

## **INFLUENCE OF INFORMATION SERVICES TO REDUCE SMOKING HABITS**

Dina Hidayati Hutasuhut

Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Muslim Nusantara Al-Wasliyah Medan

E-mail: [dinahidayati31@gmail.com](mailto:dinahidayati31@gmail.com)

### *Abstract:*

*The purpose of this study was to determine the effect of information services to reduce smoking habits. The subjects of this study were students of class VIII.5 totaling 35 students. This will be seen in the pre-test that will be done first. The instrument used was a questionnaire to capture data on students who smoked and tested to find out the validity and reliability of the questionnaire. Instruments are given before and after the provision of information services. The data analysis technique uses a different test (t test). The validity test in the questionnaire instrument that is shared with students can be declared valid, because the results of  $r_{count} > r_{table}$  are  $0.335 > 0.334$ . The results showed that the provision of information services had an effect on reducing smoking habits. It is clear that,  $t$  test with the results of  $t_{count} > t_{table}$  is  $8,417 > 1,697$ . Based on the results of the  $t$  test there is a significant positive effect in the provision of information services to reduce smoking habits in class VIII YP. Nurul Hasanah Private Middle School, it is acceptable.*

*Keywords: Information Services, Reducing Smoking Habits*

### **PENDAHULUAN**

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa dan terjadi perubahan fisik yang cepat menyamai orang dewasa, tetapi emosinya belum tentu mengikuti perkembangan jasmaninya. Masa remaja juga cenderung diartikan oleh banyak orang sebagai usia bermasalah. Hal tersebut dikarenakan pada masa remaja banyak terjadi perubahan-perubahan yang terjadi dalam dirinya sehingga sering menimbulkan suatu hal yang tidak seimbang antara perubahan yang dialaminya terhadap lingkungan tempat remaja berada.

Masa remaja mempunyai perubahan-perubahan tertentu, salah satunya adalah sebagai perubahan dari simbol status. Simbol status merupakan simbol yang menunjukkan pada orang lain bahwa remaja mempunyai sosial ekonomi yang tinggi, bergabung dengan kelompok dan merupakan anggota yang di terima kelompok karena penampilan atau perbuatan yang sama dengan penampilan atau perbuatan anggota kelompok yang lain dan mempunyai status hampir dewasa di dalam masyarakat (Hurlock, 1999:223).

Perubahan yang terjadi pada remaja salah satunya adalah perubahan kebiasaan merokok. Perubahan dari masa remaja ke masa dewasa merupakan masa yang sulit untuk orang tua maupun guru karena pada masa ini menimbulkan banyak pertentangan dengan orang tua. Namun terjadi di lapangan menunjukkan bahwa perubahan sikap dan perilaku yang terjadi pada masa remaja merupakan akibat sosial, kenakalan remaja cenderung meningkat setiap tahunnya khususnya dalam bahaya narkoba terhadap kebiasaan merokok. Siswa sudah berani berterang-terangan merokok di jalan ketika memakai seragam sekolah, kantin, dan mereka juga membawa rokok di dalam tas sekolahnya, bahkan mereka tidak lagi peduli terhadap peraturan sekolah.

Merokok adalah suatu kebiasaan hampir sebagian besar penduduk di dunia khususnya remaja. Fenomena merokok melanda hampir semua kalangan masyarakat, dari perkotaan hingga pelosok pedesaan, dari orang tua, dewasa bahkan telah merambah remaja dan anak-anak. Seringkali pemakaian rokok pada kelompok remaja (usia 13-20 tahun) harus diwaspadai orangtua karena umumnya pemakaian rokok cenderung menjadi pintu masuk penyalahgunaan narkoba. Ironisnya narkoba ini tidak hanya mengancam kalangan atas, kalangan bawah pun sudah banyak memakainya. Merokok telah menjadi sebuah budaya atau adat kebiasaan dalam keseharian kita.

Merokok menurut remaja kebanyakan adalah lambang simbol keberanian. Namun di lain hal, ada yang awalnya cuma ikut-ikutan tapi lama kelamaan menjadi kebiasaan rutin bagi remaja itu sendiri. Merokok merupakan sebuah kebiasaan yang dapat memberikan kenikmatan bagi si perokok, namun di lain pihak dapat menimbulkan dampak buruk baik bagi remaja itu sendiri maupun orang-orang di sekitarnya.

### **1. Faktor-faktor penyebab remaja merokok**

Menurut Trim (2010: 12-16), faktor-faktor penyebab merokok yaitu:

#### **1. Pengaruh orang tua**

Salah satu temuan tentang remaja perokok adalah bahwa anak-anak muda yang berasal dari rumah tangga yang tidak bahagia, dimana orang tua tidak begitu memerhatikan anak-anaknya dan senag memberikan hukuman fisik yang keras,

lebih mudah untuk menjadi perokok dibandingkan anak-anak muda yang berasal dari lingkungan rumah tangga yang bahagia.

Pengaruh paling kuat yang menyebabkan seorang remaja merokok adalah jika orang tuanya sendiri menjadi figur contoh, yaitu sebagai perokok berat. Dengan kata lain, apabila orang tuanya seorang perokok, sangat besar kemungkinan anak-anaknya pun menjadi seorang perokok.

## 2. Pengaruh Teman

Berbagai fakta mengungkapkan bahwa semakin banyak remaja merokok maka semakin besar kemungkinan teman-temannya adalah perokok juga dan demikian sebaliknya. Dari fakta tersebut ada dua kemungkinan yang terjadi, pertama remaja tadi terpengaruh oleh teman-temannya atau bahkan teman-teman remaja tersebut dipengaruhi oleh diri remaja tersebut yang akhirnya mereka semua menjadi perokok.

## 3. Faktor kepribadian

Orang mencoba untuk merokok karena alasan ingin tahu atau ingin melepaskan diri dari kebosanan. Disamping itu, orang-orang yang memiliki tingkat kompromi sosial tinggi lebih cenderung mudah untuk terjebak dalam rokok.

## 4. Pengaruh Iklan

Melihat iklan di media massa dan elektronik yang menampilkan gambaran bahwa perokok adalah lambang kejantanan atau glamour, membuat remaja kerap kali terpicu untuk mengikuti perilaku seperti yang ada dalam iklan tersebut.

Menurut Ida Bagus (dr. Soetjningsih, 2004:191) faktor-faktor bagi remaja untuk merokok yaitu:

### 1. Faktor Psikologik

#### a. Faktor perkembangan sosial

Merokok dapat menjadi sebuah cara bagi remaja agar mereka tampak bebas dan dewasa saat mereka menyesuaikan diri dengan teman-teman sebayanya yang merokok. Istirahat/santai dan kesenangan, tekanan-tekanan teman sebaya, penampilan diri, sifat ingin tahu, stres, kebosanan, ingin kelihatan gagah, dan sifat suka menentang, merupakan hal-hal yang dapat berkontribusi lainnya merokok. Sedangkan faktor resiko lainnya adalah rasa rendah diri, hubungan antar-perorangan yang jelek, kurang mampu mengatasi stres, putus sekolah, sosial ekonomi yang rendah, tingkat pendidikan orang tua yang rendah, serta tahun-tahun transisi antara sekolah dasar dan sekolah menengah (usia 11-16 tahun)

Merokok sering dihubungkan dengan remaja dengan nilai di sekolah yang jelek, aspirasi yang rendah, penggunaan alkohol serta obat-obat lainnya, absen sekolah, kemungkinan putus sekolah, rendah diri, suka melawan, dan pengetahuan tentang bahaya merokok yang rendah.

2. Faktor biologik

a. Faktor kognitif

Faktor lain yang mungkin berkontribusi perkembangan kecanduan nikotin adalah merasakan adanya efek bermanfaat dari nikotin adalah merasakan adanya efek bermanfaat dari nikotin.

3. Faktor lingkungan

Faktor-faktor lingkungan yang berkaitan dengan penggunaan tembakau antara lain orang tua, saudara kandung maupun teman sebaya yang merokok, terpapar reklame tembakau, artis pada reklame tembakau di media. Orang tua memegang peranan terpenting. Reklame tembakau diperkirakan mempunyai pengaruh yang lebih kuat daripada pengaruh orang tua atau teman sebaya, mungkin karena mempengaruhi persepsi remaja terhadap penampilan dan manfaat merokok.

## **2. Layanan Informasi**

Layanan informasi bertujuan agar individu (siswa) mengetahui dan menguasai informasi yang selanjutnya dimanfaatkan untuk keperluan hidupnya sehari-hari dan perkembangan dirinya (Tohirin, 2013). Menurut Tohirin (2013:143) tujuan layanan informasi adalah untuk pengembangan kemandirian. Pemahaman dan penguasaan individu terhadap informasi yang diperlukannya akan memungkinkan individu: (a) mampu memahami dan menerima diri dan lingkungannya secara objektif, positif, dan dinamis, (b) mengambil keputusan, (c) mengarahkan diri untuk kegiatan-kegiatan yang berguna sesuai dengan keputusan yang diambil, dan (d) mengaktualisasikan secara terintegrasi.

Menurut Prayitno (2008) Tujuan layanan informasi adalah untuk memberikan pengetahuan kepada siswa tentang pendidikan sekolah, pekerjaan dan perkembangan pribadi sosial supaya dapat mengatur serta merencanakan kehidupan masa kini maupun masa yang akan datang. Menurut Tohirin (2013:143-144) Informasi yang menjadi isi layanan dan bimbingan konseling adalah:

- a. Bidang pengembangan pribadi
- b. Bidang pengembangan sosial
- c. Bidang pengembangan kegiatan belajar
- d. Perencanaan karier
- e. Kehidupan keluarga

f. Kehidupan berkeluarga

Isi layanan informasi adalah membantu peserta didik dalam memahami, mampu mengambil keputusan sehingga peserta didik tidak membuat mereka kehilangan kesempatan, salah pilih atau salah arah, seperti contohnya salah dalam memilih sekolah, jurusan, pekerjaan, bahkan tidak dapat meraih kesempatan dengan baik sesuai cita-cita, bakat dan minat dalam bidang pribadi, sosial, belajar, dan karir. Layanan informasi bertujuan membentuk siswa agar terbekali dengan informasi yang cukup dan akurat, memahami diri dan lingkungan secara positif sehingga mampu mengarahkan diri, mengambil keputusan.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan yaitu jenis penelitian *Pra-Eksperimental* dengan desain *Pre-test* dan *Post test Group Design*. Perlakuan yang diberikan yaitu layanan informasi. Penelitian ini langsung dilaksanakan di sekolah untuk memperoleh data-data yang akan dibutuhkan dengan memberikan angket atau pertanyaan kepada siswa yang dijadikan subjek penelitian di SMP Swasta YP Nurul Hasaniah.

Populasi penelitian ini adalah siswa kelas VIII. 5 berjumlah 35 orang siswa. Uji validitas ini dilakukan untuk menentukan angket dengan menggunakan skor setiap butir dengan menggunakan skor total yang merupakan jumlah skor tiap butir. Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrument yang diberikan (Arikunto, 2010 : 211).

Teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah: Angket (kuesioner).. Angket yang diberikan kepada responden dibuat dalam bentuk checklist, dengan jumlah pertanyaan sebanyak 24 butir.

Untuk mengetahui apakah ada penurunan kebiasaan merokok setelah diberi layanan informasi. Uji yang digunakan adalah uji-t.

## HASIL PENELITIAN

Data dalam penelitian ini diperoleh dengan melakukan pengukuran pada kebiasaan merokok dengan menyebarkan angket sebelum pemberian layanan informasi (*pre-test*) dan setelah pemberian layanan informasi (*post-test*). Selanjutnya data-data ini diolah dengan tahapan: mendeskripsikan data, menguji persyaratan analisis, dan menguji hipotesis.

Berdasarkan hasil perhitungan koefisien korelasi, maka diperoleh koefisien korelasi validitas item nomor 4 diketahui  $r_{hitung} = 0.335$  dengan  $N = 35$  pada taraf signifikan  $\alpha = 5\%$ , maka diketahui  $r_{tabel} = 0,334$ . Dari hasil tersebut dapat dilihat bahwa  $r_{hitung}$  lebih besar dari

$r_{tabel} (0,335 > 0,334)$ . Berdasarkan data tersebut, dapat dicontohkan bahwa item nomor soal 4 adalah valid. Dari 40 item angket yang disebarkan diketahui ada 24 item yang valid dan 16 item soal yang tidak valid yaitu soal nomor 1, 2, 3, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 21, 23, 32, 34, dan 37. Jadi soal yang diberikan terhadap 35 sampel berjumlah 24 item.

Pengujian hipotesis dilakukan dengan perhitungan uji t. Dari hasil perhitungan diperoleh  $t_{hitung} = 8,417$ , untuk jumlah responden sebanyak 35 orang diperoleh  $t_{tabel} = 1,697$ .

Perolehan skor rata-rata kebiasaan merokok pada siswa saat pre-test = 66,56, sedangkan setelah dilakukan layanan bimbingan informasi (post-test) diperoleh skor rata-rata kebiasaan merokok pada siswa = 43,47.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan dari data yang diperoleh dan hasil uji hipotesis, telah diketahui bahwa layanan informasi dapat meningkatkan perubahan kebiasaan merokok pada siswa kelas VIII SMP Swasta YP.Nurul Hasaniah Tahun Ajaran 2017/2018. Hal ini berarti bahwa layanan informasi penting dilaksanakan oleh guru BK dalam upaya meningkatkan perubahan kebiasaan merokok pada siswa kelas VIII SMP Swasta YP.Nurul Hasaniah Tahun Ajaran 2017/2018.

Layanan informasi tersebut merupakan salah satu dari upaya meningkatkan perubahan kebiasaan merokok pada siswa. Di samping itu perlu dikembangkan layanan-layanan bimbingan konseling lainnya, seperti layanan konseling perorangan dan layanan mediasi.

Di samping hasil hipotesis, diketahui bahwa kebiasaan merokok pada siswa meningkat dari sebelum ke sesudah pemberian layanan informasi. Dengan demikian pemberian layanan informasi dalam penelitian ini berhasil meningkatkan perubahan kebiasaan merokok pada siswa.

## KESIMPULAN

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian layanan informasi terhadap kebiasaan merokok pada siswa kelas VIII SMP Swasta YP.Nurul Hasaniah Tahun Ajaran 2017/2018, hal ini diketahui dari hasil perhitungan diperoleh  $t_{hitung} > t_{tabel} = 8,417 > 1,697$ . Maka hipotesa yang menyatakan bahwa adanya pengaruh yang signifikan dalam pelaksanaan pemberian layanan informasi terhadap kebiasaan merokok pada siswa kelas VIII SMP Swasta YP.Nurul Hasaniah Tahun Ajaran 2017/2018, dapat diterima.

## SARAN

Adapun saran – saran dari penelitian ini adalah : (1) Siswa diharapkan mampu untuk mengatasi kebiasaan merokok serta mampu untuk tidak terpengaruh hal-hal yang negatif dalam lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat, dan lingkungan keluarga. Siswa harus mampu memenuhi tugas perkembangannya dengan baik yang tentunya sangat menentukan masa depannya. (2) Bagi Guru Bimbingan dan Konseling, Guru pembimbing hendaknya mampu memberikan layanan informasi yang mencakup materi penanganan kebiasaan merokok secara optimal sesuai dengan keadaan siswa, sehingga diperoleh hasil yang maksimal. (3) Bagi Orang Tua, disarankan kepada orang tua untuk lebih aktif dan hendaknya orang tua tidak lepas tangan dalam membina dan membimbing anak dalam pengawasan perkembangan anak untuk mengarahkan anak ke arah yang positif.

## DAFTAR RUJUKAN

- Aditama, Tjandra Yoga, (2011). *Rokok dan Kesehatan*. Jakarta: UI-Press
- Arikunto, Suharsimi. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Azwar, Saifuddin. (2011). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Boedijoewono, Noegroho. (2007). *Pengantar Statistik Ekonomi dan Bisnis*. Yogyakarta: UPP STIM YKPN.
- Soetjiningsih. (2010). *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta: Sagung Seto.
- Huda, Naimul. (2012). *Pengertian Kebiasaan*, (online) dalam (<http://pengertianpengertian.blogspot.com/2012/10/pengertian-kebiasaan.html>). Diakses pada 3 Maret 2015
- Hurlock, Elizabeth B. Edisi kelima. *Psikologi Perkembangan Suatu pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Penerbit Erlangga.
- Komalasari, Dian dan Avin. *Faktor-faktor Penyebab Perilaku Merokok Pada Remaja* (online) dalam ([http://avin.staff.ugm.ac.id/data/jurnal/perilaku\\_merokok\\_avin.pdf](http://avin.staff.ugm.ac.id/data/jurnal/perilaku_merokok_avin.pdf)). Diakses pada 2 Maret 2015.
- Menanti, Asih. (2010). *Penelitian Eksperimen*. Universitas Negeri Medan.
- Pemerintah Kabupaten Wonogiri. (2011). *Sosialisasi Bahaya Merokok Bagi Kalangan Pelajar*, (online), dalam (<http://bukupintarkabupatenwonogiri.blogspot.com/2013/11/buku-saku-sosialisasi-bahaya-merokok.html>). Diakses pada 2 Maret 2015

- Prayitno. (2008). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Ristina. (2013). *Merokok (Definisi, Prevalensi, Penyebab, Proses Tritmen Dan Pencegahan)*, (online), dalam (<http://naasweetyy.blogspot.com/2013/02/merokok-definisi-prevalensi-penyebab.html>)).
- Sukardi, Dewa Ketut. (2010). *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta
- Tohirin. (2013). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Trim, Bambang. (2010). *Merokok Itu Konyol*. Jakarta: Ganeca Exact
- Wetherall, Charles F. (2012). *5 Langkah Jitu Cara Berhenti Merokok*. Jakarta: Darul Haq



