

**IMPLEMENTASI KONSELING INDIVIDU MELALUI
TEKNIK *PUNISHMENT* DALAM MENGURANGI PERILAKU
MEROKOK SISWA DI SMA NEGERI 1 SIMPANG RIMBA
KABUPATEN BANGKA SELATAN**



SKIRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan

Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.sos.)

Oleh

SANTIYA

2121058

Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam

Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

Kepada

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI

SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK

BANGKA BELITUNG

2025



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM**

Jalan Raya Petaling KM 13 Kec. Mondo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung 33173

E-mail: humas@iainsbbel.ac.id

Website: www.iainsbbel.ac.id

SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIARISME

Nomor : B.103/FD/PP.00.9/10/2025

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung menerangkan bahwa Mahasiswa dengan identitas berikut:

Nama : Santiya
NIM : 2121058
Program : Strata 1
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul Skripsi : Implementasi Konseling Individu melalui Teknik *Punishment* dalam Mengurangi Prilaku Merokok Siswa di SMA Negeri 1 Simpang Rimba Kabupaten Bangka Selatan

Dinyatakan sudah memenuhi syarat batas maksimal Plagiasi sebesar 25% pada Skripsi yang disusunnya sesudah Munaqosyah dengan nilai cek plagiasi 19%.

Demikianlah surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bangka, 02 Oktober 2025

Pjh. Dekan



Desm Faldiansyah, MA
NIP. 197607202011011003

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Santiya

NIM : 2121058

Jurusan : Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam

Program Studi : Bimbingan Bimbingan Islam

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul "**Implementasi Konseling Individu Melalui Teknik *Punishment* Dalam Mengurangi Perilaku Merokok Siswa Di SMA Negeri 1 Simpang Rimba Kabupaten Bangka Selatan**" ini adalah asli hasil karya atau penelitian sendiri, dan bukan merupakan karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi mana pun. Sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat orang lain, kecuali yang secara tertulis dijadikan acuan/kutipan dalam naskah skripsi ini.

Bangka, 4 Agustus 2025

Yang menyatakan



Santiya

NIM. 2121058



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
Jln. Raya Mentok KM 13, Desa Petaling, Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep.
Babel, 33173

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi
Saudari Santiya

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung
Di Bangka

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah melakukan beberapa kali bimbingan dan meneliti hasil perbaikan, maka kami selaku Pembimbing berpendapat bahwa skripsi mahasiswa:

Nama : Santiya
NIM : 2121058
Prodi : Bimbingan Konseling Islam
Judul Skripsi : Implementasi Konseling Individu Melalui Teknik
Punishment Dalam Mengurangi Perilaku Merokok
Siswa Di SMA Negeri 1 Simpang Rimba Kabupaten
Bangka Selatan

Telah layak diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung guna memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos). Harapan Kami, semoga dalam waktu dekat Skripsi ini dapat dimunaqasyahkan.

Demikian Nota Dinas Pembimbing ini kami buat, atas segala perhatiannya diucapkan terima kasih.
Wassalamu'alaikum, Wr. Wb.

Pembimbing I

Eva Harista, M. Pd
NIP 19870512015032007

Bangka, 4 Agustus 2025
Pembimbing II

Muhammad Sholeh Marsudi, M.A
NIP. 1984040520190310009



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
Jln. Raya Mentok KM 13, Desa Petaling, Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka,
Prov. Kep.

Babel. 33173

NOTA DINAS KONSULTAN

Hal : Skripsi
Saudari Santiya

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka
Belitung Di Bangka

Assalamu 'alaikum Wr. Wb.

Setelah melakukan beberapa kali konsultasi dan mencermati hasil perbaikan, maka kami selaku Pembimbing berpendapat bahwa skripsi mahasiswa:

Nama : Santiya
NIM : 2121058
Prodi : Bimbingan Konseling Islam
Judul Skripsi : Implementasi Konseling Individu Melalui Teknik
Punishment Dalam Mengurangi Perilaku Merokok
Siswa di SMA Negeri 1 Simpang Rimba
Kabupaten Bangka Selatan

Telah layak diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung guna memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos).

Demikian Nota Dinas Konsultan ini kami buat, atas segala perhatiannya diucapkan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum, Wr. Wb.

Konsultan I

Pebri Yanasari, M.A
NIP. 199202212019032024

Bangka, 25 September 2025
Konsultan II

Wahyudi, M.A
NIP. 199108052023211025



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
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

PENGESAHAN

Nomor: B-469/FD/10/2025

Skripsi dengan judul: Implementasi Konseling Individu melalui Teknik Punishment dalam Mengurangi perilaku Merokok Siswa di SMA Negeri 1 Simpang Rimba Kabupaten Bangka Selatan

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Santiya
NIM : 2121058
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

telah dimunaqosyahkan pada hari Rabu tanggal 13 Agustus 2025 dengan nilai A (87,50) dan dinyatakan sah dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos.).

DEWAN SIDANG MUNAQOSYAH

Pembimbing I: Pembimbing II:

Eva Harista, M.Pd
NIP. 198705152015032007
Muhammad Sholeh Marsudi, M.A
NIP. 198404052019031009

Penguji I: Penguji II:

Pebri Yanasari, M.A
NIP. 199202212019032024
Wahyudi, M.A
NIP. 199108052023211025

Ketua Panitia

Bohroni, M.Pd.I
NIP. 198912202025211002



Bangka, 06 Oktober 2025

Dekan

Prof. Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag

NIP. 196601051997031001

HALAMAN MOTO

“Famay ya‘mal miṣqāla żarratin khairay yarah(ū). Wa may ya‘mal miṣqāla
żarratin syarray yarah(ū). ”

(Siapa yang mengerjakan kebaikan seberat zarah, dia akan melihat (balasan)-nya.

Siapa yang mengerjakan kejahatan seberat zarah, dia akan melihat (balasan)-nya.)

(Q.S. Al Zalzalah, 99: 7-8)

“Lā yukallifullāhu nafsan illā wus'ahā,...”

(Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.)

(Q.S Al-Baqarah, 2:286)

“Kuatkan tekad, luruskan niat, dan bertawakallah kepada Allah, karena usaha
tidak akan mengkhianati hasil. ”

– Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah

"Barang siapa yang berjalan untuk mencari ilmu, maka Allah akan mudahkan
baginya jalan menuju surga."

(HR. Muslim)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Segala puji bagi Allah SWT atas limpahan rahmat, nikmat, dan hidayah-Nya, yang telah memberikan penulis kekuatan, kesabaran, serta semangat dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini. terselesaikannya karya ini tentu tidak lepas dari dukungan dan bantuan banyak pihak. Oleh karena itu, dengan penuh rasa syukur, penulis mempersembahkan skripsi ini kepada:

1. Ayahanda Sanduri tercinta, sosok tangguh yang tak pernah lelah bekerja demi masa depanku. Dalam diammu, ada doa yang tak henti untukku. Dalam kerasmu, ada cinta yang tak pernah pudar. Ayah, setiap langkahku adalah wujud dari segala jerih payahmu. Terima kasih telah menjadi tiang yang selalu kukagumi.
2. Ibunda Nurningsih tersayang, pelukanmu adalah tempat teraman di dunia. Doamu adalah pelindung dalam setiap langkahku. Ketulusan hatimu adalah cahaya yang membimbingku menuju jalan ini. Maafkan jika aku belum bisa membalas segala cinta dan pengorbananmu. Skripsi ini adalah persembahan kecil dari cinta besar yang kuterima darimu setiap hari.
3. Adikku tercinta, Santika, yang selalu menjadi penyemangat dalam sunyinya perjuanganku. Walau masih kecil, kehadiranmu membawa tawa, harapan, dan semangat baru dalam setiap hari-hariku. Semoga kelak kamu juga dapat meraih cita-cita dengan penuh keyakinan.
4. Sosok spesial dalam hidupku, Ikhsan Febriansyah, yang hadir sebagai teman, penyemangat, dan pelipur lara dalam segala keadaan. Terima kasih atas setiap kata semangat, setiap dukungan, dan kesabaranmu. Kehadiranmu memberikan

warna baru dalam perjuanganku menuntaskan perjalanan ini. Semoga Allah memudahkan langkah-langkah kita ke depan.

5. Teman-teman kelas Bimbingan Konseling Islam, yang telah menjadi bagian penting dalam perjalananku selama masa kuliah. Terima kasih atas kebersamaan, canda tawa, dan saling dukung yang selalu menguatkan.
6. Teman-teman seperjuangan, yang berjalan bersamaku, berbagi cerita dan motivasi. Kita tahu betapa berat perjalanan ini, namun kita berhasil menaklukkannya bersama.

**IMPLEMENTASI KONSELING INDIVIDU MELALUI TEKNIK
PUNISHMENT DALAM MENGURANGI PERILAKU MEROKOK SISWA
DI SMA NEGERI 1 SIMPANG RIMBA KABUPATEN BANGKA SELATAN**

Santiya

Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui implementasi layanan konseling individu dengan teknik *punishment* dalam mengurangi perilaku merokok pada siswa serta dampak yang ditimbulkan setelah dilaksanakannya layanan tersebut. Latar belakang penelitian ini dilandasi oleh adanya perilaku merokok pada siswa yang mengganggu kedisiplinan dan kesehatan serta bertentangan dengan aturan sekolah. Layanan konseling individu dipilih sebagai pendekatan yang mampu menangani masalah siswa secara personal, sedangkan teknik *punishment* digunakan sebagai bentuk konsekuensi untuk memunculkan efek jera yang edukatif.

Penelitian ini menggunakan jenis pendekatan kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Subjek penelitian adalah guru Bimbingan dan Konseling serta beberapa siswa yang memiliki kebiasaan merokok. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Analisis data menggunakan model interaktif Miles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Penelitian ini juga menggunakan teori *Operant Conditioning* dari B.F. Skinner serta pendekatan *Transtheoretical Model of Change* dalam menganalisis perubahan perilaku siswa.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa implementasi konseling individu dengan teknik *punishment* dilakukan secara bertahap melalui tahap awal, inti, penutup, dan tindak lanjut. Teknik *punishment* yang digunakan bersifat edukatif seperti pemberian tugas, teguran, dan pembatasan fasilitas, yang tetap memperhatikan nilai-nilai kemanusiaan. Dampak layanan ini bervariasi; beberapa siswa menunjukkan penurunan frekuensi merokok dan peningkatan kesadaran diri, sementara yang lain masih berada pada tahap resistensi perubahan. Konseling individu dengan teknik *punishment* terbukti memberikan kontribusi dalam mendorong perubahan perilaku merokok siswa, meskipun efektivitasnya sangat dipengaruhi oleh faktor internal dan lingkungan siswa.

Kata Kunci: *Konseling Individu, Teknik Punishment, Perilaku Merokok*

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji dan syukur kehadiran Allah SWT, Sang Penguasa Segala, karena hanya dengan Rahmat dan Hidayah-Nya jualah Skripsi ini bisa diselesaikan. Demikian pula shalawat dan salam terunutkan Junungan Besar Nabi Muhammad Saw, beserta para Sahabatnya, yang telah membuka tabir jahiliyah sehingga terbentang jalan kebenaran yang terang, sebagai jalan keselamatan bagi umat manusia, semoga Nur yang terpancarkan tidak tedup diterpa perkembangan zaman.

Penulisan skripsi ini merupakan kajian singkat tentang Implementasi Konseling Individu Melalui Teknik Punishment Dalam Mengurangi Perilaku Merokok Siswa Di SMA Negeri 1 Simpang Rimba Kabupaten Bangka Selatan. Penulis menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan, dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, pada kesempatan ini penulis mengucapkan rasa terima kasih kepada:

1. Dr. Irawan, M.Si., selaku Rektor IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.
2. Prof. Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.
3. Nurviyanti Cholid, S.Sos.I, M.Pd.I, selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.
4. Diah Meitikasari, M.Si selaku Penasihat Akademik.
5. Eva Harista, M. Pd selaku Pembimbing I.
6. Muhammad Sholeh Marsudi, M.A selaku Pembimbing II.
7. Pebri Yanasari, MA selaku Konsultan I

8. Wahyudi, M.A selaku Konsultan II
9. Seluruh dosen IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
10. Pihak SMA Negeri 1 Simpang Rimba
11. Rekan-rekan seperjuangan, yang telah membantu proses penyelesaian skripsi ini.

Ibarat pepatah, “tak ada gading yang tak retak”, demikianlah skripsi ini adanya, banyak kekurangan di sana-sini. Namun demikian, terlepas dari berbagai kelemahan dan kekurangan, besar harapan penulis, skripsi ini bisa bermanfaat. Akhirnya, saran dan kritik yang membangun penulis harapkan demi perbaikan dan pengembangan skripsi ini.

Bangka, 4 Agustus 2025

Penulis

DAFTAR ISI

| | |
|---|-----|
| SURAT BEBAS PLAGIASI | i |
| HALAMAN PERNYATAAN | ii |
| NOTA DINAS PEMBIMBING | iii |
| NOTA DINAS KONSULTAN | iv |
| HALAMAN PENGESAHAN | v |
| HALAMAN MOTO | vi |
| HALAMAN PERSEMBAHAN | vii |
| ABSTRAK | ix |
| KATA PENGANTAR | x |
| DAFTAR ISI | xii |
| DAFTAR TABEL | xiv |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| A. Latar Belakang Masalah | 1 |
| B. Rumusan Masalah | 9 |
| C. Tujuan Penelitian | 9 |
| D. Kegunaan Penelitian | 9 |
| E. Telaah Pustaka | 10 |
| F. Rancangan Sistematika Pembahasan | 16 |
| BAB II LANDASAN TEORI | 18 |
| A. Konseling Individu | 18 |
| 1. Pengertian Konseling Individu | 18 |
| 2. Tujuan Konseling Individu | 19 |
| 3. Tahap-Tahap Konseling Individu | 21 |
| 4. Komponen Konseling Individu | 22 |
| 5. Asas-Asas Konseling Individu | 24 |
| B. Teknik <i>Punishment</i> | 25 |
| 1. Pengertian <i>Punishment</i> | 25 |
| 2. Tujuan <i>Punishment</i> | 27 |
| 3. Macam-Macam <i>Punishment</i> | 28 |
| 4. Kelebihan dan Kekurangan <i>Punishment</i> | 30 |

| | |
|--|-----|
| 5. Tahapan Pemberian <i>Punishment</i> | 32 |
| C. Kenakalan Siswa | 35 |
| 1. Pengertian Kenakalan Siswa | 35 |
| 2. Faktor Mempengaruhi Kenakalan Siswa | 38 |
| D. Perilaku Merokok | 42 |
| 1. Pengertian Perilaku Merokok | 42 |
| 2. Pengaruh Perilaku Merokok | 43 |
| 3. Indikator Perubahan Perilaku Merokok | 46 |
| BAB III METODOLOGI PENELITIAN | 50 |
| A. Jenis Penelitian | 50 |
| B. Lokasi Penelitian | 50 |
| C. Subjek Penelitian | 51 |
| D. Sumber Data | 51 |
| E. Teknik Pengumpulan Data | 55 |
| F. Teknik Analisis Data | 59 |
| BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN | 62 |
| A. Implementasi Konseling Individu Melalui Teknik <i>Punishment</i> Dalam Mengurangi Perilaku Merokok Siswa di SMA Negeri 1 Simpang Rimba | 62 |
| B. Dampak Implementasi Konseling Individu Melalui Teknik <i>Punishment</i> Dalam Mengurangi Perilaku Merokok Siswa di SMA Negeri 1 Simpang Rimba | 80 |
| BAB V PENUTUP | 101 |
| A. Kesimpulan | 101 |
| B. Saran | 102 |
| DAFTAR PUSTAKA | 104 |
| LAMPIRAN | |

DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel IV.1 Tabel Tahapan Perubahan Perilaku | 84 |
|---|----|