

## PELAKSANAAN LAYANAN INFORMASI UNTUK MENGURANGI KEBIASAAN SISWA YANG MEROKOK DI SMK NEGERI 1 PADANGSIDIMPUAN

Sukatno, M.Pd

Dosen Bimbingan dan Konseling, UMTS Padangsidimpuan

Email: sukatno\_86@yahoo.com

### Abstract

This thesis entitled "Implementation Information Services To Reduce Smoking Habits of Students at SMK Negeri 1 Padangsidimpuan" preparation of this paper is motivated importance of knowledge about the dangers of smoking in adolescence and how to reduce the smoking habits of students in SMK Negeri 1 Padangsidimpuan.

Peneitian aims to determine clearly whether there is provision Implementation Information Services To Reduce Smoking Habits of Students at SMK Negeri 1 Padangsidimpuan academic year 2014/2015. The author takes the object of research in the whole class X SMK 1 Padangsidimpuan totaling 513 people. Given the large population, the authors define the majority of the population being sampled study of 60 people that is based on grade level (stratified sampling), then the determination samples of each class carried out by random sampling. The research instrument used was a questionnaire.

The method used was Quasi Experimental Design with nonequivalent control group design shape design. Data collection techniques using a Likert scale questionnaire. Data analysis techniques using the program Excel and SPSS version 20 using the Wilcoxon signed rank test and one sample Kolmogorov Smirnov test. The research results can be researchers in the experimental class and control class 75.4 77.4. Test the hypothesis produce the experimental class Z on pretest-posttest with a value of -3.194 and signed pretest-posttest worth 0.01. While in the control group Z on the pretest-posttest with a value of -3.138 and signed pretest-posttest worth 0.02. At posttest posttest control experiment and signed (2-tailed) experimental class 538 and class 566 controls.

In conclusion there was an increase in significance between pretest and posttest experiment as well as the pretest and posttest control. But the results of experimental studies hump higher than the control class. Suggestions for school research is to continue to support the provision of information services to all students.

**Keywords:** Service, Smoking Habit Information, Guidance and Counseling

## A. PENDAHULUAN

### 1. Latar Belakang

Keberhasilan dan kesuksesan dalam dunia pendidikan tidak hanya dari kemampuan kecerdasan saja, melainkan banyak sekali faktor yang harus kita miliki untuk dapat menuju keberhasilan belajar yang efektif dan optimal. Di dalam pendidikan identik juga dengan bimbingan. Menurut Prayitno,dkk (2004:94) bimbingan adalah proses pendidikan yang teratur dan sistematis guna membantu pertumbuhan anak

muda atas kekuatannya dalam menentukan dan mengarahkan kehidupannya sendiri, yang pada akhirnya ia dapat memperoleh pengalaman-pengalaman yang dapat memberikan sumbangan yang berarti bagi masyarakat.

Bahaya merokok merupakan masalah yang perkembangan di Indonesia dewasa ini sudah sangatmemprihatinkan.Ditinjau dari aspek sosial, masalah ini bukan hanya berakibat negatif terhadap diri pemakainya, tetapi juga terhadap keluarga, lingkungan sosial, lingkungan,

masyarakat, bahkan dapat mengancam dan membahayakan masa depan bangsa dan Negara.

Walaupun dari segi populasi jumlah korban penyalahgunaan rokok relatif masih kecil bila dibandingkan dengan jumlah penduduk jika dibiarkan, penyalahgunaan rokok akan semakin meningkat. Penyalahgunaan rokok di Indonesia semakin meningkat, terlihat dari banyaknya anak-anak di bawah umur yang mengisap rokok.

Menurut Tjandra Yoga Aditama (2011:2-3) pada akhir dekade 1980-an diperkirakan ada lebih dari satu miliar penduduk dunia ini yang merokok dan mereka menghabiskan lebih dari lima triliun batang rokok setahunnya. Para ahli badan kesehatan dunia (WHO) memperkirakan bahwa di negara industri sekitar sepertiga kaum pria berumur di atas lima belas tahun punya kebiasaan merokok. Di pihak lain, sekitar setengah dari kaum pria di negara berkembang juga punya kebiasaan yang sama. Jumlah perokok di kalangan wanita di negara maju sedikit lebih rendah dari kaum prianya, sementara di negara berkembang diperkirakan sekitar 10% wanitanya merokok. WHO telah mengumpulkan data dari 65 negara antara tahun 1975 sampai dengan tahun 1986, menunjukkan bahwa kebiasaan merokok di negara-negara berkembang ternyata cukup tinggi. Delapan dari sepuluh negara yang punya konsumsi rokok tertinggi di dunia datang dari kelompok dunia Negara Dunia Ketiga, dan di antara 30 negara dengan konsumsi rokok terbanyak hanya ada 9 negara yang sudah tergolong negara maju.

Situasi di Indonesia kebiasaan merokok diperkirakan mulai banyak dikenal di Indonesia pada awal abad ke-19 yang lalu. Departemen Kesehatan membuat suatu survei nasional berkala, yang disebut dengan Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT). Survei ini merupakan salah satu sumber informasi kesehatan berskala nasional, dan khusus untuk rokok mungkin merupakan satu-satunya survei yang di kerjakan di beberapa provinsi

sekaligus, kendati dari 27 provinsi belum seluruhnya ikut di survei. Dalam SKRT tahun 1986 yang di kerjakan di tujuh provinsi di temukan bahwa jumlah perokok pria adalah 52,9% dan wanita sebanyak 3,6%. Perlu di perhatikan pula, survei ini menemukan 13,2% remaja pria berumur 15-19 tahun yang telah jadi perokok. Bila dibandingkan dengan SKRT terdahulu di tahun 1980 menunjukkan jumlah perokok pria sebesar 46,4% dan wanita sebesar 2,4%.

Dengan makin meluasnya informasi tentang pengaruh buruk merokok bagi kesehatan, maka tidak sedikit orang berusaha berhenti merokok. Laporan Badan Internasional penanggulangan kanker (Internasional Union Against cancer) menunjukkan bahwa setidaknya dua pertiga perokok pernah berusaha untuk berhenti merokok, tetapi gagal dan kembali. Suatu penelitian lain menunjukkan bahwa mereka yang berhenti merokok-khususnya perokok berat-hanya 20% yang dapat tetap tidak merokok sampai masa evaluasi satu tahun. Artinya, sekitar 80% lainnya kambuh lagi akan kebiasaan lamanya dan merokok kembali dalam waktu kurang dari satu tahun sejak berhenti merokok. Ternyata setidaknya-tidaknya ada dua faktor yang berperan. Pertama adalah akibat ketergantungan atau adiksi pada nikotin yang ada di dalam asap rokok, dan kedua karena faktor psikologis yang merasakan adanya kehilangan sesuatu kegiatan tertentu kalau berhenti merokok. Kebiasaan merokok yang di jalani bertahun-tahun ternyata membentuk suatu pola tingkah laku sendiri yang telah mengakar, sehingga kalau mencoba berhenti akan terasa ada sesuatu yang “hilang” dari dirinya.

## **2. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut :

1. Pengetahuan siswa-siswi terhadap bahaya rokok masih kurang.
2. Pengaruh teman masih kuat.

3. Rasa ingin tahu dan penasaran siswa-siswi sangat kuat apabila belum dicoba.
4. Kurang pengawasan orang tua dalam bergaul.
5. Kurangnya layanan informasi diberikan untuk mengurangi kebiasaan merokok.

### 3. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, agar permasalahan yang dikaji dalam penelitian ini dapat lebih terarah dan tidak terlalu luas jangkauannya, adapun yang menjadi batasan masalah yaitu :

1. Pelaksanaan layanan informasi.
2. Kebiasaan merokok di SMK Negeri 1 Padangsidempuan.

### 4. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah yang telah di tentukan, maka penulis menentukan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana pengetahuan siswa tentang bahaya rokok sebelum dan sesudah diberikan layanan informasi pada kelompok eksperimen?
2. Bagaimana pengetahuan siswa tentang bahaya rokok sesudah diberikan layanan informasi pada kelompok kontrol ?
3. Bagaimana Efektifitas tentang bahaya rokok sesudah diberikan layanan informasi pada kelompok kontrol layanan informasi untuk mengurangi kebiasaan siswa merokok di SMK Negeri 1 Padangsidempuan?

### 5. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan yang ingin di capai dalam penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui pengetahuan siswa tentang bahaya rokok sebelum diberikan layanan informasi pada kelompok eksperimen.
2. Untuk mengetahui pengetahuan siswa tentang bahaya rokok sesudah diberikan layanan informasi pada kelompok kontrol.

3. Untuk mengetahui Efektifitas layanan informasi untuk mengurangi kebiasaan merokok di SMK Negeri 1 Padangsidempuan

### 6. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini menghasilkan dua macam manfaat yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis.

#### 1. Manfaat Teoritis

Untuk menambah ilmu pengetahuan dan wawasan mengetahui pengetahuan tentang bahaya rokok.

#### 2. Manfaat Praktis

##### a. Bagi Sekolah

Sebagaimana sekolah harus selalu menghimbau dan selalu memberikan motivasi agar siswa dapat terhindari kebiasaan merokok.

##### b. Bagi Guru

Dapat mengarahkan siswa dalam bergaul dengan teman sebaya agar siswa dapat terhindar dari bahaya rokok.

##### c. Bagi Siswa

Untuk terhindar dari maraknya rokok di kalangan remaja.

##### d. Bagi Peneliti

Sebagai dasar penelitian lebih lanjut terhadap penelitian tentang Pelaksanaan Layanan Informasi untuk mengurangi kebiasaan merokok pada Siswa.

##### e. Bagi Pembaca

Dapat menentukan solusi dan menghindari hal-hal yang merugikan dirinya sendiri seperti rokok.

## B. METODOLOGI

Berdasarkan latar belakang masalah dan batasan masalah serta tujuan penelitian seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, maka penelitian ini digolongkan pada jenis penelitian eksperimen. Menurut Sugiono (2009:106) penelitian eksperimen adalah penelitian yang berusaha mencari pengaruh

variabel tertentu terhadap variabel yang lain dalam kondisi yang terkontrol secara ketat, terdapat empat bentuk desain penelitian eksperimen yaitu :*Pre Experimen Design, True Eksperimental Design, Factorial Desaign, dan Quasi Experimental*.

1. *Pre experimental* desain ini belum merupakan eksperimen sungguh-sungguh sebab masih terdapat variabel luar yang berpengaruh terhadap terbentuknya variabel dependen.
2. *True experimental design*, eksperimen yang betul-betul sebab penelitian yang dapat mengontrol semua variabel luar yang mempengaruhi jalannya eksperimen.
3. *Factorial design* merupakan modifikasi dari design true eksperimental yaitu dengan memperhatikan kemungkinan adanya variabel moderator yang mempengaruhi perlakuan terhadap hasil variabel dependen.
4. *Quasi experimental* bentuk desain eksperimen ini merupakan pengembangan dari true eksperimental desain yang dilaksanakan.

Adapun metode penelitian ini adalah True Eksperimental Design yaitu penelitian yang dapat mengontrol semua variabel luar yang mempengaruhi jalannya eksperimen. Dengan demikian validitas internal (kualitas pelaksanaan rancangan penelitian) dapat menjadi tinggi. Gambaran penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini dengan rumus sebagai berikut:

$$\begin{array}{|c|} \hline \mathbf{R} \quad \mathbf{O}_1 \quad \mathbf{X} \\ \mathbf{O}_2 \quad \mathbf{O}_3 \quad \mathbf{O}_4 \\ \hline \end{array}$$

Keterangan :

- $O_1$  = Pretest dalam kelas eksperimen  
 $O_2$  = Posttest dalam kelas eksperimen  
 $X$  = Perlakuan  
 $O_3$  = Pretest dalam kelas kontrol  
 $O_4$  = Posttest dalam kelas kontrol  
 $R$  = Random

Dengan rumus di atas, maka peneliti dapat lebih mudah mengetahui dan dapat mengembangkan

hasil penelitian, apakah ada peningkatan dari responden sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberikan perlakuan. Dengan demikian akan diketahui mengurangi kebiasaan siswayang merokok di SMK Negeri 1 Padangsidempuan melalui layanan informasi meningkat atau menurun.

#### a. Populasi

Dalam melaksanakan penelitian ini harus ada objek yang akan di teliti sebagai sumber dan informasi. Sedangkan menurut SuharsimiArikunto bahwa, “Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian”.

Berdasarkan kedua pendapat di atas maka populasi merupakan keseluruhan subjek terhadap penelitiannya. Dengan demikian Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa Kelas X SMK Negeri 1 Padangsidempuan Tahun Pelajaran 20014-2015 yang terdiri dari 14 Kelas dengan jumlah sebanyak 513 orang. Keadaan populasi dapat dilihat pada tabel 3.1 berikut:

**Tabel 3.1 Keadaan Siswa Kelas X SMK Negeri 1 Padangsidempuan Tahun Pelajaran 2014-2015**

No	K	JK		Jum
		LK	P	
1	Tn 1	6	35	41 Siswa
2	Tn 2	6	37	43Siswa
3	Adm1	6	34	40 Siswa
4	Adm2	7	33	40 Siswa
5	Adm 3	9	33	42Siswa
6	Adm 4	7	31	38Siswa
7	Ak1	15	20	35 Siswa
8	Ak2	9	28	37Siswa
9	Ak 3	12	27	38Siswa
10	Ak 4	11	28	39Siswa
11	Tkj 1	12	26	38Siswa

12	Tkj 2	10	29	39Siswa
13	K <sub>1</sub>	5	21	26Siswa
14	K <sub>2</sub>	5	19	24Siswa
Jumlah		114	401	513 Siswa

### b. Sampel

Menurut Suharsimi A. (2010:174) jika penelitian hanya meneliti sebagian dari populasi, maka penelitian tersebut disebut penelitian sampel, sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Sampel merupakan sebagian yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti yang dianggap dapat mewakili terhadap seluruh populasi dan diambil dengan teknik tertentu.

Menurut Sugiono (2009:118) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.

Berdasarkan penjelasan para ahli di atas, penulis menyimpulkan bahwa sampel adalah sebagian dari populasi yang diteliti. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah random sampling yaitu pengambilan secara acak, yakni setiap kelas memiliki kesempatan yang sama untuk dipilih. Untuk itu peneliti mengambil 2 kelas yaitu kelas X AK 1 dan kelas X AK 2, jadi sampel dalam penelitian ini 60 siswa.

### Tabel 3.2 Sampel Penelitian

#### 1. Uji Validitas

Menurut Suharsimi A (1998:160), validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahlihan suatu instrument. Suharsimi. A. (1995:219) juga mengemukakan, bahwa secara mendasar, validitas adalah keadaan yang menggambarkan tingkat instrument yang bersangkutan maupun mengukur apa yang akan diukur.

#### 2. Uji Reabilitas

Realiabilitas salah satu alat untuk mengukur data. Menurut Ghazali (2006:188), reliabilitas sebenarnya adalah alat untuk mengukur suatu kuesioner yang merupakan indikator dari suatu variabel atau handal jika jawaban seseorang terhadap pernyataan adalah konsisten atau stabil dari waktu ke waktu.

### c. Teknik Analisis Data

Menurut Bambang P. & Lina M. J. (2008:110) skala likert meminta kepada responden sebagai individu untuk menjawab suatu pertanyaan dengan jawaban Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Ragu-Ragu (RR), Tidak setuju (ST), Sangat Tidak Setuju (STS). Masing-masing jawaban dikaitkan dengan angka atau nilai, misalnya SS-5, S-4, RR-3, TS-2, dan STS-1 bagi suatu pernyataan yang mendukung sikap positif dan nilai-nilai yang sebaliknya yaitu SS-1, S-2, RR-3 TS-4 dan STS-5 bagi pernyataan yang mendukung sikap negatif.

**Tabel 3.3 Pemberian Skor Angket**

Favourabel (mendukung)		Unfourabel (tidak mendukung)	
Pilihan	Skor	Pilihan	Skor
Sangat Setuju (SS)	5	Sangat Setuju (SS)	1
Setuju (S)	4	Setuju (S)	2
Ragu-Ragu (RR)	3	Ragu-Ragu (RR)	3
Tidak Setuju (TS)	2	Tidak Setuju (TS)	4
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	Sangat Tidak Setuju (STS)	5

Menurut Sugiono (2009:224) hipotesis diartikan sebagai jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian. Kebenaran dari hipotesis tersebut adalah di buktikan melalui data yang terkumpul. Pengertian hipotesis tersebut adalah

untuk hipotesis penelitian, sedangkan secara statistik hipotesis diartikan kebenarannya berdasarkan data yang di peroleh dan sampel penelitian (statistik). Oleh karena itu dalam statistik yang di uji adalah nol.  $H_0$  adalah pertanyaan tidak adanya perbedaan antara parameter dan statistik (data sampel). Lawan dari hipotesis nol adalah hipotesis alternatif, yang menyarahkan adanya perbedaan antara parameter dan statistik. Hipotesis nol di beri notasi  $H_0$ , dan hipotesis alternatif di beri notasi  $H_a$ .

Dalam desain ini, subyek dikenakan dua kali pengukuran. Pengukuran pertama dilakukan untuk mengukur pengetahuan siswa untuk mencegah penyalahgunaan narkoba sebelum diberikan layanan informasi (eksperimen) dengan kode  $T_0$ , dan pengukuran yang ke dua untuk mengukur pengetahuan siswa untuk mencegah penyalahgunaan narkoba sesudah diberikan layanan informasi (kontrol) dengan  $T_1$ .

Apabila hipotesis nihil ( $H_0$ ) =  $t_{hitung}$  pada taraf signifikan 5%, maka ( $H_0$ ) diterima dan hipotesis alternatif ( $H_a$ ) di tolak, jika  $t_{hitung} \geq t_{tabel}$  maka ( $H_0$ ) di tolak dan ( $H_a$ ) diterima

### C. HASIL

Dalam bab ini akan dijelaskan hasil penelitian yang telah dilaksanakan pada siswa kelas X SMK Negeri 1 Padangsidimpuan sebanyak 60 orang sebagai sampel yang dibagi ke dalam kelas kontrol sebanyak 30 orang yaitu kelas X AK 1 dan 30 orang kelas eksperimen yaitu kelas X AK 2 berdasarkan perhitungan daftar perhitungan angket keterampilan berbicara yang berada pada kategori cukup.

secara spesifik penelitian ini adalah untuk mengurangi kebiasaan siswa yang merokok dengan menggunakan layanan informasi. data-data yang diperoleh adalah hasil *pre-test* dan *post-test* berkaitan dengan keterampilan berbicara. Instrumen untuk mengukur mengurangi kebiasaan siswa yang merokok yang digunakan adalah angket.

berdasarkan data yang diperoleh, maka dapat dideskripsikan hasil penelitian sebelum dilakukan (*pre-test*) dan setelah diberikan perlakuan (*post-test*) dimana pengolahan data kuantitatif dilakukan dengan menggunakan bantuan SPSS versi 20.0 *for windows*.

**Tabel 4.1 Perbandingan Hasil Penelitian**

INDIKATOR		Kelas Eksperimen		Kelas Kontrol	
		<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
Mendung zat	Nikotin	359	360	360	360
	Tar	319	324	319	323
	Karbon monoksida	116	116	116	116
Penyakit akibat rokok	Kanker paru	231	232	219	220
	Kanker lain	103	104	100	102
	Kanker jantung	449	462	427	440
	Kehamilan	344	352	340	346
	Penyakit paru lain	250	251	246	247
	Penyakit lain	223	226	218	223
	Kebiasaan mengunyah tembakau	233	235	218	219
Rokok gaya hidup remaja	Budaya rokok	346	347	339	341
	Gaya tren remaja	231	233	225	226
	Perokok pasif	343	350	331	336
	Akibat merokok pasif	465	467	452	416
<b>Jmlah</b>		<b>4012</b>	<b>4059</b>	<b>3910</b>	<b>3960</b>

Dari hasil perbandingan antara kelas eksperimen dengan kelas kontrol, menunjukkan bahwa hasil penelitian pada kelas eksperimen lebih tinggi daripada hasil penelitian pada kelas kontrol. Dengan demikian

peneliti dapat menyimpulkan kegiatan layanan informasi yang dilakukan oleh peneliti lebih besar pengaruhnya untuk mengurangi kebiasaan merokok siswa.

Rumus yang digunakan untuk menghitung rata-rata hasil penelitian kelas eksperimen dan kelas kontrol adalah sebagai berikut:

$$\text{Skor yang diperoleh} = \frac{\text{Hasil penelitian}}{\text{Jumlah Item}} \times 2$$

**Tabel 4.2 Interval perbandingan hasil**

No.	Nilai Interval	Eksperimen		Kontrol		Kategori
		Pre test	Post-test	Pre test	Post-test	
1.	80-100					Sangat Baik
2.	70-79	76,4	77,3	74,5	75,4	Baik
3.	60-69					Cukup
4.	50-59					Kurang
5.	0-49					Gagal

#### D. PEMBAHASAN

Perbedaan peningkatan mengurangi kebiasaan siswa yang merokok pada kelas eksperimen sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) mengikuti kegiatan layanan informasi

Sesuai dengan hasil penelitian yang terlihat pada tabel 4.9 di atas, dari skor yang diperoleh masing-masing indikator terlihat adanya peningkatan mengurangi kebiasaan siswa yang merokosesudah diberikannya perlakuan layanaa informasi pada kelas eksperimen.

Hasil dari pengujian hipotesis diperoleh bahwa peningkatanmengurangi kebiasaan siswa yang merokokdapat ditingkatkan dengan menggunakan layanan informasi.Sehingga terbukti bahwa layanan informasi efektif untuk mengurangi kebiasaan siswa yang merokok.

Peningkatan hasil *pre-stest* dan *post-test* disebabkan karena perlakuan layanan informasi yang diberikan oleh konselor. Melalui layanan informasi siswa merasakan bebasnyatanya jawab, mengeluarkan argumen, dapat mengembangkan

perasaan, pikiran, wawasan dan sikap yang menunjang tingkah laku untuk mengendalikan diri melalui layanan informasi. Siswa dalam kegiatan layanan ini banyak memperoleh hal baru yang sesuai dengan pendapat Tohirin (147-148:2011) agar individu (siswa) mengetahui menguasai informasi yang selanjutnya dimanfaatkan untuk keperluan kehidupannya sehari-hari dan perkembangan dirinya. Tujuan informasi agar siswa menguasai berbagai informasiyang dapat digunakan untuk mencegah timbulnya masalah, pemecahan suatu masalah, untuk memelihara dan mengembangkan potensi individu serta memungkinkan individu yang bersangkutan membuka diri dalam mengaktualisasikan hak-haknya.

Berdasarkan hal tersebut maka peningkatan mengurangi kebiasaan siswa yang merokok dapat ditingkatkan dengan menggunakan layanan informasi.

#### E. SIMPULANN

Kesimpulan umum penelitian ini adalah layanan informasi sangat efektif untuk mengurangi kebiasaan siswa yang merokok.

Secara khusus penelitian ini dapat disimpulkan (1) terapat perbedaan peningkatan mengurangi kebiasaan siswa yang merokok kelas eksperimen sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) mengikuti kegiatan layanan informasi dan rata-rata kebiasaan siswa yang merokok setelah mengikuti kegiatan layanan informasi; (2) terdapat perbedaan peningkatan mengurangi kebiasaan siswa yang merokok siswa kelompok kontrol sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) mengikuti kegiatan layanan informasi; dan (3) terdapat perbedaan peningkatan mengurangi kebiasaan siswa yang merokok kelas eksperimen yang diberikan perlakuan layanan informasi, dimana rata-rata pengetahuan siswa kelas eksperimen lebih tinggi dibandingkan rata-rata kelas kontrol setelah diberikan perlakuan.

## F. Saran

Berdasarkan kesimpulan tersebut di atas, maka peneliti memberikan saran- saran kepada:

### h. Guru BK

Dapat memberikan layanan informasi sesuai dengan kebutuhan siswa, dan selalu mensosialisasikan kegiatan bimbingan konseling di sekolah dengandiberikannya layanan informasi akan membantu siswa dalam mengurangi kebiasaan merokok.

### i. Siswa

Siswa hendaknya memanfaatkan layanan informasi yang diadakan oleh guru BK dalam meningkatkan pengetahuan tentang bahaya rokok dan bagaimana mana caranya mengurangi kebiasaan merokok.

## DAFTAR PUSTAKA

Afandi Yusuf. 2010. *Katakana tidak pada narkoba*.

Bandung :SimbiosisRekatama Media.

Aditama Yoga Tjandra, 2011, *Rokok dan Kesehatan*, Jakarta, Universitas Indonesia.

ArikuntoSuharsimi . 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta :Rineka Cipta.

Arikunto Suharsimi.2010. *Prosedur penelitian*.Jakarta :Renika Cipta

Bambang P, Lina M. J. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta : Raja GrafindoPersada.

Burhan B. 2005. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Jakarta : Kencana

Erman A. dan Prayitno. 2004. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.

SukardiKetut Dewa dan Kusmati Nila 2008.*Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*.Jakarta :Rineka Cipta.

Suryo S, 2007, *Filosofi Rokok*, Yogyakarta, Pinus Book Publisher.

Sugiono. 2009. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta :Rineka Cipta.

Tohirin, 2011.*Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*.Jakarta :RajagrafindoPersada.

Zulkifli, 2010, *Kontroversi Rokok*, Yogyakarta, Grha Pustaka.

<http://www.kajianpustaka.com/2013/09/tahapan-tipe-dan-faktor-perilaku-merokok.html?m=1>

<http://www.duniapelajar.com/2014/01/27/pengertian-kebiasaan-menurut-para-ahli>

<http://indunliez.blogspot.com/2012/04/faktor-yang-mempengaruhi.html?m=1>