

BAB II LANDASAN TEORI

A. Deskripsi Teori

1. Media Audio Visual

Di zaman dengan teknologi yang berkembang pesat ini seorang guru dituntut untuk dapat mengembangkan dan memanfaatkan media yang ada. Hal ini dikarenakan media merupakan salah satu hal terpenting dalam kegiatan pembelajaran. Dari zaman Rasulullah teknologi media juga sudah digunakan sesuai zaman itu. Hal tersebut dapat dilihat dalam Al-Qur'an, pada firman Allah QS. An-Naml ayat 29-30 berikut.

قَالَتْ يَا أَيُّهَا الْمَلَأُوٓءَا إِنِّيٓ أُلْقِيَ إِلَيَّ كِتَابٌ كَرِيمٌ ﴿٢٩﴾ إِنَّهُ مِن سُلَيْمٰن وَإِنَّهُ بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ
الرَّحِيمِ ﴿٣٠﴾

Artinya: Dia (Balqis) berkata: "Wahai para pembesar! sesungguhnya telah disampaikan kepadaku sebuah surat yang mulia. Sesungguhnya (surat) itu dari Sulaiman yang isinya, "Dengan nama Allah Yang Maha Pemurah, Maha Penyayang."¹

Dalam ayat tersebut menceritakan sebuah kisah tentang nabi Sulaiman dan ratu Balqis. Berdasarkan penggalan kisah Nabi Sulaiman dan Ratu Balqis dalam Al-Qur'an surat An-Naml ayat 29-30, menguraikan teknik komunikasi yang kompleks pada masa itu, Nabi Sulaiman menggunakan media komunikasi burung Hud-hud untuk mengantarkan surat kepada Ratu Balqis, sehingga pesan yang disampaikan dapat diterima ke tujuan yang diinginkan. Bahkan Nabi Sulaiman di istananya mendemonstrasikan teknologi yang lebih maju yang mampu meyakinkan Ratu Balqis akan kekuasaan dan keesaan Allah SWT.

Berdasarkan pengertian tersebut, Al-Qur'an secara historis telah mengenalkan jenis-jenis media yang dapat digunakan guru dalam menyampaikan ilmu. Islam dengan segala keutamaannya mampu menunjukkan betapa kompleks dan komprehensifnya dalam memberikan contoh-contoh kegiatan pembelajaran yang efektif dan efisien.

Salah satu upaya yang harus dilakukan untuk mencapai tingkat efektivitas dan efisiensi yang setinggi-tingginya adalah

¹ *Al-Qur'an Dan Terjemahannya* (Bekasi: Cipta Bagus Segara, 2011).

dengan menggunakan media pembelajaran untuk mengurangi, bahkan menghilangkan sama sekali, dominasi sistem penyampaian pembelajaran yang bersifat verbalistik.² Teknik dan sumber belajar yang digunakan dalam kegiatan pembelajaran mempunyai pengaruh yang besar terhadap baik tidaknya peserta didik belajar dan efektif tidaknya proses belajar mengajar. Keduanya saling berkaitan, yaitu jenis media yang digunakan akan bergantung pada metode yang dipilih. Dengan kata lain, agar tujuan pembelajaran dapat tercapai, perlu adanya keselarasan antara keduanya.³

Kata media sendiri berasal dari kata latin, yang merupakan bentuk jamak kata *medium*. Secara bahasa kata tersebut berarti perantara atau pengantar. Media merupakan alat untuk berkomunikasi antara perantara dan penerima pesan.⁴ Gerlach & Ely menyatakan secara umum media dapat merujuk pada kombinasi orang, benda, alat, atau aktivitas apa pun yang membantu peserta didik mengembangkan informasi, kemampuan, dan sikap yang mereka perlukan. Media, menurut *Association for Educational Communications and Technology*, mencakup semua cara transmisi informasi. Romiszowsky menyatakan bahwa media adalah sesuatu yang berfungsi sebagai pembawa pesan yang disampaikan oleh sumber misalnya manusia atau sumber lain kepada penerima pesan dalam hal ini adalah siswa. Sedangkan Criticos berpendapat bahwa media merupakan salah satu aspek komunikasi yaitu media yang berfungsi sebagai penyalur informasi antara komunikator dan komunikan. Bretz juga berpandangan bahwa media berfungsi sebagai media yang menghubungkan semua pihak yang membutuhkan hubungan.⁵

Jadi, dari beberapa pendapat para ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa media merupakan alat perantara yang membawa pesan sebagai penghubung untuk menyalurkan informasi yang memungkinkan peserta didik memperoleh pengetahuan, keterampilan, dan sikap. Alat perantara disini dapat berupa orang, bahan, peralatan, atau kegiatan yang menciptakan kondisi yang memungkinkan peserta didik mendapat pengetahuan, ketrampilan, dan sikap.

² Andi Kristanto, "Media Pembelajaran," *Bintang Sutabaya* (2016): 1.

³ Jalinus Nizwardi and Ambiya Ambiyar, "Media & Sumber Belajar," *Jakarta: Kencana* (2016): 4.

⁴ Pudji Rahmawati, "MEDIA BIMBINGAN & KONSELING" (Surabaya: UIN Sunan Ampel, n.d.), 13.

⁵ Kristanto, *Media Pembelajaran.*, 4.

Banyak jenis media yang dapat digunakan sebagai media pembelajaran. Rudy Bretz membedakan berbagai format media menggunakan tiga kriteria utama: gerakan, musik, dan gambar. Bretz membagi media menjadi delapan kategori berdasarkan tiga faktor tersebut secara spesifik.⁶

- a. Media audio
- b. Media cetak
- c. Media visual diam
- d. Media visual bergerak
- e. Media audio semi bergerak
- f. Media semi bergerak
- g. Media audio visual diam
- h. Media audio visual yang bergerak.

Briggs membagi media menjadi tiga belas kategori berdasarkan seberapa cocok rangsangan yang dihasilkannya dengan karakter peserta didik. Benda nyata, model, rekaman audio, suara langsung, media cetak, pembelajaran terprogram, papan tulis, media transparan, film bingkai, film (16 mm), film serial, televisi, dan gambar (grafik) termasuk di antara tiga belas kategori media.⁷ Klasifikasi media menurut Heinich, dkk adalah berikut.

- a. Media yang tidak diproyeksikan
- b. Media yang diproyeksikan
- c. Media audio
- d. Media video
- e. Media berbasis komputer
- f. Multimedia kit.⁸

Menurut Arsyad bahwa klasifikasi media pembelajaran menurut Leshin, Pollock & Reigeluth adalah berikut.⁹

- a. Media berbasis manusia (guru, instruktur, tutor, main-peran, kegiatan kelompok, *field-trap*)
- b. Media berbasis cetak (buku, penuntun, buku latihan (*work book*), alat bantu kerja, dan lembaran lepas)
- c. Media berbasis visual (buku, alat bantu kerja, bagan, grafik, peta, gambar, transparansi, *slide*)

⁶ Muhammad Hasan et al., *Media Pembelajaran*, ed. Fatma Sukmawati, *Tahta Media Group* (Klaten: Tahta Media Group, 2021), 87.

⁷ Nizwardi and Ambiyar, "Media & Sumber Belajar.", 12.

⁸ Kristanto, *Media Pembelajaran*, 23.

⁹ Hasan et al., *Media Pembelajaran*, 102.

- d. Media berbasis audio-visual (video, film, program *slide-tape*, televisi)
- e. Media berbasis komputer (pengajaran dengan bantuan komputer, interaktif video, *hypertext*).

Dari beberapa pengelompokan media menurut beberapa ahli tersebut, dapat diketahui bahwa hingga kini belum ada suatu pengelompokan media yang dapat mencakup segala aspek, khususnya untuk keperluan pembelajaran. Pengelompokan yang ada, dilakukan atas bermacam-macam kepentingan. Masih ada pengelompokan yang dibuat oleh ahli lain. Namun apapun dasar yang digunakan dalam pengelompokan itu, tujuannya sama yaitu agar orang lebih mudah mempelajarinya.¹⁰

Dalam pemberian layanan bimbingan dan konseling, media yang digunakan disebut dengan media bimbingan dan konseling. Media bimbingan dan konseling selalu terdiri dari dua unsur penting, yaitu unsur peralatan atau perangkat keras dan unsur informasi yang dibawanya atau perangkat lunak. Perangkat lunak adalah informasi atau materi bimbingan dan konseling itu sendiri yang akan disampaikan kepada penerima informasi sedangkan perangkat keras adalah sarana atau peralatan yang digunakan untuk menyajikan informasi/materi bimbingan dan konseling. Media bimbingan dan konseling adalah setiap media yang dapat digunakan untuk menyampaikan pesan bimbingan dan konseling yang merangsang pikiran, perasaan, perhatian dan kemauan konseli untuk memahami diri sendiri, membimbing diri sendiri, mengambil keputusan dan memecahkan masalah yang dihadapi.¹¹

Dalam bimbingan dan konseling, media yang digunakan bergantung pada layanan dan pendekatan apa yang akan digunakan oleh Guru BK dalam menangani suatu permasalahan yang ada. Salah satu media bimbingan dan konseling yang dapat digunakan yang dapat digunakan adalah dengan menggunakan media audio visual. Media audio visual adalah media pembelajaran yang menggunakan kedua indra, pendengaran dan penglihatan. Dengan media auditori, peserta didik menerima informasi materi pembelajaran melalui pendengarannya,

¹⁰ Kristanto, *Media Pembelajaran*, 30.

¹¹ Rahmawati, "MEDIA BIMBINGAN & KONSELING.", 13.

sedangkan media tontonan menerima informasi materi dalam bentuk visual atau kasat mata.¹²

Penggunaan media dalam kegiatan belajar mengajar berdampak kuat pada indra. Berkaitan dengan penyajian isi materi, masuk akal untuk mengatakan bahwa penggunaan media akan menjamin pemahaman peserta didik yang lebih baik. Peserta didik yang belajar dengan mendengarkan saja memiliki tingkat pemahaman dan penalaran yang berbeda dengan peserta didik yang belajar dengan melihat atau keduanya. Media pembelajaran juga memiliki kemampuan untuk membangkitkan peserta didik dan membawa mereka ke dalam suasana kegembiraan dan kesejahteraan di mana ada keterlibatan emosional dan spiritual.

Media audio visual memiliki keunggulan dibandingkan dengan media lainnya. Berikut adalah kelebihan dan kelemahan dari media audio visual.¹³

a. Kelebihan media audio visual

- 1) Makna buku ajar lebih jelas, yaitu lebih mudah dipahami siswa dan memungkinkan siswa lebih memahami tujuan pengajaran.
- 2) Mengajar akan lebih bervariasi, tidak semata-mata komunikasi verbal melalui penuturan kata-kata oleh guru. Sehingga peserta didik tidak bosan dan guru tidak kehabisan tenaga apalagi bila guru mengajar untuk setiap jam pelajaran.
- 3) Peserta didik lebih banyak melakukan kegiatan belajar, sebab tidak hanya mendengarkan uraian guru, tapi juga aktivitas mengamati, melakukan, mendemonstrasikan, dan lain-lain.
- 4) Mengatasi keterbatasan ruang, waktu, tenaga dan daya indra
- 5) Memberi rangsangan yang sama, mempersamakan pengalaman dan menimbulkan persepsi yang sama
- 6) Proses layanan bimbingan dan konseling dapat lebih menarik dan interaktif
- 7) Meningkatkan kualitas layanan dan sikap positif siswa terhadap materi layanan bimbingan

¹² Muhammad; Milawati; Darodjat; HarahapTuti Khairani; TahrinTasdin; Hasan, *Media Pembelajaran*, ed. Fatma Sukmawati, *Tahta Media Group* (Klaten: Tahta Media Group, 2021), 204.

¹³ Tri Andini, "PENGEMBANGAN MEDIA LAYANAN INFORMASI BERUPA AUDIO VISUAL SEBAGAI PEMAHAMAN BAHAYA MEROKOK DI SMA" (2019), 25.

- b. Kekurangan media audio visual
 - 1) Media audio lebih banyak menggunakan suara dan bahasa lisan yang mungkin hanya dapat dipahami oleh pendengar dengan penguasaan kata dan bahasa yang baik.
 - 2) Penyajian materi melalui media audio dapat menimbulkan ekspresi lisan oleh pendengar.
 - 3) Detail objek yang disajikan tidak tersaji dengan sempurna.
2. Perilaku Merokok

Perilaku merupakan sebuah perbuatan atau tindakan individu dalam merespon sesuatu dan akhirnya menjadi sebuah kebiasaan karena individu tersebut meyakini bahwa ada nilai dibalikinya.¹⁴ Perilaku manusia sangat kompleks dan luas cakupannya. Seorang psikolog pendidikan Bloom membagi perilaku menjadi tiga ranah atau domain/area, yaitu ranah kognitif, ranah afektif, dan ranah psikomotorik, meskipun ranah-ranah tersebut tidak mempunyai batasan yang jelas dan tegas. Bidang ini dibagi untuk tujuan pendidikan, yaitu untuk mengembangkan atau meningkatkan tiga bidang perilaku yang meliputi:¹⁵

- a. Pemahaman peserta terhadap materi pendidikan yang diberikan.
- b. Sikap atau reaksi peserta didik terhadap materi pendidikan yang diberikan.
- c. Latihan atau tindakan yang dilakukan peserta didik berdasarkan materi pendidikan yang diberikan.

Bentuk perubahan perilaku sangat bervariasi tergantung pada konsep yang digunakan para ahli untuk memahami perilaku. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), perubahan perilaku terbagi dalam tiga kategori:¹⁶

- a. Perubahan alamiah (*Natural Change*)

Perilaku manusia selalu berubah. Beberapa perubahan tersebut disebabkan oleh peristiwa alam. Jika lingkungan fisik atau sosial budaya dan ekonomi

¹⁴ Triwibowo and Pusphandani, "Pengantar Dasar Ilmu Kesehatan Masyarakat: Untuk Mahasiswa Kesehatan Masyarakat, Keperawatan, Dan Kebidanan" (2015).

¹⁵ Soekidjo Nooadmodjo, *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan* (Jakarta: Rineka Cipta, 2012).

¹⁶ Martina Pakpahan et al., *Promosi Kesehatan & Prilaku Kesehatan*, ed. Ronal Watrianthos (Yayasan Kita Menulis, 2021). Hal: 52-53.

masyarakat sekitar berubah maka anggota dalam masyarakat juga akan mengalami perubahan.

b. Perubahan terencana (*Planned Change*)

Perubahan ini terjadi karena subjek sendiri yang mengaturnya. Misalnya, seorang perokok berat mengalami batuk yang sangat mengganggu dan memutuskan untuk secara bertahap mengurangi jumlah rokok yang dihisapnya dan akhirnya berhenti merokok sepenuhnya.

c. Kesiediaan untuk berubah (*Readiness to Change*)

Jika inisiatif inovasi atau pembangunan terjadi di masyarakat, yang sering terjadi adalah sebagian masyarakat ada yang cepat menerima inovasi atau perubahan tersebut (mengubah perilakunya), sedangkan ada pula yang lambat dalam menerima inovasi atau perubahan tersebut. Hal ini karena meskipun dalam kondisi yang sama, setiap orang di masyarakat mempunyai kemauan yang berbeda untuk berubah.

Terlepas dari kenyataan bahwa merokok berdampak buruk bagi kesehatan, banyak orang yang terus merokok bahkan ada yang mulai merokok ketika mereka masih remaja. Merokok merupakan perilaku yang dipandang sangat berbahaya dari berbagai sudut pandang perokok maupun orang di sekitarnya.¹⁷

Perilaku merokok sendiri merupakan perilaku yang sudah ada dari abad ke-15. Rokok sendiri merupakan benda berbentuk silinder yang terbuat dari kertas dengan panjang sekitar 70-120 mm dan diameter sekitar 10 mm, yang didalamnya terdapat parutan daun tembakau. Rokok menyala di satu ujung lalu membara sehingga asapnya bisa dihirup melalui mulut di ujung lainnya.¹⁸ Karena bermula dari kecerdikan dan kreativitas individu dan kelompok di seluruh nusantara, merokok telah menjadi bagian integral dari budaya dan kehidupan sehari-hari Indonesia. Meskipun praktik menghirup asap rokok mungkin berasal dari masyarakat kelas atas Eropa pada abad ke-15, meniru kebiasaan kelompok etnis yang tinggal di kepulauan Karibia dan di benua Amerika Tengah dan Utara, rokok akhirnya menyebar ke

¹⁷ Ni Kadek Dita Febriyanti, "Literatur Review: Perilaku Merokok Pada Remaja" (Denpasar, 2020).

¹⁸ Syukaisih Syukaisih, Hayana Hayana, and Alida Zaresi, "Pengabdian Masyarakat Melalui Penyuluhan Kesehatan 'Bahaya Rokok Bagi Kesehatan Di SMPN 7 Pekanbaru,'" *Community Engagement and Emergence Journal (CEEJ)* 3, no. 1 (2022): 17.

masyarakat Indonesia berkat inovasi yang dikembangkan sebagai respons terhadap tren budaya lokal.¹⁹

a. Jenis Rokok

Di Indonesia, seiring dengan berkembangnya zaman saat ini rokok memiliki berbagai jenis jika dilihat dari bahan bakunya. Berikut merupakan jenis rokok berdasarkan bahan baku atau isi.²⁰

- 1) Rokok putih: Bahan baku atau isinya hanya daun tembakau, dan saus ditambahkan untuk mendapatkan efek rasa dan aroma tertentu.
- 2) Rokok kretek: rokok yang bahan baku atau isinya berupa daun tembakau dan cengkeh digunakan sebagai bahan baku atau isinya, dan saus ditambahkan untuk mendapatkan efek rasa dan aroma tertentu.
- 3) Rokok klembak: rokok yang bahan baku atau isinya berupa daun tembakau, cengkeh, dan kemenyan, serta ditambahkan saus untuk mencapai efek rasa dan aroma tertentu.

Selain jenis rokok berdasarkan bahan bakunya, jenis rokok juga dapat diklasifikasikan berdasarkan komposisi yang ada dalam rokok, yaitu.²¹

- 1) Bidis: Daun temburni kering digulung dengan tembakau, diikat dengan benang. Dibandingkan dengan rokok buatan pabrik, kandungan tar dan karbon monoksida di dalamnya lebih banyak. lazim di India dan Asia Tenggara.
- 2) Cigar: Digulung dalam daun tembakau, terbuat dari tembakau rokok yang difermentasi. Ada beberapa varietas yang berbeda-beda di setiap negara.
- 3) Kretek: Aroma cengkeh atau kombinasi tembakau-cengkeh dapat membuat tenggorokan mati rasa dan menimbulkan nyeri pada sistem pernafasan. Di

¹⁹ Thomas Sunaryo, *Kretek Pusaka Nusantara* (Jakarta: Serikat Kerakyatan Indonesia (SAKTI), 2013).

²⁰ Khairunnisa et al., "Berhenti Merokok Atau Rokok Yang Menghentikanmu" (n.d.), 5.

²¹ Hubungan Pengetahuan, Tentang Rokok, and D A N Perilaku, "Hubungan Pengetahuan Tentang Rokok Dan Perilaku Merokok Pada Staf Administrasi Universitas Esa Unggul" (2005): 69-70.

Indonesia, jenis ini adalah yang paling umum dan banyak diproduksi.

- 4) Tembakau langsung ke mulut atau tembakau kunyah. India dan Asia Tenggara juga merupakan pengguna utama tembakau kunyah atau tembakau yang dimasukkan langsung ke dalam mulut. Faktanya, 56% wanita India menggunakan jenis kunyah. Jenis lainnya adalah tembakau kering yang dihisap melalui mulut atau hidung dan ditempatkan di antara pipi dan gusi
- 5) Shisha: Tembakau rasa buah atau infus buah yang dihisap melalui tabung dengan menggunakan pipa. Biasanya ditemukan di Timur Tengah, Afrika Utara, dan wilayah tertentu di Asia.

Selain berdasarkan bahan baku dan isi ataupun komposisinya rokok kini juga dibedakan dengan rokok yang sudah dilengkapi dengan filter dan ada yang belum dilengkapi dengan filter.²²

- 1) Rokok Filter: rokok yang pada bagian pangkalnya terdapat busa atau filter. Perannya untuk menyaring nikotin, salah satu zat berbahaya yang terkandung dalam rokok. Filter terbuat dari busa serat sintesis.
 - 2) Rokok tanpa Filter: rokok yang pada bagian pangkalnya tidak terdapat busa atau filter.
- b. Kandungan Rokok

Konsumsi rokok atau tembakau dapat membunuh 5 juta orang setiap tahun, terutama di negara berkembang.²³ Di Indonesia, meningkatnya jumlah perokok salah satunya disebabkan banyaknya iklan rokok yang beredar di masyarakat. Iklan rokok ini muncul dimana-mana, mulai dari siaran televisi, baliho, spanduk, poster dan kegiatan promosi lainnya. Kehadiran iklan memberikan dampak yang sangat besar bagi kehidupan remaja, bahkan terkadang remaja menjadi perokok pertama karena melihat iklan rokok di lingkungannya. Mereka

²² Khairunnisa et al., “Berhenti Merokok Atau Rokok Yang Menghentikanmu.”, 7.

²³ Febi Aulia Safitri et al., “Pemberian Media Audio-Visual ‘the Effect of Smoke’ Sebagai Upaya Menanggulangi Perilaku Merokok Rumah Tangga Di Kelurahan Guntung Paikat,” *Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan* 6, no. 2 (2022): 910.

biasanya baru berniat untuk berusaha semaksimal mungkin hingga menjadi perokok berat di usia remaja.²⁴

Menurut para ahli, satu batang rokok mengandung kurang lebih 4000 jenis zat berbahaya, ada 400 jenis zat yang dikenali, dan lebihnya zat bersifat karsinogenik.²⁵ Beberapa zat yang sangat berbahaya yaitu nikotin, tar dan karbonmonoksida.²⁶

1) Zat Nikotin

Zat Nikotin adalah zat adiktif yang membuat perokok merasa rileks. Nikotin berasal dari daun tembakau, zat ini dapat mempengaruhi atau merusak saraf dan peredaran darah, zat ini bersifat karsinogenik dan dapat menyebabkan kanker paru-paru.²⁷ Seorang perokok yang terbiasa dengan kadar nikotin tinggi akan mengalami perasaan lemah, kecanduan, dan tidak sabar ketika tubuhnya tidak mampu melepaskan semua kenikmatan yang diberikan nikotin. Nikotin memasuki aliran darah otak dalam tujuh menit pertama setelah merokok.²⁸

2) Tar

Bahan kimia beracun yang dapat ditemukan adalah tar, salah satu bahan dalam rokok, dapat merusak sel paru-paru dan dapat menyebabkan kanker.²⁹ Ada juga klaim bahwa tar terdiri dari ribuan bahan kimia penyebab kanker yang terdapat

²⁴ Lailatul Fitrika, Arif Wijaya, and Leo Yosdimiyati Romli, "Pengaruh Media Audio Visual Terhadap Intensi Berhenti Merokok Pada Remaja Berbasis Theory Planned Behavior (Studi Di SMK Sultan Agung 1 Tebuireng Kelas 2 Jurusan TAV)," *Journal of Chemical Information and Modeling* 53, no. 9 (2018): 1690.

²⁵ Meldi and RSPU Dr. Sardjito, "Bahaya Merokok," *Website*, last modified 2019, accessed July 5, 2023, <https://sardjito.co.id/2019/10/30/bahaya-merokok/#:~:text=Efek samping dari merokok sendiri,tidak dapat kembali seperti semula.>

²⁶ Sharon Gondodiputro, "Bahaya Tembakau Dan Bentuk-Bentuk Sediaan Tembakau," *Bagian Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran Universitas Padjadjaran Bandung* (2007): 1–2.

²⁷ Tim Promkes RSST - RSUP dr. Soeradji, "Kandungan Rokok Yang Berbahaya Bagi Kesehatan," *Jumat, 22 Juli 2022 15:49 WIB*, last modified 2022, accessed July 5, 2023, [https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/406/kandungan-rokok-yang-berbahaya-bagi-kesehatan.](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/406/kandungan-rokok-yang-berbahaya-bagi-kesehatan)

²⁸ Meldi and Sardjito, 2019, "Bahaya Merokok." Diakses pada 6 Juli 2023.

²⁹ M Agustina, "Pengaruh Layanan Penguasaan Konten Dengan Media Video Terhadap Pengurangan Perilaku Merokok Siswa Di SMP Nurul Islam Indonesia Tahun Pembelajaran 2017/2018" (2018): 42.

dalam asap rokok. Dalam rokok, tar merupakan bahan yang menimbulkan risiko kesehatan terbesar. Seluruh jaringan tubuh perokok dan perokok pasif mengandung senyawa ini karena sifatnya yang mudah diserap dan masuk ke dalam darah. Keberadaan zat-zat ini dalam jaringan memungkinkan terjadinya gangguan zat-zat tersebut di sana.³⁰

3) Karbon monoksida (CO)

Karbon monoksida (CO) adalah zat yang memikat hemoglobin dalam darah, membuat darah tidak mampu mengikat oksigen.³¹ Pasokan oksigen yang kurang dalam tubuh dapat mengakibatkan serangan jantung.³² Jika terhirup saat merokok, karbon monoksida dalam asap rokok sangatlah berbahaya. Zat tersebut akan meresap ke dalam paru-paru begitu sampai di sana. Hal ini karena kemampuan sel darah merah untuk membawa oksigen berkurang karena karbon monoksida. Selain itu, kolesterol yang disimpan di lapisan arteri meningkat karena zat ini, yang menyebabkan kolesterol mengeras dan menumpuk seiring waktu. Jika hal ini terjadi, maka lumen pembuluh darah akan menyempit sehingga memicu penyakit jantung koroner dan berpotensi terjadinya serangan jantung sindrom koroner akut.³³

Selain tiga kandungan utama yang dicantumkan dalam bungkus rokok terdapat banyak kandungan berbahaya lainnya seperti, *Hydrogen Cyanide* (racun untuk hukuman mati), *Ammonia* (pembersih lantai), *Toluene* (pelarut industri), *Arsenic* (racun semut putih), *Phenol* (antiseptic/pembunuh kuman), *Butane* (bahan bakar korek

³⁰ Lula Nadia, "Pengaruh Negatif Merokok Terhadap Kesehatan Dan Kesadaran Masyarakat Urban" (n.d.): 93.

³¹ Hubungan Pengetahuan, Tentang Rokok, and D A N Perilaku, "Hubungan Pengetahuan Tentang Rokok Dan Perilaku Merokok Pada Staf Administrasi Universitas Esa Unggul" (2005): 73.

³² Tri Andini, "PENGEMBANGAN MEDIA LAYANAN INFORMASI BERUPA AUDIO VISUAL SEBAGAI PEMAHAMAN BAHAYA MEROKOK DI SMA" (2019), 30.

³³ Septian Emma Dwi Jatmika et al., *Pengendalian Tembakau, Eprints.Uad.Ac.Id*, 2018, 74.

api), Polonium-210 (bahan radioaktif), *Acetone* (penghapus cat), *Methanol* (bahan bakar roket), *Pyrene* (pelarut *industry*), *Naphtslene* (kapur barus), Cadmium (dipakai dalam accu mobil), *Vinyl Chloride* (bahan plastic PVC), dan zat-zat yang bersifat karsinogenik (*Toluidine*, *Urehane*, *Dibenzacridine*, *Naphtylamine*, *Dimethylnitrosamine*, dan *Benzopyrene*).³⁴

c. Bahaya Merokok

Bahaya merokok tidak hanya berdampak pada perokok (perokok aktif), tetapi juga pada individu yang bukan perokok (perokok pasif) yang menghirup asap rokok di sekitar perokok.³⁵ Perokok aktif adalah seseorang yang sudah menghabiskan 100 batang rokok dan tetap merokok dalam satu tahun terakhir. Sedangkan perokok pasif adalah seseorang yang tinggal satu rumah dan bekerja dalam satu ruangan bersama perokok aktif secara berkelanjutan.

Perilaku merokok sendiri memiliki banyak efek samping yang dapat ditimbulkan yaitu:

1) Dampak pada paru-paru

Jaringan paru-paru dan saluran udara dapat berubah komposisi dan fungsinya akibat merokok. Kelenjar lendir berproliferasi (hiperplasia) dan sel-sel mukosa membesar (hipertrofi) di saluran udara besar. Peradangan ringan menyebabkan saluran udara kecil menyempit akibat peningkatan sel inflamasi yang berasal dari jaringan paru-paru, penumpukan lendir, dan pertumbuhan sel.³⁶ Hal ini menyebabkan perubahan fungsi paru-paru dan berbagai gejala klinis. Ini adalah dasar utama penyebab penyakit paru obstruktif kronik (PPOK), sekelompok penyakit paru-paru yang membuat kita sulit bernapas. PPOK biasanya berkembang setelah bertahun-tahun merokok. Merokok juga membuat tubuh lebih rentan

³⁴ Kemenkes, "Hidup Sehat Tanpa Rokok," *P2Ptm.Kemkes.Go.Id* (2017): 1–39.

³⁵ Ida Suryati et al., "Penyuluhan Bahaya Merokok Bagi Kesehatan Di Kenagarian Simpang Sugiran Kecamatan Guguak Kabupaten 50 Kota," *Jurnal Abdimas Kesehatan Perintis* 1, no. 1 (2019): 16.

³⁶ Pusat Jurnal Ilmiah Universitas Medan Area, "Dampak Rokok Bagi Kesehatan," *Website*, last modified 2022, accessed July 8, 2022, <https://pji.uma.ac.id/index.php/2022/01/08/dampak-rokok-bagi-kesehatan/>.

terhadap infeksi, termasuk radang paru-paru. Penyakit ini bisa menjadi serius dan bahkan fatal bagi perokok.³⁷

2) Dampak pada jantung

Kandungan nikotin dalam rokok dapat menyebabkan detak jantung tidak teratur, dan serangan jantung akibat merokok dapat terjadi secara tiba-tiba dan berujung pada kematian. Selain itu, karbon monoksida dalam rokok menghalangi oksigen masuk ke jantung, yang dapat menyebabkan serangan jantung, terutama ketika arteri yang memasok darah ke otot jantung terkena penyakit akibat nikotin dan karbon monoksida dalam rokok.³⁸

3) Dampak terhadap terjadinya kanker

Kanker mulut dan bibir lebih sering terjadi pada perokok dibandingkan bukan perokok. Hal ini disebabkan panas yang ditimbulkan oleh asap rokok, apalagi jika perokok menggunakan pipa. Perokok lima sampai sepuluh kali lebih mungkin mengalami kanker kerongkongan dan usus daripada bukan perokok. Faktor utama yang menyebabkan keadaan ini adalah karena rokok ini mengandung unsur kimia seperti karsinogen, arsenik, dan benzopirena yang merupakan zat-zat penyebab kanker.³⁹

Dampak rokok terhadap terjadinya kanker di Indonesia mencapai 2.567 kematian akibat kanker pada pria dan 358 kematian akibat kanker pada wanita pada tahun 2018. Di antara pria, kanker paru-paru (1.468 kasus) merupakan jenis kanker dengan jumlah kematian tertinggi

³⁷ Erlina Burhan, "Dampak Merokok Pada Paru-Paru: Fakta Yang Harus Diketahui," *Website*, last modified 2023, accessed July 7, 2023, https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2499/dampak-merokok-pada-paru-paru-fakta-yang-harus-diketahui.

³⁸ Ali Ma'ruf, *TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG BAHAYA MEROKOK PADA SISWA KELAS V SD NEGERI PUCUNG LOR 02 KECAMATAN KROYA KABUPATEN CILACAP TAHUN PELAJARAN 2014/2015* (Yogyakarta, 2015), 33.

³⁹ R.A. Nainggolan, *Anda Mau Berhenti Merokok? Pasti Berhasil* (Bandung: Indonesia Publishing House, 2006).

akibat merokok, diikuti oleh kanker hati (539) dan kanker kandung kemih (152). Di antara wanita, peringkat tertinggi adalah kanker paru-paru (194 kasus), kanker serviks (65 kasus), dan kanker ovarium (47 kasus). Secara keseluruhan, merokok bertanggung jawab atas 2.925 dari 11.983 kematian akibat kanker. Hal ini menunjukkan proporsi kematian akibat kanker akibat merokok sebesar 24,41%.⁴⁰ Data tersebut menunjukkan betapa banyaknya individu yang terkena kanker dikarenakan merokok.

Selain dampak negative rokok pada Kesehatan tubuh, merokok juga memiliki dampak negatif terhadap kehidupan sosial remaja yaitu.⁴¹

- 1) Rokok adalah pemborosan, merokok pada dasarnya adalah “membakar uang” dari sudut pandang ekonomi, terutama ketika remaja yang tidak memiliki penghasilan sendiri melakukannya.
 - 2) Rokok menimbulkan ketergantungan, hal tersebut dapat membuat penggunaanya menjadi cemas ketika tidak merokok.
 - 3) Rokok mengurangi konsentrasi
 - 4) Rokok mengurangi energi
 - 5) Rokok berbahaya bagi Kesehatan
3. Media Audio Visual untuk Meningkatkan Kesadaran Bahaya Merokok

Kesadaran merupakan kemampuan seseorang untuk menyadari dan memahami suatu hal, termasuk dampak dari perilaku atau situasi tertentu. Menurut Chalmers permasalahan kesadaran dapat digolongkan menjadi dua, yaitu permasalahan mudah (*easy problems*) dan permasalahan sukar (*hard problem*). Permasalahan mudah kesadaran berkaitan dengan masalah yang secara langsung dapat dipecahkan oleh metode baku ilmu pengetahuan kognitif. Seperti bagaimana otak memadukan informasi yang berasal dari berbagai sumber berbeda dan

⁴⁰ Pia Rika Puspawati, Suci Ari Kristina, and Chairun Wiedyaningsih, “Dampak Merokok Terhadap Kematian Dini Akibat Kanker Di Indonesia: Estimasi Years of Life Lost (YLL),” *J Majalah Farmaseutik* 16, no. 1 (2020): 104.

⁴¹ Sitti Hasna Wati, Bahtiar, and Dewi Anggraini, “DAMPAK MEROKOK TERHADAP KEHIDUPAN SOSIAL REMAJA (Studi Di Desa Mabodo Kecamatan Kontunaga Kabupaten Muna),” *Neo Societal* 3, no. 2 (2018): 1–7.

kemudian menggunakan informasi tersebut untuk mengendalikan perilaku. Sedangkan permasalahan kesadaran yang sukar (*the hard problem*) menyangkut permasalahan pengalaman.⁴²

Dalam teori perubahan perilaku Roger dan Shoemaker disebut disebutkan bahwa sebelum orang mengadopsi perilaku baru, seseorang akan melalui lima tahapan yaitu *awareness* (kesadaran), *interest* (minat), *evaluation* (evaluasi), *trial* (uji coba) dan *adoption* (adopsi).⁴³ Berikut penjelasan proses yang terjadi secara berurutan.

- a. Kesadaran, orang tersebut menyadari dalam arti mengetahui terlebih dahulu terhadap stimulus (objek)
- b. Minat, merasa tertarik terhadap stimulus atau objek tersebut
- c. Evaluasi, menimbang-nimbang terhadap baik dan tidaknya stimulus tersebut bagi dirinya
- d. Uji coba, subjek mulai mencoba melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang dikehendaki oleh stimulus
- e. Adopsi, subjek telah berperilaku baru sesuai dengan pengetahuan, kesadaran dan sikapnya terhadap stimulus.⁴⁴

Soekanto menyatakan bahwa terdapat empat indikator kesadaran yang masing-masing merupakan suatu tahapan bagi tahapan berikutnya dan menunjuk pada tingkat kesadaran tertentu, mulai dari yang terendah sampai dengan yang tertinggi, antara lain: pengetahuan, pemahaman, sikap, pola perilaku (tindakan). Sedangkan Priyono mengemukakan, Kesadaran terhadap isu-isu lingkungan berarti memiliki pengetahuan lingkungan dan memahami tindakan yang diperlukan untuk menemukan solusi terhadap isu-isu tersebut. Dari teori tersebut dapat dijelaskan bahwa indikator kesadaran adalah pengetahuan dan pemahaman. Lain halnya dalam bidang Psikologi menyebutkan bahwa kesadaran mencakup tiga hal, yaitu: persepsi, pikiran, dan perasaan. Dalam teori konsientisasi (penyadaran), selain mencantumkan indikator pengetahuan, sikap, juga menyebutkan indikator regulasi atau peraturan. Berdasarkan indikator-indikator tersebut di atas, dapat

⁴² Dicky Hastjarjo, "Sekilas Tentang Kesadaran (Consciousness)," *jurnal Buletin Psikologi* 13, no. 2 (2005): 82-83.

⁴³ Pakpahan et al., *Promosi Kesehatan & Prilaku Kesehatan*. 53.

⁴⁴ Devita Rosali, Maseda Baithesda Suba, and Djon Wongkar, "Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Tentang Bahaya Merokok Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Putra Di Sma Negeri I Tompasbaru," *Ejournal Keperawatan* 1, No. 1 (2013): 6.

dikembangkan dengan menggunakan teori Benyamin Bloom yang membagi perilaku manusia dalam tiga domain, yakni: kognitif, afektif, dan psikomotor. Dalam perkembangannya teori ini dimodifikasi menjadi pengetahuan, sikap, dan praktik (tindakan).⁴⁵ Dengan mengukur pengetahuan, sikap, dan praktik, kita dapat mengidentifikasi hasilnya yang nantinya dapat dijadikan acuan peningkatan.⁴⁶

Pengetahuan pada umumnya berasal dari pengalaman, dan dapat juga diperoleh dari informasi yang disampaikan orang lain/hasil pengetahuan yang dihasilkan setelah seseorang mempersepsikan suatu objek tertentu. Pengetahuan merupakan bidang yang sangat penting dalam membentuk perilaku individu.

Sikap adalah suatu kecenderungan untuk bertindak dan mempersepsi. Sikap merupakan reaksi tertutup seseorang terhadap rangsangan atau objek tertentu, baik yang melibatkan opini maupun faktor emosional. Newcomb menyatakan bahwa sikap belumlah merupakan tindakan atau kegiatan, tetapi sikap merupakan kecenderungan untuk berperilaku (bertindak).

Tindakan atau praktek adalah tindakan atau kegiatan seseorang yang dapat diamati secara langsung. Menurut teori *Stimulus-Organism-Response* (S-O-R) Skinner, tindakan atau praktik terkandung dalam perilaku eksternal. Tindakan merupakan respon terhadap rangsangan yang diterima individu dalam bentuk tindakan nyata atau terang-terangan. Reaksi ini terlihat jelas dalam bentuk aksi sehingga dapat diamati secara langsung.⁴⁷

Kesadaran akan bahaya merokok remaja saat ini masih tergolong rendah. Hal tersebut menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan masih diperlukan oleh remaja agar dapat memahami betapa pentingnya kesehatan. Pendidikan kesehatan memiliki dampak signifikan pada perubahan tingkat kesadaran di kalangan remaja tentang efek berbahaya dari merokok, Hal ini dapat dipengaruhi oleh anggota keluarga yang merokok, teman

⁴⁵ Rr. Ambar Sri Whardani, "Studi Tentang Kesadaran Melakukan Pelaporan Kerja Terhadap Kecelakaan K3," *Skripsi* (2008): 8–10.

⁴⁶ Mohammad Nasrullah and Tjipto Suwandi, "HUBUNGAN ANTARA KNOWLEDGE, ATTITUDE, PRACTICE SAFE BEHAVIOR PEKERJA DALAM UPAYA UNTUK MENEGAKKAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA," *The Indonesian Journal of Occupational Safety and Health* 3, no. 1 (2014): 83.

⁴⁷ Nasrullah and Suwandi, "HUBUNGAN ANTARA KNOWLEDGE, ATTITUDE, PRACTICE SAFE BEHAVIOR PEKERJA DALAM UPAYA UNTUK MENEGAKKAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA." 90.

perokok, dan lingkungan. Sebuah penelitian menemukan bahwa hampir semua lingkungan tempat tinggal remaja memiliki lingkungan perokok aktif.⁴⁸

Menurut Basyir, rokok bukan lagi sekedar konsumsi orang dewasa. Kaum remaja juga telah mengkonsumsinya. Kebiasaan itu dilatar belakangi oleh beberapa sebab sebagai berikut.⁴⁹

b. Pengaruh Orang Tua

Satu temuan tentang perokok remaja adalah bahwa mereka berasal dari keluarga yang tidak bahagia. Orang tua yang kurang memerhatikan anak-anaknya lebih cenderung terbiasa dengan hukuman fisik yang keras daripada anak dari keluarga bahagia. Oleh karena itu, merokok sering dipandang sebagai pelampiasan depresi dan kecemasan. Pihak yang paling berpengaruh adalah ketika orang tua sendiri yang menjadi panutan, yaitu sebagai perokok berat, anak-anak mereka cenderung meniru mereka.

c. Pengaruh Teman

Menurut sejumlah statistik, remaja yang lebih banyak merokok cenderung mempunyai teman yang juga merokok. Dan sebaliknya. Fakta ini memberikan dua penjelasan yang mungkin: remaja tersebut dipengaruhi oleh teman-temannya, atau teman-teman remaja tersebut dipengaruhi olehnya, yang pada akhirnya menyebabkan mereka semua merokok. 87% remaja perokok mengatakan bahwa mereka memiliki setidaknya satu atau lebih teman perokok. Khususnya pada masa remaja, teman mempunyai pengaruh sosial yang kuat sehingga mudah bagi seseorang untuk mengadopsi kebiasaan teman merokoknya.

d. Faktor Kepribadian

Orang mencoba merokok karena penasaran atau untuk menghindari rasa sakit fisik atau mental atau kebosanan. Namun, salah satu ciri kepribadian produktif

⁴⁸ Satria Gobel et al., "Bahaya Merokok Pada Remaja," *Jurnal Abdimas* 7, no. 1 (2020): 34.

⁴⁹ M Agustina, "Pengaruh Layanan Penguasaan Konten Dengan Media Video Terhadap Pengurangan Perilaku Merokok Siswa Di SMP Nurul Islam Indonesia Tahun Pembelajaran 2017/2018" (2018), 27-28.

pengguna narkoba (termasuk rokok) adalah integrasi sosial.

e. Pengaruh Iklan

Iklan di berbagai media massa yang menampilkan gambaran bahwa perokok adalah lambang kejantanan yang membuat remaja sering terpicu untuk mengikuti perilaku seperti yang terdapat pada iklan tersebut.

Terdapat pendapat lain yang menyebutkan bahwa terdapat 3 faktor yang menjadi penyebab perilaku merokok pada remaja yaitu kepuasan psikologis, sikap permisif orang tua terhadap perilaku merokok remaja, dan pengaruh teman sebaya.⁵⁰ Selain itu, data penelitian tambahan mengungkapkan bahwa dari 30 remaja berusia antara 12 dan 17 tahun, 8 (27%) di antaranya adalah perokok. Dari jumlah tersebut, 4 orang (13%) mengatakan bahwa mereka merokok karena diajak oleh temannya, 2 orang (7%) mengatakan bahwa mereka mengikuti teman mereka, dan 2 orang (7%) mengatakan mereka penasaran untuk mencobanya. Hal ini menunjukkan bahwa teman yang merokok dalam kelompoknya mempunyai pengaruh yang paling besar terhadap remaja perokok. Remaja biasanya bergaul satu sama lain, itulah sebabnya hal ini terjadi. Kesamaan usia, jenis kelamin, dan ras berdampak pada kualitas persahabatan remaja.⁵¹

Menurut analisis Organisasi Kesehatan Dunia, ada empat alasan utama mengapa seseorang berperilaku tertentu, yaitu:

- a. Pemikiran dan perasaan (*thoughts and feeling*), yaitu berupa pengetahuan, persepsi, sikap, dan penilaian seseorang terhadap suatu benda (dalam hal ini benda yang sehat).
- b. Orang-orang penting sebagai referensi.
- c. Perilaku seseorang lebih mudah dipengaruhi oleh orang-orang yang dianggap penting. Jika orang tersebut penting baginya, perkataan atau tindakannya akan sering ditiru.
- d. Sumber daya (*resources*) meliputi fasilitas, uang, waktu, tenaga, dan lain-lain. Semua ini dapat mempengaruhi perilaku seseorang atau sekelompok orang.

⁵⁰ Dian Komasari, "FAKTOR-FAKTOR PENYEBAB," *Jurnal Psikologi*, no. 1 (2000): 40.

⁵¹ Mirnawati et al., "Perilaku Merokok Pada Remaja Umur 13-14 Tahun," *Higeia 2*, no. 3 (2018): 402, <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/higeia>.

- e. Perilaku yang normal adalah salah satu aspek budaya, dan budaya mempunyai pengaruh besar terhadap perilaku ini.

Terlihat dari alasan-alasan di atas, ada banyak alasan mengapa seseorang berperilaku seperti itu. Oleh karena itu, perilaku yang sama pada orang yang sama mungkin disebabkan oleh alasan atau konteks yang berbeda.⁵²

Dalam proses seseorang menjadi perokok, terdapat tahapan-tahapan perilaku merokok yang dialami individu yaitu.⁵³

- a. Tahap *Prepatory*.

Seseorang memiliki pemahaman yang menyenangkan tentang merokok dengan mendengarkan, menonton atau membaca. Hal-hal ini memicu minat individu untuk merokok.

- b. Tahap *Initiation*.

Tahap inisiasi merokok merupakan tahap apakah seseorang akan melanjutkan perilaku merokoknya.

- c. Tahap *becoming a Smoker*.

Apabila seseorang merokok empat batang sehari, maka ia memiliki kecenderungan untuk menjadi seorang perokok.

- d. Tahap *Maintenance of Smoking*.

Merokok sekarang menjadi bagian dari pengaturan diri (*selfregulating*).

Merokok adalah untuk efek fisiologis yang menyenangkan. Perokok dapat dibagi menjadi tiga kategori berdasarkan jumlah rokoknya. Ketiga jenis perokok tersebut adalah.⁵⁴

- a. Perokok berat yang merokok lebih dari 15 batang per hari.
- b. Perokok sedang yang merokok 5-14 batang per hari.
- c. Perokok ringan yang merokok 1-4 batang per hari.

⁵² Pakpahan et al., *Promosi Kesehatan & Prilaku Kesehatan*. 52-54.

⁵³ Mesri W. N. Manafe, Yudith F. Lerrick, and Boy S. Effendy, "Determinan Tingkatan Perilaku Merokok Remaja Kota Kupang Determinants of Youth Smoking Behavior in Kupang City," *Jurnal inovasi kebijakan IV*, no. 2 (2019): 53.

⁵⁴ Bart Smet, *Psikologi Kesehatan* (Jakarta: Grasindo, 1994).

Tempat merokok juga mencerminkan pola perilaku merokok. Mu'tadin mengklasifikasikan jenis-jenis perilaku merokok menurut tempat seseorang merokok.⁵⁵

a. Merokok di tempat-tempat yang bersifat pribadi

1) Kantor atau di kamar tidur pribadi.

Alasan para perokok memilih tempat-tempat tersebut adalah karena mereka kurang memiliki sikap menjaga kebersihan diri dan penuh dengan kecemasan dalam hati.

2) Toilet.

Perokok jenis ini dapat diklasifikasikan sebagai seseorang yang suka berfantasi.

b. Merokok di tempat-tempat umum / ruang *public*

1) Kelompok homogen (sama-sama perokok)

Dimana mereka berkumpul menikmati kebiasaannya. Secara umum, mereka masih menghormati orang lain, sehingga mereka akan menempatkan diri di area merokok.

2) Kelompok yang heterogen

Merokok ditengah orang-orang lain yang tidak merokok, anak kecil, orang jompo, orang sakit, dll.

Menurut Silvan & Tomkins menurut *management of affect theory*, perilaku merokok terbagi menjadi empat jenis, keempat jenis tersebut adalah.⁵⁶

a. Tipe perokok yang dipengaruhi oleh emosi positif.

1) *Pleasure relaxation*, perbuatan merokok hanya untuk menambah atau meningkatkan kenikmatan yang sudah didapat, seperti merokok setelah minum kopi atau makan.

2) *Simulation to pick them up*, yaitu perilaku merokok hanya dilakukan secukupnya untuk menyenangkan perasaan.

⁵⁵ MAKSEN WANDO TAHIN, "PENGARUH MEROKOK BAGI REMAJA TERHADAP PERILAKU DAN PERGAULAN SEHARI-HARI," *INSTITUT ILMU KESEHATAN STRADA INDONESIA* 6, no. August (2016): 3.

⁵⁶ S. M. J. Priyanti, D., & Silaen, "Pengaruh Kepercayaan Diri Dan Konformitas Teman Sebaya Terhadap Perilaku Merokok Siswa Kelas X SMA Negeri 70 Jakarta," *Jurnal Sosial Dan Humaniora* 2, no. 2 (2018): 100-108.

- 3) *Pleasure of handling the cigarette*, merupakan kenikmatan yang diperoleh dari memegang rokok.
- b. Perilaku merokok dipengaruhi oleh emosi negatif.
Banyak orang merokok untuk mengurangi emosi negatif mereka. Seperti merokok saat marah, cemas, cemas, rokok dianggap sebagai penyelamat. Ketika dalam suasana hati yang buruk, mereka merokok untuk menghindari perasaan yang lebih buruk.
- c. Perilaku merokok yang adiktif.
Perokok yang sudah kecanduan akan meningkatkan dosis rokoknya sewaktu-waktu setelah efek rokok yang dihisapnya habis.
- d. Perilaku merokok yang sudah menjadi kebiasaan.
Mereka merokok sama sekali bukan karena mengendalikan perasaan, tetapi karena sudah menjadi kebiasaan.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa berbagai jenis perilaku merokok di kalangan remaja dapat dilihat dari jumlah rokok yang dihisap, dimana mereka merokok, dan peran merokok dalam kehidupan sehari-hari.

Pembahasan mengenai faktor-faktor yang menyebabkan perilaku merokok menunjukkan bahwa alasan remaja mulai merokok adalah karena remaja berada pada masa transisi dari masa kanak-kanak ke remaja, dan remaja mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan diri dan lingkungan. Kesulitan dalam berbagai penyesuaian memengaruhi sikapnya, mencerminkan karakternya yang labil. Keinginan untuk diakui sebagai orang dewasa seringkali dibarengi dengan kebiasaan meniru orang dewasa tanpa pemikiran yang matang. Berbagai pilihan yang dibuat pada masa remaja merupakan hal yang penting, namun secara langsung dapat memengaruhi sikap dan perilaku, serta memiliki efek jangka panjang. Dunia sosial remaja yang menggunakan rokok sebagai salah satu pembangun eksistensi diri menghadirkan sikap acuh tak acuh dengan berbagai dampak negatif yang ditimbulkannya.⁵⁷

Peningkatan kesadaran bahaya merokok diperlukan khususnya pada remaja. Hal tersebut dikarenakan dalam proses

⁵⁷ Fitri Almaidah et al., "Survei Faktor Penyebab Perokok Remaja Mempertahankan Perilaku Merokok," *Jurnal Farmasi Komunitas* 8, no. 1 (2020): 21.

seseorang mengadopsi perilaku baru, terjadi proses yang berkesinambungan dalam diri orang tersebut, yaitu: kesadaran, yang berarti bahwa orang tersebut mengetahui rangsangan (objek) terlebih dahulu, merasa tertarik dengan rangsangan atau objek tersebut, mempertimbangkan apakah rangsangan itu bermanfaat bagi dirinya, dan subjek mulai mencoba melakukan sesuatu ketika stimulus menuntunya, subjek menghasilkan perilaku baru berdasarkan pengetahuan, kesadaran, dan sikap tentang stimulus tersebut.⁵⁸

Perubahan perilaku seringkali diawali dengan bertambahnya pengetahuan seseorang. Seseorang harus terlebih dahulu mengetahui arti atau manfaat perilaku tersebut baginya. Bagi seseorang, pengetahuan tersebut akan diolah hingga akhirnya dievaluasi. Proses evaluasi ini disebut sikap. Sikap positif akan mendukung rangsangan, sedangkan sikap negatif cenderung menentangnya. Sikap yang masih ada dalam diri seseorang namun tidak dapat dilihat disebut *covert behavior*. Setelah seseorang mengetahui stimulus dan mengevaluasi apa yang diketahui, langkah selanjutnya adalah melakukan (*practice*) tindakan tersebut disebut *overt behavior*. Proses mengubah perilaku seringkali dirasa sulit. Namun menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), strategi perubahan perilaku dapat dilaksanakan melalui tiga jenis tindakan, yaitu menggunakan dorongan, memberikan informasi, dan terlibat dalam diskusi.⁵⁹

Pengetahuan merupakan salah satu pendorong seseorang merokok. Remaja yang memahami rokok dan bahayanya akan bertekad untuk menghindarinya. Pengetahuan tentang bahaya merokok banyak hubungannya dengan kebiasaan merokok. Kesadaran akan bahaya merokok sangat berhubungan dengan perilaku merokok. Hubungan antara sikap dan perilaku merokok juga penting. Sikap ini berbanding terbalik dengan perilaku merokok, dan orang yang memahami bahaya merokok akan mengurangi risiko perilaku merokok.⁶⁰

⁵⁸ Devita Rosali, Maseda Baithesda Suba, and Djon Wongkar, "HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG BAHAYA MEROKOK DENGAN PERILAKU MEROKOK PADA REMAJA PUTRA DI SMA NEGERI I TOMPASOBARU," *ejournal Keperawatan* 1, no. 1 (2013): 6.

⁵⁹ Pakpahan et al., *Promosi Kesehatan & Prilaku Kesehatan*. 25.

⁶⁰ Erlina Wijayanti, Citra Dewi, and Rifqatussa'adah Rifqatussa'adah, "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Kampung Bojong Rawalele, Jatimakmur, Bekasi," *Global Medical & Health Communication (GMHC)* 5, no. 3 (2017): 194.

Dalam sebuah penelitian ditemukan bahwa sebenarnya para perokok menyadari akan bahaya merokok, namun tidak benar-benar meyakini akan bahaya merokok baik bagi diri, keluarga maupun orang lain sehingga mereka tetap merokok walaupun mengetahui akan bahaya merokok.⁶¹ Peningkatan kesadaran akan bahaya merokok dapat dilakukan di sekolah melalui pelaksanaan bimbingan dan konseling yang dilakukan oleh guru BK atau konselor sekolah. Salah satu media bimbingan dan konseling yang dapat digunakan adalah media audio visual yang diberikan selama pelaksanaan bimbingan klasikal.

Media audio visual dari penjelasan sebelumnya dapat diartikan sebagai media pembelajaran yang penyampaian dapat diterima menggunakan kedua indra, pendengaran dan penglihatan. Peserta didik dapat menerima informasi materi pembelajaran melalui audio yang dapat diterima pendengaran, sedangkan media tontonan menerima informasi materi dalam bentuk visual atau kasat mata. Jadi, media audiovisual untuk meningkatkan kesadaran bahaya merokok merupakan media pembelajaran yang berupa video mengenai pengertian dan asal mula adanya rokok serta penyebab dan dampak yang ditimbulkan dari merokok disertai dengan audio atau narasi yang disesuaikan dengan visual yang disajikan dalam video.

B. Penelitian Terdahulu

Beberapa temuan terdahulu yang mendukung penelitian pengembangan media audio visual untuk meningkatkan kesadaran bahaya merokok pada peserta didik SMP, adalah sebagai berikut.

1. Tri Andini, Pengembangan Media Layanan Informasi Berupa Audio Visual sebagai Pemahaman Bahaya Merokok di SMA.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian *Research and Development* (R&D) berdasarkan model ADDIE dengan tujuan membuat media layanan informasi yang kreatif dan inovatif yaitu audio visual yang membahas tentang bahaya merokok. Hasil akhir dari penelitian menunjukkan media audio visual ini dinilai valid karena memenuhi uji validitas dari ahli materi, ahli kesehatan, dan uji coba dalam kelompok

⁶¹ Faridha Alexander Zulkarnain, “Hubungan Kesadaran Terhadap Bahaya Merokok Dengan Keinginan Untuk Berhenti Merokok Di Dukuh Tarikulon Desa Sumber Simo Boyolali” (2019): 3.

kecil serta besar dan media ini dinilai layak untuk digunakan dalam Pendidikan.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang sedang dilakukan peneliti terletak pada kesamaan peneliti dalam mengembangkan media audiovisual mengenai bahaya merokok. Namun, penelitian terdahulu ini memiliki tujuan untuk memberikan pemahaman pada peserta didik, sedangkan yang dilakukan peneliti bertujuan untuk mengembangkan media untuk meningkatkan kesadaran peserta didik akan bahaya merokok.⁶²

2. Alma Feriyanti, Ismail AB, Riza Hayati Ifroh, Efektivitas Audio-Visual *Dangers of Smoking* dalam Meningkatkan Pengetahuan, Efikasi Diri dan Sikap Remaja di SMP Negeri 32 Kota Samarinda.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas video ceramah dengan alat peraga *Dangers of Smoking* dalam meningkatkan pengetahuan, efikasi diri dan sikap bahaya merokok. Penelitian ini menggunakan pra-eksperimental dengan desain *one group pretest* dan *posttest*. Teknik sampling yang digunakan purposive sampling. Uji statistik pada variabel pengetahuan menggunakan Wilcoxon Signed Rank dan variabel efikasi diri dan sikap menggunakan paired t-test. Hasil akhir penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi video ceramah bahaya merokok, efikasi diri dan sikap menunjukkan perbedaan efikasi diri dan sikap sebelum dan sesudah dilakukan intervensi video ceramah bahaya merokok.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang sedang dilakukan peneliti terletak pada kesamaan peneliti dalam penggunaan media audiovisual dalam penelitian dan sama-sama bertujuan dalam meningkatkan suatu hal. Namun, penelitian terdahulu ini meningkatkan pengetahuan, efikasi diri dan sikap bahaya merokok. Sedangkan yang dilakukan peneliti untuk meningkatkan kesadaran bahaya merokok.⁶³

⁶² Andini, "PENGEMBANGAN MEDIA LAYANAN INFORMASI BERUPA AUDIO VISUAL SEBAGAI PEMAHAMAN BAHAYA MEROKOK DI SMA."

⁶³ Alma Feriyanti, Ismail AB, and Riza Hayati Ifroh, "Efektivitas Audio-Visual *Dangers of Smoking* Dalam Meningkatkan Pengetahuan, Efikasi Diri Dan Sikap Remaja Di SMP Negeri 32 Kota Samarinda," *Perilaku dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior* 2, no. 2 (2020): 70–75.

3. Difinubun, Nurjana, Anwar, & Syamsul, Pengaruh Penggunaan Media Audio Visual Terhadap Pengetahuan Merokok Siswa di SMK Negeri 39 Jakarta Tahun 2018.

Penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh penggunaan media audio visual terhadap pengetahuan merokok pada peserta didik di SMK Negeri 39 Jakarta Pusat. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Metode penelitian yang digunakan adalah *quasy experimental* dengan desain penelitian *pre-test* and *post-test*, dengan sampel yang diambil sebanyak 80 peserta didik dengan kriteria inklusi remaja yang merokok aktif dan pasif. Hasil akhir dari penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh penggunaan media audio visual terhadap pengetahuan merokok peserta didik di SMK Negeri 39 Jakarta.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang sedang dilakukan peneliti terletak pada kesamaan peneliti dalam penggunaan media audiovisual dalam penelitian yang dilakukan. Perbedaan penelitian terdahulu ini memiliki tujuan untuk mengetahui pengaruh media pada pengetahuan merokok peserta didik, sedangkan yang dilakukan peneliti adalah mengembangkan media untuk meningkatkan kesadaran bahaya merokok pada peserta didik.⁶⁴

4. Mentari Agustina, Pengaruh Layanan Penguasaan Konten dengan Media Video Terhadap Pengurangan Perilaku Merokok Peserta Didik di SMP Nurul Islam Indonesia Tahun Pembelajaran 2017/2018.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Layanan Penguasaan Konten Dengan Media Video Terhadap Pengurangan Perilaku Merokok Siswa di Kelas IX SMP Nurul Islam Indonesia. Metode penelitian kuantitatif digunakan dalam penelitian ini dengan menggunakan angket. Hasil akhir dari penelitian ini menunjukkan bahwa dengan melaksanakan layanan penguasaan konten melalui media video sangat membantu siswa dalam memahami kecanduan merokok dan dapat membantu mengurangi perilaku merokok peserta didik kelas IX.

⁶⁴ Nurjana Difinubun and Syamsul Anwar, "Pengaruh Penggunaan Media Audio Visual Terhadap Pengetahuan Merokok Siswa Di Smk Negeri 39 Jakarta Tahun 2018," *Jurnal Keperawatan Komunitas* (2018): 1–17.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang sedang dilakukan peneliti terletak pada kesamaan peneliti dalam penggunaan media dengan topik rokok yang dilakukan pada siswa SMP. Namun, penelitian terdahulu ini menggunakan layanan penguasaan konten dalam pelaksanaannya, sedangkan peneliti melaksanakannya di dalam layanan bimbingan klasikal.⁶⁵

5. Safitri, Febi Aulia, Inanda Kasmawardah, M Reza Maulana, Rhizsa Niematoon Naem, and Ayu Riana Sari A. Pemberian Media Audio-Visual ‘*the Effect of Smoke*’ Sebagai Upaya Menanggulangi Perilaku Merokok Rumah Tangga Di Kelurahan Guntung Paikat.

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan edukasi dan penyuluhan dengan pemberian media audio-visual untuk mengatasi masalah perilaku merokok. Metode pelaksanaan kegiatan penyuluhan diawali dengan pembukaan, dilanjutkan *pre-test*, kemudian pemberian materi menggunakan media audio-visual “*The Effect of Smoke*” diikuti dengan sharing dan tanya jawab bersama masyarakat dan dilanjutkan pengisian *post-test*, serta penutup. Peserta. Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kegiatan edukasi dan informasi (KIE) melalui media audio visual tentang “*The Effect of Smoke*” sebagai upaya menanggulangi perilaku merokok dapat meningkatkan pengetahuan, baik secara pengetahuan maupun sikap terkait perilaku merokok dapat menghentikan merokok atau mengurangi dampak rokok bagi perokok aktif maupun perokok pasif di wilayah Komplek Al-Ichwan Jl. Cahaya RT.006 RW.003 Kelurahan Guntung Paikat, Kota Banjarbaru.

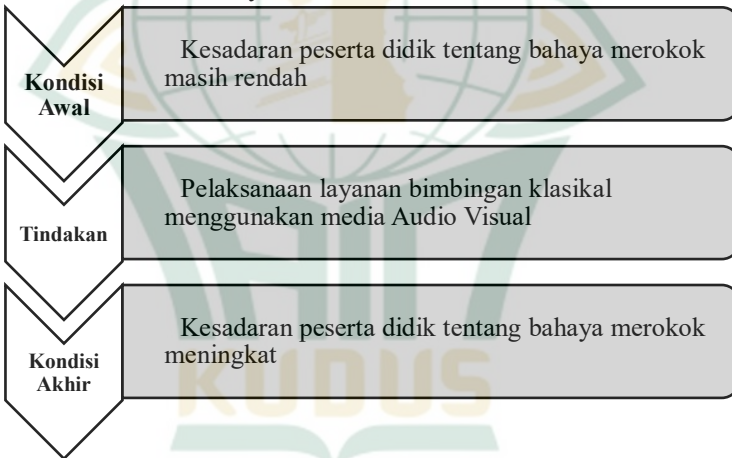
Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang sedang dilakukan peneliti terletak pada kesamaan peneliti dalam penggunaan media audio-visual untuk mengatasi masalah perilaku merokok. Namun, penelitian terdahulu ini memiliki objek penelitian masyarakat kompleks yang usianya memiliki rentang usia cukup luas. sedangkan objek peneliti adalah peserta didik SMP yang masih di usia remaja awal.⁶⁶

⁶⁵ Agustina, “Pengaruh Layanan Penguasaan Konten Dengan Media Video Terhadap Pengurangan Perilaku Merokok Siswa Di SMP Nurul Islam Indonesia Tahun Pembelajaran 2017/2018.”

⁶⁶ Febi Aulia Safitri et al., “Pemberian Media Audio-Visual ‘*the Effect of Smoke*’ Sebagai Upaya Menanggulangi Perilaku Merokok Rumah Tangga Di Kelurahan Guntung Paikat,” *Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan* 6, no. 2 (2022): 909–914.

C. Kerangka Berpikir

Dalam kegiatan bimbingan dan konseling terdapat layanan bimbingan klasikal. Layanan bimbingan klasikal merupakan layanan dasar dalam bimbingan dan konseling yang dilakukan secara terjadwal di dalam kelas. Pelaksanaan layanan ini bertujuan untuk membantu siswa mencakup bidang pribadi, sosial, belajar, dan karir agar dapat berkembang secara optimal. Penggunaan layanan bimbingan klasikal berperan penting untuk mencapai beberapa tujuan. Hal ini dikarenakan layanan bimbingan klasikal dapat digunakan dalam menyampaikan informasi dan menyelesaikan kesalahpahaman peserta didik terhadap informasi tertentu. Contohnya menggunakan media audiovisual dalam pelaksanaan bimbingan klasikal dengan memanfaatkan media yang dapat dilihat juga didengarkan dapat membuat peserta didik lebih memahami materi yang disampaikan yang nantinya dapat membantu peserta didik untuk meningkatkan kesadaran akan bahaya merokok.



Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir

Kesadaran bahaya merokok pada remaja perlu ditingkatkan khususnya di lingkungan sekolah. Hal tersebut dikarenakan tidak semua lingkungan keluarga peserta didik memberikan pemahaman pada peserta didik mengenai bahaya dari merokok. Maka dari itu diharapkan dengan adanya pemberian layanan bimbingan klasikal dengan media audiovisual dapat membantu peserta didik untuk meningkatkan kesadaran tentang bahaya merokok. Layanan bimbingan klasikal dengan media audiovisual dapat meningkatkan kemampuan memahami dan kesadaran peserta didik akan bahaya merokok.

Peneliti memiliki pandangan bahwa rendahnya kesadaran peserta didik tentang bahaya merokok dapat diperbaiki menggunakan layanan bimbingan dan konseling dengan layanan bimbingan klasikal menggunakan media audiovisual. Kondisi tersebut dapat terjadi ketika peserta didik diberikan layanan yang dapat meningkatkan kesadaran tentang bahaya merokok secara tidak langsung melalui pemahaman peserta didik terhadap media audiovisual yang memiliki beberapa bagian yang dikaitkan dengan kehidupan sehari-hari. Dengan adanya pelaksanaan layanan tersebut diharapkan kesadaran peserta didik tentang bahaya merokok dapat meningkat.

D. Hipotesis

Perumusan hipotesis penelitian merupakan langkah ketiga dalam penelitian, setelah peneliti mengemukakan landasan teori dan kerangka berpikir. Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, di mana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Dikatakan sementara, karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data. Jadi hipotesis juga dapat dinyatakan sebagai jawaban teoritis terhadap rumusan masalah penelitian, belum jawaban yang empirik.⁶⁷

Adapun hipotesis pada penelitian yang akan dilaksanakan ini adalah seperti yang dijelaskan di bawah ini:

H_0 = Layanan bimbingan klasikal menggunakan media audio visual tidak memunyai pengaruh pada peningkatan kesadaran peserta didik tentang bahaya merokok.

H_1 = Layanan bimbingan klasikal menggunakan media audiovisual berpengaruh pada peningkatan kesadaran peserta didik tentang bahaya merokok.

Pada proses pengujian hipotesis ini penulis melakukan uji statistika menggunakan uji-t. Hal ini didasari dengan pernyataan jika hasil t hitung > t tabel maka H_0 ditolak dan H_1 diterima dan sebaliknya.

⁶⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2015), 63-64.