



LAYANAN KONSELING ISLAMI MELALUI PENDEKATAN REBT UNTUK MENGATASI PELANGGARAN SISWA TERHADAP LARANGAN MEROKOK

Sausan Syah Muz Shofiyya¹, Isep Zaenal Arifin², Elly Marlina³

¹ Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri
Sunan Gunung Djati, Bandung
Email : sausanshofiyya6@gmail.com

ABSTRAK

Pelanggaran merokok di sekolah menjadi masalah serius karena selain melanggar aturan juga berdampak negatif pada kesehatan dan perilaku siswa. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan kondisi pelanggaran merokok, layanan konseling Islami melalui pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT), serta hasil penerapannya. Metode penelitian menggunakan deskriptif kualitatif dengan observasi, wawancara, dan dokumentasi terhadap satu guru BK dan dua siswa pelanggar. Hasil penelitian menunjukkan konseling Islami dengan pendekatan REBT efektif menyadarkan siswa dari pemikiran irasional, mengubah keyakinan keliru menjadi rasional, sehingga perilaku siswa lebih positif dan pelanggaran merokok dapat diminimalisasi.

Kata Kunci : Konseling Islami, REBT, Pelanggaran Merokok

ABSTRACT

Smoking violations in schools are a serious problem as they not only break rules but also harm students' health and behavior. This study aims to describe the conditions of smoking violations, Islamic counseling services through the Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) approach, and their results. A qualitative descriptive method was applied using observation, interviews, and documentation with one guidance counselor and two student violators. The findings indicate that Islamic counseling with the REBT approach effectively raised students' awareness of irrational thoughts, transformed false beliefs into rational ones, and encouraged more positive behavior, thereby reducing smoking violations.

Keywords : Islamic Counseling, REBT, Smoking Violations.

PENDAHULUAN

Fenomena merokok di lingkungan sekolah, khususnya di SMP Plus Al-Aqhsa, menjadi masalah serius yang berdampak pada perilaku siswa. Meskipun sekolah telah menerapkan aturan tegas larangan merokok, kenyataannya masih terdapat siswa yang melanggar dengan merokok di area tersembunyi seperti toilet, lapangan belakang, atau luar gerbang sekolah. Salah satu faktor dominan yang mendorong perilaku merokok di kalangan remaja adalah tekanan sosial dari teman sebaya untuk terlihat dewasa atau “keren” (Wibawa, 2021). Selain itu, akses yang mudah terhadap rokok serta minimnya pemahaman mengenai bahaya merokok turut memperburuk kondisi tersebut (Komasari D. , 2015)

Hasil wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK) di SMP Plus Al-Aqhsa mengungkapkan bahwa pelanggaran yang paling sering terjadi di sekolah berkaitan dengan dua hal utama, yaitu merokok dan membolos. Dari keduanya, perilaku merokok dinilai lebih mengkhawatirkan karena tidak hanya melanggar aturan, tetapi juga berdampak pada kesehatan siswa dan memengaruhi siswa lain untuk ikut mencoba. Oleh karena itu, pihak sekolah tidak hanya memberikan sanksi tegas, tetapi juga layanan konseling sebagai upaya preventif dan kuratif bagi siswa yang melanggar (Wawancara, 2025)

Permasalahan merokok pada remaja merupakan isu nasional yang masih kompleks. Data Riset Kesehatan Nasional (Riskesnas, 2021) menunjukkan prevalensi perokok usia 10–18 tahun di Indonesia mencapai 9,1%, artinya 1 dari 11 remaja adalah perokok. Bahkan, Kementerian Kesehatan RI (2024) melaporkan kasus merokok di Indonesia semakin meningkat, baik di kalangan remaja maupun dewasa (RI K. K., 2024). Hal ini diperkuat oleh catatan World Health Organization (2020) yang menyebutkan bahwa prevalensi perokok global mencapai 22,3% dari populasi dunia. Lebih khusus, Survei Kesehatan Indonesia (SKI, 2023) mencatat jumlah perokok aktif di Indonesia diperkirakan mencapai 70 juta jiwa. Data-data tersebut menegaskan bahwa merokok masih menjadi persoalan serius baik secara global maupun nasional, termasuk di lingkungan sekolah. (Organization, 2020)

Dari sisi psikologis, perilaku merokok sering muncul sebagai mekanisme coping untuk meredakan stres, kecemasan, atau emosi negatif. Keyakinan irasional seperti “rokok membuat lebih percaya diri” atau “rokok membantu fokus” menjadi salah satu faktor yang memperkuat kebiasaan merokok (Ellis, 1995). Oleh karena itu, diperlukan pendekatan konseling yang mampu menantang pikiran irasional dan mengubahnya menjadi rasional, salah satunya melalui Rational Emotive Behavior Therapy (REBT).

Dalam konteks sekolah berbasis pesantren seperti SMP Plus Al-Aqhsa, guru BK mengintegrasikan pendekatan REBT dengan nilai-nilai spiritual melalui

konseling Islami. Integrasi ini dinilai strategis karena tidak hanya menyentuh aspek psikologis, tetapi juga memperkuat keimanan dan nilai-nilai keislaman siswa (Corey, 2017). Dengan demikian, konseling Islami melalui pendekatan REBT menjadi solusi yang komprehensif untuk menangani perilaku menyimpang, khususnya merokok, di lingkungan sekolah. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk: (1) mengetahui kondisi pelanggaran siswa terhadap aturan larangan merokok, (2) mengetahui layanan konseling Islami melalui pendekatan REBT, dan (3) mengetahui hasil layanan konseling Islami melalui pendekatan REBT dalam mengatasi perilaku merokok siswa.

LANDASAN TEORITIS

Landasan teoritis dalam penelitian ini berfokus pada tiga konsep utama yang relevan dengan permasalahan yang diteliti, yaitu konseling Islami, pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT), dan teori mengenai pelanggaran disiplin siswa di sekolah, khususnya pelanggaran terhadap aturan larangan merokok. Ketiga konsep tersebut saling melengkapi dan memberikan kerangka berpikir yang komprehensif dalam menganalisis perilaku siswa serta upaya konseling Islami berbasis REBT dalam menanganinya (Hartoyo, 2024)

Konseling Islami pada dasarnya merupakan proses pemberian bantuan yang berlandaskan pada nilai-nilai Al-Qur'an dan Sunnah, dengan tujuan menuntun individu menemukan solusi atas permasalahan hidupnya serta mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat. Istilah konseling berasal dari kata *guidance and counselling* yang dalam bahasa Indonesia diartikan sebagai bimbingan dan penyuluhan. Akan tetapi, untuk menghindari kesalahpahaman dengan istilah penyuluhan di bidang lain, maka digunakan istilah konseling (Faqih, 2004). Secara etimologis, konseling berasal dari bahasa Latin *consilium* yang berarti bersama atau menerima, sedangkan dalam tradisi Anglo-Saxon berasal dari kata *sellan* yang berarti penyerahan. Dalam Islam, konseling sering diartikan sebagai *irsyad* atau *istisyarah*, yang memiliki makna menunjukkan jalan yang benar berdasarkan ajaran agama (Mulyadi, 2016)

Beberapa tokoh mendefinisikan konseling dengan penekanan yang beragam. Rogers, misalnya, menjelaskan bahwa konseling adalah serangkaian kegiatan langsung antara konselor dengan individu untuk membantu mengubah sikap dan tingkah laku menjadi lebih baik (Mulyadi, 2016). Wolberg mendefinisikan konseling sebagai sebuah wawancara yang membantu klien memahami dirinya serta memperbaiki kesulitan yang berhubungan dengan lingkungannya. Senada dengan itu, Mortensen melihat konseling sebagai proses antarpribadi yang memungkinkan klien meningkatkan pemahaman dan

Layanan Konseling Islami Melalui Pendekatan REBT untuk Mengatasi Pelanggaran Siswa Terhadap Larangan Merokok kecakapannya dalam menyelesaikan masalah. Pandangan yang lebih modern diberikan oleh Sri Mulyani yang menekankan konseling sebagai proses bantuan untuk menghasilkan perubahan positif dalam waktu tertentu (Mulyadi, 2016). Dari berbagai pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa konseling adalah proses tatap muka yang melibatkan interaksi konselor dan konseli dalam rangka pemecahan masalah, dengan tujuan agar konseli mampu mengambil keputusan yang tepat.

Konseling Islami berbeda dengan konseling konvensional karena tidak hanya menyentuh aspek psikologis, tetapi juga aspek spiritual. Konseling Islami telah dipraktikkan sejak masa Rasulullah Saw. ketika beliau memberikan nasihat, bimbingan, serta pengarahan kepada umatnya agar hidup sesuai dengan ketentuan Allah Swt. Proses konseling Islami bertujuan menyadarkan kembali individu atas eksistensinya sebagai makhluk Allah yang memiliki tanggung jawab moral untuk menjalankan kehidupan sesuai syariat (Mulyadi, 2016). (Syahrain, 2014) menegaskan bahwa konseling Islam juga berfungsi membentuk karakter, sehingga klien tidak hanya diajak menyadari kesalahan, tetapi juga berkomitmen untuk memperbaiki diri secara konsisten. Dengan demikian, konseling Islami merupakan proses yang menyeluruh, meliputi aspek preventif, kuratif, dan pengembangan diri, yang dilaksanakan dalam suasana saling menghargai dan berlandaskan nilai-nilai Islam.

Tujuan konseling Islami adalah membimbing individu mencapai keutuhan diri (*insān kāmil*) yang seimbang antara jasmani, akal, dan rohani. Faqih (2001) menyatakan bahwa bimbingan dan konseling Islam bertujuan membantu individu menjadi manusia paripurna yang memperoleh kebahagiaan dunia dan akhirat, bukan melalui paksaan, melainkan melalui arahan islami agar mampu membuat keputusan yang tepat. (Mujib, 2005) menambahkan bahwa konseling Islami bertujuan membina kesehatan mental agar seseorang hidup harmonis dalam hubungan dengan Allah maupun dengan sesama. Dengan demikian, konseling Islami berupaya membentuk pribadi yang memiliki hati yang bersih (*qalbun salīm*) dan jiwa yang tenang (*nafs al-muṭma'innah*), sehingga mampu menjalani kehidupan damai dalam keridhaan Allah.

Sejalan dengan itu, penelitian ini juga menggunakan pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) sebagai salah satu metode konseling. REBT dikembangkan oleh Albert Ellis, yang memandang bahwa manusia memiliki kecenderungan berpikir irasional yang dapat menimbulkan gangguan emosional, namun pada saat yang sama manusia juga memiliki kapasitas berpikir rasional untuk mengubah keyakinan tersebut (Ellis, 1995). Menurut (Latipun, 2010) keyakinan irasional ini menjadi sumber munculnya reaksi emosional negatif pada

individu. Oleh karena itu, inti dari REBT adalah mengubah keyakinan irasional menjadi keyakinan rasional agar perilaku dan emosi individu menjadi lebih sehat.

REBT berlandaskan pada teori ABC, yakni *Activating event* (A) atau peristiwa yang memicu, *Belief* (B) yaitu keyakinan atau cara pandang terhadap peristiwa, dan *Consequence* (C) yang merupakan dampak emosional dari keyakinan tersebut. Nelson-Jones (2011: 27) menyebut bahwa seseorang dikatakan berpikir rasional apabila mampu berpikir, merasakan, dan berperilaku dengan cara yang benar untuk mencapai tujuan, bukan justru menghambatnya. Model ABC kemudian dikembangkan menjadi A-B-C-D-E-F, dengan tambahan *Disputing irrational belief* (D), *Effect of new philosophy* (E), dan *Further action* (F) yang menggambarkan proses konseling secara menyeluruh (Nelson-Jones, 1995).

Dalam konteks pendidikan, REBT terbukti bermanfaat untuk membantu siswa mengatasi konflik, mengendalikan emosi, meningkatkan kesadaran diri, serta mengembangkan empati (Hollister, 2023). Menegaskan bahwa REBT membantu individu mengelola emosi negatif menjadi lebih fungsional dan membentuk pola pikir rasional yang mendukung pertumbuhan pribadi. Namun demikian, REBT juga memiliki keterbatasan, misalnya kurang efektif bagi individu dengan gangguan kognitif atau bagi klien yang sulit menerima konfrontasi langsung (Setyowati, 2021, pp. 145-156).

Pandangan ini dipertegas oleh penelitian Sugandi Miharja dalam Jurnal Irsyad yang menegaskan bahwa bimbingan religius merupakan bagian integral dalam praktik konseling Islami untuk membentuk kesadaran spiritual peserta didik, sekaligus memperkuat efektivitas pendekatan kognitif seperti REBT dalam membentuk perilaku positif siswa. Hal ini juga didukung oleh penelitian Marlina, Nurlaela, dan Miharja (2022) yang menemukan bahwa layanan konseling Islami berkontribusi pada penguatan kesehatan mental dan pembentukan karakter siswa (Sugandi Miharja, 2021).

Konsep lain yang menjadi landasan teoritis penelitian ini adalah pelanggaran disiplin, khususnya larangan merokok di sekolah. Menurut (Purwanto, 2011), pelanggaran diartikan sebagai perilaku siswa yang tidak mematuhi tata tertib sekolah. (Santrock J., 2012) menyebutkan bahwa faktor internal seperti lemahnya kontrol diri serta faktor eksternal seperti pengaruh teman sebaya dan keluarga menjadi penyebab utama perilaku menyimpang pada remaja. (Slavin, 2012) menambahkan bahwa pelanggaran dapat dipahami sebagai hasil pembelajaran perilaku melalui stimulus dan respons, sehingga perilaku menyimpang akan terus berulang jika tidak ada sanksi yang jelas.

Lebih lanjut, Hirschi dalam teori kontrol sosial menjelaskan bahwa perilaku menyimpang muncul karena melemahnya empat unsur keterikatan sosial, yakni *attachment*, *commitment*, *involvement*, dan *belief*. Apabila keempat unsur ini tidak kuat pada diri siswa, maka kemungkinan besar ia akan melakukan pelanggaran (Soetomo, 2013: 91). Dalam hal pelanggaran merokok, faktor lingkungan teman sebaya menjadi pemicu utama. Penelitian (Appisi, 2023) menunjukkan bahwa siswa sering kali merokok karena ingin diterima kelompok atau meniru perilaku teman. Selain itu, rasa bosan (Muslimin, 2010, pp. 116-124), tekanan emosional (Faridah, 2017), lingkungan keluarga yang permisif (Untan, 2020), serta keinginan untuk terlihat dewasa (Hardiyanti, Analisis Faktor Penyebab Perilaku Merokok pada Siswa, 2020) menjadi faktor yang mendorong siswa melanggar aturan merokok.

Dampak dari perilaku merokok pada siswa tidak hanya mengganggu kesehatan, tetapi juga memengaruhi psikologis dan sosial mereka. Dari aspek kesehatan, nikotin dapat merusak fungsi paru-paru dan jantung (RI K. K., 2023). Dari aspek psikologis, siswa yang merokok cenderung memiliki kontrol emosi rendah dan mudah memberontak (Sarwono, 2012). Secara sosial, kebiasaan merokok dapat membentuk kelompok pergaulan menyimpang yang berpotensi menularkan perilaku negatif kepada siswa lain (Wagito, 2004). Oleh karena itu, upaya pencegahan dan penanganan pelanggaran merokok memerlukan pendekatan edukatif, preventif, dan konseling Islami berbasis REBT yang holistik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini diperoleh melalui kombinasi metode pengumpulan data, yaitu wawancara, observasi, dan dokumentasi. Pendekatan ini dilakukan secara langsung di lapangan, sehingga peneliti dapat berinteraksi dengan subjek penelitian secara intensif dan memperoleh data yang lebih akurat serta relevan. Interaksi langsung dengan subjek penelitian memungkinkan peneliti untuk memahami kondisi nyata perilaku merokok pada siswa, baik dari aspek motivasi, pengaruh lingkungan sosial, maupun respon emosional terhadap aturan larangan merokok di sekolah dan pondok pesantren. Dengan demikian, pendekatan lapangan ini memberikan perspektif yang komprehensif mengenai kebutuhan dan tantangan yang dihadapi siswa dalam mengubah perilaku merokok melalui layanan konseling Islami berbasis REBT.

Data yang telah terkumpul selanjutnya dianalisis menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Proses analisis ini meliputi tiga tahapan utama, yaitu reduksi data. Reduksi data bertujuan untuk menyaring, memfokuskan, dan mengelompokkan informasi yang relevan, sehingga memudahkan peneliti dalam

mengidentifikasi yang muncul dari lapangan. Tahap berikutnya yaitu penyajian data. Pada tahap ini, data disusun secara sistematis dan dikemas dalam bentuk naratif, sehingga memudahkan pemahaman terhadap konteks, proses, dan temuan penelitian. Kemudian tahap terakhir yaitu penarikan kesimpulan, yang dilakukan berdasarkan analisis data yang telah disajikan Adapun hasil dari penelitian ini sebagai berikut:

Penelitian mengenai layanan konseling Islami melalui pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) dalam mengatasi pelanggaran siswa terhadap aturan larangan merokok di SMP Plus Al-Aqhsa memberikan gambaran menyeluruh tentang dinamika perilaku remaja di lingkungan sekolah dan pesantren. Hasil wawancara dan observasi menunjukkan bahwa perilaku merokok yang dilakukan siswa tidak hanya dipengaruhi oleh faktor individu semata, melainkan juga oleh faktor sosial dan lingkungan. Sosialisasi larangan merokok memang sudah dilakukan pihak sekolah secara rutin, terutama pada awal tahun ajaran baru maupun dalam kegiatan religius seperti salat duha berjamaah, namun efektivitasnya belum maksimal karena sebagian siswa masih bersikap cuek atau tidak menyimak secara serius. Guru bimbingan konseling menegaskan bahwa pesan larangan sudah sering disampaikan, tetapi penerimaannya berbeda-beda; ada yang benar-benar menginternalisasi, namun ada juga yang hanya mendengarkan sekilas tanpa pengaruh berarti. Temuan ini memperlihatkan bahwa pelanggaran merokok tidak sekadar akibat kurangnya informasi, melainkan karena lemahnya internalisasi nilai disiplin dan kesadaran moral.

Penelitian yang dilakukan oleh Hidayati dan Handayani mengungkapkan bahwa perilaku merokok remaja di Indonesia sangat dipengaruhi oleh lingkungan sosial terdekat seperti orang tua, keluarga, dan lingkungan perokok di sekitar remaja. Data Survei Sosial Ekonomi Nasional 2021 dengan sampel sebanyak 187.277 remaja menunjukkan bahwa remaja yang orang tua dan keluarganya merokok memiliki kecenderungan untuk merokok masing-masing sebesar 1,61 kali dan 1,57 kali lebih besar dibanding yang tidak. Pengaruh lingkungan sosial lain seperti teman sebaya tetap signifikan walaupun relatif lebih kecil. Faktor-faktor demografis seperti usia dan jenis kelamin juga turut berpengaruh, dengan laki-laki memiliki kemungkinan merokok jauh lebih tinggi dibanding perempuan. Penelitian ini menegaskan pentingnya peran orang-orang terdekat dalam membentuk perilaku merokok remaja dan menyarankan perlunya kebijakan pencegahan yang melibatkan keluarga secara aktif (Hidayati N. &, 2024). Faktor internal seperti rasa ingin tahu, rasa bosan, serta kebutuhan akan pengakuan sosial semakin memperparah kecenderungan tersebut. Temuan ini juga sejalan dengan penelitian Muslimin (2010) yang menunjukkan bahwa kebosanan dan kejenuhan sering kali mendorong remaja untuk melakukan eksplorasi negatif seperti merokok.

Hasil wawancara dengan guru BK memperlihatkan bahwa meskipun jumlah siswa yang merokok tergolong sedikit, indikasi perilaku ini cukup jelas dan sering muncul dalam bentuk pernyataan santai yang kemudian terkonfirmasi kebenarannya. Misalnya, ada siswa yang secara spontan berkomentar bahwa minum kopi lebih nikmat bila ditemani dengan rokok, yang kemudian terbukti bahwa siswa tersebut memang seorang perokok. Temuan kecil seperti ini menunjukkan pentingnya kepekaan guru terhadap tanda-tanda perilaku menyimpang, karena merokok sering dimulai dari hal yang dianggap sepele namun kemudian berkembang menjadi kebiasaan yang sulit ditinggalkan. Faktor eksternal, khususnya lingkungan di luar pondok, sangat dominan dalam membentuk perilaku siswa. Seorang siswa yang dikenal aktif di olahraga, misalnya, setelah liburan kembali ke sekolah dengan membawa rokok, yang menunjukkan bahwa kebiasaan buruk ini diperoleh dari luar lingkungan sekolah. Dalam hal ini, teori kontrol sosial Hirschi relevan, sebab melemahnya keterikatan siswa dengan aturan dan nilai sekolah membuat mereka lebih mudah dipengaruhi oleh lingkungan luar.

Selain pengaruh teman sebaya di luar pondok, faktor senioritas di lingkungan pesantren juga berperan dalam melanggengkan kebiasaan merokok. Wawancara dengan siswa mengungkapkan bahwa ajakan kakak kelas untuk merokok sering digunakan sebagai strategi agar tidak dilaporkan kepada pihak sekolah. Relasi kekuasaan ini menunjukkan bagaimana struktur sosial di pesantren dapat disalahgunakan untuk menormalisasi pelanggaran. Situasi ini memperlihatkan bahwa perilaku menyimpang tidak hanya terjadi karena lemahnya kontrol diri, tetapi juga karena adanya tekanan sosial yang menuntut konformitas. Temuan ini mendukung pandangan (Hardiyanti, Analisis Faktor Penyebab Perilaku Merokok pada Siswa, 2020) bahwa merokok di kalangan remaja sering kali digunakan sebagai sarana aktualisasi diri sekaligus strategi untuk memperoleh perlindungan sosial dari kelompok dominan. Akibatnya, siswa tidak hanya terjebak dalam kebiasaan merokok, tetapi juga merasa terikat pada relasi sosial yang memperkuat perilaku tersebut.

Dari sisi moral, wawancara memperlihatkan bahwa pada awalnya siswa tidak merasa bersalah menggunakan uang jajan dari orang tua untuk membeli rokok. Namun, seiring waktu, muncul kesadaran bahwa tindakan tersebut adalah bentuk penyalahgunaan terhadap kepercayaan orang tua. Hal ini menunjukkan adanya potensi internal untuk berubah, meskipun kebiasaan merokok sudah terbentuk. Kesadaran moral ini selaras dengan teori perkembangan moral Kohlberg, di mana remaja mulai mempertimbangkan aspek etis dari tindakannya ketika dihadapkan pada konsekuensi sosial dan emosional. Dalam konteks ini, meskipun rasa penasaran dan tekanan sosial mendorong siswa untuk merokok, ada pula dorongan internal yang mulai mempertanyakan kebenaran perilaku tersebut. Sayangnya, konflik emosional ini sering ditutupi oleh rasa ingin tahu dan

kebutuhan akan penerimaan sosial, sehingga siswa tetap melakukan pelanggaran meskipun menyadari risikonya.

Dari sisi kesehatan, siswa yang merokok melaporkan adanya dampak negatif yang nyata, misalnya cepat kelelahan ketika bermain bola. Hal ini mendukung pernyataan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2010) bahwa merokok pada usia remaja sangat berbahaya karena tubuh masih dalam masa pertumbuhan dan organ vital seperti paru-paru dan jantung rentan mengalami kerusakan akibat nikotin dan zat adiktif lainnya. Dari perspektif psikologis, siswa menggambarkan pengalaman merokok sebagai perasaan campur aduk antara ketakutan ketahuan dan kenikmatan sesaat berupa ketenangan. Hal ini sesuai dengan temuan Komasari dan Helmi (2000) yang menunjukkan bahwa sikap permisif orang tua dan pengaruh teman sebaya merupakan prediktor utama perilaku merokok pada remaja, di mana perilaku merokok sering dijadikan sarana pelarian stres dan pencarian identitas diri meskipun menimbulkan rasa cemas karena melanggar norma sosial. Faktor psikologis lain yang berperan termasuk rasa ingin tahu yang besar dan kontrol diri yang rendah. Selain itu, lingkungan sosial yang mencakup pengaruh senior dan keluarga yang permisif juga turut memperkuat perilaku merokok di kalangan siswa SMP Plus Al-Aqhsa. Dengan demikian, perilaku merokok pada siswa merupakan hasil dari kombinasi faktor internal seperti rasa ingin tahu dan kontrol diri rendah serta faktor eksternal berupa lingkungan sosial, pengaruh senior, dan keluarga permisif yang secara psikologis menciptakan kondisi ambivalen antara ketakutan dan kenikmatan dalam diri remaja (Komasari D. &, 2000, pp. 37-47)

Untuk menangani permasalahan ini, sekolah tidak hanya mengandalkan sanksi, tetapi juga mengintegrasikan layanan konseling Islami melalui pendekatan REBT. Guru BK menegaskan bahwa tujuan konseling bukan semata memberikan hukuman, melainkan memahami latar belakang perilaku siswa dan membimbing mereka untuk berubah. Pendekatan spiritual ini memberikan dimensi tambahan yang tidak dimiliki oleh konseling konvensional. Hal ini sejalan dengan penelitian (Dudy Imanuddin, 2019) dalam Jurnal Irsyad yang menunjukkan bahwa bimbingan keagamaan memiliki peranan penting dalam meningkatkan kecerdasan spiritual remaja di lingkungan boarding school. Melalui internalisasi nilai religius, remaja menjadi lebih sadar terhadap tanggung jawab moral dan mampu mengendalikan perilaku negatif. Temuan tersebut relevan dengan hasil penelitian ini, di mana konseling Islami melalui pendekatan REBT tidak hanya menekankan perubahan pola pikir rasional, tetapi juga memperkuat kesadaran spiritual siswa agar menyadari merokok sebagai perilaku yang bertentangan dengan nilai agama.

Pendekatan ini sejalan dengan pandangan lain dalam literatur konseling Islami yang menegaskan bahwa tujuan utama dari konseling Islami adalah membentuk karakter dan kesadaran moral siswa, bukan sekadar menghentikan

Layanan Konseling Islami Melalui Pendekatan REBT untuk Mengatasi Pelanggaran Siswa Terhadap Larangan Merokok perilaku menyimpang. Proses konseling diawali dengan menciptakan suasana yang nyaman agar siswa mau membuka diri, sehingga interaksi menjadi efektif. Dalam sesi konseling, guru BK menekankan nilai-nilai religius dengan mengingatkan siswa bahwa tubuh adalah amanah dari Allah yang harus dijaga, dan bahwa merokok adalah bentuk penyalahgunaan terhadap titipan tersebut. Pendekatan spiritual ini memberikan dimensi tambahan berupa kesadaran moral dan religius yang tidak dimiliki oleh konseling konvensional. Misalnya, menyatakan bahwa teknik self control dalam bimbingan konseling Islam efektif mengurangi kecanduan merokok pada remaja melalui tahapan pemberian informasi bahaya, pembuatan kesepakatan, pengaturan jadwal, pemberian reinforcement, dan penguatan perilaku yang diinginkan. Konseling Islam fokus pada pembentukan karakter melalui pendekatan religius yang memperkuat kesadaran moral siswa. Jumarni menambahkan bahwa layanan konseling Islami yang dilaksanakan secara individual dan kelompok menanamkan nilai agama dalam setiap penyampaian nasihat sehingga memberikan efek jera sekaligus membangun kesadaran spiritual siswa. Dengan demikian, konseling Islami memberikan dimensi religius dan moral yang mendalam, yang berpotensi menghasilkan perubahan perilaku yang lebih efektif dan berkelanjutan dibandingkan konseling konvensional (Pranoto, 2021)

Proses layanan konseling Islami melalui pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) di SMP Plus Al-Aqhsa diterapkan secara sistematis oleh guru bimbingan konseling. Tujuan utama dari pendekatan ini adalah membantu siswa mengubah pola pikir irasional menjadi rasional, sekaligus menanamkan nilai-nilai Islami agar mereka menyadari bahwa merokok tidak hanya melanggar aturan sekolah, tetapi juga bertentangan dengan ajaran agama. Guru BK menjelaskan bahwa setiap sesi konseling dimulai dengan membangun suasana yang tenang dan tidak mengintimidasi, karena jika siswa merasa tertekan, maka mereka cenderung menutup diri. Dalam suasana santai, siswa lebih mudah untuk terbuka mengenai alasan di balik perilaku merokok. Hal ini menunjukkan bahwa relasi yang humanis antara konselor dan konseli sangat menentukan efektivitas konseling.

Pendekatan REBT digunakan untuk mengidentifikasi dan membantah keyakinan irasional siswa. Dari hasil wawancara, tampak bahwa siswa memiliki berbagai pemikiran keliru yang mendasari perilaku merokok, seperti anggapan bahwa “kalau tidak merokok, saya tidak dianggap laki-laki sejati” atau “merokok membuat saya diterima dalam pergaulan”. Pikiran-pikiran ini jelas tidak logis, tetapi cukup kuat memengaruhi perilaku siswa. Menurut (Ellis, 1995), keyakinan irasional seperti ini adalah akar dari banyak masalah emosional dan perilaku. Oleh karena itu, konselor berusaha mengajak siswa menyadari bahwa keyakinan tersebut tidak benar dan perlu digantikan dengan pola pikir yang lebih sehat.

Dalam tahapan pertama model REBT, yaitu Activating Event, guru BK

menggali peristiwa pemicu yang menyebabkan siswa melanggar aturan. Siswa A, misalnya, mengaku mulai merokok karena diajak kakak kelas dengan alasan agar tidak dilaporkan. Sementara itu, siswa K menyebut bahwa rasa bosan dan ajakan teman menjadi pemicu utama. Kedua pemicu ini mencerminkan faktor eksternal yang kuat, namun juga menunjukkan lemahnya kemampuan siswa mengendalikan diri. Tahapan berikutnya, Belief, memperlihatkan keyakinan irasional yang dianut siswa. Mereka percaya bahwa merokok adalah cara untuk diterima dalam kelompok, atau bentuk perlindungan sosial dari tekanan senior. Padahal, keyakinan ini jelas bertentangan dengan nilai moral dan ajaran Islam yang menekankan pentingnya menjaga diri dari kebiasaan buruk.

Pada tahapan Consequence, konsekuensi dari keyakinan irasional siswa tampak nyata dalam bentuk rasa bersalah, konflik emosional, serta masalah kesehatan. Siswa A mengaku merasa gelisah setiap kali merokok, takut ketahuan guru, namun juga merasakan ketenangan sesaat setelah merokok. Kondisi ini menunjukkan adanya mixed feeling antara kecemasan dan kenikmatan, yang akhirnya membuat siswa terjebak dalam siklus perilaku maladaptif. Siswa K bahkan mengaku sudah terbiasa dengan rasa takut tersebut, seolah-olah itu adalah risiko yang wajar. Hal ini selaras dengan pendapat (Faridah, 2017) bahwa remaja cenderung mencari cara cepat untuk meredakan tekanan emosional, meskipun melalui perilaku yang merugikan seperti merokok.

Tahap berikutnya adalah Disputing Irrational Belief. Pada tahap ini, guru BK menantang dan membantah keyakinan irasional siswa dengan dialog reflektif dan pendekatan Islami. Siswa diajak untuk menilai apakah benar merokok membuat mereka lebih diterima, atau justru menjerumuskan mereka dalam masalah yang lebih besar. Konselor menekankan bahwa tubuh adalah amanah dari Allah yang harus dijaga, dan merokok berarti merusak amanah tersebut. Dalam sesi ini, guru BK juga membacakan ayat Al-Qur'an, seperti QS. Al-Mu'minun: 97–98, untuk mengingatkan siswa agar meminta perlindungan dari godaan setan yang dapat menyeret manusia pada kebiasaan buruk. Penyampaian nilai religius ini membuat siswa merenung lebih dalam, karena menyentuh aspek spiritual sekaligus moral.

Selanjutnya, pada tahap *Effect New Philosophy of Life*, siswa mulai menunjukkan perubahan pola pikir. Mereka menyadari bahwa merokok bukanlah solusi untuk diterima atau untuk mengatasi rasa bosan. Sebaliknya, mereka harus mulai berpikir bahwa menaati aturan sekolah dan menjaga kesehatan adalah wujud tanggung jawab dan kedewasaan. Dalam sesi ini, guru BK menanamkan nilai al-Furqan kemampuan membedakan mana yang baik dan buruk yang penting untuk memberikan pedoman moral internal yang kuat dalam menghadapi tekanan sosial. Dengan mengingatkan siswa bahwa tubuh adalah amanah dari Allah yang harus dijaga, dan bahwa merokok merupakan bentuk penyalahgunaan amanah tersebut,

Layanan Konseling Islami Melalui Pendekatan REBT untuk Mengatasi Pelanggaran Siswa Terhadap Larangan Merokok pendekatan spiritual memberikan dimensi tambahan yang tidak dimiliki oleh konseling konvensional. Pendapat ini didukung oleh (Lahmuddin, 2021) yang menjelaskan bahwa bimbingan dan konseling Islami bertujuan membina komitmen keimanan dan ketakwaan, serta (Suryatno, 2024) yang menekankan peran nilai Qur'ani seperti al-Furqan dalam membentuk kesadaran moral remaja. Selain itu, (Nuraida, 2025) menegaskan pentingnya pendekatan religius dan kesadaran diri dalam layanan konseling untuk mencegah perilaku merokok pada remaja.

Tahap terakhir, yaitu *Further Action/New Feeling*, diwujudkan dengan pengawasan dan tindak lanjut. Guru BK menegaskan bahwa perubahan pola pikir siswa harus diikuti dengan perubahan perilaku nyata. Oleh karena itu, siswa diarahkan untuk mengisi waktu luang dengan kegiatan positif sesuai minat mereka. Dalam kasus siswa A dan K, guru BK mendorong mereka untuk aktif dalam kegiatan futsal. Dengan demikian, energi dan waktu mereka tersalurkan ke dalam aktivitas sehat, bukan kebiasaan negatif. Guru BK juga bekerja sama dengan wali asrama dan pihak pengasuhan untuk melakukan monitoring berkelanjutan, sehingga jika siswa menunjukkan tanda-tanda kembali ke kebiasaan lama, dapat segera ditangani.

Hasil konseling menunjukkan adanya perubahan positif. Siswa A dan K mulai menyadari bahwa merokok bukan hanya melanggar aturan sekolah, tetapi juga bentuk pengkhianatan terhadap kepercayaan orang tua dan amanah Allah. Mereka menyesali perbuatannya dan berkomitmen untuk tidak mengulangnya lagi. Siswa A mengungkapkan penyesalan karena telah menyalahgunakan uang jajan dari orang tua untuk membeli rokok, sedangkan siswa K menyatakan keinginannya untuk berubah menjadi pribadi yang lebih baik. Kedua siswa juga mulai aktif mengganti kebiasaan merokok dengan kegiatan futsal. Guru BK mengonfirmasi bahwa setelah konseling, keduanya tidak lagi melanggar aturan merokok dan menunjukkan perilaku yang lebih disiplin.

Temuan ini memperlihatkan bahwa perpaduan antara konseling Islami dan pendekatan REBT memiliki efektivitas yang tinggi. Pendekatan ini tidak hanya menyentuh aspek kognitif dan perilaku, tetapi juga aspek spiritual siswa. Dengan demikian, siswa tidak hanya berhenti merokok karena takut hukuman, tetapi juga karena kesadaran moral dan religius. Hal ini sejalan dengan pendapat (Syahrain, 2014) bahwa konseling Islami harus membentuk komitmen jangka panjang, bukan sekadar menghentikan perilaku sesaat. Selain itu, hasil ini juga mendukung penelitian (Hollister, 2023) yang menunjukkan bahwa REBT efektif dalam membantu siswa mengelola emosi negatif dan membangun pola pikir yang rasional.

Terhadap hasil penelitian memperlihatkan bahwa layanan konseling Islami melalui pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) efektif dalam

mengatasi pelanggaran merokok yang dilakukan siswa SMP Plus Al-Aqhsa. Efektivitas ini ditunjukkan oleh adanya perubahan kognitif, afektif, dan perilaku pada siswa setelah mengikuti konseling. Pada ranah kognitif, siswa mulai menyadari bahwa keyakinan mereka tentang merokok merupakan keyakinan irasional yang justru merugikan. Hal ini selaras dengan konsep dasar REBT yang menekankan bahwa sumber masalah terletak pada pola pikir irasional, bukan pada peristiwa pemicunya. Dengan menantang keyakinan tersebut, siswa dapat melihat bahwa anggapan seperti “merokok itu keren” atau “rokok membuat diterima” tidak memiliki dasar rasional. Kesadaran ini menjadi titik awal perubahan perilaku.

Pada ranah efektif, siswa mengalami pergeseran dari rasa bangga dan nyaman ketika merokok menjadi rasa bersalah dan menyesal. Rasa bersalah ini semakin kuat ketika guru BK mengaitkan perilaku merokok dengan tanggung jawab keagamaan. Siswa menyadari bahwa tubuh adalah amanah Allah yang harus dijaga, serta menyadari bahwa uang jajan dari orang tua seharusnya tidak digunakan untuk hal yang merusak diri. Dengan demikian, konseling Islami berhasil menyentuh dimensi moral dan spiritual siswa, sehingga rasa bersalah berubah menjadi dorongan untuk memperbaiki diri. Perubahan afektif ini sejalan dengan teori perkembangan moral Kohlberg, di mana individu pada tahap tertentu mulai mempertimbangkan aspek etis dan religius dari tindakannya.

Pada ranah perilaku, siswa menunjukkan perubahan konkret dengan berhenti merokok dan menggantinya dengan aktivitas positif, seperti futsal. Perubahan perilaku ini penting karena membuktikan bahwa konseling Islami berbasis REBT tidak hanya menghasilkan wacana moral, tetapi juga berdampak nyata pada kehidupan sehari-hari siswa. Hal ini sejalan dengan temuan penelitian bahwa pemberian penguatan positif dalam layanan konseling terbukti mampu meminimalisir perilaku menyimpang siswa serta mendorong mereka mempertahankan perilaku baru yang lebih sehat (Sutirta, 2015). Dalam konteks penelitian ini, penguatan positif datang dari guru BK yang memberikan apresiasi, dari teman sebaya yang mendukung, serta dari kegiatan alternatif yang menyenangkan seperti olahraga. Dengan demikian, perubahan yang terjadi pada siswa bukan sekadar berhenti karena takut dihukum, tetapi karena mereka memiliki alasan internal yang kuat untuk mempertahankan perilaku baru.

Temuan ini juga memperkuat teori kontrol sosial Hirschi yang menyebutkan bahwa perilaku menyimpang muncul ketika keterikatan sosial melemah. Dalam kasus siswa A dan K, pelanggaran merokok terjadi karena lemahnya ikatan dengan nilai dan aturan sekolah, serta karena pengaruh kelompok sebaya yang kuat. Melalui konseling Islami, keterikatan ini diperbaiki dengan cara menanamkan nilai-nilai keislaman dan memperkuat komitmen religius siswa. Dengan meningkatnya keterikatan spiritual dan sosial, perilaku menyimpang dapat diminimalisir. Hal ini juga sejalan dengan pendapat (Wagito, 2004) yang

Layanan Konseling Islami Melalui Pendekatan REBT untuk Mengatasi Pelanggaran Siswa Terhadap Larangan Merokok menyatakan bahwa perilaku merokok pada remaja sering terbentuk dari lingkungan sosial yang permisif, sehingga perubahan membutuhkan dukungan lingkungan yang sehat.

Konseling Islami melalui pendekatan REBT menawarkan metode yang komprehensif untuk mengatasi berbagai masalah psikologis, termasuk perilaku merokok pada remaja. Konseling Islam dengan teori REBT dilakukan melalui tahapan identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, terapi, serta evaluasi dan tindak lanjut. Terapi ini menggabungkan teknik ABCDE dari REBT dengan penguatan dari ayat Al-Qur'an dan hadits Nabi. Penelitian (Amalia, 2023) menyatakan bahwa REBT mampu membantu konseli mengembangkan pola pikir sehat dan meningkatkan rasa percaya diri, sehingga dapat mengubah perilaku negatif secara efektif. REBT yang dikombinasikan dengan bimbingan konseling Islam efektif dalam menangani perilaku agresif anak dengan memperkuat kedisiplinan dan spiritualitasnya. Pendekatan ini bukan hanya mengatasi gejala sesaat, tetapi juga membangun fondasi moral dan spiritual yang kokoh untuk perubahan jangka panjang. Oleh karena itu, konseling Islami dengan REBT menjadi alternatif penting dalam membentuk kepribadian dan karakter yang bertanggung jawab pada remaja (Fahmi, 2020)

Selain itu, penelitian ini mengonfirmasi pentingnya kolaborasi antara guru Bimbingan dan Konseling (BK), wali kelas, serta pengasuhan pondok pesantren dalam menangani pelanggaran siswa secara efektif. Sinergi antar pihak tersebut menjadi elemen krusial dalam menciptakan lingkungan pembinaan yang komprehensif, karena perubahan perilaku siswa tidak hanya dipengaruhi oleh intervensi konseling semata, tetapi juga oleh dukungan sistem sosial yang konsisten. Monitoring berkelanjutan menjadi faktor kunci untuk memastikan bahwa perubahan positif yang telah dicapai melalui layanan konseling dapat dipertahankan dalam jangka panjang. Melalui pemantauan rutin, pihak sekolah dan pesantren dapat mendeteksi secara dini apabila siswa kembali menunjukkan tanda-tanda perilaku menyimpang, sehingga intervensi lanjutan dapat segera diberikan secara tepat dan preventif. Kolaborasi ini memperlihatkan bahwa keberhasilan konseling merupakan hasil kerja kolektif yang melibatkan berbagai peran dalam ekosistem pendidikan, bukan hanya tanggung jawab satu pihak saja. Hal ini sejalan dengan pandangan Soetomo (2013) yang menekankan bahwa disiplin siswa terbentuk melalui keseimbangan antara kontrol internal individu dan kontrol eksternal dari lingkungan.

Dengan demikian, hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan konseling Islami berbasis Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) efektif dalam mengatasi pelanggaran merokok di sekolah, karena mampu mengubah pola pikir siswa, menyentuh aspek moral-spiritual, serta menghasilkan perubahan perilaku

yang nyata. Pendekatan integratif ini menjadi relevan dalam konteks pendidikan berbasis nilai Islami, karena menggabungkan dimensi psikologis dan religius secara harmonis. Data penelitian diperoleh melalui wawancara langsung dengan Muhammad Faruq Fadhlulloh, S.Sos., selaku guru BK SMP Plus Al-Aqhsa, serta dua siswa kelas VIII yang terlibat pelanggaran merokok, yaitu siswa A dan siswa K sebagai informan utama penelitian.

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian mengenai layanan konseling Islami melalui pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) untuk mengatasi pelanggaran siswa terhadap aturan larangan merokok, dapat disimpulkan bahwa perilaku merokok di SMP Plus Al-Aqhsa merupakan bentuk ketidaktaatan terhadap aturan sekolah sekaligus penyimpangan dari nilai-nilai agama yang dijunjung oleh lembaga pendidikan berbasis pesantren. Pelanggaran yang dilakukan siswa tidak hanya terlihat dari tindakan langsung seperti membawa atau menggunakan rokok di lingkungan sekolah, tetapi juga melalui indikator tidak langsung, misalnya bau asap rokok pada pakaian atau perilaku yang mengarah pada kebiasaan merokok. Temuan ini menunjukkan bahwa perilaku merokok pada remaja sekolah menengah pertama merupakan fenomena kompleks yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal. Salah satu faktor eksternal yang paling dominan adalah pengaruh teman sebaya, di mana dorongan untuk diterima dalam kelompok sosial sering kali membuat siswa mencoba perilaku yang sebenarnya bertentangan dengan norma yang berlaku.

Penerapan layanan konseling Islami dengan pendekatan REBT melalui tahapan A-B-C-D-E-F terbukti efektif dalam membantu siswa memahami hubungan antara peristiwa pemicu (activating event), keyakinan (belief), dan konsekuensi emosional serta perilaku (consequence). Melalui proses konseling, siswa diajak untuk mengidentifikasi keyakinan irasional yang melatarbelakangi perilaku merokok, seperti anggapan bahwa merokok dapat meningkatkan rasa percaya diri atau membuat mereka lebih diterima oleh kelompok sebaya. Konselor kemudian membantu siswa melakukan proses disputing terhadap keyakinan yang tidak rasional tersebut dengan pendekatan yang mengintegrasikan nilai-nilai Islam, sehingga muncul pemahaman baru yang lebih adaptif dan sesuai dengan ajaran agama. Tahapan ini tidak hanya berfokus pada aspek kognitif, tetapi juga menyentuh aspek spiritual, sehingga perubahan yang terjadi bersifat lebih holistik.

Hasil layanan konseling menunjukkan adanya perubahan positif pada diri siswa, antara lain meningkatnya kesadaran diri, kemampuan mengelola emosi, serta munculnya komitmen untuk menjauhi lingkungan yang berpotensi

Layanan Konseling Islami Melalui Pendekatan REBT untuk Mengatasi Pelanggaran Siswa Terhadap Larangan Merokok memberikan pengaruh negatif. Selain itu, siswa juga menunjukkan peningkatan kedisiplinan dan pemahaman terhadap konsekuensi perilaku mereka, baik dari perspektif sosial maupun religius. Integrasi antara REBT dan konseling Islami terbukti memberikan pendekatan yang komprehensif karena memadukan prinsip psikoterapi modern yang berbasis rasionalitas dengan nilai-nilai spiritual yang relevan dengan konteks sekolah berbasis pesantren.

Sehubungan dengan temuan tersebut, pihak sekolah diharapkan dapat mengimplementasikan layanan konseling secara berkelanjutan, baik melalui sesi individu maupun kelompok, sehingga upaya pencegahan dan penanganan pelanggaran dapat dilakukan secara sistematis. Pendekatan konseling sebaiknya dilaksanakan secara empatik, suportif, dan tidak menghakimi, agar siswa merasa aman dan nyaman dalam mengungkapkan permasalahan yang mereka hadapi. Lingkungan konseling yang kondusif akan membantu siswa membangun kesadaran diri dan tanggung jawab personal secara lebih efektif.

Selain itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk menjadikan temuan ini sebagai rujukan dalam mengembangkan model konseling Islami berbasis REBT pada berbagai kasus perilaku menyimpang lainnya, seperti bullying, pelanggaran disiplin, atau kecanduan media digital. Penelitian komparatif dengan pendekatan konseling lain juga penting dilakukan untuk memperkaya perspektif mengenai efektivitas intervensi konseling Islami dalam membentuk perilaku positif remaja. Dengan demikian, pengembangan kajian konseling Islam diharapkan mampu memberikan kontribusi signifikan dalam menciptakan lingkungan pendidikan yang sehat, religius, dan mendukung perkembangan karakter siswa secara optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia. (2023). Implementasi REBT (Rational Emotive Behavior Therapy) dalam Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Al-Kamilah*.
- Appisi, J. (2023). Analisis Faktor Penyebab Perilaku Merokok pada Siswa Remaja. *Jurnal Risoma*.
- Corey, G. (2017). *Teori dan Praktik Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Dudy Imanuddin, K. R. (2019). Peranan Bimbingan Keagamaan dalam Meningkatkan Kecerdasan Spiritual Remaja. *Iryad, Vol. 7 No. 2*, 249-270.

- Ellis, A. (1995). *Akal dan Emosi dalam Psikoterapi: Edisi Revisi dan Diperbarui*. New York: Birch Lane Press.
- Fahmi, A. (2020). Terapi REBT dan Bimbingan Konseling Islam untuk Perilaku Anak. *Jurnal Al-Iyraq*.
- Faqih, A. (2004). Bimbingan dan Konseling Islam. *UII Press*.
- Faridah, F. (2017). Analisis Faktor Penyebab Perilaku Merokok pada Siswa Remaja di SMK “X” Surakarta. *Jurnal Risoma*.
- Hardiyanti, N. (2020). Analisis Faktor Penyebab Perilaku Merokok pada Siswa. *Jurnal BKMB, Universitas Muhammadiyah Barru*.
- Hardiyanti, N. (2020). Analisis Faktor Penyebab Perilaku Merokok pada Siswa. *Jurnal BKMB, Universitas Muhammadiyah Barru*.
- Hartoyo, S. R. (2024). Keefektifan Konseling Kelompok Rational Emotive Behavior Therapy. *Jurnal Bimbingan Konseling, Universitas PGRI Yogyakarta*.
- Hidayati, N. &. (2024). Pengaruh Orang Tua, Keluarga, dan Lingkungan Sosial terhadap Perilaku Merokok Remaja. *Jurnal Ekonomi Kependudukan dan Keluarga*, 1(2), 96-109. e-ISSN 3046-8590.
- Hidayati, N. &. (2024). Pengaruh Orang Tua, Keluarga, dan Lingkungan Sosial terhadap Perilaku Merokok Remaja. *Jurnal Ekonomi Kependudukan dan Keluarga*, 1(2), 96-109. e-ISSN 3046-8590.
- Hollister, K. (2023). 7 Manfaat Terapi Perilaku Emosional Rasional & Cara Kerjanya. *Marriage*.
- Komasari, D. &. (2000). Faktor-faktor penyebab perilaku merokok pada remaja. *Jurnal Psikologi Sosial Indonesia*. *Jurnal Psikologi* , 37-47.
- Komasari, D. (2015). Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Merokok pada Remaja. *Jurnal Psikologi Sosial Indonesia*, 12(2), 123–135.
- Lahmuddin, L. (2021). *Konseling dan Terapi Islami*. Medan: Perdana Publishing.
- Latipun. (2010). *Psikologi Konseling*. Yogyakarta: Teras.
- Mujib, A. (2005). *Kepribadian dalam Psikologi Islam*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Mulyadi, R. &. (2016). *Bimbingan dan Konseling Islam di Madrasah dan Sekolah*. Jakarta: Rajawali Pers.

Layanan Konseling Islami Melalui Pendekatan REBT untuk Mengatasi Pelanggaran Siswa Terhadap Larangan Merokok Muslimin, E. (2010). Faktor - Faktor Penyebab Perilaku Merokok Siswa di SMP Negeri Kecamatan Bubat. *Jurnal BK UNESA*, 116-124.

Nelson-Jones, R. (1995). *Teori dan Praktik Konseling Terapi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Nuraida, N. (2025). Efektivitas Layanan Informasi Terhadap Bahaya Merokok Bagi Remaja. *Jurnal Socius*.

Organization, W. H. (2020). Laporan Global tentang Tren Prevalensi Penggunaan Tembakau 2000–2025. *Jenewa: Organisasi Kesehatan Dunia*.

Pranoto. (2021). Hubungan Bimbingan Keagamaan dengan Perilaku Merokok Pada Remaja. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 7(3), 113-120.

Purwanto, N. (2011). *Psikologi Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

RI, K. K. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia*. Kemenkes RI.

RI, K. K. (2024). *Profil Kesehatan Indonesia 2024*. 2024: Kemenkes RI.

Santrock, J. (2012). *Masa Remaja (Edisi ke-14)*. New York: McGraw-Hill.

Santrock, J. (2012). *Perkembangan Sepanjang Kehidupan*. New York: McGraw-Hill Education.

Sarwono, S. (2012). *Psikologi Remaja*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.

Setyowati, N. (2021). Efektivitas Konseling Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) untuk Mengurangi Stres Akademik Siswa. *Pendidikan dan Konseling*, 145–156.

Slavin, R. (2012). *Psikologi Pendidikan: Teori dan Praktik*. Buston : Amerika: Pearson Education, Inc.

Soetomo. (2013). *Pendidikan Disiplin di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sugandi Miharja, R. R. (2021). Bimbingan Religi dalam Institusi Keagamaan. *Al-Irşad : Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, Vol. 3 No. 2.

Suryatno, S. (2024). Pemahaman Konsep Kesehatan Jiwa Menurut Hamka. *Jurnal Al-Furqan*.

Sutirta. (2015). Penerapan Konseling Behavioral dengan Teknik Penguatan Positif untuk Meminimalisir Kecenderungan Perilaku Menyimpang Siswa. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling*.

S Shofiyya, I. Z. Arifin. E. Marlina

Syahraïn, M. (2014). *Konseling Islam Integratif*. Perdana Publishing.

Untan. (2020). Analisis Faktor Penyebab Peserta Didik Merokok di SMP Negeri 6 Pontianak. *Jurnal Psikologi Pendidikan*.

Wagito, B. (2004). *Psikologi Sosial*. Yogyakarta: Andi Offset.

Wibawa, H. S. (2021). Dampak Teman Sebaya terhadap Perilaku Merokok pada Remaja di Lingkungan III Kelurahan Damai. *Jurnal Serunai Bimbingan dan Konseling*, 10(2), 64–75., 10(2), 64–75.