

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan ditunjukkan dengan analisis dan pengkajian data yaitu layanan konseling kelompok behavioral dengan teknik aversi dapat mereduksi kebiasaan merokok remaja Desa Brakas. Secara khusus dapat disimpulkan sebagai berikut.

1. Kebiasaan merokok remaja Desa Brakas sebelum diberikan *treatment* termasuk kedalam kriteria tinggi sampai sangat tinggi dengan rentang skor 85 sampai 102. Dan sesudah diberikan *treatment* atau perlakuan melalui layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik Aversi didapatkan hasil *posttest* dengan rentang skor 52 sampai 81 dengan kriteria rendah sampai tinggi, perbedaan kebiasaan merokok dapat dilihat berdasarkan nilai rata-rata hasil *pretest* yaitu 92 dan *posttest* 66.
2. Layanan konseling kelompok behavioral teknik aversi merupakan upaya bantuan yang diberikan oleh konselor kepada konseli, dilakukan dalam suasana kelompok untuk mengurangi tingkal laku yang tidak sesuai dengan memberikan hukuman, dengan syarat pemberian hukuman tidak menimbulkan dampak emosional atau fisik yang bersifat negatif seperti menghilangkan nyawa seseorang. Sebelum diberikan perlakuan, responden diberikan *pretest* berupa angket yang kemudian dianalisis untuk mengetahui kriteria kebiasaan merokoknya. dan setelah diberikan perlakuan, responden diberikan *posttest* untuk mengetahui bagaimana hasil dari pemberian *treatment*.
3. Pelaksanaan layanan konseling kelompok behavioral dengan teknik aversi dinilai efektif untuk mereduksi kebiasaan merokok remaja Desa Brakas yang dapat dilihat berdasarkan hasil selisih nilai rata-rata sebesar 24,6. Berdasarkan nilai hasil *pretest* dan *postets*, diketahui bahwa terdapat nilai tertinggi dan terendah interval sebelum dan sesudah diberikan *treatment* dengan rentan skor 85-102 untuk kategori sangat tinggi dan setelah diberikan *treatment* mengalami penurunan menjadi 52-81 dengan kategori sedang sampai tinggi. Meskipun termasuk dalam kategori sangat tinggi terjadi penurunan nilai hasil *pretest* dan *posttest*, yang

skor awalnya 102 setelah diberikan *treatmen* hasil yang didapat menjadi 81 dan yang skor awalnya 89 setelah diberikan *treatmen* hasil yang didapat menjadi 80. Hasil output “Independent Sampel t Test” pada bagian “*Equal variances assumed*” diketahui nilai sig. (2-tailed) sebesar $0,009 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti penggunaan layanan konseling kelompok behavioral dengan teknik aversi dapat mereduksi kebiasaan merokok remaja Desa Brakas.

B. Saran

1. Bagi Remaja

Kita tahu bahwa dalam satu batang rokok mengandung berbagai zat yang sangat berbahaya bagi tubuh kita bahkan untuk orang lain. Sebelum dampak negatif dari kebiasaan merokok terjadi pada diri kita diharapkan para remaja dapat mengurangi kebiasaan merokok dan lebih memperhatikan kesehatan dengan melakukan kegiatan-kegiatan yang positif. Bukan tentang merokok mati tidak merokok tetap mati, kematian adalah ketetapan Allah dan hidup sehat adalah sebuah pilihan yang dapat kita buat.

2. Bagi peneliti lain

Penelitian ini hanya sebatas penelitian di Desa Brakas, oleh karena itu diperlukan penelitian yang lebih luas. Serta penelitian ini hanya meneliti tentang upaya mengurangi kebiasaan merokok remaja dengan layanan konseling kelompok behavioral dengan teknik aversi, sehingga diharapkan untuk peneliti lainnya di masa mendatang dapat melakukan penelitian lebih lanjut yang berkaitan dengan upaya menurunkan kebiasaan merokok remaja yang lebih solutif dan efektif untuk membantu remaja dalam menurunkan kebiasaan merokok pada remaja.