

## **LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SOSIODRMA TERHADAP PERILAKU MEROKOK SISWA MADRASAH ALIYAH KELAS X**

**Muhammad Royani<sup>1</sup>, Siti Fatimah<sup>2</sup>, Reza Pahlevi<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Muhammadroyani2000@gmail.com, <sup>2</sup>sitifatimah432@ikipsiliwangi.ac.id,  
<sup>3</sup>rezapahlevi@ikipsiliwangi.ac.id

Program Studi Bimbingan dan Konseling  
Fakultas Ilmu Pendidikan  
IKIP Siliwangi

### **Abstract**

*This study aims to examine the implementation of group guidance services using sociodrama techniques on the smoking behavior of students of Madrasah Aliyah class X at the integrated MA Alhuda Cililin, to find out how students respond in service activities, as well as to observe what difficulties students feel during service activities, and observe obstacles faced by BK teachers in the process of service delivery. This study uses descriptive qualitative methods with data collection techniques using observation, interviews and documentation studies, and processed using triangulation. The data in this study is the result of interviews with the BK teacher and three samples of students from class X. This service consists of the initial stage, the core stage and the final stage. Service activities are carried out as many as one meeting which is carried out in the classroom. Implementation of service activities runs effectively, where students show the development of a good understanding of the dangers of smoking behavior. The student's response was quite good, seen from the activeness of students when attending and watching the sociodrama that was displayed. The difficulties felt by students in the process of implementing the service existed in a fairly short time and most students did not want to be a group of sociodrama players. The obstacles faced by BK teachers are time, infrastructure and some students who are still shy and awkward so they must be given direction.*

**Keywords:** *Group Guidance, Sociodrama Techniques, Smoking Behavior.* **Keywords:**

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk menelaah implementasi layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama terhadap perilaku merokok siswa Madrasah Aliyah kelas X di MA terpadu Alhuda Cililin, untuk mengetahui bagaimana respon siswa dalam kegiatan layanan, serta untuk mengamati kesulitan apa yang dirasakan siswa pada saat kegiatan layanan, dan mengamati kendala yang dihadapi guru BK dalam proses pemberian layanan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara dan studi dokumentasi, serta di olah menggunakan triangulasi. Data dalam penelitian ini merupakan sebuah hasil dari wawancara dengan Guru BK serta tiga sampel siswa dari kelas X. Layanan ini terdiri dari tahap awal, tahap inti dan tahap akhir. Kegiatan layanan dilakukan sebanyak satu kali pertemuan yang dilakukan didalam ruangan kelas. Implementasi kegiatan layanan berjalan dengan efektif, yang dimana siswa menunjukkan perkembangan pemahaman yang baik terhadap bahaya perilaku merokok. Respon siswa cukup baik, dilihat dari keaktifan siswa pada saat mengikuti dan menyaksikan sosiodrama yang ditampilkan. Kesulitan

yang dirasakan siswa dalam proses pelaksanaan layanan ada pada waktu yang cukup singkat dan kebanyakan siswa yang tidak ingin menjadi kelompok pemain sosiodrama. Kendala yang dihadapi Guru BK terdapat pada waktu, sarana prasarana dan beberapa siswa yang masih malu-malu dan canggung sehingga harus diberikan pengarahan.

**Kata Kunci:** *Bimbingan Kelompok, Teknik Sociodrama, Perilaku Merokok.*

---

## PENDAHULUAN

Sekolah sejatinya adalah untuk membentuk perilaku yang baik pada manusia dalam kehidupan sosial bermasyarakat. Dalam rentang kehidupan sekolah berlangsung pada masa anak-anak, remaja, dewasa awal, bahkan dewasa akhir. Masa remaja yang ada diantara masa anak-anak dan dewasa Menurut World Health Organization (WHO) Tahun 2014 “dalam istilah asing yaitu *adolescence* yang berarti tumbuh kearah kematangan. Remaja adalah seseorang yang memiliki rentang usia 10-19 tahun. Masa dimana tanda-tanda seksual sekunder seseorang sudah berkembang dan mencapai kematangan seksual”. Remaja juga mengalami kematangan secara fisik, psikologis, maupun Sosial.

Hurlock mengemukakan (Emria Fitri, Nilma Zola, Ifdil, 2018) bahwa “Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa dan merupakan salah satu tahap perkembangan dalam rentang kehidupan manusia”. Perubahan banyak terjadi pada individu yang memasuki masa remaja. Perubahan tersebut meliputi semua aspek perkembangan seperti perubahan fisik, emosional, sosial, moral, dan juga kepribadian.

Perubahan pada remaja yang meliputi salahsatu aspek perkembangan yang membuat rasa keingin tahuan pada remaja cenderung tinggi menyebabkan remaja mencoba atau melakukan perilaku-perilaku tidak wajar dan menyimpang. Menurut Azwar (2016) “Perilaku adalah bentuk respon atau reaksi terhadap stimulus atau rangsangan dari luar organisme (orang) namun dalam memberikan respon sangat tergantung pada karakteristik ataupun faktor-faktor lain dari orang yang bersangkutan”. Sedangkan menurut Kholid (2015) “Perilaku merupakan tindakan atau aktivitas dari manusia itu sendiri yang mempunyai bentangan yang sangat luas antara lain berjalan, berbicara, menangis, tertawa, bekerja, kuliah, menulis, membaca, merokok dan sebagainya”. Dari beberapa penjelasan di atas dapat dipahami bahwa yang dimaksud perilaku manusia Merupakan semua kegiatan atau aktivitas manusia, baik yang di lihat langsung, maupun yang tidak dapat di lihat langsung oleh orang lain.

Salah satunya perilaku yang dapat dilihat langsung bahkan dapat merugikan kepada remaja atau orang yang melakukannya yaitu perilaku merokok. Menurut Eriksen, Mackay, dan Ross (2012) “Perilaku merokok secara umum merupakan aktivitas membakar daun tembakau kering dan menghisap asap pembakarannya”. Perilaku merokok pada umumnya merupakan memasukkan bahan yang berasal dari daun tembakau yang di campur dengan zat tertentu khususnya nikotin tar untuk memperoleh rasa nikmat kepada penikmatnya. Leventhal dan Clearly (1980) mengatakan perilaku merokok adalah suatu kegiatan atau aktivitas membakar rokok dan kemudian menghisapnya dan menghembuskannya keluar sehingga dapat menimbulkan asap yang dapat terhisap oleh orang-orang disekitarnya.

Perilaku merokok di Indonesia bukan lagi hal tabu, berdasarkan data dari Depkes RI (2015) data-data statistik di Indonesia menempati urutan ke-3 dalam hal jumlah perokok, yang mana prevalensi tertinggi pada usia 15-19 tahun dan lebih memprihatinkan lagi, para perokok pada usia anak-anak (5-9 tahun) jumlahnya meningkat tajam. Data tersebut diperkuat dengan data dari Ketua badan khusus pengendalian tembakau Ikatan Ahli Kesehatan Masyarakat (IAKMI) yang di beritakan detik.com (2020) Bahwa dr Widyastuti Soerojo, MSC, mengatakan dalam satu dekade terakhir jumlah peroko pemula di Indonesia meningkat hingga 24,0%, dari 9,6 % tahun 2007 menjadi 23,1% tahun 2018. Jadi dalam 11 tahun itu peningkatan 240% pada usia SD, SMP 10-14 tahun. Usia yang lebih tua 15-19 naiknya 14,0% .

Perilaku merokok seakan sudah menjadi tren dikalangan remaja, diberitakan oleh Beritasatu.com (2018) sekitar 15 % pelajar sekolah menengah atas di kota Bogor adalah perokok aktif. Rata-rata remaja berumur belasan tahun ini tertarik merokok dari iklan dan lingkungan sekitarnya. Berdasarkan penelitian pemerintah kota pada 2016, dari 11,000 pelajar ternyata ada 15 persen siswa tersebut adalah perokok aktif bahkan angka tersebut terus bertambah setiap tahunnya.

Selanjutnya diberitakan oleh Detiknews (2017) siswa merokok di kelas di salah satu SMK di DKI Jakarta lalu mengunggah foto mereka ke media sosial. Hal tersebut menyita banyak perhatian, bahkan wakil gubernur saat itu menyatakan bahwa perbuatan siswa tersebut karena terpengaruh oleh lingkungan. Ia menghimbau kepada masyarakat untuk ikut mengawasi remaja yang melakukan perbuatan negatif seperti perilaku merokok dan sebagainya.

Agar remaja terhindar dari perilaku negatif atau perilaku merokok diperlukan pemahaman tentang bahaya dari perilaku merokok yang diberikan sejak saat ini, mengingat remaja sebagai generasi bangsa seharusnya perlu menunjukkan prestasi yang membanggakan. Dengan adanya pemahaman bahaya merokok diharapkan remaja mampu menikmati hidup sehat, bertanggung jawab serta berkembang secara optimal dan terhindar dari bahaya merokok sehingga remaja dapat menajalani kehidupan kedepannya dengan lebih baik lagi. Jika remaja tidak diberikan pemahaman bahaya merokok maka akan berdampak pada kehidupannya tidak hanya sekarang tetapi juga di masa yang akan datang. Sebab rokok menurut Benowitz et al (Fitria, 2013) rokok dapat mengakibatkan kecanduan dan membahayakan kesehatan tubuh serta menimbulkan berbagai macam penyakit yang dapat menyerangnya secara langsung maupun beberapa tahun kedepan bahkan mengakibatkan kematian. Disamping itu, nikotin menekan pengaruh pengobatan dan meningkatkan sintesis prostaglandin, aliran darah mukosa lambung, sekresi mukus, dan sekresi *epidermal growth factor* (EGF).

Teknik yang digunakan dalam Bimbingan kelompok ini adalah dengan menggunakan teknik sosiodrama yang nantinya akan dipadukan dengan layanan bimbingan kelompok. Teknik sosiodrama menurut Winkel (2012) “merupakan salah satu teknik dalam bimbingan kelompok yaitu teknik bermain peran dengan cara mendramatisasikan bentuk tingkah laku dalam hubungan sosial”. Teknik sosiodrama ini nantinya digunakan dalam layanan bimbingan kelompok dalam upaya pencegahan perilaku merokok pada siswa melalui bermain peran atau mendramatisasikan kegiatan sosial dimasyarakat. Teknik sosiodrama memiliki kelebihan menurut Ratna (2013) yaitu mengembangkan keterampilan interpersonal individu, melatih individu mengekspresikan diri, memperkaya pengalaman menghadapi problematika sosial, Lebih mudah dalam memahami masalah-masalah sosial karena individu mengalami sendiri, melalui proses belajar. Sehingga teknik sosiodrama ini dipercaya efektif digunakan untuk menambah pemahaman siswa terhadap perilaku merokok.

## **METODE**

Agar dalam menyusun penelitian ini berhasil dengan baik, maka diperlukan suatu metode penelitian yang sesuai dengan permasalahan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Amiruddin dan Asikin (2016) berpendapat bahwa “Pendekatan kualitatif merupakan pendekatan yang

menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis dari orang dan perilaku yang diamati kemudian dituangkan dalam variabel atau hipotesis“. Di Lanjut oleh Sugiyono (2015) dengan pendekatan kualitatif akan lebih mendorong pencapaian data yang bersifat lebih mendalam terutama keterlibatan peneliti di lapangan, Penelitian kualitatif adalah jenis penelitian yang temuan-temuannya tidak diperoleh melalui prosedur statistik atau bentuk-bentuk hitungan lainnya dan bertujuan mengungkap secara holistik-kontekstual melalui pengumpulan data sampai kepada yang lebih jelas, seperti: mencari informasi yang lebih mendalam dari hal kecil sampai hal yang besar, yang menyangkut tentang penelitian atau yang berkaitan dengan penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah 1 Orang Guru BK, 1 Orang Kepala sekolah, 1 Orang Wali Kelas dan Sample dari populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas X MA terpadu Alhuda Cililin Tahun ajaran 2020/2021. Penentuan ukuran sampel yang diambil menggunakan rumus *Slovin* sebanyak 3 peserta didik. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *proposional Random Sampling*.

Dalam mengumpulkan data penelitian deskriptif kualitatif ini di perlukan adanya Instrumen penelitian, Menurut Arikunto (2019) menyatakan instrumen penelitian merupakan alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaan yang dikerjakan lebih mudah dan hasilnya lebih baik, lebih cermat, lebih lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah untuk di olah. Adapun instrumen penelitian dalam penelitian ini menggunakan triangulasi yaitu observasi, wawancara dan studi dokumentasi.

## **RESULTS AND DISCUSSION/HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

Implementasi Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sociodrama Terhadap Prilaku Merokok Siswa Madrasah Aliyah Kelas X Di MA Terpadu Al-Huda Cililin.

Berdasarkan informasi dari guru BK hampir seluruh siswa laki-laki kelas XI dan XII MA Terpadu Al-Huda Cililin berperilaku merokok dan di khawatirkan dapat menyebabkan siswa kelas X memiliki perilaku merokok.

Berdasarkan penjelasan dari guru BK bahwa Layanan bimbingan kelompok dengan teknik sociodrama terhadap perilaku merokok siswa Kelas X di Madrasah Aliyah Terpadu Alhuda cililin telah dilakukan oleh guru Bimbingan dan Konseling. layanan bimbingan kelompok dengan teknik sociodrama dilakukan dalam satu kali pertemuan dengan target

waktu 1x45 menit di kelas X MA terpadu Alhuda dan di laksanakan sesuai rencana pemberian layanan (RPL) yang telah di buat oleh guru BK dengan 3 tahap pelaksanaan layanan yaitu tahap awal, tahap inti, dan tahap ahir.

Berdasarkan wawancara dengan guru BK tersebut MA Terpadu Al-Huda Cililin Bandung telah mempraktekan Bimbingan kelompok terhadap siswa kelas X sebagai upaya untuk mengurangi tingkat Prilaku merokok siswa kela X di sekolah tersebut. Upaya ini menarik peneliti untuk mengkaji lebih dalam dengan judul penelitian yang dilakukan di MA Terpadu Al-Huda Cililin sebagai berikut, “Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sociodrama terhadap Perilaku Merokok Kelas X Di Madrasah Aliyah Terpadu Al-Huda Cililin”.

Respon Siswa dalam Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sociodrama Terhadap Perilaku Merokok Siswa Madrasah Aliyah Terpadu Alhuda Cililin kelas X.

Berdasarkan wawancara dengan guru BK mengenai respon siswa pada tahap awal, tahap inti dan tahap akhir layanan, beliau menyatakan bahwa;

“ pada saat tahap awal layanan bimbingan kelompok, ketika saya memasuki kelas X ada beberapa siswa yang terkejut dengan kedatangan saya kedalam kelasnya, dikarnakan masih ada siswa dan siswi yang menganggap saya guru yang tidak ramah dan terlalu keras jadi dengan masuknya saya kedalam kelas beberapa siswa dan siswi mungkin beranggapan bahwa saya akan mengomel di dalam kelasnya. Akan tetapi setelah saya mengawali layanan dengan berdoa lalu membangun hubungan baik dengan mengadakan *ice breaking* dan beberapa permainan singkat untuk mencairkan ketegangan siswa dan siswi.” kemudian “Respon siswa dan siswi kelas X pada tahap inti layanan bimbingan kelompok sociodrama yang saya berikan cukup baik, siswa dan siswi menerima, aktif, menjadi pendengar yang baik dan bisa bekerja sama dengan saya terkait layanan tersebut..” “pada tahap akhir layanan saya mengajak siswa dan siswi menyimpulkan hasil dari layanan yang telah dilakukan sehingga siswa dan siswi berantusias dan senang karena kegiatan telah selesai”

Kendala Yang Dihadapi Guru Bimbingan Konseling Dalam Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sociodrama Terhadap Perilaku Merokok Siswa di Madrasah Aliyah Terpadu Alhuda Cililin Kelas X.

Dari wawancara dengan Guru BK dalam tahap awal, tahap inti dan tahap akhir, beliau menyatakan bahwa:

“pada tahap awal layanan yang menjadi hambatan bagi saya adalah pada saat respon beberapa siswa yang menunjukkan sikap terkejut dengan kedatangan saya sehingga saya harus menjalin hubungan baik dengan menciptakan beberapa permainan dan *ice breaking* yang cukup memakan waktu. Hambatan yang terjadi pada tahap inti layanan yaitu pada saat proses pembagian kelompok dikarnakan kebanyakan siswa memilih menjadi kelompok penonton ketimbang kelompok

pemain, hambatan lainya juga yaitu siswa dan siswi kelompok pemain agak kesulitan melakukan sosiodrama karena waktu latihan membaca naskah yang cukup singkat. kemudian hambatan terakhir yang saya rasakan pada tahap inti ini yaitu Sosiodrama yang juga terbatas oleh waktu dan sarana prasarana.”

### **Pembahasan**

Berdasarkan hasil penelitian yang di lakukan peneliti di sekolah MA Terpadu Alhuda Cililin, Bimbingan kelompok dengan tekniksosiodrama yang di berikan kepada siswa dan siswi kelas X berpengaruh dalam upaya guru Bimbingan Konseling menambah pemahaman dan pencegahan siswa dan siswi terhadap perilaku merokok.

Dalam implementasi Layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama terhadap perilaku merokok ini, berdasarkan diskusi yang dilakukan Guru BK dengan kepala sekolah dan walikelas mengenai pencegahan dan pemahaman perilaku merokok siswa kelas X perlu dilakukan, hal ini dikarnakan guru BK kepala sekolah dan wali kelas melihat perilaku merokok pada siswa kelas XI dan XII di MA terpadu Alhuda, kelas XI dan XII tersebut sudah hampir seluruhnya memiliki perilaku merokok dan sering terlihat oleh guru BK dan guru-guru lainnya, tempat siswa kelas XI dan XII merokok diantaranya di kentin sekolah, di belakang sekolah dan bahkan di toilet sekolah. dalam diskusi guru BK dan walikelas, guru BK menyatakan kekhawatiran terhadap perilaku merokok siswa kelas XI dan XII yang bisa menyebabkan siswa kelas X memiliki perilaku merokok dikarnakan lingkungan siswa di MA Terpadu Alhuda yang tidak dibatasi antara siswa kelas X, XI, dan XII.

Dalam mengatasi masalah guru BK berdiskusi dengan wali kelas dan kepala sekolah, pada perihal perilaku merokok siswa kelas X di MA terpadu Alhuda Untuk memberikan pemahaman dan pencegahan perilaku merokok kepada siswa kelas X, guru BK melakukan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik sosiodrama. menurut Prayitno (2012) Bimbingan kelompok merupakan suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok kemudian teknik yang digunakan dalam layanan bimbingan kelompok ini menggunakan teknik sosiodrama, menurut Winkel (2012)“ merupakan salah satu teknik dalam bimbingan kelompok yaitu teknik bermain peran dengan cara mendramatisasikan bentuk tinggkah laku dalam hubungan sosial”.

Dengan layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama Guru BK berupaya memberikan pemahaman mengenai dampak yang sanagt berbahaya dari perilaku

merokok dengan cara mendramatisasikan kegiatan sehari-hari di sosial masyarakat secara dinamika kelompok. sesuai dengan pendapat prayitno (2012) proses bimbingan kelompok memanfaatkan interaksi dan komunikasi antara anggota kelompok yang bekerja sama dan memenuhi kebutuhan yang dihayati bersama melalui penerukaran dalam diskusi, atau untuk merencanakan suatu aksi yang akan dilaksanakan bersama.

Dari pemaparan hasil penelitian di atas dipahami bahwa dalam implementasi layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama yang di lakukan guru bimbingan konseling terhadap perilaku merokok siswa di MA terpadu Alhuda dalam upaya pencegahan dan pemahaman dampak berbahaya dari perilaku merokok kepada siswa dan siswi kelas X dengan cara mendramatisasikan kegiatan sosial dimasyarakat. Jika di analisis maka dapat dikatakan bahwa guru BK sudah baik dan sesuan Rencana Pemberian Layanan dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama ini sehingga didapat hasil sebagaimana yang diharapkan.

Selanjutnya pada tahap inti layanan bimbingan kelompok yaitu pada saat pelaksanaan sosiodrama siswa dan siswi cukup baik, yang dimana siswa dan siswi menerima, mendengarkan, aktif, berantusias dan dapat bekerja sama dalam layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama yang di lakukan oleh Guru BK sehingga di dapat hasil sebagai mana yang di harapkan.

Siswa dan siswi menjelaskan bahwa layanan bimbingan kelompok yang dilakukan oleh guru BK sangat menyenangkan dan menambah pemahaman mereka terhadap dampak berbahaya dari perilaku merokok, dikanakan dalam layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama, bukan saja pementasan sosiodrama yang di tampilkan akan tetapi ada *ice breaking* yang di lakukakn oleh guru BK dalam menghangatkan suasana dan dilakukanya diskusi mengenai sosiodrama bertema perilaku merokok yang telah di lakukan.

Berdasarkan dari respon yang didapatkan melalui observasi dan wawancara dapat dipahami bahwa layanan bimbingan kelompok yang dilakukan guru BK, peneliti melihat adanya pemahaman yang meningkat terhadap perilaku merokok, dapat dilihat jelas dari sikap siswa siswi sebelum pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dan setelah layanan bimbingan kelompok. Respon siswi dan siswi saat mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama cukup baik dan aktif. Keaktifan siswa dan siswi secara fisik dalam mengikuti bimbingan kelompok seperti peserta didik memberikan



perhatian /fokus, mendengarkan aktif, terlibat dalam sosiodrama saat bimbingan kelompok berlangsung dan bisa diajak berdiskusi pada saat layanan bimbingan kelompok telah selesai dilakukan.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat di simpulkan bahwa dalam implementasi layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama terhadap perilaku merokok siswa Madrasah Aliyah kelas X di MA terpadu Alhuda Cililin, berjalan cukup baik. Layanan dilakukan setelah guru BK mendiskusikan masalah perilaku merokok siswa dengan kepala sekolah dan wali kelas kelas X dalam memberikan pemahaman dan pencegahan perilaku merokok kepada siswa kelas X. Implementasi proses pelaksanaan layanan memiliki tiga tahapan. tahap awal, tahap inti dan tahap akhir. dari implemenatsi proses di dapatkan hasil yang cukup baik di lihat dari evaluasi peroses yang dilakukan guru BK dengan curah pendapat siswa setelah layanan selesai dilakukan.

## REFERENSI

- Azwar, Saifuddin. 2016. sikap dan perilaku. Pustaka Pelajar. Yogyakarta
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Depkes R,I. 2015. Daftar Puskesmas Kabupaten Sukoharjo. Departemen Kesehatan R.I
- Eriksen, M. Mackay, J., & Ross, H. 2012. *The Tobacco Atlas, Fourth Edition*. Atlanta: the American Cancer Society.
- Fitria, Dkk. 2013. *Merokok dan Oksidasi DNA*. Sains Merdeka. Vol 5, no 02.
- Kholid, A. 2015. Promosi kesehatan dengan pendekatan teori perilaku, media dan aplikasi. Jakarta: Rajawali Pers.
- Leventhal, H & Cleary, P D. (1980). *The Smoking Problem: A Review of the Research and Theory in Behavioral Risk Modification*. *Psychological Bulletin*. 80 (2), 370-405.
- Prayitno. 2012. Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling. Padang: Program PPK Jurusan BK UNP.
- Ratna, Lilis. 2013. *Teknik-Teknik Konseling*. Yogyakarta: Deepublish.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*, Bandung: Pustaka Setia.
- WHO. 2014. *Health for the World's Adolescents: A Second Chance in the Second Decade*. Geneva, World Health Organization Departemen of Noncommunicable disease surveillance. (2014).
- Winkel, WS. 2012. *Bimbingan dan Konseling Di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.