

PERUBAHAN PERILAKU MEROKOK REMAJA

(Studi Kasus Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 18 Tangerang)



Virda Ismi Aulia

4915127080

Skripsi ini Ditulis untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)

**JURUSAN PENDIDIKAN ILMU PENGETAHUAN
SOSIAL**

FAKULTAS ILMU SOSIAL

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2016

ABSTRAK

Virda Ismi Aulia, PERUBAHAN PERILAKU MEROKOK REMAJA. Skripsi. Jakarta: Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Fakultas Ilmu sosial, Universitas Negeri Jakarta, 2016.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji kegiatan ekstrakurikuler futsal yang berupaya mengubah perilaku merokok anggotanya. Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 18 Tangerang selama empat bulan dari Februari sampai Mei 2016. Metode penelitian yang digunakan kualitatif, dengan teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara, catatan lapangan, dokumentasi, dan studi pustaka. Metode yang digunakan dalam analisis data adalah reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan. Subjek penelitian ini, yaitu 1 orang wakil Kepala Sekolah, 1 orang guru, 1 orang pelatih futsal, dan 10 orang anggota ekstrakurikuler futsal. Fokus penelitian ini meliputi: proses perubahan perilaku merokok yang terjadi di dalam ekstrakurikuler futsal.

Hasil penelitian menunjukkan: (1) proses perubahan perilaku merokok dalam ekstrakurikuler futsal dilakukan dengan pemberian stimulus dan didukung dengan lingkungan, (2) komunikasi antara pelatih dengan pemain dan dengan sesama pemain membantu perubahan perilaku merokok, (3) strategi perubahan perilaku merokok sangat berpengaruh terhadap perubahan perilaku merokok yang terjadi dalam ekstrakurikuler futsal, strategi itu peningkatan jumlah oksigen dalam tubuh VO_2Max yang dilakukan dengan metode pelatihan sirkuit dan metode pelatihan mental.

Kata Kunci : *Perubahan Perilaku Merokok, Ekstrakurikuler, Remaja, Futsal.*

ABSTRACT

Virda Ismi Aulia, TEENANGERS SMOKING BAHAVIOUR CHANGES. Skripsi. Jakarta: Majoring Social Education, Faculty of Social, University of Jakarta, 2016.

This study attempts to assess extracurricular activities futsal smoking behavior in order to change its members. The research was conducted in 18 Junior High School Tangerang for four months from february until may 2016. Research methodology used qualitative, using technique data collection through observation, interview, field notes, documentation, and the literature study. Methods used in analysis data is reduction data, presentation of data, the withdrawal of conclusion. The subject of this research, such as a people Vice Principal , a people Teachers , a people Futsal Coach , and 10 members futsal extracurricular. The focus of this research includes: the process of changing smoking behavior that happens in extracurricular futsal.

The research results show: (1) the process of changing behavior smoked in extracurricular futsal done by the provision of a stimulus and supported with the environment, (2) communication between coaches with players and with other players help behavior changes smoking, (3) strategy the behavioral changes smoking good affect on the behavior smoking that occurred in extracurricular futsal, that strategy increase in the number of oxygen in the body (VO₂Max) performed with circuit training method and mental training method.

Keywords: *Behavior Changes Smoking, Extracurricular, Teenagers, Futsal*

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI
Penanggung Jawab / Dekan Fakultas Ilmu Sosial
Universitas Negeri Jakarta

Dr. Muhammad Zid, M.Si
NIP 196304121994031002

No.	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
1.	<u>Martini, S.H., M.H</u> NIP.197103031998032001 (Ketua)		
2.	<u>Bambu Segara, S.Sos</u> NIP.196611021995121002 (Sekretaris)		
3.	<u>Dr. Desy Safitri, M.Si</u> NIP.196912042008012016 (Anggota/Penguji Ahli)		
4.	<u>Dr. Budiaman, M.Si</u> NIP.196710211994031002 (Anggota/Pembimbing I)		
5.	<u>Sujarwo, M.Pd</u> NIP. 198608012014041001 (Anggota/Pembimbing II)		

Tanggal Lulus: 18 Juli 2016

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya Saya sendiri, dan
Semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk
Telah Saya nyatakan dengan benar

Nama : Virda Ismi Aulia

No. Registrasi : 4915127080

TandaTangan :

Tanggal : 3 Agustus 2016

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK

Sebagai civitas akademik Universitas Negeri Jakarta, Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : VIRDA ISMI AULIA
No. registrasi : 4915127080
Program Studi : Pendidikan IPS
Jurusan/Fakultas : Pendidikan IPS/Ilmu Sosial
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada **Universitas Negeri Jakarta Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (Non-Exclusive Royalty Free Right)** atas Skripsi Saya yang berjudul:

PERUBAHAN PERILAKU MEROKOK REMAJA

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non Eksklusif ini Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan Skripsi Saya selama tetap mencantumkan nama Saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini Saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : 3 Agustus 2016

Yang Menyatakan

VIRDA ISMI AULIA
4915127080

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Mendidik adalah tanggung jawab setiap orang terdidik. Berarti juga, anak-anak yang tidak terdidik di Republik ini adalah "dosa" setiap orang terdidik yang dimiliki di Republik ini. Anak-anak nusantara tidak berbeda. Mereka semua berpotensi. Mereka hanya dibedakan oleh keadaan.”

(Anies Baswedan)

“ Do the best, be good, then you will be the best”

*Karya ini kupersembahkan untuk kedua orang tuaku yang kusayangi,
untuk kakak-kakakku, dosen-dosenku, dan sahabat-sahabatku.....*

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Puji serta syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan segala nikmatnya kepada penulis hingga pada akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulis hanya dapat mengucapkan syukur Alhamdulillah karena atas berkat segala apapun yang telah diberikan oleh-Nya yang tidak bisa dirasakan oleh indera manusia. Sholawat serta salam tak lupa kepada Suri Tauladan kita semua, Nabi Besar Muhammad SAW, beserta keluarga, sahabat dan para pengikutnya hingga Yaumul Akhir nanti.

Penulisan skripsi ini dimaksudkan untuk memenuhi sebagai persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial pada Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Jakarta.

Penulisan skripsi ini tidak dapat diselesaikan secara sendirian namun tentunya banyak pihak-pihak yang terlibat dalam memberikan masukan, nasihat, motivasi dan materi. Oleh karena itu, penulis menyampaikan ungkapan rasa terimakasih kepada yang terhormat :

1. Dr. Muhammad Zid, M.Si., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial.
2. Drs. Muhammad Muchtar, M.Si. selaku Ketua Jurusan Pendidikan IPS.
3. Dr. Budiaman, M.Si. selaku Dosen Pembimbing I, atas ilmu, kesabaran, ketelitian, dan arahannya selama membimbing penelitian
4. Sujarwo, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan, bantuan, serta saran kepada peneliti.
5. Bambu Segara, S.Sos. selaku Pembimbing Akademis penulis selama menyelesaikan perkuliahan dan membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi.
6. Tim Dosen Jurusan Pendidikan IPS dan Tim Dosen Universitas Negeri Jakarta yang telah banyak memberikan ilmu sebagai bekal penulis di masa yang akan datang.
7. Ayahanda tercinta H. Syuhada Alamsyah dan Ibunda tercinta Hj. Fuziah, M, Pd.I yang selalu memberikan bimbingan, motivasi, kasih sayang dan doa restu selama peneliti mengikuti pendidikan di Universitas Negeri Jakarta.

8. Kakak-kakak tercinta Firman Reza Ardiansyah, S.H.I, Juliati, S.H.I, drg. Vera Chaerunnisa, dr. Amir Ali Lubis, Fahmi Firdaus, S.E, Suci Cyntia, S.E yang selalu memberikan motivasi kepada penulis untuk menyelesaikan karya ini sehingga karya ini dapat diselesaikan
9. Seluruh sahabat Pendidikan IPS 2012, rekan-rekan seperjuangan dari awal Masa Pengenalan Akademik sampai sidang skripsi khususnya Lutfia, Nur Djulaiqha, Novalia Erni Putri, Della Agyta, Nisrina Haniah, dan Titis Sari Metsun,
10. Seluruh sahabat Nadira Assegaf, Shabrina Mayang Sari, Mutimmah, Alfina Januartika Moniaga, Tisa Anindita Diandra Putri, Anisa Wahyu Utami yang telah memberikan bantuan, saran, dan motivasi selama ini.
11. Terakhir peneliti mengucapkan terimakasih banyak kepada Kepala Sekoah SMP Negeri 18 Tangerang yang telah bersedia menerima peneliti untuk meneliti dan mengambil data di sekolah dan terimakasih atas seluruh informasinya terutama kepada Bapak Khr selaku informan kunci yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk menjawab pertanyaan peneliti. Kepada Bapak Hrt selaku Wakil Kepala Sekolah dan juga informan atas waktu yang telah diluangkan, Ibu Tad selaku guru yang bersedia meluangkan waktunya untuk menjawab pertanyaan peneliti, serta seluruh anggota futsal SMP Negeri 18 Tangerang yang menerima peneliti dengan baik khususnya kepada anggota futsal menjadi informan karena berkat informasi yang diberikan peneliti dapat menyelesaikan karya ini.

Serta kepada seluruh yang mendukung, mendo'akan, dan membantu penulis dalam menyelesaikan penelitian ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu namanya tanpa mengurangi rasa hormat penulis mengucapkan terimakasih. Hanya Allah SWT yang dapat membalas dan melimpahkan segala karunia-Nya. Pada akhirnya penulis menyampaikan beribu maaf apabila dalam sebuah karya tulis ini masih sangat banyak kekurangan serta bila ada yang kurang berkenan dihati dan menyinggung banyak pihak. Namun penulis berharap skripsi ini tetap memberikan sedikit kebermanfaatan untuk orang lain.

Jakarta, 18 Juli 2016

Virda Ismi Aulia

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
LEMBAR PEGESAHAN SKRIPSI	ii
PERNYATAAN ORISINALITAS	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR BAGAN.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Masalah Penelitian	4
C. Fokus Penelitian.....	5
D. Tujuan dan Kegunaan Penelitian	5
1. Tujuan Penelitan.....	5
2. Kegunaan Penelitian.....	5
E. Kerangka Konseptual.....	6
1. Ekstrakurikuler Futsal	6
a. Pengertian Ekstrakurikuler	6
b. Tujuan dan Manfaat Kegiatan Ekstrakurikuler	8
c. Jenis-jenis Kegiatan Ekstrakurikuler	9

d. Bentuk Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler	10
e. Ekstrakurikuler Futsal	11
2. Perubahan Perilaku	17
a. Pengertian Perubahan Perilaku	17
b. Strategi Perubahan Perilaku	20
c. Bentuk-bentuk Perubahan Perilaku	22
3. Perilaku Merokok Remaja	24
a. Pengertian Perilaku	24
b. Pengertian Perilaku Merokok Remaja	24
c. Tipe Perilaku Merokok	26
d. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Merokok Remaja	28
e. Bahaya Rokok Bagi Kesehatan	31
4. Komunikasi Antar Pribadi	33
a. Tujuan Komunikasi Antar Pribadi	34
b. Efektivitas Komunikasi Antar Pribadi	37
F. Penelitian Relevan.....	40

BAB II METODE PENELITIAN

A. Deskripsi Lokasi dan Waktu Penelitian	42
1. Lokasi Penelitian	42
2. Waktu Penelitian	42
B. Metodologi Penelitian	43
C. Teknik Pengambilan Sampel	44
D. Sumber Data.....	45
1. Data Primer	46
2. Data Sekunder	47
E. Teknik Pengumpulan Data.....	47
1. Observasi	47
2. Wawancara	48
3. Catatan Lapangan	49
4. Dokumentasi	50

5. Studi Pustaka	50
F. Teknik Kalibrasi Keabsahan Data	51
1. Perpanjangan pengamatan	51
2. Triangulasi	51
3. Kecukupan Refrensial	53
G. Teknik Analisis Data.....	54

BAB III HASIL TEMUAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Lokasi Penelitian	55
1. Keadaan Umum dan Profil SMP Negeri 18 Tangerang	55
2. Lokasi dan Fasilitas SMP Negeri 18 Tangerang	58
3. Data Pendidik, Tenaga Pendidik, dan Siswa.....	63
4. Keadaan Umum Siswa-siswi SMP Negeri 18 Tangerang	63
a. Pembiasaan	63
b. Kegiatan Pembelajaran	64
c. Kurikulum	64
d. Kegiatan Ekstrakurikuler	64
B. Hasil Temuan	65
1. Gambaran Ekstrakurikuler Futsal	66
a. Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 18 Tangerang	66
b. Tujuan Mengikuti Ekstrakurikuler Futsal	69
2. Proses Perubahan Perilaku Merokok	69
a. Latar Belakang Anggota Futsal Merokok	69
c. Dampak Perilaku Merokok	72
d. Upaya Sekolah Dalam Meminimalisir Perilaku Merokok	74
e. Ekstrakurikuler Merubah Perilaku Merokok	76
f. Hambatan Pada Proses Perubahan Perilaku Merokok	81
g. Dampak Perubahan Perilaku Merokok	84
3. Komunikasi Antar Pribadi	88
4. Strategi Perubahan Perilaku Merokok	90
a. Metode Pelatihan Sirkuit	92
b. Metode Pelatihan Mental	94

C. Pembahasan Proses Perubahan Perilaku Merokok Anggota	
Futsal	96
1. Proses Perubahan Perilaku Merokok	96
2. Komunikasi Antar Pribadi	98
3. Strategi Perubahan Perilaku Merokok	101
a. Metode Pelatihan Sirkuit	103
b. Metode Pelatihan Mental	105
BAB IV PENUTUP	
A. Kesimpulan	108
B. Implikasi.....	109
C. Saran.....	111
DAFTAR PUSTAKA	113

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1.	Penelitian Yang Relevan	41
Tabel 2.1.	Rencana Pembagian Waktu Penelitian	43
Tabel 2.2.	Daftar Informan Kunci dan Inti	46
Tabel 3.1	Fasilitas SMP Negeri 18 Tangerang	62
Tabel 3.2.	Data Siswa SMP Negeri 18 Tangerang	63
Tabel 3.3.	Kegiatan Ekstrakurikuler SMP Negeri 18 Tangerang	65

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1.	Peta Kawasan SMP Negeri 18 Tangerang.....	58
Gambar 3.2	Metode Pelatihan Sirkuit	93

DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1.	Alur Berpikir Pada BAB III	55
------------	----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Surat Izin Penelitian	115
Lampiran 2.	Data Pendidik dan Tenaga Pendidik	116
Lampiran 3.	Kisi-Kisi Instrumen Penelitian	118
Lampiran 4.	Pedoman Observasi	121
Lampiran 5.	Pedoman Wawancara	123
Lampiran 6.	Instrumen Penelitian	131
Lampiran 7.	Catatan Lapangan	135
Lampiran 8.	Catatan Wawancara	157
Lampiran 9.	Dokumentasi	200

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perilaku merokok merupakan kegiatan fenomenal, artinya walaupun telah banyak orang yang mengetahui dampak buruk akibat merokok, tetapi jumlah perokok tidak menurun bahkan terus meningkat. Saat ini kelompok umur perokok pun sangat bervariasi dan bukan menjadi dominasi kaum pria saja. Fakta yang terjadi saat ini menunjukkan bahwa kebiasaan merokok telah menjadi *trend* di kalangan remaja, artinya merokok telah menjadi gambaran baru kebebasan remaja serta gaya hidup baru di kalangan remaja.

Selain meningkat dalam jumlah orangnya, usia perokok pun semakin lama semakin muda. Berdasarkan Survey Ekonomi Nasional Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan terjadinya peningkatan jumlah perokok yang mulai merokok pada usia di bawah usia 19 tahun, dari 69 % pada tahun 2001 menjadi 78 % pada tahun 2004. Survey ini juga menunjukkan trend usia inisiasi merokok menjadi semakin dini, yakni usia 5-9 tahun. Perokok yang mulai merokok pada usia 5-9 tahun mengalami peningkatan yang paling signifikan, dari 0,4 % pada tahun 2001 menjadi 1,8 % pada tahun 2004. Hal itu sejalan dengan pemantauan KPAI, akhir-akhir ini kebiasaan merokok aktif pada anak cenderung meningkat dan dimulai pada usia semakin muda, yaitu pada masa akhir usia sekolah atau masa remaja. Penelitian Universitas Andalas dengan responden di kecamatan Padang Barat tahun 2004

menunjukkan bahwa sebesar 97,7 % anak memulai merokok pada usia di bawah 16 tahun.¹

Remaja saat ini mengalami banyak kesulitan dibandingkan dengan generasi muda sebelumnya. Keprihatinan ini meningkat karena presentase anak remaja yang terlibat dalam perilaku menyimpang meningkat dengan pesat, masalahnya pun sangat beragam. Oleh karena itu, untuk mencegahnya perlu adanya peran serta dari orang tua, guru, pekerja sosial, tokoh-tokoh masyarakat, dan pemerintah secara maksimal. Masa remaja yang identik dengan pelajar adalah suatu masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Dimana remaja merasa bukan kanak-kanak lagi, tetapi belum mampu mengemban tugas sebagai orang dewasa. Karena itu, remaja berada di antara suasana ketergantungan dan ketidaktergantungan sehingga tingkah lakunya cenderung labil serta tidak mampu menyesuaikan diri secara sempurna terhadap lingkungannya.

Menurut Kepala Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (Balitbangkes) Kementerian Kesehatan (Kemenkes) Tjandra Yoga Aditama pihaknya telah menyelesaikan analisis Global Youth Tobacco Survey (GYTS) untuk tahun 2014. GYTS merupakan data termutakhir mengenai kebiasaan merokok yang dilakukan oleh kaum remaja di tiap negara, dalam hal ini Indonesia. GYTS dilakukan terhadap pelajar tingkat SMP dengan rentang usia 13-15 tahun. Menurut Aditama, survei ini mengungkapkan fakta, bahwa

¹ Tim KPAI, 2013. *Menyelamatkan Anak Dari Bahaya Rokok* (diakses di <http://www.kpai.go.id/tinjauan/menyelamatkan-anak-dari-bahaya-rokok/> pada 20 Juli 2016 pukul 22:35 WIB)

sebanyak 18,3 persen pelajar Indonesia sudah terbiasa merokok. Dari jumlah tersebut, remaja laki-laki mendominasi. Total anak-anak muda yang disurvei, yakni 5.981 orang yang mencakup 72 sekolah dengan sampel 212 kelas. Aditama lantas membandingkan temuan pada anak-anak SMP ini dengan data perokok usia 15 tahun ke atas. . "Artinya, dengan bertambahnya umur, maka persentase perokoknya terus meningkat,". Dengan demikian, bila angka perokok muda bisa ditekan, maka di masa depan jumlah perokok dewasa dapat dikendalikan dengan relatif mudah. Menurut Aditama, dalam hal ini program penanggulangan rokok di lingkungan sekolah berperan urgen.²

Fenomena perilaku merokok remaja juga dialami oleh siswa SMP Negeri 18 Tangerang, khususnya anggota futsal SMP Negeri 18 Tangerang. Berdasarkan penelitian awal yang dilakukan, peneliti mendapatkan informasi bahwa memang dahulu anggota futsal banyak yang diketahui merokok, hal tersebut diungkapkan oleh pelatih futsal Bapak Khr. Dengan banyaknya anggota futsal yang merokok maka Bapak Khr sebagai pelatih futsal merasa bertanggung jawab untuk merubah perilaku merokok anggotanya.

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang diselenggarakan di luar jam pelajaran yang tercantum dalam susunan program sesuai dengan keadaan dan kebutuhan sekolah. Kegiatan ekstrakurikuler berupa kegiatan pengayaan dan kegiatan perbaikan yang berkaitan dengan program kurikuler. Menurut Lutan, kegiatan ekstrakurikuler merupakan salah satu jalur pembinaan kesiswaan di samping jalur Organisasi Siswa Intra Sekolah

² Yudha Manggala P Putra, 2015. *18 Persen Pelajar SMP Terbiasa Merokok* (diakses di <http://www.republika.co.id/berita/nasional/umum/15/06/01/np8axs-18-persen-pelajar-smp-sudah-terbiasa-merokok> pada 27 januari 2016 pukul 23:02 WIB)

(OSIS), latihan kepemimpinan dan wawasan wiyatamandala. Artinya kegiatan ekstrakurikuler bermakna untuk memperluas pengetahuan siswa. Dalam arti memperkaya, mempertajam, serta memperbaiki pengetahuan para siswa yang berkaitan dengan mata pelajaran sesuai dengan program kurikulum yang ada.³

Berangkat dari permasalahan remaja tersebut, maka kegiatan di Sekolah Menengah Pertama (SMP) bukan hanya berupa kegiatan belajar mengajar di dalam kelas (Intrakurikuler), tetapi terdapat kegiatan diluar jam pelajaran (Ekstrakurikuler). Dengan adanya kegiatan ekstrakurikuler diharapkan para siswa yang duduk di SMP dapat mengembangkan bakat dan potensinya, sehingga banyak waktunya yang digunakan untuk kegiatan yang lebih positif.

Berdasarkan perubahan perilaku merokok yang terjadi oleh anggota futsal, peneliti tertarik dan ingin mengangkat proses perubahan perilaku merokok serta strategi perubahan perilaku merokok yang dilakukan oleh pelatih futsal. Melalui penelitian ini, dapat diketahui proses perubahan perilaku merokok dan strategi perubahan perilaku merokok yang dilakukan oleh pelatih futsal, sehingga perubahan pada anggota futsal dapat terjadi.

B. Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, dapat dirumuskan masalah penelitian, yaitu:

³ Rusli Lutan, *Buku Materi Pokok Pengelolaan Interaksi Belajar Mengajar Intrakurikuler dan Ekstrakurikuler*, (Jakarta: Universitas Terbuka, 1986), h. 18.

1. Bagaimana proses perubahan perilaku merokok yang dilakukan pelatih futsal kepada anggotanya?
2. Bagaimana strategi pelatih futsal untuk merubah perilaku merokok anggotanya?

C. Fokus Penelitian

Pembahasan mengenai ekstrakurikuler sebagai upaya mencegah kenakalan remaja merupakan cakupan yang masih sangatlah luas. Mengingat ekstrakurikuler banyak macamnya begitupula dengan kenakalan remaja. Maka penulis memfokuskan penelitian ini kepada:

1. Proses perubahan perilaku merokok:
 - a. Dampak perubahan perilaku merokok
 - b. Hambatan perubahan perilaku merokok
2. Strategi perubahan perilaku merokok
 - a. VO_2 Max
 - b. Metode pelatihan sirkuit
 - c. Metode pelatihan mental

D. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui tentang kegiatan ekstrakurikuler futsal sebagai salah satu ekstrakurikuler yang dapat

mengupayakan perubahan perilaku merokok pada remaja yang terjadi di SMP Negeri 18 Tangerang.

2. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan memiliki kegunaan antara lain:

Secara akademis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran proses serta strategi pelatih futsal dalam merubah perilaku merokok anggotanya.

Secara praktis, penelitian ini semoga menjadi bahan pertimbangan sekolah untuk dapat meningkatkan dan memaksimalkan pengendalian sosial akan peraturan mengenai rokok pada siswa di SMP Negeri 18 Tangerang serta menjadi acuan yang tepat bagi pihak lain terkait dengan pengembangan ekstrakurikuler khususnya ekstrakurikuler futsal dalam upaya mencegah dan mengubah perilaku menyimpang khususnya perilaku merokok pada remaja. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menambah kepada siswa maupun masyarakat serta kaum pendidik mengenai ekstrakurikuler yang dapat berupaya mengubah perilaku merokok yang saat ini melanda kalangan remaja Indonesia.

Bagi peneliti, dapat mengasah kemampuan, menambah pengetahuan dan informasi baru mengenai perilaku menyimpang merokok yang terjadi pada sebagian siswa yang berada di bangku SMP, khususnya SMP Negeri 18 Tangerang.

E. Kerangka Konseptual

1. Ekstrakurikuler Futsal

a. Pengertian Ekstrakurikuler

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang diselenggarakan di luar jam pelajaran yang tercantum dalam susunan program sesuai dengan keadaan dan kebutuhan sekolah. Kegiatan ekstrakurikuler berupa kegiatan pengayaan dan kegiatan perbaikan yang berkaitan dengan program kurikuler.

Di dalam memberikan pengertian tentang kegiatan ekstrakurikuler terdapat perbedaan yang satu dengan yang lainnya, di antaranya yaitu :

- 1) Usman berpendapat ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan diluar jam pelajaran (tatap muka) baik dilaksanakan di sekolah maupun di luar sekolah dengan maksud serta mempunyai tujuan untuk lebih memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan serta kemampuan yang telah dimilikinya dari berbagai bidang studi⁴
- 2) Arikunto mengatakan kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan tambahan, di luar struktur program yang pada umumnya merupakan kegiatan pilihan.⁵
- 3) Lembaga Direktorat Pendidikan Menengah Kejuruan berpendapat bahwa kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan di

⁴ Moh. User Usman, *Upaya Optimalisasi Kegiatan Belajar Mengajar*, (Bandung: Rosda Karya.1993), h. 22

⁵ Suryosubroto. B, *Proses Belajar Mengajar Di Sekolah*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta.1997), h.271

luar jam pelajaran tatap muka, dilaksanakan di sekolah atau di luar sekolah agar lebih memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan dan kemampuan yang telah dipelajari dari berbagai mata pelajaran dalam kurikulum.⁶

Berdasarkan pendapat dari beberapa para ahli di atas maka penulis dapat menyimpulkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler futsal adalah kegiatan tambahan di luar struktur program yang dilaksanakan di luar jam pelajaran biasa agar memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan dan kemampuan peserta didik.

b. Tujuan dan Manfaat Kegiatan Ekstrakurikuler:⁷

Tujuan dan manfaat kegiatan ekstrakurikuler yang terdapat di sekolah memberikan tujuan untuk membantu perkembangan siswa sesuai kebutuhan, potensi, bakat dan minat siswa, karena setiap siswa akan memiliki kebutuhan, potensi, bakat dan minat yang berbeda. Oleh sebab itu siswa boleh memilih kegiatan apa yang cocok dengan dirinya

- 1) Meningkatkan pengetahuan peserta didik dalam aspek kognitif maupun afektif, misalnya dalam kegiatan ekstrakurikuler jurnalistik, yaitu membuat naskah berita dan mempraktekannya didepan.
- 2) Mengembangkan bakat serta minat dalam upaya pembinaan pribadi menuju manusia seutuhnya.

⁶ *Kurikulum SMK 1984*, Depdikbud, h. 6

⁷ *Kurikulum SMK, Op.,Cit.*, h. 23-24

- 3) Mengetahui, mengenal, serta membedakan hubungan antara satu mata pelajaran dengan pelajaran yang lainnya.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa tujuan dan manfaat dari kegiatan ekstrakurikuler itu bukan hanya mengembangkan pengetahuan mereka tetapi juga dapat menjadi wadah bagi siswa untuk menyalurkan minat dan bakat yang mereka miliki.

c. Jenis-jenis Kegiatan Ekstrakurikuler⁸

Kegiatan ekstrakurikuler yang terdapat di sekolah beranekaragam. Kegiatan tersebut dilaksanakan untuk memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa, meningkatkan keterampilan agar dapat bersosialisasi dengan masyarakat, menyalurkan bakat dan minat serta melengkapi upaya pembinaan manusia seutuhnya, sehingga jenis kegiatan ekstrakurikuler menunjang untuk terciptanya kegiatan ekstrakurikuler secara maksimal.

- 1) Kegiatan ekstrakurikuler yang bersifat berkelanjutan adalah jenis kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan secara terus menerus selama satu periode tertentu. Untuk menyelesaikan satu program kegiatan ekstrakurikuler ini biasanya diperlukan waktu yang lama, misalnya bola voli, futsal, jurnalistik, dan qiroah.
- 2) Kegiatan ekstrakurikuler yang bersifat periodik atau sesaat adalah kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan waktu-waktu tertentu

⁸ Kurikulum SMK, *op. cit.*, h. 275

saja, misalnya kemping, lintas alam, karya pariwisata, dan pertandingan.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa jenis kegiatan ekstrakurikuler dibagi atas dua kegiatan yaitu kegiatan ekstrakurikuler berkelanjutan dimana ekstrakurikuler ini berjalan terus menerus sedangkan ekstrakurikuler periodik adalah ekstrakurikuler yang sifatnya sementara atau dilaksanakan dalam periode tertentu.

d. Bentuk Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler

Kegiatan ekstrakurikuler dapat dilaksanakan baik secara perorangan maupun kelompok. Kegiatan perorangan dimaksudkan untuk meningkatkan pengetahuan, penyaluran bakat serta minat, sedangkan kegiatan kelompok dimaksudkan untuk pembinaan bermasyarakat. Langkah-langkah dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler, sebagai berikut:⁹

- 1) Penyusunan rencana program, berikut pembiayaan dengan melibatkan kepala sekolah, wali kelas, dan guru.
- 2) Menetapkan waktu pelaksanaan, objek kegiatan, serta kondisi lingkungannya.
- 3) Mengevaluasi hasil-hasil kegiatan peserta didik

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa bentuk pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler harus memiliki tiga

⁹ Moh. User Usman, *op. cit.*, h. 22-23

tahapan yaitu penyusunan rencana program ekstrakurikuler, penetapan waktu pelaksanaan, dan evaluasi dari kegiatan ekstrakurikuler.

e. Ekstrakurikuler Futsal

Futsal merupakan permainan bola yang terdiri dari dua tim dengan masing-masing anggota tim terdiri dari 5 pemain utama dan maksimal 7 orang pemain cadangan. Kata ‘futsal’ merujuk pada bahasa Spanyol yang dipisahkan menjadi *Futbol* dan *Sala*. Jika diartikan kedua kata menjadi dasar pemberian nama pada permainan ini *Futbol* berarti sepakbola atau bermain bola serta *Sala* yang berarti ruangan tertutup, permainan ini dapat dimainkan di ruangan terbuka. Hal ini mengingat bahwa antusiasme masyarakat terhadap permainan yang satu ini begitu tinggi, namun sarana dan prasarana yang mengikuti standarisasi dalam aturan ini belumlah memadai.

Dengan adanya permainan olahraga futsal, diharapkan para pemain mampu mengasah kemampuan bermain bola, terutama teknik menggiring bola dengan kaki (*dribbling*) yang dapat diekspos dengan leluasa. Permainan ini juga memberikan manfaat bagi system ketahanan tubuh karena nyaris sepanjang permainan, seorang pemain akan berlari ke segala penjuru lapangan, nyaris tanpa berhenti.

Futsal sendiri telah diciptakan sejak tahun 1930 oleh Juan Carlos Ceriani, seorang yang berkebangsaan Uruguay yang diakui sebagai pencipta permainan olahraga futsal. Ia sendiri dilahirkan di Buenos Aires, Argentina, pada 9 Maret 1907. Ia dikenal sebagai

olahragawan serta atlet Polo Air. Hingga saat ini olahraga futsal berkembang sangat pesat bahkan telah menjadi bagian dari FIFA (Fédération Internationale de Football Association) sejak tahun 1989.¹⁰

Pada dasarnya permainan futsal tidak terlalu berbeda jauh dengan sepak bola, futsal dimainkan di lapangan berbentuk empat persegi panjang dimana lebar dan panjangnya lebih kurang berbanding tiga dengan empat. Pada kedua garis batas lapangan di tengah-tengahnya masing-masing didirikan sebuah gawang yang saling berhadapan. Dalam permainan digunakan sebuah bola yang bagiannya terbuat dari kulit masing-masing regu menempati seperdua lapangan dan berdiri saling berhadapan. Permainan dipimpin oleh dua orang wasit yang berada pada garis kiri dan kanan pemain.

Tujuan dari masing-masing tim adalah berusaha menguasai bola dan memasukan bola ke gawang lawan sebanyak mungkin dan berusaha mematahkan serangan lawan untuk melindungi atau menjaga gawangnya agar tidak kemasukan bola. Setiap pemain futsal harus memahami dan menguasai teknik-teknik dasar dalam permainan ini. Teknik dasar permainan futsal bisa menjadi kemampuan awal bagi si pemain. Kemampuan dasar ini harus terus dilatih dan diasah oleh si pemain untuk menemukan pola permainannya sendiri dan kemampuan (*skill*) individunya yang saat diaplikasikan bersama tim akan berguna.

¹⁰ Muhammad Asriady M, *Buku Pitar Panduan Futsal*, (Jakarta: Laskar Aksara.2004), h. 3-8

Berikut teknik-teknik dasar yang harus dikuasai oleh pemain futsal:¹¹

1) Teknik Mengontrol Bola

Teknik mengontrol bola dalam permainan futsal sebetulnya sama dengan teknik mengontrol bola dalam permainan futsal, yang paling sering digunakan adalah teknik mengontrol bola dengan menggunakan kaki bagian dalam. Teknik ini sering digunakan karena tergolong mudah dan dapat diterapkan oleh pemain manapun. Selain teknik mengontrol bola menggunakan kaki bagian dalam, teknik lainnya seperti teknik mengontrol bola dengan menggunakan kaki bagian luar dan mengontrol bola dengan menggunakan telapak kaki (dengan menggunakan sol sepatu, saat bermain futsal menggunakan sepatu).

2) Teknik Mengumpan Bola

Teknik dasar yang satu ini disebut juga *passing*. Dalam permainan futsal maupun sepakbola, *passing* umumnya dilakukan dengan menggunakan kaki bagian dalam. Selain itu, *passing* juga dilakukan dengan menggunakan kaki bagian luar, tumit, serta ujung kaki.

3) Teknik Menggiring Bola

Teknik menggiring bola disebut juga dengan kemampuan *dribbling*. Teknik *dribbling* ini harus dikuasai oleh para pemain

¹¹ *Ibid.*, h. 51-56.

agar si pemain mampu menguasai bola dengan baik saat bola berada di kakinya.

4) Teknik Menendang Bola

Teknik ini disebut juga dengan *shooting*. Dalam permainan futsal, *shooting* dilakukan dengan keras dan sekuat tenaga. Penggunaan tenaga kaki yang besar saat melakukan tendangan karena dalam permainan futsal jarak pemain saling berdekatan. Selain itu, untuk memecah konsentrasi penumpukan pemain dalam sebuah wilayah maka tendangan keras menjadi opsi yang cukup baik dilakukan.

5) Kecepatan

Kecepatan menjadi faktor yang sangat penting dimiliki oleh pemain futsal. Seorang pemain futsal harus memiliki teknik kecepatan yang mempuni, baik saat mengontrol bola, menggiring bola, melakukan *shooting*, maupun mengumpan bola kepada temannya.

6) Fisik

Untuk memaksimalkan fisik setiap pemain futsal, berbagai teknik latihan fisik mutlak diperlukan. Hal ini dilakukan agar para pemain mampu bermain dalam tempo yang tinggi. Fisik yang prima diperlukan, baik saat berlari, bergerak mencari ruang, serta dalam mengantisipasi lawan saat kondisi memungkinkan untuk melakukan pertahanan menggunakan badan. Jika kondisi fisik

pemain tidak bugar, si pemain akan cepat mengalami kelelahan.

Hal ini jelas sangat merugikan tim secara keseluruhan.

Pemilihan pola latihan yang benar akan meningkatkan kemampuan si pemain dalam bermain. Peningkatan kemampuan (*skill*) bermain ini didapat dengan berlatih secara teratur dengan porsi latihan yang tepat. Untuk meningkatkan kondisi tubuh juga diperlukan jenis latihan-latihan khusus. Latihan-latihan untuk meningkatkan kondisi tubuh agar fit saat bermain di antaranya:¹²

1) Latihan Pemanasan

Pemanasan adalah gerakan yang dilakukan oleh seorang atlet untuk membuat frekuensi jantung meningkat secara berkala sehingga kondisi ini memungkinkan si atlet memiliki cukup waktu untuk mengisi otot yang bekerja dengan darah yang kaya akan oksigen. Pemanasan juga berarti gerakan yang dilakukan oleh seorang atlet dimana gerakan ini merupakan gerakan ringan yang dibutuhkan sebelum memulai gerakan yang berat. Seorang pemain futsal wajib melakukan pemanasan sebelum bermain. Hal ini dilakukan untuk meminimalkan risiko cedera yang mungkin saja dialami oleh pemain ketika bermain. Ada dua jenis pemanasan yang dikenal dalam olahraga futsal yaitu:

¹²*Ibid.*, h. 66-69.

a) Pemanasan Statis

Pemanasan statis merujuk pada jenis pemanasan *stretching* (aktivitas meregangkan bagian-bagian tubuh yang tujuannya adalah untuk meningkatkan elastisitas otot dan meningkatkan kelenturan persendian anggota tubuh).

b) Pemanasan Dinamis

Pemanasan dinamis merujuk pada jenis pemanasan yang dilakukan dengan cara meregangkan bagian tubuh dari satu tempat ke tempat lainnya. Contoh pemanasan dinamis seperti lari-lari kecil memutar lapangan futsal.

2) Pendinginan

Pendinginan adalah proses yang dilakukan untuk membuat kondisi tubuh setelah melakukan kegiatan olahraga menjadi normal kembali. Gerakan *stretching* (aktivitas meregangkan bagian-bagian tubuh yang tujuannya adalah untuk meningkatkan elastisitas otot dan meningkatkan kelenturan persendian anggota tubuh) lebih direkomendasikan untuk pendinginan karena porsi gerakannya tidak banyak lagi menguras tenaga.

3) Melatih Kecepatan Tubuh

Bentuk latihan ini lebih ditekankan untuk melatih tubuh bereaksi dengan cepat. Kecepatan dapat ditingkatkan dengan pola latihan yakni melatih gerakan-gerakan dengan cepat namun dengan menggunakan beban yang ringan.

4) Melatih Ketahanan Tubuh

Agar kekuatan tubuh tidak mudah kendor, seorang pemain diharuskan untuk secara berkala melatih ketahanan tubuhnya.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa ekstrakurikuler futsal merupakan permainan bola yang di dalamnya terdapat dua tim yang berusaha menguasai bola dan memasukan bola ke gawang lawan sebanyak mungkin, selain itu setiap pemain futsal harus memiliki teknik individu yang cukup agar dapat membantu tim dalam memenangkan pertandingan. Ekstrakurikuler futsal dilaksanakan di luar jam pelajaran biasa agar memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan dan kemampuan peserta didik.

2. Perubahan Perilaku

a. Pengertian Perubahan Perilaku

Hal yang penting dalam penelitian ini adalah masalah pembentukan dan perubahan perilaku merokok. Karena perubahan perilaku merupakan tujuan dari ekstrakurikuler futsal disamping sebagai wadah penyaluran bakat dan minat siswa. Terdapat teori mengenai perubahan perilaku ini yang akan diuraikan di bawah ini.

1) Teori Stimulus Organisme (SOR)¹³

¹³ Soekidjo Notoatmodjo , *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2007), h. 183-184

Hosland, *et al* yang dikutip oleh Notoatmodjo mengatakan bahwa perubahan perilaku pada hakikatnya adalah sama dengan proses belajar. Proses perubahan perilaku tersebut menggambarkan proses belajar pada individu yang terdiri dari:

- a) Stimulus (rangsangan) yang diberikan kepada organisme dapat diterima atau ditolak. Apabila stimulus tersebut tidak diterima atau ditolak berarti stimulus itu tidak efektif dalam mempengaruhi perhatian individu, dan berhenti di sini. Tetapi bila stimulus diterima oleh organisme berarti ada perhatian dari individu dan stimulus tersebut efektif.
- b) Apabila stimulus telah mendapatkan perhatian dari organisme (diterima) maka ia mengerti stimulus ini dan dilanjutkan kepada proses berikutnya.
- c) Setelah itu organisme mengolah stimulus tersebut sehingga terjadi kesediaan untuk bertindak demi stimulus yang telah diterimanya (bersikap).
- d) Akhirnya dengan dukungan fasilitas serta dorongan dari lingkungan maka stimulus tersebut mempunyai efek tindakan dari individu tersebut (perubahan perilaku).

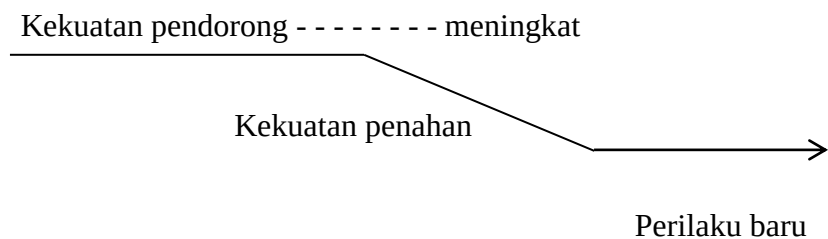
2) Teori Kurt Lewin¹⁴

Lewin (1970) yang dikutip oleh Notoatmodjo berpendapat bahwa perilaku manusia adalah suatu keadaan yang seimbang

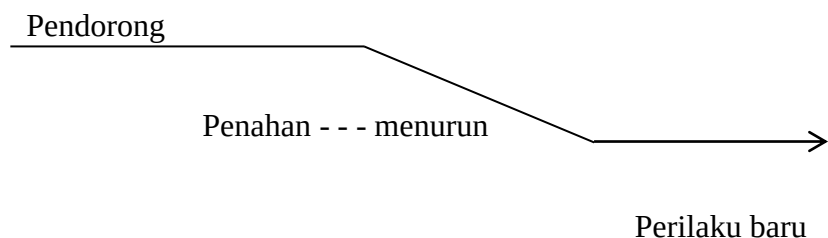
¹⁴ *Ibid.*, h. 187-188.

antara kekuatan-kekuatan pendorong (*driving forces*) dan kekuatan-kekuatan penahan (*restining forces*). Perilaku itu dapat berubah apabila terjadi ketidakseimbangan antara kedua kekuatan tersebut di dalam diri seseorang sehingga ada tiga kemungkinan terjadinya perubahan perilaku pada diri seseorang yakni;

- a) Kekuatan-kekuatan pendorong meningkat. Hal ini terjadi karena adanya stimulus-stimulus yang mendorong untuk terjadinya perubahan-perubahan perilaku. Stimulus ini berupa penyuluhan-penyuluhan atau informasi-informasi sehubungan dengan perilaku yang bersangkutan.



- b) Kekuatan-kekuatan penahan menurun. Hal ini terjadi karena adanya stimulus-stimulus yang memperlemah kekuatan penahan tersebut.



- c) Kekuatan pendorong meningkat, kekuatan penahan menurun. Dengan keadaan semacam ini jelas akan terjadi perubahan perilaku.

b. Strategi Perubahan Perilaku

Di dalam program-program perubahan perilaku sangat diperlukan usaha-usaha yang konkret dan positif. Beberapa strategi untuk memperoleh perubahan perilaku tersebut oleh WHO (*World Health Organization*) dikelompokkan menjadi tiga yaitu:¹⁵

1) Menggunakan Kekuatan/Kekuasaan atau Dorongan

Dalam hal ini perubahan perilaku dipaksakan kepada sasaran atau masyarakat sehingga ia mau melakukan (berperilaku) seperti yang diharapkan. Cara ini dapat ditempuh misalnya dengan adanya peraturan-peraturan/perundang-undangan yang harus dipatuhi oleh anggota masyarakat. Cara ini akan menghasilkan perilaku yang cepat, akan tetapi perubahan tersebut belum tentu akan berlangsung lama karena perubahan perilaku yang terjadi tidak atau belum didasari oleh kesadaran sendiri.

2) Pemberian Informasi

Pemberian informasi-informasi tentang cara-cara mencapai hidup sehat, cara pemeliharaan kesehatan, cara menghindari penyakit, dan sebagainya akan meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hal tersebut, dengan pengetahuan-pengetahuan itu akan menimbulkan kesadaran mereka, dan akhirnya akan menyebabkan orang berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimilikinya itu. Hasil atau perubahan perilaku dengan cara ini

¹⁵ *Ibid.*, h. 189-190.

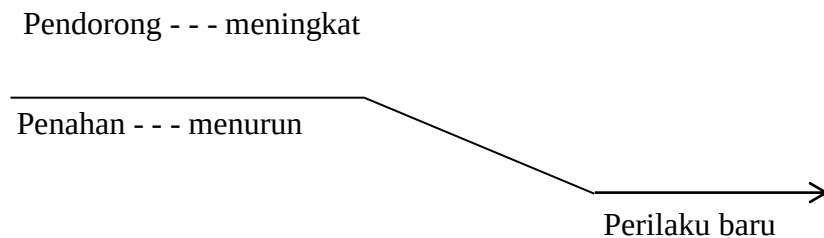
memakan waktu lama, tetapi perubahan yang dicapai akan bersifat langgeng karena didasari oleh kesadaran mereka sendiri (bukan karena paksaan).

3) Diskusi Partisipasi

Diskusi partisipasi merupakan peningkatan cara yang kedua yang dalam memberikan informasi tentang kesehatan tidak bersifat searah saja, tetapi dua arah. Hal ini berarti bahwa masyarakat tidak hanya pasif menerima informasi, tetapi juga harus aktif berpartisipasi melalui diskusi-diskusi tentang informasi yang diterimanya. Dengan demikian maka pengetahuan kesehatan sebagai dasar perilaku mereka diperoleh secara mantap dan lebih mendalam, dan akhirnya perilaku yang mereka peroleh akan lebih mantap juga, bahkan merupakan referensi perilaku orang lain. Sudah barang tentu cara ini akan memakan waktu yang lebih lama dari cara yang kedua tersebut, dan jauh lebih baik dengan cara yang pertama.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa strategi perubahan perilaku dikelompokkan menjadi tiga yaitu strategi dengan menggunakan kekuatan atau kekuasaan, pemberian informasi, dan diskusi partisipasi. Hal tersebut bertujuan agar apabila terciptanya perubahan perilaku yang diinginkan.

c. Bentuk-bentuk Perubahan Perilaku



Bentuk perubahan perilaku sangat bervariasi, sesuai dengan konsep yang digunakan oleh para ahli dalam pemahamannya terhadap perilaku. Di bawah ini diuraikan bentuk-bentuk perubahan perilaku menurut WHO (*World Health Organization*). Menurut WHO, perubahan perilaku itu dikelompokkan menjadi tiga.¹⁶

1) Perubahan Alamiah (*Natural Change*)

Perilaku manusia selalu berubah. Sebagian perubahan itu disebabkan karena kejadian alamiah. Apabila dalam masyarakat sekitar terjadi suatu perubahan lingkungan fisik atau sosial budaya dan ekonomi, maka anggota-anggota masyarakat di dalamnya juga akan mengalami perubahan. Misalnya, Bu Ani apabila sakit kepala (pusing) membuat ramuan daun-daunan yang ada di kebunnya. Tetapi karena perubahan kebutuhan hidup, maka daun-daunan untuk obat tersebut diganti dengan tanaman-tanaman untuk bahan makanan. Maka ketika ia sakit, dengan tidak berpikir panjang lagi Bu Ani berganti minum jamu buatan pabrik yang dapat dibeli di warung.

¹⁶ *Ibid.*, h. 188-189.

2) Perubahan Terencana (*Planned Change*)

Perubahan perilaku ini terjadi karena memang direncanakan sendiri oleh subjek. Misalnya, Pak Anwar adalah perokok berat. Karena pada suatu saat ia terserang batuk yang sangat mengganggu, maka ia memutuskan untuk mengurangi rokok sedikit demi sedikit, dan akhirnya ia berhenti merokok.

3) Kesiediaan untuk Berubah (*Readiness to Change*)

Apabila terjadi suatu inovasi atau program-program pembangunan di dalam masyarakat, maka yang sering terjadi adalah sebagian orang sangat cepat untuk menerima inovasi atau perubahan tersebut (berubah perilakunya), dan sebagian orang lagi sangat lambat untuk menerima inovasi atau perubahan tersebut. Hal ini disebabkan setiap orang mempunyai kesiediaan untuk berubah (*readiness to change*) yang berbeda-beda. Setiap orang di dalam suatu masyarakat mempunyai kesiediaan untuk berubah yang berbeda-beda, meskipun kondisinya sama.

3. Perilaku Merokok Remaja

a. Pengertian Perilaku

Notoatmojo pada tahun 2007 menjelaskan perilaku adalah tindakan atau aktivitas dari manusia itu sendiri yang mempunyai bentangan yang sangat luas antara lain: berjalan, berbicara, menangis, tertawa, bekerja, kuliah, menulis, membaca, dan

sebagainya. Dari uraian ini dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud perilaku manusia adalah semua kegiatan atau aktivitas manusia, baik yang diamati langsung, maupun yang tidak dapat diamati oleh pihak luar.¹⁷

b. Pengertian Perilaku Merokok Remaja

Bermacam-macam bentuk perilaku yang dilakukan manusia dalam menanggapi stimulus yang diterimanya, salah satu bentuk perilaku manusia yang dapat diamati adalah perilaku merokok.

Danusantoso merumuskan bahwa merokok telah banyak dilakukan pada zaman Tiongkok Kuno dan Romawi, pada saat itu orang sudah menggunakan suatu ramuan yang mengeluarkan asap dan menimbulkan kenikmatan dengan jalan dihisap melalui hidung dan mulut.¹⁸

Masa sekarang, perilaku merokok merupakan perilaku yang telah umum dijumpai. Perokok berasal dari berbagai kelas sosial, status, serta kelompok umur yang berbeda, hal ini mungkin dapat disebabkan karena rokok bisa didapatkan dengan mudah. Poerwadarminta mendefinisikan merokok sebagai menghisap rokok,

¹⁷ *Ibid.*, h. 133.

¹⁸ Indri Kemala Nasution, "Perilaku Merokok Pada Remaja", *Jurnal Psikologi Universitas Sumatra Utara*, (Medan, Agustus 2007) diakses dari <http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/3642/3/132316815.pdf.txt> pada 25 November 2015 pukul 19:33 WIB

sedangkan rokok sendiri adalah gulungan tembakau yang berbalut daun nipah atau kertas.¹⁹

Remaja adalah mereka yang memiliki usia di antara 13-17 tahun. Golongan remaja merupakan golongan yang transisional, artinya, keremajaan merupakan gejala sosial yang bersifat sementara, karena berada antara usia kanak-kanak dengan usia dewasa. Pada masa ini, remaja mencari identitas diri mereka.

Menurut Laventhal dan Cleary merumuskan bahwa perilaku merokok pada remaja umumnya semakin lama akan semakin meningkat sesuai dengan tahap perkembangannya yang ditandai dengan meningkatnya frekuensi dan intensitas merokok, dan sering mengakibatkan mereka mengalami ketergantungan nikotin.²⁰ Efek dari merokok hanya meredakan kecemasan selama efek dari nikotin masih ada, malah ketergantungan nikotin dapat membuat seseorang menjadi tambah stress.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa perilaku merokok remaja adalah suatu kegiatan atau aktivitas membakar rokok dan kemudian menghisapnya dan menghembuskannya keluar dan dapat menimbulkan asap yang dapat terhisap oleh orang-orang di sekitarnya. Perilaku merokok pada remaja umumnya semakin lama semakin meningkat sesuai dengan tahapan

¹⁹ Poerwadarminta W J S, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1995), h. 830.

²⁰ Indri Kemala Nasution, *op.cit.*, h. 6

perkembangan yang akan menyebabkan seseorang menjadi kecanduan terhadap nikotin yang terdapat dalam rokok.

c. Tipe Perilaku Merokok

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Tomkins, ada empat tipe perilaku merokok. Keempat tersebut adalah:²¹

- 1) Tipe perokok yang dipengaruhi oleh perasaan positif. Artinya dengan merokok ia akan merasakan penambahan rasa positif yang membuat dirinya tenang dan bahagia. Pada umumnya, ada beberapa alasan dari perokok tipe ini, yaitu :
 - a) Relaksasi untuk kesenangan, perilaku merokok hanya untuk menambah atau meningkatkan kenikmatan yang sudah didapat. Misalnya, merokok setelah minum kopi atau makan.
 - b) Rangsangan untuk meningkatkan kepuasan. Perilaku merokok hanya dilakukan sekedaranya untuk menyenangkan perasaan.
 - c) Kesenangan memegang rokok. Kenikmatan yang diperoleh dengan memegang rokok. Sangat spesifik pada perokok pipa. Perokok pipa akan menghabiskan waktu untuk mengisi pipa dengan tembakau sedangkan untuk menghisapnya hanya dibutuhkan beberapa menit saja. Atau perokok lebih senang berlama-lama untuk memainkan rokoknya dengan jari-jarinya lama sebelum ia menyalakan dengan api.

²¹ Bambang Trim, *Merokok Itu Konyol*, (Jakarta: Ganeca Exact, 2006), h. 6-7

- 2) Perilaku merokok yang dipengaruhi oleh perasaan negatif. Banyak orang yang menggunakan rokok untuk mengurangi perasaan negatif. Misalnya, jika ia marah, cemas, atau gelisah, rokok dianggap sebagai penyelamat. Mereka menggunakan rokok jika perasaan tidak enak terjadi sehingga terhindar dari perasaan yang lebih tidak enak.
- 3) Perilaku merokok karena kecanduan psikologis (*psychological addiction*). Mereka yang sudah kecanduan, akan menambah dosisi rokok yang digunakan setiap saat setelah efek dari rokok yang dihisapnya berkurang. Mereka umumnya akan pergi keluar rumah membeli rokok, walau tengah malam sekalipun, karena ia khawatir kalau rokok tidak tersedia setiap saat ia menginginkannya.
- 4) Perilaku merokok yang sudah menjadi kebiasaan. Mereka menggunakan rokok sama sekali bukan karena untuk mengendalikan perasaan mereka, tetapi karena benar-benar sudah menjadi kebiasaan rutinnnya. Dapat dikatakan pada orang-orang tipe ini merokok sudah merupakan suatu perilaku yang bersifat otomatis, acapkali tanpa dipikirkan dan tanpa disadari. Ia menhidupkan api rokoknya bila rokok yang terdahulu telah benar-benar habis.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa tipe perilaku merokok bermacam tipenya yang membuat seorang perokok merasa nyaman dengan perilaku merokok tersebut sehingga hal

tersebut menjadi kebiasaan sehingga perilaku merokok tersebut tidak lagi dianggap negatif bagi kesehatannya tetapi menjadi hal yang positif yang dapat membuat ia merasa nyaman dan tenang.

d. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Merokok Remaja

Menurut Lewin yang dikutip oleh Komasari dan Helmi (2000), perilaku merokok merupakan fungsi dari lingkungan dan individu. Artinya, perilaku merokok selain disebabkan faktor-faktor dari dalam diri juga disebabkan faktor lingkungan.²² Hal ini mendukung hasil penelitian yang dilakukan oleh Komasari dan Helmi yang mengatakan bahwa ada tiga faktor penyebab perilaku merokok pada remaja yaitu kepuasan psikologis, sikap orang tua yang memperbolehkan terhadap perilaku merokok remaja, dan pengaruh teman sebaya.²³

Trim mengemukakan alasan mengapa remaja merokok, antara lain:²⁴

1) Pengaruh Orang Tua

Menurut Baer & Corado, remaja perokok adalah anak-anak yang berasal dari rumah tangga yang tidak bahagia, dimana orang tua tidak begitu memperhatikan anak-anaknya dibandingkan dengan remaja yang berasal dari lingkungan rumah tangga yang bahagia. Remaja yang berasal dari keluarga yang besikap

²² Komasari D dan Helmi AF, "Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Merokok Pada Remaja, Jurnal Psikologi, (2000) diakses dari http://avin.staff.ugm.ac.id/data/jurnal/perilakumerokok_avin.pdf pada 28 November 2015 pukul 20:45

²³ *Ibid.*, h. 6-11.

²⁴ Bambang Trim, *op.cit.*, h. 9-12

mempertahankan keadaan akan lebih sulit untuk terlibat dengan rokok maupun obat-obatan dibandingkan dengan keluarga yang permisif, dan yang paling kuat pengaruhnya adalah bila orang tua sendiri menjadi figur contoh yaitu perokok berat, maka anak-anaknya akan mungkin sekali untuk mencontohnya. Perilaku merokok lebih banyak didapati pada mereka yang tinggal dengan satu orang tua (Single Parent). Remaja berperilaku merokok apabila ibu mereka merokok daripada ayah yang merokok. Hal ini lebih terlihat pada remaja putri.

2) Pengaruh Teman

Berbagai fakta mengungkapkan bahwa semakin banyak remaja merokok maka semakin besar kemungkinan teman-temannya adalah perokok juga dan demikian sebaliknya. Ada dua kemungkinan yang terjadi dari fakta tersebut, pertama remaja tersebut terpengaruh oleh teman-temannya atau sebaliknya. Di antara remaja perokok terdapat 87 % mempunyai sekurang-kurangnya satu atau lebih sahabat yang perokok begitu pula dengan remaja non perokok.

3) Faktor Kepribadian

Orang mencoba untuk merokok karena alasan ingin tahu atau ingin melepaskan diri dari rasa sakit dan kebosanan. Satu sifat kepribadian yang bersifat pada pengguna obat-obatan (termasuk rokok) ialah konformitas sosial. Pendapat ini didukung Atkinson

(1999) yang menyatakan bahwa orang yang memiliki skor tinggi pada berbagai tes konformitas sosial lebih menjadi perokok dibandingkan dengan mereka yang memiliki skor yang rendah.

4) Pengaruh Iklan

Melihat iklan di media massa dan elektronik yang menampilkan gambaran bahwa perokok adalah lambang kejantanan atau glamour, membuat remaja seringkali terpicu untuk mengikuti perilaku seperti yang ada dalam iklan tersebut.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa faktor merokok pada remaja digolongkan kedalam dua faktor yaitu faktor yang datang dari diri sendiri yaitu karena keingin tahuan akan rokok dan faktor dari lingkungan yaitu seperti pengaruh orang tua merokok, iklan di tv, dan pengaruh teman.

e. **Bahaya Rokok Bagi Kesehatan**

Trim mengklasifikasikan dampak rokok menjadi empat yaitu:²⁵

1) Dampak Terhadap Paru-paru

Merokok dapat menyebabkan perubahan struktur dan fungsi saluran napas dan jaringan paru-paru. Pada saluran napas besar, sel mukosa membesar (*hipertrofi*) dan kelenjar mucus bertambah banyak (*hyperplasia*). Pada saluran napas kecil, terjadi radang ringan hingga penyempitan akibat bertambahnya sel dan penumpukan lender. Pada jaringan paru-paru, terjadi peningkatan

²⁵ *Ibid.*, h. 22-26.

jumlah sel radang dan kerusakan alveoli. Akibat perubahan anatomi saluran napas, pada perokok akan timbul perubahan pada fungsi paru-paru dengan segala macam gejala klinisnya. Hal ini menjadi dasar utama terjadinya Penyakit Obstruksi Paru Menahun (PPOM) atau suatu penyumbatan menetap pada saluran pernapasan yang disebabkan oleh bronkritis kronis. Dikatakan merokok merupakan penyebab utama timbulnya PPOM, termasuk emfisema paru-paru, bronkritis kronis, dan asma. Hubungan antara merokok dengan kanker paru-paru telah diteliti dalam 4-5 dekade terakhir ini. Didapatkan hubungan erat antara kebiasaan merokok, terutama sigaret, dengan timbulnya kanker paru-paru. Bahkan ada yang secara tegas menyatakan bahwa rokok sebagai penyebab utama terjadinya kanker paru-paru. Partikel asap rokok, seperti *benzopiren*, *dibenzopiren*, dan *uretan*, dikenal sebagai bahan *karsinogen* (zat yang menyebabkan penyakit kanker). Juga tar (zat yang berada dalam asap rokok) berhubungan dengan risiko terjadinya kanker. Dibandingkan dengan bukan perokok, kemungkinan timbul kanker paru-paru pada perokok mencapai 10-30 kali lebih sering.

2) Dampak Terhadap Jantung

Banyak penelitian telah membuktikan adanya hubungan merokok dengan Penyakit Jantung Koroner (PJK). Dari 11 juta kematian per tahun di negara industri maju, WHO (*World Health*

Organization) melaporkan lebih dari setengah (6 juta) disebabkan gangguan sirkulasi darah, di mana 2,5 juta adalah penyakit jantung koroner dan 1,5 juta adalah stroke. Survei Departemen Kesehatan Republik Indonesia tahun 1986 dan 1992, mendapatkan peningkatan kematian akibat penyakit jantung dari 9,7 persen (peringkat ketiga) menjadi 16 persen (peringkat pertama). Merokok menjadi faktor utama penyebab penyakit pembuluh darah jantung tersebut. Bukan hanya menyebabkan penyakit jantung koroner, merokok juga berakibat buruk bagi pembuluh darah otak dan parifer.

3) Dampak Terhadap Pembuluh Darah

Penyumbatan pembuluh darah otak yang bersifat mendadak atau stroke banyak dikaitkan dengan merokok. Resiko stroke dan resiko kematian lebih tinggi pada perokok dibandingkan dengan bukan perokok. Dalam penelitian di Amerika Serikat dan Inggris, didapatkan kebiasaan merokok memperbesar kemungkinan timbulnya AIDS (*Acquired Immune Deficiency Syndrome*) pada pengidap HIV (*Human Immunodeficiency Virus*). Pada kelompok perokok, AIDS timbul rata-rata dalam 8,17 bulan, sedangkan pada kelompok bukan perokok timbul setelah 14,5 bulan.

4) Dampak Terhadap Penurunan Kekebalan Tubuh

Penurunan kekebalan tubuh pada perokok menjadi pencetus lebih mudahnya terkena AIDS sehingga berhenti merokok penting sekali dalam langkah pertahanan melawan AIDS.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa dampak rokok bagi kesehatan terbagi atas 4 yaitu dampak terhadap paru-paru, dampak terhadap jantung, dampak terhadap pembuluh darah, dan dampak terhadap kekebalan tubuh manusia. Keempat dampak tersebut akan dirasakan apabila perilaku merokok tidak dihentikan terutama bagi para remaja yang merupakan usia produktif yang seharusnya diisi dengan melakukan hal-hal yang lebih positif.

3. Komunikasi Antar Pribadi

Komunikasi memainkan peran penting dalam kehidupan manusia. hampir setiap saat bertindak dan belajar dengan dan melalui komunikasi. Sebagian besar kegiatan komunikasi berlangsung dalam situasi komunikasi antar pribadi. Komunikasi antar pribadi mempunyai berbagai macam manfaat. Melalui komunikasi antar pribadi dapat mengenal diri sendiri dan orang lain, dapat mengetahui dunia luar, bisa menjalin hubungan yang lebih bermakna, bisa memperoleh hiburan dan menghibur orang lain dan sebagainya.

Devinto mendefinisikan komunikasi merupakan proses pengiriman dan penerimaan pesan-pesan antar dua orang atau di antara sekelompok kecil orang-orang, dengan beberapa efek dan berapa umpan balik

seketika.²⁶ Pentingnya situasi komunikasi antar pribadi ialah karena prosesnya memungkinkan berlangsung secara dialogis (komunikatif), di mana selalu lebih baik daripada secara monologis (tidak komunikatif). Monolog menunjukkan suatu bentuk komunikasi di mana seorang berbicara, yang lain mendengarkan, jadi tidak terdapat interaksi.

Dialog adalah bentuk komunikasi antar pribadi yang menunjukkan adanya interaksi. Mereka yang terlibat dalam komunikasi bentuk ini berfungsi ganda, masing-masing menjadi pembicara dan pendengar secara bergantian.

a. Tujuan Komunikasi Antar Pribadi

Komunikasi antar pribadi dapat dipergunakan untuk berbagai tujuan dan akan dibahas enam tujuan komunikasi antar pribadi yang dianggap penting. Satu hal yang perlu diperhatikan dalam tujuan komunikasi antar pribadi yaitu komunikasi ini memberikan kesempatan untuk memperbincangkan diri sendiri. Dengan membicarakan tentang diri sendiri pada orang lain, dari hal tersebut akan mendapat perspektif baru tentang diri sendiri dan memahami lebih mendalam tentang sikap dan perilaku diri sendiri.

1) Mengenal Diri Sendiri dan Orang Lain

Salah satu cara untuk mengenal diri sendiri adalah melalui komunikasi antar pribadi. Komunikasi ini memberikan kesempatan untuk memperbincangkan diri sendiri. Melalui komunikasi antar

²⁶ Marhaeni Fajar, *Ilmu Komunikasi: Teori & Praktik*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2009), h. 78

pribadi juga belajar tentang bagaimana dan sejauhmana harus membuka diri pada orang lain. Selain itu, komunikasi antar pribadi juga akan membuat seseorang mengetahui nilai, sikap, dan perilaku orang lain.

2) Mengetahui Dunia Luar

Komunikasi antar pribadi memungkinkan seseorang untuk memahami lingkungan secara baik yakni tentang objek dan kejadian-kejadian orang lain. Banyak informasi yang dimiliki sekarang berasal dari interaksi antar pribadi. Meskipun ada yang berpendapat bahwa sebagian besar informasi yang ada berasal dari media massa, tetapi informasi dari media massa tersebut sering dibicarakan dan diinternalisasi melalui komunikasi antar pribadi. Dalam komunikasi antar pribadi seseorang sering membicarakan kembali hal-hal yang telah disajikan media massa. Namun demikian, pada kenyataannya, nilai keyakinan, sikap dan perilaku seseorang banyak dipengaruhi oleh komunikasi antar pribadi dibandingkan dengan media massa dan pendidikan formal.

3) Menciptakan dan Memelihara Hubungan Menjadi Bermakna

Manusia diciptakan sebagai makhluk individu sekaligus makhluk sosial. Sehingga dalam kehidupan sehari-hari, orang ingin menciptakan dan memelihara hubungan dekat dengan orang lain. Seorang manusia juga tidak ingin hidup sendiri terisolasi dari masyarakat dan ingin merasakan dicintai dan disukai serta

menyayangi dan menyukai orang lain. Oleh karenanya, seseorang menggunakan banyak waktu berkomunikasi antar pribadi yang bertujuan untuk menciptakan dan memelihara hubungan sosial dengan orang lain. Hubungan ini membantu mengurangi kesepian dan ketegangan serta membuat kita merasa lebih positif tentang diri sendiri.

4) Mengubah Sikap dan Perilaku

Dalam komunikasi antar pribadi sering kita berupaya mengubah sikap dan perilaku orang lain. Singkatnya seseorang banyak mempergunakan waktu untuk mempersuasi (mempengaruhi) orang lain melalui komunikasi antar pribadi.

5) Bermain dan Mencari Hiburan

Bermain mencakup semua kegiatan untuk memperoleh kesenangan. Seringkali tujuan ini dianggap tidak penting, tetapi sebenarnya komunikasi yang demikian perlu dilakukan, karena bisa memberi suasana yang lepas.

6) Membantu

Psikiater, psikolog klinik dan ahli terapi adalah contoh profesi yang mempunyai fungsi menolong orang lain. Tugas-tugas tersebut sebagian besar dilakukan melalui komunikasi antar pribadi.

b. Efektivitas Komunikasi Antar Pribadi

Komunikasi antar pribadi sebagai suatu bentuk perilaku, dapat berubah dan sangat tidak efektif. Pada suatu saat komunikasi bisa lebih buruk dan pada saat lain bisa lebih baik. Namun demikian, setiap tindakan komunikasi adalah berbeda dan mempunyai keunikan-keunikan sendiri. Sehingga prinsip-prinsip harus diterapkan secara fleksibel.

Karakteristik-karakteristik efektivitas komunikasi antar pribadi dikemukakan oleh DeVito dari 2 perspektif, yaitu:²⁷

1) *Humanistis* (kemanusiaan), meliputi sifat-sifat:

a) Keterbukaan

Sifat keterbukaan menunjuk paling tidak pada 2 aspek tentang komunikasi antar pribadi. Aspek pertama adalah bahwa kita harus terbuka pada orang-orang yang berinteraksi dengan kita. Aspek kedua, dari keterbukaan menunjuk pada kemauan kita untuk memberikan tanggapan terhadap orang lain dengan jujur terus terang tentang segala sesuatu yang dikatakannya.

b) Perilaku suportif

Gibb menyebutkan tiga perilaku yang menimbulkan perilaku suportif, yakni:

- i. Deskriptif, suasana yang deskriptif akan menimbulkan sikap suportif dibanding dengan suasana yang evaluatif.

²⁷ *Ibid.*, h. 84-86.

- ii. Spontanitas, orang yang spontan dalam berkomunikasi adalah orang yang terbuka dan terus terang tentang apa yang dipikirkannya.
- iii. Provisionalisme, seseorang yang memiliki sifat ini adalah orang yang memiliki sikap berpikir terbuka, ada kemauan untuk mendengar pandangan yang berbeda dan bersedia menerima pendapat orang lain, bila memang pendapatnya keliru.

c) Perilaku positif

Komunikasi antar pribadi akan berkembang bila ada pandangan positif terhadap orang lain dan berbagai situasi komunikasi.

d) Empati

Empati adalah kemauan seseorang untuk menempatkan dirinya pada peranan atau posisi orang lain.

e) Kesamaan

Hal ini mencakup dua hal, pertama kesamaan bidang pengalaman di antara para pelaku komunikasi memberi pengertian bahwa dalam komunikasi antar pribadi harus ada kesamaan dalam hal mengirim dan menerima pesan.

2) Pragmatis, meliputi sifat-sifat:

a) Bersikap yakin

Komunikasi antar pribadi akan lebih efektif bila seseorang mempunyai keyakinan diri. Orang yang mempunyai sifat semacam ini akan bersikap luwes dan tenang, baik secara verbal maupun non-verbal.

b) Kebersamaan

Seseorang bisa meningkatkan efektivitas komunikasi antar pribadi dengan orang lain bila ia bisa membawa rasa kebersamaan. Orang dengan sifat ini, akan memperhatikan dan merasakan kepentingan orang lain. Sikap kebersamaan ini dikomunikasikan baik secara verbal maupun non-verbal.

c) Manajemen interaksi

Seseorang yang menginginkan komunikasi yang efektif akan mengontrol dan menjaga interaksi agar dapat memuaskan kedua belah pihak. Hal ini ditunjukkan dengan mengatur isi, kelancaran dan arah pembicaraan secara konsisten.

d) Perilaku ekspresif

Perilaku ekspresif memperlihatkan keterlibatan seseorang secara sungguh-sungguh dalam berinteraksi dengan orang lain.

e) Orientasi pada orang lain

Seringkali dalam komunikasi kita berorientasi pada diri kita sendiri. Untuk mencapai efektivitas komunikasi, seseorang

harus memiliki sifat yang berorientasi pada orang lain. Artinya, kemampuan seseorang untuk beradaptasi dengan orang lain selama berkomunikasi antar pribadi.

F. Penelitian Relevan

Studi mengenai ekstrakurikuler dan rokok telah dilakukan oleh banyak pihak pada berbagai kalangan di Indonesia. Salah satu kalangan yang saat ini sedang banyak mendapatkan perhatian adalah siswa, yang menjadi bagian dari sebagian besar institusi pendidikan yang tersebar di Indonesia. Pada tinjauan penelitian relevan ini, peneliti menggunakan dua studi sejenis yang diperkirakan kajiannya dapat membantu menggali beberapa teori dan konsep terkait judul penelitian ini. Penelitian yang relevan tersebut di antaranya :

Tabel 1.1 Penelitian Relevan

No	Nama Peneliti	Tahun Publikasi	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Perbandingan dengan Studi Peneliti	Persamaan dengan Studi Peneliti
1.	Dwi Hari Prastia	2010	Kegiatan Ekstrakurikuler Sebagai Upaya Dalam Mencegah Kenakalan Remaja	Metode Kualitatif	Ekstrakurikuler di SMK Yuppentek 3 Balaraja mengupayakan ekstrakurikuler sebagai alternatif agar kegiatan siswa di SMK dapat tersalurkan kearah yang lebih positif sehingga kenakalan remaja dapat dicegah	Studi kasus pada ekstrakurikuler futsal berupaya mengubah perilaku merokok pada siswa	Subjek penelitian : Ekstrakurikuler berupaya mengubah perilaku negatif siswa
2.	Venny Wijaya	2015	Perilaku Merokok Siswa Di SMA Negeri “X” Jakarta	Pendekatan Kualitatif	Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa perilaku merokok dilatarbelakangi oleh faktor internal dan eksternal yang membuat seorang remaja merokok	Studi kasus pada ekstrakurikuler futsal berupaya mengubah perilaku merokok pada siswa	Subjek penelitian : Perilaku merokok

BAB II

METODE PENELITIAN

A. Deskripsi Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini berada di kompleks perumahan Poris Indah Blok G Kelurahan Cipondoh Indah Kecamatan Cipondoh Kota Tangerang. Letak Kelurahan Cipondoh Indah berbatasan dengan DKI Jakarta sebelah timur. Posisi sekolah juga kurang menguntungkan hal ini disebabkan letak tanah berdirinya gedung sekolah berada di daerah bekas persawahan (sawah dalam) yang letaknya rendah. UPTD SMP Negeri 18 Tangerang berada jauh dari jalan raya yang menghubungkan Kota Jakarta dan Kota Tangerang, kendaraan umum (angkot) yang jumlahnya tidak memadai yang dapat mengangkut para siswa ke sekolah. Luas tanah 4.600 M² dan luas bangunan 1834 M².²⁸

2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian ini dilakukan dari bulan November 2015 sampai dengan April 2016. Penetapan waktu tersebut, bertujuan untuk mendapatkan informasi dan data secara akurat dan mendalam. Penelitian tersebut diawali, pertama pra pelaksanaan penelitian dimulai dengan observasi lapangan, pengajuan judul, dan seminar proposal. Kedua,

²⁸ Profil SMP Negeri 18 Tangerang

pelaksanaan penelitian, mulai dari pengumpulan data, analisis data, serta mengecek keabsahan data. Ketiga, penyusunan laporan.

Tabel 2.1 Rencana Pembagain Waktu Penelitian

No.	Bulan	Kegiatan Penelitian
1.	November s/d Desember	Pengajuan judul skripsi, fixasi judul skripsi, penjajakan penelitian ke lapangan dan bimbingan
2.	Januari	Seminar proposal, observasi lapangan, dan bimbingan.
3.	Februari s/d April	Penelitian ke lapangan dan bimbingan.
4.	Mei	Penelitian ke lapangan, penyusunan hasil laporan, bimbingan.

B. Metode Penelitian

Metode ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan mengkaji penelitian pada latar alamiah.²⁹ Penelitian kualitatif yang digunakan dalam penelitian ini dimaksudkan agar memperoleh gambaran lebih luas dari objek penelitian dan menggali lebih dalam mengenai ekstrakurikuler futsal yang dapat berupaya mengubah perilaku merokok remaja. Peneliti menggunakan beberapa langkah untuk menjalin aktivitas yang menjadi bagian dari metodologi penelitian, seperti menentukan subyek yang layak dijadikan informan, menentukan waktu dan lokasi penelitian, serta teknik pengumpulan berbagai data yang dibutuhkan.

²⁹ Lexy J Moleong. *Metodelogi Penelitian Kualitatif*. (Bandung: Remaja Karya 1993), h. 3

C. Teknik Pengambilan Sampel

Peneliti tertarik melakukan penelitian yang diberi judul “*Perubahan Perilaku Merokok Remaja*”, tentunya atas dasar berbagai pertimbangan yang telah dilakukan dan dicermati oleh peneliti. Melihat ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 18 Tangerang mampu mengubah perilaku merokok remaja tentunya membuat peneliti tertarik untuk mengetahui proses perubahan, hambatan pada saat perubahan perilaku, dan dampak yang dirasakan setelah perubahan perilaku tersebut terjadi. Karena pada zaman sekarang banyak remaja yang melakukan hal-hal negatif seperti merokok di kota besar seperti Tangerang yang memang berbatasan langsung dengan Ibu Kota DKI Jakarta. Oleh karena hal tersebut peneliti ingin mengetahui sejauh mana perubahan perilaku merokok yang dilakukan di dalam ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 18 Tangerang.

Untuk itu, peneliti harus menetapkan pemilihan subjek penelitian. Subjek penelitian adalah orang yang dapat memberikan informasi sebagai sumber data utama dalam penelitian. Dalam penetapan subjek penelitian atau informan dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* yang didasarkan pada pertimbangan-pertimbangan tertentu di dalam mengambil sampelnya.³⁰ Sejalan dengan Suwardi yang mengatakan bahwa sampel model *purposive sampling* adalah sampel yang bertujuan. Penentuan sampel dilakukan dengan menyesuaikan gagasan, asumsi, sasara, tujuan, dan

³⁰ Suharsimi Arikunto, *Manajemen Penelitian*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2005), h. 97.

manfaat yang hendak dicapai oleh peneliti.³¹ Dengan teknik *purposive sampling* ini, maka peneliti menentukan subjek penelitian dengan beberapa kriteria, antara lain:

1. Subjek yang cukup memahami ekstrakurikuler futsal sebagai upaya perubahan perilaku merokok di SMP Negeri 18 Tangerang
2. Subjek yang masih terlibat aktif dalam sasaran penelitian.
3. Subjek yang masih mempunyai waktu untuk dimintai data dan informasi oleh peneliti.
4. Subjek yang tidak mengemas atau menutupi terkait data dan informasi, akan tetapi relatif mudah dalam memberikan data dan informasi dengan sebenar-benarnya sesuai dengan keadaan yang terjadi.

Berdasarkan pada kriteria tersebut, maka subjek penelitian ini adalah Wakil Kepala Sekolah SMP Negeri 18 Tangerang, Guru SMP Negeri 18 Tangerang, Pelatih Futsal SMP Negeri 18 Tangerang, 10 anggota futsal yang melakukan perubahan perilaku merokok.

D. Sumber Data

Suatu penelitian ilmiah harus pula memaparkan sumber data. Sumber data adalah tempat penulis bertumpu. Artinya, penelitian bertolak dari sumber data.³² Sumber data utama dalam penelitian kualitatif adalah *kata-kata*, dan *tindakan*, selebihnya adalah data tambahan seperti dokumentasi dan lain-

³¹ Suwardi Endraswara, *Metode, Teori, Teknik Penelitian Kebudayaan: Ideologi, Epitimologi, dan Aplikasi*, (Yogyakarta: Pusaka Widyatama, 2006), h. 115.

³² Zenal Arifin, *Dasar-Dasar Penelitian Karya Ilmiah*, (Jakarta: PT Grasindo, 1998), h. 56.

lain.³³ Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini merupakan data primer dan data sekunder.

1. Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh melalui wawancara dan observasi oleh peneliti langsung di lapangan. Peneliti mendapatkan data dari hasil wawancara yaitu:

- a. *Key informan* : Informan pembuka dalam mempermudah proses pencarian data selanjutnya, dalam penelitian ini yang menjadi key informan yaitu: Wakil Kepala Sekolah, Guru.
- b. *Informan inti* : Informan yang ditunjuk oleh informan kunci dan dianggap mengetahui berbagai permasalahan yang diteliti, dalam penelitian ini yang termasuk dalam informan inti seperti : Pembina Ekstrakurikuler Futsal dan Siswa yang terlibat dalam ekstrakurikuler futsal yang berjumlah 10 siswa.

Tabel 2.2 Data Informan Kunci dan Inti

No.	Jabatan	Nama (disamarkan)
1	Wakil Kepala Sekolah	Bapak Hrt
2	Guru	Ibu Tad
3	Pelatih Futsal	Bapak Khr
4	Anggota Futsal	Ryn Ars Frz Frn Ask Ibn Ap Rho Dvi Ib

³³ Lexy J Moleong, *op. cit.*, h. 157

2. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh atau yang dikumpulkan oleh orang yang melakukan penelitian dari sumber-sumber yang telah ada. Dilihat dari segi sumber data, bahan tambahan yang berasal dari sumber tertulis dibagi atas sumber buku dan majalah ilmiah, sumber dari arsip, dokumen pribadi, dan dokumen resmi.³⁴ Untuk penelitian ini data sekundernya berupa laporan-laporan penelitian (buku, jurnal ilmiah, skripsi), internet (*website*). Semua data tersebut dikumpulkan untuk melengkapi hasil temuan penelitian.

E. Teknik Pengumpulan Data

1. Observasi

Observasi merupakan salah satu teknik pengumpulan data dalam penelitian. Penelitian kali ini akan melakukan partisipatif pasif dan observasi terus terang atau tersamar. Dalam observasi partisipatif pasif, peneliti datang ditempat kegiatan orang yang diamati, tetapi tidak ikut terlibat dalam kegiatan tersebut. Sedangkan, observasi terus terang atau tersamar adalah peneliti dalam melakukan pengumpulan data menyatakan terus terang kepada sumber data, bahwa peneliti sedang melakukan penelitian dan mereka yang diteliti mengetahui sejak awal sampai akhir tentang aktivitas peneliti.³⁵

³⁴ *Ibid.*, h. 159

³⁵ Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2010), h. 64.

Oleh karena itu, peneliti akan menjelaskan terlebih dahulu terutama kepada Kepala Sekolah SMP Negeri 18 Tangerang mengenai maksud dan tujuan kedatangan peneliti, setelah Kepala Sekolah memberikan izin untuk melakukan penelitian, kemudian peneliti lebih lanjut lagi menjelaskan kepada Wakil Kepala Sekolah, Guru SMP Negeri 18 Tangerang, dan seterusnya kepada para partisipan yang dituju oleh peneliti.

2. Wawancara

Seperti yang dikemukakan oleh Lincoln dan Guba, wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu, percakapan itu dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara (*interviewer*) yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara (*interviewee*) yang memberikan jawaban atas pertanyaan itu.³⁶

Wawancara merupakan suatu kegiatan yang dilakukan untuk memperoleh informasi secara lisan, yaitu melalui percakapan dengan informan. Secara garis besar ada 2 pedoman wawancara. Pertama, pedoman wawancara tidak terstruktur, yaitu pedoman wawancara yang hanya membuat garis besar yang akan ditanyakan. Kedua, pedoman wawancara terstruktur, yaitu pedoman wawancara yang disusun secara terperinci sehingga menyerupai *check list* wawancara yang tinggal membubuhkan tanda v (*check*) pada nomor yang sesuai.

³⁶ Lexy J Moleong, *op. cit.*, h. 186.

Peneliti dalam penelitian menggunakan kedua wawancara tersebut. Penulis membuat pedoman wawancara secara garis besar pertanyaan yang akan ditanyakan kepada informan dan wawancara secara terpetinci kepada informan. Hal ini bertujuan agar dapat secara mendalam mengenai perubahan perilaku merokok remaja yang terjadi di SMP Negeri 18 Tangerang.

3. Catatan Lapangan

Menurut Bogdan dan Biklen seperti yang dikutip oleh Moleong, catatan lapangan adalah catatan tertulis tentang apa yang yang didengar, dilihat, dialami dan dipikirkan dalam rangka pengumpulan data refleksi terhadap data dalam pendekatan kualitatif.³⁷ Peneliti mencatat setiap peristiwa dalam kejadian saat penelitian berlangsung guna mendapatkan data.

Tujuan membuat catatan lapangan ini adalah membuat data lapangan dan refleksi data yang lain untuk kemudian peneliti reduksi atau memilah-milah data yang ada, kemudian data tersebut disajikan dan dideskripsikan.

4. Dokumentasi

Dokumen pribadi adalah catatan atau karangan seseorang secara tertulis tentang tindakan, pengalaman, dan kepercayaanya. Maksud

³⁷ *Ibid.*, h. 153

mengumpulkan dokumen pribadi adalah untuk memperoleh kejadian nyata tentang situasi sosial dan arti berbagai faktor disekitar subjek penelitian.³⁸

Dokumentasi dalam penelitian ini adalah proses penyimpanan dokumen-dokumen yang memiliki hubungan dengan penelitian seperti kegiatan-kegiatan ekstrakurikuler futsal yang berupaya melakukan perubahan perilaku merokok pada remaja. Atribut ataupun berbagai hal yang sekiranya penulis membutuhkan data terkait dari dokumentasi penulis.

5. Studi Pustaka

Sumber berupa buku dan majalah ilmiah juga termasuk kategori ini. Buku, disertasi atau tesis, biasanya tersimpan di perpustakaan. Di perpustakaan terdapat buku riwayat hidup, buku terbitan pemerintah, majalah-majalah ilmiah seperti jurnal tempat menerbitkan penemuan-penemuan hasil penelitian. Buku, disertasi dan karya ilmiah lainnya, dan majalah ilmiah sangat berharga bagi peneliti guna menjajaki keadaan perseorangan atau masyarakat di tempat penelitian dilakukan. Selain itu, buku penerbitan resmi pemerintah pun dapat merupakan sumber yang sangat berharga.³⁹

Peneliti memperoleh beberapa sumber data dari buku-buku dan jurnal penelitian yang dianggap relevan dengan masalah penelitian.

³⁸ *Ibid.*, h. 217

³⁹ *Ibid.*, h. 159

Sumber data yang diperoleh dari kajian pustaka kemudian dijadikan pengetahuan dasar pada saat penelitian.

F. Teknik Kalibrasi Keabsahan Data

Dalam penelitian kualitatif, agar hasil penelitian dapat dipertanggungjawabkan maka dikembangkan tata cara untuk mempertanggungjawabkan keabsahan data dari hasil penelitian. Sehubungan dengan pemeriksaan keabsahan data, maka peneliti menggunakan teknik-teknik berikut :

1. Perpanjangan pengamatan

Peneliti kembali ke lapangan setelah melakukan analisis data dan telah dirumuskan sejumlah kategori. Pengamatan ini dilakukan agar sesuai dengan partisipan dengan data lapangan.

2. Triangulasi

Triangulasi merupakan teknik pengecekan keabsahan data yang paling populer dalam penelitian kualitatif, kepopulerannya didasarkan pada kenyataan bahwa cara ini memiliki potensi untuk sekaligus meningkatkan akurasi, kepercayaan, dan kedalaman, serta kerincian data.⁴⁰

Triangulasi dilakukan dengan tiga strategi, yaitu :

- a. Triangulasi sumber, untuk menguji kredibilitas data dilakukan dengan cara mencari informasi lain tentang suatu topik yang digalinya lebih dari satu sumber. Terkait dengan penelitian ini, peneliti akan mencari sumber lebih dari satu untuk mencari informasi lain apabila belum

⁴⁰Nusa Putra, *Research & Development* (Jakarta: PT Rosdakarya, 2011), h. 105.

merasa akurat dengan cara membandingkan informasi yang diperoleh dari satu partisipan dengan partisipan yang lain dan mengecek lagi tingkat kepercayaan data dan informasi tersebut. Maka, peneliti menggali suatu data melalui beberapa partisipan untuk memastikan keabsahan data.

- b. Triangulasi metode, untuk menguji kredibilitas data dilakukan dengan cara mengecek data kepada sumber data yang sama dengan teknik yang berbeda. Misalnya data diperoleh dengan wawancara, lalu dicek dengan observasi, dokumentasi, atau kuisioner. Peneliti akan menggabungkan antara beberapa teknik pengumpulan data (observasi, wawancara, dokumentasi, serta kepustakaan) yang kemudian peneliti hubungkan atau analisis dengan hasil pengamatan. Supaya peneliti dapat menyempurnakan pemahaman terhadap data tersebut untuk kemudian menyajikannya kepada orang lain dengan lebih jelas tentang apa yang telah diperoleh dari lapangan.
- c. Triangulasi waktu, waktu juga sering mempengaruhi kredibilitas data. Data yang dikumpulkan dengan teknik wawancara di pagi hari pada saat narasumber masih segar, belum banyak masalah, akan memberikan data yang lebih valid sehingga lebih kredibel. Untuk itu dalam rangka pengujian kredibilitas data dapat dilakukan dengan cara

melakukan pengecekan dengan wawancara, observasi atau teknik lain dalam waktu dan situasi yang berbeda.⁴¹

Keseluruhan triangulasi tersebut akan digunakan untuk mengkroscek data yang telah diperoleh dari sumber data, antara lain: Wakil Kepala Sekolah, Guru Olahraga, Pelatih Futsal, dan 10 Siswa anggota futsal. Sehingga dengan teknik triangulasi ini peneliti mendapatkan data yang sistematis mengenai proses ekstrakurikuler berupaya mengubah perilaku merokok remaja yang kemudian dalam penyajian tulisannya dapat menjelaskan kepada orang lain dengan lebih jelas dan dipahami tentang apa yang telah diperoleh dari lapangan.

3. Kecukupan Referensial

Dalam setiap pencarian data dan informasi, peneliti selalu melengkapi diri dengan alat bantu berupa kamera, alat rekam dengan menggunakan handphone, pedoman observasi, pedoman wawancara, alat tulis dan buku catatan. Ketika mewawancarai informan atau partisipan, peneliti selalu menggunakan pedoman wawancara dan merekam hasil wawancara dengan alat rekam menggunakan handphone. Ketika mengamati suatu aktivitas ekstrakurikuler futsal di sekolah maupun di luar sekolah dan aktivitas lainnya yang menjadi fokus penelitian, maka peneliti menggunakan pedoman observasi dan diambil gambarnya setiap kegiatan tersebut dengan alat kamera.

⁴¹Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*, (Bandung: Alfabeta, 2006), h. 204

G. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini terdiri dari alur kegiatan yang terjadi bersamaan yaitu atau verifikasi.⁴² Reduksi data merupakan keseluruhan hasil data catatan lapangan, pengamatan, wawancara dokumentasi dan tinjauan pustaka yang peneliti pilah-pilah atau diklarifikasikan sesuai dengan fokus penelitian.

Tahap selanjutnya setelah peneliti melakukan reduksi data, analisis data dilakukan dengan cara penyajian data.⁴³ Yaitu dengan memilih hal-hal pokok yang sesuai dengan fokus penelitian, kemudian dicari temanya. Data tersebut diolah sesuai dengan sistematika penulisan dan fokus permasalahan kemudian disajikan dalam bentuk uraian deskriptif. Tahap terakhir dari penulisan ini adalah verifikasi data atau penarikan kesimpulan.

⁴² Milles, Matthew B. dan Michael Huberman. Penerjemah: Tjeptjep Rohendi Rohidi, *Analisis Data Kualitatif*, (Jakarta: UI Press, 1990), hlm. 16

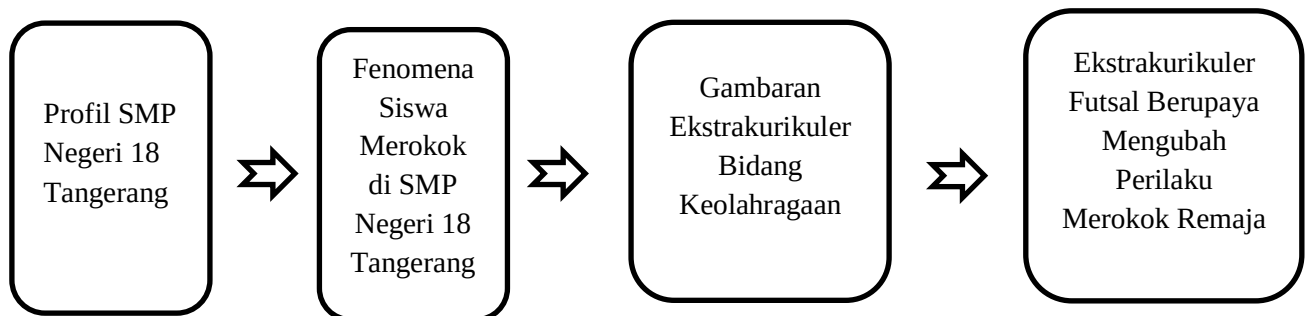
⁴³ Usman, Husaini, *Metodolologi Penelitian Sosial* (Jakarta: Bumi Aksara, 2004), hlm. 86

BAB III

HASIL TEMUAN DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini akan dibahas mengenai bagaimana ekstrakurikuler futsal dapat mengubah perilaku merokok pada remaja di SMP Negeri 18 Tangerang. Sebagai inti dari bab ini penulis akan menjabarkan bagaimana proses perubahan perilaku merokok itu terjadi, hambatan yang dirasakan pada saat perubahan perilaku merokok itu, dan dampak yang dirasakan pada saat perubahan perilaku tersebut telah terjadi di SMP Negeri 18 Tangerang

Bagan 3.1 Alur Berpikir pada BAB III



A. Deskripsi Lokasi Penelitian

1. Keadaan Umum dan Profil SMP Negeri 18 Tangerang

SMP Negeri 18 Tangerang didirikan pada tahun pelajaran 1994/1995 dengan SK Kanwil Depdikbud propinsi Jawa Barat no. Ku 08.09/w-09/SPL-PEL/107/PUSP tanggal 12 November 1995 dan SK Mendikbud RI no. 031510/1995 tanggal 26 Oktober 1995. Pada awal masa pendiriannya, gedung yang dipakai oleh SMP Negeri 18 Tangerang ini bernama SMP 2 Cipondoh yang kemudian berganti nama menjadi SMP 12

Tangerang pada tahun 1998 dan baru pada tahun 1999 menjadi SMP Negeri 18 Tangerang hingga saat ini. Seperti yang dikemukakan oleh informan Bapak Hrt yang mengemukakan sejarah pendirian SMP Negeri 18 Tangerang sebagai berikut:

“Waktu pertama berdiri itu SMP 2 Cipondoh terus berubah lagi kurang lebih tahun 98 SMP 12 Tangerang terus berubah lagi tahun 99 nya jadi SMP 18”⁴⁴

Selama tahun 1995 sampai dengan saat ini terdapat pergantian pemimpin di SMP Negeri 18 Tangerang, berikut adalah Kepala Sekolah yang pernah menjabat dan sedang menjabat sampai saat ini :

1. Drs. Hudi Syamhudi , menjabat pada tahun 1995 – 1998
2. Drs. Zulian Halimi, M.M , menjabat pada tahun 1998 – 2003
3. Drs. H. Achmad Sailan, S.H , menjabat pada tahun 2003 – 2005
4. Drs. Ngadiyat , menjabat pada tahun 2005 – 2008
5. Drs. H. Asmir, S.Pd , menjabat pada tahun 2008 – 2011
6. H. Sri Suyatno, M.Pd , menjabat pada tahun 2011 – sekarang

SMP Negeri 18 Tangerang memiliki VISI dan MISI sekolah sebagai penyemangat pergerakan multifungsi sekolah dan sebagai pedoman sekolah dalam menciptakan suatu keberhasilan yang diinginkan secara optimal. Berikut Visi dan Misi serta Indikator SMP Negeri 18 Tangerang :

Visi :

Bertaqwa, Berprestasi dan Berbudaya, serta Berlingkunga Asri

⁴⁴ Wawancara Bapak Hrt, pada Tanggal 17 Maret 2016. Pukul 09:00 WIB

Indikator :

1. Terwujudnya kepribadian siswa yang berakhlakul karimah
2. Terwujudnya kepribadian siswa yang berdisiplin tinggi dan beretika
3. Terwujudnya kegiatan ekstrakurikuler yang dinamis dan inovatif
4. Terwujudnya kegiatan belajar mengajar yang efektif, kreatif, dan inovatif
5. Terwujudnya lulusan yang cerdas, kompetitif, cinta tanah air, beriman, dan bertaqwa
6. Terwujudnya standar tenaga pendidik dan kependidikan
7. Terwujudnya standar prasarana dan sarana pendidikan yang relevan dan mutakhir
8. Terwujudnya standar pengelolaan pendidikan
9. Terwujudnya penggalangan biaya pendidikan yang memadai
10. Terwujudnya standar penilaian pendidikan
11. Terwujudnya lingkungan sekolah yang asri

Misi :

1. Menumbuhkan dan meningkatkan ketaatan terhadap ajaran agama masing-masing
2. Melaksanakan pembelajaran yang efektif, kreatif, dan inovatif
3. Meningkatkan mutu dan potensi semua warga sekolah
4. Mewujudkan lingkungan sekolah yang aman, sehat, rindang, dan indah
5. Mewujudkan suasana belajar yang aman, nyaman, dan menyenangkan

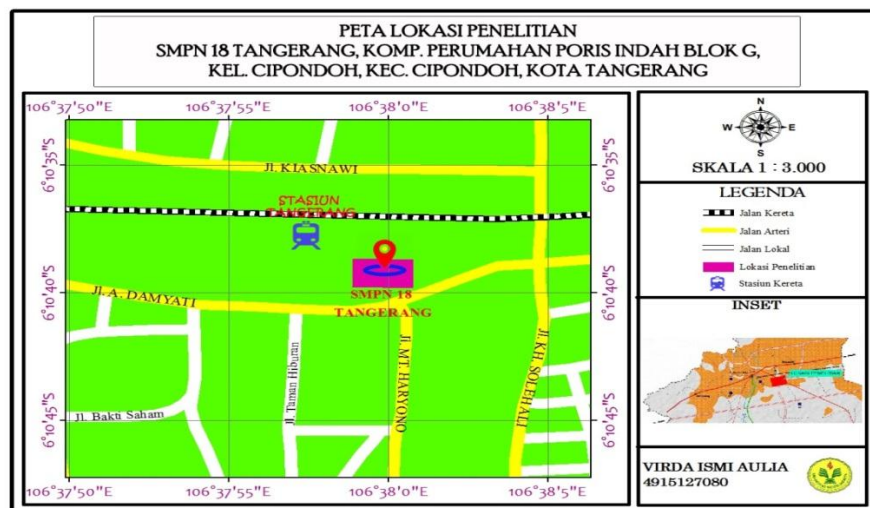
6. Menyelaraskan tindakan dan sikap sesuai dengan norma, etika, dan estetika

Indikator :

1. Terlaksananya kegiatan keagamaan (Pembacaan Yassin jumat pagi dan shalat berjamaah)
2. Terlaksananya pemberian Tausyiah di setiap hari besar keagamaan
3. Terwujudnya warga sekolah yang selalu berpakaian rapi sesuai dengan norma agama
4. Terwujudnya pelaksanaan pembelajaran yang optimal
5. Terlaksananya pelaksanaan remedial, pengayaan, dan bimbingan secara optimal
6. Terwujudnya warga sekolah yang memiliki disiplin tinggi dan etika
7. Terwujudnya sekolah hijau, indah, rapi, bersih, dan menyenangkan

2. Lokasi dan Fasilitas SMP Negeri 18 Tangerang

Gambar 3. 1. Peta Kawasan SMP Negeri 18 Tangerang



Sumber: Google Maps yang diolah oleh peneliti

SMP Negeri 18 Tangerang terletak di kompleks perumahan Poris Indah Blok G Kelurahan Cipondoh Indah Kecamatan Cipondoh Kota Tangerang dengan luas tanah 4.600 M² dan luas bangunan 1834 M². Dilihat dari posisi sekolah yang berada di dalam lingkungan kompleks perumahan kurang menguntungkan hal ini disebabkan karena kurang tersedianya sarana transportasi umum yang masuk ke dalam kompleks perumahan Poris Indah, akan tetapi antusias orangtua tidak surut untuk menyekolahkan anaknya di SMP Negeri 18 Tangerang karena lokasinya yang berjauhan dengan sekolah lain sehingga tidak pernah terjadi tauran oleh siswa SMP Negeri 18 Tangerang.⁴⁵ Kurangnya sarana transportasi bagi siswa sampai ke sekolah tersebut tidak menyurutkan siswa untuk bersekolah dilihat dari banyaknya siswa yang berangkat sekolah menggunakan sepeda sehingga hal tersebut membantu siswa untuk berolahraga sedikit untuk berangkat sekolah di pagi hari walaupun terdapat siswa yang diantar dan dijemput oleh orangtua menggunakan kendaraan bermotor.

Kondisi sekolah yang rindang, asri dan bersih membuat suasana sekolah terasa nyaman dan sejuk, hal tersebut sangat mendukung proses belajar mengajar menjadi nyaman. Selain kondisi itu kondisi lingkungan sekolah yang berada di tengah-tengah kompleks perumahan juga sangat mendukung proses pembelajaran karena kompleks perumahan Poris Indah tidak terlalu berisik untuk adanya keberadaan sekolah dan letak sekolah

⁴⁵ Wawancara Bapak Hrt, pada Tanggal 17 Maret 2016. Pukul 09:00 WIB

yang jauh dari jalan raya membuat suara berisik kendaraan bermotor tidak mengganggu konsentrasi siswa di kelas.

Lokasi sekolah yang berada di dalam perumahan dan letaknya kurang strategis membuat banyak orang tidak mengetahuinya terkecuali penduduk yang berada di lingkungan perumahan Poris. Oleh karena itu akan dijabarkan arah jalan menuju SMP Negeri 18 Tangerang, apabila datang dari arah Cipondoh (Situ Cipondoh) harus berbelok ke arah kanan setelah rumah makan Hj. Kokom kemudian dilanjutkan mengarah ke arah perumahan poris atau berbelok ke arah kiri dilanjutkan dengan mengikuti jalan sampai terdapat perempatan Sipon dan berbelok ke arah kanan dan dilanjutkan ke arah perumahan Poris Indah (jalur belakang) sepanjang jalan menuju perumahan Poris Indah akan ditemukan ruko-ruko penjual berbagai macam barang lalu terdapat alfamart dan juga rumah penduduk, setelah menemukan papan bertuliskan SMP Negeri 18 Tangerang maka saat itu harus berbelok ke arah kiri dan memasuki kawasan perumahan Poris Indah dan dilanjutkan perjalanan mengikuti jalur jalan setelah menemukan pos satpam di tengah persimpangan jalan dan terdapat toko foto copy di sebelah kiri dan terdapat papan bertuliskan SMP Negeri 18 Tangerang maka saat itu harus berbelok ke arah kanan, sekitar 500 M terdapat lokasi SMP Negeri 18 Tangerang yang berada di sebelah kanan jalan.

Selain perjalanan dari arah Cipondoh, lokasi sekolah juga dapat ditempuh melewati perumahan Poris Indah khususnya bagi siswa yang bertempat tinggal di sekitar perumahan Poris dan dari arah Benteng

Betawi. Namun, perjalanan melewati perumahan Poris cukup rumit karena melewati banyak belokan dan terkadang macet karena banyaknya penghuni perumahan yang ingin keluar sehingga terjadi penumpukan kendaraan.

Jadi, untuk mencapai lokasi SMP Negeri 18 Tangerang bisa dilewati dari arah Situ Cipondoh atau dari arah Benteng Betawi dan sekitarnya. Berikut ini akan dijabarkan secara rinci mengenai perbatasan SMP Negeri 18 Tangerang, sebagai berikut :

- a. Sebelah Utara Sekolah : Komplek Perumahan Warga
- b. Sebelah Timur Sekolah : Komplek Perumahan Warga
- c. Sebelah Selatan Sekolah : Komplek Perumahan Warga
- d. Sebelah Barat Sekolah : Komplek Perumahan Warga

Adapun sarana dan prasarana data fasilitas sekolah yang memiliki luas tanah 4.600 M^2 dan luas bangunan 1834 M^2 , serta memiliki bentuk bangunan yang menyerupai persegi dengan dua lantai. Dengan letak ruang belajar secara terpisah sebanyak 29 ruang belajar. Berikut data rinci mengenai jumlah fasilitas yang dimiliki sekolah, sebagai berikut:

Tabel 3.1. Fasilitas SMP Negeri 18 Tangerang

No	Ruang Sekolah	Jumlah
1	Gudang	1
2	Kamar Mandi/Wc Guru Laki-laki	2
3	Kamar Mandi/Wc Guru Perempuan	2
4	Kamar Mandi/Wc Siswa Perempuan	2
5	Kamar Mandi/Wc Siswa Laki-laki	2
6	Laboratorium IPA	1
7	Ruang BP	1
8	Ruang Kepala Sekolah	1
9	Ruang Koperasi	1
10	Ruang Perpustakaan	1
11	Ruang Guru	1
12	Ruang TU	1
13	Ruang Belajar	29
14	Ruang Osis	1
15	Ruang Komputer	1
16	Ruang UKS	1
17	Masjid	1
18	Ruang PMR	1
19	Ruang Piket	1
20	Ruang Satpam	1
21	Lapangan Sekolah	1
22	Parkir	1
23	Lab Tanaman	1
24	Koperasi	1
Jumlah Ruangan		56

Sumber: Data SMP Negeri 18 Tangerang

Berdasarkan data fasilitas sekolah di atas, SMP Negeri 18 Tangerang cukup memadai dan mendukung kegiatan belajar mengajar di kelas maupun di luar kelas serta lingkungan sekolah terbilang cukup bersih dan nyaman. Terdapat banyak pohon dan tanaman di seputar lingkungan sekolah karena di SMP Negeri 18 Tangerang terdapat ekstrakurikuler lingkungan hidup yang mengajarkan siswa untuk bercocok tanam dan

menjaga lingkungan di sekitar mereka khususnya di sekolah. Adapun tata letak antar ruang terbilang sangat terstruktur karena kondisinya sangat rapih dan tertata dengan baik di setiap ruangnya.

3. Data Pendidik, Tenaga Pendidik dan Siswa

Jumlah pendidik dan tenaga pendidik SMP Negeri 18 Tangerang pada tahun 2015/2016 berjumlah 69 orang. Setiap pendidik dan tenaga pendidik memiliki latar belakang pendidikan yang berbeda-beda. Masing-masing dari mereka mengajar dan melaksanakan tugasnya sesuai dengan keahliannya masing-masing.

Sedangkan data siswa menunjukkan jumlah siswa kelas VII, VIII dan IX yang bersekolah di SMP Negeri 18 Tangerang pada tahun ajaran 2015/2016 sebagai berikut:

Tabel 3.2. Data Siswa SMP Negeri 18 Tangerang

No.	Kelas	Jumlah Kelas	Laki-laki	Perempuan	Jumlah Murid
1.	Kelas VII	11	192	205	397
2.	Kelas VIII	11	249	207	456
3.	Kelas IX	10	199	197	396

Sumber: Data SMP Negeri 18 Tangerang

4. Keadaan Umum Siswa-siswi SMP Negeri 18 Tangerang

a. Pembiasaan

Pembiasaan di SMP Negeri 18 Tangerang adalah :

- 1) Sholat berjamaah dan sholat jumat
- 2) Membaca Qur'an

3) Bersalaman setiap bertemu guru

b. Kegiatan Pembelajaran

1) Waktu Belajar

Hari Senin s.d Kamis : 07.00 – 12.40

Hari Jumat : 07.00 – 11.30

Hari Sabtu dipergunakan untuk kegiatan pengembangan diri

2) Pakaian

Hari Senin s.d Selasa : Baju Putih dan Celana/Rok biru

Hari Rabu : Baju Pramuka

Hari Kamis : Baju Batik dan Celana/Rok

Hari Jum'at : Baju Muslim dan Baju Putih dan
Celana/Rok biru bagi Non-muslim

c. Kurikulum

Kegiatan pembelajaran yang dilaksanakan di SMP Negeri 18 Tangerang menggunakan Kurikulum 2013 (Kurtilas) bagi semua kelas VII, VIII, IX.

d. Kegiatan Ekstrakurikuler

Di SMP Negeri 18 Tangerang banyak menyediakan pilihan untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, semua siswa dapat memilih salah satu ekstrakurikuler sesuai dengan keinginan siswa untuk pengembangan dirinya. Berikut gambaran umum mengenai kegiatan ekstrakurikuler SMP Negeri 18 Tangerang di sekolah:

Tabel 3.3 Kegiatan Ekstrakurikuler SMP Negeri 18 Tangerang

No.	Kegiatan	Hari Latihan
1.	Futsal	Kamis
2.	Paskibra	Rabu dan Sabtu
3.	Pramuka	Sabtu
4.	Basket	Sabtu
5.	Marawis	Sabtu
6.	Rohis	Sabtu
7.	Marching Band	Sabtu
8.	Band	Sabtu
9.	Sepak Bola	Selasa dan Sabtu
10.	Lingkungan Hidup	Sabtu
11.	Sains	Sabtu

Sumber: Data SMP Negeri 18 Tangerang

Berdasarkan sebelas data kegiatan ekstrakurikuler SMP Negeri 18 Tangerang di atas, sekolah mebebaskan siswa untuk memilih ekstrakurikuler yang mereka ingin ikuti karena setiap siswa memiliki keinginan untuk mengembangkan diri mereka sesuai dengan keinginannya sehingga diharapkan akan membantu menyalurkan minat dan potensi yang dimiliki siswa selain dalam bidang akademik.

B. Hasil Temuan

Pada sub bab ini peneliti akan membahas tentang hasil temuan yaitu diawali dengan gambran umum perilaku menyimpang siswa SMP Negeri 18 Tangerang, gambaran ekstrakurikuler futsal, latar belakang anggota futsal merokok, tujuan mengikuti ekstrakurikuler futsal, upaya sekolah dalam meminimalisir perilaku merokok, dampak sebelum dan sesudah perubahan perilaku, proses perubahan perilaku merokok yang dilakukan ekstrakurikuler futsal, hambatan pada saat proses perubahan perilaku merokok berlangsung,

hingga keberhasilan yang dirasakan pada saat perubahan perilaku merokok terjadi pada anggota ekstrakurikuler futsal sehingga terjadilah perubahan perilaku tersebut

Sehingga pada sub bab ini akan dijelaskan mengenai hasil temuan yang kemudian akan dibahas pada sub bab selanjutnya. Hal tersebut dimaksudkan agar hasil temuan yang dibahas pada sub bab ini akan membantu dalam penyusunan pembahasan hasil temuan nantinya.

1. Gambaran Ekstrskurikuler Futsal

a. Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 18 Tangerang

Ekstrakurikuler futsal adalah suatu permainan olahraga yang dimainkan oleh dua tim yang berbeda. Masing-masing tim beranggotakan lima orang pemain yang memainkan pertandingan dalam dua babak. Ekstrakurikuler ditujukan untuk membentuk perpaduan individu-individu pemain yang tergabung dalam sebuah tim demi mencapai kemenangan. Kebersamaan dan kerjasama tim sangat diperlukan dalam mencapai tujuan tersebut.

Ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 18 Tangerang beranggotakan 25 orang yang terbagi atas 2 tim yang masing-masih berjumlah 12 orang dan 13 orang. Sebagai sebuah olahraga permainan, ekstrakurikuler futsal diharapkan menjadi wadah bagi siswa dalam meraih kesenangan yang dilalui kompetisi dan persaingan, baik antara pemain maupun tim. Sehingga dengan permainan ini, akan tercipta suasana pertandingan yang lebih seru dan bermain jujur (*fair play*). Begitu halnya dengan

ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 18 Tangerang, futsal SMP Negeri 18 Tangerang memiliki tim inti sebanyak 2 tim yang apabila sedang latihan mereka biasanya beradu kekuatan dengan sistem rolling atau dengan kata lain tidak harus selalu dengan tim yang sama tetapi lebih fleksibel disamping pelatih melihat kekuatan masing-masing pemain agar mendapatkan tim inti yang siap bertanding untuk mengikuti kejuaraan yang sering diikuti oleh futsal SMP Negeri 18 Tangerang.

Selain itu sebelum diadakannya game atau beradu kekuatan masing-masing tim yang sudah ditujuk oleh pelatih, ekstrakurikuler futsal juga mengajarkan teknik-teknik dalam bermain futsal

“Program saya seperti passing, speed, vo2max, daya tahan tubun, dan kontrol bola (vo2max itu seperti uji ketahanan daya tahan tubuh anak-anak dari jantung sama fisik secara keseluruhan) dengan penerapan program latihan tersebut permainan di lapangan sesuai dengan arahan saya”⁴⁶

Sehingga selain kekuatan tim, hal lain yang juga tidak kalah penting adalah teknik permainan serta fisik pemain karena setiap anggota futsal diharuskan menguasai segala teknik permainan futsal seperti teknik mengontrol bola, teknik mengumpan bola, teknik menggiring bola, teknik menendang bola, teknik untuk memiliki kecepatan yang mempuni, dan teknik untuk memaksimalkan fisik, meski memang masing-masing anggota futsal memiliki kemampuan (*skill*) yang berbeda-beda. Perbedaan itu disebabkan oleh pola latihan yang dijalani anggota futsal. Anggota futsal yang bersungguh-sungguh melatih kemampuan dalam penguasaan

⁴⁶ Wawancara Bapak Khr, pada Tanggal 1 Mei 2016, pukul 15.30 WIB

teknik futsal akan mampu menguasai teknik-teknik futsal lebih baik daripada pemain yang melakukan pola latihan dengan tidak bersungguh-sungguh.

Latihan yang dilaksanakan selama 2 kali dalam seminggu yaitu pada hari senin dan rabu yang dilaksanakan pada pukul 15.00 – 17.30 WIB ini dilakukan dengan kegembiraan dan kesenangan sehingga terjalin kedekatan antar pemain dan pelatih. Hal tersebut terlihat pada saat latihan yang telah digambarkan di dalam catatan lapangan yang dibuat oleh penulis sebagai berikut:

“Pada saat permainan dilakukan saya melihat kedekatan antara pelatih dan pemain, mereka seperti teman pada saat dilapangan mereka bisa bercanda dan bercengkramah seperti seorang sahabat, meskipun begitu sopan santun tetap dijunjung oleh pemain terhadap pelatihnya”⁴⁷

Hal tersebut juga terlihat pada saat di luar sekolah dimana pada saat penulis melakukan wawancara di sebuah mini market yang menyediakan makanan untuk di makan di tempat terlihat mereka menobrol seperti layaknya kakak dan adiknya dan anggota futsal terlihat sangat nurut dan patuh, hal tersebut terlihat pada saat Bapak Khr meminta anak-anak untuk datang dan di wawancarai oleh saya dan hal tersebut juga terlihat dengan kedatangan mereka yang tepat waktu.

b. Tujuan Mengikuti Ekstrakurikuler Futsal

Dalam melakukan suatu hal seseorang pasti memiliki tujuan yang ingin dicapai, begitu juga tujuan pada anggota futsal dalam mengikuti

⁴⁷ Data Sekunder diambil pada tanggal 20 Januari 2016, pukul 13.30 WIB

ekstrakurikuler futsal. Tujuan anggota futsal mengikuti ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 18 Tangerang juga memiliki tujuannya masing-masing, akan tetapi tujuan tersebut bisa tercapai tergantung kepada usaha yang dimiliki masing-masing anggota untuk mencapai tujuannya tersebut.

“Tujuan saya mengikuti ekstrakurikuler futsal adalah untuk mengharumkan nama sekolah, membuat orang tua saya bangga dengan prestasi yang saya miliki dengan menjuarai kejuaraan-kejuaraan yang saya menangkan”⁴⁸

Berbeda dengan infoman Frz, informan Ap memiliki tujuan dalam mengikuti ekstrakurikuler futsal

“Tujuan saya mengikuti ekstrakurikuler futsal adalah karena saya ingin menjadi atlet sehingga saya sangat berusaha untuk menjadi atlet futsal yang memiliki fisik yang kuat dan memiliki skill yang bagus, oleh karena itu saya mengikuti ekstrakurikuler futsal”⁴⁹

Tujuan yang dimiliki seseorang untuk mencapai apa yang menjadi tujuannya tentu dapat menjadi motivasi bagi dirinya sendiri sehingga dapat menjalankan proses dari mencapai tujuan tersebut dengan semangat.

2. Proses Perubahan Perilaku Merokok

a. Latar Belakang Anggota Futsal Merokok

Pada sub bab ini penulis akan membahas mengenai latar belakang anggota futsal merokok sehingga mempengaruhi mereka untuk merokok. Dalam kehidupan sehari-hari seringkali ditemui orang merokok di mana-mana, baik di kator, di pasar ataupun tempat umum lainnya atau bahkan di sekitar sekolah dan di kalangan rumah sendiri. Kebiasaan merokok

⁴⁸ Wawancara Frz, pada Tanggal 1 Mei 2016, pukul 14.35 WIB

⁴⁹ Wawancara Ap, pada Tanggal 2 Mei 2016, pukul 14.50 WIB

dimulai dengan adanya rokok pertama. Umumnya rokok pertama dimulai saat remaja, setelah mencoba rokok pertama, seseorang individu menjadi ketagihan merokok, dengan alasan-alasan kebiasaan dan pergaulan teman sekitar.

Perilaku merokok merupakan perilaku yang berbahaya bagi kesehatan, tetapi masih banyak orang yang melakukannya. Bahkan orang mulai meokok ketika mereka masih remaja, dimana usia tersebut merupakan usia produktif yang seharusnya dihabiskan dengan kegiatan-kegiatan yang lebih positif. Karena pada masa remaja merupakan masa dimana seseorang anak sedang mencari jati dirinya, sehingga banyak mencari dan mencoba hal-hal baru yang belum pernah mereka rasakan sebelumnya, akan tetapi apabila dalam proses pencarian jati diri tersebut tidak dibarengi dengan pengawasan dan penanaman nilai-nilai luhur dan ilmu agama akan membuat pencarian jati diri tersebut berujung kepada hal-hal yang tidak diinginkan, seperti yang tengah banyak diberitakan oleh media massa.

Pencarian jati diri yang dilakukan oleh remaja juga dialami oleh anggota futsal SMP Negeri 18 Tangerang, dimana remaja mencoba hal-hal yang sebelumnya belum pernah dirasakan, seperti merokok. Perilaku merokok anggota futsal SMP Negeri 18 Tangerang dilakukan sebelum waktunya, dimana usia pertama kali mereka merokok dibawah 18 tahun, bahkan terdapat beberapa anggota futsal yang mengatakan usia mereka mulai merokok ketika masih duduk di sekolah dasar.

Perilaku merokok yang dilakukan oleh remaja umumnya dipengaruhi berbagai faktor. Faktor tersebut diungkapkan oleh informan anggota futsal yang diwawancarai :

“Sugesti sih sebenarnya, jadi katanya kalau ngerokok itu enak bisa bikin pikiran tenang jadi saya coba dan saya ketagihan terus karena temen juga sih suka ngajak ngeroko jadi saya terpengaruh untuk merokok”⁵⁰

Akan tetapi pernyataan tersebut berbeda dengan pernyataan informan lain yang menyebutkan faktor lain informan ini merokok

“Faktor yang mempengaruhi saya merokok pada saat itu adalah karena teman saya, karena saya melihat teman saya merokok sehingga saya tertarik untuk mencoba rasa rokok itu seperti apa, dari situlah saya akhirnya ketagihan dan jadi kebiasaan walaupun tidak sering”⁵¹

Faktor tersebut menunjukkan bahwa sugesti yang diberikan oleh pihak lain mempengaruhi informan Ryn untuk merokok sehingga sugesti yang telah diberikan diterima dengan baik oleh infoman Ryn sehingga hal tersebut membuat rasa ingin tahu terhadap perasaan pada saat merokok itu tinggi yang membuat akhirnya mencoba untuk merokok sehingga kecanduan yang dialami oleh informan Ryn pada saat itu. Tidak berbeda jauh dengan informan Ryn, informan Frz mengamukakan bahwa faktor yang melatarbelakanginya untuk merokok adalah bujukan teman sehingga akhirnya mencoba untuk merokok sehingga membuatnya merokok pada saat itu.

⁵⁰ Wawancara Ryn, pada Tanggal 1 Mei 2016, pukul 14.15 WIB

⁵¹ Wawancara Frz, pada Tanggal 1 Mei 2016, pukul 14.35 WIB

b. Dampak Perilaku Merokok

Dampak sebelum terjadinya perubahan perilaku merokok di terbagi atas 3 aspek yaitu:

1) Dampak yang dirasakan oleh sekolah

Dampak yang dirasakan oleh sekolah secara umum lebih pada saat di dalam kelas dan kerapihan siswa, hal tersebut diungkapkan oleh informan Ibu Tad

“Sejauh ini anak-anak merokok kalau belajar mungkin malas berfikir terlihat dari anak yang suka merokok, dari matanya, mungkin penampilannya kurang rapih. Anak jadi mungkin kalau yang takut karna hanya coba-coba dia bisa mengubah atau kalau pandangan kita di luar”⁵²

Pernyataan tersebut membuktikan bahwa perilaku merokok sangat berpengaruh terhadap motivasi belajar siswa di kelas sehingga siswa yang merokok cenderung lebih malas berfikir dibandingkan dengan siswa yang tidak merokok. Selain malas berfikir, siswa yang merokok juga cenderung kurang rapih dalam berpakaian.

Dampak lain sebelum adanya kebijakan Kawasan Tanpa Asap Rokok (KTR) yang diberlakukan sekolah adalah banyaknya guru yang merokok secara terbuka (terlihat siswa) sehingga hal yang seharusnya tidak boleh dilakukan secara terbuka di sekolah dilakukan secara terbuka sehingga siswa melihatnya dan tidak menutup kemungkinan siswa mencontoh perilaku merokok tersebut.

⁵² Wawancara Ibu Tad, pada Tanggal 17 Maret 2016, pukul 10.15 WIB

2) Dampak yang dirasakan oleh pelatih futsal

Berbeda dengan dampak yang dirasakan oleh sekolah, pelatih futsal merasakan dampak lebih kepada permainan futsal yang dikembangkan serta fisik pemain yang membuat futsal SMP Negeri 18 Tangerang tidak berkembang.

“Tanggapan siswa dia menyesali perbuatannya karena perilaku merokok tersebut merusak staminanya sehingga sangat merugikan tim futsal SMP Negeri 18 Tangerang oleh karena stamina yang kurang stabil itu banyak turnamen yang kita gagal untuk meraihnya”⁵³

Hal tersebut menggambarkan bahwa dampak dari perilaku merokok yang dirasakan oleh pelatih futsal adalah karena banyaknya turnamen atau kejuaraan yang gagal untuk memenangkannya karena hal tersebut sangat merugikan tim futsal SMP Negeri 18 Tangerang.

3) Dampak yang dirasakan oleh anggota futsal

Dampak yang dirasakan sekolah dan pelatih futsal berbeda dengan dampak yang dirasakan oleh anggota futsal, dampak tersebut digambarkan oleh pernyataan informan Ars, Ibn, dan Frn.

“Dampak perilaku merokok bagi diri saya pada saat itu saya merasa fisik saya kurang stabil dan cenderung mudah lelah, saya sering batuk-batuk pada saat masih merokok, dan saya merasa lebih mudah sakit terutama batuk”⁵⁴

“Dampak perilaku merokok bagi diri saya yang saya rasakan dulu adalah saya sering banget batuk-batuk, fisik saya kurang baik sehingga kalau main mudah lelah, dan pada saat bermain futsal saya suka merasa nyesek di dada saya”⁵⁵

⁵³ Wawancara Bapak Khr, pada Tanggal 1 Mei 2016, pukul 15.30 WIB

⁵⁴ Wawancara Ars, pada Tanggal 1 Mei 2016, pukul 14.25 WIB

⁵⁵ Wawancara Ibn, pada Tanggal 2 Mei 2016, pukul 14.25 WIB

“Dampak perilaku merokok bagi diri saya sewaktu saya merokok saya merasa kurang sehat sih jadi mudah sakit, kadang-kadang kalo lagi main futsal fisik suka keganggu atau saya suka capek jadi pada saat latihan dan pertandingan saya kurang maksimal mainnya”⁵⁶

Berdasarkan dampak yang dikemukakan oleh ketiga informan, dampak sebelum terjadinya perubahan perilaku merokok dirasa sangat mengganggu kesehatan hal tersebut terlihat dari pernyataan diatas bahwa anggota futsal yang merokok banyak yang merasakan batuk dan nyesek (pernafasan terganggu), selain dalam kesehatan permainan tim futsal juga terganggu karena pada saat bermain futsal fisik dirasa sangat lemah sehingga mengganggu permainan tim futsal di lapangan bahkan merugikan tim futsal terutama pada saat mengikuti turnamen futsal.

c. Upaya Sekolah Dalam Meminimalisir Perilaku Merokok Siswa

Sekolah sebagai sebuah wadah bagi anak Indonesia dalam meraih cita-citanya dan juga memjukan bangsa memiliki tanggung jawab yang begitu besar karena besarnya dan hebatnya suatu Bangsa ditentukan oleh generasi penerus karena Bangsa Indonesia di era selanjutnya akan dipimpin oleh anak-anak Indonesia saat ini. Untuk itu sekolah memiliki kewajiban untuk membentuk kecerdasan, karakter, dan akhlak anak didiknya agar nantinya Bangsa Indonesia dipimpin oleh anak-anak yang memiliki kecerdasan, karakter, dan akhlak yang baik.

⁵⁶ Wawancara Frn, pada Tanggal 1 Mei 2016, pukul 14.45 WIB

Oleh karena itu, SMP Negeri 18 Tangerang berupaya mendidik siswa-siswinya agar memiliki kecerdasan, karakter dan akhlak yang baik. Upaya itu dimulai dengan cara meminimalisir perilaku merokok pada siswa, seperti yang dikemukakan oleh informan Ibu Tad

“Oh iya jelas SMP Negeri 18 Tangerang menerapkan kebijakan kawasan tanpa asap rokok, hal tersebut dilaksanakan sebagai salah satu upaya sekolah dalam meminimalisir siswa merokok serta memberikan larangan untuk guru merokok di lingkungan sekolah dan penerapan kebijakan kawasan tanpa asap rokok yang diberlakukan di SMP Negeri 18 Tangerang sudah berjalan kurang lebih 2 tahun terakhir”⁵⁷

“Yah alhamdulillah seperti guru apabila merokok sudah tidak terbuka di lingkungan sekolah, walaupun di lingkungan sekolah tetapi tersembunyi jadi tidak terlihat oleh anak-anak sehingga diharapkan tidak dicontoh oleh anak-anak.”⁵⁸

“Hambatannya yang dialami sejauh ini untuk para pecandu (guru) sudah susah dilarangnya kan untuk tidak merokok di sekolah, jadi tetap saja dia melakukan, tetapi dengan pemberlakuan kebijakan kawasan tanpa rokok ini diharapkan guru yang merokok di sekolah merokoknya secara tersembunyi sehingga tidak dilihat oleh siswa”⁵⁹

Selain pemberlakuan KTR (Kawasan Tanpa Rokok) di sekolah yang telah berlangsung dan memiliki dampak yang cukup baik sampai saat ini, SMP Negeri 18 Tangerang berupaya menimalisir perilaku merokok pada siswa dengan cara lain.

“Pernah, ini kan bahaya rokok kan asalnya itu supaya anak itu tidak sampe terjerumus ke narkoba kan diawali dari merokok, nah itu sudah bekerjasama dari yayasan cinta anak bangsa untuk mengadakan kegiatan agar siswa itu memiliki kreatifitas, karena kalau sudah kreatifitas kan secara otomatis anak itu melupakan kebiasaan merokok”⁶⁰

⁵⁷ Wawancara Ibu Tad, pada Tanggal 17 Maret 2016, pukul 10.15 WIB

⁵⁸ Wawancara Bapak Hrt, pada Tanggal 17 Maret 2016, pukul 09.40 WIB

⁵⁹ Wawancara Bapak Hrt, pada Tanggal 17 Maret 2016, pukul 09.40 WIB

⁶⁰ Wawancara Ibu Tad, pada Tanggal 17 Maret 2016, pukul 10.15 WIB

Hal tersebut merupakan salah satu bentuk upaya yang dilakukan sekolah disamping sudah adanya peraturan yang telah dibuat oleh sekolah sebelumnya, sehingga dengan adanya upaya-upaya yang dilakukan sekolah diharapkan siswa mengetahui mengenai bahaya rokok sehingga diharapkan siswa tidak merokok atau untuk yang merokok tidak lagi merokok setelah mengetahui bahaya-bahaya rokok yang telah disosialisasikan.

d. Ekstrakurikuler Futsal Merubah Perilaku Merokok Remaja

Perilaku merokok yang dilakukan siswa didasari oleh rasa keingintahuan akan rasa rokok yang sangat tinggi sehingga yang awalnya hanya coba-coba menjadi kebiasaan yang dilakukan hamper setiap hari sehingga perilaku merokok yang dialami oleh anggota futsal adalah tipe yang dipengaruhi oleh perasaan positif, dimana anggota futsal yang merokok tersebut merasakan kesenangan (merasa dewasa dan remaja yang mengikuti perkembangan zaman) walaupun sebenarnya itu merupakan hal yang negatif untuk dilakukan.

Setelah latihan dalam satu minggu dijalankan dan belum ada peningkatan yang signifikan dari fisik pemain akhirnya Bapak Khr mengetahui penyebab banyak anggota futsal yang memiliki fisik yang lemah.

“Saya mengetahuinya karena saya pernah melihat terdapat anak futsal merokok di luar sekolah atau di pinggir jalan sewaktu dia

pulang sekolah dan itu saya lihat ketika saya sedang mengendarai kendaraan saya untuk menuju ke rumah.”⁶¹

Proses perubahan perilaku merokok yang dilaksanakan didalam ekstrakurikuler futsal tidak terjadi dalam waktu singkat tetapi memiliki proses yang cukup panjang. Proses tersebut dilakukan dalam 2 tahun terakhir khususnya pada saat ekstrakurikuler futsal dipegang oleh Bapak Khr, karena pada saat Bapak Khr mengawali karirnya di SMP Negeri 18 Tangerang dengan menjadi guru olahraga anggota futsal yang sebelumnya mengetahui Bapak Khr adalah seorang pelatih futsal di sekolah lain dengan melihatnya pada saat kejuaraan di salah satu sekolah mampu membawa sekolah yang dilatihnya menjadi juara pada saat itu membuat anggota futsal pada saat itu mendambakannya untuk menjadi pelatih agar dapat menjuarai setiap kejuaraan yang mereka ikuti. Setelah mengetahui bahwa Bapak Khr menjadi guru olahraga mereka, anggota futsal tidak menyia-nyiakan kesempatan tersebut dan mengajak Bapak Khr untuk melatih mereka bermain futsal, yang awalnya Bapak Khr menolaknya akhirnya luluh dengan bujukan anak-anak futsal.

Setelah mengetahui terdapat anak futsal yang merokok akhirnya pada saat setelah latihan dimulai Bapak Khr berbincang secara halus dan memberikan motivasi agar dapat mengubah perilaku merokoknya agar dapat memiliki fisik dan kemampuan bermain futsal yang baik.

“Selain itu saya juga mendapatkan informasi bahwa anggota futsal yang merokok biasanya merokok di warung yang letaknya tidak jauh dari sekolah dan mereka biasanya merokok karena teman

⁶¹ Wawancara Bapak Khr, pada Tanggal 1 Mei 2016, pukul 15.30 WIB

biasa mereka bermain juga merokok sehingga hal tersebut mempengaruhi. Proses perubahan perilaku merokok yang dilakukan oleh Bapak Khr dilakukan dengan berbagai tahapan, tahapan pertama yang dilakukan dengan melakukan pendekatan kepada anggota-anggota yang diketahui merokok dimana proses pendekatan tersebut dimaksudkan untuk memberikan nasihat agar perilaku merokok tersebut tidak dilakukan dan memberikan motivasi agar dapat mengubah perilakunya, pendekatan itu dilakukan bukan hanya sebatas kepada anggota futsal yang merokok saja tetapi juga kepada anggota futsal yang lain. Tahapan kedua berupa penerapan metode latihan fisik yang dibuat melalui metode VO2Max dimana metode tersebut dimaksudkan untuk peningkatan daya tahan tubuh atau fisik pemain sehingga daya tahan tubuh atau fisik pemain bisa kembali normal bahkan dapat ditingkatkan, pada tahapan kedua ini juga pemain futsal berupa untuk mengubah perilakunya agar mereka dapat memiliki daya tahan tubuh yang baik sehingga dapat bermain futsal dengan prima. Tahapan yang ketiga adalah penerapan teknik bermain pada saat di lapangan dimana pemain diberikan metode latihan berupa teknik mengontrol bola, teknik mengumpan bola, teknik menggiring bola, teknik menendang bola, kecepatan, dan masih banyak yang lainnya, hal tersebut dimaksudkan agar seluruh anggota futsal memiliki teknik-teknik dasar yang bagus sehingga dapat menunjang kemampuannya pada saat bermain. Tahapan yang terakhir adalah penambahan jadwal latihan futsal oleh pelatih yaitu dalam seminggu latihan futsal menjadi 3 kali pertemuan, hal tersebut bertujuan untuk mengurangi waktu kosong pemain agar diharapkan waktu bermain dengan teman-teman yang membawa dampak negatif (merokok) dapat dikurangi sehingga proses perubahan perilaku merokok, peningkatan daya tahan tubuh pemain, dan teknik bermain futsal dapat berjalan sesuai dengan rencana.”⁶²

“Ada metodenya seperti latihan fisik secara rutin selama sebulan dua bulan kita latihan lari selama 15 menit atau lari kecepatan 40km/jam, lari 20 km/jam dengan bikin metode futsal kita memakai kun dengan masing-masing kun 5-10 meter kita membuat metode latihan dan modifikasi fisik yang saya lakukan di dalam lapangan”⁶³

Proses perubahan perilaku merokok berupa latihan fisik yang diberikan oleh pelatih futsal kepada anggota futsal yang diketahui

⁶² Data Sekunder diambil pada tanggal 27 Januari 2016, pukul 08.30 WIB

⁶³ Wawancara Bapak Khr, pada Tanggal 1 Mei 2016, pukul 15.30 WIB

merokok dengan metode latihan fisik awal terdapat anggota futsal yang diketahui merokok dan ditegur oleh Bapak Khr sehingga latihan fisik ditingkatkan menggunakan metode VO2Max yaitu Volume O2 (oksigen) Maksimal yang meningkatkan kemampuan fisik pemain.

“Yaah itu tadi karena dorongan dan penerapan metode latihan oleh bang Khr yang berat sehingga saya terasa fisik saya terasa lemah maka itu saya harus berhenti merokok agar fisik saya menjadi lebih kuat. Karena metode itu bang Khr bertanya dan saya mengakui saya merokok sehingga saya diberikan nasihat untuk tidak merokok dan saya meng-iyakannya dan bang Khr mengetahui saya merokok dari teman-teman lalu saya di tes fisik nah disitu bang Khr tau saya merokok”⁶⁴

Selain proses perubahan perilaku merokok yang dilakukan oleh pelatih futsal terdapat proses perubahan perilaku merokok yang di rasakan oleh beberapa anggota futsal itu sendiri. Proses tersebut dijalani dengan tekad yang kuat untuk menjadi pemain futsal yang memiliki fisik dan kemampuan bermain futsal yang mempuni, hal tersebut diungkapkan oleh anggota futsal Ryn.

“Proses perubahannya terjadi secara bertahap dan karena setelah mengikuti futsal yang di bimbing oleh pak Khr dan juga penerapan metode latihan oleh pak Khr yang berat membuat fisik saya terasa sangat lemah jadi saya tidak boleh merokok lagi dan itu membuat saya berubah”⁶⁵

“Yaah dari terutama dari bimbingan pak Khr untuk berhenti merokok dan kemauan untuk berhenti merokok. Saya mau berubah itu karena saya merasa merokok itu tidak ada positifnya dan merusak kesehatan”⁶⁶

Dengan bimbingan, arahan dan tekad yang kuat yang dimiliki oleh setiap anggota futsal SMP Negeri 18 Tangerang untuk berubah tersebut

⁶⁴ Wawancara Ars, pada Tanggal 1 Mei 2016, pukul 14.25 WIB

⁶⁵ Wawancara Ryn, pada Tanggal 1 Mei 2016, pukul 14.15 WIB

⁶⁶ Wawancara Ryn, pada Tanggal 1 Mei 2016, pukul 14.15 WIB

membuat perilaku merokok ditinggalkan oleh anggota futsal saat ini. Hal tersebut juga berdampak pada anggota futsal yang lain yang kemudian dapat berubah perilaku merokoknya karena dorongan dari teman-teman anggota futsal yang telah berhasil meninggalkan perilaku merokok, hal tersebut diungkapkan oleh informan Frz yang merupakan anggota futsal SMP Negeri 18 Tangerang.

“Dorongan saya untuk berhenti merokok adalah karena termotivasi akan keinginan dan cita-cita saya untuk menjadi atlet futsal yang memiliki fisik yang kuat, skill yang bagus dan saya ingin membanggakan orang tua saya dengan hobi yang saya jalani”⁶⁷

Selain proses yang telah di jabarkan di atas terdapat juga proses perubahan perilaku merokok yang tidak kalah penting dampaknya terhadap perubahan perilaku merokok itu sendiri. Proses tersebut adalah proses yang datang dari dalam diri pemain tersebut untuk berubah sehingga walaupun terdapat kesulitan pada saat proses perubahan tersebut terjadi masih ada alasan yang sangat kuat yang datang dalam diri pemain untuk berubah, hal tersebut diungkapkan oleh informan Rho yang merupakan anggota futsal SMP Negeri 18 Tangerang.

“Cara saya untuk dapat berhenti merokok itu dengan cara mengurangi konsumsi rokok sehingga sedikit demi sedikit, lalu karena dalam diri saya ingin berhenti merokok karena selama ini pada saat saya bermain futsal saya merasa fisik saya kurang prima sehingga saya mudah capek saat bermain futsal”⁶⁸

Hal tersebut banyak juga di rasakan oleh anggota futsal yang lain, seperti yang dikemukakan oleh informan Ap.

⁶⁷ Wawancara Dvi, pada Tanggal 2 Mei 2016, pukul 15.05 WIB

⁶⁸ Wawancara Rho, pada Tanggal 2 Mei 2016, pukul 14.50 WIB

“Saya berhenti merokok itu karena saya ingin berhenti merokok dan didukung dengan mengikuti ekstrakurikuler futsal di sini di 18 yang akhirnya mengurangi waktu kosong dan karena ajakan temen-temen futsal untuk berhenti merokok, karena merokok mengganggu konsentrasi pada saat bermain dan mempengaruhi permainan sehingga merugikan tim futsal”⁶⁹

Proses tersebut mereka jalani dengan niat yang datang dalam diri mereka, hal tersebut datang karena motivasi untuk menjadi pribadi yang lebih baik sehingga perubahan perilaku merokok dapat berproses hingga membuat perilaku mereka berubah.

e. Hambatan Pada Proses Perubahan Perilaku Merokok

Hambatan adalah usaha yang ada dan berasal dari dalam diri sendiri yang memiliki sifat atau memiliki tujuan untuk melemahkan dan menghalangi secara tidak konsepsional.⁷⁰ Dalam proses perubahan perilaku merokok yang terjadi di dalam ekstrakurikuler futsal yang diupayakan oleh pelatih dan pemain futsal serta sekolah tentu memiliki hambatan. Hambatan dalam proses perubahan perilaku merokok tersebut terbagi atas 2, yaitu:

1) Hambatan Dari Dalam Diri

Hambatan yang datang dari dalam diri biasanya merupakan hambatan yang paling sulit untuk dihindari karena hambatan ini langsung berhubungan dengan diri seorang perokok sehingga apabila seorang perokok tidak memiliki tekad yang kuat untuk mengubah

⁶⁹ Wawancara Ap, pada Tanggal 2 Mei 2016, pukul 14.50 WIB

⁷⁰ Habibullah Al Faruq, 2015. *Pengertian Ancaman, Tantangan, Hambatan dan Gangguan*, (diakses di <http://www.habibullahurl.com/2015/05/pengertian-ancaman-tantangan-hambatan-gangguan.html> pada 12 Mei 2016 pukul 19.57 WIB)

perilaku merokoknya bukan tidak mungkin perubahan tersebut tidak akan terjadi.

Hal tersebut banyak dirasakan oleh perokok khususnya perokok berat karena apabila seorang perokok tidak lagi merokok pasti ada sesuatu hal yang hilang pada hidupnya karena merokok sudah menjadi kegiatan sehari-hari seorang perokok sehingga perubahan perilaku merokok tidak akan terjadi.

“Hambatan pada saat ingin berhenti merokok itu teman saya yang sering menawarkan saya untuk merokok terus kebiasaan merokok yang saya alami membuat saya ketagihan, sehingga apabila saya tidak merokok bibir saya terasa asam, apalagi pada saat setelah makan”⁷¹

“Hambatan pada saat ingin berhenti merokok yang saya rasakan saya sering diajak temen untuk merokok lagi lalu saya suka ngerasa asem sehabis makan karna dulunya kebiasaan merokok sehabis makan terutama ketika di luar rumah, karena kalau di dalam rumah saya ga berani”⁷²

Dari pernyataan di atas hambatan dalam proses perubahan perilaku merokok juga dirasakan oleh anggota futsal dalam memulai proses perubahan tersebut, seperti yang diungkapkan oleh kedua informan, hambatan tersebut dirasakan karena perilaku merokok sudah menjadi kebiasaan sebelumnya.

2) Hambatan Dari Lingkungan

Berbeda dengan hambatan yang datang dari dalam diri seorang perokok, hambatan yang datang dari lingkungan merupakan hambatan yang dapat di hindari akan tetapi tidak kalah berpengaruh dari proses

⁷¹ Wawancara Frn, pada Tanggal 1 Mei 2016, pukul 14.45 WIB

⁷² Wawancara Ryn, pada Tanggal 1 Mei 2016, pukul 14.15 WIB

perubahan perilaku merokok karena terkadang untuk menghindari lingkungan yang merokok juga dirasa sulit sehingga harus memiliki tekad dan keinginan yang kuat untuk mengubah perilaku merokok.

Hambatan dari lingkungan yang sulit untuk dihindari contohnya adalah teman sebaya atau teman sepermainan yang ternyata teman sepermainan tersebutlah yang mengenalkan rokok tersebut kepada seorang perokok yang ingin mengubah perilakunya.

“Hambatannya teman sebaya yang masih mempengaruhi pemain-pemain saya, terkadang ketika pulang sekolah masih suka bermain dengan teman-teman yang masih merokok, kadang suka masih nongkrong di warung tempat teman-teman dia merokok”⁷³

Hambatan yang dirasakan oleh Bapak Khr juga dirasakan oleh informan Ibn yang merupakan anggota futsal SMP Negeri 18 Tangerang

“Hambatan yang saya rasakan pada saat ingin berhenti merokok itu saya masih suka di tawarin untuk merokok sama teman dan di kadang tentang dan diajak buat ngerokok terus sama temen jadi terkadang saya jadi suka merokok lagi waktu itu”⁷⁴

Pernyataan tersebut membuktikan bahwa hambatan yang datang dari lingkungan sekitar khususnya dalam hal ini adalah teman sebaya atau teman sepermainan sangat berpengaruh sehingga dibutuhkan tekad dan niat yang kuat untuk mengubah perilaku merokok tersebut, agar proses perubahan perilaku merokok dalam berjalan dengan baik sehingga terciptanya perilaku baru.

⁷³ Wawancara Bapak Khr, pada Tanggal 1 Mei 2016, pukul 15.30 WIB

⁷⁴ Wawancara Ibn, pada Tanggal 2 Mei 2016, pukul 14.25 WIB

f. Dampak Setelah Terjadinya Perubahan Perilaku Merokok

Sama halnya dengan dampak sebelum terjadinya perubahan perilaku merokok, dampak setelah terjadinya perubahan perilaku merokok juga terbagi atas 3 aspek yaitu:

1) Dampak yang dirasakan oleh sekolah

Dampak perubahan perilaku merokok yang dirasakan oleh sekolah lebih kepada dampak pemberlakuan kebijakan Kawasan Tanpa Asap Rokok (KTR) karena perubahan perilaku merokok di SMP Negeri 18 Tangerang tidak secara menyeluruh melainkan hanya anggota futsal saja yang terbukti telah melakukan perubahan perilaku merokok tersebut.

“Yah alhamdulillah seperti guru apabila merokok sudah tidak terbuka di lingkungan sekolah, walaupun di lingkungan sekolah tetapi tersebunyi jadi tidak terlihat oleh anak-anak sehingga diharapkan tidak dicontoh oleh anak-anak.”⁷⁵

Dari pernyataan informan Bapak Khr terlihat dampak yang diberikan setelah pemberlakuan kebijakan Kawasan Tanpa Asap Rokok (KTR) tersebut guru tidak lagi merokok secara terbuka sehingga diharapkan siswa tidak melihat dan tidak mencontoh perbuatan tersebut.

“Ada, perubahannya yah mereka di sekolah lebih disiplin karena dari yang dulunya bandel sama guru jadi sekarang mulai ga bandel atau nurut dengan guru, selalu rapih berpakaian selalu rajin untuk belajar karena dari situ dia mulai berfikir untuk jadi yang lebih baik kedepannya”⁷⁶

⁷⁵ Wawancara Bapak Hrt, pada Tanggal 17 Maret 2016, pukul 09.40 WIB

⁷⁶ Wawancara Bapak Khr, pada Tanggal 1 Mei 2016, pukul 15.30 WIB

Selain dampak dari kebijakan Kawasan Tanpa Asap Rokok (KTR) terhadap perubahan perilaku merokok guru yang sebelumnya merokok secara terbuka di sekolah, terdapat juga dampak atas perubahan perilaku merokok tersebut yaitu anggota futsal yang lebih berdisiplin dari perilaku dan cara berpakaian serta lebih rajin dalam belajar, hal tersebut dijelaskan oleh Bapak Khr yang juga merupakan guru olahraga SMP Negeri 18 Tangerang.

Hal lain yang juga berdampak kepada sekolah dari perubahan perilaku merokok di dalam ekstrakurikuler futsal ialah prestasi. Dampak perubahan perilaku merokok membuat futsal SMP Negeri 18 Tangerang disegani oleh sekolah-sekolah lain apabila mengikuti kejuaraan, sehingga 2-5 piala setiap tahunnya dipersembahkan oleh futsal SMP Negeri 18 Tangerang kepada sekolah.

2) Dampak yang dirasakan oleh pelatih futsal

Dampak yang juga dirasakan oleh pelatih futsal terhadap perubahan perilaku merokok anggotanya adalah bentuk keberhasilan yang selama ini diusahakan. Perubahan tersebut berupa ketahanan fisik anggota futsal, *skill* permainan yang meingkat, sehingga kekuatan tim futsal dalam permainan tim meningkat.

“Dampak yang dirasakan setelah perubahan merokok itu terjadi adalah fisik mereka normal kembali, daya tahan tubuh mereka normal kembali, permainan tim saya meningkat sehingga permainan dapat berjalan secara efektif sesuai dengan arahan yang saya berikan”⁷⁷

⁷⁷ Wawancara Bapak Khr, pada Tanggal 1 Mei 2016, pukul 15.30 WIB

“Senang, terutama senang sekali karena fisik pemain dan daya tahan tubuh pemain normal sehingga tim saya dan permainan yang efektif berjalan sesuai rencana apa yang saya mau di lapangan”⁷⁸

Pernyataan diatas membuktikan bahwa setelah terjadinya perubahan perilaku yang terjadi di dalam ekstrakurikuler futsal membuat perubahan dalam hal fisik, *skill*, dan permainan di lapangan sehingga terciptanya banyak prestasi yang telah diraih 2 tahun belakangan ini.

3) Dampak yang dirasakan oleh anggota futsal

Tidak berbeda dengan dampak yang dirasakan oleh pelatih futsal, anggota futsal yang mengubah perilaku merokoknya juga merasakan dampak tersebut.

“Yang saya rasakan sejauh ini saya merasa lebih sehat karena rutin berolahraga, fisik saya lebih kuat sehingga saya bisa bermain full dengan kondisi fisik yang prima dan saya memiliki permainan dan skill yang bertambah”⁷⁹

“Saya merasakan selama mengikuti ekstrakurikuler futsal adalah fisik saya bertambah sehingga tidak mudah lelah pada saat bermain futsal, batuk-batuk saya yang dulu karena merokok hilang, dan jiwa saya juga sehat”⁸⁰

“Manfaat yang saya rasakan selama saya bergabung dengan ekstrakurikuler futsal adalah permainan futsal saja jadi lebih bagus, saya jadi lebih disiplin, dan fisik saya ga gampang capek jadi ke badan juga enak ka ga gampang sakit”⁸¹

Dari ketiga informan Ars, Rho, dan Ib menggambarkan bahwa dampak perubahan perilaku merokok sangat dirasakan sehingga

⁷⁸ Wawancara Bapak Khr, pada Tanggal 1 Mei 2016, pukul 15.30 WIB

⁷⁹ Wawancara Ars, pada Tanggal 1 Mei 2016, pukul 14.25 WIB

⁸⁰ Wawancara Rho, pada Tanggal 2 Mei 2016, pukul 14.50 WIB

⁸¹ Wawancara Ib, pada Tanggal 2 Mei 2016, pukul 16.10 WIB

mereka merasakan kenyamanan saat perubahan perilaku merokok tersebut terjadi agar permainan futsal tetap terjaga dan dapat terus mempertahankan dan menambah prestasi dalam permainan futsal.

Berdasarkan pemaparan yang telah penulis berikan pada sub bab ini, dampak perilaku merokok sebelum terjadinya perubahan dan setelah terjadinya perubahan sudah dijelaskan dalam tulisan diatas. Dampak tersebut sangat terlihat baik disebelum terjadinya perubahan perilaku merokok dimana anggota futsal merasakan fisik, *skill*, dan terdapat beberapa penyakit yang dirasakan sehingga hal tersebut sangat merugikan, baik secara pribadi maupun tim futsal. Dampak yang dirasakan setelah terjadinya perubahan perilaku merokok ialah fisik semakin meningkat (tidak mudah capek), permainan (*skill*) meningkat, dan penyakit yang sebelumnya muncul berangsur-angsur hilang sehingga permainan secara tim meningkat yang kemudian berdampak kepada *reward* (penghargaan) yang diterima berupa piala dari kejuaraan yang dimenangkan.

3. Komunikasi Antar Pribadi

Komunikasi merupakan proses penyampaian pesan oleh seseorang kepada orang lain untuk memberi tahu, merubah sikap, pendapat atau perilaku baik langsung secara lisan maupun tak langsung melalui media. Dalam komunikasi antar pribadi memerlukan adanya hubungan timbal

balik antara penyampai pesan dan penerimanya yaitu komunikator dan komunikan.

Komunikasi antar pribadi merupakan kegiatan aktif bukan pasif. Komunikasi antar personal bukan hanya komunikasi dari pengirim pada penerima pesan, begitupula sebaliknya, melainkan komunikasi timbal balik antara pengirim dan penerima pesan. Komunikasi antar pribadi bukan hanya serangkaian rangsangan-tanggapan, stimulus-respon, akan tetapi serangkaian proses saling menerima, penyerahan dan penyampaian tanggapan yang telah diolah oleh masing-masing pihak.

Komunikasi antar pribadi juga berperan untuk saling mengubah dan mengembangkan. Perubahan tersebut melalui interaksi dalam komunikasi, pihak-pihak yang terlibat untuk memberi inspirasi, semangat, dan dorongan agar dapat merubah pemikiran, perasaan, dan sikap sesuai dengan topik yang dikaji bersama.

Komunikasi antar pribadi yang dilakukan di dalam ekstrakurikuler dimaksudkan untuk menjalin kedekatan antara pelatih dan pemain sehingga adanya ikatan batin antara keduanya. Terjalannya kedekatan antara pemain dan pelatih memungkinkan untuk timbulnya kepercayaan terhadap satu sama lain.

“Pada saat permainan dilakukan saya melihat kedekatan antara pelatih dan pemain, mereka seperti teman pada saat dilapangan mereka bisa bercanda dan bercengkramah seperti seorang sahabat, meskipun begitu sopan santun tetap dijunjung oleh pemain terhadap pelatihnya”⁸²

⁸² Data Sekunder diambil pada tanggal 20 Januari 2016, pukul 13.30 WIB

“Perlombaannya atau kejuaraan yang biasa kami ikuti selama satu tahun itu banyak, seperti Mercu Buana, di Pelita, Yadika 4, Yadika 3, Bina Bangsa, Bantara, sama Piala Walikota Tangerang”⁸³

“Setelah latihan usai para anggota futsal berganti pakaian, pada hari itu kebetulan salah satu anggota futsal ada yang berulang tahun sehingga setelah latihan usai Bapak Khr dan anggota futsal menuju ke rumah salah satu anggota futsal yang berulang tahun. Bapak Khr menjelaskan bahwa memang apabila terdapat anggota futsal yang berulang tahun biasanya mereka mengadakan acara makan-makan di rumah anggota yang berulang tahun, beliau juga mengungkapkan bahwa ini merupakan salah satu bentuk sarana untuk mendekatkan pemain satu dengan yang lainnya dan pemain dengan pelatihnya sehingga kemistri mereka di lapangan dan instruksi yang pelatih berikan dapat diterima dengan baik”⁸⁴

Komunikasi yang terlihat pada saat latihan futsal di sekolah dan kebiasaan anggota futsal dalam merayakan ulang tahun merupakan gambaran yang baik untuk membangun kedekatan antara satu sama lain sehingga dengan komunikasi yang dijalani dengan baik akan menimbulkan kedekatan antara satu sama lain. Hal tersebut menimbulkan kepercayaan antara pemain dengan pelatihnya sehingga pelatih dengan mudah merubah perilaku negatif yang dimiliki anggotanya, sehingga dengan kepercayaan tersebut permainan futsal berjalan dengan baik dan menghasilkan banyak piala yang dipersembahkan untuk sekolah.

4. Strategi Perubahan Perilaku Merokok

Dalam proses perubahan perilaku merokok dalam ekstrakurikuler futsal tentu memiliki strategi agar perubahan perilaku merokok dapat terwujud. Di dalam program-program perubahan perilaku merokok sangat

⁸³ Wawancara Bapak Khr, pada Tanggal 1 Mei 2016, pukul 15.30 WIB

⁸⁴ Data Sekunder diambil pada tanggal 20 Januari 2016, pukul 13.30 WIB

diperlukan usaha-usaha yang konkret dan positif agar terciptanya perubahan perilaku merokok yang diinginkan.

Ekstrakurikuler memiliki strategi dalam proses perubahan perilaku merokok itu terjadi dan strategi tersebut sebelumnya telah dilakukan oleh sekolah namun belum terlihat secara jelas keberhasilannya, sehingga perilaku merokok yang terjadi oleh anggota futsal SMP Negeri 18 Tangerang sangat diusahakan oleh pelatihnya karena pelatih merupakan ujung tombak keberhasilan perubahan perilaku merokok tersebut.

Strategi yang dilakukan dalam merubah perilaku merokok remaja adalah dengan melakukan kegiatan bermain futsal. Kegiatan bermain futsal yang dilakukan oleh siswa SMP Negeri 18 Tangerang dilakukan melalui kegiatan ekstrakurikuler futsal. Kegiatan ekstrakurikuler futsal memiliki strategi untuk meningkatkan kondisi fisik serta ketahanan tubuh anggotanya, selain untuk meningkatkan kondisi fisik dan ketahanan tubuh strategi yang dilakukan adalah untuk menumbuhkan kesadaran anggota futsal yang merokok untuk merubah perilakunya, karena dengan merokok maka proses pernafasannya akan terganggu karena paru-parunya telah diracuni oleh asap rokok yang banyak mengandung racun, sehingga aktifitas fisik yang berat pada saat latihan mengganggu proses latihan futsal.

Strategi perubahan perilaku merokok dilakukan dengan meningkatkan jumlah oksigen maksimum (VO_2Max) yang dikonsumsi per satuan waktu oleh seseorang selama latihan atau tes, dalam meningkatkan jumlah oksigen maksimum maka seorang atlet dilarang untuk merokok

karena seseorang yang merokok tingkat kesegaran jasmaninya lebih rendah dari bukan perokok hal ini terjadi karena suplai oksigen akan berkurang karena hemoglobin (metaloprotein (protein yang mengandung zat besi) di dalam sel darah merah yang berfungsi sebagai pengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh) akan lebih berkaitan dengan karbon monoksida daripada dengan oksigen sehingga saat melakukan olahraga seorang perokok akan cepat dengan terengah-engah untuk memenuhi kebutuhan dan kebugaran optimal. Itulah sebabnya mengapa bagi seorang perokok bukan hanya peluang kanker paru-paru saja yang meningkat 10 kali dari yang bukan perokok. Tetapi untuk mendapatkan peluang penyakit lain pun meningkat.

“Program saya seperti passing, speed, *VO₂Max*, daya tahan tubuh, dan kontrol bola (*VO₂Max* itu seperti uji daya tahan tubuh dari jantung sama fisik secara keseluruhan)”⁸⁵

Strategi perubahan perilaku merokok yang dilakukan oleh futsal lebih kepada program latihan terutama penerapan *VO₂Max* karena cara tersebut sangat berpengaruh pada daya tahan tubuh pemain yang kurang baik sehingga dengan penggunaan metode tersebut pemain memiliki daya tahan tubuh yang kuat sehingga dapat bermain dengan baik dan tidak mudah lelah. Untuk meningkatkan kadar oksigen dalam tubuh, pelatih melakukan 2 metode latihan yaitu:

a. Metode Pelatihan Sirkuit

⁸⁵ Wawancara Bapak Khr, pada Tanggal 1 Mei 2016, pukul 15.30 WIB

Metode pertama yang dilakukan adalah dengan metode pelatihan sirkuit yaitu bentuk latihan yang terdiri atas rangkaian latihan berurutan, dirancang untuk mengembangkan kebugaran fisik dan keterampilan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan materi latihan sirkuit yang digunakan pada saat latihan futsal adalah dengan membuat sebuah lingkaran besar yang di dalam lingkaran tersebut terdapat pos-pos yang berjumlah 12, dengan masing-masing pos memiliki bentuk latihan yang harus dijalankan oleh setiap pemain. Berikut ini tugas pemain yang harus dijalankan di dalam pos yang berbeda:⁸⁶

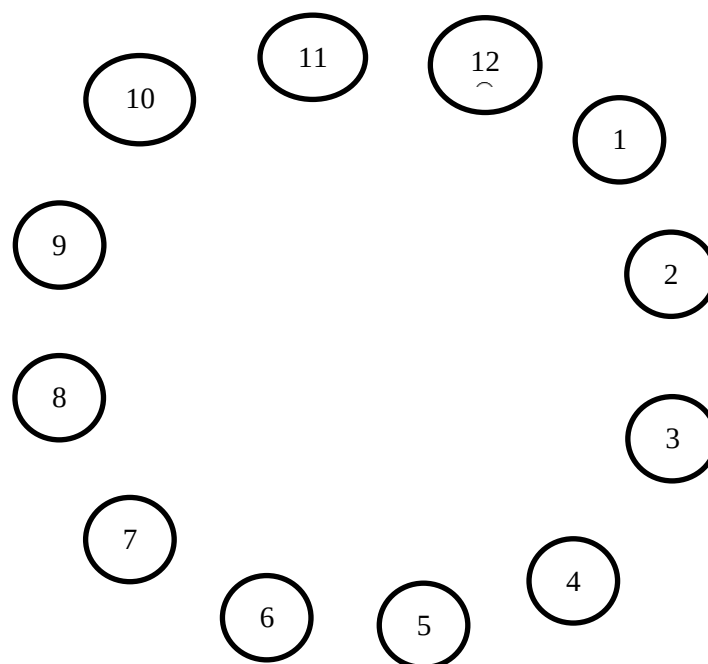
- 1) Pos 1 melakukan *skipping* (lompat tali) selama 30 detik
- 2) Pos 2 melakukan *sit up* selama 30 detik
- 3) Pos 3 melakukan *push up* selama 30 detik
- 4) Pos 4 melakukan *sprint shuttle run* (lari hilir muudik) selama 30 detik
- 5) Pos 5 melakukan zig-zag selama 30 detik
- 6) Pos 6 melakukan lompat katak 30 detik
- 7) Pos 7 melakukan geser kesamping dengan kecepatan selama 30 detik
- 8) Pos 8 melakukan lompat zebra (langkah kaki panjang) selama 30 detik
- 9) Pos 9 melakukan *squat jump* selama 30 detik

⁸⁶ Data Sekunder diambil pada tanggal 20 Januari 2016, pukul 13.30 WIB

- 10) Pos 10 melakukan *sprint* kedepan dan mundur dengan kecepatan selama 30 detik
- 11) Pos 11 melompati *cone* dengan satu kaki bergantian selama 30 detik
- 12) Pos 12 *jogging* mengelilingi area latihan selama 30 detik

Dalam setiap pos memiliki manfaat serta tujuan yang tentunya untuk meningkatkan ketahanan daya tahan tubuh dan komponen fisik lain meningkat, karena metode latihan fisik yang dilakukan melatih seluruh anggota tubuh untuk bergerak. Dengan latihan tersebut diharapkan kondisi fisik pemain yang sebelumnya kurang baik dapat meningkat.

Gambar 3. 2. Metode Pelatihan Sirkuit



b. Metode Pelatihan Mental

Metode pelatihan mental dimaksudkan untuk dapat meningkatkan prestasi atau performa olahraga, seorang pemain perlu memiliki mental yang tangguh, sehingga pemain dapat berlatih dan bertanding dengan semangat tinggi, dedikasi total, pantang menyerah, tidak mudah terganggu oleh masalah-masalah non-teknis atau masalah pribadi. Dengan demikian pemain dapat menjalankan program latihannya dengan sungguh-sungguh, sehingga pemain dapat memiliki fisik prima, teknik tinggi dan strategi bertanding yang tepat, sesuai dengan program latihan yang dirancang oleh pelatih. Dengan demikian terlihatlah bahwa latihan mental bertujuan agar atlet dapat mencapai prestasi puncak, atau prestasi yang lebih baik dari sebelumnya.

“Dorongan saya untuk berhenti merokok karena saya sering dinasehatin pak Khr untuk tidak merokok karena mengganggu permainan futsal saya yang dapat berdampak pada permainan tim, walaupun awalnya sulit tapi karena saya ingin berubah dan saya ingin jadi pemain futsal yang terbaik saya berusaha untuk berhenti pada saat itu sehingga saat ini saya sudah berhenti merokok”⁸⁷

Selain penerapan metode latihan terdapat dorongan atau motivasi yang diberikan oleh pelatih futsal kepada anggotanya yang merokok. Karena dorongan serta motivasi yang diberikan oleh pelatih futsal merupakan strategi yang dilakukan oleh pelatih futsal untuk merubah perilaku merokok anggota futsal. Hal tersebut dijalankan secara berkala dengan terlebih dahulu melakukan pendekatan secara pribadi oleh anggota futsal yang diketahui merokok.

⁸⁷ Wawancara Ask, pada Tanggal 2 Mei 2016, pukul 14.10 WIB

“Setelah sampai di sekolah saya langsung duduk di luar lapangan sekolah untuk melihat mereka melakukan latihan. Saya tiba sebelum latihan dimulai pukul 14:00, setibanya di sekolah saya melihat anggota futsal mulai berdatangan sebelum latihan dimulai karena mereka harus melakukan persiapan sebelum latihan yaitu dengan pemanasan dan mempersiapkan pos-pos latihan fisik yang akan dilakukan pada hari itu. Dengan kondisi seperti itu yang dilakukan setiap 3 kali dalam seminggu saya menyimpulkan bahwa memang anggota futsal sudah dibekali oleh pelatihnya sikap disiplin sebelum dan sesudah latihan”⁸⁸

“Setelah latihan fisik dan skill dilakukan mereka lalu istirahat dan sholat ashar bersama sambil menunggu latihan selanjutnya yang akan dilakukan. Disela-sela Bapak Khr istirahat dan selesai sholat ashar beliau menemui saya dan kami berbincang mengenai awal mula akhirnya Bapak Khr menjadi pelatih futsal, disini saya mendapatkan informasi bahwa Bapak Khr berawal hanya menjadi guru olahraga saja di SMP Negeri 18 Tangerang, akan tetapi karena anak-anak yang memintanya untuk melatih futsal akhirnya pak Khr bersedia untuk menjadi pelatih futsal walaupun memang sebelumnya sudah ada pelatihnya”⁸⁹

“Setelah pendinginan selesai Bapak Khr memberikan ulasan mengenai latihan yang dilakukan pada hari itu serta memberikan motivasi kepada para pemain untuk terus mengembangkan permainan serta teknik bermain, setelah itu dilanjutkan dengan doa bersama dan tos bersama di tengah lapangan yang menandakan latihan pada hari ini telah selesai dilakukan”⁹⁰

Dalam metode pelatihan mental anggota futsal bukan hanya dilatih fisik serta diberikan motivasi dan arahan dari pelatih futsal akan tetapi juga penerapan sikap disiplin oleh pelatih dan juga penanaman akidah dengan menjalankan kewajiban agama pada saat latihan. Karena selain menjalankan strategi perulaban perilaku, futsal juga menjalankan visi dan misi sekolah dalam menumbuhkan ketaqwaan kepada ajaran agamanya masing-masing.

⁸⁸ Data Sekunder diambil pada tanggal 20 Januari 2016, pukul 13.30 WIB

⁸⁹ Data Sekunder diambil pada tanggal 20 Januari 2016, pukul 13.30 WIB

⁹⁰ Data Sekunder diambil pada tanggal 20 Januari 2016, pukul 13.30 WIB

C. Pembahasan Hasil Temuan Fokus Penelitian

Salah satu tugas perkembangan masa remaja yang tersulit adalah yang berhubungan dengan penyesuaian sosial. Remaja harus menyesuaikan diri dengan lawan jenis dalam hubungan yang sebelumnya belum pernah ada dan harus menyesuaikan diri dengan orang dewasa di luar lingkungan keluarga dan sekolah. Remaja lebih banyak menghabiskan waktunya bersama dengan teman-teman sebaya, maka pengaruh teman-teman sebaya pada sikap, pembicaraan, minat, penampilan, dan perilaku lebih besar daripada pengaruh keluarga. Sehingga pengaruh pembentukan karakter banyak ditentukan oleh pergaulan teman sebaya, oleh sebab itu masa remaja adalah masa yang sangat mudah terpengaruh oleh hal-hal yang baru sehingga perlu adanya bimbingan dan arahan oleh orang tua.

1. Proses Perubahan Perilaku Merokok

Proses perubahan perilaku dalam ekstrakurikuler yang telah dijabarkan di dalam hasil penelitian memiliki tahapan-tahapan proses perubahan yang dijalankan hingga terciptanya perubahan perilaku merokok. Proses perubahan perilaku merokok tersebut selaras dengan yang telah dikemukakan oleh Hosland, *et al* dalam teori SOR (Stimulus Organisme) yaitu dengan pemberian stimulus, penerimaan atas stimulus yang diberikan, pengolahan stimulus yang membuat seseorang bersikap, hingga terjadinya perubahan perilaku.⁹¹

⁹¹ Soekidjo Notoatmodjo, *op. cit.*, h. 183-184

Pertama, melakukan pendekatan kepada anggota-anggota yang diketahui merokok dimana proses pendekatan tersebut dimaksudkan untuk memberikan nasihat agar perilaku merokok tersebut tidak dilakukan dan memberikan motivasi agar dapat mengubah perilakunya, pendekatan itu dilakukan bukan hanya sebatas kepada anggota futsal yang merokok saja tetapi juga kepada anggota futsal yang lain. Hal tersebut didukung dengan pemberlakuan kebijakan KTR (Kawasan Tanpa Rokok) yang telah dilakukan selama 2 tahun terakhir dan juga upaya lain berupa pemberian informasi yang dilakukan di dalam kelas serta pemberian informasi yang dilakukan dengan melakukan dengan pihak-pihak terkait mengenai bahaya rokok.

Kedua, penerimaan terhadap motivasi dan informasi yang diberikan kemudian dilanjutkan dengan penerapan metode latihan fisik yang dibuat melalui peningkatan VO2Max dimana hal tersebut dimaksudkan untuk peningkatan daya tahan tubuh atau fisik pemain sehingga daya tahan tubuh atau fisik pemain bisa kembali normal bahkan dapat ditingkatkan, pada tahapan kedua ini juga pemain futsal berupa untuk mengubah perilakunya agar mereka dapat memiliki daya tahan tubuh yang baik sehingga dapat bermain futsal dengan prima. Kemudian dilanjutkan dengan penerapan teknik bermain pada saat di lapangan dimana pemain diberikan metode latihan berupa teknik mengontrol bola, teknik mengumpan bola, teknik menggiring bola, teknik menendang bola, kecepatan, dan masih banyak yang lainnya, hal tersebut dimaksudkan agar seluruh anggota futsal

memiliki teknik-teknik dasar yang bagus sehingga dapat menunjang kemampuannya pada saat bermain

Ketiga, penerapan terhadap sikap kedisiplinan anggota futsal pada saat latihan maupun di dalam sekolah. Hal tersebut tergambar pada saat latihan anggota futsal datang tepat waktu dan pada saat di sekolah memakai pakaian yang rapih serta lebih rajin belajar karena mereka sudah sadar akan kewajiban dan tanggung jawabnya sebagai pelajar. Selain itu, keinginan untuk berubah menjadi pribadi yang lebih baik yang datang dalam diri anggota futsal membuat sikap yang

Keempat, dengan dukungan fasilitas yang diberikan sekolah, dukungan moril dan motivasi yang diberikan oleh pelatih futsal, serta dukungan dari teman-teman satu tim agar dapat mengubah perilaku merokok tersebut dapat tercapai akhirnya dapat terwujud sehingga perubahan tersebut sangat disambut dengan sangat baik oleh semua pihak.

Empat tahapan yang telah dijabarkan sejalan dengan teori stimulus organisme (SOR) dimana perubahan perilaku tergantung kepada kualitas rangsangan (stimulus) yang berkomunikasi dengan organisme. Artinya, kualitas dari sumber komunikasi (*sources*) sangat menentukan keberhasilan perubahan perilaku.

2. Komunikasi Antar Pribadi

Komunikasi adalah hal yang sangat penting dalam menjalin hubungan sosial. Terjalannya komunikasi yang baik antar individu akan membuat penyampai pesan dan penerima pesan saling memahami maksud

dan tujuan yang dikirim sehingga dapat menafsirkan pesan-pesan tersebut dengan tingkatan yang sama.

Seperti yang telah dijelaskan pada hasil temuan komunikasi antar pribadi yang bersumber dari pengamatan di lapangan dan wawancara membuktikan bahwa komunikasi yang dibangun oleh pelatih futsal terhadap anggota futsal merupakan salah satu tahapan yang sangat berpengaruh terhadap perubahan perilaku yang terjadi. Hal tersebut sesuai dengan tujuan dari komunikasi itu sendiri yaitu:⁹²

- a. Mengetahui diri sendiri dan orang lain
- b. Mengetahui dunia luar
- c. Menciptakan dan memelihara hubungan menjadi bermakna
- d. Mengubah sikap dan perilaku
- e. Bermain dan mencari hiburan

Tujuan yang pertama yaitu mengetahui diri sendiri dan orang lain tergambar pada saat latihan futsal yang dilakukan sehingga terjalin komunikasi antara para pemain dan antara pemain dan pelatih dapat membuat seseorang mengetahui dirinya. Dengan komunikasi yang dilakukan seseorang juga dapat mengetahui seberapa baik kemampuannya, selain mengetahui diri sendiri komunikasi yang dilakukan tersebut dapat membantu mengetahui orang lain atau lawan bicaranya.

Tujuan yang kedua yaitu mengetahui dunia luar tergambar pada saat futsal SMP Negeri 18 Tangerang mengikuti kejuaraan di luar sekolah

⁹² Marhaeni Fajar , *op. cit.*, h. 78-80

seperti yang diungkapkan oleh informan Bapak Khr yang mengungkapkan bahwa ekstrakurikuler futsal sering mengikuti kejuaraan yang dilaksanakan di Tangerang ataupun di daerah lain. Hal tersebut menggambarkan bahwa dengan perlombaan yang sering diikuti anggota futsal yang berpartisipasi dapat mengetahui dunia luar, yang dimaksud dunia luar disini adalah lingkungan di luar lingkungan sekolahnya dimana pada saat perlombaan tersebut terdapat berbagai macam sekolah berpartisipasi dalam perlombaan.

Tujuan yang ketiga tergambar pada pertemuan yang intensif antar pemain dan pemain dengan pelatih menumbuhkan hubungan yang baik antar mereka, mulai dari saling mendukung satu dengan yang lainnya, memberikan pembelajaran dari pelatih kepada pemain, adanya kebersamaan di antara mereka dimana apabila terdapat salah satu anggota futsal yang berulang tahun mereka mengadakan makan bersama di kediaman anggota futsal yang berulang tahun, canda dan tawa selama latihan, persamaan tujuan, visi, dan misi untuk menjadi pemain futsal yang baik yang dapat membanggakan sekolah. Hal tersebut membuat hubungan yang mereka jalani bersama menjadi bermakna sehingga hal tersebut akan dijaga dan menjadi kenangan bila sudah lulus masa sekolah.

Tujuan yang keempat tergambar dalam perubahan perilaku merokok yang terjadi di dalam ekstrakurikuler futsal tidak terlepas dari adanya komunikasi yang baik yang terjadi antara sesama pemain dan pelatih dengan pemainnya membuat komunikasi tersebut dapat merubah

perilaku merokok karena pesan yang disampaikan sesama pemain dan pelatih kepada pemain diterima dengan baik, sehingga perubahan tersebut dapat terwujud. Sedangkan tujuan yang kelima tergambar pada ekstrakurikuler futsal yang merupakan sebuah permainan futsal juga membuat pemainnya tidak terbebani dengan metode latihan yang berat yang diberikan oleh pelatih sehingga rasa capek pada saat latihan tidak menjadi halangan karena suasana latihan yang dibangun membuat mereka mengesampingkan rasa capek tersebut.

3. Strategi Perubahan Perilaku Merokok

Strategi perubahan perilaku merokok yang dilakukan oleh pelatih futsal beranekaragam. Keanekaragaman strategi perubahan digunakan agar dapat membuat siswa yang merokok dapat meninggalkan perilaku merokok tersebut, sehingga apabila siswa tidak merespon salah satu dari strategi yang dilaksanakan dapat merespon pada strategi perubahan perilaku seterusnya.

Strategi perubahan perilaku merokok yang pertama dilakukan dengan cara melakukan pendekatan secara pribadi yang dilakukan oleh pelatih kepada pemain dengan cara komunikasi. Hal tersebut ditujukan untuk menumbuhkan rasa saling percaya antara satu sama lain, karena dengan timbulnya rasa saling percaya maka pelatih dengan mudah memberikan pemahaman serta informasi mengenai bahaya dan efek merokok bagi pemain futsal, sehingga dengan informasi yang mereka

miliki diharapkan dapat menimbulkan kesadaran akan bahaya dan efek dari merokok.

Setelah memberikan pemahaman mengenai bahaya dan efek merokok bagi pemain futsal, strategi selanjutnya yang dilakukan adalah dengan meningkatkan jumlah oksigen maksimal (VO_{2Max}) dalam tubuh pada saat latihan. Pentingnya meningkatkan jumlah oksigen maksimal dalam tubuh adalah untuk meningkatkan kondisi fisik pemain.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Astrand menyatakan bahwa selama latihan fisik konsentrasi hemoglobin dalam darah akan meningkat 5-10%, hal ini disebabkan oleh mengalirnya cairan di dalam tubuh ke sel otot – sel otot yang sedang bekerja sehingga mengakibatkan hemo konsentrasi. Dalam latihan olahraga yang cukup takarannya kemampuan untuk mengambil oksigen maksimal hanya dapat dinaikkan antara 10-12%, tapi jika olahragawan tersebut merokok satu bungkus perhari, kemampuan untuk mengambil oksigen maksimal dapat berkurang 7-10%, jadi seorang olahragawan yang merokok satu bungkus sehari meskipun diberi latihan-latihan yang cukup dan teratur, kemampuannya untuk mengambil oksigen maksimal praktis tidak naik, dengan kata lain daya tahan pemain tidak bertambah lebih baik.⁹³

Strategi yang telah diuraikan sejalan dengan strategi yang dikemukakan oleh WHO (*World Health Organization*) yang mengelompokkan strategi tersebut menjadi 3, yaitu menggunakan

⁹³ Astrand. P. O. dan Rodahl. K, *Textbook of work physiology, physiological bases of exercise*. (New York: McGraw-Hill. 2007), h. 128.

kekuatan/kekuasaan atau dorongan, pemberian informasi, dan diskusi partisipasi.⁹⁴ Strategi menggunakan kekuatan/kekuasaan atau dorongan di gambarkan dalam dua metode latihan yaitu:

a. Metode Pelatihan Sirkuit

Menurut Sajoto latihan sirkuit adalah suatu program latihan terdiri dari beberapa pos dan di setiap pos seorang atlet melakukan jenis latihan yang telah ditentukan. Satu putaran latihan dikatakan selesai, bila seorang atlet telah menyelesaikan latihan di semua pos sesuai dengan dosis yang telah ditetapkan.⁹⁵

Metode pelatihan sirkuit yang dilakukan dengan cara melakukan kegiatan latihan dari pos ke pos dengan masing-masing pos memiliki teknik latihan yang berbeda. Perbedaan dari masing-masing pos dimaksudkan agar latihan memiliki kombinasi dari beberapa item-item latihan yang tujuannya dalam melakukan suatu latihan tidak akan membosankan dan lebih efisien. Latihan sirkuit yang dilakukan mencakup latihan untuk kekuatan otot, ketahanan otot, kelentukan, kelincahan, keseimbangan, dan ketahanan jantung paru.

Program latihan sirkuit menggunakan beban yang ringan seperti *push up*, *squat*, *sit up*, *skipping*, zig-zag, lompat katak, melompati *cone* selama 8-20 minggu dapat menunjukkan peningkatan kapasitas paru-paru sebesar 4-8%. Kapasitas paru-paru yang tinggi biasa digunakan untuk menyatakan tingkat kebugaran seseorang. Sehingga

⁹⁴ Soekidjo Notoatmodjo, *op. cit.*, h. 189-190

⁹⁵ Giri Wiarto, *Fisiologi dan Olahraga*, (Yogyakarta: Graha Ilmu. 2013), h. 13

program latihan sirkuit yang diterapkan oleh pelatih futsal membutuhkan kebugaran fisik yang prima, hal tersebut karena metode latihan sirkuit berkaitan langsung dengan kerja otot.

Metode pelatihan sirkuit yang dilakukan tidak dapat berjalan dengan baik apabila anggota futsal merokok, karena dengan merokok maka paru-paru sudah banyak terkontaminasi oleh zat berbahaya yang terkandung oleh rokok sehingga kadar oksigen pada saat latihan tidak akan meningkat karena kandungan zat berbahaya dalam paru-paru tidak langsung dikeluarkan. Oleh karena itu seseorang yang ingin meningkatkan VO_2Max harus menghentikan kegiatan merokoknya agar konsumsi oksigen dalam tubuh akan meningkat.

Efek rokok pun melihatkan penurunan kemampuan untuk melakukan aktifitas fisik itu secara optimum karena perokok memiliki daya tahan (*aerobic endurance*) berkurang, sesak nafas, dan peningkatan risiko cedera. Dengan efek rokok yang langsung dirasakan oleh anggota futsal yang merokok timbul kesadaran untuk merubah perilakunya, hal tersebut terjadi karena anggota futsal pada awal penerapan metode latihan sirkuit ini merasakan kelelahan. Oleh karena hal tersebut perubahan perilaku merokok dilakukan oleh anggota futsal karena anggota futsal yang merokok ingin berlatih secara nyaman atau dengan kata lain tidak mudah capek dan lelah seperti beberapa anggota futsal yang tidak merokok

b. Metode Pelatihan Mental

Metode pelatihan mental ada metode latihan mental yang dilakukan dengan latihan kognitif (kegiatan mental atau otak) dari keterampilan fisik. Metode pelatihan mental dilakukan sepanjang atlet menjalani latihan olahraga.

Menurut Suharno untuk memantapkan mental olahragawan perlu pembinaan yang sistematis. Beberapa cara membina mental atlet, antara lain:⁹⁶

1) Melalui latihan fisik

Latihan fisik yang dilakukan selama latihan futsal yaitu melalui metode pelatihan sirkuit selain itu latihan futsal juga dilakukan dengan metode pelatihan teknik-teknik permainan. Melalui latihan fisik yang dijalankan diharapkan anggota futsal memiliki rasa percaya diri yang tinggi terutama pada saat bertanding, dengan rasa percaya diri yang dimiliki seseorang dapat dengan mudah melakukan kegiatan dengan baik terutama kondisi fisik yang prima yang dimiliki oleh pemain futsal

2) Melalui sikap teladan dari pelatih

Sikap dan teladan pelatih ditunjukan baik di dalam lingkungan sekolah maupun di luar lingkungan sekolah. Sikap teladan pelatih ditunjukkan dengan pelatih futsal yang tidak melakukan perilaku merokok. Dengan tidak merokoknya pelatih

⁹⁶ Djoko Pekik, *Panduan Latihan Kebugaran Yang Efektif dan Aman*, (Yogyakarta: Lukman Offset. 2000), h. 54

futsal diharapkan perilaku tersebut dapat dilihat dan dicontoh oleh anggota futsal.

3) Membiasakan keteraturan hidup sehari-hari

Pembiasaan sikap disiplin yang dilakukan pada saat sebelum dan sesudah latihan futsal, hal tersebut tergambar dalam kedatangan anggota futsal pada saat latihan tepat waktu dan menyiapkan seluruh perlengkapan yang akan digunakan untuk latihan. Hal tersebut sudah menjadi keteraturan yang dijalankan selama ini oleh anggota futsal, dengan kedisiplinan dan ketraturan hidup pada saat latihan dapat diterapkan dalam kehidupannya sehari-hari.

4) Memberikan petunjuk, petunjuk baik di dalam maupun di luar latihan

Pemberian petunjuk atau nasihat oleh pelatih kepada anggota futsal dijalankan untuk memberikan informasi kepada anggota futsal mengenai efek dan bahaya perilaku merokok yang berpengaruh terhadap ketahanan tubuh dan fisik pemain. Sehingga dengan nasihat yang diberikan yang akan dirasakan efek perilaku merokok pada saat latihan fisik dapat membuat anggota futsal memiliki kesadaran akan perilaku negative yang sudah dilakukan selama ini.

5) Memberikan motivasi

Pemberian motivasi yang dilakukan oleh pelatih futsal baik pada saat latihan maupun sebelum latihan usai, hal tersebut dilakukan untuk meingkatkan rasa percaya diri pemain. Namun, sebelum perubahan perilaku merokok itu terjadi pemberian motivasi dilakukan untuk memberikan dukungan kepada anggota futsal yang merokok agar dapat merubah perilaku merokok.

- 6) Menanamkan akidah sesuai dengan keyakinan agamanya dan secara konsekuen melakukannya.

Penanaman akidah yang dilakukan tergambar pada kegiatan doa yang dilakukan sebelum dan sesudah latihan futsal dimulai, selain itu penanaman akidah dijalankan dengan adanya istirahat untuk melaksanakan sholat ashar berjamaah yang dilakukan.

Dengan metode pelatihan mental perubahan perilaku merokok anggota futsal dapat terwujud secara menyeluruh. Seperti yang telah diuraikan diatas, metode pelatihan mental dilakukan sebagai salah satu upaya merubah perilaku merokok, karena metode pelatihan mental dilaksanakan selain pelatihan fisik pemain akan tetapi memberikan motivasi dan nasihat kepada anggota futsal.

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Perilaku merokok pada remaja di Indonesia meningkat setiap tahunnya sehingga diperlukan sebuah pencegahan dan perubahan. Perubahan perilaku adalah suatu proses dimana seseorang mengubah perilakunya kearah yang lebih baik. Keberhasilan perubahan perilaku ditentukan oleh niat, tekad, serta dorongan yang kuat untuk berubah. Karena negara yang hebat adalah yang memiliki generasi penerus yang dapat membangun negaranya. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, peneliti menyimpulkannya sebagai berikut:

1. Sebuah proses perubahan perilaku merokok di dalam ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 18 Tangerang berjalan dengan proses yang cukup memakan waktu. Sebelum terjadinya perubahan perilaku merokok terdapat proses-proses yang dilalui mulai dari pendekatan secara pribadi yang dilakukan oleh pelatih futsal sehingga timbul kepercayaan antara pemain dengan pelatih futsal, pengembalian fisik pemain, peningkatan kemampuan pemain, hingga penerapan metode pada saat bertanding. Proses yang paling penting dalam perubahan perilaku merokok pada ekstrakurikuler futsal ialah penerapan metode latihan yang dilaksanakan oleh pelatih futsal serta dibantu dengan dorongan dan motivasi yang diberikan pelatih kepada pemain sehingga pemain yang merokok memiliki tekad dan semangat yang kuat untuk mengubah perilakunya.

2. Strategi perubahan perilaku futsal merupakan salah cara untuk mengubah perilaku merokok anggota futsal. Strategi yang ditepakan oleh pelatih kepada pemainnya dapat merubah perilaku merokok anggotanya. Strategi itu berupa meningkatkan jumlah oksigen maksimal VO_2Max dengan tujuan dengan meningkatkan kadar oksigen dalam tubuh maka pemain futsal dapat memiliki stamina dan fisik yang kuat, sehingga dengan meningkatkan jumlah oksigen tidak akan meningkat apabila seseorang tersebut masih merokok. Oleh karena itu perubahan perilaku merokok dengan meningkatkan jumlah oksigen dalam tubuh sangat penting. Untuk meningkatkan jumlah oksigen dalam tubuh dilakukan dengan menggunakan metode pelatihan sirkuit dan metode pelatihan mental. Dengan penggunaan metode latihan ini perilaku merokok dapat terwujud, karena metode latihan tersebut langsung berdampak kepada kondisi fisik pemain ketika menjalankannya yang mudah kelelahan, sehingga mereka menyadari perilaku merokok yang dilakukan berdampak buruk kepada kondisi fisik.

B. Implikasi

Sudah saatnya kita sadari bahwa pada zama modern seperti ini remaja memiliki banyak tantangan yang dapat menuntun remaja kearah yang negatif seperti merokok, hal tersebut membuat ancaman bagi masa depannya. Akan tetapi hal tersebut dapat dirubah dengan penyaluran bakat sehingga waktu

kosong yang dimiliki dapat dipakai untuk penyaluran bakat sehingga tidak ada waktu untuk melakukan hal-hal yang negatif.

Perubahan perilaku merokok memang tidak dapat dirubah apabila tidak dibarengi dengan niat dalam diri serta dukungan dari lingkungan sekitar. Pada era modernisasi seperti saat ini perilaku merokok sangat tinggi pada kalangan remaja sehingga diperlukan perubahan perilaku merokok tersebut. Perubahan perilaku yang telah dilakukan oleh ekstrakurikuler futsal merupakan perubahan perilaku yang baik yang menggunakan pendekatan dari pelatih kepada anggotanya yang dilanjutkan dengan metode latihan secara bertahap untuk mengembalikan kondisi fisik, kemampuan bermain futsal, dan penerapan pola bermain sehingga dengan intensifnya waktu latihan maka akan membuat para anggotanya tidak memiliki waktu untuk melakukan hal-hal yang negatif.

Oleh karena itu, perubahan perilaku merokok yang dilakukan oleh ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 18 Tangerang sangat penting untuk dikaji dari segi pendidikan IPS dengan menggunakan pendekatan transdisipliner, karena ekstrakurikuler dapat dimanfaatkan selain sebagai sarana penyalur bakat juga dapat dijadikan sebagai sarana untuk mengubah anggotanya kearah yang lebih baik sehingga pendidikan non formal seperti ekstrakurikuler juga dapat mengubah perilaku negatif kearah yang lebih positif. Hasil penelitian ini juga dapat menjadi acuan bagi sekolah atau ekstrakurikuler futsal di sekolah lain untuk dapat mengembangkan ekstrakurikuler sebagai wadah bagi anak murid khususnya ekstrakurikuler

futsal yang dapat mengubah perilaku merokok siswa. Sehingga diharapkan dapat membantu sekolah sebagai tempat mendidik dalam mengubah perilaku merokok siswa karena awal mula seseorang menggunakan narkoba adalah dari merokok

C. Saran

Berdasarkan kesimpulan dan implikasi hasil penelitian. Maka ada beberapa hal yang disarankan oleh penulis dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Pada anggota ekstrakurikuler agar dapat mempertahankan perubahan perilaku tersebut agar dapat dicontoh oleh siswa lain sehingga perubahan perilaku merokok bisa secara meyeluruh dan dapat melakukan perubahan kepada anggota yang nantinya akan bergabung sehingga perubahan yang sudah dijalani akan terus berjalan dan memberikan contoh untuk ekstrakurikuler lain agar dapat mengubah perilaku anggotanya kearah yang positif.
2. Sebagai bahan ilmu untuk ekstrakurikuler keolahragaan sehingga dapat menerapkan metode latihan dan pendekatan kepada anggotanya sehingga perilaku merokok yang banyak dilakukan oleh remaja saat ini dapat dirubah.
3. Untuk SMP Negeri 18 Tangerang agar dapat meningkatkan pengawasan terhadap siswa-siswinya yang melakukan hal negatif sehingga siswa-siswi

lulusan SMP Negeri 18 Tangerang memiliki pengetahuan, karakter, dan budi pekerti yang baik agar dapat membangun bangsa ini kedepannya.

4. Untuk pemerintah agar meningkatkan pengawasan terhadap penjualan rokok secara bebas terutama kepada anak dibawah umur dan memberikan penyuluhan atau informasi mengenai bahaya rokok kepada siswa agar remaja bisa mengerti dan faham mengenai dampak dan resiko mengenai bahaya mengkonsumsi rokok.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifin Zenal, *Dasar-Dasar Penelitian Karya Ilmiah*, Jakarta: PT Grasindo, 1998.
- Arikunto Suharsimi, *Manajemen Penelitian*, Jakarta: Rineka Cipta, 2005.
- B Milles, Matthew dan Michael Huberman. Penerjemah: Tjeptjep Rohendi Rohidi, *Analisis Data Kualitatif*, Jakarta: UI Press, 1990
- Endraswara Suwardi, *Metode, Teori, Teknik Penelitian Kebudayaan: Ideologi, Epitimologi, dan Aplikasi*, Yogyakarta: Pusaka Widyatama, 2006.
- Fajar Marhaeni , *Ilmu Komunikasi: Teori & Praktik*, Yogyakarta: Graha Ilmu, 2009
- Husaini Usman, *Metodolologi Penelitian Sosial*, Jakarta: Bumi Aksara, 2004
- Kurikulum SMK 1984, Depdikbud
- Lutan Rusli, *Buku Materi Pokok Pengelolaan Interaksi Belajar Mengajar Intrakulikuler dan Ekstrakurikuler*, Jakarta: Universitas Terbuka, 1986
- Moleong, Lexy j. *Metodelogi Penelitian Kualitatif*, Bandung: Remaja Karya, 1993
- Mulyono M A, *Buku Pintar Panduan Futsal*, Jakarta: Laskar Aksara, 2014
- Notoatmodjo S, *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*, Jakarta: Rineka Cipta, 2007
- O. P. Astrand dan K. Rodahl, *Textbook of work phisiology, physiological bases of exercise*. New York: McGraw-Hill, 2007
- Pekik Djoko, *Panduan Latihan Kebugaran Yang Efektif dan Aman*, Yogyakarta: Lukman Offset, 2000
- Poerwadarminata W J S, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka, 1995
- Profil SMP Negeri 18 Tangerang
- Putra Nusa, *Research & Development*, Jakarta: PT Rosdakarya, 2011

- Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, Bandung: Alfabeta, 2010
- Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*, Bandung: Alfabeta, 2006
- Suranto, *Fisiologi Olahraga*, Bandar Lampung: Universitas Lampung, 2008
- Suryosubroto B, *Proses Belajar Mengajar Di Sekolah*, Jakarta: PT. Rineka Cipta.1997
- Trim Bambang, *Merokok Itu Konyol*, Jakarta: Ganeca Exact, 2006
- Usman Moh. User, *Upaya Optimalisasi Kegiatan Belajar Mengajar*, Bandung: Rosda Karya.1993
- Wiarto, *Fisiologi Olahraga*, Yogyakarta: Graha Ilmu. 2013

Jurnal

- Nasution Indri Kemala, "Perilaku Merokok Pada Remaja", *Jurnal Psikologi Universitas Sumatra Utara*,
<http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/3642/3/132316815.pdf.txt>
 Diskses pada 25 November 2015 pukul 19:33 WIB

Artikel Internet

- Al Faruq Habibullah, *Pengertian Ancaman, Tantangan, Hambatan dan Gangguan*, <http://www.habibullahurl.com/2015/05/pengertian-ancaman-tantangan-hambatan-gangguan.html>, Diakses pada tanggal 12 Mei 2016 pukul 19.57 WIB
- Putra Yudha Manggala P, *18 Persen Pelajar SMP Terbiasa Merokok*, <http://www.republika.co.id/berita/nasional/umum/15/06/01/np8axs-18-persen-pelajar-smp-sudah-terbiasa-merokok>, Diakses pada tanggal 27 januari 2016 pukul 23:02 WIB
- Tim KPAI, 2013. *Menyelamatkan Anak Dari Bahaya Rokok*, <http://www.kpai.go.id/tinjauan/menyelamatkan-anak-dari-bahaya-rokok/> diakses pada tanggal 20 Juli 2016 pukul 22:35 WIB

LAMPIRAN



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

Kampus Universitas Negeri Jakarta, Jalan Rawamangun Muka, Jakarta 13220
Telepon/Faximile : Rektor : (021) 4893854, PR I : 4895130, PR II : 4893918, PR III : 4892926, PR IV : 4893982
BAUK : 4750930, BAAK : 4759081, BAPSI : 4752180
Bagian UHTP : Telepon. 4893726, Bagian Keuangan : 4892414, Bagian Kepegawaian : 4890536, Bagian HUMAS : 4898486
Laman : www.unj.ac.id

Nomor : 3890/UN39.12/KM/2015
Lamp. : -
Hal : Permohonan Izin Mengadakan Penelitian
untuk Penulisan Skripsi

15 Desember 2015

Yth. Kepala SMP Negeri 18 Tangerang
Komp. Perum. Poris Indah Blok 9
Tangerang, Banten

Kami mohon kesediaan Saudara untuk dapat menerima Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta :

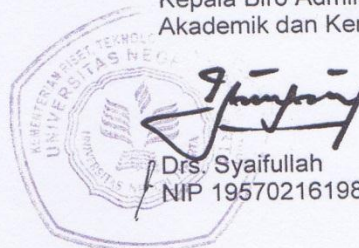
Nama : Virda Ismi Aulia
Nomor Registrasi : 4915127080
Program Studi : Pendidikan IPS
Fakultas : Ilmu Sosial Universitas Negeri Jakarta
No. Telp/HP : 081218413020

Dengan ini kami mohon diberikan ijin mahasiswa tersebut, untuk dapat mengadakan penelitian guna mendapatkan data yang diperlukan dalam rangka Penulisan Skripsi. Skripsi tersebut dengan judul :

"Ekstrakurikuler Futsal Sebagai Upaya Perubahan Perilaku Merokok Remaja"

Atas perhatian dan kerjasama Saudara, kami sampaikan terima kasih.

Kepala Biro Administrasi
Akademik dan Kemahasiswaan



Tembusan :
1. Dekan Fakultas Ilmu Sosial
2. Kaprog / Jurusan Pendidikan IPS

Drs. Syaifullah
NIP 195702161984031001

Lampiran 2

Data Pendidik dan Tenaga Pendidik SMP Negeri 18 Tangerang

No	Nama	Mata Pelajaran
1	Abdul Haris	Bahasa Inggris
2	Abdurrohim	
3	Achmad Firdaus	Bahasa Inggris
4	AH Nasution	Ilmu Pengetahuan Alam
5	Arief Maryadi Atmaja	Bahasa Indonesia
6	Asep Susanto	
7	Badrutamam	Pendidikan Agama Islam
8	Bambang Ibrahim	
9	Burhala	Bahasa Indonesia
10	Darwin Agung Subekti	
11	Didi Supriadi	
12	Dodi Sukma	
13	Dyah Sinto Rini	Matematika
14	Emmah Suhainah	Bahasa Inggris
15	Etin Kurniasih	Ilmu Pengetahuan Alam dan Seni Budaya
16	Euis Naryuningsih	Matematika
17	H. Sri Suyatno	Ilmu Pengetahuan Alam
18	Hairul Fauzi	PJOK
19	Hartiyah	Seni Budaya
20	Harto	Ilmu Pengetahuan Alam
21	Ida Noer Farida Achmad	
22	Ikah Minarsih	Bahasa Indonesia
23	Jumilah	Matematika
24	Kandamawan	
25	Karno	Bahasa Indonesia
26	Kusnadi Mz	Pendidikan Agama Islam dan PKn
27	M. Agus Setiono	Ilmu Pengetahuan Sosial
28	M.Cholid	
29	Madi H	Ilmu Pengetahuan Alam
30	Mari	Muatan Lokal Potensi Daerah dan Pendidikan Agama Islam
31	Maskur	Matematika
32	Maulana Yusuf	
33	Miskun	Ilmu Pengetahuan Sosial
34	Muhamad Isro	Bahasa Indonesia

35	Muhamad Syahroni	Ilmu Pengetahuan Alam
36	Murtani Satria	Ilmu Pengetahuan Sosial
37	Nalik Dyah Winarti	PKn
38	Nasirul Haki	Ilmu Pengetahuan Sosial
39	Neldawati	Ilmu Pengetahuan Sosial
40	Nunung Kristanti	PJOK
41	Ralin	Bahasa Indonesia
42	Ratna Kurniyati	Ilmu Pengetahuan Alam
43	Rita Yunaini	Bahasa Inggris
44	Rohmawani Saragih	Ilmu Pengetahuan Sosial
45	Rosmi Susilawati	Matematika
46	Rusmiati Armis	
47	Samsul	Tata Usaha
48	Sari Suardi	Bahasa Inggris
49	Siti Dawiyati	Bahasa Indonesia
50	Slamet Widodo	
51	Sri Lestari Retnawati	Muatan Lokal Potensi Daerah
52	Sri Rochani	Bahasa Inggris
53	Sudrajat	
54	Suharja	Keterampilan dan Seni Budaya
55	Supriharto	Seni Budaya dan Muatan Lokal Potensi Daerah
56	Surati	Ilmu Pengetahuan Sosial dan Seni Budaya
57	Susiati	Ilmu Pengetahuan Sosial
58	Tita Dasawarsita	Muatan Lokal Potensi Daerah dan Seni Budaya
59	Titi	Bahasa Indonesia
60	Titin Nuryatin	Ilmu Pengetahuan Alam
61	Udin Syamsudin	PJOK
62	Umiyati	Muatan Lokal Potensi Daerah dan Pendidikan Agama Islam
63	Vera Gustin	PKn
64	Warnita	
65	Winarno	Ilmu Pengetahuan Sosial dan Keterampilan
66	Wini Trijani	Matematika
67	Yahya Ansori	Ilmu Pengetahuan Sosial
68	Yayan Murzaki	Matematika
69	Yuliarni	Ilmu Pengetahuan Alam

LAMPIRAN 3

KISI-KISI INSTRUMEN PENELITIAN

“PERUBAHAN PERILAKU MEROKOK REMAJA”

No	Konsep	Pokok Masalah	Dimensi	Indikator	Sumber Data	Teknik Pengumpulan Data	Alat Pengumpulan Data
1.	SMP Negeri 18 Tangerang	Gambaran Umum SMP Negeri 18 Tangerang	Profil SMP Negeri 18 Tangerang	a. Deskripsi lokasi SMP Negeri 18 Tangerang b. Data demografi SMP Negeri 18 Tangerang c. Visi dan misi SMP Negeri 18 Tangerang d. Program intrakurikuler dan ekstrakurikuler SMP Negeri 18 Tangerang e. Prestasi yang diraih SMP Negeri	Wakil Kepala Sekolah SMP Negeri 18 Tangerang	a. Observasi b. Wawancara c. Studi Kepustakaan	a. Pedoman Observasi b. Pedoman Wawancara c. Dokumentasi SMP Negeri 18 Tangerang

				18 Tangernag			
			Sejarah SMP Negeri 18 Tangerang	a. Awal berdirinya SMP Negeri 18 Tangerang b. Waktu pendirian SMP Negeri 18 Tangerang			
		Gambaran perilaku siswa SMP Negeri 18 Tangerang	Perilaku menyimpang siswa	a. Perilaku siswa SMP Negeri 18 Tangerang b. Kasus penyimpangan siswa SMP Negeri 18 Tangerang c. Perilaku merokok siswa SMP Negeri 18 Tangerang d. Tanggapan guru terhadap perilaku menyimpang siswa	Guru SMP Negeri 18 Tangerang		
		Upaya meminimalisir perilaku menyimpang siswa	Upaya sekolah dan guru dalam meminimalisir perilaku menyimpang siswa	a. Upaya guru dalam meminimalisir perilaku menyimpang siswa b. Upaya sekolah dalam meminimalisir perilaku	Guru SMP Negeri 18 Tangerang		

				menyimpang siswa			
		Perubahan perilaku merokok	Proses perubahan perilaku merokok pada anggota ekstrakurikuler futsal	a. Mengetahui proses perubahan perilaku merokok b. Mengetahui hambatan pada saat proses perubahan perilaku merokok c. Mengetahui dampak perubahan perilaku merokok	Pembina ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 18 Tangerang		
		Perubahan perilaku merokok	Proses perubahan perilaku merokok pada anggota ekstrakurikuler futsal	a. Mengetahui proses perubahan perilaku merokok b. Mengetahui hambatan pada saat proses perubahan perilaku merokok c. Mengetahui dampak perubahan perilaku merokok	Anggota ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 18 Tangerang		

LAMPIRAN 4**PEDOMAN OBSERVASI**

Untuk dapat mengetahui ekstrakurikuler futsal berupaya merubah perilaku merokok remaja di SMP Negeri 18 Tangerang, dibuatlah pedoman observasi di bawah ini:

Tabel pedoman observasi

No.	Tempat	Sumber Data	Hal yang diamati
1.	SMP Negeri 18 Tangerang	Wakil Kepala Sekolah	a. Mendeskripsikan gambaran umum lokasi penelitian b. Mendapatkan data demografi SMP Negeri 18 Tangerang c. Mendapatkan gambaran mengenai sejarah singkat SMP Negeri 18 Tangerang d. Mengetahui program-program intrakurikuler dan ekstrakurikuler di SMP Negeri 18 Tangerang e. Mengetahui berbagai macam prestasi akademik dan non akademik SMP Negeri 18 Tangerang
2.	SMP Negeri 18 Tangerang	Guru	a. Mengetahui berbagai macam perilaku siswa SMP Negeri 18 Tangerang b. Mengetahui mengenai kasus perilaku menyimpang siswa SMP Negeri 18 Tangerang c. Mengetahui kasusu perilaku merokok di SMP Negeri 18 Tangerang

			d. Mengetahui tanggapan guru terhadap perilaku menyimpang siswa e. Mengetahui upaya-upaya sekolah dalam meminimalisir perilaku menyimpang siswa
3.	SMP Negeri 18 Tangerang	Pelatih Ekstrakurikuler Futsal	a. Mengetahui proses perubahan perilaku merokok b. Mengetahui hambatan pada saat proses perubahan perilaku merokok c. Mengetahui dampak perubahan perilaku merokok
4.	SMP Negeri 18 Tangerang	Anggota Ekstrakurikuler Futsal	a. Mengetahui proses perubahan perilaku merokok b. Mengetahui hambatan pada saat proses perubahan perilaku merokok c. Mengetahui dampak perubahan perilaku merokok

LAMPIRAN 5

PEDOMAN WAWANCARA

A. Wakil Kepala Sekolah

Aspek	Profil dan prestasi yang dimiliki SMP Negeri 18 Tangerang
Grup Information	Wakil Kepala Sekolah SMP Negeri 18 Tangerang
Nama	
Usia	
1.	Bagaimana profil SMP Negeri 18 Tangerang ?
2.	Bagaimana latar belakang berdirinya SMP Negeri 18 Tangerang ?
3.	Bagaimana lokasi SMP Negeri 18 Tangerang menurut bapak/ibu ?
4.	Apakah visi, misi, dan strategi/tujuan SMP Negeri 18 Tangerang ?
5.	Bagaimana data demografi SMP Negeri 18 Tangerang ?
6.	Apa saja program ekstrakurikuler yang dilaksanakan demi menunjang dan meningkatkan kemampuan siswa di SMP Negeri 18 Tangerang ?
7.	Prestasi apa saja yang sudah diterima SMP Negeri 18 Tangerang di bidang akademik dan non akademik ?
8.	Dalam dua tahun terakhir, bidang apakah yang mendapatkan prestasi paling banyak ?
9.	Sejauh ini apakah terdapat kasus-kasus atau pelanggaran yang dilakukan oleh siswa yang bapak ketahui ?
10.	Apakah bapak pernah melihat siswa SMP Negeri 18 Tangerang yang merokok di dalam ataupun di luar sekolah ?
11.	Darimana siswa tersebut mendapatkan rokok ?
12.	Apakah di SMP Negeri 18 Tangerang menerapkan kebijakan Kawasan Tanpa Rokok (KTR) ?
13.	Sejak kapan KTR diberlakukan ?
14.	Apa dampak setelah diberlakukannya kebijakan KTR di sekolah ?
15.	Bagaimana dampak perilaku merokok remaja di SMP Negeri 18

	Tangerang di dalam kelas ataupun di luar kelas ?
16.	Apakah sekolah pernah mengadakan kerjasama atau diajak bekerjasama dengan pihak tertentu untuk mengadakan sosialisasi/penyuluhan mengenai bahaya rokok ?
17.	Apakah tindakan bapak apabila melihat siswa SMP Negeri 18 Tangerang yang merokok ?
18.	Apakah tindakan yang sudah dilakukan sekolah untuk meminimalisasi dampak perilaku merokok remaja di SMP Negeri 18 Tangerang ?
19.	Apa harapan bapak untuk pemerintah untuk membatasi peredaran rokok terhadap anak-anak ?

B. Guru

Aspek	Perilaku menyimpang siswa dan upaya sekolah dalam meminimalisir perilaku menyimpang siswa
Grup Information	Guru SMP Negeri 18 Tangerang
Nama	
Usia	
1.	Sejak kapan ibu mengajar di SMP Negeri 18 Tangerang ?
2.	Bagaimana perilaku siswa/siswi SMP Negeri 18 Tangerang ?
3.	Selama ibu mengajar di SMP Negeri 18 Tangerang, apakah terdapat kasus-kasus menyimpang yang dilakukan oleh siswa ?
4.	Apa yang ibu lakukan apabila melihat penyimpangan yang dilakukan siswa ?
5.	Apa pandangan ibu mengenai kasus perilaku merokok siswa SMP Negeri 18 Tangerang ?
6.	Bagaimana pendapat ibu mengenai siswa yang merokok ?
7.	Selama ibu mengajar di SMP Negeri 18 Tangerang, apakah ibu pernah melihat siswa merokok di luar lingkungan sekolah ?
8.	Apa yang ibu lakukan apabila melihat perilaku menyimpang yang dilakukan siswa ?
9.	Dimana biasanya anak tersebut merokok ?
10.	Darimana biasanya siswa mendapatkan rokok ?
11.	Apakah faktor-faktor penyebab perilaku merokok remaja dalam hal ini siswa SMP Negeri 18 Tangerang ?
12.	Bagaimana dampak perilaku merokok remaja di SMP Negeri 18 Tangerang ?
13.	Apakah SMP Negeri 18 Tangerang menerapkan kebijakan Kawasan Tanpa Asap Rokok (KTR) ?
14.	Sudah berapalama kebijakan KTR diberlakukan do SMP Negeri 18

	Tangerang ?
15.	Apa hambatan yang dialami sekolah selama pemberlakuan kebijakan KTR ?
16.	Apakah sekolah pernah mengadakan kerjasama atau diajak bekerjasama dengan pihak tertentu untuk mengadakan sosialisasi/penyuluhan mengenai bahaya rokok ?
17.	Apakah tindakan yang sudah dilakukan sekolah untuk meminimalisasi dampak perilaku merokok remaja di SMP Negeri 18 Tangerang ?
18.	Apa harapan ibu untuk para siswa yang saat ini masih merokok dalam usianya yang tergolong remaja ?
19.	Apa harapan ibu untuk pemerintah berkaitan dengan adanya perilaku merokok pada remaja ?
20.	Apa tanggapan ibu mengenai ekstrakurikuler futsal yang dapat berupaya merubah perilaku merokok pada siswa SMP Negeri 18 Tangerang ?

C. Pelatih Ekstrakurikuler Futsal

Aspek	Proses perubahan perilaku merokok pada ekstrakurikuler futsal
Grup Information	Pelatih Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 18 Tangerang
Nama	
Usia	
1.	Sudah berapa lama bapak melatih futsal di SMP Negeri 18 Tangerang ?
2.	Program latihan seperti apa yang diterapkan di futsal SMP Negeri 18 Tangerang ?
3.	Perlombaan atau kejuaraan apa saja yang diikuti oleh futsal SMP Negeri 18 Tangerang dalam satu tahun ini ?
4.	Apakah ada anggota futsal yang melakukan perilaku menyimpang ?
5.	Bagaimana bapak mengetahui perilaku menyimpang yang dilakukan anggota futsal tersebut ?
6.	Apakah yang dilakukan bapak ketika mengetahui hal tersebut ?
7.	Bagaimana tanggapan siswa tersebut dalam menyikapi tindakan yang bapak lakukan ?
8.	Dimana biasanya siswa mendapatkan rokok ?
9.	Dimana biasanya siswa merokok ?
10.	Menurut bapak, rata-rata siswa yang merokok dipengaruhi oleh hal apa ?
11.	Bagaimana proses perubahan perilaku merokok berlangsung ?
12.	Apakah ada metode dalam latihan yang membuat siswa dapat berhenti merokok ?
13.	Hambatan apa saja yang dialami pada saat perubahan perilaku tersebut berlangsung ?
14.	Apa dampak yang dirasakan setelah perubahan perilaku merokok tersebut terjadi ?
15.	Bagaimana tanggapan bapak melihat perubahan perilaku merokok tersebut bisa terjadi ?
16.	Prestasi apa saja yang sudah diberikan ekstrakurikuler futsal untuk

	sekolah ?
--	-----------

D. Anggota Ekstrakurikuler Futsal

Aspek	Proses perubahan perilaku merokok pada ekstrakurikuler futsal
Grup Information	Anggota Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 18 Tangerang
Nama	
Usia	
1.	Sudah berapa lama anda bergabung dengan tim futsal SMP Negeri 18 Tangerang ?
2.	Apa yang membuat anda tertarik dengan futsal ?
3.	Apakah tujuan anda mengikuti ekstrakurikuler futsal ?
4.	Sejauh ini apa manfaat yang anda rasakan dengan mengikuti ekstrakurikuler futsal ini ?
5.	Apakah pandangan anda mengenai rokok ?
6.	Apakah anda pernah merokok ?
7.	Berapa usia anda ketika pertama kali merokok ?
8.	Apakah faktor-faktor yang mempengaruhi anda pada saat itu untuk merokok ?
9.	Apakah keluarga, sahabat anda mengetahui anda merokok pada saat itu ?
10.	Bagaimana cara anda mendapatkan rokok pada saat itu ?
11.	Pernahkah anda ditolak untuk membeli rokok karena dianggap masih dibawah umur ?
12.	Dimana anda biasanya merokok sendiri atau bersama dengan teman-teman anda ?
13.	Apakah dampak perilaku merokok bagi diri anda pada saat itu ?
14.	Bagaimana akhirnya anda dapat berhenti merokok ?
15.	Bagaimana proses perubahan perilaku merokok itu terjadi ?
16.	Apa yang menjadi dorongan anda untuk berhenti merokok ?
17.	Hambatan apa saja yang anda rasakan pada saat ingin berhenti merokok ?
18.	Bagaimana tanggapan teman-teman ketika mengetahui anda ingin berhenti merokok ?
19.	Apa dampak yang anda rasakan pada saat sudah berhenti merokok ?

20.	Apa pesan anda untuk teman-teman yang masih merokok saat ini ?
-----	--

LAMPIRAN 6

INSTRUMEN PENELITIAN

No	Komponen data	Teknik Primer			Teknik Sekunder	
		P	WM	WSL	M/A	BK/I
BAB I	PENDAHULUAN					
	A. Latar Belakang	X			X	X
	B. Masalah Penelitian	X				
	C. Fokus Penelitian	X				
	D. Tujuan dan Kegunaan Penelitian	X				
	1. Tujuan Penelitian	X				
	2. Kegunaan Penelitian	X				
	E. Kerangka Konseptual					X
	1. Ekstrakurikuler Futsal					X
	a. Pengertian Ekstrakurikuler					X
	b. Ekstrakurikuler Futsal					X
	c. Tujuan dan Manfaat Kegiatan Ekstrakurikuler					X
	d. Jenis-jenis Kegiatan Ekstrakurikuler					X
	e. Bentuk Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler					X
	2. Perubahan Perilaku					X
	a. Pengertian Perubahan Perilaku					X
	b. Bentuk-bentuk Perubahan Perilaku					X
	c. Strategi Perubahan Perilaku					X
	3. Perilaku Merokok Remaja					X
	a. Pengertian Perilaku					X
	b. Pengertian Perilaku Merokok Remaja					X
	c. Tipe Perilaku Merokok					X
	d. Faktor-faktor yang Mempengaruhi					X

	Perilaku Merokok Remaja					
	e. Bahaya Rokok Bagi Kesehatan					X
	F. Penelitian Relevan	X				X
BAB II	METODOLOGI PENELITIAN					
	A. Deskripsi Lokasi dan Waktu Penelitian	X				X
	1. Lokasi Penelitian	X				X
	2. Waktu Penelitian	X				
	B. Metodologi Penelitian					X
	C. Teknik Pengambilan Sampel					X
	D. Sumber Data					X
	E. Teknik Pengumpulan Data					X
	F. Teknik Kalibrasi Keabsahan Data					X
	G. Teknik Analisis Data					X
BAB III	HASIL TEMUAN DAN PEMBAHASAN PROSES EKSTRAKURIKULER FUTSAL BERUPAYA MERUBAH PERILAKU MEROKOK REMAJA					
	A. Deskripsi Lokasi Penelitian	X	X	X		X
	1. Keadaan Umum dan Profil SMP Negeri 18 Tangerang	X	X	X		X
	2. Lokasi dan Fasilitas SMP Negeri 18 Tangerang	X	X	X	X	X
	3. Data Pendidik, Tenaga Pendidik, dan Siswa		X			X
	4. Keadaan Umum Siswa-siswi SMP Negeri 18 Tangerang	X	X	X		
	a. Pembiasaan					
	b. Kegiatan Pembelajaran					
	c. Kegiatan Ekstrakurikuler					
	B. Hasil Temuan	X	X	X		X
	1. Gambaran Ekstrakurikuler Futsal	X	X			

	a. Ekstrakurikule Futsal SMP Negeri 18 Tangerang	X	X	X		
	b. Tujuan Mengikuti Ekstrakurikuler Futsal		X	X		
	2. Proses Perubahan Perilaku Merokok		X	X		
	a. Latar Belakang Anggota Futsal Merokok	X	X	X		
	b. Dampak Perilaku Merokok	X	X	X		
	c. Upaya Sekolah Dalam Meminimalisir Perilaku Merokok Siswa	X	X	X		
	d. Ekstrakurikuler Futsal Merubah Perilaku Merokok	X	X	X		
	e. Hambatan Pada Proses Perubahan Perilaku Merokok	X	X			
	f. Dampak Perubahan Perilaku Merokok	X	X	X		
	3. Komunikasi Antar Pribadi	X	X	X		
	4. Strategi Perubahan Perilaku Merokok	X	X	X		
	a. Metode Pelatihan Sirkuit	X	X	X		
	b. Metode pelatihan mental	X	X	X		
	C. Pembahasan Hasil Temuan Fokus Masalah	X				X
	1. Proses Perubahan Perilaku Merokok	X				X
	2. Komunikasi Antar Pribadi	X				X
	3. Strategi Perubahan Perilaku Merokok	X				X
	a. Metode Pelatihan Sirkuit	X				X
	b. Metode Pelatihan Mental	X				X
BAB IV	PENUTUP					
	A. Kesimpulan	X				
	B. Implikasi	X				

	C. Saran	X				

Keterangan:**Teknik Primer**

P : Pengamatan
WM : Wawancara Mendalam
WSL : Wawancara Sambil Lalu

Teknik Sekunder

M/A : Majalah/Artikel
BK/I : Buku/Internet

LAMPIRAN 7

Cat.Lap.01

Tanggal : 10 November 2015

Tempat : SMP Negeri 18 Tangerang

Pukul : 09:30 WIB

Catatan Deskriptif

Pada hari ini saya datang ke SMP Negeri 18 Tangerang, walaupun ini bukan pertama kalinya saya datang ke SMP Negeri 18 Tangerang, akan tetapi hari ini adalah hari pertama saya datang sebagai seorang peneliti yang akan meminta ijin melakukan penelitian di SMP Negeri 18 Tangerang. Sebelum saya memilih lokasi ini, saya terlebih dahulu sudah berbincang mengenai skripsi yang akan saya jalani oleh tante saya yang kebetulan mengajar sebagai guru Bahasa Inggris di SMP Negeri 18 Tangerang. Setelah saya berbincang mengenai judul skripsi yang akan saya ajukan kepada jurusan, akhirnya saya mendapatkan judul mengenai “Kegiatan Ekstrakurikuler Sebagai Upaya Mencegah Kenakalan Remaja”.

Setelah saya mendapatkan judul yang menurut saya cukup baik, saya lalu mengajukannya kepada jurusan judul saya tersebut untuk dijadikan sebagai judul skripsi saya, disamping terdapat satu judul lagi yang saya miliki mengenai “Peran Sosial Keluarga Dalam Proses Belajar Siswa”. Setelah jurusan menetapkan Bapak Dr. Budiaman, M.Si dan Bapak Sujarwo, M. Pd sebagai dosen pembimbing saya, kemudian saya beserta rekan-rekan mahasiswa lain yang juga mendapatkan dosen pembimbing yang sama membuat jadwal pertemuan untuk bimbingan bersama. Setelah saya bimbingan bersama dosen pembimbing 1 saya harus merubah judul saya “Kegiatan Ekstrakurikuler Sebagai Upaya Mencegah Kenakalan Remaja” kearah yang lebih spesifik, setelah saya berfikir dan melihat fenomena yang ada sekarang (banyaknya anak yang merokok dibawah usia yang seharusnya) setelah saya melihat fenomena yang ada saat ini dan hubungannya dengan ekstrakurikuler akhirnya saya memilih ekstrakurikuler yang banyak melakukan aktifitas fisik yaitu ekstrakurikuler futsal dan basket yang terdapat di SMP Negeri 18 Tangerang. Setelah saya merasa sudah mendapatkan judul yang lebih spesifik, saya kembali menemui dosen pembimbing saya untuk kembali mengajukan judul. Setelah berbincang dengan dosen pembimbing mengenai judul

saya “ Ekstrakurikuler Futsal dan Basket Sebagai Upaya Perubahan Perilaku Merokok Remaja” dengan persyaratan minimal 10 anggota futsal yang berubah perilakunya, akhirnya dosen pembimbing menyetujui judul yang saya ajukan.

Setelah saya mendapatkan judul yang telah distujui oleh dosen pembimbing, saya lantas menemui tante saya kembali untuk meberitau mengenai judul terbaru yang telah disetujui oleh dosen pembimbing saya, walaupun awalnya tante saya kurang mengetahui apakah jdul tersebut dapat dilakukan penelitian di SMP Negeri 18 Tangerang. Namun kemudian tante saya menyarankan saya untuk langsung datang ke sekolah untuk memberikan surat ijin penelitian dan berbincang dengan pembina ekstrakurikuler basket dan futsal di sekolah untuk menanyakan secara langsung apakah perubahan perilaku merokok dapat dirubah di dalam kegiatan ekstrakurikuler terutama ekstrakurikuler futsal dan basket.

Catatan Reflektif

Pada hari ini saya memulai penelitian di SMP Negeri 18 Tangerang. Setelah sampai disana saya langsung meminta ijin kepada staf beserta guru yang terdapat disana, setelah mendapatkan ijin saya kemudian berkenalan dengan pembina ekstrakurikuler basket yang bernama Bapak Nawa yang juga merupakan staf tata usaha di SMP Negeri 18 Tangerang. Setelah itu saya juga meminta ijin kepada beliau untuk berbincang-bincang sedikit mengenai ekstrakurikuler basket serta perilaku siswa SMP 18 Tangerang.

Hasil berbincang dengan pembina ekstrakurikuler basket saya mendapatkan informasi bahwa terdapat siswa SMP Negeri 18 Tangerang yang merokok. Mereka biasa merokok di luar sekolah, namun dari siswa yang ditemui tidak terdapat anggota ekstrakurikuler basket di dalamnya, karena Bapak Nawa mengenal betul siswa anggota basket laki-laki yang mengikuti ekstrakurikuler basket, karena menurut keterangan Bapak Nawa siswa laki-laki SMP Negeri 18 kurang berminat mengikuti ekstrakurikuler basket, berbeda dengan ekstrakurikuler futsal yang ramai peminat. Menurut hasil perbincangan ini, siswa yang pernah dipergoki merokok mengikuti ekstrakurikuler futsal sehingga Bapak Nawa menyarankan saya untuk menemui pembina ekstrakurikuler futsal di lain hari karna pada hari itu pembina ekstrakurikuler futsal tidak hadir di sekolah.

Setelah saya mendapatkan informasi dari pembina ekstrakurikuler basket saya kemudian berpamitan pulang dan berterima kasih karna telah meluangkan waktu untuk

berbincang dengan saya. Setelah sampai di rumah akhirnya saya memutuskan untuk memfokuskan penelitian saya kepada ekstrakurikuler futsal saja.

Cat.Lap.02

Tanggal : 19 Desember 2015

Tempat : SMP Negeri 18 Tangerang

Pukul : 08:00 WIB

Catatan Deskriptif

Hari ini saya berniat untuk menemui pembina ekstrakurikuler futsal setelah sebelumnya sekolah disibukan dengan kegiatan ujian, hari ini merupakan hari sabtu yang merupakan jadwal yang ditentukan sekolah untuk melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler yang diselenggarakan di sekolah. Setelah sudah janjian dengan tante saya untuk mengenalkan saya kepada pembina ekstrakurikuler futsal, saya memutuskan untuk datang pagi hari karena memang kegiatan ekstrakurikuler di sekolah dimulai pada pagi hari. Hari ini kebetulan pembagian rapot untuk seluruh siswa-siswi SMP Negeri 18 Tangerang.

Sesampainya disana saya langsung memasuki lobi sekolah yang sudah dipenuhi oleh siswa-siswi yang sedang ikut mengantar orangtua mereka untuk mengambil rapot serta anak-anak yang juga sedang melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler di sekolah. Setelah menuju lapangan olahraga saya melihat sedang adanya pengecatan lapangan sekolah yang otomatis lapangan sekolah tidak bisa dipergunakan untuk sementara waktu, akhirnya saya menghubungi tante saya bahwa saya telah sampai di sekolah. Setelah menunggu cukup lama dan saya tidak menemukan anak-anak ekstrakurikuler futsal yang beraktifitas pada hari itu, akhirnya saya memutuskan untuk kembali ke rumah.

Catatan Reflektif

Selama saya menunggu di sekolah, saya mengamati kegiatan ekstrakurikuler lain yang melakukan aktifitasnya di sekolah, saya melihat banyak anak-anak yang mengikuti ekstrakurikuler di sekolah dan mereka sangat antusias mengikuti kegiatan dan tugas oleh pembina masing-masing ekstrakurikuler, hal tersebut terlihat dari wajah mereka yang terlihat ceria dan melaksanakan segala perintah yang diberikan tanpa mengeluh

Cat.Lap.03

Tanggal : 14 Januari 2016

Tempat : SMP Negeri 18 Tangerang

Pukul : 08:20 WIB

Catatan Deskriptif

Setelah sebelumnya tidak bisa menemui pembina ekstrakurikuler futsal dan terhalang dengan jadwal libur sekolah, akhirnya pada hari ini saya dapat bertemu pembina ekstrakurikuler futsal yang bernama Bapak Khr. Setelah dibantu dipertemukan oleh tante saya kepada Bapak Khr, saya kemudian menunggu di ruang piket untuk menunggu beliau selesai mengajar olahraga siswa, setelah beliau selesai mengajar beliau menemui saya dan saya mulai memperkenalkan diri dan menyampaikan maksud serta tujuan saya kepada Bapak Khr. Bapak Khr menyambut baik saya dan menceritakan mengenai terdapatnya siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal yang berubah perilakunya (perilaku merokok), kemudian beliau langsung mempertemukan saya dengan 2 orang siswa laki-laki yang sudah melakukan perubahan perilaku tersebut.

Catatan Reflektif

Setelah saya bertemu dengan pembina ekstrakurikuler futsal yaitu Bapak Khr dan terdapat perbincangan sedikit mengenai ekstrakurikuler futsal, informasi yang saya dapat dari perbincangan bahwa terdapat anggota ekstrakurikuler futsal yang merokok dan terdapat anggota ekstrakurikuler futsal yang dapat merubah perilaku merokoknya tersebut dan semenjak perubahan terjadi dan pembaruan cara melatih akhirnya prestasi yang didapat ekstrakurikuler futsal dapat meningkat dan juga disegani oleh ekstrakurikuler futsal dari sekolah lain apabila sedang terdapat kejuaraan dan ekstrakurikuler futsal SMP 18 Tangerang mengikuti kejuaraan tersebut.

Setelah saya berbincang akhirnya saya dipertemukan oleh 2 orang anggota futsal, karena kebetulan pada saat itu dengan jam istirahat saya bisa menemui mereka dan berbincang sedikit. Pada saat itu saya memperkenalkan diri saya dan memberikan informasi kepada mereka bahwa saya akan sering melihat mereka latihan futsal di sekolah tanpa

menyebutkan diri saya sebagai peneliti. Dari perbincangan singkat tersebut saya mendapatkan informasi bahwa mereka pernah merokok, setelah saya rasa informasi awal tersebut saya akhirnya mempersilakna mereka untuk melanjutkan istirahat mereka karna saya pun tidak ingin mengganggu waktu istirahat mereka. Setelah informasi awal saya dapatkan dari pembina ekstrakurikuler futsal dan anggota ekstrakurikuler futsal saya akhirnya berpamitan kepada Bapak Khr dan berjanji untuk datang pada saat ekstrakurikuler futsal latihan untuk melihat aktifitas mereka pada saat latihan.

Cat.Lap.04

Tanggal : 20 Januari 2016

Tempat : SMP Negeri 18 Tangerang

Pukul : 13:30 WIB

Catatan Deskriptif

Setelah berkomunikasi melalui pesan singkat, Bapak Khr menginformasikan kepada saya bahwa hari ini ekstrakurikuler futsal mengadakan latihan di sekolah pukul 3 sore, setelah menerima informasi tersebut saya kemudian mengiyakan untuk datang ke sekolah pukul 3 sore untuk melihat latihan ekstrakurikuler futsal.

Setelah sampai di sekolah saya langsung duduk di luar lapangan sekolah untuk melihat mereka melakukan latihan. Saya tiba sebelum latihan dimulai pukul 14:00, setibanya di sekolah saya melihat anggota futsal mulai berdatangan sebelum latihan dimulai karena mereka harus melakukan persiapan sebelum latihan yaitu dengan pemanasan dan mempersiapkan pos-pos latihan fisik yang akan dilakukan pada hari itu. Dengan kondisi seperti itu yang dilakukan setiap 3 kali dalam seminggu saya menyimpulkan bahwa memang anggota futsal sudah dibekali oleh pelatihnya sikap disiplin sebelum dan sesudah latihan. Selain itu saya melihat hanya ekstrakurikuler futsal yang melakukan aktifitas di sekolah dan memang seharusnya ekstrakurikuler dilaksanakan pada hari sabtu, namun tidak dilarang apabila dilakukan setelah jam pulang sekolah. Sebelum latihan dimulai Bapak Khr menemui saya untuk menyapa dan berbincang dengan saya. Peneliti mendapatkan informasi bahwa ekstrakurikuler futsal akan mengikuti banyak kejuaraan sehingga jadwal latihan ditambah guna meningkatkan kondisi fisik dan melakukan seleksi untuk mengikuti kejuaraan. Setelah berbincang mengenai ekstrakurikuler futsal beliau menceritakan awal mula beliau ditunjuk sebagai pelatih futsal dan juga mengenai latar belakang pendidikan beliau, serta suka duka selama menjadi guru saya pun menceritakan pendidikan saya dan mengenai keluarga saya kepada beliau, disini saya merasa sudah terjalin kedekatan bersama beliau, kemudian Bapak Khr pamit untuk melanjutkan latihan bersama anggota futsal, disana saya terus mengamati latihan futsal di sekolah. Selama latihan berlangsung saya melihat Bapak Khr selalu memberikan instruksi kepada pemain mengenai teknik-teknik permainan

Latihan fisik pada hari ini berupa latihan yang dilakukan dengan menggunakan pos-pos yang berjumlah 12 pos yang membentuk sebuah lingkaran. Masing-masing pos memiliki tugas yang berbeda-beda yang harus dikerjakan oleh setiap pemain yang berada di pos tersebut, berikut tugas dari setiap pos:

- 13) Pos 1 melakukan *skipping* (lompat tali) selama 30 detik
- 14) Pos 2 melakukan *sit up* selama 30 detik
- 15) Pos 3 melakukan *push up* selama 30 detik
- 16) Pos 4 melakukan *sprint shuttle run* (lari hilir mudik) selama 30 detik
- 17) Pos 5 melakukan zig-zag selama 30 detik
- 18) Pos 6 melakukan lompat katak 30 detik
- 19) Pos 7 melakukan geser kesamping dengan kecepatan selama 30 detik
- 20) Pos 8 melakukan lompat zebra (langkah kaki panjang) selama 30 detik
- 21) Pos 9 melakukan *squat jump* selama 30 detik
- 22) Pos 10 melakukan *sprint* kedepan dan mundur dengan kecepatan selama 30 detik
- 23) Pos 11 melompati *cone* dengan satu kaki bergantian selama 30 detik
- 24) Pos 12 *jogging* mengelilingi area latihan selama 30 detik

Catatan Reflektif

Pada saat saya meneliti anggota futsal yang sedang latihan, disini saya melihat bahwa latihan yang mereka lakukan cukup menguras tenaga terlihat dari cara latihan dan keringat yang membasahi pakaian mereka. Selama mereka latihan saya melihat adanya kedekatan antara pelatih dan anggota futsal yang berlatih, mereka sangat senang melakukan apapun yang diperintahkan oleh pelatih karena mereka juga senang melakukannya yang terlihat dari senyuman dan canda tawa yang mereka lakukan selama latihan berlangsung, walaupun terkadang ada keluhan dari beberapa anggota futsal akan tetapi mereka terus melakukannya dengan benar.

Setelah latihan fisik dan skill dilakukan mereka lalu istirahat dan sholat ashar bersama sambil menunggu latihan selanjutnya yang akan dilakukan. Disela-sela Bapak Khr istirahat

dan selesai sholat ashar beliau menemui saya dan kami berbincang mengenai awal mula akhirnya Bapak Khr menjadi pelatih futsal, disini saya mendapatkan informasi bahwa Bapak Khr berawal hanya menjadi guru olahraga saja di SMP Negeri 18 Tangerang, akan tetapi karena anak-anak yang memintanya untuk melatih futsal akhirnya pak Khr bersedia untuk menjadi pelatih futsal walaupun memang sebelumnya sudah ada pelatihnya. Setelah perbincangan kami usai Bapak Khr meninggalkan saya dan saya kemudian menghampiri anggota futsal yang sedang istirahat, disana saya berbincang sedikit dengan mereka sebelum mereka melanjutkan latihannya, dalam perbincangan singkat itu saya mendapatkan informasi bahwa mereka memilih Bapak Khr sebagai pelatih futsal karena Bapak Khr dianggap mampu membuat futsal SMP Negeri 18 Tangerang lebih diperhitungkan oleh sekolah-sekolah lain dan dapat mengharumkan nama SMP Negeri 18 Tangerang. Kemampuan Bapak Khr dilihat oleh mereka pada saat mereka melakukan pertandingan di luar sekolah, karena kebetulan Bapak Khr melatih salah satu sekolah yang mengikuti kejuaraan tersebut dan dapat membawa pulang piala juga pada saat itu, sehingga setelah tahu bahwa Bapak Khr menjadi guru di SMP Negeri 18 Tangerang mereka langsung meminta Bapak Khr untuk melatih mereka.

Latihan selanjutnya kembali dilaksanakan setelah 30 menit beristirahat, saya pun kembali mengamati mereka latihan di luar lapangan sambil sesekali mengambil gambar sebagai dokumentasi. Latihan yang dilakukan pada saat itu adalah latihan taktik (strategi) yang akan dilakukan pada saat bertanding nanti, disini pak Khr turut ikut bermain bersama anggota futsal sambil sesekali memberikan instruksi kepada kedua tim yang sedang bertanding layaknya sedang dalam kejuaraan futsal. Pergantian pemain silih berganti hingga menemukan pemain-pemain yang tepat yang akan diturunkan di kejuaraan yang akan dihadapi nantinya, selain mereka saling beradu gol mereka juga sangat fokus sambil sesekali setelah 15 menit bermain kedua tim masing-masing diberikan instruksi kembali oleh Bapak Khr yang kemudian melanjutkan kembali permainannya. Pada saat permainan dilakukan saya melihat kedekatan antara pelatih dan pemain, mereka seperti teman pada saat dilapangan mereka bisa bercanda dan bercengkramah seperti seorang sahabat, meskipun begitu sopan santun tetap dijunjung oleh pemain terhadap pelatihnya. Setelah selesai melakukan latihan mereka kemudian melanjutkan pendinginan bersama-sama sambil diberikan instruksi oleh Bapak Khr. Setelah pendinginan selesai Bapak Khr memberikan ulasan mengenai latihan yang dilakukan pada hari itu serta memberikan motivasi kepada para pemain untuk terus mengembangkan permainan serta teknik bermain, setelah itu dilanjutkan dengan doa bersama

dan tos bersama di tengah lapangan yang menandakan latihan pada hari ini telah selesai dilakukan.

Setelah latihan usai para anggota futsal berganti pakaian, pada hari itu kebetulan salah satu anggota futsal ada yang berulang tahun sehingga setelah latihan usai Bapak Khr dan anggota futsal menuju ke rumah salah satu anggota futsal yang berulang tahun. Bapak Khr menjelaskan bahwa memang apabila terdapat anggota futsal yang berulang tahun biasanya mereka mengadakan acara makan-makan di rumah anggota yang berulang tahun, beliau juga mengungkapkan bahwa ini merupakan salah satu bentuk sarana untuk mendekatkan pemain satu dengan yang lainnya dan pemain dengan pelatihnya sehingga kemistri mereka di lapangan dan instruksi yang pelatih berikan dapat diterima dengan baik.

Cat.Lap.05

Tanggal : 27 Januari 2016

Tempat : SMP Negeri 18 Tangerang

Pukul : 08:30 WIB

Catatan Deskriptif

Hari ini saya melakukan wawancara dengan Bapak Khr agar saya dapat melanjutkan penelitian ini, karna di tanggal 25 januari kemarin saya melaksanakan seminar proposal skripsi terhadap judul yang saya ajukan. Dikarenakan pada saat seminar proposal menurut dosen penguji dan pembimbing saya harus memiliki minimal 10 informan dari anggota futsal yang merubah perilaku merokoknya yang sebelumnya saya ajukan hanya 5 informan yang saya rasa sudah cukup.

Setelah selesai seminar proposal dilaksanakan, saya berkomunikasi dengan Bapak Khr melalui pesan singkat, saya dan Bapak Khr memutuskan untuk bertemu pada hari rabu di sekolah pukul 8:30. Setelah sampai disekolah saya langsung bertemu guru piket yang bertugas untuk bisa bertemu dengan Bapak Khr, setelah saya menyampaikan tujuan saya, setelah guru piket mempersilahkan saya untuk menunggu di ruang piket, guru tersebut langsung memanggil Bapak Khr untuk menemui saya di ruang piket.

Ketika kami bertemu, Bapak Khr mengajak saya ke tempat yang lebih nyaman untuk wawancara mengenai beberapa hal yang akan saya tanyakan, Bapak Khr mengajak saya ke ruang perpustakaan yang keadaannya lebih tenang dan dirasa cukup nyaman untuk wawancara karena kedatangan saya bersamaan dengan waktu jam istirahat di sekolah sehingga kondisi di luar dan di ruangan lain sedang ramai oleh siswa dan guru.

Catatan Reflektif

Setelah sekitar 20 menit kami berbincang mengenai hal-hal yang saya tanyakan kepada beliau, saya mendapatkan informasi mengenai hal terkait informan yang akan wawancara selanjutnya, beliau merekomendasikan saya untuk mewawancarai 10 orang anak yang beliau tunjuk sebagai informan kunci saya selanjutnya. Selain itu, Bapak Khr juga memberikan

informasi mengenai kejuaraan-kejuaraan apa saja yang dilaksanakan dan juara-juara yang telah diraih ekstrakurikuler futsal selama 2 tahun terakhir.

Selain itu saya juga mendapatkan informasi bahwa anggota futsal yang merokok biasanya merokok di warung yang letaknya tidak jauh dari sekolah dan mereka biasanya merokok karena teman biasa mereka bermain juga merokok sehingga hal tersebut mempengaruhi. Proses perubahan perilaku merokok yang dilakukan oleh Bapak Khr dilakukan dengan berbagai tahapan, tahapan pertama yang dilakukan dengan melakukan pendekatan kepada anggota-anggota yang diketahui merokok dimana proses pendekatan tersebut dimaksudkan untuk memberikan nasihat agar perilaku merokok tersebut tidak dilakukan dan memberikan motivasi agar dapat merubah perilakunya, pendekatan itu dilakukan bukan hanya sebatas kepada anggota futsal yang merokok saja tetapi juga kepada anggota futsal yang lain. Tahapan kedua berupa penerapan metode latihan fisik yang dibuat melalui metode *VO₂Max* dimana metode tersebut dimaksudkan untuk peningkatan daya tahan tubuh atau fisik pemain sehingga daya tahan tubuh atau fisik pemain bisa kembali normal bahkan dapat ditingkatkan, pada tahapan kedua ini juga pemain futsal berupa untuk merubah perilakunya agar mereka dapat memiliki daya tahan tubuh yang baik sehingga dapat bermain futsal dengan prima. Tahapan yang ketiga adalah penerapan teknik bermain pada saat di lapangan dimana pemain diberikan metode latihan berupa teknik mengontrol bola, teknik mengumpan bola, teknik menggiring bola, teknik menendang bola, kecepatan, dan masih banyak yang lainnya, hal tersebut dimaksudkan agar seluruh anggota futsal memiliki teknik-teknik dasar yang bagus sehingga dapat menunjang kemampuannya pada saat bermain. Tahapan yang terakhir adalah penambahan jadwal latihan futsal oleh pelatih yaitu dalam seminggu latihan futsal menjadi 3 kali pertemuan, hal tersebut bertujuan untuk mengurangi waktu kosong pemain agar diharapkan waktu bermain dengan teman-teman yang membawa dampak negatif (merokok) dapat dikurangi sehingga proses perubahan perilaku merokok, peningkatan daya tahan tubuh pemain, dan teknik bermain futsal dapat berjalan sesuai dengan rencana.

Cat.Lap.06

Tanggal : 7 Maret 2016

Tempat : SMP Negeri 18 Tangerang

Pukul : 15:30 WIB

Catatan Deskriptif

Setelah saya memutuskan untuk menyelesaikan refisi atas proposal saya rampung terlebih dahulu dan menunggu arahan untuk memulai kembali wawancara secara mendalam kepada informan inti dan informan kunci saya, saya harus menunggu karena refisi yang telah saya berikan harus menunggu refisian teman-teman yang belum melakukan seminar proposal penelitian yang dibimbing oleh dosen pembimbing.

Sekitar dua minggu berlalu setelah saya memeberikan refisian saya kepada dosen pembimbing, saya kemudian diberikan catatan oleh dosen pembimbing untuk langsung kelapangan (tempat penelitian) untuk mendapatkan dan melengkapi data yang diperlukan untuk menyusun bab selanjutnya. Selanjutnya saya langsung menghubungi Bapak Khr melalui pesan singkat yang diwaktu sebelumnya sudah menghubungi saya dan menanyakan mengenai penelitian saya, akhirnya saya dan Bapak Khr memutuskan untuk bertemu dan melakukan wawancara terhadap anggota futsal yang dapat merubah perilaku merokok.

Selama saya menunggu mereka selesai latihan saya mengamati dari pinggir lapangan mengenai latihan yang diterapkan oleh Bapak Khr kepada anggota futsal, disini saya masih melihat hal yang sama mengenai metode dan cara latihan di hari-hari sebelumnya. Namun, disini saya melihat peningkatan kualias permainan beberapa anggota futsal yang sebelumnya tidak saya lihat,walaupun terdapat anggota futsal yang terlihat tidak hadir pada sesi latihan saat ini.

Selain tim inti futsal yang latihan saya melihat terdapat tim futsal b yang juga latihan. Menurut keterangan dari Bapak Khr tim futsal b yang sedang berlatih sedang dipersiapkan untuk mengikuti O2SN dan tim tersebut biasanya berisi anak-anak kelas 7, Bapak Khr membedakan berdasarkan kemampuan yang mereka miliki dan latihan dipisah dimaksudkan agar mereka sama-sama fokus terhadap kejuaraan yang sedang dihadapi.

Setelah latihan usai mereka beristirahat sejenak di pinggir lapangan sambil membasuh keringat yang membasahi tubuh mereka dengan handuk dan melepas dahaga dengan minuman yang mereka beli bersama. Sambil mereka beristirahat saya sempat mewawancarai 3 informan inti saya, dan setelah waktu hampir menunjukkan pukul 17:30 akhirnya wawancara saya sudahi karena waktu sudah cukup sore dan mereka berniat untuk pergi ke rumah salah satu anggota futsal yaitu Dvi yang berulang tahun untuk sekedar makan bersama. Acara makan bersama yang terjadi apabila terdapat anggota futsal yang berulang tahun merupakan kegiatan rutin yang selalu dilakukan, hal tersebut menjadi salah satu faktor terjadinya kedekatan emosional diantara mereka baik pemain dengan pemain ataupun pemain dengan pelatih.

Catatan Reflektif

Pada pukul 16:30 WIB saya memulai wawancara dengan 3 orang informan kunci saya, dengan sebelumnya mereka beristirahat dan mengganti pakaian mereka. Hari ini saya mendapatkan informasi dari narasumber yaitu 3 anggota futsal yang sebelumnya adalah perokok, mereka bersedia menjawab semua pertanyaan yang saya ajukan. Setelah wawancara waktu pun sudah semakin sore akhirnya wawancara di cukupkan oleh 3 orang informan hari ini.

Selain saya mendapatkan informasi dari 3 informan mengenai proses perubahan perilaku merokok yang mereka alami, saya juga melihat pola latihan yang telah Bapak Khr jabarkan sebelumnya dilakukan dengan tahapan-tahapan yang sesuai. Kedekatan yang terjalin antara pelatih dan pemain sangat dirasakan, hal tersebut terlihat dengan keakraban mereka bercanda dan berbicara terlihat tidak seperti guru dengan muridnya tetapi terlihat seperti seorang sahabat yang sama-sama sedang bermain futsal bersama, karena memang Bapak Khr sesekali mengikuti sesi latihan bersama sambil memberikan informasi mengenai gaya permainan yang baik di lapangan.

Cat.Lap.07

Tanggal : 17 Maret 2016

Tempat : SMP Negeri 18 Tangerang

Pukul : 08:30 WIB

Catatan Deskriptif

Hari ini saya kembali mewawancarai dua orang informan saya di sekolah, beliau adalah wakil kepala sekolah dan guru bp SMP Negeri 18 Tangerang. Sesampainya saya di sekolah saya langsung menuju ruang piket untuk meminta izin bertemu dengan Bapak wakil kepala sekolah dan guru untuk saya wawancarai, pada saat itu kebetulan Bapak wakil kepala sekolah yang saya temui sedang piket sehingga saya langsung meminta izin untuk dapat mewawancarai beliau dan beliau pun mengizinkan saya sehingga saya pun langsung mewawancarai beliau di ruang piket.

Setelah kami berkenalan dan saya menyampaikan mengenai penelitian yang saya sedang teliti di SMP Negeri 18 Tangerang saya pun mulai mewawancarai beliau. Setelah 25 menit berlalu saya pun meminta izin untuk dapat mewawancarai guru bp yang ada di sekolah, setelah menunggu sebentar saya kemudian diperkenalkan oleh guru bp dan saya diajak oleh ibu bp untuk dapat berbincang di ruangnya karena kondisi di luar ruangan sedang ramai karena bertepatan dengan jadwal istirahat siswa.

Setelah saya saya dipersilahkan masuk ke ruangan guru bp saya menemui 2 orang guru yang sedang berbincang disana dan saya pun mulai memperkenalkan diri dan menyampaikan maksud dan tujuan saya datang ke sekolah, guru bp pun menyambut saya dengan baik dan mengizinkan saya untuk mewawancarainya.

Catatan Reflektif

Kedatangan saya ke SMP Negeri 18 Tangerang kali ini adalah untuk mewawancarai 2 orang guru yang ada di sekolah yaitu wakil kepala sekolah dan guru bp. Saya mendapatkan banyak informasi dari kedua informan saya, informasi yang saya dapatkan berupa profil, kegiatan sekolah, visi dan misi sekolah, prestasi yang di dapatkan sekolah, kondisi siswa-siswi di sekolah, ekstrakurikuler sekolah, dan lain sebagainya.

Informasi tersebut selanjut akan di lampirkan pada bab 3 dan lampiran hasil wawancara sehingga data yang di dapatkan akan menambah informasi dan data yang diperlukan di bab 3.

Cat.Lap.08

Tanggal : 24 Maret 2016

Tempat : SMP Negeri 18 Tangerang

Pukul : 08:30 WIB

Catatan Deskriptif

Hari ini saya kembali ke SMP Negeri 18 Tangerang setelah sebelumnya mendapatkan kendala pada saat ingin meminta data sekolah kepada bagian tata usaha dikarenakan laptop yang berisi data sekolah di taruh di dalam lemari dan lemari tersebut di kunci dank unci tersebut di bawa oleh pemegang kunci yang kebetulan sedang ada urusan di luar sehingga saya harus kembali lagi di kemudian hari.

Pada hari ini saya kembali ke sekolah untuk meminta data sekolah yang sebelumnya sudah di beritahukan oleh Bapak wakil kepala sekolah untuk meminta data lengkap sekolah kepada bagian tata usaha. Hari ini saya langsung berniat menemui bagian tata usaha untuk hanya meminta data sekolah, disamping ingin menemui Bapak pembina futsal untuk memastikan kembali kapan saya bisa kembali mewawancarai informan inti saya yaitu anggota futsal, akan tetapi Bapak pembina futsal yang memang guru olahraga di SMP Negeri 18 Tangerang sedang tidak berada di tempat karena sedang ada urusan di luar sekolah.

Catatan Replektif

Setelah saya masuk ke ruang tata usaha saya kemudian bertemu dengan Bapak Mrs dan Bapak Win, disini saya dibantu oleh beliau untuk melengkapi data yang saya perlukan. Pada hari itu saya meminta data mengenai profil sekolah, fasilitas atau sarana prasarana sekolah, data guru, data siswa, data kepala sekolah, visi dan misi, jadwal kegiatan siswa, dan jadwal ekstrakurikuler yang ada di sekolah.

Cat.Lap.09

Tanggal : 1 Mei 2016

Tempat : MOR

Pukul : 13:50 WIB

Catatan Deskriptif

Hari ini saya bertemu dengan 4 anggota futsal dan pelatih futsal di salah tempat makan di perumahan poris indah yaitu MOR. Pertemuan kali ini untuk melanjutkan wawancara yang sempat tertunda sekian lama karena kesibukan anggota futsal dalam mengikuti kegiatan di sekolah yaitu ujian-ujian yang dihadapi serta kegiatan di luar sekolah, sehingga baru pada hari ini saya bisa bertemu dengan mereka walaupun tidak secara keseluruhan.

Hari ini saya datang 10 menit lebih awal dari waktu kita bertemu pukul 14:00, hal tersebut dimaksudkan agar pada saat anggota futsal datang saya sudah berada di tempat dan wawancara ini dilakukan di luar sekolah adalah agar suasana wawancara lebih santai sehingga diharapkan informan dapat lebih terbuka dalam menjawab pertanyaan sehingga hasil wawancara dapat maksimal.

Kemudian setelah sampai saya memilih duduk di lantai 2 karena memang tempat untuk duduk-duduk berada di lantai 2. Setelah sampai di lantai 2 saya memilih tempat untuk wawancara di ruangan yang tidak ber-AC karena di dalam kondisinya lebih ramai sehingga tidak memungkinkan. Setelah 10 menit menunggu akhirnya 4 informan yang ditunggu datang yaitu Ryn, Ars, Frz, dan Frn, mereka datang tepat waktu dengan pakaian santai mereka menghampiri saya dan saya pun menyapa mereka dengan jabatan tangan. Setelah mereka duduk saya memulai pembicaraan mengenai ujian yang telah mereka lakukan dan dilanjutkan dengan canda gurau mereka dan saya bertanya mengenai kejuaraan yang sedang mereka hadapi saat ini sambil bertanya mengenai kejuaraan yang selalu mereka ikuti dalam 2 semester (satu tahun ajaran).

Setelah dirasa cukup kemudian saya melanjutkan untuk memulai wawancara satu persatu anggota futsal yang datang dengan mengajukan 20 pertanyaan yang sebelumnya telah saya buat. Pada saat kami memulai wawancara suara lagu terdengar begitu keras sehingga kekhawatiran saya mengenai suara informan tidak terdengar jelas di perekam suara, akan tetapi melihat kondisi di dalam yang ramai akhirnya setelah saya mendengarkan suara informan

di rekaman ternyata masih terdengar jelas walaupun memang suara lagu yang diputar sedikit mengganggu tetapi saya memutuskan untuk melanjutkan wawancara dengan informan berikutnya sampai selesai, sebelum saya memulai wawancara saya sempat meminta tolong salah satu anggota futsal untuk membeli minuman untuk dirinya dan teman-temannya.

Setelah selesai wawancara dengan 4 anggota futsal kami melanjutkan dengan berbincang-bincang sambil menunggu pelatih futsal yang belum juga datang karena beliau telah mengkonfirmasi kepada saya terlebih dahulu karena akan mengikuti gerak jalan terlebih dahulu. Setelah menunggu 15 setelah selesainya wawancara Bapak Khr pun datang dan langsung menghampiri saya dan anggota futsal yang lain, setelah kami berjabat tangan Bapak Khr berbincang kepada salah satu anggota futsal sambil saya mempersiapkan alat dan bahan wawancara. Setelah Bapak Khr selesai berbincang kami pun memulai wawancara dan saya menyiapkan 18 pertanyaan yang akan diajukan, sebelum saya mulai mewawancarai Bapak Khr anggota futsal berpamitan untuk pulang kepada saya dan Bapak Khr dan setelah mereka berpamitan saya memulai wawancara dengan Bapak Khr, setelah 15 menit saya mewawancarai beliau saya menemukan banyak informasi mengenai proses perubahan perilaku merokok yang dilakukan di dalam ekstrakurikuler futsal dan saya sempat berbincang sebentar dengan Bapak Khr dan setelah perbincangan Bapak Khr berpamitan pulang kepada saya karena masih ada keperluan lain, saya pun berterimakasih kepada Bapak Khr karena telah meluangkan waktunya untuk wawancara dengan saya dan tak lama saya pun meninggalkan tempat kami wawancara dan pulang menuju rumah yang memang tidak jauh dari MOR.

Catatan Replektif

Pada wawancara kali ini saya mendapatkan banyak informasi dari 4 anggota futsal dan pelatih futsal mengenai proses perubahan perilaku merokok, hambatan pada saat perubahan perilaku merokok tersebut berlangsung, dan dampak yang dirasakan sebelum proses itu berlangsung serta dampak setelah adanya perubahan perilaku merokok, dimana proses tersebut tidak terjadi secara singkat hingga terjadinya perubahan perilaku tersebut, perubahan tersebut menggunakan metode latihan yang intensif mulai dari pengembalian kondisi fisik pemain, peningkatan teknik permainan futsal, dan pengembangan pola permainan pada saat latihan sehingga dapat diterapkan pada saat bertanding. Selain proses hambatan yang dirasakan juga datang dari dalam diri dan juga datang dari lingkungan, dampak yang juga

dirasakan oleh anggota futsal, pelatih dan juga sekolah dirasakan sebelum dan setelah terjadinya perubahan perilaku tersebut, dampak itu sangat dirasakan karena perubahan dari hal prestasi ekstrakurikuler berbeda hingga 180° dan dampak dalam hal kedisiplinan anggota futsal serta dampak dalam hal fisik, kemampuan pemain serta penerapan pola permainan.

Cat.Lap.10

Tanggal : 2 Mei 2016

Tempat : MOR

Pukul : 13:50 WIB

Catatan Deskriptif

Siang hari ini tidak berbeda jauh dengan siang dihari sebelumnya karena hari ini saya akan melanjutkan wawancara dengan 6 informan yang dihari sebelumnya tidak bisa hadir. Waktu dan tempat kami untuk wawancara pun sama dengan hari sebelumnya yaitu di MOR jam 14:00. Setelah saya mempersiapkan semua kebutuhan untu wawancara saya langsung bergegas menuju MOR yang lokasinya hanya 5 menit dari rumah saya menggunakan motor. Setelah sampai di MOR saya kembali menuju lantai 2 dan duduk di pojok kanan di ruangan bagian luar karena diluar sepi dibandingkan didalam ruangan yang memang ber-AC, mungkin karena diluar tidak ber-AC jadi tidak banyak yang duduk disini apalagi di siang hari seperti saat ini.

Setelah menunggu 5 menit akhirnya 6 anggota futsal yang menjadi informan saya pada hari itu datang yaitu Ask, Ibn, Ap, Rho, Dvi, dan Ib. Mereka datang dengan pakaian santai karena memang pada hari ini memang hari minggu, saya mewawancarai mereka di hari libur dan di MOR (supermarket) adalah agar suasana pada saat wawancara santai sehingga mereka dengan bebas menjawab pertanyaan yang akan saya ajukan. Setelah mereka melihat saya mereka pun langsung menghampiri saya dan saya pun berdiri dari bangku yang sedang saya duduki dan kami pun bejabatan tangan sambil saya menanyakan kabar mereka. Saya membuka obrolan dengan menanyakan ujian yang minggu lalu mereka hadapi dan mengani kejuaraan yang sedang mereka jalani.

Setelah obrolan dirasa cukup saya pun mulai mewawancarai mereka satu-persatu, jawaban yang mereka lontarkan hanya secara singkat sehingga saya harus memperjelas jawaban mereka sehingga saya dapat menemukan jawaban yang sekiranya sesuai dengan pertanyaan yang saya ajukan dan waktu yang dibutuhkan untuk 20 pertanyaan hanya membutuhkan waktu tidak lebih dari 10 menit.

Dari wawancara 6 informan hari ini saya menemukan banyak informasi dan hal-hal baru sehingga ini dapat menjadi pelajaran untuk saya kedepannya apabila nanti menjadi

seorang pendidik. Setelah wawancara dirasa cukup dan selesai, 6 informan saya pun berpamitan dan saya mengucapkan banyak terima kasih kepada mereka karena telah meluangkan waktunya dan saya berjanji untuk menemui mereka nanti ketika saya telah menyelesaikan studi saya. Setelah mereka pulang saya pun merapihkan perlengkapan wawancara saya dan pulang menuju rumah.

Catatan Replektif

Pada wawancara hari ini saya mendapatkan banyak informasi dari informan saya yaitu 6 anggota futsal yang dahulunya merokok. Dari mereka saya menemukan banyak informasi bagaimana mereka dapat merubah perilaku merokoknya, hambatan yang mereka rasakan pada saat perubahan perilaku merokok sedang berlangsung, dan dampak yang mereka rasakan pada saat sebelum dan setelah perubahan tersebut terjadi. Selain temuan mengenai fokus penelitian saya pada wawancara kali ini juga saya menemukan bahwa beberapa dari anggota futsal mulai merokok pada saat menempuh sekolah dasar.

LAMPIRAN 8

Manuskrip Wawancara 1

Aspek	Profil dan prestasi yang dimiliki SMP Negeri 18 Tangerang
Jabatan	Wakil Kepala Sekolah Bagian Kesiswaan
Nama	Bapak Hrt
Usia	50 Tahun
Waktu	17/03/2016, pukul 09:40 WIB
No.	Pertanyaan/Jawabam
1.	Bagaimana profil SMP Negeri 18 Tangerang ? <u>Jawab :</u> Berdirinya mulai kbm tahun 1994.
2.	Bagaimana latar belakang berdirinya SMP Negeri 18 Tangerang ? <u>Jawab :</u> Waktu pertama berdiri itu SMP 2 Cipondoh terus berubah lagi kurang lebih tahun 98 SMP 12 Tangerang terus berubah lagi tahun 99 nya jadi SMP 18
3.	Bagaimana lokasi SMP Negeri 18 Tangerang menurut bapak ? <u>Jawab :</u> Lokasi kan tau sendiri perumahan, yah kalau dilihat dari keamanan sih dari tauran jauh, karena kita tetangganya jauh-jauh sekolahannya itu. Kalau menurut lokasi keamanannya bagus, tetapi kalau lokasi transport agak kurang karena transportasi umum yang masuk Cuma sedikit kesini.
4.	Apakah visi, misi, dan strategi/tujuan SMP Negeri 18 Tangerang ? <u>Jawab :</u> (menunjuk tulisan mengenai visi, misi, dan tujuan SMP Negeri 18 Tangerang yang terdapat di lobi sekolah) bisa dilihat saja karna saya kurang hafal.
5.	Bagaimana data demografi SMP Negeri 18 Tangerang ? <u>Jawab :</u> Boleh dicatat saja, tetapi kalau mau komplit bisa minta ke sarana ke pak Wawan. Kalu untuk sekedar gambarannya kita kan 31 lokal, 31 rombongan belajar. Kelas 1 atau kelas 7 10, 2 atau delapan 11, 3 atau kelas 9 10. Ada ruang uks, ruang pmr nyatu.

6.	Apa saja program ekstrakurikuler yang dilaksanakan demi menunjang dan meningkatkan kemampuan siswa di SMP Negeri 18 Tangerang ? <u>Jawab :</u> Cukup banyak sih. Mulai dari paskibra, PMR, terus bola, ada futsal, ada basket, marcing band, ada marawis, ada rohis, ada sains diantaranya masuk kedalam kir, juga ada eh apa adiwiyata kali yah maksudnya.
7.	Prestasi apa saja yang sudah diterima SMP Negeri 18 Tangerang di bidang akademik dan non akademik ? <u>Jawab :</u> Sementara ini baru non akademik saja. Seperti ekskul-ekskul saja.
8.	Dalam dua tahun terakhir, bidang apakah yang mendapatkan prestasi paling banyak ? <u>Jawab :</u> Pramuka sama Futsal.
9.	Sejauh ini apakah terdapat kasus-kasus atau pelanggaran yang dilakukan oleh siswa yang bapak ketahui ? <u>Jawab :</u> Kalau pelanggaran kriminal mah kayanya engga ada gitu yaah, paling siswa sering tidak masuk tanpa keterangan.
10.	Apakah bapak pernah melihat siswa SMP Negeri 18 Tangerang yang merokok di dalam ataupun di luar sekolah ? <u>Jawab :</u> Kalau di lingkungan sekolah kan di tata tertibnya tidak boleh merokok, anak akhirnya belum saya pernah liat di dalam sekolah. Tetapi di luar kayanya sepintas saya pernah melihat kadang-kadang naik motor merokok.
11.	Apa pandangan bapak mengenai rokok ? <u>Jawab :</u> Kalau menurut pengetahuan kan rokok itu ada nikotinnya, jadi nikotin itu sangat berbahaya buat kesehatan maka anak yang merokok itu tidak boleh soalnya berbahaya.
12.	Darimana siswa tersebut mendapatkan rokok ? <u>Jawab :</u> Mereka banyaknya beli sendiri karna mereka memiliki uang jajan jadi beli sendiri,

	tetapi kayanya bukan pecandu hanya ikut-ikutan teman. Karena bertemannya bukan hanya selevel SMP, ada SMA dan SMK.
13.	Apakah faktor-faktor penyebab perilaku merokok remaja dalam hal ini siswa SMP Negeri 18 Tangerang ? Jawab : Kebanyakan itu dibawa oleh teman, karena kalau saya tanya kepada orang tuanya kalau di rumah kan pasti dilarang, jadi kebanyakan dibawa pergaulan.
12.	Apakah di SMP Negeri 18 Tangerang menerapkan kebijakan Kawasan Tanpa Rokok (KTR) ? Jawab : Iya, SMP Negeri 18 Tangerang menerapkan kebijakan kawasan tanpa asap rokok yang merupakan salah satu kebijakan yang diberlakukan untuk memberikan efek kepada siswa dan membatasi guru yang merokok, sehingga diharapkan siswa tidak melihat dan mencontoh guru yang merokok.
13.	Sejak kapan KTR diberlakukan ? Jawab : Dari 2 tahun yang lalu
14.	Apa dampak setelah diberlakukannya kebijakan KTR di sekolah ? Jawab : Yah alhamdulillah seperti guru apabila merokok sudah tidak terbuka di lingkungan sekolah, walaupun di lingkungan sekolah tetapi tersembunyi jadi tidak terlihat oleh anak-anak sehingga diharapkan tidak dicontoh oleh anak-anak.
15.	Apa hambatan yang dialami sekolah selama pemberlakuan kebijakan KTR ? Jawab : Hambatannya yang dialami sejauh ini untuk para pecandu (guru) sudah susah dilarangnya kan untuk tidak merokok di sekolah, jadi tetap saja dia melakukan, tetapi dengan pemberlakuan kebijakan kawasan tanpa rokok ini diharapkan guru yang merokok di sekolah merokoknya secara tersembunyi sehingga tidak dilihat oleh siswa
15.	Bagaimana dampak perilaku merokok remaja di SMP Negeri 18 Tangerang di dalam kelas ataupun di luar kelas ? Jawab : Bagi anak SMP saya belum bisa membedakan yang mana yang meokok dan tidak

	merokok karena mereka bukan pecandu, jadi tampilannya masih biasa-biasa saja
16.	Apakah sekolah pernah mengadakan kerjasama atau diajak bekerjasama dengan pihak tertentu untuk mengadakan sosialisasi/penyuluhan mengenai bahaya rokok ? Jawab : Kerjasama sudah banyak dengan pihak kesehatan, pihak kepolisian mengenai bahaya merokok dan narkoba juga pernah disosialisasikan. Pihak kesehatan kami bekerjasama dengan puskesmas ketapang.
17.	Apakah tindakan bapak apabila melihat siswa SMP Negeri 18 Tangerang yang merokok ? Jawab : Pertama bila ketemunya sebentar yah saya tegur apabila hanya sebentar. Tetapi bila di sekolah belum menemukan, akan tetapi di kelas saya menjelaskan mengenai bahaya merokok tersebut kepada anak-anak agar mereka mengerti dan memahami bahaya rokok
18.	Apakah tindakan yang sudah dilakukan sekolah untuk meminimalisasi dampak perilaku merokok remaja di SMP Negeri 18 Tangerang ? Jawab : Caranya dengan sosialisasi saja, di pelajaran juga kan yang termasuk zat-zat adiktif juga kan disampaikan, sewaktu upacara juga sering sosialisasi.
19.	Apa harapan ibu untuk para siswa yang saat ini masih merokok dalam usianya yang tergolong remaja ? Jawab : Harapan saya sih yaah untuk anak-anak tidak merokok karena bahayanya cukup berbahaya bagi kesehatan mereka
20.	Apa harapan bapak untuk pemerintah untuk membatasi peredaran rokok terhadap anak-anak ? Jawab : Harapan saya pemerintah naikan harga rokok biar tidak dibeli oleh anak-anak yang uang jajannya sedikit, rokok sebatang 10.000 rupiah aja kan mahal, kalau mahal kan mereka tidak bisa beli. Sebab kalau di tutup penjual eceran kan tidak mungkin karena kan masyarakat yang bekerja di pabrik rokok berapa juta orang atau ribu orang, kasihan mereka.

Manuskrip Wawancara 2

Aspek	Perilaku menyimpang siswa dan upaya sekolah dalam meminimalisir perilaku menyimpang siswa
Jabatan	Guru
Nama	Ibu Tad
Usia	50 Tahun
Waktu	17/03/2016, pukul 10:15 WIB
No.	Pertanyaan/Jawabam
1.	Sudah berapa lama ibu mengajar di SMP Negeri 18 Tangerang ? <u>Jawab :</u> Sejak 2005, sekitar 10 tahun kurang lebih
2.	Bagaimana perilaku siswa/siswi SMP Negeri 18 Tangerang ? <u>Jawab :</u> Kalau perilaku kayanya anak seusia segini sama yaah, tapi kalau sekarang kayanya sikap sopan santun kayanya sudah menipis jadinya banyak anak-anak sekarang sopan santunnya agak kurang, mungkin juga kan harus tanggung jawab guru-guru utamakan dari rumah karena mungkin orang tua banyak yang menyerahkan ke sekolah, kadang-kadang sekolah kan ga sepenuhnya memperhatikan semua anak jadi memang harus dari rumah dulu jadi disini kan sudah terlatih, jadi yaah kebanyakan perilaku siswa itu seperti itu. Terutama perilaku dan sopan santun dalam berbicara
3.	Selama ibu mengajar di SMP Negeri 18 Tangerang, apakah terdapat kasus-kasus menyimpang yang dilakukan oleh siswa ? <u>Jawab :</u> Sejauh ini masih dalam kategori wajar, mungkin yang dulu-dulu ada menyimpang. Tapi sejauh ini anak masih dalam kategori wajar-wajar saja, wajarnya itu seperti kenakalan di kelas, iseng-iseng, yah tetapi ada sih yang merokok tetapi kan masih taraf pembinaan jadi belum terlalu jauh penyimpangan sosial.
4.	Apa yang ibu lakukan apabila melihat penyimpangan yang dilakukan siswa ? <u>Jawab :</u>

	Kalau memang siswa tersebut binaan saya, anak tersebut akan di konseling secara bertahap. Hal tersebut berjalan secara continiu kepada minggu keberapa akan dilihat perkembangan atau kalau tidak di konseling kita terus memantau saja kesehariannya kalau memang tidak baik kita konseling lagi begitupun seterusnya sampai anak tersebut sudah baik.
5.	Apa yang ibu lakukan untuk meminimalisasi perilaku menyimpang yang dilakukan siswa ? <u>Jawab :</u> Misalnya membawa handphone, di dalam peraturan kita anak-anak tidak boleh membawa handphone karena apabila membawa handphone anak-anak itu bebas untuk melihat dan browsing-browsing, ya itu salah satunya atau gambar-gambar hal tersebut adalah contoh cara meminimalisir. Terus peraturannya cukup di patuhi oleh siswa, kemudian anak-anak tidak boleh membawa motor kalau peraturan itu saja sudah di taati ya insyaAllah anak-anak juga akan baik. Kadang-kadang juga pengaruhnya juga bukan dari sekolah tetapi dari luar yang kemudian dibawa ke sekolah
6.	Apa pandangan ibu mengenai kasus perilaku merokok siswa SMP Negeri 18 Tangerang ? <u>Jawab :</u> Merokok mungkin anak-anak tidak melihat dari sekolah yah, itu mungkin dari pergaulan di luar. Menurut saja orang tua berperan untuk melihat pergaulan anak-anaknya, jangan melepas begitu saja karena kalau kita mengawasi anak di sekolah dan di sekitar sekolah itu masih kita pantau, tetapi ketika sudah jauh dari sekolah itu urusan mungkin oleh orang tua tanggung jawabnya
7.	Bagaimana pendapat ibu mengenai siswa yang merokok ? <u>Jawab :</u> Ini sering juga anak tersebut kita konseling, kita pantau dan bekerjasama juga dengan orang tua yang kita panggil agar anak itu yang kecanduan bisa berkurang jadi yah selalu kita pantau di konseling siswanya itu selalu dipantaunya tidak di sekolah saja tetapi di luar dengan bekerjasama dengan orang tua dan guru-guru bidang studi lainnya agar anak itu tidak berani mengulangi lagi merokok baik di sekolah maupun di luar sekolah.
8.	Selama ibu mengajar di SMP Negeri 18 Tangerang, apakah ibu pernah melihat

	siswa merokok di luar lingkungan sekolah ? <u>Jawab :</u> Iyaa pernah
9.	Apa yang ibu lakukan apabila melihat perilaku menyimpang yang dilakukan siswa ? <u>Jawab :</u> Biasanya saya menghampiri anak-anak yang lagi merokok terus apabila melihat saya rokok tersebut langsung di buang oleh anak tersebut, kesesokan harinya baru kita panggil, kita konseling yah, kita nasehatin, kita bimbing kalau perlu kita panggil orang tua begitu biar ada kerjasama
10.	Dimana biasanya anak tersebut merokok ? <u>Jawab :</u> Biasanya anak patungan dan patungan kemudian mereka beli atau satu batang bareng-bareng atau dia beli di warung karena mungkin sudah kecanduan atau juga melihat orang tuanya merokok karena memang di sekolah tidak mengajarkan
11.	Dimana biasanya siswa merokok ? <u>Jawab :</u> Yah itu di parkir motor anak-anak itu , di belakang sekolah
11.	Darimana biasanya siswa mendapatkan rokok ? <u>Jawab :</u> Biasanya anak kadang patungan, kadang-kadang patungan terus mereka beli atau satu bareng-bareng atau beli sendiri dari warung karena mungkin sudah kecanduan.
12.	Apakah faktor-faktor penyebab perilaku merokok remaja dalam hal ini siswa SMP Negeri 18 Tangerang ? <u>Jawab :</u> Kalau saya melihat remaja kan masing ingin tau mencoba-coba juga dari pergaulan teman-temannya atau di suruh teman jadi yah anak-anak mencuri-curi untuk merokok tetapi di rumah anak juga pasti tidak boleh tetapi karena rasa ingin tau jadi akhirnya mencoba
13.	Bagaimana dampak perilaku merokok remaja di SMP Negeri 18 Tangerang ? <u>Jawab :</u> Sejauh ini anak-anak merokok kalau belajar mungkin malas berfikir terlihat dari

	anak yang suka merokok, dari matanya, mungkin penampilannya kurang rapih. Anak jadi mungkin kalau yang takut karna hanya coba-coba dia bisa merubah atau kalau pandangan kita di luar
14.	Apakah SMP Negeri 18 Tangerang menerapkan kebijakan Kawasan Tanpa Asap Rokok (KTR) ? Jawab : Oh iya jelas SMP Negeri 18 Tangerang menerapkan kebijakan kawasan tanpa asap rokok, hal tersebut dilaksanakan sebagai salah satu upaya sekolah dalam meminimalisir siswa merokok serta memberikan larangan untuk guru merokok di lingkungan sekolah
15.	Sudah berapalama kebijakan KTR diberlakukan di SMP Negeri 18 Tangerang ? Jawab : Penerapan kebijakan kawasan tanpa asap rokok yang diberlakukan di SMP Negeri 18 Tangerang sudah berjalan kurang lebih 2 tahun terakhir
16.	Apa hambatan yang dialami sekolah selama pemberlakuan kebijakan KTR ? Jawab : Hambatannya untuk pengawasannya anak-anak itu kalau di sekitar sekolah mungkin kita sudah maksimal tetapi kalau di luar juga kita pantau mungkin anak-anak banyak yang bawa motor dan parker di luar yah. Nah itu juga masih kita pantau anak-anak yang masih merokok kalau pulang sekolah
17.	Apakah sekolah pernah mengadakan kerjasama atau diajak bekerjasama dengan pihak tertentu untuk mengadakan sosialisasi/penyuluhan mengenai bahaya rokok ? Jawab : Pernah, ini kan bahaya rokok kan asalnya itu supaya anak itu tidak sampe terjerumus ke narkoba kan diawali dari merokok, nah itu sudah bekerjasama dari yayasan cinta anak bangsa untuk mengadakan kegiatan agar siswa itu memiliki kreatifitas, karena kalau sudah kreatifitas kan secara otomatis anak itu melupakan kebiasaan merokok
18.	Apakah tindakan yang sudah dilakukan sekolah untuk meminimalisasi dampak perilaku merokok remaja di SMP Negeri 18 Tangerang ? Jawab : Dengan adanya peraturan sekolah, karena itu poinnya berat merokok itu apalagi

	dalam sekolah, poinnya besar sampai 30 apabila sudah sampai 100 anak tersebut dikembalikan kepada orang tua
19.	Apa harapan ibu untuk para siswa yang saat ini masih merokok dalam usianya yang tergolong remaja ? Jawab : Harapannya yah anak itu merubah yah untuk tidak merokok lagi karena kalau sudah merokok itu bikin males belajar jadi supaya itu anak belajarnya baik berusaha untuk tidak merokok, dibimbing kerjasama dengan orang tua agar tetap di pantau dari segi pergaulan, kalau di sekolah kan mungkin pergaulannya terbatas yah kita bisa lihat kalau diluar yah itu harus kerjasama tanggung jawab orang tua sangat penting bagi anak-anaknya
20.	Apa harapan ibu untuk pemerintah berkaitan dengan adanya perilaku merokok pada remaja ? Jawab : Pemerintah sekarang melarang yah untuk toko menjual, memperlihatkan rokok itu nah yah itu sangat baik apalagi took-toko kecil jangan memperlihatkan rokok itu dipajang, dijual gitu apalagi bagi pelajar jangan sekolah saja, jadi masyarakat juga perlu ada pembinaan yah karena merusak remaja-remaja kita juga.
21.	Apa tanggapan ibu mengenai ekstrakurikuler futsal yang dapat berupaya merubah perilaku merokok pada siswa SMP Negeri 18 Tangerang ? Jawab : Tanggapan saya positif yah anak-anak ikut futsal karena kan kalau misalkan olahragawan perlu sehat yah jadi kalau sudah merokok fikiran juga terganggu yah jadi males makan, kalau sudah tidak merokok jadi sehat gitu jadi sangat positif sekali anak-anak ikut futsal karena disiplin dalam waktu, terus sehat badannya, belajar juga anak jadi aktif gitu.

Manuskrip Wawancara 3

Aspek	Proses perubahan perilaku merokok pada ekstrakurikuler futsal
Jabatan	Pelatih Ekstrakurikuler Futsal
Nama	Bapak Khr
Usia	30 Tahun
Waktu	1/05/2016, pukul 15:30 WIB
No.	Pertanyaan/Jawabam
1.	Sudah berapa lama bapak melatih futsal di SMP Negeri 18 Tangerang ? <u>Jawab :</u> Sudah 2 tahun
2.	Program latihan seperti apa yang diterapkan di futsal SMP Negeri 18 Tangerang ? <u>Jawab :</u> Program saya seperti passing, speed, vo2max, daya tahan tubun, dan kontrol bola (vo2max itu seperti uji ketahanan daya tahan tubuh anak-anak dari jantung sama fisik secara keseluruhan) dengan penerapan program latihan tersebut permainan di lapangan sesuai dengan arahan saya
3.	Perlombaan atau kejuaraan apa saja yang diikuti oleh futsal SMP Negeri 18 Tangerang dalam satu tahun ini ? <u>Jawab :</u> Perlombaannya atau kejuaraan yang biasa kami ikuti selama satu tahun itu banyak, seperti Mercu Buana, di Pelita, Yadika 4, Yadika 3, Bina Bangsa, Bantara, sama Piala Walikota Tangerang
4.	Apakah ada anggota futsal yang melakukan perilaku menyimpang ? <u>Jawab :</u> Ada, perilaku menyimpang tersebut seperti merokok
5.	Bagaimana bapak mengetahui perilaku menyimpang yang dilakukan anggota futsal tersebut ? <u>Jawab :</u> Saya mengetahuinya karena saya pernah melihat terdapat anak futsal merokok di luar sekolah atau di pinggir jalan sewaktu dia pulang sekolah dan itu saya lihat ketika saya sedang mengendarai kendaraan saya untuk menuju ke rumah.
6.	Apakah yang dilakukan bapak ketika mengetahui hal tersebut ?

	<u>Jawab :</u> Menegur, dan ketika sedang latihan saya tes fisik mereka lalu daya tahan tubuh anak tersebut lemah
7.	Bagaimana tanggapan siswa tersebut dalam menyikapi tindakan yang bapak lakukan ? <u>Jawab :</u> Tanggapan siswa dia menyesali perbuatannya karena perilaku merokok tersebut merusak staminanya sehingga sangat merugikan tim futsal SMP Negeri 18 Tangerang oleh karena stamina yang kurang stabil itu banyak turnamen yang kita gagal untuk meraihnya
8.	Dimana biasanya siswa mendapatkan rokok ? <u>Jawab :</u> Di warung dekat perumahan poris
9.	Dimana biasanya siswa merokok ? <u>Jawab :</u> Di warung, di pinggir jalan deket rumah-rumah
10.	Menurut bapak, rata-rata siswa yang merokok dipengaruhi oleh hal apa ? <u>Jawab :</u> Rata-rata siswa yang merokok itu dipengaruhi oleh pergaulan teman sebaya mereka, walaupun tidak menutup kemungkinan mereka juga berteman dengan orang yang lebih dewasa. Mereka terpengaruh karena kebanyakan teman-teman mereka di luar sekolah merokok sehingga mereka mencoba untuk meokok dan akhirnya menjadi kebiasaan.
11.	Bagaimana proses perubahan perilaku merokok berlangsung ? <u>Jawab :</u> Prosesnya ketika di saat latihan saya coba fisik secara rutin dan saya lihat banyak anggota futsal yang fisiknya lemah akhirnya dia saya tanya dan akhirnya dia mengakui bahwa dia merokok.
12.	Apakah ada metode dalam latihan yang membuat siswa dapat berhenti merokok ? <u>Jawab :</u> Ada metodenya seperti latihan fisik secara rutin selama sebulan dua bulan kita latihan lari selama 15 menit atau lari kecepatan 40km/jam, lari 20 km/jam dengan bikin metode futsal kita memakai kun dengan masing-masing kun 5-10 meter kita

	membuat metode latihan dan modifikasi fisik yang saya lakukan di dalam lapangan.
13.	Hambatan apa saja yang dialami pada saat perubahan perilaku tersebut berlangsung ? Jawab : Hambatannya teman sebaya yang masih mempengaruhi pemain-pemain saya, terkadang ketika pulang sekolah masih suka bermain dengan teman-teman yang masih merokok, kadang suka masih nongkrong di warung tempat teman-teman dia merokok
14.	Apa dampak yang dirasakan setelah perubahan perilaku merokok tersebut terjadi ? Jawab : Dampak yang dirasakan setelah perubahan merokok itu terjadi adalah fisik mereka normal kembali, daya tahan tubuh mereka normal kembali, permainan tim saya meningkat sehingga permainan dapat berjalan secara efektif sesuai dengan arahan yang saya berikan
15.	Bagaimana tanggapan bapak melihat perubahan perilaku merokok tersebut bisa terjadi ? Jawab : Senang, terutama senang sekali karena fisik pemain dan daya tahan tubuh pemain normal sehingga tim saya dan permainan yang efektif berjalan sesuai rencana apa yang saya mau di lapangan
16.	Prestasi apa saja yang sudah diberikan ekstrakurikuler futsal untuk sekolah ? Jawab : Selama dua tahun ini sudah lumayan banyak, diantaranya turnamen di Pelita juara 1 di Yadika 4 kita juara 3 di Yadika 3 kita juara 1, di Bina Bangsa kita juara 3 dll, sekarang pun masih ada turnamen yang masih berjalan diantaranya di SMA 12, dan Piala Walikota yang belum selesai untuk pertandingan selanjutnya
17.	Apakah setelah menggunakan metode latihan yang bapak ajarkan terdapat perubahan yang terjadi terhadap prestasi tim futsal ? Jawab : Ada, perubahannya yah mereka di sekolah lebih disiplin karena dari yang dulunya bandel sama guru jadi sekarang mulai ga bandel atau nurut dengan guru, selalu

	rapih berpakaian selalu rajin untuk belajar karena dari situ dia mulai berfikir untuk jadi yang lebih baik kedepannya
18.	Apakah terdapat perbdeaan dalam hal prestasi sebelum dan sesudah bapak melatih ? Jawab : Ada, 180 derajat perbedaannya

Manuskrip Wawancara 4

Aspek	Proses perubahan perilaku merokok pada ekstrakurikuler futsal
Jabatan	Anggota Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 18 Tangerang
Nama	Ryn
Usia	15 Tahun
Waktu	1/05/2016, pukul 14:15 WIB
No.	Pertanyaan/Jawabam
1.	Sudah berapa lama anda bergabung dengan tim futsal SMP Negeri 18 Tangerang ? <u>Jawab :</u> Sekitar 3 tahun
2.	Apa yang membuat anda tertarik dengan futsal ? <u>Jawab :</u> Karena futsal itu bisa mengisi kegiatan kosong saya, seperti di hari libur kalau sabtu, kalau minggu, siang, atau sore, dan juga dapat , merubah perilaku saya dari yang baik menjadi lebih baik lagi
3.	Apakah tujuan anda mengikuti ekstrakurikuler futsal ? <u>Jawab :</u> Tujuannya yang pertama yang tadi mengisi kegiatan kosong, yang kedua bisa merubah perilaku lebih baik lagi
4.	Sejauh ini apa manfaat yang anda rasakan dengan mengikuti ekstrakurikuler futsal ini ? <u>Jawab :</u> Sejauh ini yang dirasakan adalah sehat, dan yaah bisa bikin badan sehat, iya badan sehat
5.	Apakah pandangan anda mengenai rokok ? <u>Jawab :</u> Rokok itu adalah sesuatu yang tidak baik, merusak kesehatan, dan sesuatu yang tidak harus dilakukan
6.	Apakah anda pernah merokok ? <u>Jawab :</u> Ya

7.	Berapa usia anda ketika pertama kali merokok ? <u>Jawab :</u> 14 tahun (kelas 8)
8.	Apakah faktor-faktor yang mempengaruhi anda pada saat itu untuk merokok ? <u>Jawab :</u> Sugesti sih sebenarnya, jadi katanya kalau ngerokok itu enak bisa bikin pikiran tenang jadi saya coba dan saya ketagihan terus karena temen juga sih suka ngajak ngeroko jadi saya terpengaruh untuk merokok
9.	Apakah keluarga, sahabat anda mengetahui anda merokok pada saat itu ? <u>Jawab :</u> Keluarga engga sahabat iya
10.	Bagaimana cara anda mendapatkan rokok pada saat itu ? <u>Jawab :</u> Yang pertama adalah ngumpet-ngumpet, yang kedua uang jajan dari orang tua
11.	Pernahkah anda ditolak untuk membeli rokok karena dianggap masih dibawah umur ? <u>Jawab :</u> Pernah, tapi di coba lagi
12.	Dimana anda biasanya merokok sendiri atau bersama dengan teman-teman anda ? <u>Jawab :</u> Kadang sendiri kadang sama teman-teman. Kalau sendiri paling kaya misalkan di luar rumah, taman, atau misalkan di tempat-tempat lainnya
13.	Apakah dampak perilaku merokok bagi diri anda pada saat itu ? <u>Jawab :</u> Dampaknya rasanya yaah ngerasa lebih dewasa, ngerasa lebih gaul, yaah pokoknya seperti itu lah
14.	Bagaimana akhirnya anda dapat berhenti merokok ? <u>Jawab :</u> Pertama yah karena futsal, karena kita bisa mengisi kegiatan kosong, merubah segala perilaku, tindakan dari yang tidak positif menjadi lebih positif lagi
15.	Bagaimana proses perubahan perilaku merokok itu terjadi ? <u>Jawab :</u> Proses perubahannya terjadi secara bertahap dan karena setelah mengikuti futsal

	yang di bimbingoleh pak Khr dan juga penerapan metode latihan oleh pak Khr yang berat membuat fisik saya terasa sangat lemah jadi saya tidak boleh merokok lagi dan itu membuat saya berubah
16.	Apa yang menjadi dorongan anda untuk berhenti merokok ? Jawab : Yaah dari terutama dari bimbingan pak Khr untuk berhenti merokok dan kemauan untuk berhenti merokok. Saya mau berubah itu karena saya merasa merokok itu tidak ada positifnya dan merusak kesehatan
17.	Hambatan apa saja yang anda rasakan pada saat ingin berhenti merokok ? Jawab : Hambatan pada saat ingin berhenti merokok yang saya rasakan saya sering diajak temen untuk merokok lagi lalu saya suka ngerasa asem sehabis makan karna dulunya kebiasaan merokok sehabis makan terutama ketika di luar rumah, karena kalau di dalam rumah saya ga berani
18.	Bagaimana tanggapan teman-teman ketika mengetahui anda ingin berhenti merokok ? Jawab : Yaah pertama mereka merasa kaget dan gak yakin tetapi saya berusaha untuk membuktikan
19.	Apa dampak yang anda rasakan pada saat sudah berhenti merokok ? Jawab : Eh ngerasa lebih segar lagi, terasa lebih enakan, dan fisik juga sedikit demi sedikit meningkat
20.	Apa pesan anda untuk teman-teman yang masih merokok saat ini ? Jawab : Pesan saya adalah untuk teman-teman yang belum merokok jangan sekali-kali anda mencoba untuk merokok karena itu tidak baik untuk kesehatan kita terutama fisik kita apalagi yang bermain futsal atau sepakbola itu tidak diperuntukan bagi pemain futsal dan sepakbola

Manuskrip Wawancara 5

Aspek	Proses perubahan perilaku merokok pada ekstrakurikuler futsal
Jabatan	Anggota Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 18 Tangerang
Nama	Ars
Usia	16 Tahun
Waktu	1/05/2016, pukul 14:25 WIB
No.	Pertanyaan/Jawabam
1.	Sudah berapa lama anda bergabung dengan tim futsal SMP Negeri 18 Tangerang ? <u>Jawab :</u> Kurang lebih 3 tahun
2.	Apa yang membuat anda tertarik dengan futsal ? <u>Jawab :</u> Yah karena futsal itu bisa mengisi kekosongan kegiatan saya
3.	Apakah tujuan anda mengikuti ekstrakurikuler futsal ? <u>Jawab :</u> Yaah untuk itu tadi mengisi kekosongan kegiatan yaah dan untuk memperkuat fisik
4.	Sejauh ini apa manfaat yang anda rasakan dengan mengikuti ekstrakurikuler futsal ini ? <u>Jawab :</u> Yang saya rasakan sejauh ini saya merasa lebih sehat karena rutin berolahraga, fisik saya lebih kuat sehingga saya bisa bermain full dengan kondisi fisik yang prima dan saya memiliki permainan dan skill yang bertambah
5.	Apakah pandangan anda mengenai rokok ? <u>Jawab :</u> Rokok itu tidak baik, bisa membuat fisik lemah, banyak mengandung penyakit
6.	Apakah anda pernah merokok ? <u>Jawab :</u> Pernah
7.	Berapa usia anda ketika pertama kali merokok ? <u>Jawab :</u>

	Eh 14
8.	Apakah faktor-faktor yang mempengaruhi anda pada saat itu untuk merokok ? <u>Jawab :</u> Yaah karena gengsi sama temen-temen
9.	Apakah keluarga, sahabat anda mengetahui anda merokok pada saat itu ? <u>Jawab :</u> Keluarga tidak sahabat iya
10.	Bagaimana cara anda mendapatkan rokok pada saat itu ? <u>Jawab :</u> Kadang dapet dari temen kadang beli di warung
11.	Pernahkah anda ditolak untuk membeli rokok karena dianggap masih dibawah umur ? <u>Jawab :</u> Pernah
12.	Dimana anda biasanya merokok sendiri atau bersama dengan teman-teman anda ? <u>Jawab :</u> Kalau sendiri biasanya di taman, kalau sama temen-temen di rental ps
13.	Apakah dampak perilaku merokok bagi diri anda pada saat itu ? <u>Jawab :</u> Dampak perilaku merokok bagi diri saya pada saat itu saya merasa fisik saya kurang stabil dan cenderung mudah lelah, saya sering batuk-batuk pada saat masih merokok, dan saya merasa lebih mudah sakit terutama batuk
14.	Bagaimana akhirnya anda dapat berhenti merokok ? <u>Jawab :</u> Yaah karena saat mengikuti ekstrakurikuler futsal dan juga karena dorongan bang Khr dan juga karena mengikuti futsal itu perlu mempunyai fisik yang kuat
15.	Bagaimana proses perubahan perilaku merokok itu terjadi ? <u>Jawab :</u> Yaah itu tadi karena dorongan dan penerapan metode latihan oleh bang Khr yang berat sehingga saya terasa fisik saya terasa lemah maka itu saya harus berhenti merokok agar fisik saya menjadi lebih kuat. Karena metode itu bang Khr bertanya dan saya mengakui saya merokok sehingga saya diberikan nasihat untuk tidak merokok dan saya meng iyakannya dan bang Khr mengetahui saya merokok dari

	teman-teman lalu saya di tes fisik nah disitu bang Khr tau saya merokok
16.	Apa yang menjadi dorongan anda untuk berhenti merokok ? Jawab : Dorongan, karena proses secara alami dan saya ingin untuk berhenti merokok agar saya bisa terus masuk tim utama futsal.
17.	Hambatan apa saja yang anda rasakan pada saat ingin berhenti merokok ? Jawab : Mulut terasa asam
18.	Bagaimana tanggapan teman-teman ketika mengetahui anda ingin berhenti merokok ? Jawab : Yaah biasa aja malah mereka memberi dorongan kepada saya
19.	Apa dampak yang anda rasakan pada saat sudah berhenti merokok ? Jawab : Badan merasa lebih sehat, fisik lebih kuat, dan terasa nyaman
20.	Apa pesan anda untuk teman-teman yang masih merokok saat ini ? Jawab : Yah sebaiknya berhenti merokok karena rokok itu eh mengandung banyak penyakit dan merokok itu bisa membuat fisik menjadi lemah

Manuskrip Wawancara 6

Aspek	Proses perubahan perilaku merokok pada ekstrakurikuler futsal
Jabatan	Anggota Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 18 Tangerang
Nama	Erz
Usia	15 Tahun
Waktu	1/05/2016, pukul 14:35 WIB
No.	Pertanyaan/Jawabam
1.	Sudah berapa lama anda bergabung dengan tim futsal SMP Negeri 18 Tangerang ? <u>Jawab :</u> 3 tahun
2.	Apa yang membuat anda tertarik dengan futsal ? <u>Jawab :</u> Untuk mengisi waktu luang
3.	Apakah tujuan anda mengikuti ekstrakurikuler futsal ? <u>Jawab :</u> Tujuan saya mengikuti ekstrakurikuler futsal adalah untuk mengharumkan nama sekolah, membuat orang tua saya bangga dengan prestasi yang saya miliki dengan menjuarai kejuaraan-kejuaraan yang saya menangkan
4.	Sejauh ini apa manfaat yang anda rasakan dengan mengikuti ekstrakurikuler futsal ini ? <u>Jawab :</u> Manfaatnyaa apa yaah hmm menambah stamina, membuat badan menjadi lebih sehat
5.	Apakah pandangan anda mengenai rokok ? <u>Jawab :</u> Rokok itu tdak baik untuk kesehatan
6.	Apakah anda pernah merokok ? <u>Jawab :</u> Pernah
7.	Berapa usia anda ketika pertama kali merokok ? <u>Jawab :</u>

	14 tahun
8.	Apakah faktor-faktor yang mempengaruhi anda pada saat itu untuk merokok ? <u>Jawab :</u> Faktor yang mempengaruhi saya merokok pada saat itu adalah karena teman saya, karena saya melihat teman saya merokok sehingga saya tertarik untuk mencoba rasa rokok itu seperti apa, dari situlah saya akhirnya ketagihan dan jadi kebiasaan walaupun tidak sering
9.	Apakah keluarga, sahabat anda mengetahui anda merokok pada saat itu ? <u>Jawab :</u> Keluarga ga tau kalau sahabat iya tau
10.	Bagaimana cara anda mendapatkan rokok pada saat itu ? <u>Jawab :</u> Awalnya di kasih teman tapi akhirnya saya bisa beli sendiri
11.	Pernahkah anda ditolak untuk membeli rokok karena dianggap masih dibawah umur ? <u>Jawab :</u> Pernah di warung
12.	Dimana anda biasanya merokok sendiri atau bersama dengan teman-teman anda ? <u>Jawab :</u> Kadang sendiri kadang sama teman-teman. Kalau sendiri paling kaya misalkan di luar rumah, taman, atau misalkan di tempat-tempat lainnya
13.	Apakah dampak perilaku merokok bagi diri anda pada saat itu ? <u>Jawab :</u> Badan jadi kurang sehat, fisik berkurang
14.	Bagaimana akhirnya anda dapat berhenti merokok ? <u>Jawab :</u> Akhirnya saya mendapat dorongan dari teman di ekskul futsal terus karena mengikuti ekstrakurikuler futsal yang menuntut untuk memiliki stamina yang ekstra
15.	Bagaimana proses perubahan perilaku merokok itu terjadi ? <u>Jawab :</u> Karena setelah mengikuti ekskul futsal yang dibimbing pak Khr dan penerapan metode latih oleh pak Khr yang berat membuat fisik saya lemah sehingga saya

	merubah perilaku merokok saya agar fisik saya kembali fit
16.	Apa yang menjadi dorongan anda untuk berhenti merokok ? Jawab : Dorongannya yah itu tadi prosesnya karena diri saya sendiri yang mau berubah terus dorongan dari teman-teman futsal
17.	Hambatan apa saja yang anda rasakan pada saat ingin berhenti merokok ? Jawab : Hambatannya itu kebiasaan merokok dan pergaulan teman
18.	Bagaimana tanggapan teman-teman ketika mengetahui anda ingin berhenti merokok ? Jawab : Awalnya dikucilkan, tetapi karena keinginan diri sendiri yang kuat
19.	Apa dampak yang anda rasakan pada saat sudah berhenti merokok ? Jawab : Badan menjadi lebih sehat, fisik menjadi lebih kuat
20.	Apa pesan anda untuk teman-teman yang masih merokok saat ini ? Jawab : Pesannya jauhi rokok karena tidak bagus untuk kesehatan dan terutama untuk pemain futsal juga jangan merokok karena berpengaruh pada fisik pemain.

Manuskrip Wawancara 7

Aspek	Proses perubahan perilaku merokok pada ekstrakurikuler futsal
Jabatan	Anggota Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 18 Tangerang
Nama	Ern
Usia	15 Tahun
Waktu	1/05/2016, pukul 14:45 WIB
No.	Pertanyaan/Jawabam
1.	Sudah berapa lama anda bergabung dengan tim futsal SMP Negeri 18 Tangerang ? <u>Jawab :</u> Yaah kurang lama 3 tahun
2.	Apa yang membuat anda tertarik dengan futsal ? <u>Jawab :</u> Yaah futsal itu menjarkan saya kebersamaan dalam mengajarkan yah gitu lah menyerang gitu lah teknik-teknik bermain futsal
3.	Apakah tujuan anda mengikuti ekstrakurikuler futsal ? <u>Jawab :</u> Tujuan saya untuk membanggakan Smp Negeri 18
4.	Sejauh ini apa manfaat yang anda rasakan dengan mengikuti ekstrakurikuler futsal ini ? <u>Jawab :</u> Yah manfaatnya sih badan lebih sehat, fisiknya teratur
5.	Apakah pandangan anda mengenai rokok ? <u>Jawab :</u> Rokok itu tidak bagus untuk kesehatan
6.	Apakah anda pernah merokok ? <u>Jawab :</u> Pernah
7.	Berapa usia anda ketika pertama kali merokok ? <u>Jawab :</u> Kelas 2 Smp
8.	Apakah faktor-faktor yang mempengaruhi anda pada saat itu untuk merokok ?

	<u>Jawab :</u> Penyebabnya sih gara-gara temen ngerokok jadi cobalah ikut-ikutan lalu kecanduan tetapi sekarang saya sudah tidak merokok
9.	Apakah keluarga, sahabat anda mengetahui anda merokok pada saat itu ? <u>Jawab :</u> Yah gitu sih kerluarganya tidak tau tetapi sahabat pada tau
10.	Bagaimana cara anda mendapatkan rokok pada saat itu ? <u>Jawab :</u> Yah dulu pas, duit orang tua juga sih kadang-kadang kalau lagi nongkrong punya temen di isep juga sih
11.	Pernahkah anda ditolak untuk membeli rokok karena dianggap masih dibawah umur ? <u>Jawab :</u> Sewaktu saya merokok dulu saya pernah ditolak pemilik warung ketika mau membeli rokok walaupun memang tidak sering, sewaktu saya ditolah membeli rokok tersebut itu karena saya dianggap masih kecil sehingga saya tidak diperbolehkan membeli rokok sama pemilik warung
12.	Dimana anda biasanya merokok sendiri atau bersama dengan teman-teman anda ? <u>Jawab :</u> Yah kalau sendiri sih biasanya di tempat yang sepi kalo rame-rame palingan di tongkrongan
13.	Apakah dampak perilaku merokok bagi diri anda pada saat itu ? <u>Jawab :</u> Dampak perilaku merokok bagi diri saya sewaktu saya merokok saya merasa kurang sehat sih jadi mudah sakit, kadang-kadang kalo lagi main futsal fisik suka keganggu atau saya suka capek jadi pada saat latihan dan pertandingan saya kurang maksimal mainnya
14.	Bagaimana akhirnya anda dapat berhenti merokok ? <u>Jawab :</u> Saya pengen jadi pemain futsal yang bagus biar bisa jadi atlet nah kata pelatih saya harus punya fisik dan skill yang bagus biar latihannya kuat akhirnya saya berhenti ngerokok walaupun ga langsung berenti dan pas saya ngurangin rokok saya berasa fisik saya meningkat jadi skill saya juga ningkat

15.	Bagaimana proses perubahan perilaku merokok itu terjadi ? Jawab : karena dorongan dari diri saya mau berubah terus saya ingin menjadi pemain futsal yang hebat jadi kata pak Khr saya harus merubah perilaku merokok saya supaya fisik saya kuat
16.	Apa yang menjadi dorongan anda untuk berhenti merokok ? Jawab : Karena tekanan dari teman-teman futsal dan keinginan dari diri saya
17.	Hambatan apa saja yang anda rasakan pada saat ingin berhenti merokok ? Jawab : Hambatan pada saat ingin berhenti merokok itu teman saya yang sering menawarkan saya untuk merokok terus kebiasaan merokok yang saya alami membuat saya ketagihan, sehingga apabila saya tidak merokok bibir saya terasa asam, apalagi pada saat setelah makan
18.	Bagaimana tanggapan teman-teman ketika mengetahui anda ingin berhenti merokok ? Jawab : Yah pertamanya sih di ceng-cengin juga sih tapi saya buat main futsal emang ga sehat buat kesehatan yaudah akhirnya saya berenti
19.	Apa dampak yang anda rasakan pada saat sudah berhenti merokok ? Jawab : Yah fisik lebih tambah bagus, stamina juga lebih bagus ga kaya kemarin yang suka hambat-hambatan
20.	Apa pesan anda untuk teman-teman yang masih merokok saat ini ? Jawab : Yah pesan-pesan saya sih kalau masih mau main futsal kalau buat pemain futsal ngerokok tuh ga bagus buat kesehatan, fisik, dan stamina

Manuskrip Wawancara 8

Aspek	Proses perubahan perilaku merokok pada ekstrakurikuler futsal
Jabatan	Anggota Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 18 Tangerang
Nama	Ask
Usia	15 Tahun
Waktu	2/05/2016, pukul 14:10 WIB
No.	Pertanyaan/Jawabam
1.	Sudah berapa lama anda bergabung dengan tim futsal SMP Negeri 18 Tangerang ? <u>Jawab :</u> Baru setahun
2.	Apa yang membuat anda tertarik dengan futsal ? <u>Jawab :</u> Karena hobi saya
3.	Apakah tujuan anda mengikuti ekstrakurikuler futsal ? <u>Jawab :</u> Untuk meningkatkan prestasi saya
4.	Sejauh ini apa manfaat yang anda rasakan dengan mengikuti ekstrakurikuler futsal ini ? <u>Jawab :</u> Sudah ada kemajuan dari sebelum-sebelumnya. Kemajuan dalam hal fisik dan skill bermain futsal karena selama saya mengikuti ekstrakurikuler futsal saya banyak diajarkan bagaimana cara teknik-teknik bermain bola dengan benar dan saya juga diberi bimbingan dan arahan untuk menjadi seorang pemain futsal yang baik.
5.	Apakah pandangan anda mengenai rokok ? <u>Jawab :</u> Bahan untuk gak bete
6.	Apakah anda pernah merokok ? <u>Jawab :</u> Pernah
7.	Berapa usia anda ketika pertama kali merokok ?

	<u>Jawab :</u> 12 tahun
8.	Apakah faktor-faktor yang mempengaruhi anda pada saat itu untuk merokok ? <u>Jawab :</u> Diajak temen, pergaulan teman
9.	Apakah keluarga, sahabat anda mengetahui anda merokok pada saat itu ? <u>Jawab :</u> Keluarga tidak tau, teman tau
10.	Bagaimana cara anda mendapatkan rokok pada saat itu ? <u>Jawab :</u> Ditawarin temen dan beli sendiri dari uang jajan
11.	Pernahkah anda ditolak untuk membeli rokok karena dianggap masih dibawah umur ? <u>Jawab :</u> Selama saya merokok dan suka membeli rokok di warung saya tidak pernah ditolak pada saat membeli rokok karena kemungkinan penjual mengira rokok yang saya beli tersebut untuk kakak atau orang tua saya di rumah oleh karena itu saya tidak pernah ditolak oleh penjual pada saat membeli rokok
12.	Dimana anda biasanya merokok sendiri atau bersama dengan teman-teman anda ? <u>Jawab :</u> Kalau sendiri di warung-warung lagi nongkrong dan bareng teman juga gitu
13.	Apakah dampak perilaku merokok bagi diri anda pada saat itu ? <u>Jawab :</u> Fisik saya lemah dan dari coba-coba jadi keterusan
14.	Bagaimana akhirnya anda dapat berhenti merokok ? <u>Jawab :</u> Karena naitnya pengen berhenti
15.	Bagaimana proses perubahan perilaku merokok itu terjadi ? <u>Jawab :</u> Awalnya mengurangi ngerokok dari yang awalnya 2 batang menjadi 1 batang terus engga ngerokok sama sekali walaupun suka ditawarin temen terus saya suka dikasih nasehat sama orang tua saja
16.	Apa yang menjadi dorongan anda untuk berhenti merokok ?

	Jawab : Dorongan saya untuk berhenti merokok karena saya sering dinasehatin pak Khr untuk tidak merokok karena mengganggu permainan futsal saya yang dapat berdampak pada permainan tim, walaupun awalnya sulit tapi karena saya ingin berubah dan saya ingin jadi pemain futsal yang terbaik saya berusaha untuk berhenti pada saat itu sehingga saat ini saya sudah berhenti merokok
17.	Hambatan apa saja yang anda rasakan pada saat ingin berhenti merokok ? Jawab : Banyak temen yang nawarin rokok
18.	Bagaimana tanggapan teman-teman ketika mengetahui anda ingin berhenti merokok ? Jawab : Yah di ceng-cengin
19.	Apa dampak yang anda rasakan pada saat sudah berhenti merokok ? Jawab : Yah fisik saya jadi kuat
20.	Apa pesan anda untuk teman-teman yang masih merokok saat ini ? Jawab : Yah sebaiknya berhenti sebelum fisik anda ga kuat lagi dan lebih baik gausah ngerokok biar ga kecanduan

Manuskrip Wawancara 9

Aspek	Proses perubahan perilaku merokok pada ekstrakurikuler futsal
Jabatan	Anggota Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 18 Tangerang
Nama	Ibn
Usia	16 Tahun
Waktu	2/05/2016, pukul 14:25 WIB
No.	Pertanyaan/Jawabam
1.	Sudah berapa lama anda bergabung dengan tim futsal SMP Negeri 18 Tangerang ? <u>Jawab :</u> Tiga tahun
2.	Apa yang membuat anda tertarik dengan futsal ? <u>Jawab :</u> Karena sebatas hobi
3.	Apakah tujuan anda mengikuti ekstrakurikuler futsal ? <u>Jawab :</u> Saya ingin menjadi atlet futsal
4.	Sejauh ini apa manfaat yang anda rasakan dengan mengikuti ekstrakurikuler futsal ini ? <u>Jawab :</u> Selama saya mengikuti ekstrakurikuler futsal saya mendapatkan teman-teman baru, saya juga diajarkan banyak teknik-teknik main futsal seperti teknik nendang bola yang benar, teknik mengumpan, teknik dalam menyerang dan bertahan dan masih banyak yang lain. Saya juga diajarkan cara melatih fisik saya biar pas main fisik saya prima terus.
5.	Apakah pandangan anda mengenai rokok ? <u>Jawab :</u> Rokok itu semacam penyakit
6.	Apakah anda pernah merokok ? <u>Jawab :</u> Pernah
7.	Berapa usia anda ketika pertama kali merokok ?

	<u>Jawab :</u> 10 tahun
8.	Apakah faktor-faktor yang mempengaruhi anda pada saat itu untuk merokok ? <u>Jawab :</u> Karena diajak teman
9.	Apakah keluarga, sahabat anda mengetahui anda merokok pada saat itu ? <u>Jawab :</u> Keluarga tidak tau tetapi teman tau
10.	Bagaimana cara anda mendapatkan rokok pada saat itu ? <u>Jawab :</u> Dikasih sama temen
11.	Pernahkah anda ditolak untuk membeli rokok karena dianggap masih dibawah umur ? <u>Jawab :</u> Pernah
12.	Dimana anda biasanya merokok sendiri atau bersama dengan teman-teman anda ? <u>Jawab :</u> Biasanya di sawah sama temen-temen
13.	Apakah dampak perilaku merokok bagi diri anda pada saat itu ? <u>Jawab :</u> Dampak perilaku merokok bagi diri saya yang saya rasakan dulu adalah saya sering banget batuk-batuk, fisik saya kurang baik sehingga kalau main mudah lelah, dan pada saat bermain futsal saya suka merasa nyesek di dada saya
14.	Bagaimana akhirnya anda dapat berhenti merokok ? <u>Jawab :</u> Karena saya mengikuti ekskul, dan karena pas pak Khr ngelatih saya dilatih fisik saya berhenti merokok karena fisik saya lemah saya dikasih tau pak Khr kalo ngerokok itu ga bagus buat fisik saya pas main futsal
15.	Bagaimana proses perubahan perilaku merokok itu terjadi ? <u>Jawab :</u> Awalnya proses perubahan perilaku merokok itu karena keinginan saya memang sudah ingin berhenti merokok tetapi keinginan tersebut masih sulit terealisasi karena terkadang teman masih suka mengajak, akan tetapi karena dukungan pak

	Khr untuk merubah perilaku saya dan saya memiliki keinginan untuk menjadi pemain futsal yang bagus saya akhirnya bisa merubah kebiasaan merokok saya
16.	Apa yang menjadi dorongan anda untuk berhenti merokok ? Jawab : Karena dari hati saya ingin berubah dan motivasi dan latihan yang dilakukan secara rutin dan intensif serta keinginan saya untuk menjadi atlet futsal yang baik sehingga saya dapat berhenti merokok, karena dengan merokok fisik saya kurang fit dan cepat lelah
17.	Hambatan apa saja yang anda rasakan pada saat ingin berhenti merokok ? Jawab : Hambatan yang saya rasakan pada saat ingin berhenti merokok itu saya masih suka di tawarin untuk merokok sama teman dan di kadang tentang dan diajak buat ngerokok terus sama temen jadi terkadang saya jadi suka merokok lagi waktu itu
18.	Bagaimana tanggapan teman-teman ketika mengetahui anda ingin berhenti merokok ? Jawab : Temen bilang udah lu ngapain berenti ngerokok udah ngerokok aja sama gua terus saya jawab saya mau berhenti ngerokok karena pengen jadi atlet futsal
19.	Apa dampak yang anda rasakan pada saat sudah berhenti merokok ? Jawab : Fisik bertambah, lebih sehat
20.	Apa pesan anda untuk teman-teman yang masih merokok saat ini ? Jawab : Jangan ngerokok karena merokok membunuhmu

Manuskrip Wawancara 10

Aspek	Proses perubahan perilaku merokok pada ekstrakurikuler futsal
Jabatan	Anggota Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 18 Tangerang
Nama	Rho
Usia	14 Tahun
Waktu	2/05/2016, pukul 14:35 WIB
No.	Pertanyaan/Jawabam
1.	Sudah berapa lama anda bergabung dengan tim futsal SMP Negeri 18 Tangerang ? <u>Jawab :</u> Sudah 1 tahun
2.	Apa yang membuat anda tertarik dengan futsal ? <u>Jawab :</u> Karena saya ingin menambah skill saya dan wawasan dalam bermain futsal
3.	Apakah tujuan anda mengikuti ekstrakurikuler futsal ? <u>Jawab :</u> Agar mempunyai banyak teman juga skill saya bertambah lebih bagus
4.	Sejauh ini apa manfaat yang anda rasakan dengan mengikuti ekstrakurikuler futsal ini ? <u>Jawab :</u> Saya merasakan selama mengikuti ekstrakurikuler futsal adalah fisik saya bertambah sehingga tidak mudah lelah pada saat bermain futsal, batuk-batuk saya yang dulu karena merokok hilang, dan jiwa saya juga sehat
5.	Apakah pandangan anda mengenai rokok ? <u>Jawab :</u> Rokok adalah sangat merusak badan, merusak jiwa karena rokok menyebabkan banyak beberapa penyakit
6.	Apakah anda pernah merokok ? <u>Jawab :</u> Pernah
7.	Berapa usia anda ketika pertama kali merokok ? <u>Jawab :</u>

	9 tahun
8.	Apakah faktor-faktor yang mempengaruhi anda pada saat itu untuk merokok ? <u>Jawab :</u> Karena diajak teman
9.	Apakah keluarga, sahabat anda mengetahui anda merokok pada saat itu ? <u>Jawab :</u> Keluarga tidak tetapi teman tau
10.	Bagaimana cara anda mendapatkan rokok pada saat itu ? <u>Jawab :</u> Membelinya di warung dan dikasih teman
11.	Pernahkah anda ditolak untuk membeli rokok karena dianggap masih dibawah umur ? <u>Jawab :</u> Tidak pernah
12.	Dimana anda biasanya merokok sendiri atau bersama dengan teman-teman anda ? <u>Jawab :</u> Bersama teman di tempat yang sepi seperti di sawah
13.	Apakah dampak perilaku merokok bagi diri anda pada saat itu ? <u>Jawab :</u> Badan saya kaga enak tidak enak, batuk-batuk
14.	Bagaimana akhirnya anda dapat berhenti merokok ? <u>Jawab :</u> Cara saya untuk dapat berhenti merokok itu dengan cara mengurangi konsumsi rokok sehingga sedikit demi sedikit, lalu karena dalam diri saya ingin berhenti merokok karena selama ini pada saat saya bermain futsal saya merasa fisik saya kurang prima sehingga saya mudah capek saat bermain futsal
15.	Bagaimana proses perubahan perilaku merokok itu terjadi ? <u>Jawab :</u> Dengan cara mengurangi konsumsi rokok terus karena juga dari orang tua dibilang jangan ngerokok gitu
16.	Apa yang menjadi dorongan anda untuk berhenti merokok ? <u>Jawab :</u> Saya ingin menjadi atlet futsal dan karena di futsal harus memiliki yang kuat dan

	kalo ngerokok fisik saya tidak kuat lalu dari dorongan pelatih dan pelatih saya tau saya ngerokok dari tes fisik terus karena saya di tes fisik ga bagus akhirnya saya ditanya dan saya ngekuin kalo saya ngerokok
17.	Hambatan apa saja yang anda rasakan pada saat ingin berhenti merokok ? Jawab : Sering dibilang temen udah ngerokok aja gitu
18.	Bagaimana tanggapan teman-teman ketika mengetahui anda ingin berhenti merokok ? Jawab : Di ledek-ledekin, disuruh ngerokok lagi
19.	Apa dampak yang anda rasakan pada saat sudah berhenti merokok ? Jawab : Fisik saya nambah, tidak cepet capek dan batuk-batuk hilang, jiwa juga sehat
20.	Apa pesan anda untuk teman-teman yang masih merokok saat ini ? Jawab : Sebaiknya berhenti karena merokok merusak badan dan jiwa kita

Manuskrip Wawancara 11

Aspek	Proses perubahan perilaku merokok pada ekstrakurikuler futsal
Jabatan	Anggota Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 18 Tangerang
Nama	Ap
Usia	15 Tahun
Waktu	2/05/2016, pukul 14:50 WIB
No.	Pertanyaan/Jawabam
1.	Sudah berapa lama anda bergabung dengan tim futsal SMP Negeri 18 Tangerang ? <u>Jawab :</u> Tiga tahun
2.	Apa yang membuat anda tertarik dengan futsal ? <u>Jawab :</u> Karena hobi terus asik
3.	Apakah tujuan anda mengikuti ekstrakurikuler futsal ? <u>Jawab :</u> Tujuan saya mengikuti ekstrakurikuler futsal adalah karena saya ingin menjadi atlet sehingga saya sangat berusaha untuk menjadi atlet futsal yang memiliki fisik yang kuat dan memiliki skill yang bagus, oleh karena itu saya mengikuti ekstrakurikuler futsal
4.	Sejauh ini apa manfaat yang anda rasakan dengan mengikuti ekstrakurikuler futsal ini ? <u>Jawab :</u> Bisa punya banyak teman
5.	Apakah pandangan anda mengenai rokok ? <u>Jawab :</u> Zat paling bahaya
6.	Apakah anda pernah merokok ? <u>Jawab :</u> Pernah
7.	Berapa usia anda ketika pertama kali merokok ? <u>Jawab :</u>

	9 tahun
8.	Apakah faktor-faktor yang mempengaruhi anda pada saat itu untuk merokok ? <u>Jawab :</u> Diajak teman di sekolah sd
9.	Apakah keluarga, sahabat anda mengetahui anda merokok pada saat itu ? <u>Jawab :</u> Keluarga engga sahabat tau
10.	Bagaimana cara anda mendapatkan rokok pada saat itu ? <u>Jawab :</u> Dibeliin temen
11.	Pernahkah anda ditolak untuk membeli rokok karena dianggap masih dibawah umur ? <u>Jawab :</u> Pernah
12.	Dimana anda biasanya merokok sendiri atau bersama dengan teman-teman anda ? <u>Jawab :</u> Di belakang sekolah bareng-bareng sama temen
13.	Apakah dampak perilaku merokok bagi diri anda pada saat itu ? <u>Jawab :</u> Lari suka ga kuat
14.	Bagaimana akhirnya anda dapat berhenti merokok ? <u>Jawab :</u> Saya berhenti merokok itu karena saya ingin berhenti merokok dan didukung dengan mengikuti ekstrakurikuler futsal di sini di 18 yang akhirnya mengurangi waktu kosong dan karena ajakan temen-temen futsal untuk berhenti merokok, karena merokok mengganggu konsentrasi pada saat bermain dan mempengaruhi permainan sehingga merugikan tim futsal
15.	Bagaimana proses perubahan perilaku merokok itu terjadi ? <u>Jawab :</u> Jarang main sama temen yang ngerokok mainnya sama temen-temen yang ga ngerokok
16.	Apa yang menjadi dorongan anda untuk berhenti merokok ? <u>Jawab :</u>

	Karena merokok bahaya setelah saya tau lalu karena fisik saya lemah pas main futsal sering capek
17.	Hambatan apa saja yang anda rasakan pada saat ingin berhenti merokok ? Jawab : Temen sering ngajak
18.	Bagaimana tanggapan teman-teman ketika mengetahui anda ingin berhenti merokok ? Jawab : Disuruh dan ngajak ngerokok
19.	Apa dampak yang anda rasakan pada saat sudah berhenti merokok ? Jawab : Jadi enak kalo futsal bisa main full mulu dang a gampang cape
20.	Apa pesan anda untuk teman-teman yang masih merokok saat ini ? Jawab : Yah jangan ngerokok lah

Manuskrip Wawancara 12

Aspek	Proses perubahan perilaku merokok pada ekstrakurikuler futsal
Jabatan	Anggota Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 18 Tangerang
Nama	Dvi
Usia	15 Tahun
Waktu	2/05/2016, pukul 15:05 WIB
No.	Pertanyaan/Jawabam
1.	Sudah berapa lama anda bergabung dengan tim futsal SMP Negeri 18 Tangerang ? <u>Jawab :</u> Tiga tahun
2.	Apa yang membuat anda tertarik dengan futsal ? <u>Jawab :</u> Karena saya suka main futsal
3.	Apakah tujuan anda mengikuti ekstrakurikuler futsal ? <u>Jawab :</u> Ingin jadi pemain futsal yang bagus biar jadi atlet dan bangga orang tua
4.	Sejauh ini apa manfaat yang anda rasakan dengan mengikuti ekstrakurikuler futsal ini ? <u>Jawab :</u> Bisa nambah temen, ngerubah saya jadi lebih positif
5.	Apakah pandangan anda mengenai rokok ? <u>Jawab :</u> Rokok adalah sumber penyakit
6.	Apakah anda pernah merokok ? <u>Jawab :</u> Pernah
7.	Berapa usia anda ketika pertama kali merokok ? <u>Jawab :</u> 10 tahun
8.	Apakah faktor-faktor yang mempengaruhi anda pada saat itu untuk merokok ? <u>Jawab :</u>

	Diajak teman
9.	Apakah keluarga, sahabat anda mengetahui anda merokok pada saat itu ? Jawab : Keluarga engga sahabat tau
10.	Bagaimana cara anda mendapatkan rokok pada saat itu ? Jawab : Dibeliin temen terus saya beli sendiri dari uang jajan saya
11.	Pernahkah anda ditolak untuk membeli rokok karena dianggap masih dibawah umur ? Jawab : Pernah
12.	Dimana anda biasanya merokok sendiri atau bersama dengan teman-teman anda ? Jawab : Kalo sendiri di tempat sepi yang jauh dari rumah kalo rame-rame di tongkrongan
13.	Apakah dampak perilaku merokok bagi diri anda pada saat itu ? Jawab : Sering kecapean kalo main futsal
14.	Bagaimana akhirnya anda dapat berhenti merokok ? Jawab : Karena mengikuti ekstrakurikuler futsal karena pas latihan fisik sapa pak Khr saya ga kuat terus pak Khr pernah nasehatin buat jangan ngeroko kalo mau jadi pemain futsal yang bagus jadi saya termotivasi buat berubah
15.	Bagaimana proses perubahan perilaku merokok itu terjadi ? Jawab : Awalnya susah karena udah kebiasaan tapi karna saya mau jadi pemain futsal yang bagus dan pengen bangga orang tua saya jadi saya berusaha berubah. Terus sering dikasih arahan dan motivasi sama pak Khr supaya saya ga ngerokok lagi biar bisa jadi pemain futsal yang bagus
16.	Apa yang menjadi dorongan anda untuk berhenti merokok ? Jawab : Dorongan saya untuk berhenti merokok adalah karena termotivasi akan keinginan dan cita-cita saya untuk menjadi atlet futsal yang memiliki fisik yang kuat, skill yang bagus dan saya ingin membanggakan orang tua saya dengan hobi yang saya

	jalani
17.	Hambatan apa saja yang anda rasakan pada saat ingin berhenti merokok ? Jawab : Temen yang dulu ngajak saya ngerokok sering ngajak main terus, nah kalo main sama mereka biasanya saya suka dibawa buat ngeroko
18.	Bagaimana tanggapan teman-teman ketika mengetahui anda ingin berhenti merokok ? Jawab : Disuruh dan ngajak ngerokok terus kalo lagi main
19.	Apa dampak yang anda rasakan pada saat sudah berhenti merokok ? Jawab : Fisik saya pas main futsal jadi ga gampang capek
20.	Apa pesan anda untuk teman-teman yang masih merokok saat ini ? Jawab : Yaah kalo mau jadi atlet jangan ngerokok dan jangan coba-coba buat ngerokok karena ngerokok itu ga ada manfaatnya malah nambah penyakit dan buang-buang duit.

Manuskrip Wawancara 13

Aspek	Proses perubahan perilaku merokok pada ekstrakurikuler futsal
Jabatan	Anggota Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 18 Tangerang
Nama	Ib
Usia	15 Tahun
Waktu	2/05/2016, pukul 15:10 WIB
No.	Pertanyaan/Jawabam
1.	Sudah berapa lama anda bergabung dengan tim futsal SMP Negeri 18 Tangerang ? <u>Jawab :</u> Tiga tahun
2.	Apa yang membuat anda tertarik dengan futsal ? <u>Jawab :</u> Karena hobi saya main futsal
3.	Apakah tujuan anda mengikuti ekstrakurikuler futsal ? <u>Jawab :</u> Ingin menjadi atlet dan pengen banggain sekolah
4.	Sejauh ini apa manfaat yang anda rasakan dengan mengikuti ekstrakurikuler futsal ini ? <u>Jawab :</u> Manfaat yang saya rasakan selama saya bergabung dengan ekstrakurikuler futsal adalah permainan futsal saja jadi lebih bagus, saya jadi lebih disiplin, dan fisik saya ga gampang capek jadi ke badan juga enak ka ga gampang sakit
5.	Apakah pandangan anda mengenai rokok ? <u>Jawab :</u> Rokok itu ngerusak kesehatan
6.	Apakah anda pernah merokok ? <u>Jawab :</u> Pernah
7.	Berapa usia anda ketika pertama kali merokok ? <u>Jawab :</u> 10 tahun

8.	Apakah faktor-faktor yang mempengaruhi anda pada saat itu untuk merokok ? <u>Jawab :</u> Diajak teman tongkrongan
9.	Apakah keluarga, sahabat anda mengetahui anda merokok pada saat itu ? <u>Jawab :</u> Keluarga engga tau ka tapi sahabat saya tau
10.	Bagaimana cara anda mendapatkan rokok pada saat itu ? <u>Jawab :</u> Awalnya saya dikasih temen tapi karena saya ketagihan jadi saya suka beli sendiri
11.	Pernahkah anda ditolak untuk membeli rokok karena dianggap masih dibawah umur ? <u>Jawab :</u> Gak pernah
12.	Dimana anda biasanya merokok sendiri atau bersama dengan teman-teman anda ? <u>Jawab :</u> Biasanya di tempat tongkrongan ka bareng temen, kalo sendiri jarang
13.	Apakah dampak perilaku merokok bagi diri anda pada saat itu ? <u>Jawab :</u> Yaah gitu kaa kadang-kadang suka batuk terus pas latihan suka engap ka jadi gampang capek
14.	Bagaimana akhirnya anda dapat berhenti merokok ? <u>Jawab :</u> Awalnya karena pas pak Khr ngelatih saya awalnya dikasih tau kalo ngerokok itu ga bagus buat kesehatan dan saya pernah keliatan ngerokok sama pak Khr terus saya di tes fisik ka terus saya ga kuat baru deh saya ngaku kalo ngerokok, terus kalo saya ma uterus main futsal saya harus berenti ngerokok biar fisik saya kuat, yaudah dari situ saya mulai niat buat berenti ngeroko
15.	Bagaimana proses perubahan perilaku merokok itu terjadi ? <u>Jawab :</u> Saya suka dinasehatin sama pak Khr untuk tidak ngerokok lagi karna pak Khr tau kalo saya mau jadi atlet jadi saya sering dinasehatin biar ga ngerokok supaya bisa jadi atlet yang bagus mainnya dan punya fisik yang bagus juga
16.	Apa yang menjadi dorongan anda untuk berhenti merokok ?

	Jawab : Karena dorongan dan motivasi dari Bapak Khr dan saya juga sering dinasehatin agar dapat merubah perilaku saya karena perilaku saya tersebut tidak baik untuk diri dan jiwa saya sehingga saya harus merubahnya, oleh karena itu saya berusaha untuk merubahnya agar saya dapat mengembangkan permainan saya.
17.	Hambatan apa saja yang anda rasakan pada saat ingin berhenti merokok ? Jawab : Temen tongkrongan sering ngajak buat main
18.	Bagaimana tanggapan teman-teman ketika mengetahui anda ingin berhenti merokok ? Jawab : Saya diledekin dikatain cupu tapi saya karna diledekin jadi ga main lagi
19.	Apa dampak yang anda rasakan pada saat sudah berhenti merokok ? Jawab : Kalo main futsal ga gampang capek terus ga gampang sakit karna badan saya sehat karna sering olahraga
20.	Apa pesan anda untuk teman-teman yang masih merokok saat ini ? Jawab : Yah kalo bisa jangan coba-coba buat ngerokok terus mainnya jangan sama temen yang suka ngerokok

LAMPIRAN 9

DOKUMENTASI







RIWAYAT HIDUP



Penulis bernama Virda Ismi Aulia, lahir di Jakarta 22 Mei 1994 merupakan anak keempat dari pasangan Bapak H. Syuhada Alamsyah dan Ibu Hj. Fauziah, M.Pd.I. Penulis bertempat tinggal di Komplek perumahan Taman Poris Indah Blok G No 21, Tangerang, Banten. Penulis menyelesaikan Pendidikan taman kanak-kanak di TK Raudlatul Islamiyah pada tahun 2000. Setelah itu lulus dari pendidikan sekolah dasar di SD Muhammadiyah 10

Grogol pada tahun 2006. Lalu lulus dari pendidikan sekolah menengah pertama di SMP Sumbangsing Grogol pada tahun 2009. Dan Lulus dari Pendidikan sekolah menengah atas di SMAN 16 Jakarta pada tahn 2012. Penulis melanjutkan pendidikan S1 di Universitas Negeri Jakarta di Fakultas Ilmu Sosial jurusan Pendidikan IPS.