

**UPAYA GURU BIMBINGAN KONSELING DALAM  
MENGATASI KEBIASAAN MEROKOK PESERTA DIDIK  
MELALUI LAYANAN KONSELING KELOMPOK  
DI SMK NEGERI I BAKAM**



**SKRIPSI**

**Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Memperoleh Gelar Sarjana (S. Pd)**

**Oleh:**

**YONGKI  
1815081**

**Fakultas: Tarbiyah**

**Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**

**Kepada:**

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK  
BANGKA BELITUNG**

**2024**



**KEMENTERIAN AGAMA RI  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG  
FAKULTAS TARBİYAH**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM**

Jalan Raya Petaling, Km. 13 Kec. Mendo Barat Kab. Bangka Prov. Kep. Bangka Belitung

E-mail: [humas@iainsasbabel.ac.id](mailto:humas@iainsasbabel.ac.id) Website: [www.iainsasbabel.ac.id](http://www.iainsasbabel.ac.id) Kode Pos: 33173

**SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIASI**

**Nomor : B-03/BKPI/5.5/PP.00.9/04/2024**

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung menerangkan bahwa mahasiswa dengan identitas berikut :

Nama : Yongki  
NIM : 1815081  
Program : Strata 1  
Fakultas : Tarbiyah  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam  
Judul Skripsi : Upaya Guru Bimbingan dan Konseling Dalam Mengatasi Kebiasaan Merokok Melalui Layanan Konseling Kelompok Di SMK Negeri 1 Bakam.

Dinyatakan sudah memenuhi syarat batas maksimal plagiasi 25% pada skripsi yang disusunnya.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bangka, 24 April 2024  
Ka.Program Studi BKPI



Dr. Nikmatuljalil, M.Pd  
NIP. 198611282018011001

## HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yongki  
NIM : 1815081  
Fakultas : Tarbiyah  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul: **“Upaya Guru Bimbingan Konseling Dalam Mengatasi Kebiasaan Merokok Melalui Layanan Konseling Kelompok Di SMK Negeri I Bakam”**, ini adalah asli hasil karya atau penelitian saya sendiri, dan bukan merupakan karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi mana pun serta bebas dari plagiasi. Sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat orang lain, kecuali yang secara tertulis dijadikan acuan/ kutipan dalam naskah skripsi ini. Apabila di lain waktu terbukti adanya penyimpangan dalam karya ini, maka tanggung jawab ada pada penyusunan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dan apabila pernyataan ini tidak benar saya bersedia dituntut di muka hukum.

Bangka, 22 April 2024

Yang Menandatangani,



E83ALX165554091  
NIM.1815081



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)  
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG  
FAKULTAS TARBIYAH

Jln. Raya Mentok KM 13, Desa Petaling, Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Babel, 33173

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi  
Saudara Yongki

Kepada Yth,  
Dekan Fakultas Tarbiyah  
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung  
di Bangka

*Assalamu 'alaikum Wr.Wb.*

Setelah membaca, mencermati, dan melakukan beberapa kali bimbingan serta mengadakan perbaikan seperlunya, baik dari segi isi, bahasa maupun teknik penulisan, maka kami selaku Pembimbing berpendapat bahwa skripsi mahasiswa di bawah ini:

Nama : Yongki  
NIM : 1815081  
Fakultas : Tarbiyah  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam  
Judul : Upaya Guru Bimbingan Konseling Dalam Mengatasi Kebiasaan Merokok Melalui Layanan Konseling Kelompok Di SMK Negeri I Bakam

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Tarbiyah IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung untuk memenuhi salah satu dari syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd). Harapan kami, semoga dalam waktu dekat Skripsi ini dapat dimunaqasyahkan.

Demikian dan harap maklum. Atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih.

*Wasalamu 'alaikum Wr.Wb.*

Pembimbing I

Dr. Nikmatuljal, M.pd  
NIP. 198611282018011001

Bangka, 24 April 2024  
Pembimbing II

Wanyudi, M.A  
NIDN. 2005089101



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)  
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG  
FAKULTAS TARBIYAH

Jln. Raya Mentok KM 13, Desa Petaling, Kec. Mendo Harat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Babel, 33173

NOTA DINAS KONSULTAN

Hal : Skripsi  
Saudara Yongki

Kepada Yth,  
Dekan Fakultas Tarbiyah  
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung  
di Bangka

*Assalamu'alaikum Wr.Wb.*

Setelah melakukan beberapa kali konsultasi dan mencermati hal perbaikan, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi mahasiswa di bawah ini:

Nama : Yongki  
NIM : 1815081  
Fakultas : Tarbiyah  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam  
Judul : Upaya Guru Bimbingan Konseling Dalam Mengatasi Kebiasaan Merokok Peserta Didik Melalui Layanan Konseling Kelompok Di SMK Negeri I Bakam

Telah layak diajukan kepada Fakultas Tarbiyah IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung untuk memenuhi salah satu dari syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).

Demikian dan harap maklum. Atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih.

*Wasalamu'alaikum Wr.Wb.*

Konsultan I

Dr. Wahyudin Noor, M.S.I  
NIP.197909292009121002

Bangka, Juli 2024  
Konsultan II

Komariah, S.Psi., M. Pd  
NIP.199106212020122027



**KEMENTERIAN AGAMA RI**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI**  
**SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG**  
**FAKULTAS TARBIYAH**

Jalan Raya Petaling Km. 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung  
E-Mail: humas@iainsasbabel.ac.id, Website: www.iainsasbabel.ac.id  
BANGKA 33173

**PENGESAHAN**

Nomor: 235.B9/FT/PP.00.9/09/2024

Skripsi dengan judul: Upaya Guru Bimbingan Konseling dalam Mengatasi Kebiasaan Merokok Peserta Didik Melalui Layanan Konseling Kelompok di SMK Negeri 1 Bakam

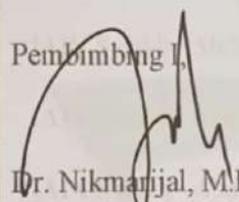
Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Yongki  
NIM : 1815081  
Fakultas : Tarbiyah  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)

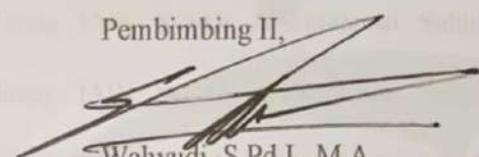
telah dimunaqasyahkan pada hari: Jum'at, tanggal 21 Juni 2024 dengan nilai A (86.63), dan dinyatakan sah dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar S.Pd.

**DEWAN SIDANG MUNAQASYAH**

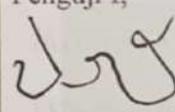
Pembimbing I,

  
Dr. Nikmahjijal, M.Pd  
NIP. 19861128 201801 1 001

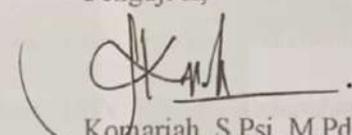
Pembimbing II,

  
Wahyudi, S.Pd.I., M.A  
NIPPPK. 19910805 202321 1 025

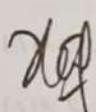
Penguji I,

  
Dr. Wahyudin Noor, M.S.I  
NIP. 19790929 200912 1 002

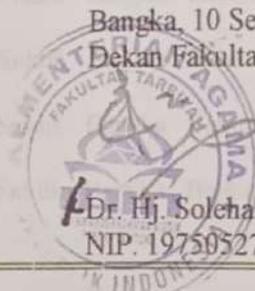
Penguji II,

  
Komariah, S.Psi. M.Pd  
NIP. 19910521 202012 2 026

Ketua Panitia

  
Indrawati, M.Pd  
NIP. 19780223 200912 2 001

Bangka, 10 September 2024  
Dekan Fakultas Tarbiyah,

  
Dr. Hj. Soleha, M.A  
NIP. 19750527 200501 2 008

## **HALAMAN MOTTO**

. "Dan janganlah kamu menjatuhkan dirimu sendiri ke dalam kebinasaan, dan  
berbuat baiklah, karena sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang berbuat  
baik."

**(Al-Baqarah: 195)**

"Dan janganlah kamu membunuh dirimu, sesungguhnya Allah maha penyayang  
kepadamu"

**(QS. AN Nisaa: 29)**

"Barangsiapa yang menghirup racun hingga mati, maka dia akan menghirup  
racun itu selama-lamanya di neraka jahannam."

**(HR. Al-Bukhari dan Muslim)**

"Tidak ada kata terlambat untuk berubah, dan teruslah mengadopsi pola pikir  
positif"

**(Yongki)**

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrohmanirrohim

Dengan menyebut nama Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang  
Dengan penuh rasa bahagia saya persembahkan skripsi ini untuk orang-orang  
yang saya cintai dan saya sayangi:

Kepada kedua orangtua ku yang tercinta dan tersayang, ibunda “**Santi**” dan  
ayahanda “**Arpan**”. Sebagai tanda rasa cinta ku persembahkan karya sederhana  
ini kepada ibu dan bapak yang telah memberikan cinta, kasih sayang tanpa ada  
batas, dan terimakasih dukungan serta doa setiap langkah kakiku.

Kepada adikku “**Yobi**” , “**Yirza**”, **Ahmad**”, dan nenek “**Suyati**” orang yang buat  
aku menjadi alasan agar tetap semangat untuk mengerjakan tugas akhir ini.

Kepada sahabat seperjuanganku Yusril, Robiansyah, Sukri, Sugandi, Solihin,  
Septian dan Yosi yang selalu memberikan dukungan setiap waktu dan memberikan  
semangat tiada hentinya.

# UPAYA GURU BIMBINGAN KONSELING DALAM MENGATASI KEBIASAAN MEROKOK MELALUI LAYANAN KONSELING KELOMPOK DI SMK NEGERI I BAKAM

Yongki  
1815081  
Fakultas Tarbiyah  
Institut Agama Islam Negeri  
Syaikh Abdurahman Siddik  
Bangka Belitung

## Abstrak

Fenomena merokok di kalangan remaja usia sekolah bukan lagi hal yang asing. Kebiasaan mereka merokok pada umumnya dimulai pada saat SD, SMP dan SMA. Prilaku merokok di kalangan remaja sekarang bisa kita di mana-mana. Tidak jarang kita menemukan remaja masih mengenakan atribut sekolahnya. Mereka merokok bersama temannya ataupun sendiri, baik secara diam-diam atau terang-terangan di area publik terbuka tanpa memperdulikan ada orang disekitarnya yang tidak merokok, ada orang tua, orang sakit, anak kecil, ibu hamil. Mereka mengabaikan efek negatif dari kebiasaan merokok.

Jenis penelitian ini adalah menggunakan metode deskriptif kualitatif. Sedangkan teknik analisis data yaitu model analisis interaktif dengan tahapan analisis data melalui mereduksi data, *display* data dan memverifikasi atau mengambil kesimpulan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa upaya Guru BK dalam menangani kebiasaan merokok melalui layanan konseling kelompok di SMKN 1 Bakam dapat dilihat dari fungsi merokok dalam kehidupan sehari-hari sudah dikatakan oleh Guru BK dengan ada fungsinya dan banyak efek negatifnya bagi kesehatan seperti penyakit paru, penyakit jantung koroner, impotensi, kanker kulit, mulut, bibir dan kerongkongan dan merusak otak. Intensitas merokok; apa yang dilakukan Guru BK dalam mengurangi intensitas kebiasaan merokok peserta didik belum kelihatan hasilnya, masih kurang tegas dan belum berani memberikan peringatan kepada peserta didiknya yang merokok di lingkungan sekolah. Tempat merokok; sekolah ini tidak pernah menyediakan area merokok, toilet, kantin sekolah, kebun sawit orang dan lahan orang bukan tempat merokok. Waktu merokok; tidak pernah mengizinkan peserta didik untuk merokok pada waktu jam istirahat maupun jam kosong biasanya disuruh keperpustakaan membaca buku. Sedangkan tahapan pelaksanaan layanan konseling ini dalam mengatasi kebiasaan merokok yang dilakukan Guru BK dapat dilihat tahap awal kelompok, peralihan, kegiatan dan tahap pengakhiran. Secara keseluruhan mengenai tahapan pelaksanaan layanan bimbingan konseling kelompok dalam mengatasi kebiasaan merokok ini sudah baik dan benar sesuai prosedurnya, proses, tujuan, asas-asas dan tahap-tahap yang berlaku walaupun hasilnya belum maksimal. Oleh sebab itu perlu ditingkatkan agar kebiasaan merokok peserta didik ini dapat berhenti secara total.

**Kata Kunci:** *Upaya Guru Bimbingan Konseling, Mengatasi Kebiasaan Merokok, Layanan Konseling Kelompok.*

## **KATA PENGANTAR**

Segala puji dan syukur saya panjatkan kepada Allah Swt yang telah memberikan rahmat dan karunianya kepada kita, khususnya bagi penulis, sehingga proses penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan. Shalawat dan salam senantiasa tercurahkan kepada Baginda Muhammad Saw. beserta para Sahabatnya, yang telah membawa kita dari zaman kegelapan ke zaman yang terang menderang seperti sekarang ini.

Penulisan skripsi ini merupakan kajian singkat tentang Upaya Guru Bimbingan Konseling dalam Mengatasi Kebiasaan Merokok Melalui Layanan Konseling Kelompok di SMK Negeri 1 Bakam. Penulis menyadari bahwa dalam menyelesaikan skripsi ini tidak akan dapat terwujud tanpa bantuan, bimbingan, motivasi dari semua pihak. Oleh karena itu, dengan kerendahan hati penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Irawan, M.S.I, selaku Rektor IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.
2. Ibu Dr. Soleha, M.A, selaku Dekan Fakultas Tarbiyah IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.
3. Bapak Nikmarijal, M.Pd selaku Ketua Prodi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.
4. Ibu Nurul Faqih Isro'i, M.Pd, selaku Penasehat Akademik yang telah memberikan berbagai motivasi dan masukan berharga sehingga peneliti bisa menyelesaikan perkuliahan ini sesuai cita-cita ingin menjadi sarjana.
5. Bapak Nikmarijal, M.Pd selaku Pembimbing I yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.

6. Bapak Wahyudi, M.A, selaku Pembimbing II, yang telah meluangkan waktunya dan dengan sabar membimbing serta memberikan motivasi, arahan yang begitu besar sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini sesuai harapan.
7. Seluruh Dosen IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung yang telah memberikan ilmu, motivasi, serta berbagai saran yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.
8. Kepada Kepala Sekolah, Guru BK dan seluruh staf pegawai di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 1Bakam.
9. Kepada kedua orangtua, adik dan seluruh keluarga besar saya yang dengan sabar memberikan segala kebutuhan dan keperluan dalam menuntut ilmu selama ini.
10. Teman seperjuangan BKPI C dan seluruh mahasiswa angkatan 2018 yang tidak bisa ku sebutkan satu persatu terimakasih kenangan yang telah kalian berikan.
11. Sahabat-sahabatku semua yang tidak bisa saya sebutkan satu-persatu. Serta teman-teman seperjuangan yang selalu memberi semangat dan memotivasi serta saling membantu satu sama lain.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dan kelemahan dalam penyusunan skripsi ini, karena itu kritik dan saran yang membangun penulis harapkan demi perbaikan dan pengembangan skripsi ini. Semoga skripsi ini bisa bermanfaat bagi semua orang. Aamiin Ya Allah.

Bangka, 23 April 2024

Peneliti

Yongki  
NIM: 181508

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>HALAMAN PERNYATAAN</b> .....	ii
<b>NOTA DINAS PEMBIMBING</b> .....	iii
<b>NOTA DINAS KONSULTAN</b> .....	iv
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	v
<b>HALAMAN MOTTO</b> .....	vi
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	vii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	viii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	x
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xii
<b>ABSTRAK</b> .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Kegunaan Penelitian .....	7
E. Telaah Pustaka .....	8
F. Sistematika Pembahasan .....	13
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b>	
A. Upaya Guru Bimbingan Konseling dalam Mengatasi Kebiasaan Merokok .....	14
1. Pengertian Upaya Guru Bimbingan Konseling .....	14
2. Pengertian Rokok .....	17
3. Zat-Zat yang Terkandung dalam Rokok .....	19
4. Kebiasaan Merokok .....	20
5. Aspek-Aspek Perilaku Merokok .....	20
6. Alasan Merokok .....	23
7. Faktor Penyebab Perilaku Merokok .....	24
8. Bahaya Merokok .....	27
9. Cara Mengatasi Perilaku Merokok .....	29

B. Layanan Konseling Kelompok .....	31
1. Pengertian Layanan Konseling Kelompok .....	31
2. Tujuan Konseling Kelompok .....	33
3. Fungsi Bimbingan Kelompok.....	35
4. Asas-Asas Bimbingan Kelompok .....	37
5. Tahapan Konseling Kelompok .....	38
6. Pelaksanaan Layanan Konseling .....	41
C. Upaya Guru Bimbingan Konseling dalam Mengatasi Kebiasaan Merokok Melalui Layanan Konseling Kelompok .....	43
<b>BAB III   METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian .....	50
B. Sumber Data .....	51
C. Tempat dan Waktu Penelitian .....	52
D. Teknik Pengumpulan Data .....	53
E. Instrumen Penelitian .....	56
F. Teknik Analisis Data .....	58
G. Uji Keabsahan Data .....	60
<b>BAB IV   HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Upaya Guru Bimbingan Konseling dalam Menangani Kebiasaan Merokok Melalui Layanan Konseling Kelompok di SMK Negeri 1 Bakam .....	62
1. Fungsi Merokok dalam Kehidupan Sehari-Hari .....	64
2. Intensitas Merokok .....	75
3. Tempat Merokok .....	90
4. Waktu Merokok .....	102
B. Tahapan Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok dalam Mengatasi Kebiasaan Merokok yang Dilakukan Guru Bimbingan Konseling di SMK Negeri 1 Bakam .....	112
1. Tahap Awal Kelompok .....	113
2. Tahap Peralihan .....	127
3. Tahap Kegiatan .....	136
4. Tahap Pengakhiran .....	145
<b>BAB V   PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan.....	157
B. Saran .....	158
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>160</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>	

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1. SK Pembimbing Skripsi
- Lampiran 2. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 3. Surat Balasan Izin Penelitian dari SMK Negeri I Bakam
- Lampiran 4. Kartu Bimbingan Skripsi
- Lampiran 5. Pedoman Wawancara
- Lampiran 6. Transkrip Wawancara
- Lampiran 7. Profil SMK Negeri I Bakam
- Lampiran 8. Foto Dokumentasi Wawancara