

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Merokok adalah salah satu isu kesehatan internasional yang mendapat perhatian serius di banyak negara. Berdasarkan data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), setiap tahunnya sekitar 8 juta jiwa kehilangan nyawa akibat penggunaan tembakau, dimana 7 juta di antaranya adalah perokok aktif dan 1,3 juta adalah perokok pasif.¹ Dilihat dari angka kematian yang cukup signifikan, beberapa negara menetapkan peraturan untuk menekan angka kematian. Seperti peringatan kesehatan yang terdapat pada kemasan rokok, adanya larangan untuk iklan rokok, serta peningkatan pajak dan harga rokok untuk mengurangi jumlah perokok. Salah satu negara yang memiliki peraturan yang cukup ketat yaitu Singapura, negara tersebut menerapkan peraturan larangan merokok dengan cara didenda, jika ketahuan merokok di taman, kebun umum, area perairan serta pantai wisata akan didenda maksimal 1.000 dolar singapura atau setara dengan 10,5 juta rupiah.² Penerapan kebijakan yang dilakukan untuk pengendalian konsumsi rokok yang cukup ketat, seperti yang dilakukan di Singapura, dapat menjadi contoh bagi negara lain dalam upaya menurunkan prevalensi merokok dan dampak negatifnya terhadap kesehatan masyarakat.

Fenomena perilaku merokok tidak hanya menjadi persoalan global, tetapi juga menjadi masalah sosial dan kesehatan yang serius di Indonesia. Meskipun pemerintah telah menerapkan berbagai kebijakan, seperti Kawasan Bebas Rokok (KBR), pencantuman peringatan bergambar pada kemasan rokok, serta pembatasan iklan rokok di media, jumlah perokok di Indonesia masih tergolong tinggi. Kondisi ini turut mempengaruhi tingginya kebutuhan bahan baku tembakau bagi industri rokok nasional. Untuk memenuhi kebutuhan tersebut, Indonesia masih melakukan impor tembakau dari berbagai negara. Masuknya tembakau impor dalam jumlah besar secara tidak langsung memperkuat keberlangsungan industri rokok dan memperluas peredarannya di masyarakat. Di sisi lain, kondisi tersebut juga berpotensi mengganggu keberlangsungan tembakau lokal dalam negeri karena hasil panen petani tidak terserap secara optimal akibat persaingan dengan bahan baku impor. Dampak dari kondisi tersebut dapat dilihat dari pengalaman salah satu petani tembakau bernama Heru, pemilik lahan yang menanam sekitar 15.000 bibit di atas tanah seluas setengah hektare. Pada musim-musim sebelumnya, Heru mampu memperoleh pendapatan sekitar Rp60–70 juta dalam sekali panen. Namun, pada musim terakhir hasil panennya mengalami penurunan hingga 80 persen, sebuah kondisi yang tidak pernah ia bayangkan sebelumnya. Heru mengungkapkan kekecewaannya dengan mengatakan, “Regane remuk, ajur, Mas”, yang berarti harga

¹ “Tobacco,” World Health Organization, 2023

² Pambudi Rilo, “8 Negara Yang Melarang Penggunaan Rokok Sangat Ketat, Bukan Tempat Yang Cocok Untuk Perokok,” 2022

tembakau jatuh dan tidak lagi menguntungkan.³ Kasus ini menunjukkan bahwa kebijakan dan praktik impor tembakau tidak hanya berdampak pada sektor industri, tetapi juga membawa konsekuensi sosial dan ekonomi yang nyata bagi petani tembakau lokal.

Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) untuk tahun 2023 yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan (Kemenkes) menunjukkan adanya peningkatan jumlah perokok aktif. Saat ini, diperkirakan terdapat sekitar 70 juta perokok, dengan 7,4 persen dari mereka berusia antara 10 hingga 18 tahun. Kelompok remaja adalah yang mengalami kenaikan terbesar dalam jumlah perokok. Menurut data Global Youth Tobacco Survey (GYTS) 2019, tingkat perokok di kalangan pelajar berusia 13-15 tahun meningkat dari 18,3% pada tahun 2016 menjadi 19,2% di tahun 2019. Di sisi lain, data SKI 2023 mengindikasikan bahwa kelompok usia 15-19 tahun adalah yang terbanyak dalam jumlah perokok (56,5%), diikuti oleh kelompok usia 10-14 tahun (18,4%)⁴. Angka ini mencerminkan ancaman besar dalam upaya pengendalian tembakau di negara ini, terutama di kalangan remaja. Kurangnya pemahaman mengenai dampak jangka panjang dari merokok, ditambah lagi adanya pengaruh lingkungan, banyaknya iklan rokok, akses pembelian rokok yang mudah dan tidak menutup kemungkinan generasi muda akan terjerumus ke dalam kebiasaan tersebut.

Perilaku merokok yang terjadi di kalangan remaja tidak dapat dipandang hanya sebagai kebiasaan individu semata, melainkan sebagai fenomena sosial yang dipengaruhi oleh berbagai faktor lingkungan, budaya, dan psikologis. Rokok bukan hanya produk konsumsi, tetapi telah menjadi bagian dari konstruksi sosial yang melekat dalam kehidupan masyarakat Indonesia. Banyak remaja menganggap merokok sebagai simbol kedewasaan, keberanian, dan pergaulan. Pandangan tersebut terbentuk dari lingkungan sekitar yang masih permisif terhadap perilaku merokok, baik di lingkungan keluarga, masyarakat, maupun media massa. Dalam keluarga, Anak yang dibesarkan di lingkungan dengan orang tua yang merokok biasanya memiliki peluang lebih tinggi untuk meniru kebiasaan itu. Ini menunjukkan bahwa kebiasaan merokok bisa muncul melalui proses peniruan atau modeling terhadap sosok yang dianggap signifikan dan berpengaruh dalam hidup seorang remaja. Selain itu, dampak teman sebaya menjadi elemen yang paling kuat dalam memengaruhi keputusan remaja untuk merokok. Tekanan sosial dari kelompok teman membuat remaja berusaha menyesuaikan diri agar diterima dalam lingkungan pergaulan. Dalam situasi tersebut, remaja sering kali kehilangan kemampuan untuk menolak ajakan merokok, karena mereka lebih takut kehilangan penerimaan sosial daripada mempertimbangkan risiko kesehatan yang ditimbulkan.

Meningkatnya angka perokok muda ini tidak lepas dari berbagai faktor yang saling berkaitan, seperti kurangnya pengetahuan mengenai dampak negatif jangka

³ Erick Tanjung, "Jerat Impor Tembakau: Saat Petani Lokal Merugi Dan Rokok Murah Mengancam Remaja," *Suara.Com*, 2025, <https://www.suara.com/news/2025/11/28/155659/jerat-impor-tembakau-saat-petani-lokal-merugi-dan-rokok-murah-mengancam-remaja>.

⁴ Rokom, "Perokok Aktif Di Indonesia Tembus 70 Juta Orang, Mayoritas Anak Muda," 2024

panjang dari merokok, pengaruh lingkungan sosial dan teman sebaya, serta kemudahan akses pembelian di warung-warung kecil tanpa adanya pembatasan usia turut memperburuk kondisi ini. Dalam banyak kasus, perilaku merokok pada usia muda seringkali dimulai dari rasa ingin tahu, dorongan untuk diterima dalam kelompok pertemanan, atau bahkan keinginan untuk terlihat dewasa. Kebiasaan yang awalnya bersifat coba-coba ini kemudian berkembang menjadi ketergantungan yang muncul akibat adanya nikotin dalam rokok yang memiliki sifat adiktif. Pengawasan terhadap penjualan rokok kepada anak-anak yang masih di bawah umur masih kurang optimal, begitu pula dengan pembatasan iklan yang belum sepenuhnya ditegakkan. Akibatnya, remaja tetap menjadi sasaran empuk bagi industri rokok melalui berbagai strategi pemasaran terselubung.

Rasa ingin tahu dan dorongan untuk mengeksplorasi hal-hal baru adalah ciri khas alami dari masa remaja yang sering memicu perilaku berisiko, seperti merokok. Penelitian yang dilaksanakan oleh Fitri menunjukkan bahwa dari 103 remaja yang berpartisipasi, terdapat remaja yang masih aktif merokok saat ini (80,6%) dan mereka yang pernah merokok sebelumnya (19,4%). Teman-teman menjadi sumber pengaruh utama bagi remaja untuk mencoba merokok, dengan persentase mencapai 62,65% alasan remaja tersebut tetap mempertahankan sikapnya dengan tetap merokok adalah karena merokok membuat dirinya merasa tenang dan menghilangkan stres.⁵ Masa muda adalah periode ketika seseorang mulai mencari identitas diri dan berupaya untuk tampil dewasa dengan mencoba berbagai pengalaman baru, termasuk percobaan merokok yang akhirnya berkembang menjadi kebiasaan menikmati rokok.⁶ Pengaruh teman sebaya menjadi faktor utama yang mendorong remaja mulai dan tetap merokok, sementara rokok juga dipersepsikan sebagai cara untuk merasa lebih tenang dan mengurangi stres. Kebiasaan merokok pada remaja tidak hanya berawal dari coba-coba, tetapi dapat berkembang menjadi perilaku yang menetap.

Dampak merokok yang sangat serius bagi kesehatan manusia, baik fisik maupun psikologi. Secara fisik, diantaranya akan mengakibatkan penyakit kanker mulut, kanker tenggorokan, kanker payudara, kanker ginjal, kandung kemih, kanker perut, kanker paru-paru, masalah pernapasan yang berkepanjangan, serangan jantung, stroke, disfungsi ereksi dan masalah kehamilan pada wanita.⁷ Paling umum dijumpai bahwa dia itu perokok aktif adalah memiliki gigi kuning bahkan kecoklatan dan bibir yang menghitam. Sedangkan dampak psikologis dari merokok sangatlah kompleks dan dapat mencakup berbagai gangguan mental seperti kecemasan, depresi, dan stres. Nikotin termasuk zat psikoaktif yang mengubah suasana hati dan proses kognitif, maksudnya adalah membuat si perokok aktif

⁵ Fitri Almaidah Et Al., "Survei Faktor Penyebab Perokok Remaja Mempertahankan Perilaku Merokok," *Jurnal Farmasi Komunitas* 8, No. 1 (2020): 20,

⁶ Miftahul Jannah And Rismayanti Yamin, "Determinan Perilaku Merokok Remaja Sekolah Menengah Atas," *Jurnal Kesehatan* 14, No. 1 (2021): 6–12.

⁷ Siti Maimunah, "Peran Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Self Control Terhadap Perilaku Merokok," *Advice: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 2, No. 2 (2021): 120,

merasakan lega dan senang sementara, namun dalam jangka panjang hal itu memperburuk masalah kesehatan mental. Siklus kecanduan membuat perasaan cemas dan depresi, sehingga menciptakan lingkaran setan yang sulit diputus. Studi menunjukkan bahwa perokok memiliki tingkat gangguan mental yang lebih tinggi dibandingkan bukan perokok.⁸ Kebiasaan ini menjadi sulit dihentikan, karena si perokok telah menciptakan suatu pola yang berulang dan mengakibatkan resiko cukup tinggi perihai kesehatan mental.

Dampak dari perilaku merokok perspektif sosial, remaja yang merokok sering kali mengalami prasangka buruk dari lingkungan sekitar terutama di lingkungan sekolah. Mereka dipandang sebagai individu yang sulit diatur, kurang disiplin, dan mudah terpengaruh oleh hal-hal negatif. Lebih jauh lagi, kebiasaan merokok pada usia muda dapat mengarah pada perilaku menyimpang lainnya seperti mengonsumsi alkohol, membolos sekolah, atau bergaul di lingkungan yang tidak sehat. Selain itu rokok memiliki peran yang cukup besar terhadap kemiskinan di Indonesia. Menurut data Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik (BPS), rokok selalu menjadi penyumbang kedua terbesar terhadap kemiskinan setelah beras.⁹ Menurut kajian Center for Indonesia's Strategic Development Initiatives (CISDI) di tahun 2021, biaya kesehatan akibat merokok tercatat sebesar Rp17,9-27,7 triliun setahun. Dari total biaya ini, terdapat Rp10,5 – 15,6 triliun yang merupakan biaya perawatan yang dikeluarkan BPJS Kesehatan. Biaya tersebut setara dengan 20 persen-30 persen dari besaran subsidi Penerima Bantuan Iuran (PBI) Jaminan Kesehatan Nasional (JKN) per tahun, sebesar Rp48,8 triliun yang dikeluarkan oleh APBN.¹⁰ Fakta ini menunjukkan betapa konsumsi rokok telah menjadi beban ekonomi yang signifikan bagi rumah tangga, terutama bagi keluarga miskin. Sementara itu, rokok sama sekali tidak memberikan nilai gizi atau manfaat kesehatan, melainkan justru memperburuk kondisi finansial dan kesejahteraan masyarakat.

Indonesia memiliki beberapa kebijakan pengendalian tembakau, namun implementasinya masih belum optimal. Harga yang lebih murah menjadi salah satu alasan utama mengapa remaja lebih memilih rokok ilegal dibandingkan rokok legal. Rokok ilegal biasanya dijual dengan harga yang jauh lebih murah karena tidak dikenakan pajak dan tidak melalui proses distribusi resmi. Bagi remaja yang sering kali memiliki keterbatasan finansial, harga yang murah menjadi faktor penarik utama. Bayangkan saja untuk peredaran rokok legal saat ini saja satu bungkusnya bisa dihargai dari harga Rp 20.000. – Rp 45.000. Sedangkan untuk peredaran rokok ilegal sendiri harga perbungkusnya cuman dari kisaran Rp 10.000 – Rp 15.000. Terlihat bagaimana perbedaan yang sangat jauh dari harga yang legal terhadap harga

⁸ A Leonel, *Berhenti Merokok Hari Ini Kecanduan Rokok Telah Menghancurkan Anda* (Adriano Leonel, 2024)

⁹ Dwi Ardian, "Rokok Dan Kemiskinan," *Kompasiana*, 2025, https://www.kompasiana.com/ard_almandary/6881913ced64153e5435c422/rokok-dan-kemiskinan.

¹⁰ Muhammad Akhtar Hamzah, "Ilusi Dibalikpendapatan Industri Rokok," *Kumparan.Com*, 2025, <https://kumparan.com/m-akhtr/ilusi-dibalik-pendapatan-industri-rokok-24HIZdxzEXk/1>.

yang tidak legal, perbandingannya bisa sampai 450% dari harga yang beredar.¹¹ Pemerintah terus melakukan berbagai langkah untuk menekan serta mencegah kebiasaan merokok. Salah satu upaya tersebut ialah diberlakukannya Peraturan Pemerintah Nomor 109 Tahun 2012 yang mengatur pengamanan produk tembakau sebagai zat adiktif yang berdampak pada kesehatan. Dalam revisi PP tersebut, terdapat beberapa poin utama, antara lain peningkatan ukuran peringatan kesehatan bergambar, pembatasan yang lebih ketat terhadap iklan, promosi, dan sponsorship produk rokok, pelarangan penjualan rokok secara batangan, serta penguatan mekanisme pengawasan terhadap peredaran produk tembakau dan pengendalian konsumsi tembakau.¹² Namun nyatanya menunjukkan bahwa penegakan regulasi tersebut masih lemah, terutama dalam hal pembatasan iklan dan penjualan rokok kepada anak di bawah umur.

Kondisi ini menunjukkan bahwa pengaturan dalam kebiasaan merokok tidak hanya tergantung pada pemerintah, tetapi juga memerlukan metode pendidikan dan bimbingan langsung kepada generasi muda. Sekolah, keluarga, dan masyarakat memiliki peran yang signifikan dalam membantu mereka memahami konsekuensi dari merokok serta mengembangkan dorongan untuk mengurangi atau bahkan menghentikan kebiasaan tersebut. Dengan adanya dukungan lingkungan yang mendukung, diharapkan para remaja dapat membuat pilihan yang lebih cerdas dalam menjaga kesehatan mereka dan menjauhi kebiasaan merokok yang merugikan diri sendiri dan orang lain. Selain itu, penyediaan informasi yang tepat mengenai bahaya merokok melalui kegiatan penyuluhan. Upaya ini juga perlu diimbangi dengan pembentukan karakter dan kepercayaan diri agar remaja mampu menolak ajakan dari teman sebayanya untuk merokok. Dengan begitu pengendalian diri mengenai kebiasaan merokok berjalan efektif karena melibatkan semua pihak dalam menciptakan lingkungan yang sehat.

Lingkungan sosial berperan penting dalam memengaruhi perilaku merokok di kalangan remaja. Dalam kehidupan sehari-hari, banyak remaja yang mencoba merokok untuk pertama kali akibat pengaruh teman atau keinginan untuk diterima di dalam kelompok. Hal ini sering terjadi di tempat-tempat berkumpul atau lokasi umum yang tidak memiliki kontrol yang ketat terhadap aktivitas merokok. Selain itu, kemudahan dalam mendapatkan rokok di toko-toko dekat perumahan membuat keadaan ini semakin buruk. Dengan harga rokok ilegal yang tergolong murah dan kurangnya penegakan hukum terkait larangan penjualan rokok kepada anak-anak, masalah ini semakin memprihatinkan menjadikan remaja semakin mudah untuk mendapatkan rokok. Perilaku merokok dapat memengaruhi citra diri remaja di lingkungan sekitarnya. Banyak remaja merokok karena ingin diterima dalam kelompok pertemanan, namun di sisi lain kebiasaan ini justru menimbulkan penilaian negatif dari masyarakat dan guru di sekolah. Perilaku merokok juga sering

¹¹ Rayhan Yanuar, "Rokok Ilegal Menjadi Pilihan Terbaik Perokok Remaja," *Kumparan.Com*, 2024.

¹² Kemenko Pmk, "Keputusan Menteri Koordinator Bidang Pembangunan Manusia Dan Kebudayaan Republik Indonesia," *Journal Of Business Theory And Practice* 10, No. 2 (2023):6

kali berhubungan dengan perilaku lain yang menyimpang, seperti nongkrong hingga larut malam, bolos sekolah, bahkan terlibat dalam tindakan yang tidak produktif. Jika hal ini dibiarkan, maka potensi remaja untuk berkembang secara positif akan terhambat.

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti perilaku merokok pada remaja di Perumahan Ciujung Damai, cukup banyak remaja yang merokok karena lingkungan sosial yang mereka jalani, terpengaruh oleh teman-teman dan juga melihat orang tua mereka yang merokok. Perumahan Ciujung Damai dikenal sebagai tempat yang menjunjung persatuan, warganya pun dikenal ramah, tetapi perilaku remaja di sana sebagian besar menunjukkan tindakan yang berpotensi merugikan masa depan mereka, seperti kecenderungan untuk merokok. Menurut pengamatan masyarakat Perumahan Ciujung Damai dan pemilik warung yang sering dijadikan tempat berkumpul oleh remaja, kebiasaan merokok banyak dilakukan saat berkumpul bersama teman-teman dan pada acara-acara besar yang membutuhkan bantuan remaja seperti pesta pernikahan. Sehingga perlu adanya upaya dalam mengatasi permasalahan merokok pada remaja, salah satunya yakni dengan pendekatan konseling kelompok. Menurut Corey dalam jurnal Pratiwi menjelaskan konseling kelompok merupakan layanan konseling yang diberikan kepada sejumlah konseli dalam suasana kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk saling belajar dari pengalaman para anggotanya sehingga peserta konseli dapat mengatasi masalah. Tujuan konseling kelompok adalah memfasilitasi konseli melakukan perubahan perilaku, mengkonstruksi pikiran, mengembangkan kemampuan mengatasi situasi kehidupan, membuat keputusan yang bermakna bagi dirinya dan berkomitmen untuk mewujudkan keputusan dengan penuh tanggungjawab dalam kehidupannya dengan memanfaatkan kekuatan situasi kelompok.¹³ Pendekatan konseling kelompok lebih efektif dibandingkan ceramah sepihak dalam memotivasi remaja untuk mengurangi kebiasaan merokok.

Dinamika konseling kelompok dapat menjadi wadah bagi remaja untuk mengekspresikan pandangan, perasaan, dan pengalaman mereka dalam kebiasaan merokok. Melalui pelaksanaan konseling kelompok diharapkan remaja dapat memahami secara rasional dampak negatif dari kebiasaan merokok serta memiliki kemampuan untuk mengendalikan diri dari pengaruh lingkungan yang tidak sehat. Anggota kelompok untuk saling memberikan masukan dan dorongan positif dalam suasana yang suportif, sehingga motivasi untuk berubah menjadi lebih kuat. Konselor bertindak sebagai pengarah yang memandu perbincangan, memelihara suasana kelompok agar tetap positif, dan menjamin bahwa setiap peserta memiliki peluang untuk ikut serta. Pendekatan ini tidak hanya berfokus pada pemberian informasi, tetapi juga pada proses pembentukan sikap, nilai, dan keyakinan baru yang lebih konstruktif. Ketika remaja mampu menyadari pentingnya menjaga

¹³ Utari Pratiwi and Yeni Karneli, "Pemahaman Mendasar Tentang Konseling Kelompok Bagi Praktisi Bimbingan Dan Konseling" 2, no. 2 (2024): 60–66.

kesehatan dan memiliki kemampuan menolak ajakan untuk merokok, maka secara perlahan kebiasaan merokok dapat berkurang di kalangan mereka.

Pemilihan lokasi penelitian di Perumahan Ciujung Damai memiliki alasan yang kuat. Berdasarkan hasil praobservasi dan pengamatan awal ditemukan bahwa cukup banyak remaja wilayah tersebut yang memiliki kebiasaan merokok. Kondisi ini menunjukkan bahwa perilaku merokok telah menjadi hal yang cukup lumrah di kalangan remaja setempat dan perlu mendapatkan perhatian khusus. Maka peneliti merasa perlu untuk tidak hanya mengidentifikasi saja melainkan merangkul remaja untuk mengurangi kebiasaan merokok. Untuk mempermudah penulis, maka penelitian ini yang berjudul **“Efektivitas Konseling Kelompok Terhadap Perilaku Merokok Pada Remaja Di Perumahan Ciujung Damai”**. Pemilihan metode bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dianggap relevan karena memberikan ruang bagi remaja untuk berbagi pengalaman, saling memberikan dukungan, dan memahami dampak negatif dari perilaku merokok melalui proses interaksi yang terbuka dan reflektif. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata dalam upaya mengurangi kebiasaan merokok di kalangan remaja serta menjadi model pendekatan bimbingan yang efektif untuk diterapkan di lingkungan masyarakat lainnya.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan penjelasan latar belakang masalah yang diuraikan di atas, maka identifikasi masalah yang dijadikan bahan penelitian adalah sebagai berikut :

1. Tingginya angka kematian akibat merokok secara global.
2. Jumlah perokok aktif di Indonesia terus meningkat.
3. Remaja mudah terpengaruh oleh lingkungan sosial, terutama teman sebaya dan keluarga yang merokok.
4. Kurangnya kesadaran akan dampak negatif terhadap kesehatan fisik dan psikologis dari merokok.
5. Rokok menimbulkan kerugian ekonomi yang besar, karena tingginya biaya pengobatan penyakit akibat rokok.
6. Mudahnya akses remaja dalam memperoleh rokok, baik rokok legal maupun ilegal dengan harga murah.
7. Konseling kelompok sebagai pendekatan yang cukup efektif untuk mengurangi kebiasaan merokok khususnya di Perumahan Ciujung Damai.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan penentuan permasalahan yang telah dilakukan dalam penelitian ini, penting untuk menetapkan batasan masalah agar analisis dalam studi ini dapat lebih terfokus pada isu-isu yang ingin diselesaikan. Fokus dari penelitian ini adalah mengevaluasi keefektifan konseling kelompok terhadap perilaku merokok di kalangan remaja. Penelitian ini secara khusus dibatasi pada remaja usia 15 sampai 18 tahun, yang termasuk dalam kategori remaja pertengahan. Yang bertempat

tinggal di Perumahan Ciujung Damai dan fokus utama penelitian ini pada remaja yang memiliki kebiasaan merokok dan mereka sering berkumpul di Kedai Teh Poci yang menjadi tempat tongkrongan.

D. Rumusan Masalah

Rumusan masalah merupakan inti masalah yang hendak diteliti dalam bentuk pertanyaan dan menggunakan konsep maupun variabel yang diteliti.¹⁴ Jadi sangat penting adanya rumusan masalah, adapun rumusan masalah yang terdapat pada penelitian ini sebagai berikut :

1. Bagaimana perilaku merokok pada remaja sebelum pelaksanaan konseling kelompok?
2. Bagaimana perilaku merokok pada remaja sesudah diberikan konseling kelompok?
3. Apakah efektif konseling kelompok terhadap perilaku merokok pada remaja di Perumahan Ciujung Damai?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian mencerminkan harapan terhadap jawaban yang akan diperoleh dari permasalahan yang telah dirumuskan sebelumnya.¹⁵ Setiap kegiatan atau penelitian harus memiliki tujuan yang jelas, agar penelitian tersebut menjadi terarah dan tercapai tujuannya. Tujuan penelitian yang diangkat pada penelitian ini sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui perilaku merokok pada remaja sebelum pelaksanaan konseling kelompok.
2. Untuk mengetahui kebiasaan merokok pada remaja sesudah diberikan konseling kelompok.
3. Untuk mengetahui apakah konseling kelompok efektif terhadap perilaku merokok pada remaja di Perumahan Ciujung Damai.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian adalah kontribusi dari hasil penelitian yang diperoleh terhadap bidang keilmuan yang dipelajari, bisa juga manfaat untuk budaya atau masyarakat tertentu.¹⁶ Manfaat dari penelitian ini terdapat 2 macam, sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini dapat menambah wawasan mengenai layanan konseling kelompok terhadap perilaku merokok pada remaja. Hasil penelitian

¹⁴ Uin Sulatan Maulana Hasnuddin Banten, *Buku Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Dan Tugas Akhir* (Serang, 2025).

¹⁵ Et. Al. Sembiring Br, *Buku Ajar Metodologi Penelitian (Teori Dan Praktik)* (Karawang: Cv Saba Jaya Publisher, 2023).

¹⁶ Sari Annita, *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian* (Jayapura: Cv. Agkasa Pelangi, 2023).

ini juga dapat menjadi referensi maupun acuan bagi penelitian selanjutnya dalam mengatasi kebiasaan merokok pada remaja melalui metode bimbingan kelompok.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini bermanfaat sebagai berikut :

a. Bagi remaja

Dengan adanya penelitian ini diharapkan remaja dapat mengurangi kebiasaan merokok dengan mementingkan masa depannya, memiliki tubuh sehat dan mental yang sehat pula.

b. Bagi Perumahan Ciujung Damai

Diharapkan penelitian ini dapat menciptakan lingkungan di Perumahan Ciujung Damai yang sehat dan bersih dari asap rokok.

c. Bagi Prodi Bimbingan Konseling Islam

Diharapkan penelitian ini dapat menambah kepustakaan Fakultas Dakwah khususnya Jurusan Bimbingan Konseling Islam di UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten, dapat dimanfaatkan sebagai pelengkap kajian kebiasaan merokok pada remaja.

d. Bagi peneliti dan mahasiswa

Penelitian lain sebagai bahan masukan, sehingga dapat lebih baik dalam mengembangkan penelitian-penelitian lainnya yang berkaitan dengan keefektifan konseling kelompok terhadap perilaku merokok pada remaja.

G. Penelitian Terdahulu

Penelitian Terdahulu merupakan salah satu cara bagi peneliti untuk menemukan perbandingan dan memperoleh ide-ide baru untuk penelitian yang akan datang. Penelitian sebelumnya dilihat dari perbandingan antara kesamaan dan perbedaan dengan penelitian yang tengah dilakukan, berikut adalah penelitian sebelumnya yang masih berhubungan dengan tema yang dianalisis oleh penulis.

Pertama, Salah satu penelitian yang memiliki keterkaitan dengan tema kebiasaan merokok pada remaja adalah penelitian yang dilakukan oleh Jufri Ladade pada tahun 2021 berjudul “Bimbingan Kelompok Terhadap Kecenderungan Perilaku Merokok Pada Remaja di Dusun Katapang Kecamatan Huamual Kabupaten Seram Barat.” Hasil dari penelitian ini mengindikasikan bahwa penggunaan layanan bimbingan kelompok dengan metode diskusi dapat memberikan efek positif dalam mengurangi kecenderungan merokok di antara remaja di Dusun Katapang. Penelitian ini memiliki beberapa kesamaan dengan penelitian yang dilaksanakan oleh penulis, seperti sama-sama menerapkan layanan bimbingan kelompok, memanfaatkan teknik diskusi sebagai metode intervensi, fokus pada isu merokok di kalangan remaja, serta melibatkan peserta penelitian dari daerah pedesaan. Namun, perbedaannya terletak pada jenis penelitiannya, di mana penelitian Jufri

menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan menggunakan metode studi kasus.¹⁷

Kedua, penelitian oleh Rismalasari Dewi, Nana Supriyatna, dan Sigit Mulyono pada tahun 2022 yang berjudul “Pemberian Konselor Sebaya dalam Upaya Membentuk Perilaku Pencegahan Merokok pada Remaja” juga memiliki keterkaitan dengan topik yang penulis teliti. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dampak dari intervensi konselor sebaya dalam meningkatkan sikap pencegahan merokok di kalangan remaja yang berada dalam area Puskesmas Kalibaru, Kecamatan Cilincing, Jakarta Utara. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain Quasi Experimental dengan pendekatan pre-test dan post-test, melibatkan 82 orang remaja sebagai responden. Temuan dari penelitian ini mengindikasikan bahwa intervensi dari konselor sebaya berkontribusi secara signifikan terhadap peningkatan perilaku pencegahan merokok, yang tercermin dari nilai p-value yang sangat kecil (0.000). Selain itu, penelitian ini juga menemukan bahwa faktor orang tua, teman sebaya, dan paparan iklan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku merokok di kalangan remaja. Temuan ini menegaskan bahwa intervensi berbasis sebaya memiliki potensi besar dalam membantu remaja membentuk perilaku hidup sehat, khususnya dalam upaya mencegah kebiasaan merokok.¹⁸ Artinya, intervensi konselor sebaya efektif meningkatkan perilaku pencegahan merokok. Sedangkan untuk perbedaan penelitiannya adalah layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik diskusi, dan untuk persamaannya adalah menggunakan metode penelitian yang sama yaitu kuantitatif.

Ketiga, penelitian oleh Lailatul Fajriyah pada tahun 2023 yang berjudul “Efektivitas Konseling Kelompok Behavioral Dengan Teknik Aversi Terhadap Pengurangan Kebiasaan Merokok Remaja Desa Brakas” bertujuan untuk mengetahui efektivitas layanan konseling kelompok dalam mengurangi perilaku merokok remaja di Desa Brakas. Teknik konseling yang diberikan berupa teknik konseling dengan media Convert Sanitization atau dengan meminta klien membayangkan perilaku maladaptif yang biasanya dilakukan dan efek negatif dari perilaku tersebut sehingga menimbulkan perasaan bersalah ataupun rasa menyesal. Hasil penelitiannya bisa dikatakan efektif dengan melihat selisih nilai rata-rata sebesar 24,6.¹⁹ Penelitian ini memiliki beberapa kesamaan dengan penelitian yang dilaksanakan oleh penulis, seperti sama-sama menerapkan layanan konseling kelompok, fokus pada isu perilaku merokok di kalangan remaja, menggunakan metode penelitian kuantitatif eksperimen serta melibatkan peserta penelitian dari daerah pedesaan. Namun, perbedaannya terletak pada teknik penelitiannya, di mana

¹⁷ Ladade Jufri, “Bimbingan Kelompok Terhadap Kecendrungan Perilaku Merokok Pada Remaja Di Dusun Katapang Kecamatan Huamual Kabupaten Seram Barat,” 2021,.

¹⁸ Rismalasari Dewi, Nana Supriyatna, And Sigit Mulyono, “Pemberian Konselor Sebaya Dalam Upaya Membentuk Perilaku Pencegahan Merokok Pada Remaja,” *Journal Of Telenursing (Joting)* 4, No. 2 (2022): 732–38

¹⁹ Lailatul Fajriyah, “Efektivitas Konseling Kelompok Behavioral Dengan Teknik Aversi Terhadap Pengurangan Kebiasaan Merokok Remaja Desa Brakas,” 2023, <http://repository.iainkudus.ac.id/9331/>.

penelitian Lailatul menggunakan media Convert Senitization sedangkan penulis tidak menggunakan teknik.

H. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan penjelasan yang mengubah variabel yang sedang diuji menjadi bentuk yang dapat diukur dalam proses pengukuran variabel-variabel tersebut. Dengan adanya definisi operasional, suatu konsep yang biasanya bersifat abstrak dapat dijadikan sesuatu yang konkret, sehingga peneliti lebih mudah dalam melakukan pengukuran.²⁰

1. Variabel Penelitian

Terdapat dua variabel dalam penelitian yang digunakan, yaitu:

Variabel X : Konseling Kelompok

Variabel Y : Perilaku Merokok

Untuk mencegah terjadinya kesalahpahaman dan agar penelitian ini lebih terarah dalam mencapai tujuan, maka definisi operasional dirumuskan sebagai berikut:

a) Konseling Kelompok

Konseling kelompok adalah salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling yang membahas permasalahan secara bersama melalui dinamika kelompok, di mana seluruh anggota dapat saling berinteraksi, menyampaikan pendapat secara bebas, memberikan tanggapan, serta saling memberi saran. Layanan ini bertujuan membantu peserta didik dalam suasana kelompok yang bersifat preventif dan terapeutik, sekaligus mendukung proses perkembangan dan pertumbuhan pribadi mereka. Konseling kelompok menekankan pada aspek pikiran dan perilaku yang disadari, yang dikembangkan melalui aktivitas kelompok untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan diri, sehingga mendorong terbentuknya perilaku yang lebih positif dibanding sebelumnya.

b) Perilaku Merokok

Perilaku merokok merupakan permasalahan kesehatan masyarakat yang tergolong serius karena dampak negatif dan risiko yang ditimbulkannya. Kebiasaan merokok dapat memicu berbagai penyakit berbahaya, seperti gangguan paru-paru, kanker, penyakit pada sistem reproduksi, gangguan lambung, hingga stroke, karena rokok dapat melemahkan kondisi pembuluh darah. Kandungan nikotin dalam rokok bersifat stimulan yang mampu meningkatkan denyut jantung setiap kali seseorang merokok, sehingga tekanan darah naik dan pembuluh darah menyempit. Perilaku merokok pada remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik dari lingkungan maupun dari individu itu sendiri.

²⁰ S.T.M.H. Muhammad Syahrums, *Pengantar Metodologi Penelitian Hukum: Kajian Penelitian Normatif, Empiris, Penulisan Proposal, Laporan Skripsi Dan Tesis* (Cv. Dotplus Publisher, 2022)