



UPAYA PREVENTIF DAN KURATIF GURU BK MEMINIMALISIR TREN PENINGKATAN DAN MEREDUKSI PERILAKU MEROKOK PESERTA DIDIK DI SEKOLAH

PREVENTIVE AND CURATIVE EFFORTS OF BK TEACHERS TO MINIMIZE THE INCREASING TREND AND REDUCE STUDENTS' SMOKING BEHAVIOR IN SCHOOLS

Riska Utami¹, Jihan Fariza², Alrefi³

^{1,2,3}Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya, Indonesia

¹riskaannur13@gmail.com, ²izajihan20@gmail.com, ³Alrefi@unsri.ac.id.

Abstrak

Disetiap tahunnya, perilaku merokok mengalami peningkatan. World Health Organization memprediksi pada tahun 2025 jumlah perokok di Indonesia akan mencapai 90 juta orang. Survei dari Global Youth Tobacco pada 2019 didapatkan bahwa sebesar 19,2% pelajar Indonesia berusia 13-15 tahun merupakan perokok. Bimbingan dan Konseling memiliki peranan dalam mengatasi perilaku merokok sebagai bentuk kenakalan remaja melalui berbagai layanan di sekolah. Tujuan dari penelitian ini untuk menganalisis bentuk layanan preventif dan kuratif Bimbingan dan Konseling untuk meminimalisir tren kenaikan perilaku merokok di Indonesia dan mereduksi perilaku merokok pada peserta didik. Metode penelitian ini menggunakan studi literatur review dengan mengulas artikel ilmiah dan skripsi dengan kata kunci terkait. Kemudian 25 artikel ilmiah dan skripsi dianalisis dan diuraikan secara komprehensif. Hasil penelitian didapatkan bahwa tren kenaikan perilaku merokok peserta didik setiap tahunnya, diimbangi dengan kemampuan guru BK untuk menemukan dan memberikan bentuk layanan bimbingan dan konseling yang inovatif dan relevan disetiap periode tahunnya.

Kata Kunci: Merokok, Bimbingan dan Konseling, preventif, kuratif.

Abstract

Every year, smoking behavior has increased. The World Health Organization predicts that by 2025 the number of smokers in Indonesia will reach 90 million people. A survey from Global Youth Tobacco in 2019 found that 19.2% of Indonesian students aged 13-15 years were smokers. Guidance and Counseling has a role in overcoming smoking behavior as a form of juvenile delinquency through various services at school. The purpose of this study is to analyze the preventive and curative forms of Guidance and Counseling services to minimize the increasing trend of smoking behavior in Indonesia and reduce smoking behavior in students. This research method uses a literature review study by reviewing scientific articles and theses with related keywords. Then 25 scientific articles and theses were analyzed and described comprehensively. The results showed that the increasing trend of students' smoking behavior every year is offset by the ability of counseling teachers to find and provide innovative and relevant forms of guidance and counseling services in each period of the year.

Keywords: Smoking, Guidance and Counseling, Preventive, Curative

PENDAHULUAN

Remaja merupakan transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Masa ini dialami oleh seseorang berjenis kelamin laki-laki maupun perempuan. Di usia remaja, seseorang mengalami berbagai pertumbuhan dan perkembangan di berbagai lini yang berbeda dari masa sebelumnya. Organisasi kesehatan dunia yaitu World Health Organization mendefinisikan remaja merupakan seseorang yang berusia mulai dari 10 tahun hingga 19 tahun. Remaja merupakan seseorang dengan usia 12 tahun hingga 22 tahun yang ditandai tengah terjadinya perubahan dalam psikologis dan fisik. Penduduk dengan usia 10 tahun sampai 24 tahun dan belum menikah merupakan definisi remaja menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) (Infodatin, 2012). Dari berbagai rentang umur yang termasuk dalam masa remaja, remaja dikategorikan menjadi remaja awal, remaja tengah dan remaja akhir dimana pada setiap tahapan terjadi pertumbuhan dan perkembangan pada diri remaja yang dapat terjadi di rumah, lingkungan sekitar maupun sekolah. Pada masa ini, remaja lebih banyak berinteraksi di lingkungan persekolahan dikarenakan di usia yang termasuk dalam kategori remaja, seseorang tengah menempuh pendidikan dari Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama dan Sekolah Menengah Atas.

Karakteristik pertumbuhan dan perkembangan remaja dimana dalam perkembangan fisik, remaja mengalami pertumbuhan fisik yang kian cepat dan pertumbuhan reproduktif mulai terjadi. Muncul pertumbuhan rambut pada bagian tubuh tertentu, penonjolan payudara pada remaja perempuan sedangkan remaja laki-laki terjadi pembesaran testis. Pertumbuhan dan perkembangan fisik mempengaruhi lini lainnya pada diri remaja, pada lini afektif remaja mulai memikirkan pikiran orang lain mengenai dirinya, berfikir secara abstrak dan memikirkan spekulasi mengenai keidealitas yang remaja inginkan. Pada masa remaja, remaja pula mengalami perkembangan dalam keterampilan psikomotornya dimana perhatian dan motivasi mereka berkembang sesuai pertumbuhan fisiknya (Pratama & Sari, 2021). Remaja cenderung mengamati dan mempelajari berbagai hal yang ada di lingkungan serta pembelajaran tersebut remaja lakukan melalui interaksi dengan kelompok-kelompok seperti keluarga, saudara dan teman seumurannya sehingga perilaku tindak kriminal yang dimunculkan remaja merupakan proses dari interaksi ini (Antama et al., 2020). Salah satu dari tindak kriminal atau kenakalan remaja adalah perilaku merokok. Merokok dapat menjadi pemicu berbagai penyakit pada remaja dan menimbulkan kematian dini apabila tidak ditangani dengan cepat. Selain itu, sosialisasi terkait bahaya rokok telah masif dilakukan (Suryati & Gani 2022 dalam Rosmini et al., 2023).

Rokok merupakan suatu benda berisi daun tembakau dan beracun yang dapat memberikan dampak sugestif dan rasa santai (Samad et al., 2023). Rokok mengandung bahan berbahaya seperti nikotin yang menyebabkan ketergantungan, tar bersifat

karsogenik, karbon monoksida yang dapat membuat kadar oksigen dalam darah berkurang serta bahan kimia beracun lainnya (Fuadah 2009 dalam Munir, 2019). Perilaku merokok dapat berbahaya bagi diri maupun orang lain di sekitar. Kini, perilaku merokok tidak hanya terbatas pada menghisap rokok kletrek melainkan terdapat pula bentuk rokok lain seperti rokok elektronik dan sebagainya yang digemari oleh semua kalangan, termasuk di kalangan remaja sekolah. Pemerintah Indonesia telah mengatur beberapa regulasi mengenai larangan perilaku merokok. Undang-Undang No. 32 tahun 2010 mengatur mengenai larangan merokok ditempat umum yang meliputi tempat kerja, tempat layanan kesehatan, rumah ibadah, angkutan umum, area kegiatan anak-anak dan tempat proses belajar mengajar atau sekolah. Selain itu, terdapat peraturan terkait rokok yang terdapat dalam Undang-Undang No. 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan dan Peraturan Pemerintah No.109 tahun 2012 tentang Pengamanan Bahan Yang Mengandung Zat Adiktif Berupa Produk Tembakau Terhadap Kesehatan. Dari bahaya yang ditimbulkan merokok terhadap kesehatan diri dan orang lain, sosialisasi yang dilakukan ditambah dengan adanya berbagai peraturan untuk mengatasi perilaku merokok di Indonesia namun dalam kenyataannya prevalensi merokok di Indonesia semakin meningkat serta semakin banyak kalangan remaja sekolah yang melakukan perilaku merokok.

Perilaku merokok di Asia Tenggara diperkirakan lebih tinggi dibanding semua wilayah lainnya dimana prevalensi perokok sebesar 50% pada tahun 2000 dan 25% pada tahun 2020 (World Health Organization, 2021). Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 menemukan bahwa prevalensi perokok Indonesia sebesar 28.8% dan prevalensi perokok usia muda pada populasi 10-18 tahun sebesar 9.1% ditambah pada anggota rumah tangga berusia ≥ 10 tahun didapatkan hasil bahwa proporsi tertinggi merokok pada usia 15-19 tahun dengan kriteria umur pertama kali merokok pertama kali sebesar 52,1% dan umur pertama kali merokok tiap hari sebesar 48,2% (Depkes RI, 2019). Data yang didapatkan dari Survey pada tahun 2019 menunjukkan bahwa sebesar 19.2% pelajar di Indonesia berusia 13-15 tahun merupakan perokok (Global Youth Tobacco Survey, 2019). Perilaku merokok di Indonesia terus mengalami peningkatan di tiap tahunnya dan banyak dari kalangan remaja sekolah menjadi pelaku perokok. Berdasarkan survei terbaru pada tahun 2024 menemukan bahwa berdasarkan usia, perokok di Indonesia termuda pada usia 15 tahun dan perokok tertua berada di usia 110 tahun serta berdasarkan pendidikan orang yang memiliki pendidikan terakhir SD lebih banyak merokok dengan presentase 35% (Salsabila et al., 2022).

Berbagai penyebab dapat membuat seseorang melakukan perilaku merokok. Perilaku merokok dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor penyebab baik faktor internal dan faktor eksternal diri remaja. Faktor internal merupakan berbagai faktor dari dalam diri remaja yang membuat ia melakukan perilaku merokok sedangkan faktor eksternal merupakan berbagai faktor yang berasal dari luar diri remaja yang membuat dirinya melakukan perilaku merokok. Faktor penyebab inilah yang dapat membuat remaja semakin meningkatkan perilakunya merokoknya. Faktor internal meliputi persepsi

terkait rokok, pengetahuan dan rasa ingin tahu sedangkan faktor eksternal meliputi teman sebaya, keluarga dan pekerjaan (Suryawati & Gani, 2022). Namun, dapat faktor dalam diri dan faktor luar diri remaja mengapa remaja melakukan perilaku merokok dan meningkatnya prevalensi merokok di kalangan remaja sekolah setiap tahunnya.

Perilaku merokok menjadi salah satu bentuk kenakalan remaja yang banyak dilakukan di Indonesia. Guru BK memiliki peranan dalam mencegah maupun mengatasi perilaku merokok dikarenakan maraknya kenakalan remaja serta permasalahan yang dialami oleh peserta didik yang diakibatkan oleh terhambatnya perkembangan pribadi, sosial dan akademik (Haryatri, 2019). Hal ini berkesesuaian dengan fokus layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah yaitu bidang pribadi, belajar, sosial dan karier. Bimbingan dan Konseling merupakan upaya pemberian layanan dengan tujuan mengembangkan potensi dalam diri peserta didik serta memberikan bantuan atas permasalahan peserta didik dengan tujuan agar peserta didik mampu memiliki kemandirian dan mampu mengatasi permasalahan yang sama muncul kembali. Penelitian ini membantu menganalisis upaya Guru Bimbingan dan Konseling dalam mencegah maupun mengatasi perilaku merokok pada remaja dengan melibatkan berbagai layanan untuk meminimalisir tren kenaikan perilaku merokok remaja Indonesia ke depannya.

Penelitian ini memiliki keunggulan dalam memahami bentuk layanan baik preventif maupun kuratif untuk meminimalisir perilaku merokok remaja di sekolah agar dampak bahaya dari merokok. Sebab berdasarkan perkiraan yang ditemukan oleh World Health Organization bahwa pada tahun 2025 jumlah perokok di Indonesia akan semakin meningkat dengan prevalensi 45% dari jumlah populasi atau sebanyak 90 juta orang (Larasati, 2016). Berdasarkan fenomena dan temuan tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai perilaku merokok di kalangan remaja di Indonesia.

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan studi literatur review. Literatur review merupakan tindakan mencari jawaban permasalahan melalui mengulas artikel jurnal ilmiah, buku maupun karya tulis ilmiah lainnya dengan variabel dan tema yang sama yang dikemukakan sebagai dasar dan penguat gagasan tokoh kemudian dianalisis dan diuraikan secara menyeluruh. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengumpulkan dan mengulas literatur yang berkaitan dengan layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah sehingga mampu memahami mengenai upaya Guru Bimbingan dan Konseling terhadap tren kenaikan perilaku merokok remaja di Indonesia maupun perilaku merokok peserta didik di sekolah. Penelitian ini mengumpulkan dengan mengumpulkan artikel dan skripsi dari rentang tahun 2014 hingga tahun 2024 yang bersumber dari Google Scholar.

Proses menggunakan studi literatur tahap pertama dilakukan pencarian literatur dilakukan pencarian pada sumber menggunakan kata kunci seperti "layanan", "bimbingan dan konseling", "preventif", "kuratif", "remaja", "peserta didik" dan "perilaku

merokok". Literatur review dilakukan dengan kriteria seperti 1) artikel dan skripsi dengan kurun waktu 10 tahun terakhir (2014-2024), 2) artikel dan skripsi didapatkan secara gratis, 3) artikel dan skripsi full-text dalam Bahasa Indonesia maupun Bahasa Inggris, 3) artikel dan skripsi menggunakan metode kuantitatif maupun kualitatif sehingga didapatkan total 25 artikel dan skripsi. Tahap kedua, artikel dan skripsi yang didapatkan ditinjau judul dan tahun terbit, nama peneliti, metodologi dan hasil artikel dan skripsi yang berkaitan dengan variabel yang diteliti.

PEMBAHASAN

Penelitian mengenai langkah preventif dan kuratif yang diberikan oleh guru BK dalam penanggulangan perilaku merokok selama 10 tahun terakhir telah menghasilkan berbagai hasil yang menggunakan berbagai metode penelitian. Kumpulan penelitian mengenai upaya preventif dan kuratif disajikan dalam tabel berikut:

N o	Penulis dan Tahun Terbit	Sampel	Metodologi	Tujuan	Hasil
1	Dahlia, Usri dan Hasanuddin (2023)	Peserta didik SMP Negeri 2 Tinambung berjumlah 3 responden yang terindikasi mempunyai kebiasaan merokok	kualitatif deskriptif dengan pendekatan fenomenologi	Memperoleh informasi mengenai kebiasaan merokok peserta didik di SMP Negeri 2 Tinambung Kabupaten Polewali Mandar	Dari hasil penelitian, diperoleh data bahwa ketiga sampel mewakili intensitas perilaku merokok ringan, sedang, dan berat.
2	Rinaldi Muchtar (2024)	Peserta didik VII SMP Muhammadiyah 1 Medan Tahun Ajaran 2021/2022 yang berjumlah 27 sampel	Kualitatif (metode pengumpulan data: observasi, wawancara dan angket)	Untuk memperoleh informasi tentang upaya pencegahan terhadap bahaya merokok di kalangan peserta didik SMP Muhammadiyah 1 Medan.	Pemahaman peserta didik mengenai bahaya merokok meningkat dari 28% menjadi 89%.
3	Melsa Mendyana, Nasichah, dan Elsa Ananta Subagja (2023)	Siswa/i SMP Negeri 3 Tanggerang Selatan	Kualitatif deskriptif (analisis kerangka teori sistem milik Talcott Parsons)	Didapatkan informasi mengenai langkah pencegahan kecanduan perilaku merokok bagi peserta didik SMP	Intensitas perilaku merokok peserta didik dikategorikan menjadi: perokok aktif, <i>coping</i> teman sebaya, cobacoba, dan FOMO

4	Nurhasanah Pardede (2016)	Guru BK di SMA Negeri 6 Padang sidimpuan	Kualitatif (studi kasus)	SMA Negeri 6 Padang sidimpuan Tahun Pelajaran 2015-2016 memperoleh pemahaman tentang resiko merokok.	Di SMAN 6 Padang sidimpuan sudah terdapat layanan informasi mengenai resiko perilaku merokok
5	Rizki Surya Ananda, Dahliana Abd, dan Nurbaity Bustamam (2019)	14 orang yang terdiri dari: 8 orang guru BK, 4 orang kepek, 1 wakepek, dan 1 wakasis tingkat SMA di Banda Aceh	Deskriptif kualitatif	Untuk memperoleh pemahaman faktor yang menyebabkan fenomena drop-out	Sejumlah 44 peserta didik dinyatakan drop-out, dimana merokok menjadi salah satu komponen yang menjadi alasan peserta didik tersebut di drop out.
6	Bayu Pranoto, Nurhadi, dan Yuhastina (2020)	Guru BK SMA Negeri Karang pandan	kualitatif (pendekatan etnografi)	Diperoleh informasi mengenai tupoksi sekolah sebagai pemangku kebijakan yang dapat memberikan langkah pencegahan perilaku merokok peserta didik SMA	Beberapa alasan yang menyebabkan peserta didik masih memiliki kebiasaan merokok ialah: kurangnya pengawasan baik oleh guru maupun orangtua, serta kurangnya kerjasama antar guru dan orangtua dalam mengawasi dan memberikan batasan bagi peserta didik.
7	Raras Sutatminingsih dan Iskandar Zulkarnain (2022)	Peserta didik SMA Islam Al Azhar kota Medan	Pendekatan kualitatif, dengan metode psikoedukasi	Memberikan edukasi sebagai upaya pencegahan budaya merokok di sekolah baik bagi guru maupun bagi peserta didik	Diperoleh pemahaman mengenai dampak buruk dari kebiasaan merokok serta kiat-kiat menghilangkan budaya merokok di sekolah

8	Rini Maharani, Amrazi Zakso, dan Sulistyarini (2016)	3 orang peserta didik yang tidak memiliki kebiasaan merokok di SMP Negeri 3 Sungai Raya Kabupaten Kubu Raya	Kualitatif	Memperoleh informasi mengenai langkah pencegahan yang dilakukan oleh SMP Negeri 3 Sungai Raya Kabupaten Kubu Raya terhadap kebiasaan merokok	Sekolah bermitra dengan BNN dan dinas setempat untuk mengedukasi peserta didik mengenai bahaya merokok pada saat upacara bendera
9	Jamaruddin (2021)	Guru BK SMK Negeri 1 Sarjo Kabupaten Pasangkayu.	Kualitatif (pengumpulan data: wawancara, observasi, dan dokumentasi)	Memahami kontribusi guru bimbingan konseling dalam peningkatan <i>Self Control</i> peserta didik SMK Negeri 1 Sarjo Kabupaten Pasangkayu	Terdapat pengaruh antara interasi sosial peserta didik (peserta didik dengan peserta didik dan peserta didik dengan guru) dengan tingkat <i>selfcontrol</i> peserta didik.
10	Emi Mastura (2018)	Guru BK Kelas XII SMKN 2 Pinrang	Kualitatif	Memperoleh informasi mengenai layanan bimbingan agama islam yang diberikan guru BK terkait pencegahan perilaku menyimpang peserta didik	Model bimbingan agama islam efektif mereduksi dan mencegah perilaku menyimpang pada peserta didik.
11	Ahmad Sugiarto, Sri Sayekti, dan M. Hafidz Ahdiansayah (2022)	11 Orang peserta didik dan 1 orang guru BK sebagai informan	Pendekatan Kualitatif (Metode pengumpulan data: wawancara/inter vi ew, observasi, dan dokumentasi)	Memperoleh informasi mengenai kontribusi guru BK dalam penanaman nilai religius pada peserta didik	Semua layanan BK memiliki pengaruh yang signifikan, seperti layanan informasi, bimbingan kelompok, konseling kelompok, konseling individual, sampai home visit dan kolaborasi dengan orangtua untuk menciptakan lingkungan

yang supportif bagi peserta didik.

12	Imas Nur Asiah dan Resti Okta Sari (2024)	Peserta didik Kelas IX di MTs ArRiyadl	Penelitian Tindakan (<i>Action Research</i>)	Mencari berbagai pendekatan yang efektif untuk mereduksi masalah adiksi bagi peserta didik MTs Ar-Riyadl Kota Cimahi	Dukungan sosial, motivasi mempelajari life skill, serta layanan informasi dari guru BK efektif untuk mereduksi adiksi yang dialami peserta didik.
13	Salsabila Chalisa Herlamban, Avinka Nugrahani, dan Muthmainnah (2020)	Peserta didik SMA Negeri 1 Taman kelas 10 dan 11, sebanyak 90 orang	Kuantitatif dengan pendekatan <i>crosssectional</i>	Memperoleh informasi mengenai faktor yang memengaruhi peserta didik memiliki kesadaran dalam menghindari perilaku merokok di SMA Negeri 1 Taman	Semakin tinggi efikasi diri peserta didik, maka semakin tinggi kesadaran diri mereka untuk menghindari kebiasaan merokok.
14	Deden Dermawan, Bekti Suharto, dan Tutik Rahayuningsih (2017)	Peserta didik SMA Negeri 1 Polokarto dengan kesadaran yang masih rendah mengenai kesehatan reproduksi, napza dan bahaya merokok	Pengabdian (Penyuluhan/ pendidikan kesehatan dengan materi kesehatan reproduksi, pencegahan napza dan merokok)	Dapat meningkatkan pemahaman peserta didik tentang masalah kesehatan.	Diperoleh pemahaman baru oleh peserta didik mengenai pentingnya menjadi kesehatan reproduksi, mengenali dan menjauhi napza dan kebiasaan merokok

15	Rahmat Hidayat dan Iratna Dewi (2023)	Peserta didik kelas VIII.3 dan VIII.4 di SMP Negeri 4 Padang Pariaman dengan sampel 20 orang yang dibagi menjadi 2 kelompok	Quasi eksperimen <i>non-equivalent control group design</i> dengan pretest dan posttest.	Menguji seberapa efektif <i>rational emotive behavior therapy</i> dalam meningkatkan kontrol diri peserta didik sebagai upaya preventif dalam penyalahgunaan narkoba	Angka probabilitas Asymp. Sig. (2-tailed) 0.00 dengan bentuk lain ($0.00 \leq 0.05$) Dapat disimpulkan bahwa <i>rational emotive behavior therapy</i> efektif digunakan untuk peningkatan kontrol diri peserta didik
16	Muhammad Rizky NurPrakoso (2020)	7 guru Bimbingan dan Konseling yang masing-masing terdiri dari beberapa instansi berbeda.	Deskriptif kuantitatif	Memahami strategi layanan BK dalam mereduksi perilaku merokok peserta didik	Guru BK dan LKPD memegang peranan penting untuk mereduksi kebiasaan merokok peserta didik
17	Dian Yuliasuti dan Sri Hartini (2020)	Peserta didik kelas XI SMK Islam Terpadu Ma'i Al Ma'ruf Sumber lawang Tahun Ajaran 2018/2019.	PTBK (Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling)	Menguji tingkat efektivitas RET dalam mereduksi kebiasaan merokok	RET (Rational Emotive Therapy) efektif digunakan untuk mereduksi kebiasaan merokok khususnya dilakukan dalam layanan konseling kelompok
18	Rulia Trifena, lip Istirahayu, Slamet Fitriyadi (2020)	Peserta didik SMPN 1 Teriak berjumlah 5 orang	Pre-Experiment (purposive sampling)	Memperoleh informasi mengenai tingkat efektivitas layanan konseling kelompok menggunakan Teknik selfmanagement	Semua konseli yang terlibat dalam konseling kelompok mengalami penurunan intensitas kebiasaan merokok

19	Anisa Safitri Romadhani dan Nur Hidayati (2024)	Berbagai sumber mengenai Teknik <i>self management</i> untuk mereduksi kebiasaan merokok	Literatur Review	Diperoleh informasi mengenai Teknik selfmanagemen t sebagai upaya kuratif kebiasaan merokok	Teknik selfmanagemen t efektif untuk mereduksi perilaku merokok
20	Abdul Rahman Akbar, Zainal Fauzi, dan Fariel (2019)	Guru BK SMAN 6 Banjarmasin	Kualitatif Deskriptif	Memperoleh informasi mengenai pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di sekolah untuk menanggulangi peserta didik yang memiliki kebiasaan merokok.	Peranan guru bimbingan dan konseling untuk pysical ang memiliki kebiasaan merokok ialah pemberian pembinaan dan penanaman nilai religius.
21	Nunuk Yuli Sulistyoningrum (2018)	Peserta didik Kelas IX.C SMP Negeri 5 Kota Tanggerang berjumlah 6 orang	PTK (Penelitian Tindakan Kelas)	Mengetahui efektivitas layanan bimbingan kelompok dalam penelitian tindakan kelas untuk mereduksi kebiasaan merokok	Hasil PTK menunjukkan 1 dari 6 peserta didik memiliki kebiasaan merokok sedang, lalu 5 orang lainnya rendah setelah diberikan treatment.
22	Firda Azizah Rahmah, Indah Lestari, dan Susilo Rahardjo (2021)	3 orang peserta didikMTs Miftahul Huda	Kualitatif (Studi Kasus)	Memperoleh informasi mengenai tingkat efektivitas pendekatan behavioristik Teknik flooding untuk mengurangi kebiasaan merokok pada peserta didik	Intensitas merokok peserta didik enurun setelah dilakukan konseling menggunakan pendekatan behavioristik teknik flooding

23	Rohani Husn ul, Madihah, dan Aminah (2022)	Guru BK SMAN 1 Anjir Muara	Kualitatif (wawancara)	Memperoleh informasi mengenai strategi guru BK mengatasi masalah merokok pada peserta didik	Beberapa layanan yang diberikan guru BK adalah bimbingan kelompok dan konseling individual tergantung intensitas perilaku merokok pada peserta didik
24	Dika Nurma Anita, Evi Afiati, Bangun Yoga Wibowo (2022)	139 peserta didik MTs Nurul Haq	Deskriptif kuantitatif	Menemukan profil perilaku merokok peserta didik MTs Nurul Haq dan menyusun program pencegahan perilaku merokok dari analisis profil tersebut.	Data yang ditemukan ialah, sebesar 68% dikategorikan sedang sehingga masih membutuhkan layanan yang memberikan pemahaman kepada peserta didik tentang resiko merokok.
25	Velin Violine, Farida Aryani, Muhammad Taslim Taswin (2023)	Salah satu peserta didik yang memiliki kebiasaan merokok	Kualitatif (<i>case study</i>)	Melihat tingkat efektivitas konseling individu realitas teknik WDEP untuk mereduksi kebiasaan merokok	Peserta didik mengalami perubahan perilaku kearah yang lebih baik setelah diberikan treatment konseling.

Dari berbagai sumber literatur mengenai upaya preventif dan kuratif, terdapat berbagai strategi dan pendekatan yang bisa digunakan untuk mencegah sampai mengatasi masalah merokok pada peserta didik. Dari kumpulan sumber upaya preventif, layanan informasi menjadi jenis layanan yang paling sering digunakan untuk mencegah perilaku merokok. Pemberian pemahaman dalam bentuk psikoedukasi dinilai sangat efektif meningkatkan pemahaman peserta didik. Berbagai media juga sering diintegrasikan dalam pemberian layanan informasi, seperti penggunaan leaflet sebagai media pemberian informasi bahaya merokok kepada peserta didik (Intan Prawitasari, 2019).

Pada tahun 2016-2019 penelitian mengenai perilaku merokok sebagian besar menggunakan studi kasus dengan pendekatan kualitatif untuk memperoleh strategi dan langkah-langkah yang diberikan guru BK untuk mencegah dan mereduksi masalah merokok pada peserta didik. Pada fase tahun ini, beberapa metode bimbingan yang

diberikan mengacu pada nilai religius dengan memberikan bimbingan agama islam dan penanaman karakter religius (Mastura, 2018). Guru BK juga aktif bekerja sama dengan mitra terkait untuk psikoedukasi mengenai kesehatan reproduksi remaja, napza, dan bahaya merokok (Dermawan et al., 2017). Di periode ini, layanan BK menitikberatkan pada layanan dasar sehingga peserta didik terpapar informasi yang valid. Bimbingan ini dapat mencegah dan mengurangi intensitas kebiasaan merokok peserta didik

Kemudian pada tahun 2020-2024, guru BK mulai eksplorasi dan mengoptimalkan layanan bimbingan konseling. Upaya reeduksi kebiasaan merokok tidak hanya terbatas layanan informasi dan bimbingan kelompok, tetapi juga mulai memberdayakan fungsi interaksi sosial peserta didik dalam konseling kelompok (Rahmat Hidayat & Iratna Dewi, 2023). Pada periode 5 tahun terakhir, informasi sudah berkembang dengan sangat pesat, sehingga pengoptimalan layanan kemudian bergeser pada layanan yang bersifat perancahan individual seperti bimbingan kelompok dan fungsi kuratif seperti konseling individual dan kelompok. Dengan eksplorasi lebih jauh terkait konseling, guru BK juga melakukan berbagai treatment alternative pendekatan yang bisa membantu peserta didik mereduksi kebiasaan merokok mereka, seperti: rational emotive therapy, konseling realitas dengan teknik WDEP, pendekatan behavioristik dengan teknik flooding, dan terbaru konseling juga mulai dielaborasi dengan teknik *self management* dalam upaya pengentasan masalah merokok.

Pada periode tahun ini, peranan Bimbingan dan Konseling mulai muncul dan diberdayakan secara optimal oleh guru BK. Sugiarto et al., (2022) menemukan bahwa pada guru BK mulai masif memberdayakan peranan orangtua untuk membantu memberikan lingkungan yang suportif, guru BK dan orangtua bekerja sama untuk menjadi role model yang baik bagi peserta didik. Kolaborasi ini merupakan praktik baik yang kemudian kini mulai digaungkan dalam semua jenjang pendidikan. Keluarga sebagai lingkungan sosial pertama peserta didik memberikan dampak yang besar dalam perkembangannya. Dalam periode 10 tahun terakhir, langkah preventif dan kuratif guru BK dalam mengentaskan masalah perilaku merokok mengalami perkembangan yang pesat dan perubahan yang signifikan. Praktik-praktik layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah menunjukkan progress yang semakin baik. Layanan yang diberikan oleh guru BK mulai beragam kuantitasnya dan mulai membaik kualitasnya. Guru BK sebagai pilar utama pergerakan layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah memberikan sumbangsih yang besar dalam upaya preventif dan kuratif masalah merokok pada peserta didik.

KESIMPULAN

Dari kumpulan literatur mengenai langkah preventif dan kuratif masalah merokok pada peserta didik serta elaborasi teori, disimpulkan bahwa dalam 10 tahun terakhir studi mengenai masalah merokok pada peserta didik di setiap periode tahun guru BK memberikan layanan yang dianggap relevan untuk mereduksi tren kenaikan

perilaku merokok seperti pada tahun 2016-2019, Guru BK melakukan upaya preventif dan kuratif dengan memberikan layanan dasar, bimbingan berfokus pada religiusitas dan bekerja sama dengan mitra lainnya. Terkini, pada tahun 2020-2024 Guru BK melakukan upaya preventif dan kuratif terhadap perilaku merokok dengan memberikan informasi, konseling individual, bimbingan kelompok dan konseling kelompok. Layanan informasi menjadi layanan yang kerap digunakan untuk mencegah perilaku merokok.

Pada tahun ini pula guru BK mulai mengeksplorasi dan menggunakan berbagai pendekatan konseling untuk mereduksi perilaku merokok dan bekerja sama dengan orang tua. Keterbatasan dalam studi literatur ini ialah hanya berfokus pada layanan Bimbingan dan Konseling untuk masalah perilaku merokok pada peserta didik. Rekomendasi yang diberikan ialah tinjauan literatur dari berbagai masalah yang memerlukan layanan Bimbingan dan Konseling, sehingga diperoleh informasi perkembangan kualitas layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah dengan lebih relevan. Tren kenaikan perilaku merokok di segala usia khususnya remaja di beberapa tahun terakhir, diimbangi dengan mampunya guru BK untuk menemukan dan memberikan bentuk layanan bimbingan dan konseling yang inovatif dan relevan sebagai bentuk preventif dan kuratif mereduksi perilaku merokok yang terjadi. Guru BK mampu proaktif menemukan alternatif layanan yang relevan untuk menjawab tantangan dari setiap zaman. Layanan Bimbingan dan Konseling mengenai masalah kebiasaan merokok pada peserta didik juga mulai dielaborasi dengan berbagai aspek terkait, seperti *self-control* dan *self-management* sehingga strategi pengentasan yang diberikan efektif digunakan untuk mereduksi kebiasaan merokok.

REFERENSI

- Akbar, A. R., & Fauzi, Z. (2019). Layanan Bimbingan dan Konseling Kepada Siswa Pelaku Merokok di SMA Negeri 6 Banjarmasin. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur*, 5, 6–9.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.31602/jmbkan.v5i3.2509>
- Ananda, R. S., Abd, D., & Bustamam, N. (2019). Fenomena Drop Out Tingkat SMA se-Kota Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 4(2), 46–52.
- Anitia, D. N., Afiati, E., & Wibowo, B. Y. (2022). Profil Perilaku Merokok Siswa dan Implikasinya bagi Layanan Bimbingan dan Konseling. *Prophetic : Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, 5(1), 97.
<https://doi.org/10.24235/prophetic.v5i1.11175>
- Antama, F., Zuhdy, M., & Purwanto, H. (2020). Faktor Penyebab Cyberbullying yang Dilakukan oleh Remaja di Kota Yogyakarta. *Jurnal Penegakan Hukum Dan Keadilan*, 1(2), 198–199. <https://doi.org/10.18196/jphk.1210>
- Asiah, I. N., & Sari, R. O. (2024). Bimbingan Klasikal Sebagai Upaya Pencegahan Adiksi Merokok Di MTs Ar-Riyadl Kota Cimahi. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*, 1(2), 325–330.
<https://doi.org/https://doi.org/10.62017/jppi.v1i2.577>
- Chalisa Herlambang, S., Nugrahani, A., & Muthmainnah. (2020). Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Pencegahan Merokok Remaja di SMAN 1

Taman Kabupaten Sidoarjo. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 87–102.

- Dahlia, Usri, & Hasanuddin, M. I. (2023). Upaya Preventif Guru Pendidikan Agama Islam untuk Menangani Perilaku Merokok Peserta Didik Smp Negeri 2 Tinambung Kabupaten Polewali. *Jurnal El-Fakhru*, 2(2), 118–130. <https://doi.org/https://doi.org/10.46870/elfakhru.v2i2.556>
- Depkes RI. (2019). Laporan Riskesdas 2018 Nasional. In *Lembaga Penerbit dan Pengembangan Kesehatan (LPB)*.
- Dermawan, D., Suharto, B., & Rahayuningsih, T. (2017). Usaha Peningkatan Kesehatan Reproduksi, Pencegahan Napza, Merokok, dan Implementasi Undang-Undang Kesehatan. *Abdimas Unwahas*, 2(1), 9–14. <https://publikasiilmiah.unwahas.ac.id/index.php/ABD/article/view/1787>
- Global Youth Tobacco Survey. (2019). Lembar Informasi Indonesia 2019 (Global Youth Tobacco Survey). In *World Health Organization*.
- Haryatri. (2019). Urgensi Bimbingan dan Konseling di Sekolah Dasar. *Jurnal Al-Taujih: Bingkai Bimbingan Dan Konseling Islami*, 5(1), 92–102. <https://doi.org/10.15548>
- Infodatin. (2012). *Sexual Health Reproduction*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Intan Prawitasari, E. C. (2019). Pengembangan Media Leaflet Untuk Meningkatkan Pemahaman Bahaya Merokok. *Jurnal Online Internasional & Nasional Vol. 7 No.1, Januari – Juni 2019 Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta*, 53(9), 1689–1699. www.journal.uta45jakarta.ac.id
- Jamaruddin. (2021). Peran Guru Bimbingan Konseling Dalam Meningkatkan Self Control Siswa di SMK Negeri 1 Sarjo Kabupaten Pasangkayu [Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Palu]. In *Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Palu*. <https://doi.org/10.55606/khatulistiwa.v4i1.2752>
- Larasati, A. (2016). Perbedaan Derajat Keasaman (ph) Saliva Pada Perokok Kretek Dan Non Kretek. In *UIN Syarif Hidayatullah*.
- Maharani, R., & Zakso, A. (2016). Pengendalian Sosial Siswa Tidak Merokok (Studi di SMP Negeri 3 Sungai Raya Kabupaten Kubu Raya). *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 8(11), 1–9. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.26418/jppk.v8i11.37643>
- Mastura, E. (2018). Model Bimbingan Agama Islam Guru Bimbingan Konseling dalam Mencegah Perilaku Menyimpang Siswa di SMKN 2 Pinrang [Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Pare Pare]. In *Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Pare Pare*. https://doi.org/10.1098/rspb.2014.1396%0Ahttps://www.uam.es/gruposin v/meva/publicaciones/jesus/capitulos_espanyol_jesus/2005_motivacion para el aprendizaje Perspectivaalumnos.pdf%0Ahttps://www.researchgate.net/profile/Juan_A paricio7/publication/253571379
- Mendyana, M., Nasichah, & Subagja, E. (2023). Upaya Preventif Kecanduan Merokok Pada Anak Sekolah Menengah Pertama Di Smp Negeri 3 Tangerang Selatan. *Cendekia Pendidikan*, 2(2), 1–13. <https://doi.org/https://doi.org/10.9644/sindoro.v2i3.1631>

- Muchtar, R. (2024). Efektivitas Layanan Informasi sebagai Tindakan Preventif terhadap Bahaya Merokok Siswa Kelas VII SMP Muhammadiyah 1 Medan Tahun ajaran 2021 / 2022. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*, 4(1), 1–7.
- Pardede, N. (2016). The Teacher's Guidance and Counselling Efforts in Improving Student Understanding About The Dangers Of Smoking in Senior High School 6 Padangsidempuan Academic Year 2015-2016. *Ristekdik : Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 1(2).
- Prakoso, M. R. N. (2020). Peran Guru Bimbingan dan Konseling dalam Mereduksi Perilaku Merokok Peserta Didik Sekolah Menengah Pertama di Surakarta. *Widya Wacana: Jurnal Ilmiah*, 18(2), 92–98. <https://doi.org/https://doi.org/10.33061/jww.v18i2.10222>
- Pranoto, B., Nurhadi, N., & Yuhastina, Y. (2020). Peran Sekolah Dalam Mengatasi Perilaku Merokok Siswa Di Sma Negeri Karangpandan. *Sosial Horizon: Jurnal Pendidikan Sosial*, 7(2), 173–190. <https://doi.org/10.31571/sosial.v7i2.1743>
- Pratama, D., & Sari, Y. P. (2021). Karakteristik Perkembangan Remaja | Jurnal Edukasimu. *Edukasimu.Org*, 1(3), 2–3.
- Rahmah, F. A., Lestari, I., & Rahardjo, S. (2021). Pendekatan Behavioristik Teknik Flooding Untuk Mengurangi Kebiasaan Merokok di Sekolah. *Jurnal Prakarsa Paedagogia*, 4(1). <https://doi.org/10.24176/jpp.v4i1.6477>
- Rahmat Hidayat, & Iratna Dewi. (2023). Efektivitas Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy Setting Kelompok untuk Peningkatan Kontrol Diri dalam Pencegahan Penyalahgunaan Narkoba. *SOKO GURU: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(3), 166–177. <https://doi.org/10.55606/sokoguru.v3i3.3512>
- Rohani, Husnul Madinah, & Aminah. (2022). Strategi Guru Bimbingan Dan Konseling Mengatasi Masalah Siswa Merokok di SMA Negeri 1 Anjir Muara. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(4), 6040–6054. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jpdk.v4i4.6449>
- Romadhani, A. S., Hidayati, N., Surabaya, U. N., & Surabaya, U. N. (2024). Konseling Individu Teknik Self Management untuk Mereduksi Kebiasaan Merokok Siswa SMP. *JUANG: Jurnal Wahana Konseling*, 7(1), 82–89.
- Rosmini, Ruslan Majid, & Hartati Bahar. (2023). Peningkatan Pengetahuan Remaja Melalui Games Edukasi tentang Rokok Pada Siswa SMPN 01 Lalonggasumeeto Kabupaten Konawe tahun 2023. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (JUDIMAS)*, 2(1), 173. <https://doi.org/10.54832/judimas.v2i1.240>
- Salsabila, N. N., Indraswari, N., & Sujatmiko, B. (2022). Gambaran Kebiasaan Merokok Di Indonesia Berdasarkan Indonesia Family Life Survey 5 (Ifls 5). *Jurnal Ekonomi Kesehatan Indonesia*, 7(1), 15. <https://doi.org/10.7454/eki.v7i1.5394>
- Samad, N., A. koja, A., & Sukandi, M. J. (2023). Pengaruh Peringatan Bahaya Merokok Pada Kemasan Rokok Terhadap Minat Beli Mahasiswa Universitas Nuku di Kota Tidore Kepulauan. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan, 2023•jurnal.Peneliti.Net*, 9(8), 153.
- Sugiarto, A., Sayekti, S., & Ahdiansayah, M. H. (2022). Upaya Peran Guru BK Dalam Pembentukan Karakter Religious Siswa di SMP Kesatrian 2

Semarang. *Empathy Cons: Journal of Guidance and Counseling*, 4(1), 27–37.

- Sulistiyoningrum, N. Y. (2018). Mengurangi Perilaku Merokok Pada Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok. *Jurnal Penelitian Bimbingan Dan Konseling*, 3(1), 98–108. <https://doi.org/10.30870/jpbk.v3i1.3199>
- Suryawati, I., & Gani, A. (2022). Analisis Faktor Penyebab Perilaku Merokok. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(1), 499–503. <https://doi.org/10.31539/jks.v6i1.3743>
- Sutatminingsih, R., & Zulkarnain, I. (2022). Psikoedukasi Pencegahan Perilaku Merokok. *Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi Communique*, 5(1), 114–120. <https://ejurnal.stikpmedan.ac.id/index.php/JIKQ/article/view/126>
- Trifena, R., Istirahayu, I., & Fitriyadi, S. (2020). Layanan Konseling Kelompok Menggunakan Teknik Self-Management Untuk Mengurangi Perilaku Merokok Siswa Smp N 1 Teriak. *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)*, 5(2), 46. <https://doi.org/10.26737/jbki.v5i2.785>
- Velin Violine., Farida Aryani., M. T. T. (2023). Konseling Individu Dengan Pendekatan Realita Teknik WDEP Untuk Mengurangi Perilaku Merokok Siswa. *Jurnal Pemikiran Dan Pengembangan Pembelajaran*, 5(3), 138–144. <https://doi.org/https://doi.org/10.31970/pendidikan.v5i3.880>
- World Health Organization. (2021). WHO global report on trends in prevalence of tobacco use 2000 - 2025 fourth edition. In *World Health Organization*.
- Yuliasuti, D., & Hartini, S. (2020). Mengatasi perilaku Merokok di Lingkungan sekolah Melalui Pendekatan RET (Rational Emotive Therapy) Pada Siswa Kelas XI SMK Islam Terpadu Ma'i Al Ma'ruf Sumberlawang Tahun Pelajaran 2018 / 2019. *Medikons: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6(1).