



Menumbuhkan Kesadaran Siswa Terhadap Bahaya Merokok Melalui Konseling Kelompok Realita

Agus Zaqi Firmansyah*

Sekolah Menengah Kejuruan 10 Malang, Jl. Raya Tlogowaru Malang, Jawa Timur, Indonesia

*Penulis korespondensi, Surel: azaqi87@gmail.com

Paper received: 14-12-2022; revised: 28-12-2022; accepted: 10-1-2023

Abstract

Smoking culture among students today can not be filtered out as the purpose of toxins in cigarette filters. The presumption dashing if cigarette smoking is the main cause of their doing so. But it is obvious that there are school rules forbid it. Many students do smoke because already has a previous perception about cigarettes, either from family, advertising, as well as from her social friends. Mild sanctions for students will not be deterrent for those who smoke at school. guidance and counseling in schools is crucial in stemming the behavior of current students. Such behavior can be handled using group counseling reality, because in principle now focuses on behavior and is a form of behavior modification. With group counseling students will interact directly with members of other groups. The interaction of the group aims to increase understanding and acceptance of the values so as to reduce or even eliminate the attitudes and behavior of the smoking habit.

Keywords: awareness; smoking; reality group counseling

Abstrak

Budaya rokok dikalangan pelajar sampai saat ini tidak dapat difilter sebagaimana tujuan filter menyaring racun dalam rokok. Anggapan gagah jika menghisap rokok adalah menjadi penyebab utama mereka melakukannya. Padahal jelas aturan yang ada disekolah melarangnya. Banyak pelajar melakukan merokok dikarenakan sudah mempunyai persepsi sebelumnya tentang rokok, baik dari keluarga, iklan, maupun dari teman pergaulannya. Sanksi yang ringan bagi pelajar tidak akan menimbulkan efek jera bagi mereka yang merokok di sekolah. bimbingan dan konseling di sekolah sangatlah penting dalam membendung perilaku pelajar saat ini. Perilaku tersebut dapat ditangani menggunakan konseling kelompok realita, karena pada prinsipnya berfokus pada tingkah laku sekarang dan merupakan bentuk modifikasi perilaku. Dengan konseling kelompok siswa akan berinteraksi langsung dengan anggota kelompok lain. Interaksi kelompok tersebut bertujuan untuk meningkatkan pengertian dan penerimaan terhadap nilai sehingga mampu mengurangi bahkan menghilangkan sikap-sikap serta perilaku kebiasaan merokok tersebut.

Kata kunci: kesadaran; merokok; konseling kelompok realita

1. Pendahuluan

Merokok di kalangan pelajar kini sudah menjadi perilaku yang sangat memperhatikan. Tidak hanya masyarakat di Indonesia tetapi dari World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa pada tahun 2008 terdapat satu miliar orang pengguna produk tembakau di seluruh dunia (Aliansi Pengendalian Tembakau Indonesia, 2013). Sedangkan di Vietnam hasil survey Global Adult Tobacco Survey (GATS) tahun 2010 menunjukkan bahwa proporsi orang dewasa laki-laki yang merokok mencapai 47,4% (An, D.T.M, 2013)

Meningkatnya merokok di kalangan pelajar disebabkan akibat dari pengaruh lingkungan sekitarnya dan juga iklan di media massa yang mengisyaratkan tidak akan jadi lelaki tangguh kalau tidak merokok. Hampir sebagian perokok di Indonesia adalah kalangan pelajar, baik di tingkat SMP maupun SLTA (SMA sederajat). Perokok pemula biasanya dimulai dari SMP

dan kebanyakan waktu beranjak SMA. Itu disebabkan karena dukungan sosial di mana mereka berada dan juga faktor kebiasaan, karena jika seseorang sudah biasa dengan suatu aktivitas/perbuatan yang di jalannya sejak lama/sejak kecil maka akan terbawa sampai dia dewasa. Prevalensi perokok di Indonesia terus mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Jumlah perokok pria meningkat 14%, sedangkan perokok wanita meningkat sebanyak 2,8% dari tahun 1995 sampai tahun 2011. Pada tahun 1995 jumlah perokok pria di Indonesia sebanyak 53,4% sedangkan tahun 2011 menjadi 67,4%. Untuk perokok wanita meningkat dari 1,7% pada tahun 1995 menjadi 67,4% pada tahun 2011 (Aliansi Pengendalian Tembakau Indonesia, 2013). Data dari GATS tahun 2011 menyebutkan bahwa Indonesia merupakan negara ketiga dengan jumlah perokok tertinggi di dunia setelah Cina dan India dengan prevalensi perokok sebanyak 36,1% (Aliansi Pengendalian Tembakau Indonesia, 2013).

Pesan di kemasan rokok yang menyatakan bahwa “Rokok dapat menyebabkan kanker, serangan jantung, impotensi, gangguan kehamilan dan janin”, merupakan hanya hiasan belaka. Perokok pada saat akan mengambil rokok dalam kemasan pasti melihat tulisan tersebut bahkan sekarang bahaya merokok tergambar jelas ditutup kemasan rokok. Tapi hal tersebut serasa diabaikan oleh para perokok. Ironisnya sekarang banyak dijumpai anak yang masih menggunakan seragam sekolah dengan santainya merokok di tempat umum, bahkan ada juga pada saat mereka pulang sekolah sambil menunggu angkutan kendaraan, mereka tanpa rasa malu dan sungkan merokok dipinggir jalan, padahal itu masih berada di kawasan sekolah

Berdasarkan data lapangan adanya indikasi siswa yang merokok didalam kelas, itu dibuktikan dengan adanya puntung rokok tercecer didalamnya, kelas yang digunakan adalah kelas yang jauh dari pantauan guru yang masih belum dilengkapi dengan kamera pengawas. Dilihat dari bekas puntung rokok mereka melakukan itu tidak hanya sendirian melainkan bersamaan dengan teman yang lain. Selain di kelas juga adanya informasi dari bapak ibu guru piket yang sering mencium asap rokok di kamar mandi saat jam istirahat berlangsung dan terbukti ditemukan satu bungkus rokok disematkan di ventilasi udara kamar mandi dan ditemukan juga dikamar mandi yang lain.

Upaya sekolah dalam menangani hal tersebut sangat serius. Misalkan saat ada kegiatan pentas seni HUT sekolah, pihak panitia selalu merasia tas siswa saat akan memasuki wilayah sekolah, dan ditemukan hampir satu kantong plastik bersisikan rokok sitaan dari siswa. Di semua sekolah, sudah merupakan suatu peraturan amat penting yang menyatakan bahwa siswa dilarang merokok di lingkungan sekolah. Tetapi kenyataannya merokok di kalangan pelajar semakin marak. Pada setiap awal tahun ajaran baru, pihak sekolah selalu bekerja sama dengan pihak Puskesmas setempat untuk mensosialisasikan mengenai bahaya merokok.

Dari segi kesehatanpun jelas sangat merugikan, tubuh yang masih dalam pertumbuhan sudah dicemari oleh racun-racun dari rokok. Sukendro (2007) menyatakan asap rokok mengandung ribuan bahan kimia beracun dan bahan-bahan yang dapat menimbulkan kanker. Rokok juga dapat menyebabkan iritasi pada mata, hidung, tenggorokan, menstimulasi kambuhnya penyakit asma, kanker paru, gangguan pernapasan, dan batuk yang menghasilkan dahak (Istiqomah, 2003). Bahkan di Amerika, rokok dapat menyebabkan kematian lebih dari 400.000 orang, namun demikian setiap hari lebih dari 3000 anak dan remaja menjadi perokok (Surani, 2011). Lalu dari biaya, harga rokok, tentunya jika sudah kecanduan, bisa menghabiskan uang saku siswa tersebut. Selain itu, jelas-jelas sekolah pun melarang siswa untuk merokok, tentunya bukan sekedar peraturan, tapi punya tujuan jelas, yaitu untuk

kesehatan. Merokok mengganggu kesehatan, kenyataan ini tidak dapat kita pungkiri. Banyak penyakit telah terbukti menjadi akibat buruk merokok, baik secara langsung maupun tidak langsung.

Jumlah perokok usia remaja di Indonesia terus meningkat. Secara keseluruhan, Indonesia menempati peringkat lima di dunia sebagai jumlah perokok terbanyak di bawah China, AS, Jepang, dan Rusia. Merokok merupakan salah satu masalah yang sulit dipecahkan. Apalagi sudah menjadi masalah nasional, dan bahkan internasional. Hal ini menjadi sulit, karena berkaitan dengan banyak faktor yang saling memicu, sehingga seolah-olah sudah menjadi lingkaran setan. Di tinjau dari segi kesehatan, merokok harus dihentikan karena menyebabkan kanker dan penyumbatan pembuluh darah yang mengakibatkan kematian, oleh karena itu merokok harus dihentikan sebagai usaha pencegahan sedini mungkin. Terlebih diketahui bahwa sebagian besar perokok adalah remaja sehingga perlu adanya pencegahan dini yang dimulai dari pihak sekolah.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Karang Taruna Kelurahan Mojosongo, diketahui bahwa sebanyak 60% siswa SD di Mojosongo menyatakan pernah merokok (Septiyaning, 2013). Berdasarkan hasil survey di SD Sabrang Lor Mojosongo diketahui sebanyak 7 siswa SD kelas V dan VI pernah merokok. Meskipun sebagian orang pertama kali merokok hanya untuk coba-coba atau ikut-ikutan teman, namun selanjutnya dapat menjadi kebiasaan yang sulit dihentikan. Hal ini disebabkan karena nikotin yang ada dalam rokok akan menyebabkan efek kecanduan.

Kebiasaan merokok bukan saja merugikan si perokok, tetapi juga bagi orang di sekitarnya. Asap rokok merupakan polutan bagi manusia dan lingkungan sekitarnya. Bukan hanya bagi kesehatan, merokok menimbulkan problem pula di bidang ekonomi. Di negara industri maju, kini terdapat kecenderungan berhenti merokok, sedangkan di negara berkembang, khususnya Indonesia, malah cenderung timbul peningkatan kebiasaan merokok. Kebiasaan (habit) merupakan faktor yang sangat berpengaruh dalam kehidupan manusia. Kesuksesan atau kegagalan suatu usaha sangat ditentukan oleh kebiasaan yang dilakukan sebelumnya. Hal ini dikarenakan kebiasaan merupakan perilaku yang konsisten, sering tidak disadari, dilaksanakan sehari-hari serta menjadi karakter. Disamping dilakukan oleh individu, suatu kebiasaan dapat juga dilakukan oleh masyarakat, sehingga akibat dari perilaku itu akan diterima secara kolektif juga. Pepatah mengatakan bahwa kebiasaan melahirkan watak, dan watak melahirkan nasib, dan nasib menentukan arah tujuan hidup manusia.

Berdasarkan fakta-fakta yang ditemukan dilapangan dan dari berbagai hasil penelitian banyak pelajar yang mempunyai kebiasaan merokok baik di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah. Hal tersebut perlu segera diantisipasi sejak dini sebab selain berbahaya bagi kesehatan juga akan menimbulkan kebiasaan yang kurang baik.

Konseling realitas memandang konseling sebagai proses yang rasional. Dalam proses tersebut, konselor dituntut mampu menciptakan suasana yang hangat, penuh pengertian, dan yang paling penting adalah menumbuhkan pengertian kepada siswa bahwa dia harus bertanggung jawab bagi dirinya sendiri. Konseling realita merupakan pendekatan konseling yang paling tepat untuk diterapkan dalam setting persekolahan. Konsep-konsep konseling realita didasari oleh dua asumsi kunci (Glasser, 1969). Asumsi pertama adalah bahwa perilaku bermasalah terjadi karena perilaku tersebut belum dapat membuat individu memenuhi kebutuhannya. Asumsi kedua adalah bahwa individu akan termotivasi untuk berubah jika

mereka meyakini bahwa mereka dapat memilih perilaku lain yang lebih efektif dan lebih membuatnya memenuhi kebutuhan.

Oleh sebab itu salah satu tugas dari konselor realita adalah membantu siswa untuk menemukan dan melakukan perilaku-perilaku yang efektif untuk memenuhi kebutuhannya, membantu siswa mengidentifikasi kebutuhan-kebutuhan dasarnya, menemukan dunia kualitas siswa dan pada akhirnya membantu siswa memahami terhadap apa yang menjadi pilihannya.

2. Pembahasan

Menurut Sitepoe (2000:20) merokok adalah membakar tembakau yang kemudian dihisap asapnya, baik menggunakan rokok maupun menggunakan pipa. Namun pengertian rokok berdasarkan Trim (2006:2) adalah silinder dari kertas berukuran panjang sekitar 120 milimeter dengan diameter sekitar 10 milimeter yang berisi daun-daun tembakau yang telah dicacah.

Bustan (2007) Menyebutkan unsur-unsur yang penting antara lain: tar, nikotin, benzovrin, metal-kloride, aseton, amonia, dan karbon monoksida. Selain itu sebatang rokok mengandung 4.000 jenis senyawa kimia beracun yang berbahaya untuk tubuh dimana 43 diantaranya bersifat karsinogenik (Aditama, 2013).

Dari beberapa pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa perilaku kebiasaan merokok adalah suatu perilaku kebiasaan yang dilakukan individu untuk membakar daun-daunan dari tembakau yang telah dicacah yang kemudian dihisap dengan menggunakan media apapun baik berupa kertas, silinder, pipa dan alat hisap lainnya yang dilakukan secara berulang-ulang sehingga menjadi suatu kebiasaan.

Berdasarkan pernyataan dari beberapa guru piket yang menemukan siswa yang merokok di kelas, menyatakan bahwa mereka melakukan merokok di sekolah dikarenakan sudah menjadi kebiasaan sehari-hari, rata-rata mereka habis satu sampai dua batang sehari. Itu dilakukan setelah selesai sarapan pagi sambil berangkat sekolah, dan pada waktu siang sepulang sekolah atau pada waktu jam istirahat kedua. Kecenderungan siswa merokok di sekolah mengindikasikan tidak adanya kesadaran dan tanggungjawab sebagai siswa terhadap aturan di sekolah. Mereka berani melakukan disekolah karena adanya dukungan kelompok yang melatar belakanginya. Setiyanti, (2012) menjelaskan kelompok adalah sekumpulan individu yang mempunyai tujuan yang sama yang ingin dicapai. Dan untuk mencapai tujuan tersebut diperlukan kerja sama yang baik, saling berbagi rasa, saling menghargai dan saling memberi semangat antar anggota kelompok. Dalam hal ini tujuan dari kelompok tersebut adalah merokok di sekolah pada waktu istirahat ke dua di kelas yang jauh dari pantauan bapak ibu guru.

Kurikulum pendidikan saat ini lebih menekankan terhadap karakter individu. Dimana aspek sikap menjadi hal penting dalam rangka mempertimbangkan siswa bisa naik kelas atau tidak. Sikap adalah kecenderungan individu untuk memahami, merasakan, bereaksi dan berperilaku terhadap suatu objek yang merupakan hasil dari interaksi komponen kognitif, afektif, dan konatif (Azwar, 2005: 5). Artinya, perilaku seseorang akan sangat dipengaruhi oleh sikap terhadap objek. Sikap tidak suka terhadap seseorang akan muncul/ dicerminkan pada perilaku yang acuh, dingin, atau pura-pura tidak tahu, dst. Sama seperti halnya dengan aturan sekolah. Sikap acuh terhadap aturan sekolah merupakan indikasi siswa untuk melanggar

peraturan sekolah. Maka untuk melakukan perubahan suatu perilaku maka perlu mengubah sikap. Sikap menurut Brigham (dalam Dayakisni dan Hudiah, 2003) dapat dipelajari dan sehingga dapat diubah. Sehingga salah satu jalan untuk melatih atau mengubah adalah melalui konseling.

Bentuk intervensi dalam menangani perilaku tersebut adalah melalui konseling realita dalam format kelompok. Konseling realita menekankan pada perilaku yang sesuai dengan realitas atau kenyataan yang dihadapi individu. (Baraja, 2008). Sesuai dengan pandangan behavioristik yang dilihat pada individu adalah perilaku yang nyata. Penekanan juga pada keadaan sekarang bukan pada masa lampau, dan pada aspek kesadaran dan bukan pada aspek ketidaksadaran. Dalam hal ini bahwa perubahan sikap akan mengikuti perubahan perilaku. Menurut Corey (2006:263) konseling realita difokuskan pada tingkah laku sekarang dan merupakan bentuk modifikasi perilaku. Hal ini berfungsi agar siswa mampu membantu dirinya dalam menghadapi kenyataan dan memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar tanpa merugikan diri sendiri ataupun orang lain serta berani memikul tanggungjawab atas semua tingkah lakunya.

Berdasarkan definisi konseling realita dari beberapa ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok realita adalah suatu proses interpersonal yang dinamis dengan realitas atau kenyataan yang dihadapi individu dengan tujuan agar kelompok semuanya dapat lebih bertanggungjawab terhadap perilakunya.

Konsep utama konseling realita menurut pandangan Glasser (dalam Fauzan dan Flurentin 1994:43) secara ringkas dikemukakan sebagai berikut: (1) Manusia adalah makhluk rasional (Rational Being), (2) Manusia memiliki potensi dan dorongan untuk belajar dan tumbuh (Grow Force), (3) Manusia memiliki kebutuhan dasar (Basic Needs), (4) Manusia memerlukan hubungan dengan orang lain, (5) Manusia mempunyai motivasi dasar untuk mendapat identitas diri yang sukses (Succes Identity), (6) Manusia selalu menilai tingkah lakunya, (7) Dalam memenuhi kebutuhannya, manusia terikat pada 3R (Responsibility, reality, and right).

Menurut Darminto (2003:158) tujuan mendasar dari konseling realita adalah membantu siswa agar memiliki kontrol yang lebih besar terhadap kehidupannya sendiri dan mampu membuat pilihan yang lebih baik. Pilihan yang baik tersebut merupakan suatu pilihan yang bijaksananya dipersepsi sebagai pilihan yang memiliki kriteria sebagai berikut: (1) Dapat membantu memenuhi kebutuhan dasar, (2) Bertanggungjawab, (3) Realistik, (4) Memungkinkan untuk dapat menjalin hubungan yang saling memuaskan dengan orang lain, (5) Memungkinkan untuk mengembangkan identitas berhasil, (6) Memungkinkan untuk memiliki keterampilan yang konsisten untuk membentuk tindakan yang sehat yang meningkatkan perilaku totalnya.

Terapi realitas bisa ditandai sebagai terapi yang aktif secara verbal. Prosedurnya difokuskan pada kekuatan dan potensi siswa yang dihubungkan dengan dengan tingkah lakunya sekarang dan usahanya untuk mencapai keberhasilan dalam hidup. Teknik yang digunakan dalam kegiatan konseling kelompok realita ini adalah teknik WDEP, Wants (keinginan), Direction(arahan), Evaluation (penilaian), Planning (perencanaan). Teknik ini digunakan untuk membantu siswa menilai keinginannya, perilakunya, dan kemudian merumuskan rencana. Penerapan konseling kelompok realita dengan teknik WDEP ini

bertujuan untuk membantu siswa agar memiliki kontrol yang lebih besar terhadap kehidupannya sendiri dan mampu membuat pilihan yang lebih baik nantinya.

Adapun pelaksanaan konseling kelompok realita ini dilaksanakan berkolaborasi dengan guru (dalam hal ini guru piket) dengan menggunakan tujuh intervensi, sebagai berikut: (1) Konselor menjelaskan kepada siswa bahwa mereka terlibat dalam kegiatan konseling. (2) Konselor bersama anggota mengeksplorasi perilaku yang salah dalam diri masing-masing, khususnya perilaku yang kurang bertanggungjawab terhadap aturan sekolah. Dan masing-masing anggota mengutarakan pendapat dirinya terkait dengan permasalahan kesadaran akan tanggungjawab. (3) Konselor meminta para anggota untuk fokus pada sikap /perilaku anggota saat ini dan mengetahui dampak yang mereka dapat dari perilakunya. Keseluruhan anggota mengatakan bahwa, perilakunya saat ini merupakan perilaku yang keliru dan berdampak negatif pada dirinya terutama pada prestasi akademik mereka. (4) Konselor memberikan pandangan dan arahan dengan menggunakan pendekatan realita dan melihat perilaku anggota tersebut salah atau benar, menguntungkan atau malah merugikan dirinya. Namun pada kegiatan penilaian ini, anggota yang menentukan baik buruknya perilaku yang mereka lakukan dengan masukan dari anggota lain dan pandangan dari konselor. Setelah menentukan baik buruknya perilaku sendiri, konselor mengajak para anggota untuk mengungkapkan perilaku yang mereka inginkan kedepannya (merumuskan wants). (5) Konselor bersama dengan para anggota menjelajahi kembali perilaku, pemikiran, dan perasaan anggota terkait dengan perilakunya yang tidak bertanggungjawab. Kemudian anggota yang dibantu konselor membuat arah perilaku baru, dimana perilaku itu dapat mengubah anggota menjadi bertanggungjawab dan mematuhi aturan sekolah. (6) Konselor mengajak para anggota untuk mengevaluasi perilaku mereka, bertanggungjawab atau tidak perilaku saat ini. Evaluasi dilakukan untuk mengetahui pendapat siswa mengenai perilakunya. Setelah mengetahui apakah perilakunya bertanggungjawab. Konselor memberi pertimbangan dan wawasan kepada anggota dalam pembuatan perencanaan perilakunya. Dalam pembuatan perencanaan perilakunya konselor membuat kontrak dengan anggota. Dimana kontrak itu berisi arahan perilaku yang harus dilakukan oleh para anggota kedepannya. Kontrak itu berisi perjanjian bahwa anggota harus benar-benar melakukannya sesuai dengan rencana yang dibuat, dan kontrak itu ditandatangani oleh konselor dan anggota yang terkait. (7) Konselor mengevaluasi proses kegiatan konseling kelompok mulai dari awal hingga saat ini. Hal itu bertujuan untuk mengetahui sejauh mana keberhasilan dari konseling ini dalam membantu siswa menumbuhkan perilaku bertanggungjawab. Dan para anggota diminta untuk memberikan kesan terhadap pelaksanaan konseling kelompok.

Manfaat dari konseling kelompok realita tidak hanya untuk siswa saja, namun juga membantu guru dalam melakukan perbaikan nilai sikap dalam kurikulum 2013. Fenomena dilapangan banyak guru mengalami kesulitan dan bingung bagaimana melakukan remidi saat hendak memberikan nilai sikap yang rendah dibawah KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal). Dengan demikian, melalui konseling realita ini ada bentuk kolaborasi antara guru dengan konselor dengan cara memberikan rekomendasi kepada siswa yang mendapat nilai sikap rendah untuk melakukan konseling. Melalui konseling kelompok realita diharapkan kesadaran akan tanggungjawab terhadap aturan sekolah dapat ditaati.

3. Simpulan

Berdasarkan dari kajian ilmiah, peneliti menyimpulkan bahwa kebiasaan merokok pada siswa terjadi dari pengaruh lingkungan dan dukungan kelompok mereka atau teman sebaya, teman sebaya sangat mempengaruhi perilaku merokok, mereka memang suka bergaul dengan para perokok, baik teman di lingkungan sekolah, rumah. Kondisi merokok kebanyakan mereka biasanya saat berkumpul dengan teman-temannya (baik di warung maupun di jalanan), setelah selesai makan, saat ada permasalahan baik dengan pacar atau keluarga. Kondisi tersebut jika tidak segera diatasi akan berdampak pada kehidupan siswa yang akan datang.

Melalui konseling kelompok realita perilaku yang kurang bertanggungjawab akan dapat ditumbuhkembangkan menjadi perilaku yang total secara realistis (reality), bertanggungjawab (responsibility), dan sesuai dengan aturan/ norma (right), atau 3R. Penerapan teknik WDEP dalam konseling kelompok realita diharapkan mampu menumbuhkan kesadaran bahaya merokok pada siswa secara umum dan dapat pula menumbuhkan kesadaran juga dalam mentaati aturan sekolah.

Daftar Rujukan

- Aditama, T. Y. (2013). *Generasi Muda Sehat, Generasi tanpa Rokok*. Diakses tanggal 20 November 2016. <http://www.depkes.go.id/index.php?vw=2&id=2316>.
- Aliansi Pengendalian Tembakau Indonesia, (2013). *Peta Jalan Pengendalian Produk Tembakau Indonesia*. Surakarta, Muhammadiyah University Press.
- An, D.T.M., et.al. (2013). Knowledge of The Health Consequences of Tobacco Smoking: a Cross- Sectional Survey of Vietnamese Adult. *Glob Health Action*, 6:18707. <http://dx.doi.org/10.3402/gha.v6i0.18707>
- Azwar, S. (2005). *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baraja, Abubakar. (2008). *Psikologi Konseling dan Teknik Konseling*. Jakarta: Studia Press
- Burdenski, T. & Wubbolding, R. (2011). Extending Reality Therapy with Focusing: A Humanistic Road for the Choice Theory Total Behavior Car. *International Journal of Choice Theory and Reality Therapy: An On-Line Journal*. Vol XXXI, (1):14-30.
- Bustan, M.N. (2007). *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*. Jakarta: Rineka Cipta
- Corey, Gerald. (2006). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. E-Koeswara, Penerjemah. Bandung: PT. RafikaAditama.Surabaya: Unesa University Press
- Darminto, Eko. (2003). *Teori-Teori Konseling*. Surabaya: Unesa University Press
- Darminto, Eko. (2007). *Teori-Teori Konseling*. Surabaya: Unesa University Press
- Dayakisni, T. & Hudaniah. (2011). *Psikologi Sosial*. Malang: UMM Press.
- Departemen Kesehatan RI. (2007). *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2007*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Depkes RI
- Fauzan, Lutfi dan Elia Flurentin. (1994). *Modul 2 Konseling Kelompok Realita*. Malang: IKIP Malang
- Glasser, W. (1969). *School Without Failure*. New York: Harper and Row Publishers.
- Glasser, W. (1989). *Control Theory in the Practice of Reality Therapy*. New York: Harper & Row.
- Istiqomah, U. (2003). *Upaya Menuju Generasi Tanpa Rokok*. Surakarta: CV. Setia Aji.
- Septiyuning, I. (2013). *60% Siswa SD di Mojosongo Pernah Merokok!* Solopos. Com. Minggu, 2 Juni 2013.
- Setiyanti, Sri Wiranti. (2012). Membangun Kerja Sama Tim (Kelompok). *Jurnal STIE Semarang Vol 4 No 3*
- Sukendro, S. (2007). *Filosofi Rokok: Sehat tanpa Berhenti Rokok*. Yogyakarta: Pinus Book Publisher.
- Surani, S., Reddy, R., Houlihan, A. E., Parrish, B., Evans-Hundanall, G. L., and Guntupalli, K. (2011). Effect of Smoking : Baseline Knowledge among Schhool Children and Implementation of the “AntE Tobacco”

Project. *International Journal of Pediatrics*, Article ID 584589.
<http://dx.doi.org/10.1155/2011/584589>.

Sitepoe, M. (2000). *Kekhususan Rokok Indonesia*. Jakarta: PT Gramedia Widiarsarana Indonesia. Sugiyono.

Trim, B. (2006). *Merokok itu Konyol*. Jakarta: Ganeca Exacts