secara usia, pengalaman, atau status sosial membuat siswa merasa, "Kalau dia bisa, saya juga bisa." Cerita nyata dari alumni atau teman sebaya yang berhasil berhenti merokok menjadi bukti konkret bahwa perubahan itu realistis.

Jaminannya: model menjadi sumber motivasi yang lebih kuat dibanding hanya larangan guru/orang tua.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

3. Penguatan Melalui Latihan Sosial (Roleplay & Konseling)

Teknik modeling langsung tidak hanya memberi contoh, tapi juga melatih keterampilan menolak ajakan merokok melalui simulasi. Setiap kali siswa berhasil dalam roleplay, guru BK memberi penguatan positif (pujian, dorongan, dukungan). Jaminannya: latihan berulang dan penguatan membuat siswa lebih percaya diri saat menghadapi situasi nyata.

4. Monitoring & Tindak Lanjut Keberhasilan tidak dibiarkan berhenti pada satu sesi, tetapi ada pemantauan, konseling lanjutan, serta keterlibatan teman sebaya dan keluarga. Perubahan perilaku siswa (misalnya tidak lagi merokok saat istirahat) menjadi indikator nyata bahwa teknik ini bekerja. Jaminannya: perubahan bukan hanya sementara, tetapi dijaga melalui pengawasan dan dukungan lingkungan.

E. Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan disesuaikan dengan pendekatan studi kasus dan tujuan untuk mengetahui pengaruh teknik modeling langsung dalam mengurangi perilaku merokok. Adapun instrumen yang digunakan adalah sebagai berikut:

1. Pedoman Observasi

Pedoman ini digunakan untuk mencatat perilaku subjek sebelum, selama, dan setelah intervensi. Observasi dilakukan untuk melihat:

a) Frekuensi merokok
b) Situasi atau waktu ketika subjek merokok

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

c) Perubahan sikap atau respons subjek terhadap rokok

2. Pedoman Wawancara

Wawancara dilakukan secara mendalam kepada subjek untuk menggali informasi mengenai:

a) Latar belakang mulai merokok
b) Faktor penyebab dan pemicu merokok
c) Perasaan dan sikap terhadap merokok
d) Respon subjek terhadap intervensi teknik modeling

3. Dokumentasi

Dokumentasi digunakan untuk mendukung data yang diperoleh, seperti foto kegiatan intervensi, catatan harian subjek, atau rekaman video selama proses intervensi berlangsung.

F. Proseder Pengumpulan Data

Prosedur pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui beberapa tahapan yang sistematis untuk mengetahui pengaruh teknik modeling langsung dalam mengurangi perilaku merokok pada subjek studi kasus. Adapun tahapan-tahapan tersebut adalah sebagai berikut:

1. Tahap Observasi Awal

Peneliti melakukan observasi terhadap lingkungan sekolah dan mengidentifikasi siswa yang menunjukkan indikasi perilaku merokok. Observasi ini dilakukan secara terbuka maupun tertutup dengan tujuan memperoleh gambaran awal tentang perilaku subjek.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

2. Tahap Seleksi Subjek

Setelah melakukan observasi, peneliti menetapkan subjek penelitian berdasarkan kriteria yang telah ditentukan. Subjek yang terpilih dimintai persetujuan untuk mengikuti penelitian dan diberikan surat izin yang harus disetujui oleh orang tua atau wali.

3. Tahap Observasi

Peneliti melakukan wawancara mendalam kepada subjek terkait latar belakang merokok, motivasi, dan kebiasaan merokok sehari-hari. Selain itu, instrumen lain seperti angket atau lembar asesmen perilaku juga diberikan untuk mengukur tingkat kebiasaan merokok sebelum intervensi.

4. Tahap Modeling Langsung

Peneliti menerapkan teknik modeling langsung dengan menghadirkan atau memperlihatkan role model yang telah berhasil berhenti merokok. Subjek diberi kesempatan untuk menyaksikan dan berdialog langsung dengan model tersebut. Intervensi ini dilakukan dalam beberapa sesi terstruktur dan konsisten selama periode tertentu.

5. Tahap Wawancara

Setelah seluruh sesi intervensi selesai, peneliti kembali melakukan observasi dan wawancara untuk melihat perubahan perilaku subjek. Penilaian difokuskan pada frekuensi merokok, sikap terhadap rokok, dan niat untuk berhenti merokok.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran pelaksanaan teknik modeling langsung untuk mengurangin perilaku merokok di SMP Negeri Satap 30 Barru

a). Identifikasi dan latar belakang siswa kasus

Siswa yang menjadi fokus dalam pelaksanaan teknik modeling langsung teridentifikasi melalui laporan guru, teman sebaya, serta observasi guru BK. Salah satu siswa, inisial "ID dan RB, merupakan siswa kelas IX yang diketahui memiliki kebiasaan merokok di luar jam sekolah. Berdasarkan hasil wawancara, siswa menyampaikan, "Pengaruh teman sebaya." (Wawancara Siswa ID) Guru BK juga menambahkan bahwa siswa ini sering terlihat pergi ke luar lingkungan sekolah saat istirahat dan kembali dengan bau rokok yang menyengat. "Kami sudah mencurigai dari lama, apalagi ada teman sekelasnya yang cerita," jelas (Wawancara Guru BK).

Sedangkan RB "merokok secara diam-diam dan diketahui oleh guru setelah adanya laporan dari teman sekelas" (Wawancara Siswa RB) Guru BK juga menambahkan bahwa siswa ini cenderung tertutup dan enggan berbicara tentang kebiasaannya di awal proses konseling. (Wawancara Guru BK)

Dari sisi keluarga, siswa ID berasal dari lingkungan yang kurang mendukung perubahan perilaku. pengawasan terhadap kegiatan harian siswa tergolong minim. Guru BK menyatakan, "anak merasa hal itu biasa saja. Bahkan, ada siswa yang bilang dia pertama kali merokok di ajak teman sebaya." Hal ini

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

memperkuat pentingnya pendekatan modeling yang bisa menjadi penyeimbang dari pengaruh negatif lingkungan. Dari sisi keluarga, siswa RB berasal dari lingkungan yang baik dan bisa membantu RB berubah.

b). Perencanaan dan penentuan figur model

Dalam merancang teknik modeling langsung, guru BK memilih model atau panutan yang relevan bagi siswa. Model tersebut meliputi guru BK sendiri, siswa teladan dari kelas atas, serta alumni yang pernah mengalami masa kelam sebagai perokok namun berhasil berubah. Guru BK menyampaikan, “Kami pilih alumni yang dulunya juga perokok, tapi sekarang sudah bekerja dan punya kehidupan sehat. Jadi lebih relatable buat anak-anak.” Model dipilih berdasarkan kedekatan usia, pengalaman hidup yang serupa, dan kemampuan memberikan pengaruh positif. Tujuannya adalah agar siswa merasa terinspirasi dan menyadari bahwa perubahan itu mungkin dilakukan.

c). Pelaksanaan teknik modeling langsung

1. Pemberian contoh nyata oleh Model

Model memberikan teladan secara langsung melalui cerita pengalaman pribadi, penyuluhan dampak merokok, dan menunjukkan gaya hidup sehat. Dalam salah satu sesi, alumni menyampaikan, “Dulu saya merokok setiap hari, tapi saya sadar saat lihat teman saya sakit karena paru-parunya rusak. Sejak itu saya berhenti dan fokus ke kerja.”

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

Siswa terlihat antusias saat mendengarkan. Observasi menunjukkan bahwa siswa ID dan RB memperhatikan dengan serius, dan beberapa kali mengangguk saat model menjelaskan perjuangan berhenti merokok.

2. Simulasi (roleplay) dan latihan sosial

Setelah penyampaian modeling, dilakukan simulasi sosial. Guru BK memberikan wawacara: seorang teman mengajak merokok saat nongkrong. Siswa diminta memperagakan cara menolak ajakan tersebut. Dalam roleplay, siswa ID dan RB berhasil mengatakan, “Nggak, saya udah janji sama diri sendiri mau berhenti,” meskipun awalnya terlihat ragu-ragu.

Roleplay ini dilanjutkan dengan diskusi kelompok kecil, di mana siswa diminta menceritakan pengalaman pribadi dan tantangan yang dihadapi ketika ingin berhenti merokok.

3. Evaluasi dan tindak lanjut

Setelah modeling dilakukan, guru BK melanjutkan proses dengan pemantauan dan konseling lanjutan. Berdasarkan catatan observasi pasca intervensi, siswa ID dan RB menunjukkan perubahan positif. Ia sudah tidak lagi pergi keluar saat istirahat dan lebih sering bergabung dengan teman-teman yang tidak merokok. Dalam wawancara tindak lanjut, siswa mengatakan, “Sekarang saya lebih sering ikut kegiatan di sekolah, kayak futsal. Kalau diajak merokok, saya nolak aja.”

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

Guru BK mencatat bahwa perubahan ini belum sepenuhnya stabil, namun menunjukkan tren positif. “Kami masih terus pantau. Tapi sejauh ini dia sudah mulai menjauh dari teman-teman yang biasa merokok, dan lebih terbuka saat konseling.”

4. Faktor pendukung dan hambatan

Faktor pendukung keberhasilan teknik modeling langsung meliputi:

a) Hubungan dekat antara guru BK dan siswa
a) Figur model yang relevan dan inspiratif
b) Dukungan teman sebaya yang positif
c) Sementara hambatan yang ditemukan antara lain:
d) Lingkungan keluarga yang permisif terhadap rokok
e) Tekanan dari kelompok teman sebaya di luar sekolah
f) Kurangnya pengawasan di luar jam sekolah

1. **Faktor-faktor Penyebab perilaku merokok dan penanganan studi kasus di SMP Negeri Satap 30 Barru.**

   Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, dengan subjek ID dan RB dapat dianalisis bahwa terdapat beberapa faktor utama yang menyebabkan perilaku merokok pada siswa. Faktor-faktor tersebut meliputi:

   1. Faktor teman sebaya

   Salah satu penyebab dominan yang terungkap dari wawancara adalah pengaruh lingkungan teman sebaya. ID menyampaikan bahwa dirinya merasa tidak memiliki banyak teman, dan merasa malu disebut "anak

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

mami." Karena itu, ID mencoba bergabung dengan kelompok teman yang merokok agar bisa diterima. Demikian pula dengan RB, yang mengatakan bahwa semua temannya merokok, sehingga ia merasa tidak akan bisa bergabung jika tidak ikut merokok. Hal ini menunjukkan bahwa tekanan sosial dari kelompok sebaya berperan besar dalam mendorong perilaku merokok pada siswa.

2. Faktor keluarga

Dari hasil wawancara juga terungkap bahwa keluarga memiliki peran besar, baik secara langsung maupun tidak langsung. RB mengungkapkan bahwa meskipun orang tuanya mengetahui ia merokok, tidak ada teguran keras dari ayahnya, bahkan justru ayahnya berkata agar menunda merokok sampai lulus sekolah. Ayah RB sendiri juga merupakan perokok. Keteladanan orang tua yang kurang baik serta sikap permisif terhadap perilaku merokok menjadi faktor yang memperkuat kebiasaan ini.

3. Faktor emosional dan psikologis

RB menyatakan bahwa ia merasa kesepian dan malu karena sering diejek sebagai anak mami. Ia ingin diterima dalam lingkungan pertemanan, dan merokok dianggap sebagai cara untuk membaur. Merokok dalam konteks ini dijadikan pelarian untuk mengatasi perasaan minder dan ingin mendapatkan penerimaan sosial. Hal ini menunjukkan bahwa aspek emosional turut mendorong siswa untuk mulai merokok.

4. Faktor lingkungan sekolah

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

Lingkungan sekolah juga turut menjadi pemicu perilaku merokok. Siswa seperti ID dan RB menyebutkan bahwa mereka biasa merokok di belakang sekolah atau saat jam istirahat tanpa pengawasan. Hal ini menunjukkan lemahnya pengawasan sekolah terhadap siswa di luar kelas. Tempat-tempat tersembunyi seperti belakang sekolah atau toilet menjadi lokasi yang sering digunakan siswa untuk merokok secara sembunyi-sembunyi.

5. Aksesibilitas rokok yang mudah

Dari keterangan ID, diketahui bahwa ia bisa membeli rokok batangan di kios dekat sekolah menggunakan uang jajannya. Kemudahan akses terhadap rokok, termasuk penjualan secara eceran, sangat mendukung anak usia sekolah untuk mulai merokok.

2. **Upaya penanganan perilaku merokok dengan studi kasus di SMP Negeri Satap 30 Barru**

Upaya penanganan perilaku merokok pada siswa dilakukan secara terencana melalui layanan konseling berbasis teknik modeling langsung. Konseling individu difokuskan untuk memperbaiki pemahaman siswa mengenai bahaya rokok sekaligus melatih keterampilan menolak ajakan merokok. Guru BK menekankan contoh nyata bagaimana bersikap tegas saat menghadapi tekanan dari teman sebaya. Selain itu, siswa diarahkan untuk mengikuti kegiatan positif seperti olahraga, ekstrakurikuler, dan kegiatan kreatif yang mampu mengalihkan perhatian dari rokok. Dukungan

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1.Gambaran pelaksanaan teknik modeling langsung pelaksanaan teknik modeling langsung di SMP Negeri Satap 30 Barru dilakukan melalui tahapan identifikasi siswa kasus, perencanaan figur model, pelaksanaan pemberian contoh nyata, simulasi sosial (roleplay), evaluasi, serta tindak lanjut. Figur model dipilih secara cermat, meliputi guru BK, siswa teladan, dan alumni yang berhasil berhenti merokok sehingga relevan dengan kondisi siswa. Hasil pelaksanaan menunjukkan bahwa siswa kasus (ID dan RB) mulai memperlihatkan perubahan positif, seperti berani menolak ajakan merokok, tidak lagi keluar sekolah saat jam istirahat untuk merokok, dan lebih sering terlibat dalam kegiatan positif di sekolah..

2. Faktor-faktor penyebab perilaku merokok faktor utama yang mendorong siswa merokok adalah pengaruh teman sebaya, di mana siswa ingin diterima dalam kelompok pertemanan yang mayoritas merokok. Faktor keluarga juga berperan besar, terutama jika ada anggota keluarga yang merokok atau bersikap permisif terhadap kebiasaan tersebut. Selain itu, faktor emosional seperti rasa minder dan ingin mendapatkan pengakuan sosial membuat siswa mudah terpengaruh. Lingkungan sekolah yang kurang terawasi serta akses rokok yang

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

mudah diperoleh di sekitar sekolah semakin memperkuat perilaku merokok pada siswa.

3.Upaya penanganan perilaku merokok melalui studi kasus penanganan perilaku merokok dilakukan dengan layanan konseling berbasis teknik modeling langsung yang difokuskan pada pemberian teladan nyata, pembiasaan perilaku menolak ajakan merokok, dan simulasi sosial. Selain itu, siswa diarahkan untuk mengikuti kegiatan positif seperti olahraga dan ekstrakurikuler, serta mendapat dukungan dari guru, teman sebaya, dan keluarga. Evaluasi berkala menunjukkan adanya perubahan perilaku yang cukup signifikan, di mana siswa mulai mampu mengurangi intensitas merokok dan menunjukkan sikap penolakan terhadap rokok dengan lebih konsisten, meskipun pengaruh lingkungan luar sekolah masih menjadi tantangan yang perlu diatasi.

B. Saran

1. Bagi kepala sekolah, sebaiknya memberikan arahan kepada segenap guru agar selalu melakukan pengawasan dan juga memberikan perhatian yang cukup terhadap siswa-siswa yang memiliki perilaku yang mengarah pada perilaku merokok agar dapat diatasi sebelum mengarah pada perilaku yang lebih menyimpang.
2. Bagi Guru BK, penting untuk memperhatikan bentuk-bentuk perilaku siswa-siswa di sekolah dan mengetahui secara mendalam faktor-faktor penyebab timbulnya perilaku tersebut agar dapat memberikan pelayanan yang tepat kepada siswa-siswi, terutama teknik modeling langsung, baik melalui beberapa pendekatan maupun melalui pendekatan bimbingan kelompok dan konseling individu lainnya.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

3. Bagi peneliti selanjutnya dapat memperluas penelitian ini dengan jumlah subjek yang lebih banyak atau di sekolah yang berbeda untuk mempekuat hasil penalitian. Selain itu, dapat dilakukan penelitian perbandingan dengan menggunakan teknik konseling lain, seperti role playing, self management, atau behavior contract, untuk mengetahui efektivitas masing-masing dalam mengurangi perilaku merokok.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

DAFTAR PUSTAKA

Ahmad (2021) Modeling Merupakan Belajar Melalui observasi.

Arends, Richard I. 2015 Belajar untuk Mengajar. Edisi ke-9. Jakarta: Salemba Humanika

Arrizki Fadlillah Arsyad, Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Self Management untuk Mengurangi Perilaku Merokok pada Siswa Kelas XI di SMA Gita Bahari Semarang, Skripsi (Semarang: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang, 2020), hlm. Vii

Dwiva, T. T., & Setyaputri, N. Y. (2022, July). Upaya Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa dengan Teknik Modelling. In Prosiding SEMDIKJAR (Seminar Nasional Pendidikan dan Pembelajaran) (Vol. 5, pp. 425-428).

Fauzan, F., Firman., & Daharnis, D. (2018). Relationship between self-control and peer conformity with smoking behavior. *international Conferences on Education, Social Seiences and Technology*, 233-239.https://doi.org/10.29210/20181334

Ferdiansa, G., & Karneli, Y. (2021). Konseling Individu Menggunakan Teknik Modeling untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa. Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan, 3(3), 847-853.

Hidayah, N. Z & Izzaty, R.E. (2019), 'influence of Peers' Conformity and Sensaation

Jatmika dan Anggaraini. Stategi Pendidikan Kesehatan untuk Remaja. Jakarta : Pustaka Edukasi,2018

Kementerian Kesehatan Republik Indone Merokok Masyarakat Indonesia. J InfoDATIN: Perilaku menterian Kesehatan RI.

Loughlin, john. Youth Smoking Behavior: Global Perspectives.Oxford University Press,2017.

Musfah, Jejen. (2017) Profesi kependidikan secara teoritisdan aplikatif panduan praktis bagi pendidik dan calon pendidik. yogyakarta. Deepblish.

Nuraeni dan Nabila Noralita, Pengaruh Konseling Kelompok terhadap Perilaku Merokok pada Siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Batu Layar Lombok

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

Barat, Jurnal Realita Bimbingan dan Konseling (JRbk), Vol. 6, No. 1, 2021, hlm. 1292

Nurihsan. (2019). Bimbingan dan konseling dalam Pendidikan. Bandung: Alfabeta.

Nursalim. (2020). Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling. Bandung: Alfabeta.

Pereira, A. 2017. The Influence of Modeling Techniques on Behavior Change. Journal of Counseling and Education, 5(2): 45–53.

Pratama,A., & Rahayu, S.(2018). Pendidikan Kesehatan Remaja di Era modern. Pustaka IImu, 2018

Prayitno. (2017). Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah. Jakarta: Rineka Cipta.

Rahmatyana, N., & Irmayanti, R. (2020). Teknik Modeling dalam Bimbingan Kelompok untuk Perencanaan Karier Siswa Sma. *Fokus (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan),* 3(2), 61-71.

Sugiyono (2019). *Metodologi Penelitian Pendidikan (Kualitatif, Kuantitatif dan Mixed Method)*. Hidayatul Quran.

Suharsimi. (2019). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta : Rineka Cipta

Sumarni N.M (2019). Penerapan modelling behavioral teknik modellling untuk meningkatlan self intraception siswa. *Jurna of education action research*, 3(4). 433-439.

Usman, H. (2017). Metodologi Penelitian Sosial. Jakarta: Bumi Aksara

Winda Sari. (2018). Pola Perilaku Remaja dalam Kesehatan Masyarakat. Pustaka Kesehatan, 2018.

World Health Organiztion (WHO) 2017.Global Report on Diabetes : Fact Sheet World Health Organization.

Wulandari. Kesehatan Remaja dan Pengaruh Lingkungan. Jakarta : Pustaka Medika, 2017.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

Yudha. (2018) Perilaku Merokok pada remaja : Faktor dan Solusi.Pustaka Nusantara,2018

Yuskur. (2019) Strategi Penanggulangan Perilaku Merokok di Kalangan Remaja. Pustaka Sejahtera.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A



Wawacara RB



Wawacara Teman Sebaya RB



Wawacara Guru BK

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A

RIW/AYAT HIDUP



Ira Henra, Lahir di barru pada tanggal 13 mei 2004 dari pasangan bapak tuwo henra dan ibu dayati yang merupakan anak kedua dari tiga bersaudara. Penulis pertama kali menempuh pendidikan tepat pada umur 6 tahun di sekolah dasar(SD) di SDN 174 Barru. dan selesai pada tahun 2015, dan pada tahun yang sama penulis.

melanjutkan di SMP Negeri Satap 30 Barru dan selesai pada tahun 2018,penulis melanjutkan pada jenjang berikutnya di SMA Negeri 8 Pangkep mengambil jurusan ilmu pengetahuan sosial (IPS) pada tahun 2018 dan selesai pada tahun 2021 penulis terdaftar pada salah satu perguruan tinggi swasta di STKIP Andi Matappa jurusan ilmu pendidikan dengan program studi bimbingan dan konseling.

Berkat petunjuk dan pertolongan Allah SWT, usaha dan disertai doa dari kedua orang tua dalam menjalani aktivitas akademik di sekolah tinggi keguruan dan ilmu pendidikan (STKIP) Andi Matappa. Alhadulillah penulis dapat menyelesaikan tugas akhir dengan skripsi yang berjudul "**Pengaruh teknik modeling langsung untuk menurangin perilaku merokok dan penanganan (studi kasus) di SMP Negeri Satap Barru"**

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/ZR9RdPZG1qxK9VDjgXRC5A