**PENGARUH KONSELING KELOMPOK TERHADAP PERILAKU MEROKOK PADA SISWA KELAS XI SMKN 1 BATU LAYAR**

**LOMBOK BARAT TAHUN AJARAN**

**2020/2021**



**JURNAL**

**OLEH**

**NABILA NORALITA**

**NIM 16121045**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING**

**FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN DAN PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS PENDIDIKAN MANDALIKA**

**2021**

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK TERHADAP PERILAKU MEROKOK PADA SISWA KELAS XI SMKN 1 BATU LAYAR**

**LOMBOK BARAT TAHUN AJARAN 2020/2021**

Nuraeni dan Nabila Noralita

Program Studi Bimbingan dan Konseling, FIPP Universitas Pendidikan Mandalika

Email: [nabilanoralita684@gmail.com](mailto:nabilanoralita684@gmail.com)

**Abstract:**

Smoking behavior is something that a person does in the form of burning and smoking tobacco and causing smoke that can be sucked by people around him. To minimize the level of smoking addiction in students by providing group counseling. Providing group counseling with the aim of providing assistance to individuals (counsellors) conducted in a group atmosphere, is preventive and healing, and aims to provide convenience in various aspects of the development and growth of smoking. The purpose of this study is to find out the influence of group counseling on smoking behavior in grade XI students of SMKN 1 Batu Layar, West Lombok school year 2020/2021. The samples used in this study were 10 people. Instruments used in collecting data are questionnaire data as the main method, while interview, observation and documentation data as complementary methods. In this case the questionnaire was developed based on indicators of smoking behavior. Analyze the data using the t-test test. The results of this study showed that group counseling had an effect on decreasing smoking addiction rates.

**Keywords : Group Counseling, Smoking Behavior**

**Abstrak:**

Perilaku merokok adalah suatu yang dilakukan seseorang berupa membakar dan dan menghisap tembakau serta menimbulkan asap yang dapat terhisap oleh orang di sekitarnya. Untuk meminimalisir tingkat kecanduan merokok pada siswa dengan cara memberikan konseling kelompok. Pemberian konseling kelompok dengan tujuan memberikan bantuan kepada individu (konseli) yang dilakukan dalam suasana kelompok, bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta bertujuan untuk memberikan kemudahan dalam berbagai aspek perkembangan dan pertumbuhannya merokok. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok terhadap perilaku merokok pada siswa kelas XI SMKN 1 Batu Layar, Lombok Barat tahun ajaran 2020/2021. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 10 orang. Instrumen yang digunakan dalam mengumpulkan data adalah data angket sebagai metode pokok, sedangkan data wawancara, observasi dan dokumentasi sebagai metode pelengkap. Dalam hal ini angket dikembangkan berdasarkan indikator-indikator perilaku merokok. Analisis data menggunakan uji *t-tes*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa konseling kelompok berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecanduan merokok.

**Kata Kunci : Konseling Kelompok, Perilaku Merokok**

**PENDAHULUAN**

Menurut Harold Alberty (Makmun, 2004: 130) menyatakan masa remaja didefinisikan secara umum sebagai suatu masa dalam perkembangan yang dijalani seorang individu yang terbentang sejak berakhirnya masa kanak-kanaknya sampai datangnya awal masa dewasanya. Masa remaja merupakan segmen perkembangan yang sangat penting pada masa transisi tersebut kemungkinan dapat menimbulkan masa krisis, yang ditandai dengan kecenderungan muncul perilak-perilaku menyimpangan. Fase remaja merupakan fase yang sangat penting. Dimana masa remaja ini merupakan masa para remaja yang sudah rentan dengan perkembangan terkait dengan perilaku akibat pergaulan teman maupun kehendak dari diri sendiri terutama dalam perilaku merokok.

Merokok merupakan hal yang jamak dilakukan oleh beberapa orang, pada awalnya merokok dilakukan oleh orang dewasa, tetapi pada zaman sekarang remaja bahkan anak kecil pun merokok. Menurut Setipoe (2000: 20) merokok adalah membakar tembakau yang kemudian dihisap asapnya baik menggunakan rokok maupun menggunakan pipa. Sedangkan menurut Levy (dalam Kemala 2007) mendefinisikan perilaku merokok sebagai suatu yang dilakukan seseorang berupa membakar dan dan menghisap tembakau serta menimbulkan asap yang dapat terhisap oleh orang di sekitarnya.

Berdasarkan hasil observasi pra penelitian di SMKN 1 Batu Layar pada tanggal 18 Desember 2020, peneliti melakukan wawancara dengan Guru Bimbingan konseling yang mengatakan bahwa sekitar 60% siswa yang merokok dilakukan pada saat bukan jam pelajaran sedangkan 20% yang tercatat atau ketahuan merokok yang dilakukan dilingkungan sekolah. Guru bimbingan konseling sudah berupaya menjelaskan bahwa perilaku merokok merupakan perilaku yang melanggar tata tertib dilingkungan sekolah. Selain itu, guru bimbingan konseling juga memberikan nasehat kepada siswa tersebut. Jika hal tersebut tidak diikuti oleh siswa, maka guru bimbingan konseling memberikan diskors selama satu minggu. Tujuan dilakukan hal tersebut untuk membuat para siswa sadar akan tindakan yang dilakukan bahwasannya merokok sebelum cukup usia lebih membahayakan kesehatan.

Dampak dari perilaku merokok pada remaja ini sendiri cukup besar. Dampak yang sering terjadi adalah kenakalan remaja. Biasanya remaja yang telah mengalami perilaku merokok ini terbawa pada kenakalan remaja, seperti mencuri, mabuk-mabukan, mengkonsumsi narkoba, perkelahian, dan yang yang paling jelas terjadi adalah semangat untuk bersekolah menjadi menurun. Selain itu dampak negative dari perilaku merokok sesungguhnya sudah mulai terasa pada waktu orang baru mulai menghisap rokok. Kebiasaan merokok telah terbukti berhubungan dengan sedikitnya 25 jenis penyakit dari tubuh manusia, seperti kanker paru, bronchitis kronik, emfisema, dan berbagai penyakit paru lainnya. Selain itu adalah kanker mulut, tenggorok, pancreas, dan kandung kencing, penyakit pembuluh darah ulkus peptikum dan lain-lain (Aditama 2011:19).

Kebiasaan merokok yang mebuat siswa menjadi kecanduan dan sangat sering sekali melakukan perilaku merokok diluar pengawasan orang tua maupun guru saat berada di sekolah maupun dilingkungan rumah. Hal tersebut yang akan membahayakan bagi remaja yang sangat rentan dengan sikap dan perilaku ingin mencoba. Selain membahayakan kesehatan, perilaku merokok ini juga membuat pola fikir siswa menjadi terganggu, mulai dari aktivitas belajar, bergaul dan tingkat kemampuan yang semakin menurun,. Pengaruh dari lingkungan rumah juga sangat berpengaruh yakni berubahnya pola sikap siswa yang masih belum remaja menjadi remaja pada saat belum waktunya, sehingga membuat siswa banyak sekali yang berperilaku tidak baik bahkan sampai putus sekolah.

Adapun munculnya permasalahan tersebut karena, kurangnya pengawasan dari orang tua atau interaksi secara penuh antara orang tua dan anak serta kurang tegasnya pengajaran guru terhadap pelanggaran yang dilakukan oleh siswanya. Hal tersebut dipengaruhi oleh lingkungan sekitar dan individu, dimana lingkungan yang memiliki banyak perokok. Adapun sikap yang mempengaruhi kebiasaan tersebut yaitu : 1) sikap psikologis dari diri sensdiri, 2) sikap permisif dari orang tua terhadap anak yaitu perilaku orang tua yang merupakan arah dimana anak abl meniruh kebiasaan yang dilakukannya. Seperti halnya jika di dalam satu keluarga tidak ada yang merokok tentunya yang lain juga tidak akan ikut merokok, 3) pengaruh teman sebaya yakni siswa sudah mulai bergaul serta memisahkan diri dari pengawasan orang tua dengan cara mencari kepuasaan dengan cara bergaul dengan teman sebaya ataupun dengan orang yang lebih dewasa.

Hal ini merupakan suatu kebiasaan yang dianggap dapat menganggu pola pemikiran dan perilaku siswa serta menganggu kesehatan terutama penyakit kangker, serangan jantung serta mengakibatkan kematian. Oleh karena itu kebiasaan merokok harus segera dihentikan. Adapun salah satu cara untuk meminimalisir kebiasan merokok yang terjadi pada siswa yaitu dengan cara melakukan bimbingan konseling kelompok dengan pendekatan behavior yang dimana pendekatan ini bertujuan untuk mengubah tingkah laku siswa yang memiliki tingkat merokok tertinggi disekolah. Konseling kelompok merupakan upaya pemberian bantuan kepada individu (konseli) yang dilakukan dalam suasana kelompok, bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta bertujuan untuk memberikan kemudahan dalam berbagai aspek perkembangan dan pertumbuhannya (Rasimin, 2017: 7)

Konseling kelompok merupakan suatu layanan yang digunakan untuk membantu siswa menyelesaikan masalah yang mereka alami dalam suasana kelompok dan masalah yang diselesaikan adalah masalah yang bersifat khusus. Kelompok adalah sarana atau media penghubung bagi individu-individu yang tergabung didalamnya, yang memungkinkan partisipasi aktif bagi para anggota untuk dapat berbagi pengalaman, pengembangan wawasan, sikap dan keterampilan, pencegahan munculnya masalah atau pengembangan pribadi anggota (Rasimin, 2017: 4)

Adapun tahapan-tahapankonseling kelompok yaitu: 1) Prakonseling, tahap prakonseling dianggap sebagai tahap persiapan pembentukan kelompok. Adapun hal-hal mendasar yang dibahas pada tahap ini adalah para klien yang telah diseleksi akan dimasukkan dalam keanggotaan yang sama menurut pertimbangan homogenitas. 2) Tahap permulaan, tahap ini ditandai dengan dibentuknya struktur kelompok. Adapun manfaat dari dibentuknya kelompok ini adalah agar anggota kelompok dapat memahami aturan yang ada dalam kelompok. 3) Tahap transisi, tahap ini disebut sebagai tahap peralihan. Hal ini umum yang sering kali muncul pada tahap ini adalah terjadinya suasana ketidak seimbangan dalam diri masing-masing anggota kelompok 4) Tahap kerja, tahap kerja sering disebut sebagai tahap kegiatan. Tahap ini dilakukan setelah permasalahan anggota kelompok diketahui penyebabnya sehingga konselor dapat melaksanakan langkah selanjutnya 5) Tahap akhir, tahap ini adalah tahapan dimana anggota kelompok mulai mencoba perilaku baru yang telah dipelajari dan dapatkan dari kelompok 6) Tahap prakonseling, jika proses konseling telah berakhir, maka konselor menentukan adanya evaluasi sebagai bentuk tindak lanjut dari konseling kelompok.

Perilaku merokok merupakan suatu pelaku yang kompleks dan berlajut secara terus menerus yang dipengaruhi oleh individu tersendiri. Dalam pennelitian ini perilaku merokok yang akan diteliti yaitu terkait dengan tingkat kebiasaan dan kecanduan terhadap merokok.

**METODE PENELITIAN**

Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen. Penelitian ini menggunakan desain *pre-test* and *post-test group.* Di dalam desain ini observasi dilakukan sebanyak 2 kali yaitu sebelum eksperimen dan sesudah eksperimen. Observasi yang dilakukan sebelum eksperimen (01) disebut *pre-test*, dan observasi sesudah eksperimen (02) disebut *post-test*. Perbedaan antara 01 dan 02 yakni 01 – 02 diasumsikan merupakan efek dari treatment atau eksperimen. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi, wawancara, angket, dan dokumentasi. Adapun rumus statistik yang digunakan untuk menjawab dan menguji permasalahan dalam penelitian ini adalah dengan rumus *t-tes.*

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Dalam penelitian ini, data yang diperoleh berupa angket akan dianalisis menggunakan rumus *t-test*, akan tetapi sebelum data-data tersebut dlakukan analisis menggunakan rumus statistik *t-test,* peneliti terlebih dahulu melakukan analisis tabulasi atas jawaban angket yang sudah terkumpul. Analisis *t-test* dilakukan untuk mengetahui Pengaruh Konseling Kelompok Terhadap Perilaku Merokok pada Siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Batulayar Tahun Pelajaran 2020/2021.

Adapun langkah-langkah yang ditempuh dalam pengujian hipotesis adalah sebagai berikut:

1. Merumuskan Hipotesis Nol (Ho)

Untuk keperluan perhitungan analisis statistik maka hipotesis nihil (Ho) yang diajukan berbunyi: Tidak Ada Pengaruh Konseling Kelompok terhadap Perilaku Maerokok Siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Batu Layar Tahun Pelajaran 2020/2021, maka diubah menjadi Hipotesis alternative (Ha) sehingga Berbunyi: Ada Pengaruh Konseling Kelompok terhadap Perilaku Merokok Siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Batu Layar Tahun Pelajaran 2020/2021

1. Menyusun Tabel Kerja

Menyusun table deviasi pre-test dimaksudkan untuk mengetahui deviasi yang diperoleh sebelum dan sesudah pemberian *treatment* konseling *realita.* Adapun tabel pre-test dan post-test lebih jelasnya bias dilihat pada tabel 4.5 di bawah ini.

Tabel 4.5. Deviasi pre-test dan post test tentang Pengaruh Konseling

Kelompok terhadap Perilaku Merokok Siswa Kelas XI SMK

Negeri 1 Batu Layar Tahun Pelajaran 2020/2021

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No | Nama | pree test | post test | Gaind (d) (Free-Post) | Xd (d-Md) | Xd2 |
| 1 | FPA | 45 | 40 | 5 | -2,4 | 5,76 |
| 2 | UY | 35 | 30 | 5 | -2,4 | 5,76 |
| 3 | FR | 59 | 39 | 20 | 12,6 | 158,76 |
| 4 | SM | 55 | 51 | 4 | -3,4 | 11,56 |
| 5 | HO | 56 | 42 | 14 | 6,6 | 43,56 |
| 6 | MT | 54 | 49 | 5 | -2,4 | 5,76 |
| 7 | MA | 60 | 48 | 12 | 4,6 | 21,16 |
| 8 | TJ | 59 | 55 | 4 | -3,4 | 11,56 |
| 9 | AY | 59 | 57 | 2 | -5,4 | 29,16 |
| 10 | JY | 38 | 35 | 3 | -4,4 | 19,36 |
| Jumlah | | 520 | 446 | 74 | 0 | 312,4 |
| N=10 | |  | | Md=7,4 |  |  |

1. Memasukkan Data ke Dalam Rumus

Setelah mengetahui deviasi dari masing-masing data *pre-test* dan *post-test*, maka langkah selanjutnya adalah memasukan data ke dalam rumus. Dari tabel kerja tersebut, maka terlebih dahulu dicari nilai xd masing-masing subyek dengan rumus xd = d-Md

Selanjutnya dapat dicari Md dengan rumus: Md= = = 7,4

Setelah Md diketahui baru dimasukkan kedalam rumus *t - test* sebagai berikut :

T =

=

=

=

=

=

= 3,972

Menguji Nilai *t-test*

Berdasarkan hasil perhitungan *t-test* yang diperoleh melalui analisis, ternyata nilai *t* diperoleh = 3,972 kemudian dikonsultasikan dengan nilai *t* dalam tabel dengan db (N – 1) = 10 – 1 = 9 dengan taraf signifikansi 5% = 2,262. Sedangkan nilai t-hitunghasil penelitian sebesar 3,972.

Dengan demikian nilai *t*hitung hasil penelitian ini lebih besardari nilai *t*tabel yakni 3,927>2,262, maka hipotesis nihil (Ho) ditolak sedangkan hipotesis alternatif (Ha) diterima pada taraf signifikansi 5% sehingga penelitian ini dinyatakan **“*Signifikan*”.** Sehingga. Ha: Ada Pengaruh Konseling Kelompok Terhadap Perilaku Merokok Siswa Kelas XI SMK Negeri 3 Batulayar Tahun Pelajaran 2020/2021. Menggunakan konseling kelompok terhadap Perilaku Merokok siswa kelas XI di SMK Negeri 1 Batulayar Tahun Pelajaran 2020/2021.

Menarik Kesimpulan

Dari hasil uji *t-test* menunjukkan nilai *t* hitung sebesar 1.643 maka berdasarkan taraf signifikansi 5 % dan db = 9. Ternyata besarnya angka batas penolakan hipotesis nol yang dinyatakan dalam tabel distribusi adalah 2,262. Hal ini menunjukkan bahwa nilai *t* hitung lebih besar dari pada nilai *t* tabel (3,972 > 2,262), Karena *t* hitung lebih besar dari pada *t* tabel, maka penelitian ini dikatakan **“Signifikan”**. Hal ini berarti bahwa hipotesis nihil (Ho) **ditolak** dan hipotesis alternatif (Ha) **diterima**, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa: Ada Pengaruh Konseling Kelompok Terhadap Perilaku Merokok Siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Batulayar Tahun Pelajaran 2020/2021.

**PEMBAHASAN**

Layanan konseling kelompok dalam penelitian ini merupakan upaya pemberian bantuan (treatment) yang bertujuan untuk mengurangi perilaku merokok. Pemberian treatment diberikan sebanyak delapan kali pertemuan dengan membahas topik-topik umum yang terkait dengan aspek-aspek perilaku merokok. Menurut Prayitno (2004:3) “layanan konseling kelompok dapat digunakan untuk mengubah dan mengembangkan sikap dan perilaku yang tidak efektif menjadi lebih efektif”

Berdasarkan hasil penelitian yang telah di simpulkan menunjukkan Hipotesis alternatif (**Ha**) di terima sehingga dikatakan “**Signifikan**”. Dan sebaliknya hipotesis nihil (H0) yang di ajukan ”***di tolak.*** Hal ini berarti bahwa “Ada pengaruh konseling kelompok terhadap perilaku merokok dengan menggunakan pendekatan *behavior* dan teknik *flooding* pada siswa kelas XI di SMK Negeri 1 Batulayar. Dalam hal ini konseling kelompok yang menggunakan pendekatan *behavior* dengan teknik *flooding* banyak memberikan dorongan yang menyatakan bahwa tingkah laku tersebut dapat merubah perilaku pada siswa yang sudah sangata kecendrungan atau sudah menjadi kebiasaan yang membuat mereka menjadi marasa senang. Dengan adanya konseling tersebut dapat mengubah pola tingkah laku yang sebelumnya menjadi kebiasaan merokok menjadi ada pengurangan kebiasaan merokok.

Berdasarkan analisis ini dikatakan bahwa teknik konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan *behavior* merupakan pendekatan yang mengubah tingkah laku siswa dari perilaku merokok dalam rangka mengubah tingkah lakunya menjadi lebih baik. Pendekatan behavioristik merupakan pendekatan perubahan tingka laku manusia. Menurut Skinner (dalam Komalasari, Wahyuni dan Karsi, 2011:184-185) *flooding* (pembanjiran) adalah membanjiri konseli dengan kondisi dan situasi atau penyebab kecemasan atau tingkah laku tidak dikehendaki. Dalam hal ini teknik *flooding* memberikan pengaruh positif dalam rangka menangani kebiasaan merokok pada siswa.

Selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Suyog (2013) menjelaskan bahwa konseling kelompok dapat membantu untuk mengurangi bahkan menghentikan kebiasaan merokok. Berdasarkan hasil penelitian setelah diberikan perlakuan berupa konseling kelompok menunjukkan adanya perubahan, dimana siswa melakukan perilaku kebiasaan merokok, dan setelah diberi perlakuan, perilaku kebiasaan merokok siswa menjadi menurun bahkan berkeinginan untuk berhenti, artinya siswa dapat melakukan manajemen diri yang baik pada dirinya masing-masing. Senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Vasiliki (2016), dengan memberikan layanan konseling kelompok kepada beberapa orang, maka mereka yang berperilaku merokok dapat berangsur-angsur berhenti merokok

Hal ini sejalan dengan *Corey* (2013: 195) menyatakan bahwa pendekatan *behavior* tidak mengurangi asumsi fisiologis tertentu tentang manusia secara langsung. Pendekatan tersebut merupakan pendekatan yang paling efektif untuk mengurangi perilaku merokok. Seperti halnya perilaku merokok pun muncul merokok juga karena adanya fisiologis.hal ini sesuai dengan Yusuf & Marjohan (2016) yang menyakatan bahwa perilkau merokok dapat diatasi secara perlahan dengan menggunakan pendekatan *behavior* dengan teknik *flooding* yang dapat memberikan pola tingkah laku pada siswa.

Dengan demikian konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan *behavior* dengan teknik *flooding* memberikan perubahan pada siswa yang sudah kebiasaan dalam merokok menjadi berkurang setelah dilakukan konseling secara sistematis. Dengan tujuan dapat membantu siswa dalam mengatasi kebiasaan merokok dapat teratasi secara perlahan.

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis dengan taraf *signifikan* 5% ternyata nilai “t” hitung lebih besar dari pada “t” tabel atau (3,972>2,262).Maka, hipotesis nihil (Ho) yang berbunyi “Tidak Ada Pengaruh Konseling Kelompok terhadap Perilaku Merokok Pada Siswa Kelas XI di SMK Negeri 1 Batulayar Kabupaten Lombok Barat Tahun pelajaran 2020/2021” dinyatakan “ditolak” sedangkan hipotesis alternatif (Ha) yang berbunyi “Ada Pengaruh Konseling Kelompok terhadap Perilaku merokok dengan menggunakan pendekatan *behavior* dan teknik *flooding* pada Siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Batulayar Kabupaten Lombok Barat Tahun pelajaran 2020/2021” dinyatakan “diterima”. Maka dapat disimpulkan bahwa penelitian ini “***signifikan***”.

**SARAN**

Berdasarkan kesimpulakan diatas maka peneliti sarankan kepada :

Bagi kepala sekolah SMK Negeri 1 Batulayar hendaknya lebih mengawasi dan memaksimalkan kinerja guru khususnya bidang pelaksanaan bimbingan dan konseling dengan serius dalam menangani siswa dengan baik dan benar, sehingga kualitas dalam pemberian layanan bimbingan dan konseling disekolah dapat meningkat jauh lebih baik dari sebelumnya serta mengadakan diskusi dengan guru BK terkait penggunaan konseling kelompok dalam upaya membantu siswa untuk dapat merubah perilaku merokok siswa menjadi lebih baik.

Kepada Guru BK harus lebih meningkatkan penggunaan konseling kelompokini dalam membantu siswa yang melakukan suatu pelanggaran terutama dalam merokok bisa lebih dapat ditangani dengan baik dan cepat.

Kepada seluruh siswa hendaknya lebih sering mengikuti kegiatan-kegiatan konseling agar siswa dapat berpikir terbuka, rasional, dan positif terhadap lingkungannya. Apabila kegiatan konseling sering diikuti, maka kemungkinan siswa akan lebih merubah perilaku dari kebiasan yang berlebihan dari merokok menjadi berkurang.

Kepada peneliti lain, dapat meneliti kembali tentang masalah ini, agar mengadakan penelitian yang lebih mendalam mengenai keefektifitas konseling kelompok dengan teknik yang berbeda.

**DAFTAR PUSTAKA**

Aditama, Tjandra Yoga. 2011. *Rokok dan Kesehatann*. Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia

Corey, G. 2013. *Teori dan Praktik Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: PT. Refika Aditama.

Hariadi Ahmad dan Aluh Hartati. 2016. *Panduan Pelatihan Self Advocacy Siswa SMP untuk Konselor Sekolah*. LPP Mandala. Mataram

Komalasari, Gantina. 2011. *Teori dan Teknik Konseling.*Jakarta: PT. Indeks

Makmun, Samsudin, A. 2004. *Psikologi Kependidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Prayitno. 2004. *Layanan Bimbingan Kelompok Konseling Kelompok Seri layanan Konseling (L6 dan L7*).Padang: Universitas Negeri Padang

Rasimin, Muhammad Hamdi, 2017. *Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Jakarta: Aksara`

Setipoe, Mangku. 2000. *Kekhususan Rokok Indonesia*. Jakarta: Grasindo

Suyog, 2013. *Effectiveness Of Individual And Group Counseling For Cessation Of Tobacco Habit Amongst Industrial Workers In Pimpri, Pune – An Interventional Study. Asian Pacific Journal Of Cancer Prevention, 14*

Vasiliki, 2016. *Combining Individual And Group Counselling Sessions In A Smoking Cessatiion Intervention. Scientific Research PublishingInc*