



1. Lampiran Kuesioner

INSTRUMEN PERILAKU MEROKOK

OLEH

KOMANG CANDRAPATNI

1911011022

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING JURUSAN ILMU
PENDIDIKAN PSIKOLOGI DAN BIMBINGAN
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS PENDIDIKAN
GANESHA SINGARAJA**

2023



GRAND TEORI PERILAKU MEROKOK

1. Definisi Konsep

Perilaku merokok merupakan suatu aktivitas menghisap atau menghirup asap rokok dengan menggunakan pipa atau rokok yang dilakukan secara menetap dan terbentuk melalui empat tahap yakni, tahap preparation, intiation, becoming a smoker dan maintenance of smoking.

Perilaku merokok sebuah tindakan menghisap gulungan tembakau yang tergulung kertas yang telah dibakar dan menghembuskannya keluar tubuh yang bertemperatur 900C untuk ujung rokok yang dibakar dan 300C untuk ujung rokok yang terselip diantara bibir perokok sehingga menimbulkan asap yang dapat terhisap oleh orang lain di sekitar perokok serta dapat menimbulkan dampak buruk bagi perokok maupun orang – orang disekitarnya.

Bedasarkan dari beberapa pengertian mengenai perilaku merokok maka dapat disimpulkan bahwa perilaku merokok merupakan suatu aktivitas atau kegiatan menghisap asap tembakau yang dibakar ke dalam tubuh dan menghembuskannya kembali keluar melalui mulut maupun hidung.

2. Definisi Operasional

Mengelompokan beberapa aspek perilaku merokok adalah sebagai berikut :

a. Tempat Merokok

Individu yang merokok disembarang tempat bahkan di ruangan yang dilarang merokok menunjukkan bahwa perilaku merokoknya sangat tinggi.

b. Intensitas Merokok

Seseorang yang merokok dengan jumlah batang yang sangat banyak menunjukkan perilaku merokoknya sangat tinggi.

c. Waktu Merokok

Seseorang yang merokok di setiap waktu (pagi, siang, sore dan malam) menunjukkan perilaku merokoknya yang tinggi.

Instrumen yang digunakan untuk mengukur perilaku merokok adalah kuesioner perilaku merokok. Skala pengukuran yang digunakan adalah skala likert dengan penskoran 4 (SL – Selalu), 3 (SR – Sering), 2 (KK – Kadang), 1 (TP – Tidak Pernah)

Kisi – Kisi Instrumen Perilaku Merokok

Variabel	Indikator	Favorable (+)	Unfavorable (-)	Jumlah
Perilaku Merokok	a. Jumlah rokok yang dikonsumsi	1, 2	12	3
	b. Aktivitas Merokok	4,8,10,11,15	20,22,24 27,28	10
	c. Penyebab merokok	6,9,14,18	19,23,26,29	8
	d. Tempat Merokok	3, 5,7,13,16	17,21,25,30	9
Total Item		15	15	30

Sumber : (Sabaruddin, 2020)

Butir – butir pernyataan

No	Pertanyaan	SL	SR	KK	TP
1	Saya merokok 1-3 batang setiap harinya				
2	Saya merokok 5-8 batang setiap harinya				
3	Saya merokok di kamar				
4	Saya merokok ketika mengerjakan tugas sekolah				
5	Saya merokok di dalam ruang kelas				
6	Saya merokok karena dipaksa oleh teman				
7	Saya merokok di kantin sekolah dengan teman				
8	Saya merokok ketika mengendarai kendaraan				

9	Saya merokok karena melihat teman merokok				
10	Saya merokok setelah makan				
11	Saya merokok ketika pergi ke sekolah				
12	Saya merokok lebih dari 1 bungkus perhari				
13	Saya merokok di halaman sekolah				
14	Saya merokok karena ajakan teman				
15	Saya merokok ketika belajar				
16	Saya merokok di toilet sekolah bersama teman – teman				
17	Saya merokok di angkringan bersama teman – teman				
18	Saya merokok karena coba – coba				
19	Saya merokok karena pergaulan teman sekolah				
20	Saya merokok ketika berkumpul dengan teman				
21	Saya merokok terutama di tempat sepi atau tidak banyak orang				
22	Saya merokok ketika berkunjung ke rumah teman				
23	Saya merokok karena pergaulan teman di sekolah				
24	Saya merokok ketika minum kopi				
25	Saya merokok di tempat umum				
26	Saya merokok karena bosan dan jenuh				
27	Saya merokok ketika banyak tugas sekolah				
28	Saya merokok ketika kegiatan projek sekolah				
29	Saya merokok karena mudah terpengaruh				
30	Saya merokok di aula sekolah bersama teman – teman				

LEMBAR PENILAIAN PAKAR (UJI JUDGES)

Instrumen
Nama Pakar

: Perilaku Merokok
: Pof. Dr. Nyoman Dantes

No. Butir	Respon Judges (√)		Saran / Komentar
	Relevan	Tidak Relevan	
1	√		
2	√		
3	√		
4	√		
5	√		
6	√		
7	√		
8	√		
9	√		
10	√		
11	√		
12	√		
13	√		
14	√		
15	√		
16	√		

No. Butir	Respon Judges (√)		Saran / Komentar
	Relevan	Tidak Relevan	
17	√		
18	√		
19	√		
20	√		
21	√		
22	√		
23	√		
24	√		
25	√		
26	√		
27	√		
28	√		
29	√		
30	√		

Singaraja, 24 Januari 2023
Pakar



Pof. Dr. Nyoman Dantes
NIDK. 8828123419

LEMBAR PENILAIAN PAKAR (UJI JUDGES)

Instrumen : Perilaku Merokok
Nama Pakar : Kade Sathya Gita Resmawan, M.Pd

No. Butir	Respon Judges (√)		Saran / Komentar
	Relevan	Tidak Relevan	
1	√		
2	√		
3	√		
4	√		
5	√		
6	√		
7	√		
8	√		
9	√		
10	√		
11	√		
12	√		
13	√		
14	√		
15	√		
16	√		

No. Butir	Respon Judges (√)		Saran / Komentar
	Relevan	Tidak Relevan	
17	√		
18	√		
19	√		
20	√		
21	√		
22	√		
23	√		
24	√		
25	√		
26	√		
27	√		
28	√		
29	√		
30	√		

Singaraja, 24 Januari 2023
Pakar



Kade Sathya Gita Resmawan, M.Pd
NIP. 199012042022031006

LEMBAR PENILAIAN PAKAR (UJI JUDGES)

Instrumen : Perilaku Merokok
Nama Pakar : Dr. Luh Putu Sri Lestari, S.Pd., M.Pd

No. Butir	Respon Judges (√)		Saran / Komentar
	Relevan	Tidak Relevan	
1	√		
2	√		
3	√		
4	√		
5	√		
6	√		
7	√		
8	√		
9	√		
10	√		
11	√		
12	√		
13	√		
14	√		
15	√		
16	√		


No. Butir	Respon Judges (√)		Saran / Komentar
	Relevan	Tidak Relevan	
17	√		
18	√		
19	√		
20	√		
21	√		
22	√		
23	√		
24	√		
25	√		
26	√		
27	√		
28	√		
29	√		
30	√		

Singaraja, 24 Januari 2023
Pakar



Dr. Luh Putu Sri Lestari, S.Pd., M.Pd
NIP. 198605192008122003

2. Lampiran Surat Izin Penelitian

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI**
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
Jalan Udayana Nomor 11, Singaraja 81116
Telepon (0362) 31372
Laman www.fip.undiksha.ac.id

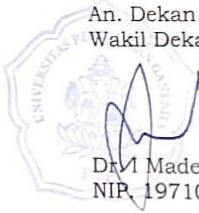
Nomor : 152/UN48.10.1/LT/2023 Singaraja, 24 Januari 2023
Hal : Ijin Penelitian

Yth. Kepala SMA NEGERI 2 SINGARAJA
di tempat

Dengan hormat, dalam rangka melengkapi syarat-syarat perkuliahan Mata Kuliah Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha, mohon agar mahasiswa kami dapat diterima dan diberikan keterangan guna pengumpulan data di instansi Bapak/Ibu pimpin. Adapun nama mahasiswa tersebut :

Nama : Komang Candrapatni
NIM : 1911011022
Jurusan : Ilmu Pendidikan, Psikologi dan Bimbingan
Program Studi : Bimbingan Konseling

Demikian surat ini disampaikan atas kesediaan dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.


An. Dekan
Wakil Dekan I,
DMI Made Tegeh, S.Pd., M.Pd.
NIP. 197108152001121001

3. Lampiran Kegiatan Penelitian

No	Waktu	Kegiatan	sasaran	Tempat Pelaksanaan	Pelaksanaan
1	Minggu Kedua (1xPertemuan)	1. Pemberian preetes perilaku merokok	Kelas Eksperimen dan kelas kontrol	Kelas XI IPS1 dan Kelas XI IPS2	Peneliti
2	Minggu kedua (2xPertemuan) Minggu ketiga (2xPertemuan)	1. Melakukan treatmen pertemuan kedua. 2. Melakukan treatmen pertemuan ketiga	Kelas Eksperimen	Siswa Perokok Kelas XI IPS1	Peneliti
3	Minggu ketiga (1xPertemuan)	1. Pemberian posstes perilaku merokok	Kelas Eksperimen dan kontrol	Siswa Perokok Kelas XI IPS1 dan Kelas XI IPS2	Peneliti

8. Lampiran Pemberian Treatment Perilaku Merokok Secara Kelompok



9. Lampiran Treatment Latihan Asertif menggunakan rokok palsu dan permen



10. Lampiran kegiatan pada kelas kontrol



11. Lampiran Nilai Hasil Posttest Siswa Eksperimen Perilaku Merokok

Table with 30 columns (No, Nama, 1-30, Jumlah) and 18 rows of student names and scores.

12. Lampiran Nilai Hasil Posttest Siswa Kontrol Perilaku Merokok

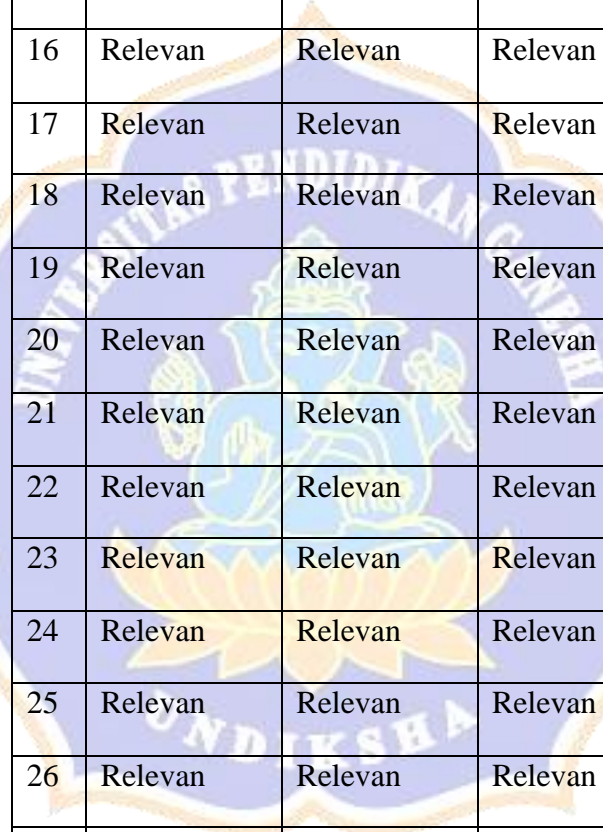
Table with 30 columns (No, Nama, 1-30, Jumlah) and 19 rows of student names and scores.

13. Lampiran Nilai T-hitung, T-tabel dan Data Valid

Table with 30 columns (No, Nama, 1-30, Jumlah) and 19 rows, including statistical values like T-hitung and T-tabel at the bottom.

14. Lampiran Hasil Validitas Uji Pakar

Table with 4 columns (No, Pakar 1, Pakar 2, Pakar 3) and 8 rows of relevance assessments.



9	Relevan	Relevan	Relevan
10	Relevan	Relevan	Relevan
11	Relevan	Relevan	Relevan
12	Relevan	Relevan	Relevan
13	Relevan	Relevan	Relevan
14	Relevan	Relevan	Relevan
15	Relevan	Relevan	Relevan
16	Relevan	Relevan	Relevan
17	Relevan	Relevan	Relevan
18	Relevan	Relevan	Relevan
19	Relevan	Relevan	Relevan
20	Relevan	Relevan	Relevan
21	Relevan	Relevan	Relevan
22	Relevan	Relevan	Relevan
23	Relevan	Relevan	Relevan
24	Relevan	Relevan	Relevan
25	Relevan	Relevan	Relevan
26	Relevan	Relevan	Relevan
27	Relevan	Relevan	Relevan
28	Relevan	Relevan	Relevan
29	Relevan	Relevan	Relevan
30	Relevan	Relevan	Relevan

15. Lampiran Validitas Butir Perilaku Merokok Pada siswa

Butir Pertanyaan	N	Rxy	R Tabel	Keterangan
1	31	0,546	0,35	VALID
2	31	0,546	0,35	VALID
3	31	0,596	0,35	VALID
4	31	0,546	0,35	VALID
5	31	0,553	0,35	VALID
6	31	0,553	0,35	VALID
7	31	0,5526	0,35	VALID
8	31	0,546	0,35	VALID
9	31	0,553	0,35	VALID
10	31	0,67	0,35	VALID
11	31	0,589	0,35	VALID
12	31	0,48	0,35	VALID
13	31	0,7072	0,35	VALID
14	31	0,7072	0,35	VALID
15	31	0,48	0,35	VALID
16	31	0,6701	0,35	VALID
17	31	0,67	0,35	VALID
18	31	0,48	0,35	VALID
19	31	0,67	0,35	VALID
20	31	0,357	0,35	VALID
21	31	0,707	0,35	VALID
22	31	0,707	0,35	VALID
23	31	0,707	0,35	VALID
24	31	0,707	0,35	VALID
25	31	0,707	0,35	VALID
26	31	0,707	0,35	VALID
27	31	0,6701	0,35	VALID
28	31	0,6701	0,35	VALID
29	31	0,707	0,35	VALID

30	31	0,707	0,35	VALID
----	----	-------	------	-------

16. Lampiran Reliabilitas

Case Processing Summary

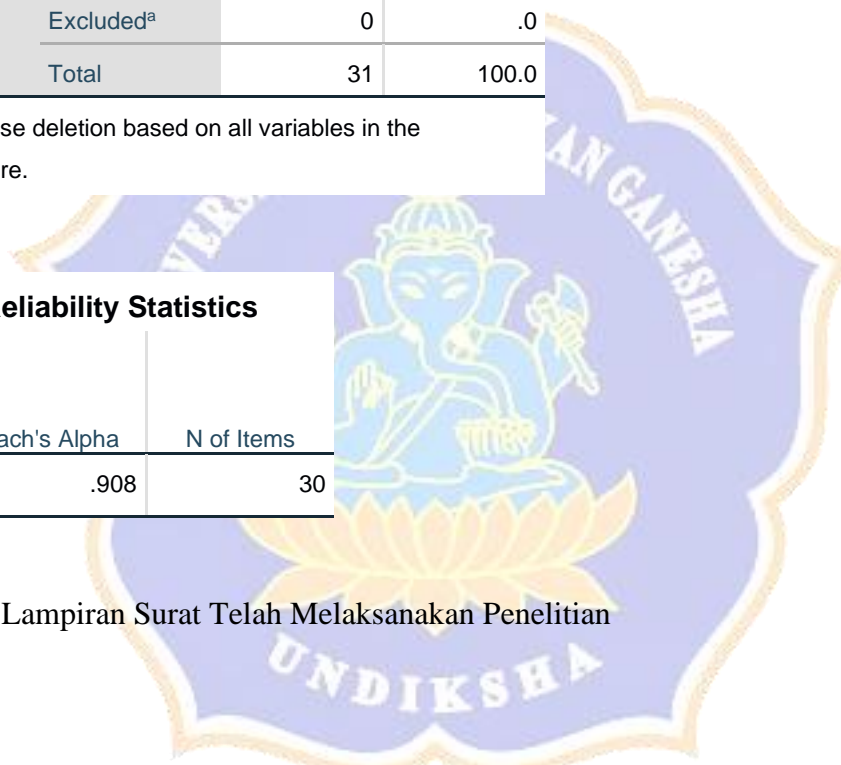
		N	%
Cases	Valid	31	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	31	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.908	30

17. Lampiran Surat Telah Melaksanakan Penelitian





PEMERINTAH PROVINSI BALI
DINAS PENDIDIKAN, KEMUDAAN DAN OLAHRAGA
SMA NEGERI 2 SINGARAJA
Alamat: Jl. Singaraja - Denpasar, Telp. (0361) 94321
Email: sng2@disnarsingaraja211.bali.go.id web: sng2.nis.singarajasgaraja.sch.id

SURAT KETERANGAN PENELITIAN
Nomor : B.31.421.7/521/SMAN 2 SGR/DIKPORA

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SMA Negeri 2 Singaraja menerangkan bahwa:

Nama : Komang Candrapati
NIM : 1911011022
Program Studi : Bimbingan Konseling
UNIVERSITAS : Universitas Pendidikan Ganesha

Memang benar mahasiswa yang telah disebutkan di atas telah melaksanakan penelitian di SMA Negeri 2 Singaraja, dengan Judul "Efektivitas Konseling Cognitive Behavior Teknik Latihan Asertif Untuk Mereduksi Perilaku Merokok Pada Siswa SMA Negeri 2 Singaraja" dari tanggal 30 Januari 2023 sampai dengan 10 Februari 2023.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dikeluarkan di Singaraja
Pada tanggal, 17 Februari 2023

Ditandatangani Secara Elektronik Oleh:
Kepala SMA Negeri 2 Singaraja
Dr. I Made Bawa Setiawan, S.Pd., M.Pd.
NIP. 197811302003121000



Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSE

18. Lampiran RPL

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
KONSELING COGNITIVE BEHAVIOR DINAMIKA KELOMPOK
SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN 2022/2023**

	Bidang Layanan		Kelompok
	Topik		Mereduksi Perilaku Merokok Siswa
	Tujuan		
	a. Tujuan Umum		Siswa mampu mengurangi perilaku merokok
	b. Tujuan Khusus		1) Siswa mampu mengidentifikasi penyebab dirinya berperilaku merokok 2) Siswa mampu mengidentifikasi dampak berperilaku merokok

		3) Siswa mampu mengambil solusi untuk mengurangi perilaku merokok.
Fungsi		Pengentasan
Sasaran		Siswa kelas XI IPS1
Waktu		1 x 45 menit
Pendekatan/ Teknik Konseling		Konseling singkat berfokus solusi/ <i>Teknik Latihan Asertif</i>
Media/Alat		Instrumen Perilaku Merokok
Sumber Bacaan		-
Uraian Kegiatan		
a. Tahap Awal		
<ol style="list-style-type: none"> 1) Guru BK membina hubungan baik dengan mengucapkan salam dan terima kasih kepada siswa atas kehadirannya, menanyakan kabar, berdoa dan dilanjut perkenalan. 2) Menumbuhkan saling percaya, saling menerima, saling menghargai antara anggota kelompok dilakukan dengan menggunakan <i>ice breaking</i>. 3) Memberi kesempatan kepada anggota kelompok untuk menetapkan tujuan yang ingin dicapai. Guru BK menyampaikan tujuan dari pelaksanaan layanan konseling kelompok. 4) Menyepakati norma kelompok. Guru BK bersama siswa menetapkan asas-asas dalam konseling kelompok yaitu asas kerahasiaan, keterbukaan, kesukarelaan, kenormatifan, kekinian, dan kemandirian. 5) Menjelaskan peran dan tanggung jawab masing-masing anggota kelompok. Guru BK menjelaskan bahwa konselor menjadi pemimpin kelompok dan siswa menjadi anggota kelompok. Tanggung jawab kelompok yaitu membantu menyelesaikan permasalahan yang dialami oleh salah satu anggota kelompok. 		

	<p>6) Mengajak anggota kelompok untuk terlibat aktif dalam kegiatan layanan. Guru BK mengajak siswa untuk membicarakan bersama-sama permasalahan yang dialami.</p>
	<p>b. Tahap Peralihan</p>
	<p>1) Guru BK atau konselor memfasilitasi kelompok untuk bersedia mengambil resiko psikologis di dalam kegiatan kelompok. Guru BK menjelaskan bahwa masing-masing anggota kelompok akan menyampaikan masalahnya yang mungkin dianggap sebagai aib dan akan diketahui oleh anggota kelompok yang lain, tetapi permasalahan tersebut jangan sampai tersebar ke luar kelompok.</p> <p>2) Guru BK mengamati pola perilaku dan suasana emosi anggota kelompok. Guru BK mengamati dan menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk dialihkan ke tahap kerja.</p> <p>3) Guru BK berupaya untuk mengatasi kecemasan, resistensi, defensif, konflik, konfrontasi, transferen, keraguan (jika ada) dengan cara menstruktur ulang, mengarahkan, mengontrol hubungan antar pribadi. Guru BK melakukan penegasan ulang tentang aturan-aturan yang perlu dipatuhi dalam kelompok (asas-asas dalam konseling kelompok).</p> <p>4) Guru BK mengarahkan perhatian peserta/anggota kelompok ke dalam suasana kegiatan kelompok. Guru BK/konselor menegaskan bahwa anggota kelompok sudah siap dan akan memasuki tahap kerja.</p>
	<p>c. Tahap Kerja</p> <p>1) Guru BK mengarahkan anggota kelompok untuk mengungkapkan permasalahannya masing-masing.</p> <p>2) Guru BK menetapkan permasalahan siapa yang akan dibahas berdasar tingkat masalah yang paling tinggi.</p> <p>3) Guru BK memanfaatkan dinamika kelompok dengan menggunakan konseling cognitive behavior teknik <i>Latihan asertif</i> untuk menemukan solusi dari masing-masing anggota kelompok tentang permasalahan yang dibahas.</p>

	<p>4) Anggota kelompok memusatkan perhatian pada pencapaian tujuan masing-masing, melakukan kegiatan teurapuetik, dan mengembangkan ide-ide baru.</p> <p>5) Anggota kelompok yang masalahnya dibahas menentukan solusi yang akan dilakukan berdasarkan gagasan anggota kelompok yang lain atau gagasannya sendiri.</p> <p>6) Guru BK sebagai pengamat dan fasilitator melibatkan diri dalam proses dan isi kegiatan kelompok</p>
d.	Tahap Pengakhiran (Terminasi)
	<p>1) Guru BK mengajak anggota kelompok untuk melakukan refleksi pengalaman terhadap kegiatan yang telah dilakukan</p> <p>2) Guru BK bersama anggota kelompok membahas kemanfaatan dan kemajuan yang telah dicapai oleh masing-masing anggota kelompok</p> <p>3) Guru BK bersama anggota kelompok merencanakan tindak lanjut kegiatan kelompok</p> <p>4) Guru BK bersama anggota kelompok mengakhiri kegiatan dengan berdoa dan salam.</p>

Mengetahui,

Guru Pembimbing Lapangan

Singaraja, 07 Februari 2023

Mahasiswa

Ni Luh Sukertiningsih, S.Pd.

NIP. 196410031987032011

Komang Candrapatni

NIM.1911011022

19. Lampiran Riwayat Hidup

RIWAYAT HIDUP

Komang Candrapatni lahir di Sukasada pada tanggal 09 Mei 2001. Penulis lahir dari pasangan suami istri Bapak Ketut Darmayasa dan Ibu Luh Sarini. Penulis berkebangsaan Indonesia dan beragama Hindu. Kini penulis beralamat di Desa Sangket Kecamatan Sukasada Kabupaten Buleleng, Provinsi Bali.

Adapun riwayat Pendidikan penulis yaitu penulis menyelesaikan Pendidikan Taman Kanak – kanak (TK) di TK Kumara Bhuna Sukasada pada tahun 2007. Kemudian melanjutkan pendidikan dasar di SD Negeri 3 Sukasada dan lulus pada tahun 2013, kemudian melanjutkan di SMP Negeri 1 Sukasada dan lulus pada tahun 2016. Setelah itu penulis melanjutkan pendidikan di SMA Negeri 1 Sukasada dan lulus tahun 2019. Setelah lulus SMA penulis melanjutkan pendidikan tinggi di Universitas Pendidikan Ganesha dengan mengambil program studi S1 Bimbingan Konseling. Pada tahun 2023 penulis telah berhasil menyelesaikan tugas akhir atau skripsi yang berjudul “Efektivitas Konseling Cognitive Behavior Teknik Latihan Asertif Untuk Mereduksi Perilaku Merokok Pada Siswa SMA”.