**ABSTRAK**

**PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK *SEL MANAGEMENT* UNTUK MENGURANGI PERILAKU MEROKOK PADA SISWA**

**KELAS VIII DI SMP NEGERI SATU ATAP**

**TAHUN PELAJARAN 2020/2021**

**RISNAWATI MUNTHE**

Penelitian ini dilakukan berdasarkan fenomena tingginya perilaku merokok siswa di SMP Negeri Satu Atap. Perilaku merokok merupakan suatu kegiatan menghisap asap dari rokok yang dapat mengakibatkan banyak dampak negatif bagi kesehatan yang akan didapatkan dari bahan kimia yang terkandung didalamnya. Permasalahan yang dikaji dalam penelitian ini adalah bagaimana memanajemen diri pada siswa yang berperilaku merokok agar dapat dikurangi melalui layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *self management*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk membuktikan pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik *self management* untuk mengurangi perilaku merokok pada siswa.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen dengan desain *one-group pretest-postest*. Sampel yang digunakan berjumlah 10 siswa. Teknik pengambilan subyek pada penelitian ini yaitu *sampling purposive*. Alat pengumpul data yang digunakan yaitu skala perilaku merokok dan teknik analisis data.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pengaruh bimbingan kelompok teknik *self management* terhadap perilaku merokok (z = -2,524, p < 0,05). Dari hasil perhitungan tersebut, dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh bimbingan kelompok teknik *self management* untuk mengurangi perilaku merokok pada siswa.

Sehubungan dengan hasil penelitian di atas diharapkan guru BK dapat mengupayakan mengurangi bahkan menghentikan perilaku merokok siswa dengan memberikan layanan menggunakan bimbingan kelompok teknik *self management* untuk dapat mengatasi permasalahan merokok tersebut.

**Kata kunci**: bimbingan kelompok; *self management*; perilaku merokok

***ABSTRACT***

***THE EFFECT OF GROUP MANAGEMENT TECHNIQUE GUIDANCE TO REDUCE SMOKING BEHAVIOR IN CLASS VIII STUDENTS AT ONE ROOF STATE JUNIOR HIGH SCHOOL ACADEMIC YEAR 2020/2021***

**RISNAWATI MUNTHE**

*This research was conducted based on the phenomenon of the high smoking behavior of students in One Roof State Junior High School. Smoking behavior is an activity of sucking smoke from cigarettes which can result in many negative impacts on health that will be obtained from the chemicals contained in it. The problem studied in this study is how to manage self-management in students who behave in smoking so that it can be reduced through group guidance services. using self-management techniques. The purpose of this study was to prove the effect of group guidance with self-management techniques to reduce smoking behavior in students.*

*The type of research used is experimental research with a one-group pretest-posttest design. The sample used is 10 students. The technique of taking the subject in this research is purposive sampling. The data collection tools used are smoking behavior scale and data analysis techniques.*

*The results of this study indicate that there is a significant influence between the influence of self-management technique group guidance on smoking behavior (z = -2.524, p <0.05). From the results of these calculations, it can be said that there is an effect of group guidance on self-management techniques to reduce smoking behavior in students.*

*In connection with the results of the research above, it is expected that BK teachers can try to reduce and even stop students' smoking behavior by providing services using group guidance on self-management techniques to be able to overcome the smoking problem.*

***Keywords:*** *group guidance; self-management; smoking behavior*