

## BAB IV

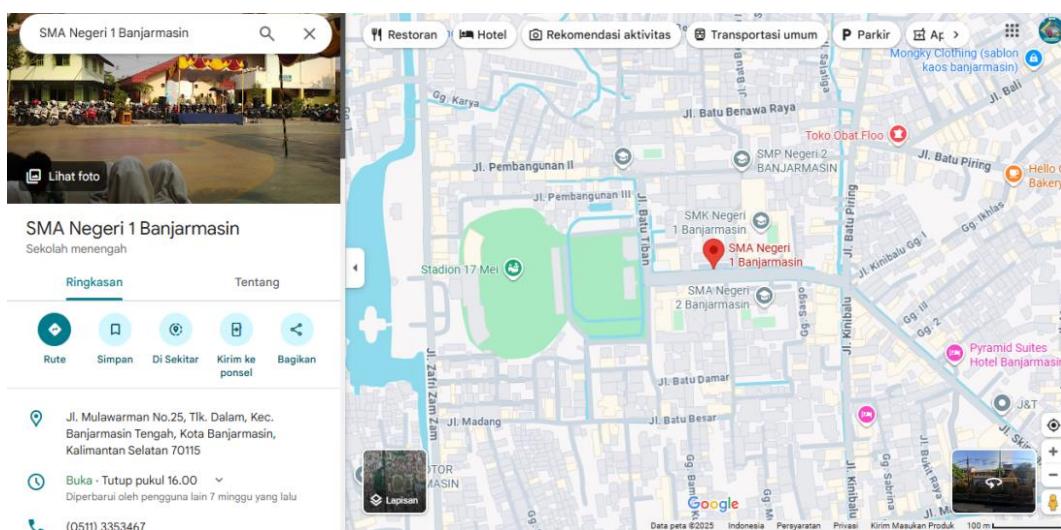
# HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Penelitian

#### 1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Berikut merupakan hasil penelitian yang didapat dari hasil pengumpulan data dimulai dari observasi awal tanggal 4 Agustus 2025, dan serta di lanjutkan lagi dengan penelitian lebih lanjut yakni peneliti melakukan riset di tempat tersebut dimulai dari tanggal 6 Agustus 2025. Di SMA Negeri 1 Banjarmasin berlokasi di Jalan Mulawarman No. 25, Kecamatan Banjarmasin Tengah, Kota Banjarmasin.

**Gambar 1.2 Maps sekolah SMA Negeri 1 Banjarmasin**



## 2. Profil SMA Negeri 1 Banjarmasin

SMA Negeri 1 Banjarmasin berlokasi di Jalan Mulawarman No. 25, Kecamatan Banjarmasin Tengah, Kota Banjarmasin. Sekolah ini didirikan pada tahun 1959. Pada awal berdirinya, lembaga pendidikan tersebut dikenal dengan nama SMA Mulawarman, sesuai dengan lokasinya yang berada di kawasan Mulawarman, tepatnya di Jalan Mulawarman No. 25, Teluk Dalam, Kecamatan Banjarmasin Tengah, Provinsi Kalimantan Selatan.

SMA Negeri 1 Banjarmasin merupakan sekolah menengah atas pertama yang hadir dalam dunia pendidikan di daerah tersebut. Karena itu, peserta didiknya tidak hanya berasal dari kawasan Banjarmasin Tengah, tetapi juga dari berbagai wilayah di Kota Madya Banjarmasin, bahkan dari luar kota seperti Banjarbaru, Kabupaten Banjar, dan Kabupaten Barito Kuala.

Kegiatan operasional sekolah ini dimulai pada awal tahun ajaran 1959/1960 dengan membuka tiga rombongan belajar untuk jurusan IPA dan IPS. Meskipun telah memiliki ruang kelas dan kantor, proses pembelajaran pada masa awal masih berjalan secara sederhana karena keterbatasan sarana dan prasarana yang jauh dari kondisi ideal saat ini. Jumlah guru yang bertugas di sekolah tersebut pun masih sangat terbatas.

Pada tahun 1997, SMA Negeri 1 Banjarmasin mulai mengalami berbagai renovasi dan perluasan bangunan. Gedung yang sebelumnya berbahan kayu diubah menjadi bangunan beton permanen. Renovasi ini dilaksanakan oleh Departemen Pendidikan dan Kebudayaan bekerja sama dengan Dinas Pekerjaan Umum Provinsi Kalimantan Selatan.

### **3. Visi dan Misi**

#### **a. Visi**

“Sekolah Berkarakter, Handal dan Kompetitif”

#### **b. Misi**

- 1) Menumbuhkan semamhat berkompetensi kepada seluruh warga sekolah
- 2) Menanamkan keimanan dan ketaqwaan melalui pengalaman ajaran agama masing-masing
- 3) Mengoptimalkan proses belajar mengajar dan bimbingan konseling
- 4) Mengoptimalkan seluruh komponen sekolah dalam bidang akademik dan non akademik
- 5) Menanamkan kedisiplinan melalui budaya tertib, budaya bersih dan budaya kerja
- 6) Mengoptimalkan seluruh potensi SDM dan Sarparas yang ada disekolah
- 7) Mengembangkan sistem informasi manajemen yang berbasis komputer, pembelajaran berbasis komputer, teknologi inforasi dan komunikasi
- 8) Menjalin hubungan yang harmonis dengan wali siswa, komite sekolah, masyarakat, instansi dan lembaga yang terkait lainnya
- 9) Menumbukan budaya gemar membaca dengan program literasu melalui pojok baca di kelas dan perpustakaan yang lengkap dan berkualitas

10) Menciptakan lingkungan sekolah yang ramah anak, disiplin, aman nyaman, tertib, sehat dan bertanggung jawab.<sup>70</sup>

#### **4. Temuan Lapangan**

Data yang disajikan pada bagian ini adalah data dari hasil penelitian lapangan yang dikumpulkan dengan beberapa teknik pengumpulan data yaitu wawancara, observasi, dan dokumentasi. Data tersebut akan ditampilkan dalam bentuk kualitatif deskriptif. Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan staf tata usaha, guru BK serta siswa yang kecanduan rokok di SMA Negeri 1 Banjarmasin.

Berdasarkan hasil observasi peneliti, SMA Negeri 1 Banjarmasin mempunyai 1.049. Ada tiga tingkat yakni 10 berjumlah 358 siswa, 11 berjumlah 318 siswa dan 12 373 siswa di tingkat 10 ada kelas 10A, 10B, 10C, 10D, 10E, 10F, 10G, 10H, 10I, 10J di tingkat 11 ada kelas 11A, 11B, 11C, 11D, 11E, 11F, 11G, 11H, 11I di tingkat 12 ada kelas 12A, 12B, 12C, 12D, 12E, 12F, 12G, 12H, 12I, 12J. Dari hasil data, dari observasi, wawancara, dan dokumentasi. Ditemukan ada 5 siswa sample yang didapatkan di data guru BK dan Wakamat kesiswaan, setelah mendapatkan beberapa data, peneliti melakukan wawancara dengan siswa satu persatu di ruangan BK.

**Tabel 4.1 Data Siswa Merokok**

No	Nama(Initial)	Kelas	Usia	Jenis Kelamin	Keaktifan Merokok
1	I	11 C	16	Laki-laki	Aktif
2	K	12 A	17	Laki-laki	Aktif
3	F	11 A	18	Laki-laki	Aktif
4	R	11 I	17	Laki-laki	Aktif
5	H	11 B	18	Laki-laki	Aktif

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan melalui observasi, dokumentasi, dan wawancara mendalam kepada subjek penelitian di SMA Negeri 1 Banjarmasin, ditemukan berbagai faktor yang melatarbelakangi perilaku merokok pada siswa. Peneliti menyajikan data hasil wawancara menggunakan bahasa asli subjek (bahasa Banjar) untuk menjaga keaslian data.

### 1. I (Siswa Kelas 11 C)

Berdasarkan hasil wawancara dengan I, dapat diidentifikasi bahwa perilaku merokok yang dialaminya berakar dari lingkungan keluarga dan proses imitasi terhadap figur otoritas di rumah. I mengenal rokok sejak masa SMP melalui observasi langsung terhadap aktivitas ayahnya. Rasa penasaran yang muncul kemudian diwujudkan dengan mencoba rokok milik orang tuanya secara diam-diam. Sebagaimana penuturan I berikut ini:

*Pada saat dirumah ulun mencoba rokok dan ulun mendapatkannya dari rokok abah, Karena penasaran dengan rasa rokok, Karena melihat bapak merokok dan ulun jadi penasaran dengan rokok. (Pada saat sedang di rumah, saya mencoba rokok dan saya mendapatkannya dari rokok ayah,*

*karena penasaran dengan rasa rokok, karena melihat ayah merokok dan saya jadi penasaran dengan rokok).*<sup>71</sup>

Seiring berjalananya waktu, rasa penasaran tersebut bertransformasi menjadi perilaku aktif yang dipelihara oleh interaksi sosial. Bagi I, merokok bukan lagi sekadar mencoba-coba, melainkan sudah menjadi instrumen pendukung dalam pergaulan. Dengan intensitas konsumsi sekitar 4 batang per hari, perilaku ini paling sering muncul saat melakukan aktivitas sosial atau "*nongkrong*". Faktor kenyamanan psikologis dan kebutuhan untuk merasa setara dalam kelompok pertemanan menjadi alasan utama mengapa I sulit melepaskan kebiasaan tersebut hingga saat ini.

### 1. K (Siswa Kelas 12 A)

Data penelitian pada K menunjukkan bahwa perilaku merokok berfungsi sebagai mekanisme coping (*coping mechanism*) terhadap tekanan emosional dan stres. yang mulai merokok sejak kelas 9 SMP ini cenderung menjadikan rokok sebagai pelarian saat menghadapi masalah pribadi. Hal ini tercermin dalam pernyataan K yang menyatakan bahwa,

*Semalam karena percintaan dan kdd tempat bercerita, lalu melampiaskannya ke rokok, Faktor yang meolah ulun berokok sampai ini karena kadang pas ada banyak masalah, pikiran tentang masa depan dan kdd tempat bercerita lalu melampiaskannya ke rokok. (Waktu itu karena maslaah percintaan dan tidak ada tempat bercerita, lalu melampiaskannya kepada rokok. Faktor yang membuat saya merokok sampai saat ini karena kadang saat ada banyak masalah, pikiran tentang masa depan dan tidak ada tempat bercerita lalu saya melampiaskannya ke rokok).*<sup>72</sup>

---

<sup>71</sup> Wawancara dengan I, di Ruang BK SMAN 1 Banjarmasin, pada tanggal 06 Agustus 2025.

<sup>72</sup> Wawancara dengan K, di Ruang BK SMAN 1 Banjarmasin, pada tanggal 07 Agustus 2025.

Analisis terhadap jawaban menunjukkan adanya hambatan dalam komunikasi interpersonal, di mana merasa tidak memiliki ruang aman untuk berbagi keluh kesah. Kondisi kesepian dan kecemasan akan masa depan mendorong untuk mencari ketenangan melalui rokok. Konsumsi rokok K yang mencapai 3 batang atau lebih per hari sangat fluktuatif, di mana frekuensinya akan meningkat tajam secara otomatis ketika berada dalam kondisi tertekan atau saat sedang bersama teman-temannya yang juga merokok.

## 2. F (Siswa Kelas 11 A)

F menunjukkan tingkat ketergantungan yang lebih tinggi karena durasi paparan rokok yang sangat panjang, yakni sejak masa Sekolah Dasar (SD). Lingkungan tempat tinggal dan pergaulan yang didominasi oleh perokok aktif membentuk persepsi bahwa merokok adalah hal yang lumrah dan wajib dilakukan. F menjelaskan pengalamannya,

*Faktor lingkungan, dimana lingkungan ulun tu rata-rata perokok, Pas itu ulun bejalanan lawan kekawanhan habistu nukar rokok batangan di warung yang jauh dari rumah, karena takutan kalo ketahuan kuitan. (Faktor lingkungan, dimana lingkungan saya itu rata-rata perokok. Saat itu saya jalan-jalan dengan teman-teman lalu membeli rokok batangan di warung yang jauh dari rumah, karena takut kalau ketahuan orang tua).*<sup>73</sup>

Secara perilaku, merokok bagi F telah menjadi sebuah habituasi yang terikat dengan aktivitas harian lainnya, seperti setelah makan atau saat bercengkrama. Adanya perasaan "ada yang kurang" jika tidak merokok mengindikasikan bahwa telah mencapai tahap ketergantungan psikis dan fisik. Dengan konsumsi mencapai 6 batang per hari, F bahkan dapat menghabiskan satu

---

<sup>73</sup> Wawancara dengan F, di Ruang BK SMAN 1 Banjarmasin, pada tanggal 07 Agustus 2025.

bungkus rokok dalam satu waktu apabila didukung oleh situasi sosial tertentu, seperti saat sedang begadang bersama teman-temannya.

### **3. R (Siswa Kelas 11 I)**

Hasil wawancara dengan R mengungkap adanya pengaruh kuat dari konformitas kelompok sebaya dan pencarian identitas diri. memulai perilaku merokok pada masa SMP dalam situasi yang cukup berisiko, yaitu dengan memanfaatkan sisa rokok di jalanan demi bisa bergabung dalam aktivitas kelompoknya. Motivasi terkait erat dengan citra diri (*self-image*) di mata teman-temannya,

*Pertama kali itu pas lagi lawan kekawan, dan mendapatkan rokok nya dari bekas rokok orang di jalan yang sudh habis, yang masih kawa dihisap, Karena kalonya berokok itu kaya keren, pas lagi ngumpul lawan kekawan. (Pertama kali itu saat sedang bersama teman-teman dan mendapatkan rokok dari bekas rokok orang di jalan yang sudah habis, yang masih bisa dihisap. Karena kalau merokok itu terasa keren, saat sedang berkumpul dengan teman-teman).<sup>74</sup>*

Bagi R, rokok dipandang sebagai simbol maskulinitas atau "keren" yang memudahkannya diterima dalam lingkungan sosial. Meskipun saat ini mengaku mencoba mengurangi konsumsinya menjadi 5 batang per hari, tekanan kelompok (*peer pressure*) tetap menjadi kendala terbesar. cenderung sulit menolak rokok ketika berada dalam lingkaran pertemanan karena adanya keinginan kuat untuk tetap relevan dan diterima oleh teman-temannya.

### **4. H (Siswa Kelas 11 B)**

Pada H, perilaku merokok berkembang melalui proses sosialisasi yang bertahap, mulai dari sekadar mencoba hisapan milik teman hingga akhirnya mampu

---

<sup>74</sup> Wawancara dengan R, di Ruang BK SMAN 1 Banjarmasin, pada tanggal 07 Agustus 2025.

membeli rokok secara mandiri. yang mengenal rokok sejak SD ini menganggap merokok sebagai bagian dari gaya hidup santai. Berdasarkan pengakuan H:

*Pertama kali itu pas saya lagi ngumpul dengan kawan-kawan, ada teman saya merokok lalu saya mencoba sekali hisap, Mungkin karena sudah jadi kebiasaan ya, dan enak.(Pertama kali saat saya sedang berkumpul dengan teman-teman, ada teman saya yang merokok lalu saya mencoba sekali hisap. Mungkin karena sudah jadi kebiasaan ya dan enak).<sup>75</sup>*

Meskipun intensitas merokok H relatif lebih rendah dibanding lainnya (sekitar 2 batang per hari), perilaku ini telah terinternalisasi sebagai sebuah kebiasaan yang menyenangkan. Kondisi lingkungan yang permisif, terutama saat aktivitas bersantai, minum kopi dan berkumpul dengan teman, menjadi stimulus utama yang memperkuat perilaku merokok. Ketidakringinan untuk berhenti didorong oleh rasa nyaman dan kenikmatan individu yang diperoleh dari aktivitas merokok tersebut.

## 5. Hasil Wawancara dengan Guru Bimbingan dan Konseling (BK)

Berdasarkan hasil wawancara mendalam dengan Ibu A selaku Guru BK di SMAN 1 Banjarmasin, ditemukan gambaran komprehensif mengenai dinamika perilaku merokok di sekolah. Analisis pertama tertuju pada prevalensi dan lokasi merokok siswa. Beliau menyatakan bahwa,

*Lumayan sering, biasanya siswa merokok di wc sekolah, dan ada warung tertentu yang biasa jadi tempat mereka berkumpul dan merokok, tapi alhamdulillah sekarang udah mulai berkurang.<sup>76</sup>*

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, pemilihan toilet dan warung menunjukkan adanya ruang tersembunyi (*backstage*) yang sengaja diciptakan siswa

---

<sup>75</sup> Wawancara dengan H, di Ruang BK SMAN 1 Banjarmasin, pada tanggal 07 Agustus 2025.

<sup>76</sup> Wawancara dengan Ibu A (Guru BK SMAN 1 Banjarmasin), Ruang BK SMAN 1 Banjarmasin, 06 Agustus 2025.

untuk menghindari sanksi formal, sekaligus menjadi titik berkumpulnya subkultur perokok di sekolah.

Terkait faktor pemicu, Ibu A menegaskan bahwa faktor eksternal jauh lebih dominan dibandingkan faktor internal akademik. Hal ini terlihat dari kutipan beliau yang menyebutkan bahwa,

*Misalnya, pengaruh teman sebaya, keluarga, lingkungan, stres akademik) Dari beberapa kasus yang pernah ibu alami faktor siswa merokok itu karena lingkungan dan teman sebaya yang membuat mereka terpengaruh untuk merokok.<sup>77</sup>*

Secara psikologis, remaja berada pada fase pencarian identitas yang sangat rentan terhadap peer pressure atau tekanan kelompok sebaya. Dalam konteks ini, merokok bukan sekadar aktivitas mengonsumsi tembakau, melainkan dianggap sebagai "tiket masuk" agar diterima dalam pergaulan. Analisis ini sejalan dengan teori belajar sosial (*social learning theory*), di mana siswa melakukan imitasi terhadap perilaku yang dianggap dominan atau populer di lingkungannya. Lebih lanjut, peneliti meninjau bahwa pengaruh teman sebaya ini sering kali bersifat persuasif maupun konformitas. Siswa merasa memiliki kewajiban moral untuk mengikuti kebiasaan kelompoknya demi menjaga solidaritas. Hal ini menjelaskan mengapa meskipun sekolah telah memberikan edukasi mengenai bahaya rokok, pengaruh "budaya nongkrong" di lingkungan luar sekolah tetap memiliki daya tarik yang lebih kuat. Dengan demikian, perilaku merokok siswa tersebut merupakan hasil dari proses sosialisasi yang salah arah, di mana lingkungan sosial melegitimasi rokok sebagai bagian dari gaya hidup remaja

---

<sup>77</sup> Wawancara dengan Ibu A (Guru BK SMAN 1 Banjarmasin), Ruang BK SMAN 1 Banjarmasin, 06 Agustus 2025.

Dalam upaya pencegahan, guru BK telah memberikan edukasi kesehatan secara masif. Ibu A menyatakan bahwa,

*Melalui berbagai pendekatan, mulai dari pencegahan hingga penanganan, kadang kami juga mengadakan kolaborasi dengan pihak terkait untuk mengedukasi siswa tentang bahaya rokok.<sup>78</sup>*

Berdasarkan hasil wawancara ini, dapat diketahui bahwa sekolah berusaha membangun empati siswa dengan menekankan bahaya bagi perokok pasif. Namun, pendekatan informatif ini sering kali berbenturan dengan hambatan adiksi. Ibu A mengakui sulitnya menangani siswa yang sudah pada tahap kecanduan. Ibu A mengatakan bahwa,

*Sering kali kami memberikan arahan dan penjelasan terkait bahayanya rokok yang bisa membuat berbagai macam penyakit yang dampaknya bisa merusak organ tubuh bahkan kematian, bahkan orang yang tidak merokok pun bisa terkena dampak dari rokok tersebut, jika berada di sebelah orang yang sedang merokok.<sup>79</sup>*

Strategi edukasi yang diterapkan oleh Guru BK menggunakan pendekatan "Fear Appeal" atau pesan yang membangkitkan kesadaran akan risiko. Dengan menekankan dampak ekstrem seperti kerusakan organ hingga kematian, sekolah berupaya menanamkan persepsi risiko (risk perception) yang tinggi pada siswa. Hal ini dilakukan agar siswa memiliki pertimbangan logis mengenai dampak jangka panjang kesehatan sebelum memutuskan untuk merokok atau mempertahankan kebiasaannya.

Selain itu, poin yang sangat menarik dalam analisis adalah penekanan Guru BK pada dampak rokok bagi perokok pasif. Peneliti meninjau bahwa pesan ini

<sup>78</sup> Wawancara dengan Ibu A (Guru BK SMAN 1 Banjarmasin), Ruang BK SMAN 1 Banjarmasin, 06 Agustus 2025.

<sup>79</sup> Wawancara dengan Ibu A (Guru BK SMAN 1 Banjarmasin), Ruang BK SMAN 1 Banjarmasin, 06 Agustus 2025.

bertujuan untuk membangun kesadaran sosial dan rasa tanggung jawab moral pada diri siswa. Dengan menginformasikan bahwa perilaku merokok mereka dapat membahayakan orang lain di sekitar mereka (teman atau keluarga yang tidak merokok), sekolah berusaha menyentuh sisi empati siswa. Analisis ini menunjukkan bahwa pendekatan sekolah tidak hanya bersifat individual-medis, tetapi juga sosiokultural, di mana siswa diajak untuk melihat bahwa perilaku merokok bukan sekadar pilihan pribadi, melainkan tindakan yang memiliki konsekuensi negatif bagi lingkungan sosialnya.

Selanjutnya, mengenai strategi penanganan, pihak sekolah menerapkan sistem kolaborasi lintas sektoral yang kuat. Ibu A menjelaskan bahwa,

*Tentunya ada larangan khusus untuk mengatasai permasalahan ini, dengan memberikan bimbingan, edukasi bahkan kami mengadakan kolaborasi dengan pihak puskesmas(kesehatan) dan polisi, mengadakan seminar terkait pencegahan rokok, bahayanya rokok dan agar berhenti merokok.<sup>80</sup>*

Pelibatan pihak Puskesmas dan Kepolisian merupakan bentuk strategi Triangulasi Intervensi (Kesehatan, Hukum, dan Edukasi). Keterlibatan pihak Puskesmas berfungsi untuk memberikan validasi medis mengenai dampak klinis rokok, yang mana penjelasan dari tenaga kesehatan profesional biasanya memiliki tingkat kepercayaan (credibility) yang lebih tinggi di mata siswa dibandingkan penjelasan guru secara umum. Di sisi lain, kolaborasi dengan pihak Kepolisian memberikan dimensi penegakan disiplin dan hukum. Peneliti meninjau bahwa kehadiran polisi dalam seminar atau sosialisasi bertujuan untuk memberikan efek

---

<sup>80</sup> Wawancara dengan Ibu A (Guru BK SMAN 1 Banjarmasin), Ruang BK SMAN 1 Banjarmasin, 06 Agustus 2025.

jera serta mempertegas posisi sekolah bahwa merokok adalah perilaku menyimpang yang melanggar tata tertib formal.

Analisis ini menunjukkan bahwa SMAN 1 Banjarmasin tidak hanya memandang masalah rokok sebagai masalah kenakalan remaja biasa, tetapi sebagai ancaman serius yang memerlukan penanganan terpadu. Melalui seminar pencegahan tersebut, sekolah berupaya memutus rantai perilaku merokok sejak dari hulu (pencegahan dini) hingga ke hilir (pendampingan untuk berhenti merokok).

Selain itu, prosedur penanganan individu dilakukan secara birokratis namun humanis melalui,

*Tentunya dengan memberikan panggilan kepada siswa yang bermasalah tersebut dan memberikan bimbingan serta berkolaborasi dengan wakamat kesiswaan dan orang tua siswa, mengenai permasalahan yang dialami anak tersebut.*<sup>81</sup>

Pelibatan orang tua siswa adalah strategi kunci untuk sinkronisasi pengawasan. Masalah merokok sering kali bermula atau berlanjut karena adanya celah pengawasan antara sekolah dan rumah. Dengan memanggil orang tua, guru BK berusaha memastikan bahwa proses bimbingan tidak terputus saat siswa meninggalkan gerbang sekolah. Analisis ini mengindikasikan bahwa sekolah memandang permasalahan merokok bukan hanya sebagai tanggung jawab institusi pendidikan, melainkan tanggung jawab bersama dalam ekosistem pendidikan anak. Melalui pendekatan ini, sekolah berupaya menggali akar permasalahan yang dialami siswa baik itu masalah di sekolah, di rumah, maupun di lingkungan

---

<sup>81</sup> Wawancara dengan Ibu A (Guru BK SMAN 1 Banjarmasin), Ruang BK SMAN 1 Banjarmasin, 06 Agustus 2025.

pergaulan sehingga solusi yang diberikan dapat bersifat lebih personal dan menyentuh sumber masalah utamanya.

Di samping itu, tentunya terdapat tantangan yang dihadapi oleh guru Bimbingan dan Konseling, Ibu A menyatakan,

*Kadang kita susah membuat orang yang sudah menjadi pecandu rokok itu, untuk berhenti merokok, karna itu sudah menjadi kebiasaan, bahkan menjadi kebutuhan yang bersifat wajib bagi mereka perokok aktif.<sup>82</sup>*

Hambatan ini menciptakan jurang antara pengetahuan dan tindakan. Siswa mungkin mengetahui bahaya rokok secara kognitif melalui edukasi guru, namun secara perilaku mereka tidak berdaya melawan dorongan untuk merokok. Analisis ini menunjukkan bahwa tugas Guru BK menjadi jauh lebih berat; mereka tidak hanya berperan sebagai pemberi informasi, tetapi juga harus menjadi pendamping proses rehabilitasi perilaku. Kesulitan ini menegaskan bahwa penanganan siswa merokok tidak bisa dilakukan secara instan, melainkan membutuhkan proses jangka panjang untuk mengubah pola habituasi yang sudah dianggap sebagai "kebutuhan wajib" tersebut menjadi pola hidup yang lebih sehat.

Terakhir, terkait efektivitas program menunjukkan hasil yang optimis namun tetap memerlukan evaluasi. Ibu A menyebutkan strategi saat ini,

*Sebagian efektif, karena biasa dilihat dari data tahun ke tahun angka siswa yang merokok sudah mulai berkurang.<sup>83</sup>*

Pernyataan "sebagian efektif" mencerminkan sikap yang realistik namun optimis dari pihak sekolah. Keberhasilan ini tidak hanya didasarkan pada asumsi kualitatif, melainkan berpijak pada data empiris berupa penurunan angka siswa

<sup>82</sup> Wawancara dengan Ibu A (Guru BK SMAN 1 Banjarmasin), Ruang BK SMAN 1 Banjarmasin, 06 Agustus 2025.

<sup>83</sup> Wawancara dengan Ibu A (Guru BK SMAN 1 Banjarmasin), Ruang BK SMAN 1 Banjarmasin, 06 Agustus 2025.

merokok setiap tahunnya. Hal ini membuktikan bahwa kombinasi antara bimbingan internal, kolaborasi lintas sektoral (Puskesmas dan Polisi), serta pelibatan orang tua telah memberikan dampak positif dalam menekan prevalensi perokok di kalangan siswa SMA Negeri 1 Banjarmasin.

Namun, peneliti juga meninjau bahwa efektivitas yang bersifat "sebagian" ini menandakan bahwa meskipun jumlah siswa merokok berkurang, tantangan untuk mencapai target zero smoking di sekolah masih ada. Penurunan data tersebut merupakan indikator bahwa strategi preventif (pencegahan) telah berhasil menjangkau sebagian besar siswa, namun bagi kelompok siswa yang sudah berada pada tahap adiksi berat, strategi yang ada saat ini masih membutuhkan penyempurnaan. Oleh karena itu, hasil analisis ini menunjukkan bahwa keberlanjutan program dan evaluasi rutin sangat diperlukan agar tren penurunan angka siswa merokok dapat terus terjaga dan ditingkatkan di masa mendatang.

Meski demikian, beliau menekankan,

*Untuk saat ini program yang sudah ada cukup efektif untuk siswa yang merokok sudah berkurang, mungkin nanti perlu program tambahan untuk pencegahan siswa yang kecanduan rokok agar lebih efektif lagi.<sup>84</sup>*

Pernyataan tersebut menunjukkan adanya sikap reflektif dari pihak sekolah.

Meskipun program yang berjalan saat ini, seperti seminar kesehatan dan kolaborasi lintas sektoral, telah membawa hasil berupa penurunan jumlah siswa merokok, Guru BK menyadari adanya kebutuhan akan intervensi yang lebih spesifik bagi siswa yang sudah berada pada tahap kecanduan. Analisis peneliti melihat bahwa fokus sekolah ke depan harus bergeser dari sekadar sosialisasi bahaya rokok secara

---

<sup>84</sup> Wawancara dengan Ibu A (Guru BK SMAN 1 Banjarmasin), Ruang BK SMAN 1 Banjarmasin, 06 Agustus 2025.

umum (preventif universal) menuju program pendampingan berhenti merokok yang lebih teknis (preventif selektif/indikasional).

Lebih lanjut, saran mengenai "program tambahan" ini mengindikasikan bahwa sekolah perlu mempertimbangkan metode yang lebih intensif, seperti layanan konsultasi berhenti merokok atau terapi perilaku yang lebih mendalam. Pengakuan akan perlunya tambahan program ini merupakan langkah strategis untuk memastikan bahwa penurunan angka siswa merokok di SMA Negeri 1 Banjarmasin tidak bersifat sementara, melainkan berkelanjutan melalui penguatan sistem proteksi sekolah terhadap risiko adiksi nikotin pada remaja.

## **B. Pembahasan**

### **1. Penyebab siswa SMA Negeri 1 Banjarmasin mengalami kecanduan rokok meliputi faktor-faktor internal dan eksternal yang memengaruhi perilaku**

Penyebab siswa SMA Negeri 1 Banjarmasin mengalami kecanduan rokok yang ditinjau dari faktor internal dan faktor eksternal. Perilaku merokok pada remaja merupakan fenomena sosial yang kompleks karena melibatkan aspek psikologis individu, dinamika lingkungan sosial, serta proses pembelajaran perilaku yang berlangsung secara terus-menerus. Dalam konteks sekolah menengah atas, perilaku merokok sering kali muncul sebagai bentuk pencarian jati diri, pelampiasan emosi, serta respons terhadap pengaruh lingkungan sekitar.

Berdasarkan data hasil wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK), siswa, dan wali kelas, serta hasil observasi dan dokumentasi yang dilakukan

peneliti, ditemukan bahwa kecanduan rokok pada siswa tidak muncul secara tiba-tiba. Perilaku tersebut berkembang melalui proses yang panjang dan dipengaruhi oleh interaksi antara faktor internal yang berasal dari dalam diri siswa dan faktor eksternal yang berasal dari lingkungan keluarga, sekolah, serta masyarakat. Oleh karena itu, pembahasan ini disusun untuk menjawab rumusan masalah penelitian secara sistematis dan analitis sesuai dengan pendekatan penelitian kualitatif.

a. Faktor Internal Penyebab Kecanduan Rokok pada Siswa

1) Aspek Psikologis dan Emosional Remaja

Remaja berada pada fase perkembangan yang ditandai dengan ketidakstabilan emosi dan pencarian identitas diri. Hasil wawancara dengan guru BK menunjukkan bahwa sebagian siswa yang merokok mengalami kesulitan dalam mengelola emosi, seperti rasa cemas, marah, dan frustrasi. Merokok dipersepsikan sebagai cara cepat untuk meredakan tekanan emosional dan memberikan rasa tenang sementara.

Secara psikologis, nikotin yang terkandung dalam rokok dapat memberikan efek relaksasi sehingga siswa merasa lebih nyaman setelah merokok. Kondisi ini memperkuat perilaku merokok dan mendorong terjadinya ketergantungan. Temuan ini sejalan dengan teori psikologi perilaku yang menyatakan bahwa suatu perilaku akan cenderung diulang apabila memberikan penguatan positif bagi pelakunya.

2) Rendahnya Kontrol Diri

Kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan dorongan dan perilaku sesuai dengan norma yang berlaku. Berdasarkan hasil wawancara dengan wali kelas dan observasi di lingkungan sekolah, ditemukan

bahwa siswa yang mengalami kecanduan rokok umumnya memiliki kontrol diri yang rendah. Mereka cenderung mudah terpengaruh oleh situasi dan kurang mampu menolak ajakan teman untuk merokok.

Rendahnya kontrol diri ini berkaitan erat dengan kematangan emosional siswa. Pada usia remaja, fungsi pengambilan keputusan belum berkembang secara optimal sehingga siswa lebih mengedepankan kepuasan sesaat dibandingkan dampak jangka panjang dari perilaku merokok.

### 3) Konsep Diri dan Pencapaian Identitas

Hasil wawancara dengan siswa menunjukkan bahwa sebagian dari mereka merokok untuk membangun citra diri tertentu, seperti terlihat lebih dewasa, berani, atau diterima dalam kelompok pergaulan. Merokok dijadikan simbol maskulinitas dan kebebasan yang dianggap mampu meningkatkan kepercayaan diri.

Dalam perspektif psikologi perkembangan, remaja cenderung melakukan eksplorasi identitas, termasuk melalui perilaku yang berisiko. Apabila siswa memiliki konsep diri yang negatif, maka mereka akan lebih mudah mencari pengakuan melalui perilaku menyimpang, termasuk merokok.

### 4) Stres Akademik dan Tekanan Sosial

Faktor internal lainnya yang memengaruhi kecanduan rokok adalah stres akademik. Berdasarkan hasil wawancara, beberapa siswa mengaku merokok ketika menghadapi tekanan belajar, tuntutan prestasi, atau masalah akademik lainnya. Rokok dianggap sebagai sarana pelarian untuk mengurangi ketegangan dan kejemuhan.

Tekanan sosial, seperti konflik dengan teman atau masalah pribadi, juga

menjadi pemicu siswa untuk merokok. Dalam kondisi stres, siswa cenderung mencari cara instan untuk mendapatkan kenyamanan emosional, meskipun cara tersebut bersifat maladaptif.

b. Faktor Eksternal Penyebab Kecanduan Rokok pada Siswa

1) Lingkungan Keluarga

Lingkungan keluarga memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap pembentukan perilaku siswa. Hasil wawancara dengan guru BK dan wali kelas menunjukkan bahwa sebagian siswa yang merokok berasal dari keluarga yang kurang memberikan pengawasan dan perhatian. Selain itu, adanya anggota keluarga yang merokok juga menjadi faktor peniru bagi siswa.

Pola asuh yang permisif atau kurang tegas terhadap perilaku merokok menyebabkan siswa menganggap merokok sebagai hal yang wajar. Dalam teori belajar sosial, perilaku individu banyak dipelajari melalui proses observasi dan imitasi terhadap model yang ada di lingkungan terdekatnya.

2) Pengaruh Teman Sebaya

Teman sebaya merupakan faktor eksternal yang paling dominan dalam memengaruhi perilaku merokok siswa. Berdasarkan hasil wawancara dengan siswa, sebagian besar dari mereka pertama kali merokok karena ajakan atau dorongan dari teman. Keinginan untuk diterima dalam kelompok membuat siswa sulit menolak ajakan tersebut.

Observasi di lingkungan sekolah menunjukkan bahwa siswa yang tergabung dalam kelompok perokok cenderung merokok secara bersama-sama di luar area sekolah. Hal ini memperkuat ikatan kelompok dan menjadikan merokok sebagai

aktivitas sosial yang rutin.

### 3) Lingkungan Teman sebaya

Meskipun SMA Negeri 1 Banjarmasin telah memiliki aturan larangan merokok, hasil observasi menunjukkan bahwa pengawasan di luar jam pelajaran masih memiliki keterbatasan. Kondisi ini membuka peluang bagi siswa untuk merokok di luar lingkungan sekolah tanpa pengawasan langsung. Guru BK menyampaikan bahwa keterbatasan jumlah tenaga BK dibandingkan dengan jumlah siswa menjadi salah satu kendala dalam pengawasan perilaku siswa secara menyeluruh. Oleh karena itu, lingkungan sekolah secara tidak langsung dapat menjadi faktor pendukung munculnya perilaku merokok apabila pengawasan dan penegakan aturan belum optimal.

### 4) Lingkungan Masyarakat dan Akses Rokok

Lingkungan masyarakat yang permisif terhadap perilaku merokok turut memperkuat kebiasaan siswa. Berdasarkan hasil dokumentasi dan observasi, rokok dapat diperoleh dengan mudah di sekitar lingkungan tempat tinggal siswa. Tidak adanya pembatasan usia dalam pembelian rokok membuat siswa bebas mengakses produk tersebut.

Budaya merokok yang masih kuat di masyarakat menjadikan rokok sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari, sehingga siswa tidak memandang perilaku merokok sebagai sesuatu yang berbahaya.

### 5) Media Massa dan Media Sosial

Media massa dan media sosial juga berperan dalam membentuk persepsi siswa terhadap rokok. Iklan rokok yang menampilkan citra kebebasan, keberanian,

dan kesuksesan dapat memengaruhi cara pandang siswa terhadap rokok. Meskipun terdapat pembatasan iklan, pengaruh simbolik yang ditampilkan masih cukup kuat.

c. Interaksi Faktor Internal dan Eksternal

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecanduan rokok pada siswa SMA Negeri 1 Banjarmasin tidak disebabkan oleh satu faktor tunggal, melainkan hasil interaksi antara faktor internal dan eksternal. Faktor internal seperti kontrol diri yang rendah dan stres emosional akan semakin diperkuat oleh faktor eksternal seperti pengaruh teman sebaya dan lingkungan keluarga.

Interaksi ini menciptakan siklus perilaku merokok yang sulit dihentikan apabila tidak ditangani secara komprehensif. Oleh karena itu, penanganan kecanduan rokok harus mempertimbangkan kedua faktor tersebut secara simultan.

d. Implikasi Hasil Penelitian terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling

Temuan penelitian ini memiliki implikasi penting bagi layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Guru BK perlu merancang layanan yang tidak hanya berfokus pada perubahan perilaku siswa, tetapi juga pada penguatan aspek psikologis seperti kontrol diri, konsep diri, dan keterampilan pengelolaan stres.

Selain itu, kerja sama dengan orang tua, wali kelas, dan pihak sekolah perlu ditingkatkan agar penanganan kecanduan rokok dapat dilakukan secara terpadu dan berkelanjutan.

Berdasarkan pembahasan di atas, dapat disimpulkan bahwa penyebab siswa SMA Negeri 1 Banjarmasin mengalami kecanduan rokok meliputi faktor internal berupa aspek psikologis, kontrol diri, konsep diri, dan stres, serta faktor eksternal berupa lingkungan keluarga, teman sebaya, sekolah, masyarakat, dan media.

Interaksi antara faktor-faktor tersebut membentuk pola perilaku merokok yang kompleks dan memerlukan penanganan holistik melalui layanan bimbingan dan konseling yang profesional dan berkelanjutan.

## **2. Upaya Guru Bimbingan dan Konseling dalam Menangani Siswa Kecanduan Rokok di SMA Negeri 1 Banjarmasin**

### a. Melakukan Pendekatan dan Asesmen terhadap siswa

Guru Bimbingan dan Konseling (BK) memiliki peran strategis dalam menangani berbagai permasalahan peserta didik, termasuk perilaku kecanduan rokok. Kecanduan pada remaja bukan hanya masalah kebiasaan, tetapi berkaitan dengan faktor psikologis, lingkungan, dan perkembangan sosial.<sup>85</sup> Oleh karena itu, penanganannya memerlukan pendekatan profesional yang sistematis dan berkelanjutan. Tindakan awal yang dilakukan guru BK adalah melakukan asesmen untuk mengidentifikasi tingkat kecanduan serta faktor penyebabnya. Guru BK tidak hanya melihat frekuensi merokok, tetapi juga motif siswa, situasi pemicu, serta dampaknya terhadap kesehatan, akademik, dan hubungan sosial. Asesmen ini menjadi dasar penting untuk menentukan jenis layanan yang paling relevan.

### b. Wawancara Mendalam

Selain asesmen, guru BK perlu melakukan wawancara mendalam (*in-depth interview*) dengan siswa. Wawancara digunakan untuk menggali pandangan siswa tentang rokok, pengalaman ketika mencoba berhenti, serta kesulitan yang mereka

---

<sup>85</sup> Corey, Gerald. *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Belmont: Brooks/Cole, 2017; serta Winkel, W. S., & Sri Hastuti. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta: Grasindo, 2006.

hadapi. Hubungan konseling yang hangat dan saling percaya menjadi kunci agar siswa terbuka terhadap proses.

c. Konseling Individual

Konseling individual merupakan strategi utama yang sering digunakan. Dalam penyuluhan ini, guru BK memberikan informasi mengenai bahaya rokok secara ilmiah namun tetap disampaikan dengan bahasa yang mudah diterima remaja. Tujuannya adalah meningkatkan kesadaran dan memunculkan motivasi internal untuk berhenti merokok.<sup>86</sup> Guru BK juga menerapkan teknik konseling kognitif-behavioral (CBT), yaitu membantu siswa mengenali pikiran-pikiran irasional yang mendorong perilaku merokok. Melalui teknik ini, siswa dibimbing untuk mengganti pola pikir negatif dengan pola pikir adaptif sehingga mampu mengontrol dorongan untuk merokok.

d. Konseling Kelompok

Upaya berikutnya adalah konseling kelompok. Melalui kegiatan kelompok, siswa yang mengalami masalah serupa dapat saling berbagi pengalaman, memberikan dukungan emosional, serta memotivasi satu sama lain. Konseling kelompok juga menumbuhkan rasa kebersamaan sehingga siswa tidak merasa berjuang sendiri.

e. Berkolaborasi dengan guru mata pelajaran dan wali kelas

Guru BK bekerja sama dengan guru mata pelajaran dan wali kelas untuk memantau perubahan perilaku siswa setiap hari. Kolaborasi ini penting agar guru

---

<sup>86</sup> Prayitno & Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: Rineka Cipta, 2013, 112–113.

BK mendapatkan informasi yang lebih akurat mengenai perkembangan siswa selama berada di kelas maupun di luar kelas.

f. Memberikan edukasi dan mengadakan kegiatan Positif

Lingkungan teman sebaya turut menjadi faktor pemicu kecanduan rokok.<sup>87</sup>

Oleh karena itu, guru BK melakukan pendekatan preventif dengan memberikan edukasi kepada seluruh siswa mengenai pengaruh negatif peer group terhadap perilaku merokok. Langkah ini bertujuan mengurangi tekanan sosial yang mendorong siswa merokok. Guru BK juga menyediakan alternatif kegiatan positif seperti ekstrakurikuler, kegiatan kreativitas, dan aktivitas olahraga. Kegiatan ini menjadi saluran energi siswa sehingga mereka tidak mencari pelarian melalui rokok. Penguatan minat dan bakat terbukti mampu mengurangi perilaku adiktif pada remaja. Pendekatan literasi kesehatan (*health literacy*) juga dilakukan dengan memberikan materi dan video edukatif mengenai dampak jangka panjang merokok, baik pada kesehatan maupun kualitas hidup. Siswa diajak untuk menganalisis kasus nyata sehingga mereka mampu mengambil keputusan yang lebih bertanggung jawab.

g. Monitoring, Evaluasi, dan Penguatan Perilaku (Reinforcement)

Dalam upaya memodifikasi perilaku siswa yang merokok, diperlukan proses monitoring dan evaluasi yang berlandaskan pada prinsip penguatan perilaku. Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh B.F. Skinner dalam karyanya *Science and Human Behavior*, yang menyatakan bahwa:

*"The consequences of behavior determine the probability that the behavior will occur again."* (Konsekuensi dari suatu perilaku menentukan

---

<sup>87</sup> Sarwono, Sarlito W., *Psikologi Remaja*, Jakarta: Rajawali Pers, 2012, 89–90

probabilitas bahwa perilaku tersebut akan terjadi kembali).

Berdasarkan landasan teoretis tersebut, proses evaluasi secara berkala di sekolah seharusnya berfungsi untuk mengidentifikasi konsekuensi apa yang diterima siswa setelah menunjukkan perubahan perilaku. Skinner menegaskan bahwa melalui mekanisme *operant conditioning*, perilaku baru dapat dibentuk dan dipertahankan jika diikuti oleh penguatan yang tepat.

Penguatan positif, baik berupa pujiannya maupun penghargaan sederhana, juga bertindak sebagai stimulan yang mendorong siswa untuk terus mempertahankan perilaku tidak merokok. Tanpa adanya skema penguatan yang terstruktur, perubahan perilaku positif pada siswa rentan mengalami pemadaman, di mana siswa berpotensi kembali ke kebiasaan merokok karena tidak adanya konsekuensi menyenangkan yang mereka terima setelah mencoba untuk berhenti.<sup>88</sup>

#### h. Strategi guru BK untuk jangka panjang

Langkah jangka panjang yang diterapkan adalah membangun budaya sekolah sehat dan bebas rokok. Guru BK bersama pihak sekolah menyusun peraturan, kampanye, dan slogan anti-rokok yang diperkuat oleh keteladanan seluruh warga sekolah. Lingkungan sekolah yang kondusif sangat membantu pencegahan kecanduan berulang. Secara keseluruhan, upaya guru BK dalam menangani siswa yang kecanduan rokok bukan hanya berfokus pada penghentian perilaku merokok, tetapi juga pada pembentukan karakter, kesadaran diri, serta pola hidup sehat. Penanganan yang komprehensif, kolaboratif, dan berkesinambungan menjadi kunci keberhasilan dalam membantu siswa terbebas dari kecanduan dan

---

<sup>88</sup> Skinner, B. F., *Science and Human Behavior*, New York: Free Press, 1953, 78–80

berkembang menjadi pribadi yang lebih sehat dan bertanggung jawab. Kondisi psikologis siswa yang mengalami stres akademik atau masalah keluarga sering kali mendorong mereka merokok sebagai bentuk pelarian. Faktor ini membuat proses pembinaan menjadi lebih kompleks karena guru BK harus menangani akar permasalahan terlebih dahulu.

#### i. Kendala yang dialami guru BK

Kepribadian siswa yang cenderung tertutup dan sulit berkomunikasi juga menjadi kendala dalam proses konseling. Guru BK membutuhkan waktu lebih lama untuk membangun kedekatan agar siswa mau berbagi mengenai penyebab dan pola kecanduannya. Kurangnya program intervensi yang terstruktur secara khusus untuk kasus kecanduan rokok di sekolah juga memperlambat proses penanganan. Tanpa prosedur yang baku, guru BK sering mengembangkan strategi secara mandiri sehingga hasilnya tidak selalu konsisten. Lingkungan luar sekolah yang masih banyak menjual rokok kepada pelajar memberikan akses yang sangat mudah bagi siswa untuk membeli rokok. Aksesibilitas ini memperkuat kebiasaan dan menghambat upaya sekolah. Ketidaktegasan beberapa pihak dalam menjalankan aturan sekolah bebas rokok juga menjadi faktor penghambat.<sup>89</sup>

Ketika aturan tidak diterapkan secara merata, siswa menjadi kurang menghargai kedisiplinan yang ditetapkan. Kurangnya kolaborasi lintas pihak, seperti antara guru BK, wali kelas, guru mata pelajaran, dan satpam sekolah, dapat membuat pengawasan terhadap perilaku siswa kurang efektif. Siswa dapat

---

<sup>89</sup> Depdiknas, *Pedoman Penegakan Disiplin Sekolah*, Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional, 2008, 37

memanfaatkan celah pengawasan untuk merokok diam-diam. Beberapa siswa telah mencapai tingkat kecanduan yang cukup berat sehingga membutuhkan pendampingan lebih intensif daripada yang dapat diberikan oleh sekolah. Ketidaksesuaian kapasitas layanan dengan tingkat kecanduan menjadi hambatan tersendiri.

Adanya stigma negatif terhadap siswa yang masuk program pembinaan BK menyebabkan beberapa siswa enggan mengikuti konseling. Mereka khawatir dianggap bermasalah atau dipandang buruk oleh teman sebaya. Keterbatasan pelatihan guru BK mengenai teknik konseling adiktif yang lebih modern juga berpengaruh. Tanpa keterampilan khusus terkait adiksi, guru BK menghadapi kesulitan dalam mengelola kasus yang membutuhkan pendekatan profesional mendalam. Kurangnya program kampanye kesehatan yang berkelanjutan membuat pesan bahaya merokok tidak mampu menanamkan efek jangka panjang pada siswa. Edukasi sesekali tidak cukup untuk mengubah perilaku yang sudah terbentuk lama.