

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai Upaya Guru Bimbingan dan Konseling dalam Menangani Siswa yang Kecanduan Rokok di SMA Negeri 1 Banjarmasin, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Penyebab siswa mengalami kecanduan rokok di SMA Negeri 1 Banjarmasin dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal

Faktor internal meliputi rasa ingin tahu yang tinggi, keinginan untuk diakui oleh teman sebaya, rendahnya kontrol diri, serta penggunaan rokok sebagai sarana pelarian dari stres akademik maupun masalah pribadi. Sementara itu, faktor eksternal meliputi pengaruh lingkungan pergaulan, adanya teman sebaya yang merokok, kebiasaan merokok dalam keluarga, serta lemahnya pengawasan lingkungan di luar sekolah. Interaksi antara faktor-faktor tersebut menyebabkan perilaku merokok berkembang menjadi kecanduan yang sulit dihentikan oleh siswa.

2. Upaya guru Bimbingan dan Konseling dalam menangani siswa yang kecanduan rokok telah dilakukan secara sistematis melalui pendekatan preventif, kuratif, dan developmental

Upaya preventif dilakukan melalui layanan informasi dan psikoedukasi mengenai bahaya rokok serta dampaknya bagi kesehatan, akademik, dan masa depan siswa. Upaya kuratif dilakukan melalui konseling individual dan konseling

kelompok untuk membantu siswa memahami penyebab kecanduan, meningkatkan motivasi berhenti merokok, serta membangun komitmen perubahan perilaku. Selain itu, guru BK juga melakukan kolaborasi dengan wali kelas, pihak sekolah, dan orang tua dalam memantau serta mendukung proses perubahan perilaku siswa. Pendekatan developmental diwujudkan melalui pembinaan karakter, penguatan *life skills*, dan pendampingan emosional agar siswa mampu mengelola stres dan mengambil keputusan hidup yang lebih sehat.

B. Saran

1. Bagi Guru BK

Disarankan untuk meningkatkan variasi teknik konseling, terutama teknik yang berfokus pada pengendalian diri dan perubahan perilaku. Program konseling perlu dilakukan secara intensif dan berkelanjutan agar perubahan perilaku siswa lebih stabil.

2. Bagi Pihak Sekolah

Perlu memperkuat kebijakan sekolah bebas rokok dengan pengawasan yang lebih ketat di titik-titik rawan. Sekolah juga dianjurkan menambah fasilitas ruang konseling yang nyaman dan privat untuk mendukung proses pembinaan.

3. Bagi Orang Tua

Keterlibatan aktif sangat diperlukan. Orang tua perlu memberikan pendampingan terhadap anak di rumah, menciptakan lingkungan bebas rokok, serta menjalin komunikasi yang lebih intensif dengan guru BK untuk memantau perkembangan anak.

4. Bagi Siswa

Penting untuk membangun kesadaran diri mengenai dampak merokok serta meningkatkan motivasi internal untuk berubah. Siswa juga perlu memilih lingkungan pergaulan yang positif dan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sebagai alternatif aktivitas yang sehat.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Memperluas objek penelitian pada sekolah lain atau memperdalam analisis dengan pendekatan kuantitatif sehingga dapat menggambarkan tingkat efektivitas upaya BK secara lebih terukur.