KONTROL DIRI SISWA YANG BERPERILAKU MEROKOK DI SMP N 03 TALAMAU KABUPATEN PASAMAN BARAT

SKRIPSI

untuk memenuhi sebagian persyaratan
memperoleh gelar Sarjana Pendidikan

Oleh:

SILVIA FARMELA
NIM:18006051

DEPARTEMEN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2022

PERSETUJUAN SKRIPSI

KONTROL DIRI SISWA YANG BERPERILAKU
MEROKOK DI SMP N 03 TALAMAU
KABUPATEN PASAMAN BARAT

Nama	: Silvia Farmela
NIM/BP	: 18006051/2018
Jurusan/Prodi	: Bimbingan dan Konseling
Fakultas	: Ilmu Pendidikan

Padang, 12 September 2022

Disetujui Oleh

Ketua Departemen/Prodi	Pembimbing Akademik
Prof. Dr. Firman, M.S., Kons.	**Dra. Zikra, M.Pd., Kons.**
NIP. 19610225 198602 1 001	**NIP. 19591130 198503 2 003**

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji
Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan,
Universitas Negeri Padang

Judul	:	Kontrol Diri Siswa yang Berperilaku Merokok di SMP N 03 Talamau Kabupaten Pasaman Barat
Nama	:	Silvia Farmela
NIM	:	18006051
Jurusan/Prodi	:	Bimbingan dan Konseling
Fakultas	:	Ilmu Pendidikan

Padang, 12 September 2022

Tim Penguji,

		Nama	Tanda tangan
1. Ketua	:	Dra. Zikra, M.Pd., Kons.	1. .....
2. Anggota 1	:	Drs. Afrizal Sano, M.Pd., Kons.	2. .....
3. Anggota 2	:	Dr. Yarmis Syukur, M.Pd., Kons.	3. .....

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama	: Silvia Farmela
NIM/BP	: 18006051/2018
Jurusan Prodi	: Bimbingan dan Konseling
Fakultas	: Ilmu Pendidikan
Judul	: Kontrol Diri Siswa yang Berperilaku Merokok di SMP N 03 Talamau Kabupaten Pasaman Barat

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang saya buat ini merupakan hasil karya sendiri dan benar keasliannya. Apabila ternyata dikemudian hari penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan, maka saya bersedia bertanggung jawab, sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku.

Demikikan, Pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak ada paksaan.

Padang, 12 September 2022

S[illegible]kan

METERAI TEMPEL

C0120AJX908438804

Silvia Farmela

NIM. 18006051

ABSTRAK

Silvia Farmela. 2022. Kontrol Diri Siswa yang Berperilaku Merokok Di SMP N 03 Talamau Kabupaten Pasaman Barat. Skripsi. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Padang.

Fenomena perilaku merokok yang sering dijumpai pada remaja yang masih duduk di bangku sekolah menengah pertama (SMP). Meski tidak ada dampak langsung pada kegiatan belajar mengajar, perilaku merokok ini perlu diberikan perhatian khusus karena siswa di tingkat SMP berpotensi kecanduan mengosumsi rokok yang berdampak pada kesehatan fisik dan kesehatan mental siswa sehingga akan berdampak juga KES-T siswa. Penyebab-penyebab perilaku merokok ini muncul pada siswa ialah ketidakmampuan siswa untuk mengendalikan dirinya dari hal-hal yang mempengaruhi perilaku merokok tersebut. Kontrol diri yang dimilki siswa perlu diperhatikan dan diberikan bantuan dalam menigkatkannya. Siswa yang masih berada pada jenjang pendidikan menengah pertama ialah individu dengan tugas perkembangan memperkuat kontrol diri yang dimilikinya artinya kontrol diri yang dimiliki siswa saat masih remaja belum stabil dan perlu upaya-upaya untuk memperkuat dan meningkatkannya, baik dari dirinya sendiri maupun bantuan dari guru BK untuk mewujudkan perkembangan kontrol diri yang optimal. Kontrol diri yang kuat dan stabil pada siswa sangat diperluakan agar siswa dapat mengendalikan diri untuk berperilaku positif dan mengendalikan diri dari perilaku yang merugikan.

Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif. Penentuan sampel dalam penelitian ini dengan *purposive sampling* dan ditetapkan sebanyak 45 sampel yang memenuhi kriteria. Instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian ini ialah angket. Data dianalisis menggunakan rumus persentase.

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *pertama,* kontrol diri siswa yang berperilaku merokok di SMP N 03 Talamau Kabupaten Pasaman Barat secara keseluruhan berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 46,67%. *Kedua,* kontrol diri siswa dilihat dari aspek kontrol perilaku berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 42,22%. *Ketiga,* kontrol diri siswa dilihat dari aspek kontrol kognitif berada pada kategori sedang dengan presentase sebesar 42,22%. *Keempat,* kontrol diri siswa dilihat dari aspek kontrol keputusan berada pada kategori tingi dengan persentase 37,78%.

Kata Kunci: Kontrol Diri, Kontrol Perilaku, Kontrol Kognitif, Kontrol keputusan, perilaku merokok.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ ٱللَّهِ ٱلرَّحْمَٰنِ ٱلرَّحِيمِ

Puji syukur haturkan kepada Allah SWT berkat rahmat, taufik dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyusun dan menyelesaikan skripsi yang berjudul "Kontrol Diri Siswa yang Berperilaku Merokok Di SMP N 03 Talamau Pasaman Barat".

Dalam penyelesaian skripsi ini, peneliti mendapatkan bantuan, bimbingan dan pengarahan dari berbagai pihak, untuk itu peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Dra. Zikra, M.Pd., Kons., selaku dosen pembimbing yang telah sabar dan tulus dalam memberikan masukan, saran, arahan dan semangat bagi peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga ibu diberi nikmat kesehatan serta kebahagiaan lahir dan batin.
2. Bapak Drs Afrizal Sano, M.Pd., Kons. dan Ibu Dr. Yarmis Syukur, M.Pd., Kons., selaku penguji sekaligus penimbang instrumen (*judge)* yang memberikan motivasi, masukan dan saran untuk perbaikan penyelesaian skripsi ini.
3. Ibu Nilma Zola, M.Pd., Selaku dosen penimbang instrumen peneliti yang telah memberikan masukan dan saran perbaikan instrumen peneliti.
4. Bapak Prof. Dr. Firman, M. S., Kons., selaku ketua jurusan Bimbingan dan Konseling.
5. Bapak Afdal, M.Pd., Kon., selaku sekretaris jurusan Bimbingan dan Konseling.

6. Bapak dan Ibu dosen jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah membantu serta memberikan kemudahan kepada peneliti dalam rangka kelancaran penyelesaian skripsi.
7. Teristimewa kedua orang tua peneliti yakni Ayahanda Taslim dan Ibunda Farida Hanum serta kakak saya Eno Fardian tercinta dan tersayang yang tiada pernah hentinya selama ini memberikan semangat, doa, dorongan, nasehat dan kasih sayang serta pengorbanan yang tak tergantikan oleh apapun, sehingga peneliti kuat menjalani setiap rintangan yang ada, juga anggota keluarga tercinta lainnya yang selalu memberikan curahan kasih sayang yang tulus, motivasi, do'a yang tiada henti, serta dukungan moril maupun materil demi kesuksesan dan kelancaran peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Ibu kepala sekolah, wakakur (wakil kepala sekolah bidang kurikulum), guru, staf tata usaha dan siswa SMP N 03 Talamau Kabupaten Pasaman Barat yang telah memberikan kesempatan dan bantuan kepada peneliti untuk melakukan penelitian dan penyusunan skripsi.
9. Rekan-rekan mahasiswa BK FIP UNP angkatan 2018 yang telah memberikan motivasi dan bantuan secara langsung maupun tidak langsung demi terlesaikannya skripsi ini.

Semoga segala bantuan yang diberikan kepada peneliti dibalas pahala oleh Allah SWT. Peneliti telah berupaya dengan maksimal untuk menyelesaikan skripsi ini, namun peneliti masih menyadari adanya kekurangan. Untuk itu kepada pembaca, peneliti mengharapkan saran dan kritikan yang sifatnya membangun demi perbaikan dimasa yang akan datang. Akhirnya penulis serahkan diri kepada

Allah SWT dan berdoa semoga kita selalu mendapatkan rahmat dan kasih sayang-Nya.

DAFTAR ISI

Halaman

ABSTRAK ..... **i**

KATA PENGANTAR ..... **ii**

DAFTAR ISI ..... **v**

DAFTAR TABEL ..... **viii**

DAFTAR GAMBAR ..... **ix**

BAB I PENDAHULUAN **1**

A. Latar Belakang 1
B. Identifikasi Masalah 9
C. Batasan Masalah 9
D. Rumusan Masalah 9
E. Asumsi Penelitian 10
F. Tujuan Penelitian 10
G. Manfaat Penelitian 10

BAB II LANDASAN TEORI **12**

A. Kajian Teori 12
1. Kontrol Diri 12
a. Pengertian Kontrol Diri 12
b. Perkembangan Kontrol Diri 13
c. Aspek-aspek Kontrol Diri 15
d. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri 17
2. Perilaku Merokok 17
a. Pengertian Perilaku Merokok 17
b. Aspek-aspek Perilaku Merokok 19
c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Merokok 21
d. Dampak Perilaku Merokok 23
B. Penelitian yang Relevan 24
C. Kerangka Konseptual 27

BAB III METODOLOGI PENELITIAN 28

A. Jenis Penelitian 28

B. Populasi dan Sampel 28

C. Definisi Operasional 32

D. Jenis Data dan Sumber Data 33

E. Instrumen Penelitian dan Pengembangannya 34

F. Pengumpulan Data 37

G. Teknik Analisis Data 38

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN BAHASAN 40

A. Deskripsi Hasil Penelitian 40

1. Kontrol Diri Siswa yang Berperilaku Merokok dilihat dari Aspek Perilaku 40
2. Kontrol Diri Siswa yang Berperilaku Merokok dilihat dari Aspek Kognitif 43
3. Kontrol Diri Siswa yang Berperilaku Merokok dilihat dari Apek Keputusan 46
4. Kontrol Diri Siswa yang Berperilaku Merokok Secara Keseluruhan 50

B. Pembahasan Hasil Penelitian 52

1. Kontrol Diri Siswa yang Berperilaku Merokok dilihat dari Aspek Kontrol Perilaku 56
2. Kontrol Diri Siswa yang Berperilaku Merokok dilihat dari Aspek Kognitif 56
3. Kontrol Diri Siswa yang Berperilaku Merokok dilihat dari Aspek Keputusan 57

C. Implikasi Dalam Layanan Bimbingan dan Konseling 58

BAB V PENUTUPAN 62

A. Kesimpulan 62

B. Saran 62

KEPUSTAKAAN **65**

LAMPIRAN **69**

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jumlah Siswa SMP N 03 Talamau Kabupaten Pasaman Barat 29

Tabel 2. Hasil Angket Pendahuluan.....30

Tabel 3. Jumlah Sampel Penelitian 32

Tabel 4. Skor Alternatif Jawaban Penelitian Kontrol Diri Siswa 35

Tabel 5. Kisi-kisi Instrumen Kontrol Diri 37

Tabel 6. Kontrol Diri Siswa Dilihat Dari Aspek Kontrol Perilaku 40

Tabel 7. Mengatur Pelaksanaan.....41

Tabel 8.Kemampuan Memodifikasi Stimulus.....42

Tabel 9. Kontrol Diri Siswa Dilihat Dari Aspek Kontrol Kognitif.....43

Tabel 10. Kemampuan Memperoleh Informasi.....45

Tabel 11. Kemampuan Melakukan Penilaian.....46

Tabel 12. Kontrol Diri Siswa Dilihat Dari Aspek Kontrol Keputusan 47

Tabel 13. Kontrol Diri Siswa dalam Menentukan Penilaian 48

Tabel 14. Kemampuan Diri Individu Untuk Memilih Tindakan.....49

Tabel 15. Kontrol Diri Siswa Yang Berperilaku Merokok Di SMP N 03 Talamau Kabupaten Pasaman Barat Secara Keseluruhan 51

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 1.1 Kerangka Konseptual Kontrol Diri Siswa yang Berperilaku Merokok 27

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kata rokok dan merokok pada zaman sekarang ini terdengar tidak asing lagi baik di negara Indonesia maupun di negara lain dan juga bagi penduduk kota hingga penduduk desa. Bahkan untuk sebagian orang sudah menjadikan rokok sebagai kebutuhan sehari-hari yang mutlak harus dipenuhi. Kegiatan merokok ini sering dijumpai pada seseorang yang telah selesai makan, saat minum kopi, saat bekerja, dan saat mengobrol dengan orang lain kegiatan ini sering diselingi dengan merokok.

Perilaku merokok ini banyak dijumpai pada negara-negara berkembang. Indonesia menjadi salah satu negara yang masuk dalam sepuluh besar menerapkan kebiasaan merokok setelah Cina dan India namun berada di atas negara Rusia dan Amerika (Sugiarto dkk, 2021). Indonesia menepati posisi keempat perokok di dunia pada tahun 2004 (Marchini, 2015). Tak berhenti di situ pada tahun 2020 Indonesia menempati posisi ketiga perokok di dunia setelah Cina dan India (Lokas, 2021).

Meski kegiatan merokok sering dijumpai diberbagai tempat dan tampak seperti sebuah kegiatan yang lazim dilakukan masyarakat ternyata dengan segala kandungan zat di dalam rokok memberikan dampak buruk bagi kesehatan fisik dan kesehatan mental. Dampak buruk bagi kesehatan fisik tidak hanya mengancam si perokok saja namun orang-orang yang terkena asap rokok juga mendapat dampak buruk dari rokok ini. Bagi siperokok aktif maupun pasif dari setiap zat yang terkandung dalam rokok akan mengancam kesehatan. Beragam

zat yang terkandung di dalam rokok dua diantaranya yaitu zat nikotin dan tar, masing-masing memberikan efek yang berbeda. Zat nikotin akan memunculkan akibat seperti kejang dan penekanan pada sistem saraf sedangkan zat tar memunculkan karang gigi dan bau mulut bagi penikmatnya (Zulkifli dalam Sodik, 2018:27).

Rokok juga memberi dampak buruk pada kesehatan mental, pasalnya rokok akan menimbulkan kecanduan bagi penikmatnya, kecanduan ini akan mengiring perokok untuk selalu mengomsumsi rokok dan sulit untuk dihentikan. Kecanduan dari rokok ini sebagai celah seseorang untuk terjerumus pada Narkotika yang tentu dampak dan risikonya lebih tinggi. Untuk memenuhi kecanduan yang tidak bisa ditahan seseorang akan melakukan apa saja demi terpenuhi candunya tersebut seperti tindak kriminal (Hammado, 2014).

Sayangnya perilaku merokok ini dijumpai pada pelajar sekolah menengah pertama di mana para siswa masih berusia sangat muda dan sedang mencari jati dirinya. Hal ini juga dinyatakan oleh Marchini (2015) bahwa tindakan merokok ini sering dijumpai pada remaja/pelajar.

Jika kebiasaan menerapkan perilaku merokok ini sudah muncul pada saat individu menjadi siswa sekolah menengah pertama artinya bahaya rokok menjadi lebih besar, hal ini dikarenakan terdapat *Nicotiana tubacum* yang dapat menyebabkan ketagihan. Ketagihan ini diistilahkan dengan *Tabaco dependency* yang memiliki arti perilaku penggunaan tembakau yang menetap. Penggunaan terus menerus inilah yang akan berisiko tinggi mengalami kanker dan

penyumbatan pembuluh darah yang mengakibatkan kematian (Styani & Sodik, 2018).

Perilaku merokok pada siswa yang secara bertahap, terus menurus dan dalam kurun waktu yang lama menyebabkan individu semakin sulit untuk menekan dan mengendalikan keinginan untuk merokok. Sehingga individu semakin sulit mengontrol dirinya untuk tidak merokok khususnya pada situasi-situasi yang menekan, seperti marah, kesal, gugup, mengganggu dan lain-lain (Fadly, 2015).

Siswa yang menjadi harapan negara untuk menjadi generasi penerus perjuangan bangsa, dengan perilaku merokok yang menjadi kebiasaan sebagian besar siswa yang tampa disadari telah menabung berbagai bencana sosial bagi bangsa terutama kesehatan siswa yang akan menimbulkan KES-T (Kehidupan Efektif Sehari-hari Terganggu).

Siswa yang duduk di bangku sekolah menengah pertama ini merupakan usia remaja dimana siswa mencari tau siapa dirinya sebenarnya dan mencari tahu bagaimana menentukan masa depannya ini merupakan proses pencarian jati diri siswa, proses ini seringkali membandingkan dirinya dengan orang lain. Siswa yang cenderung mengikuti perilaku teman-temannya atau berusaha sama dengan kebanyakan temannya dan kurang mampu mengontrol dirinya, akan memiliki intensitas merokok tinggi (Hutapea & Kustanti, 2017). Pada usia remaja ini siswa lebih berpotensi menjadi pecandu rokok (Fauzan, Firman & Daharnis, 2018).

Perilaku merokok ini muncul pada siswa disebabkan oleh dua faktor yaitu faktor eksternal dan internal. Faktor eksternal ini berupa pengaruh dari luar diri individu seperti pengaruh keluarga, dan lingkungan sekitar siswa. Sedangkan faktor internal ialah pengaruh yang berasal dari dalam diri siswa seperti kepribadian siswa itu sendiri. Salah satu karakter kepribadian yang menjadi pengaruh siswa berperilaku merokok ialah kontrol diri yang lemah (Fadly, 2015).

Siswa/remaja ataupun dewasa mempunyai suatu mekanisme dalam dirinya untuk memberikan penolakan dalam melakukan hal-hal yang dapat merugikan dirinya sendiri. Mekanisme yang dimaksud yaitu kontrol diri (Ramdani, 2016). Siswa dengan kontrol diri yang tinggi akan memiliki kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya secara baik dan positif, dan siswa yang memiliki kontrol diri yang tinggi akan mengendalikan perilakunya pada kegiatan yang berguna dan positif di lingkungan sekitarnya (Sarwono, 2011).

Pada setiap siswa memiliki kontrol diri, di mana kontrol ini merupakan kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk mengekspresikan diri dalam melakukan sosialisasi, kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan menarik perhatian, menyenangkan orang lain, selalu konform dengan orang lain dan menutupi perasaannya (Ghufron dan Risnawati 2012:22).

Kontrol diri pada setiap siswa itu berbeda-beda, terdapat siswa yang memiliki kontrol diri yang tinggi dan siswa yang memiliki kontrol diri yang rendah (Widiana, 2004). Siswa yang memiliki kontrol diri yang tinggi ini akan

tampak pada perilaku yang muncul pada siswa, perilaku yang dimunculkan tersebut ialah perilaku yang positif, seperti mengatur jadwal belajar dengan baik. Penelitian yang dilakukan Ifdil dan Intani (2018) menunjukkan bahwa siswa yang memiliki kontrol diri yang tinggi menunjukkan sikap belajar yang baik yang berdampak pada prestasi belajar yang tinggi pula. Sedangkan siswa yang memiliki kontrol diri yang rendah akan memunculkan tindakan yang tidak terkontrol yang membawa siswa pada perilaku yang negatif seperti perilaku merokok, hal ini disebabkan karena siswa yang tidak dapat mengarahkan perilakunya ke arah yang lebih baik (Runtukahu, Sinolungan & Opod, 2015).

Penelitian yang dilakukan oleh Runtukuhu, Sinolungan & Opod (2015) pada siswa kelas x di SMK 1 Belitung dengan hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif antara kontrol diri dengan perilaku merokok siswa. Artinya siswa yang memiliki kontrol diri yang rendah maka perilaku merokok pada siswa tinggi, begitu juga sebaliknya siswa yang memiliki kontrol diri yang tinggi maka perilaku merokok pada siswa rendah. Penelitian ini juga mengungkapkan bahwa kontrol diri merupakan faktor internal yang memberikan dorongan besar untuk remaja memiliki perilaku merokok. Hal ini juga diungkapkan dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Setiawan dkk (2020) yang menunjukkan bahwa kontrol diri dan perilaku merokok pada siswa memilki hubungan yang negatif yang artinya siswa yang memilki kontrol diri yang rendah tidak bisa mengendalikan dirinya dari perilaku merokok, begitu juga sebaliknya siswa yang memiliki kontrol diri yang tinggi dapat mengendalikan dirinya dari perilaku merokok.

Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian dari Fadly (2015) di Pesantren Al Amien Prenduan Putra mengenai pengaruh kontrol diri terhadap perilaku merokok menunjukkan bahwa tingkat kontrol pada setiap remaja itu berbeda-beda, siswa yang memiliki kontrol diri sedang sebesar 63,4% dan siswa yang memiliki kontrol diri rendah sebesar 19,5%. Artinya sebagian siswa yang memiliki kontrol diri sedang hingga rendah yang mudah melakukan tindakan merokok di lingkungan pondok tersebut.

Berdasarkan dari hasil wawancara yang penulis lakukan pada tanggal 20 Agustus 2021 dengan 4 orang siswa diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. 4 siswa yang peneliti wawacarai merupakan perokok.
2. Di sekolah tersebut siswa laki-laki lebih banyak merokok dari pada yang tidak merokok.

Kemudian pada tanggal 12 Mei 2021 peneliti melakukan wawancara tidak terstuktur dengan guru BK dan salah satu siswa di SMP N 03 Talamau Kabupaten Pasaman Barat. Dari hasil tersebut diperoleh:

1. Sebagian besar siswa laki-laki di sekolah tersebut merupakan perokok.
2. Siswa biasanya menghisap rokok di kantin sekolah dan pekarangan belakang sekolah.
3. Siswa tidak bisa mengendalikan diri untuk menolak ajakan teman sebaya untuk merokok.
4. Ketika mengalami kesulitan di sekolah maupun di luar sekolah siswa biasanya melampiaskannya dengan menghisap rokok.
5. Siswa menghisap rokok apabila merasa marah, kecewa dan sedih.

Berdasarkan hasil wawancara tersebut fenomena perilaku merokok di SMP N 03 Talamau kabupaten Pasaman Barat banyak dialami oleh siswa laki-laki, mereka melakukan perilaku tersebut di kantin sekolah dan juga di pekarangan belakang sekolah.

Salah satu yang menyebabkan munculnya perilaku merokok ini karena ajakan dari teman. Hal ini berkaitan dengan salah satu aspek kontrol diri yaitu kontrol perilaku pada indikator kemampuan memodifikasi stimulus. Kemampuan memodifikasi stimulus adalah kemampuan yang dapat digunakan individu untuk mengetahui bagaimana dan kapan stimulus ini dapat diterima dan harus ditolak (Ghufron & Risnawita, 2012: 30). Dan juga penyebab munculnya perilaku merokok siswa SMP N 03 Talamau kabupaten Pasaman Barat ini ketika mereka mengalami kesulitan di sekolah, ketika merasa marah, kecewa dan sedih. Hal berkaitan dengan kontrol diri yaitu pada aspek keputusan pada indikator kemampuan untuk memilih tindakan. Kemampuan memilih tindakan adalah kemampuan seseorang dalam mengambil tindakan yang tepat ketika dihadapkan dalam situasi dan kondisi tertentu (Ghufron dan Risnawati, 2012: 31).

Penyebab-penyebab yang dialami siswa sehingga munculnya perilaku merokok pada siswa tersebut, adanya kesenjangan harapan dan realita pada kontrol diri yang dimiliki siswa. Seperti saat siswa menerima ajakan teman untuk berperilaku merokok, pada saat menghadapi stimulus ini diharapkan siswa dapat menolaknya ajakan tersebut dan juga pada saat siswa merasa kesulitan dalam belajar, ketika merasa marah, kecewa dan sedih siswa diharapkan dapat mengambil tindakan yang tepat untuk mengatasi kondisi-kondisi tersebut namun

pada realitanya siswa tidak dapat mengendalikan dirinya kepada perilaku baik dan siswa tidak dapat mengendalikan dirinya dari beperilaku merokok.

Mengingat pentingnya kontrol diri bagi siswa maka perlu bantuan untuk meningkatkan kontrol diri ini. Untuk membantu siswa meningkatkan kontrol diri serta membantu siswa memiliki kontrol diri yang baik, maka diperlukan bimbingan dan konseling. Bimbingan dan konseling adalah salah satu bentuk bantuan berupa jasa, manfaat atau kegunaan tertentu dalam mencari jalan keluar dari suatu masalah dan mencegah terjadinya masalah pada klien (Prayitno & Amti, 2004:24).

Peran BK membantu meningkatkan kontrol diri pada siswa agar siswa dapat mengendalikan dan mengarahkan perilakunya ke arah yang positif, baik dan terhindar dari perilaku merokok yaitu dengan melakukan pendekatan kepada siswa agar siswa merasa nyaman dan akan terbuka kepada konselor untuk mengungkapkan masalah yang dihadapinya dan dapat dicari jalan keluarnya (Miftakhul, 2017). Salah satunya layanan yang dapat diberikan guru Bk terhadap siswa untuk meningkatkan kontrol diri siswa diantaranya yaitu layanan informasi (Rambe dkk, 2017).

Berdasarkan paparan di atas, perlu penelitian yang mengkaji bagaimana kontrol diri siswa yang berperilaku merokok di SMP N 03 Talamau kabupaten Pasaman Barat, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian "Kontrol Diri Pada Siswa Yang Berperilaku Merokok Di SMP N 03 Talamau Kabupaten Pasaman Barat".

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka identifikasi dalam penelitian ini yaitu:

1. Adanya sebagian siswa laki-laki berperilaku merokok.
2. Adanya siswa merokok di kantin dan di pekarangan belakang sekolah.
3. Adanya siswa kesulitan menolak ajakan teman untuk merokok.
4. Adanya siswa akan merokok ketika merasa sedih, marah dan kecewa.
5. Adanya siswa merokok ketika mengalami kesulitan di sekolah dan di luar sekolah.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka penelitian ini dibatasi pada aspek-aspek kontrol diri siswa yang berperilaku merokok, meliputi:

1. Kontrol diri siswa yang berperilaku merokok dilihat dari aspek kontrol perilaku (*behavior control*).
2. Kontrol diri siswa yang berperilaku merokok dilihat dari aspek kognitif (*cognitive control*).
3. kontrol diri siswa yang berperilaku merokok dilihat dari aspek keputusan (*decesional control*).

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah "bagaimana kontrol diri siswa yang berperilaku merokok di SMP N 03 Talamau Kabupaten Pasaman Barat?"

E. Asumsi Penelitian

Asumsi dari penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Siswa berada pada masa remaja masih dalam proses pengembangan kontrol diri.
2. Kontrol diri merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi siswa berperilaku merokok.
3. kontrol diri seseorang itu berbeda-beda.

F. Tujuan Penelitian

Berdasarkan masalah yang telah dirumuskan, maka tujuan dari penelitian ini adalah

1. Mendeskripsikan kontrol diri siswa yang berperilaku merokok dilihat dari aspek kontrol perilaku(*behavior control*).
2. Mendeskripsikan kontrol diri siswa yang berperilaku merokok dilihat dari aspek kontrol kognitif(*cognitive control*).
3. Mendeskripsikan kontrol diri siswa yang berperilaku merokok dilihat dari aspek kontrol keputusan(*decesional control*).

G. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi berbagai pihak. Manfaat penelitian ini dalam manfaat teoritis dan manfaat praktis.

1. Manfaat Teoritis

   Penelitian ini diharapkan menjadi referensi dan memberikan sumbangan pemikiran untuk pengembangan penelitian sejenis dalam rangka

mengembangkan ilmu pengetahuan dan kemajuan dunia pendidikan khususnya bimbingan dan konseling di SMP.

2. Manfaat Praktis

a. Kepala Sekolah

Sebagai pengembangan ilmu pengetahuan baru dalam bidang penelitian dan untuk mendapatkan gambaran secara nyata tentang kontrol diri siswa SMP dan perilaku merokok pada siswa laki-laki.

b. Bagi Guru BK

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan dalam membuat perencanaan layanan bimbingan dan konseling dalam rangka meningkatkan kontrol diri siswa serta pencegahan dan mengatasi perilaku merokok pada siswa SMP yang lebih baik dari sebelumnya.

c. Bagi Peneliti

Sebagai pengembangan ilmu pengetahuan baru dalam bidang penelitian dan untuk mendapatkan gambaran secara nyata tentang kontrol diri pada siswa yang berperilaku merokok.