

PENGARUH METODE *PARTS HYPNOTHERAPY* TERHADAP INTENSI MEROKOK SISWA SMP X DI BANTUL YOGYAKARTA

Adelia Maharani¹, Zahro Varisna Rohmadani²

Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, Indonesia^{1,2}

Email: adeliamhrn@gmail.com¹

Abstrak

Perilaku merokok suatu kegiatan yang dapat kita jumpai dalam Masyarakat umum yang dapat berisiko terhadap berbagai paparan penyakit. Banyaknya perokok tidak hanya orang dewasa, remaja saat ini sudah merokok sejak umur 10 tahun dengan itu persentase merokok pada remaja setiap tahunnya meningkat. Satu diantara teknik Hipnoterapi yang bisa dipakai untuk menurunkan intensi merokok pada siswa adalah parts therapy Tujuan penelitian ini ialah untuk melihat pengaruh Teknik parts hypnotherapy terhadap intensi merokok di SMP X di Bantul Yogyakarta. Penelitian ini ialah penelitian kuantitatif eksperimen. Populasi pada penelitian ini sejumlah 90 siswa dan sampel sebanyak 16 siswa yang ditentukan secara purposive-sampling dengan kriteria sampel adalah Siswa kelas VIII SMP X, Siswa laki-laki yang berada di SMP X, Siswa bersedia menjadi responden, Siswa yang hadir pada saat pemberian perlakuan, dan memiliki intensi merokok. Instrument yang dipakai pada penelitian ini ialah skala intensi merokok serta lembar observasi, dengan nilai reliabilitas skala intensi merokok $r_{ii} = 0,792$. Analisis data memakai uji independent paired t-test. Hasil penelitian ini memperlihatkan adanya perubahan kategori intensi merokok pada siswa dengan intervensi part therapy.

Kata kunci: Intensi merokok, *Part therapy*, Remaja

Abstract

Smoking behavior is an activity that we can encounter in the general public which can pose a risk of exposure to various diseases. The number of smokers is not only adults, today's teenagers have been smoking since the age of 10, so the percentage of smoking among teenagers is increasing every year. One of the hypnotherapy techniques that can be used to reduce smoking intentions in students is parts therapy. The aim of this research is to determine the effect of parts hypnotherapy techniques on smoking intentions at SMP X in Bantul Yogyakarta. This research is a quantitative experimental research. The population in this study was 90 students and the sample was 16 students who were determined using purposive sampling with the sample criteria being students in class VIII of SMP, and have the intention to smoke. The instruments used in this research were a smoking intention scale and an observation sheet, with a reliability value for the smoking intention scale $r_{ii} = 0.792$. Data analysis used the independent paired t-test. The results of this study indicate that there is a change in the category of smoking intentions among students with part therapy intervention.

Keywords: *Smoking intention, Part therapy, Teenager*

Pendahuluan

Pendidikan adalah usaha yang menciptakan suasana belajar serta proses pembelajaran supaya peserta didik bisa mengembangkan potensi dirinya untuk mempunyai kekuatan spiritual, pengendalian diri, keagamaan, akhlak mulia, kecerdasan,

kepribadian dan keterampilan yang dibutuhkan untuk diri sendiri, masyarakat, bangsa dan negara selaras atas Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 Tentang sistem Pendidikan nasional.

Siswa SMP memiliki umur sekitar 13, atau 14-17 tahun, yang masuk masa remaja awal. Masa remaja ini merupakan tahap munculnya kapasitas kognitif baru yaitu seseorang sangat membutuhkan teman. Teman sebaya dapat memainkan peranan penting bagi seseorang yang sedang memasuki masa-masa ini. Pada masa ini remaja memperoleh kematangan perilaku, dapat belajar impulsivitas, serta dapat membuat penilaian lebih awal mengenai tujuan karir yang akan diraih, lain daripada itu juga penerimaan dari lawan jenis menjadi sangat penting untuk individu yang sedang berada di fase-fase ini (Suryana et al., 2022).

Rokok ialah zat adiktif yang dapat mengakibatkan ketergantungan bagi seseorang yang telah menghisapnya (Baumeister, 2017). Sedangkan merokok merupakan suatu aktivitas menghisap rokok yang dilaksanakan di kehidupan sehari-hari, merokok dapat di sebut sebuah kebutuhan yang tidak dapat dihindari oleh orang yang sudah mengalami kecenderungan pada rokok (Derksen et al., 2021). Perilaku merokok suatu kegiatan yang bisa kita jumpai dalam Masyarakat umum yang dapat berisiko pada beragam paparan penyakit tidak menular, di Indonesia sendiri sudah menduduki peringkat ketiga yang memiliki perokok terbesar sesudah China dan India (Nichter et al., 2016)

Banyaknya perokok tidak hanya orang dewasa, remaja saat ini sudah merokok sejak umur 10 tahun dengan itu persentase merokok pada remaja setiap tahunnya meningkat. Pada tahun 2020 perokok berumur 10-12 Tahun sebanyak 0,13 dan pada tahun 2021 menurun menjadi 0,7 dengan penurunan yang drastis namun kenaikan pada tahun 2022 cukup tinggi dengan persentase 0,11 sama halnya dengan remaja yang berumur 13-15 tahun memiliki penurunan yang cukup signifikan namun juga kenaikan yang cukup tinggi pada tahun 2022 remaja perokok dengan umur 13-15 tahun sebesar 1,45 (BPS, 2023).

Tabel 1. Persentase Merokok pada penduduk remaja D.I.Yogyakarta
Persentase Merokok pada penduduk
D.I.Yogyakarta umur > 15 Tahun

2021	2022	2023
24,54 %	23,97%	24,82%

Berdasarkan Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2023 Kota Yogyakarta sebagai kota pelajar memiliki remaja 278.125 orang dengan *prevelensi* perokok yang cukup tinggi pada umur lebih dari 15 tahun memiliki peningkatan perokok remaja yang setiap tahun bertambah, walaupun ketika tahun 2022 mengalami penurunan namun pada tahun 2023 mengalami peningkatan yang cukup signifikan. Perokok pelajar kota Jogja pada tahun 2021 sebesar 24,54%, pada tahun 2022 menurun menjadi 23, 97%, dan meningkat pada tahun 2023 sebesar 24,82%. Berbagai faktor yang membuat pelajar kota jogja menjadi perokok aktif tanpa memikirkan penyakit yang akan ditimbulkan.

Berdasarkan wawancara kepada 2 siswa yang bersekolah di SMP X memiliki niat untuk merokok. 2 orang siswa tersebut bercerita bahwa setiap pulang sekolah atau bermain dengan teman yang lain sering kali di olok-olok bukan seorang laki-laki bila tidak merokok sehingga membuat kedua siswa tersebut menginginkan untuk merokok namun keinginannya tersebut belum pernah terlaksanakan. Kedua siswa memiliki keinginan untuk mencoba rasa rokok yang teman-teman atau keluarga terdekat mereka hisap. Namun mereka mengatakan bahwa keinginannya merokok dikarenakan faktor dari seorang wanita yang disukainya, mereka merasa bahwa merokok dapat terlihat lebih

gentlemen. Mereka belum melakukannya karena memikirkan efek buruk yang akan didapatkan dan tidak diperbolehkan oleh orang tua.

Tabel 2. Hasil *tryout baseline*

No.	Kategori	Jumlah	Presentase
1.	Ringan	1	1,1%
2.	Sedang	86	95,6%
3.	Tinggi	3	3,3%

Berdasarkan dari data *baseline* yang telah di berikan oleh peneliti pada tanggal 10 November 2023 ditemukan dari 90 sampel responden yang diamati dalam *tryout* data *baseline* terdapat 86 orang responden yang termasuk dalam skala intensi merokok, atau sebanyak 95,6% dari total sampel. Ada 1 responden yang masuk dalam kategorisasi rendah dan 3 orang masuk dalam kategorisasi tinggi, sehingga dapat dikatakan bahwa kebanyakan anak SMP kelas VIII sudah termasuk dalam intensi merokok.

Satu diantara teknik Hipnoterapi yang bisa dipakai untuk menurunkan intensi merokok pada siswa adalah *parts therapy*. Teknik *parts therapy* ialah satu diantara dari berbagai Teknik dalam hipnoterapi, seseorang dapat berkomunikasi dengan “bagian” dari diri orang tersebut yang menghambat kemajuan. Didalam diri banyak yang menyerupai dengan kepribadian karakter, dan tujuan masing-masing. *Parts therapy* dipakai untuk yang memiliki masalah dengan konflik internal seperti sisi kepribadian yang saling bertolak belakang sehingga dapat menimbulkan pertentangan. Sejauh ini belum terdapat penelitian yang sama dengan penelitian oleh peneliti, namun terdapat beberapa penelitian yang menggunakan teknik *parts therapy*. Seperti pada penelitian yang dilakukan oleh (Atrup & Anisa, 2018) yang menggunakan teknik *parts therapy* untuk mengatasi siswa kecewa akibat putus hubungan cinta pada siswa SMK. Hasil penelitian ini memperlihatkan *parts therapy* saat mengatasi siswa yang akibat putus cinta dengan efektif. Selain itu penelitian yang dilaksanakan (Astuti & Fatmah, 2019) yang menggunakan teknik *parts therapy* untuk perilaku merokok. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hipnoterapi *parts therapy* dapat menurunkan perilaku merokok.

Bukti keberhasilan hipnoterapi dengan *parts therapy* yaitu dapat menurunkan perilaku merokok pada salah satu contoh penanganan perilaku merokok. penanganan kasus Hunter lebih dahulu memakai hipnoterapi dengan pendekatan manfaat agar dapat menurunkan perilaku merokok, tetapi pendekatan manfaat dirasa gagal, sehingga dipakai pendekatan *parts therapy*, hal tersebut karena perokok memiliki bagian-bagian yang terpecah karena kebimbangan dan pertentangan dalam dirinya.

Berdasarkan fenomena tersebut menjadikan landasan dalam melakukan penelitian, sehingga peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai Pengaruh Hipnoterapi *Parts therapy* terhadap Intensi Merokok Siswa SMP X.

Metode Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada SMP X di bulan Mei 2024. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif eksperimen, dengan desain *untreated control group design with dependent pretest dan posttest samples*. Penelitian kuantitatif merupakan penelitian inferensial yang digunakan dalam pengujian hipotesis dan dapat menyadarkan setiap kesimpulan hasilnya sebuah probabilitas kesalahan penolakan nihil (Hasmayni et al., 2022). Dengan memakai kuantitatif dapat memperoleh bukti signifikan perbedaan

kelompok ataupun dapat dikatakan bahwa adanya hubungan yang signifikan antar kedua variabel yang terlibat.

Penelitian ini terbagi atas dua variabel yakni hipnoterapi teknik part therapy serta intensi merokok. Sumber data primer pada penelitian ini ialah hasil dari kuesioner yang diberikan pada siswa. Kuesioner ini berisikan ketentuan subyek yang diperlukan untuk penelitian, instrument serta informed consent dari alat ukur. Teknik pengumpulan data di penelitian ini ialah dengan memberikan kuesioner lebih dahulu untuk mengukur intensi merokok siswa. Instrumen yang dipakai untuk melakukan pengukuran pada tingkat intensi merokok terdiri dari pernyataan *favourable* dan pernyataan *unfavourable*.

Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian ini diuraikan sebagai berikut: (1) Intensi Merokok Pada siswa Sebelum Diberikan intervensi *parts therapy*; (2) Intensi Merokok Pada siswa Setelah Diberikan intervensi *parts therapy*; (3) Perbedaan Intensi merokok pada siswa Sebelum dan Setelah Diberikan Intervensi *part therapy*; (4) Observasi saat dilakukan *part therapy*.

Intensi Merokok Pada siswa Sebelum Diberikan intervensi parts therapy

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Intensi Merokok Pada siswa Sebelum Diberikan intervensi *parts therapy*

No.	Kategori	Jumlah	Presentase
1	Ringan	1	1,1%
2	Sedang	12	95,6%
3	Tinggi	3	3,3%
	Total	16	100%

Berlandaskan hasil tabel tersebut bisa terlihat intensi merokok responden sebelum diberikan intervensi dengan *hypnotherapy* dengan teknik *part therapy* didapatkan yang termasuk dalam kategori rendah sebanyak 1 responden dengan presentase 1,1 %, yang masuk pada kategori sedang sejumlah 12 responden dengan presentase 95,6 %, sedangkan yang masuk pada kategori tinggi 3 responden sejumlah 3,3 % sehingga memiliki jumlah 16 responden dengan 100% presentase.

Intensi Merokok Pada siswa Setelah Diberikan intervensi parts therapy

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Intensi Merokok Pada siswa Setelah Diberikan intervensi *parts therapy*

No.	Kategori	Jumlah	Presentase
1.	Ringan	10	63 %
2.	Sedang	6	37 %
3.	Tinggi	0	0%
	Total	16	100%

Berlandaskan tabel tersebut terlihat intensi merokok responden setelah diberikan intervensi menggunakan *part hypnotherapy* didapatkan kategori ringan sebanyak 10 orang dengan presentase 63 %, sehingga dapat dikatakan banyak respon yang mengalami penurunan intensi merokok. Yang mendapatkan kategori sedang sejumlah 6 responden

dengan presentase 37 %, serta tidak ada yang mendapatkan kategori tinggi sehingga intensi merokok setelah dilakukan intervensi dengan *parts therapy* seluruh responden menurun.

Perbedaan Intensi merokok pada siswa Sebelum dan Setelah Diberikan Intervensi part therapy

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Perbedaan Intensi merokok pada siswa Sebelum dan Setelah Diberikan Intervensi *part therapy*

Variabel	Koefisien perbedaan (z)	sig (p)	keterangan
Hasil	-2524	0.012	signifikan

Berlandaskan hasil uji *wilcoxon*, terlihat nilai sig. (p) untuk kelompok eksperimen sejumlah $0,012 < 0,05$, hal ini yang memperlihatkan adanya perbedaan nilai untuk post serta pre pada kelompok eksperimen. Dengan kata lain adanya pengaruh antara *parts hypnotherapy* dengan penurunan intensi merokok siswa SMP N 2 Pajangan.

Pembahasan

Intensi Merokok Pada siswa Sebelum Diberikan intervensi parts therapy

Intensi merokok pada siswa SMP sebelu, diberikan intervensi dengan teknik *part therapy* sebagai berikut terdapat responden dengan kategori berat sebanyak 3 orang, 12 respondengan termasuk kategori sedang dan 1 responden termasuk kategori ringan. Penelitian ini dilakukan pada laki-laki usia 14-16 tahun sebanyak 16 responden.

Yang menemukan bahwa niat merokok remaja berhubungan dengan pandangan positif terhadap rokok, meremehkan seluruh spektrum efek negatif merokok, dan banyaknya peluang bagi remaja untuk menyalakan rokok, hasil penelitian ini konsisten dengan hasil penelitian (Purba & Nazriani, n.d.). Sikap positif yang dimiliki remaja terhadap rokok harus diubah menjadi sikap negatif dengan konseling, psikoedukasi, dan pelatihan tentang dampak buruk merokok (del Carmen Pérez-Fuentes et al., 2021). Hal ini diperlukan jika kita ingin melihat penurunan keinginan remaja untuk merokok.

Hasil penelitian ini didukung oleh temuan Utami (2020), yang menemukan bahwa merokok masih relatif lazim di kalangan orang dewasa dan remaja di Indonesia. Ada korelasi antara tinggal berdekatan dengan orang dewasa dan meningkatnya angka merokok di kalangan remaja, yang pada gilirannya memengaruhi perilaku mereka. Ketika anak-anak melihat orang tua mereka sebagai sasaran empuk, mereka akan meniru tindakan orang tua mereka.

Dalam penelitiannya, Meilinda (2013) menemukan bahwa persepsi siswa terhadap perilaku, norma subjektif, dan penilaian mereka terhadap kendali perilaku mereka sendiri semuanya berperan dalam menentukan apakah mereka berniat untuk merokok atau tidak. Ada kemungkinan bahwa sikap yang dimiliki siswa terhadap perilaku dapat mencerminkan apakah mereka menganggap rokok memiliki nilai baik atau negatif. Akibatnya, siswa yang menganggap rokok memiliki nilai positif akan merokok, sedangkan siswa yang menganggap rokok memiliki nilai negatif tidak akan merokok. Di sisi lain, norma subjektif mengacu pada persepsi yang dimiliki seseorang tentang pentingnya berpartisipasi dalam kegiatan. Anak-anak dalam situasi ini memiliki kesalahpahaman bahwa merokok membantu mereka merasa lebih dewasa, jantan, mudah bergaul, cantik, dan diterima oleh teman sebayanya. Karena itu, mereka menyalakan rokok untuk mendapatkan perhatian dari teman-teman sebayanya. Di sisi lain, keadaan akan berubah jika individu tersebut mampu menerima dirinya sendiri. Orang yang merasa

nyaman dengan dirinya sendiri cenderung tidak akan menyerah pada pengaruh teman sebayanya dan percaya bahwa mereka harus merokok agar diterima. Sebaliknya, mereka cenderung mencari metode alternatif untuk memasukkan diri mereka ke dalam kelompok.

Intensi Merokok Pada siswa Setelah Diberikan intervensi parts therapy

Setelah penerapan teknik hipnoterapi paruh waktu, pola berikut muncul dalam niat merokok siswa sekolah menengah pertama: Respons menunjukkan bahwa 0 orang menilai sangat parah, 6 menilai sedang, dan 10 menilai ringan.

Setelah periode dua jam saat teknik hipnosis paruh waktu diberikan, niat responden untuk merokok berangsur-angsur menurun. Dalam sesi yang telah berlangsung, para ahli di bidang terapi telah melaksanakan sebelas tahap yang termasuk dalam rangkaian perawatan paruh waktu. Berdasarkan hasil penelitian Atrup, siswa Kelas X SMK Muhammadiyah 1 Kota Kediri tahun 2017 yang mengalami kekecewaan akibat putus cinta menemukan pelipur lara melalui metode pembelajaran terapi komponen. Oleh karena itu, konsep ini didukung oleh hasil penelitian (Komasari & Helmi, 2000) yang menemukan bahwa teknik terapi komponen dapat menjadi alternatif untuk melawan penundaan belajar.

Sebagai seorang perokok yang tidak menanggapi metode keuntungan yang sering saya gunakan, memberikan kredibilitas pada isu tersebut dengan membuktikan bahwa teknik terapi komponen dapat membantu mengurangi kebiasaan merokok. Di satu sisi, ia ingin berjuang untuk berhenti merokok, tetapi di sisi lain, ia ingin hidup lebih lama. Ada sebagian dirinya yang ingin membuat pilihan, tetapi separuh lainnya lebih berpengetahuan. Berhentilah membiarkan kebiasaan merokok memengaruhi tindakan Anda; sekarang saatnya untuk mengendalikan hidup Anda dan membuat pilihan sendiri.

Perbedaan Intensi merokok pada siswa Sebelum dan Setelah Diberikan Intervensi part therapy

Dalam konteks SMP X di Bantul Yogyakarta, tujuan penelitian ini ialah untuk melihat bagaimana komponen metode hipnosis mempengaruhi keinginan untuk merokok. Perbandingan skor siswa sebelum dan sesudah intervensi dilaksanakan dengan menggunakan uji t berpasangan independen, dan nilai p yang diperoleh adalah 0,002. Apabila nilai p yang dihitung lebih rendah dari 0,05, maka hal tersebut memperlihatkan terdapat perbedaan antara kedua variabel yang diteliti, sehingga bisa ditarik kesimpulan adanya pengaruh teknik *parts hypnotherapy* terhadap intensi merokok siswa SMP X di Bantul Yogyakarta. Penelitian ini selaras atas penelitian yang dilaksanakan Astuti dan Fatmah (2019) bahwa hasil penelitian yang dilakukan memiliki pengaruh untuk penurunan perilaku merokok, pada 2 subjek yang dilakukan penelitian oleh giyati dengan salah satu subyek memiliki kategori berat dalam perilaku merokok setelah dilakukannya ditervensi dengan menggunakan *part hypnotherapy* adanya penurunan ke dalam kategori ringan, bahkan sampai berhenti merokok dalam pengukuran setelah intervensi.

Niat merokok dapat dikurangi dengan penerapan program self-care dan psikoedukasi serta konseling (Rohmadani, 2016). Selama menjalani program self-care, peserta diajarkan metode pengendalian diri yang membantu mereka mengurangi jumlah rokok yang dikonsumsi dan menerapkan metode tersebut dalam kehidupan sehari-hari, namun psikoedukasi lebih cepat untuk menurunkan intensi merokok dan bertahan lebih lama (Ashe & Wilson, 2020). Sehingga dapat dikatakan bahwa intensi merokok dapat menurun jika diberikan intervensi tidak hanya menggunakan psikoedukasi namun *parts therapy* juga dapat menurunkan intensi merokok (O'Connor et al., 2020).

Observasi saat dilakukan *parts hypnotherapy*

a) *Pra Treatment*

Untuk menentukan kategori dalam intensi merokok yaitu: 1) ringan, 2) sedang, dan 3) tinggi, penulis menggunakan skala intensi merokok yang telah dimodifikasi dari skala yang telah digunakan oleh (Rohmadani, 2016) yang diberikan kepada subjek, apabila subjek memiliki kategori intensi merokok ringan dan sedang, maka dapat diambil sebagai sampel. Diperkirakan intensi merokok ini masih dalam tahap keinginan dan belum memunculkan perilaku merokok. Sedangkan kategori tinggi, tidak diambil sebagai sampel dikarenakan memerlukan waktu yang lebih lama serta treatment yang berulang.

b) Observasi selama pemberian treatment

Treatment diberikan sebanyak 1 sesi pertemuan yang dilaksanakan pada 21 Mei 2024 di Aula SMP X. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan penulis didapati sebgai responden terlihat antusias mengikuti kegiatan *parts hypnotherapy* untuk mengatasi intensi merokok. Dimana hasil pengamatan yang didapati siswa sangat kooperatif sehingga ketika ditanya oleh terapis dapat menjawab dengan cepat walaupun ada beberapa siswa yang masih menjawab sedikit lama karena masih ragu dengan jawaban yang diberikannya, sehingga harus ditanyain beberapa kali oleh terapis agar yakin terhadap jawaban yang telah diberikannya. Beberapa siswa sangat mendalami terapi yang diberikan sehingga mendapatkan hasil yang memuaskan walaupun intensi merokok tidak turun secara signifikan namun mereka dapat membendung rasa keingin tahuan mengenai rokok.

Treatment yang dilakukan pada kelompok kontra yang menanyai mengapa memiliki keinginan untuk merokok, sejak kapan memiliki keinginan untuk merokok, faktor yang membuat memiliki keinginan untuk merokok dan masih banyak lagi, namun pada kelompok kontrol ini tidak memiliki hasil penurunan yang cukup signifikan sehingga dapat dibandingkan dengan yang diberikan intervensi.

c) Refresh Treatment

Refresh treatment dilakukan pada waktu yang bersamaan yaitu tanggal 21 Mei 2024 sehingga setelah dilakukan terapi responden lalu diberikan refresh treatment. Penulis menanyakan perasaan responden setelah dilakukan *parts hypnotherapy* untuk mengetahui apakah rasa keingin tahuan mengenai rokok menurun pada setiap siswa dengan menanyakan satu persatu, setelah mengetahui jawaban siswa, penulis juga menanyakan bagaimana rasanya setelah dilakukan treatment. penulis menutup dengan mengucapkan alhamdulillah dan mengucapkan terimakasih kepada responden yang telah mengikuti semua rangkain yang telah dilakukan dilanjut dengan membaca doa dan foto bersama.

d) Posttest atau pasca penelitian

Posttest dilakukan setelah refresh treatment untuk mengetahui intensi merokok setelah dilakukan *parts therapy*. *Posttest* yang diberikan yaitu skala intensi merokok agar dapat dibandingkan dengan pretest sebelum dilakukan *parts therapy*.

Kesimpulan

Berdasarkan dari semua proses penelitian dan pembahasan, bisa ditarik kesimpulan penerapan hipnoterapi dengan teknik *parts therapy* efektif untuk menurunkan intensi merokok pada siswa SMP X. intensi merokok sebelum intervensi diberikan lebih tinggi dibandingkan setelah dilakukan intervensi. Beberapa responden sebelum dilakukan

intervensi termasuk dalam kategori tinggi setelah diberikan intervensi responden yang memiliki intensi merokok tinggi mengalami penurunan kedalam kategori sedang, dan responden yang memiliki intensi merokok sebelum diberikan intervensi masuk dalam kategori ringan, setelah dilakukan intervensi mengalami penurunan ke dalam kategori rendah. Dari hasil kesimpulan hipnoterapi dengan teknik *part therapy* dapat dijadikan alternatif untuk mengurangi intensi merokok. Bagi guru disarankan menjadi masukan dalam menangani masalah intensi merokok pada siswa terutama siswa laki-laki, untuk peneliti selanjutnya penelitian ini diharapkan menjadi referensi untuk penelitian sejenisnya.

BIBLIOGRAFI

- Ashe, M. L., & Wilson, S. J. (2020). A brief review of choice bundling: A strategy to reduce delay discounting and bolster self-control. *Addictive Behaviors Reports, 11*, 100262.
- Astuti, K., & Fatmah, S. N. (2019). Hipnoterapi Dengan Part Therapy Untuk Penurunan Perilaku Merokok. *Photon: Jurnal Sain Dan Kesehatan, 10*(1), 80–96.
- Atrup, A., & Anisa, Y. P. N. (2018). Hipnoterapi teknik part therapy untuk menangani siswa kecewa akibat putus hubungan cinta pada siswa sekolah menengah kejuruan. *PINUS: Jurnal Penelitian Inovasi Pembelajaran, 4*(1), 21–29.
- Baumeister, R. F. (2017). Addiction, cigarette smoking, and voluntary control of action: Do cigarette smokers lose their free will? *Addictive Behaviors Reports, 5*, 67–84.
- del Carmen Pérez-Fuentes, M., Gázquez-Linares, J. J., del Mar Molero-Jurado, M., Martos-Martinez, Á., Barragán-Martín, A. B., & del Mar Simón-Márquez, M. (2021). Student burnout and engagement: Relationship with adolescent use of alcohol and attitudes towards authority. *International Journal of Clinical and Health Psychology, 21*(2), 100225.
- Derksen, M. E., Kunst, A. E., Murugesu, L., Jaspers, M. W. M., & Fransen, M. P. (2021). Smoking cessation among disadvantaged young women during and after pregnancy: exploring the role of social networks. *Midwifery, 98*, 102985.
- Hasmayni, B., Gunawan, R., Aziz, A., & Siregar, F. H. (2022). Hubungan Lingkungan Kerja Non Fisik dengan Employee Engagement pada Karyawan Parking Business di PT. X. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan (J-P3K), 3*(3), 221–229.
- Komasari, D., & Helmi, A. F. (2000). Faktor-faktor penyebab perilaku merokok pada remaja. *Jurnal Psikologi, 27*(1), 37–47.
- Meilinda, E. (2013). Hubungan antara penerimaan diri dan konformitas terhadap intensi merokok pada remaja. *Jurnal Psikoborneo, 6*–13.
- Nichter, M., Padmawati, S., & Ng, N. (2016). Introducing smoking cessation to Indonesian males treated for tuberculosis: The challenges of low–moderate level smoking. *Social Science & Medicine, 152*, 70–79.
- O'Connor, M., Whelan, R., Bricker, J., & McHugh, L. (2020). Randomized controlled trial of a smartphone application as an adjunct to acceptance and commitment therapy for smoking cessation. *Behavior Therapy, 51*(1), 162–177.
- Purba, S. K., & Nazriani, D. (n.d.). *Tingkat Stres Dan Intensi Merokok Pada Remaja Perempuan*.
- Rohmadani, Z. V. (2016). *Upaya Preventif untuk Menurunkan Intensi Merokok Pada Remaja Melalui Program "Peduli Diri"*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Suryana, E., Hasdikurniati, A. I., Harmayanti, A. A., & Harto, K. (2022). Perkembangan remaja awal, menengah dan implikasinya terhadap pendidikan. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(3).

Utami, N. (2020). Pengaruh Kebiasaan Merokok Orang Tua terhadap Perilaku Merokok Remaja di Indonesia. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 16(3), 327–335.

Copyright holder:

Adelia Maharani, Zahro Varisna Rohmadani (2024)

First publication right:

Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia

This article is licensed under:

