

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja adalah masa penting dalam hidup seseorang yang ditandai dengan berbagai perubahan, baik secara fisik, emosional, sosial, maupun moral. Masa ini sering disebut sebagai masa transisi atau masa pencarian jati diri, karena remaja mulai melepaskan ketergantungan dari orang tua dan berusaha membentuk identitas serta nilai-nilai hidupnya sendiri. Menurut Hurlock (1980), remaja berada dalam proses perkembangan yang kompleks, di mana mereka mengalami perubahan biologis yang pesat, peningkatan intensitas emosi, serta kecenderungan untuk mencari penerimaan sosial dari lingkungan sebayanya. Tugas utama dalam perkembangan remaja, menurut Hurlock, adalah membentuk konsep diri dan sistem nilai moral yang akan membimbing mereka dalam membuat keputusan yang bertanggung jawab. Namun, dalam proses tersebut, remaja sangat rentan terhadap pengaruh negatif yang dapat mengganggu proses pembentukan kepribadian dan karakter mereka. Salah satu bentuk kerentanan tersebut adalah rendahnya kesadaran terhadap risiko dan dampak dari kebiasaan atau perilaku yang merugikan diri terhadap rokok elektrik (Restuaji & Qibthiyyah, 2023)

Fenomena rokok elektrik semakin marak dikalangan remaja Indonesia baik laki-laki maupun perempuan, menggunakan rokok elektrik dianggap keren atau moderen ini telah menjadi trend dan gaya di kalangan remaja. Menurut data yang di peroleh di Indonesia termasuk tingkat tertinggi negara pengguna rokok elektrik sebanyak 25% yang dimana lebih tinggi dari negara-negara lainnya. Sejalannya dengan data hasil survei *Global Adult Tobacco Survey* (GATS) 2021, menunjukkan prevalensi pengguna rokok elektrik di Indonesia terus meningkat dari 0,3% pada tahun 2019 menjadi 3,0% pada tahun 2021, dengan jumlah pengguna mencapai 6,6 juta orang (Restuaji & Qibthiyyah, 2023). Khususnya di Kota Pontianak, prevalensi perokok di kalangan remaja berusia 13-15 tahun mencapai 14,7%, sedikit lebih rendah dari angka nasional 18,3%. Jika dibedakan

berdasarkan jenis kelamin, prevalensi perokok reguler laki-laki mencapai 20,1%, lebih tinggi dibandingkan perempuan yang sebesar 14,7% (Ridha et al., 2020). Meskipun persentase perempuan yang merokok lebih rendah dibandingkan laki-laki, terjadi peningkatan signifikan dari 5% menjadi 25% pada tahun 2013 (Nasution, 2024).

Salah satu penyebab meningkatnya prevalensi merokok pada remaja adalah pengaruh lingkungan, seperti komunitas di kalangan remaja, serta kegiatan yang mereka lakukan, misalnya nongkrong di kafe. Maraknya kafe-afe menjadi determinan tempat yang mendukung atau memfasilitasi remaja menggunakan rokok elektrik sambil bermain game dan berkumpul dengan teman sebaya. Mereka sering terlibat dalam hal-hal negatif, seperti menggunakan rokok elektrik yang dapat menyebabkan kecanduan. Awalnya, remaja mungkin tidak menggunakan rokok elektrik, namun karena adanya ajakan dari teman, keinginan untuk terlihat keren, dan dorongan untuk mempertahankan status sosial, mereka akhirnya ikut mencoba. Saat ini, bukan hanya laki-laki yang menggunakan rokok elektrik, tetapi juga perempuan yang mengikuti tren dan gaya tersebut. Bahkan, banyak remaja yang menggunakan rokok elektrik di tempat umum, mereka cenderung tidak melihatnya sebagai sesuatu yang berisiko, melainkan menganggap rokok elektrik sebagai tren masa kini. Selain itu, pengaruh keluarga sangat menentukan sikap remaja terhadap menggunakan rokok elektrik, karena tidak adanya larangan dari orang tua atau saudara yang menyata bahwa rokok elektrik sangat berbahaya bagi kesehatan fisik atau psikis remaja.

Sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Novi Utami (2020), bahwa orang tua yang merokok, mudah untuk ditiru oleh anak remaja, paparan asap rokok dari orang tua di rumah tidak sehat dan mungkin memberikan contoh buruk untuk diikuti oleh anak. Remaja tidak hanya terdorong merokok karena meniru kebiasaan orang tuanya secara langsung, tetapi juga karena cara orang tua mendidik dan membimbing mereka yang disebut pola asuh memiliki pengaruh besar terhadap perilaku tersebut. Pola asuh orang tua mencakup cara mereka mengawasi, memberikan aturan, berkomunikasi, serta mendukung

secara emosional anak-anaknya. Misalnya, apabila orang tua terlalu *permissive* dan kurang mengawasi aktivitas anak, remaja lebih leluasa bereksperimen dengan perilaku berisiko seperti merokok. Sebaliknya, pola asuh yang sangat otoriter dan penuh tekanan tanpa ruang dialog yang sehat juga bisa membuat remaja memberontak dengan mencoba merokok sebagai bentuk perlawanan.

Banyak penelitian sudah melakukan penelitian tentang pengaruh rokok elektrik, menunjukkan bahwa kandungan zat-zat berbahaya seperti nikotin, logam berat, dan bahan-bahan lain dalam rokok elektronik dapat memberi dampak negatif jangka panjang. Dampak tersebut antara lain masalah perkembangan otak, gangguan kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi, serta risiko kecanduan yang lebih tinggi. Remaja yang menggunakan rokok elektrik cenderung lebih mungkin untuk mencoba rokok konvensional dan terpapar bahaya rokok lebih lanjut (Restuaji & Qibthiyyah, 2023). Oleh karena itu, orang tua mempunyai peran penting dalam mengambil tanggung jawab. Memberi contoh perilaku dan mendidik anak, khususnya di rumah. Namun disekolah adalah tanggung jawab guru, baik itu guru mata pelajaran, Kepala sekolah, bahkan guru BK sekalipun. Menurut Darmadi, H. (2016) bahwa tugas guru adalah mengajar, merencanakan program, mendidik, dan sebagai pemimpin. Berbeda dengan guru Bimbingan dan Konseling adalah memberikan bimbingan kepada siswa agar dapat mengatasi permasalahan dalam dirinya. Ini juga membantu siswa mengembangkan pribadi, sosial, belajar dan karir untuk setiap siswa (Rambe, S. N. 2019).

Hasil observasi di SMP Islam Al-Azhar 17 Pontianak menunjukkan bahwa beberapa siswa dari kelas IX A, IX B, dan IX C membawa rokok elektrik ke sekolah. Menurut guru Bimbingan dan Konseling (BK), siswa-siswa tersebut sebenarnya sudah mengerti apa itu rokok elektrik dan risikonya, tetapi tetap membawa rokok elektrik. Hal ini menjadi perhatian karena siswa kelas IX masih remaja, mudah terpengaruh lingkungan, dan sedang membentuk kebiasaan serta karakter. Jika tidak ada tindakan pencegahan, perilaku ini bisa ditiru siswa lain, baik karena rasa ingin tahu maupun pengaruh teman sebaya, sehingga risiko penyebaran perilaku merokok di sekolah menjadi lebih besar. Menurut teori

belajar sosial Albert Bandura (1986) remaja belajar dari apa yang mereka lihat. Jadi, jika lingkungan sekolah memberi contoh buruk maka remaja mudah meniru. Namun, jika yang mereka lihat adalah hal-hal positif, mereka juga akan terdorong meniru yang baik (Ultavia, 2023).

Berdasarkan hasil angket yang disebarluaskan kepada 8 siswa kelas IX, terdiri dari 4 laki-laki dan 4 perempuan, diketahui bahwa tingkat kesadaran siswa mengenai dampak rokok elektrik masih berada pada kategori cukup, dengan rata-rata skor sebesar 58,6%. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa belum sepenuhnya menyadari dampak negatif rokok elektrik, baik secara fisik, psikologis, sosial, ekonomi, maupun pendidikan. Kondisi ini menjadi perhatian penting, mengingat remaja berada pada tahap perkembangan yang rentan terhadap pengaruh lingkungan dan sedang membentuk karakter serta kebiasaan hidup. Tanpa adanya intervensi atau layanan yang tepat, pemahaman yang belum merata ini berpotensi membuat siswa mudah terpengaruh untuk mencoba atau menggunakan rokok elektrik.

Oleh karena itu, diperlukan pendekatan edukasi yang efektif dan menarik untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran remaja mengenai dampak rokok elektrik. Sebagaimana dijelaskan dalam *Health Belief Model*, seseorang akan melakukan perubahan perilaku jika mereka merasa rentan terhadap risiko, menyadari konsekuensi serius, percaya pada manfaat tindakan pencegahan, dan mengidentifikasi hambatan yang perlu diatasi. Dalam konteks rokok elektrik, remaja yang sadar akan risiko kesehatan dan bahaya rokok elektrik cenderung menghindari atau berhenti menggunakannya (Rosenstock, 1974).

Remaja SMP kini berada dalam fase D merupakan fase perkembangan yang rentan, di mana mereka cenderung mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitar dan tengah mencari jati diri. Hal ini membuat mereka lebih terbuka terhadap perilaku-perilaku berisiko, salah satunya adalah mencoba merokok. Maka dari itu, diperlukan strategi yang terarah dan tepat guna untuk membangun kesadaran serta menumbuhkan sikap yang positif dalam diri peserta didik. Salah satu strategi yang potensial untuk diterapkan adalah layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolis yakni pendekatan pembelajaran

yang dilakukan dengan menunjukkan perilaku tertentu sebagai contoh atau teladan yang bisa ditiru siswa. Melalui teknik ini, diharapkan siswa dapat berperilaku positif, memahami dampak buruk dari rokok elektrik, dan pada akhirnya membentuk gaya hidup sehat sejak usia sekolah.

Bimbingan dan konseling merupakan sebuah kalimat yang terdiri dari 2 kata yaitu bimbingan, artinya memberikan pelayanan untuk tujuan preventif atau preventif pencegahan. Dimana memiliki kemampuan untuk memahami, mengembangkan dan pencegahan pada siswa. Lalu konseling, yaitu pemberian layanan yang diberikan dengan tujuan kuratif dan penyebuhan. Masalah merokok adalah hal yang sangat penting untuk segera ditangani oleh guru BK, karena jika tidak ditangani dengan cepat dan tepat maka akan menghambat proses belajar mengajar di sekolah. Salah satunya adalah kandungan yang ada pada rokok elektrik dapat menyebabkan ketergantungan karena mengandung nikotin dan mudah lupa bagi siswa yang jelas sangat menganggu proses belajar mengajar dan perkembangan dirinya.

Dalam penelitian ini bertujuan untuk memberikan bimbingan kelompok secara terstruktur kepada remaja mengenai bahaya rokok elektrik. Melalui bimbingan ini, remaja diarahkan untuk memahami dampak negatif rokok elektrik terhadap kesehatan, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang, sehingga dapat meningkatkan kesadaran dan membentuk sikap positif terhadap pola hidup sehat. Dengan demikian, remaja tidak hanya memperoleh informasi secara pasif dari lingkungan sekitar, melainkan juga mendapatkan penguatan dan pendampingan dari guru pelajaran, guru Bimbingan dan Konseling, serta orang tua, yang mendukung mereka dalam mengambil keputusan yang bijaksana dalam pergaulan sehari-hari.

Dari latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka penulis tertarik untuk meneliti lebih lanjut, tentang *“Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modeling Simbolis Untuk Meningkatkan Kesadaran Pada Dampak Rokok Elektrik Di SMP Islam Al-Azhar 17 Pontianak”*.

B. Rumusan Masalah

1. Masalah Umum

Bagaimanakah bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolis untuk meningkatkan kesadaran pada dampak rokok elektrik di SMP Islam Al-Azhar 17 Pontianak, berdasarkan hasil pertest dan posttes?

2. Masalah Khusus

- a. Bagaimanakah tingkat kesadaran pada dampak rokok elektrik sebelum diberikan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolis di SMP Islam Al-Azhar 17 Pontianak, berdasarkan hasil per-test?
- b. Bagaimanakah proses pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolis dalam meningkatkan kesadaran pada dampak rokok elektrik di SMP Islam Al-Azhar 17 Pontianak, berdasarkan hasil observasi dan catatan lapangan?
- c. Apakah bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolis efektif dalam meningkatkan kesadaran pada dampak rokok elektrik di SMP Islam Al-Azhar 17 Pontianak, berdasarkan hasil post-test?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk mengetahui efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolis dalam meningkatkan kesadaran pada dampak rokok elektrik memalui hasil per-test dan post-test di SMP Islam Al-Azhar 17 Pontianak.

2. Tujuua Khusus

- a. Mengukur tingkat kesadaran pada dampak roko elektrik sebelum diberikan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolis di SMP Islam Al-Azhar 17 Pontianak, berdasarkan hasil pre-test.
- b. Mendeskripsikan hasil pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolis di SMP Islam Al-Azhar 17 Pontianak, dalam upaya meningkatkan kesadaran pada dampak rokok elektrik.

- c. Untuk mengetahui efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolis untuk meningkatkan kesadaran pada dampak rokok elektrik di SMP Islam Al-Azhar 17 Pontianak, berdasarkan hasil post-test.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini bermanfaat secara teoritis dan praktis. Adapun manfaat dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi dalam bidang ilmu bimbingan dan konseling khususnya tentang efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolis untuk meningkatkan kesadaran pada dampak rokok elektrik di SMP Islam Al-Azhar 17 Pontianak.

2. Manfaat Praktis

a. Guru Bimbingan dan Konseling

Diharapkan bagi guru BK, memberikan wawasan mengenai strategi efektif untuk membantu siswa mengatasi dalam efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolis untuk meningkatkan kesadaran pada dampak rokok elektrik di SMP Islam Al-Azhar 17 Pontianak dengan bimbingan kelompok. Sehingga guru dapat mencegah perilaku tersebut untuk tidak menggunakan rokok elektrik di new normal.

b. Siswa

Diharapkan bagi siswa pada penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman peserta didik terhadap bahaya rokok elektrik serta mendorong terbentuknya sikap dan perilaku hidup sehat melalui proses modeling dalam layanan bimbingan kelompok.

c. Sekolah

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi positif bagi sekolah dalam mendukung pelaksanaan program layanan kelompok dengan teknik modeling simbolis, sekolah dapat turut berperan dalam membina kesadaran dan membentuk karakter siswa menuju perilaku hidup yang lebih sehat

d. Penelitian Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan rujukan dan acuan bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk mengembangkan penelitian sejenis, baik dengan memperluas subjek, menggunakan variabel yang berbeda, maupun mengombinasikan teknik bimbingan lain sehingga memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai upaya meningkatkan kesadaran remaja terhadap dampak rokok elektrik.

E. Ruang Lingkup Penelitian

1. Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2019), Variabel adalah hal yang dapat berubah-ubah dan bisa diukur dalam penelitian. Dengan memahami variabel, peneliti bisa mengetahui hubungan sebab-akibat antara satu hal dengan hal lain, misalnya bagaimana bimbingan kelompok dapat mempengaruhi kesadaran siswa. Dalam penelitian ini terdapat dua variabel, yaitu Variabel Bebas dan Variabel Terikat. Berikut adalah penjelasan masing-masing variabel:

a. Variabel Bebas

Variabel bebas yang menjadi penyebab atau faktor yang mempengaruhi variabel lain. Dalam penelitian ini variabel bebas adalah layanan bimbingan kelompok dengan teknik Teknik modeling simbolis dalam konteks penelitian ini merujuk pada penggunaan media simbolis untuk menyampaikan informasi mengenai bahaya rokok elektrik melalui video, gambar, film, dan buku panduan (modul). Dalam layanan bimbingan kelompok, teknik ini digunakan untuk menunjukkan contoh perilaku positif atau dampak negatif dari rokok elektrik, dengan tujuan memengaruhi pemahaman, sikap, dan perilaku remaja terhadap bahaya rokok elektrik.

b. Variabel Terikat

Variabel terikat yang dipengaruhi oleh variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kesadaran remaja terhadap dampak rokok elektrik. Kesadaran remaja yang mencakup tingkat pengetahuan, pemahaman, serta sikap remaja mengenai risiko dan konsekuensi negatif

dari penggunaan rokok elektrik. Variabel ini diukur untuk mengetahui sejauh mana perubahan yang terjadi setelah remaja diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolis.

2. Definisi Operasional

Berdasarkan definisi operasional kedua variabel dalam penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa, Penelitian ini bertujuan untuk mengukur efektivitas teknik modeling sebagai bentuk intervensi pembelajaran yang disampaikan melalui media visual, seperti video edukatif, yang menampilkan contoh perilaku atau role model terkait bahaya penggunaan rokok elektrik. Menurut teori Albert Bandura menjelaskan bahwa individu dapat belajar melalui pengamatan dan peniruan terhadap perilaku orang lain.

a. Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolis (Variabel Bebas)

Variabel ini merupakan bentuk layanan bimbingan dan konseling kelompok yang dilaksanakan untuk membantu siswa mengembangkan pemahaman, sikap, dan perilaku positif terhadap kesehatan. Dalam penelitian ini, layanan diberikan menggunakan teknik modeling simbolis, yaitu dengan menampilkan contoh perilaku positif melalui media visual (video edukatif atau film pendek) yang memperlihatkan bagaimana remaja dapat menolak penggunaan rokok elektrik secara asertif dan bijak.

Yang diukur:

- 1) Tingkat keterlaksanaan layanan bimbingan kelompok sesuai tahapannya (pembukaan, kegiatan inti, dan penutup).
- 2) Respons, partisipasi, dan keterlibatan aktif siswa selama mengikuti kegiatan modeling simbolis.

Cara mengukurnya:

- 1) Saya menggunakan lembar observasi untuk menilai keaktifan dan keterlibatan siswa dalam setiap sesi bimbingan.
- 2) Setiap pertemuan diamati oleh peneliti berdasarkan indikator kehadiran, perhatian, partisipasi dalam diskusi, serta kemampuan memberikan tanggapan terhadap model perilaku dalam video.

- 3) Hasil observasi kemudian dianalisis secara deskriptif kuantitatif untuk mengetahui sejauh mana layanan berjalan efektif dan sesuai prosedur.
- b. Kesadaran Remaja terhadap Dampak Rokok Elektrik (Variabel Terikat)

Variabel ini menggambarkan tingkat pengetahuan, pemahaman, dan sikap siswa terhadap bahaya penggunaan rokok elektrik, yang mencakup aspek kesehatan fisik, psikologis, sosial, ekonomi, dan pendidikan.

Dalam penelitian ini, saya mengukur langsung kesadaran siswa dengan melihat perubahan skor sebelum dan sesudah perlakuan (pretest dan posttest).

Yang diukur:

- 1) Tingkat pemahaman siswa tentang kandungan berbahaya dan risiko kesehatan dari rokok elektrik.
- 2) Sikap penolakan terhadap ajakan teman sebaya untuk menggunakan rokok elektrik.
- 3) Kesadaran terhadap dampak sosial, ekonomi, dan akademik akibat penggunaan rokok elektrik.

Cara mengukurnya:

- 1) Saya menggunakan angket skala Likert yang berisi 25 pernyataan terkait kesadaran tentang dampak rokok elektrik.
- 2) Angket diberikan 2 kali, yaitu sebelum perlakuan (pretest) dan sesudah perlakuan (posttest).
- 3) Setiap pernyataan memiliki skor 1-4 dengan kategori sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju.
- 4) Skor total dari kedua tes kemudian dibandingkan. Jika skor posttest lebih tinggi dari pretest, berarti kesadaran siswa meningkat.
- 5) Hasil peningkatan tersebut dianalisis secara kuantitatif untuk melihat efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolis.

Dalam penelitian ini, yang diukur adalah tingkat kesadaran siswa terhadap dampak rokok elektrik. Kesadaran ini dilihat dari pemahaman, sikap, dan pandangan siswa terhadap bahaya rokok elektrik pada aspek

kesehatan, psikologis, sosial, ekonomi, dan pendidikan. Pengukuran dilakukan menggunakan angket skala Likert yang diberikan sebelum dan sesudah perlakuan (pretest-posttest). Peningkatan skor dari pretest ke posttest menunjukkan bahwa kesadaran siswa meningkat.

Sedangkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling simbolis berperan sebagai perlakuan (treatment), yaitu kegiatan bimbingan dengan menayangkan video edukatif berisi contoh perilaku positif dalam menolak rokok elektrik. Melalui kegiatan ini, siswa diharapkan belajar dengan meniru perilaku positif sehingga kesadarannya terhadap bahaya rokok elektrik meningkat.