

Ulfatun Khalishah, 2021, Penerapan Teknik Desentisasi Sistematis Untuk Mengurangi Kebiasaan Merokok Siswa di SMP Islam As-suhuf Kramat Tlanakan Pamekasan, Skripsi, Program Studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Tarbiyah, Instistut Agama Islam Negeri (IAIN) Madura. Pembimbing: H.Abbadi Ishomuddin,M.A.

Kata Kunci: Teknik Desentisasi Sistematis, Merokok

Peneliti ini dilatar belakangi oleh kejadian yang ada di lapangan khususnya pada kebiasaan merokok siswa dimana perlu mendapatkan perhatian khusus. Akan tetapi pada realitanya banyak siswa yang memiliki kebiasaan merokok, hal ini dapat ditemukan di lingkungan sekolah mereka. Sedangkan di sekolah tersebut tidak adanya guru BK sehingga peneliti menekankan perlunya seorang guru BK mengetahui berbagai macam kebiasaan merokok yang ada di sekolah agar dapat mengurangi serta mengatasi kebiasaan merokok yang terjadi di sekolah. Salah satu kelas yakni kelas IX SMP Islam As-suhuf yang memiliki kebiasaan merokok. Maka dari itu di perlukan layanan bimbingan dan konseling dari peneliti. Layanan ini berupa teknik desentisasi sistematis, dengan layanan ini dilatih untuk bisa rileks dan menyapaikan permasalahan siswa dengan lebih nyaman dan leluasa untuk menceritakan permasalahan yang melatar belakangi siswa merokok melatih siswa Berdasarkan hal tersebut, maka ada dua rumusan masalah yang menjadi kajian pokok dalam penelitian ini yakni: pertama penerapan teknik desentisasi sistematis dalam mengurangi kebiasaan merokok bagi siswa di SMP Islam As-Suhuf Kramat Tlanakan Pamekasan, Kedua efektifitas penerapan teknik desentisasi sistematis dalam mengurangi kebiasaan merokok bagi siswa di SMP Islam As-Suhuf Kramat Tlanakan Pamekasa. Penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling metode pengumpulan data yang digunakan oleh peneliti diantaranya wawancara, observasi, angket dan dokumentasi. Sedangkan dalam analisis data meliputi reduksi data, penyajian data, dan kesimpulan. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa, kebiasaan merokok siswa kelas IX SMP Islam As-suhuf Kramat Tlanakan Pemekasan masih tergolong rendah dan masih dapat diatasi dengan baik. *pertama* penerapan teknik desentisasi sistematis untuk mengurangi kebiasaan merokok siswa di SMP Islam As-suhuf Kramat Tlanakan Pamekasan di lakukan dengan koseling individu yang di terapkan dalam dua siklus yang berisi perencanaan tindakan, pelaksanaan tindakan, observasi dan refleksi. *Kedua* hasil dari penerapan teknik desentisasi sitematis untuk mengurangi kebiasaan merokok siswa di SMP Islam As-suhuf Kramat Tlanakan Pamekasan sudah cukup signifikan, yang pada awalnya 46% dan pada siklus 1 menjadi 31%. Penurunan kebiasaan merokok yang tidak terlalu signifikan maka peneliti kembali memberikan layanan dan angket pada siklus II maka di peroleh presentase 23% dikatakan berhasil sehingga terjadi penurunan perilaku negative yang cukup signifikan. Dan hal itu yang dapat dilihat dari siswa kelas IX sekarang kebiasaan merokok sudah berkurang dan lebih bisa mengontrol keinginan untuk merokok sehingga dapat dikatakan penerapan teknik desentisasi sistematis untuk mengurangi kebiasaan merokok dikatakan berhasil.