

Konseling model transteoritik dalam perubahan perilaku merokok pada remaja./ Adhitya Mardhika Saputra, Noni Mardeka Sary

Adhitya Mardhika Saputra, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20450143&lokasi=lokal>

Abstrak

Perkembangan perokok di kalangan anak-anak dan remaja semakin

meningkat, baik secara kuantitas maupun kualitas. Data Global Youth

Tobacco Survey terakhir di tahun 2009, menunjukkan 20,3% anak sekolah

13 _ 15 tahun merokok. Perokok pemula usia 10 _ 14 tahun naik 2 kali

lipat dalam 10 tahun terakhir dari 9,5% pada tahun 2001 menjadi 17,5% pada tahun 2010. Angka perokok pada usia remaja yang tinggi meningkatkan

risiko penyakit. Berdasarkan penelitian, para perokok yang terus merokok

dalam jangka panjang memiliki risiko kematian tiga kali lebih tinggi daripada

mereka yang bukan perokok. Individu mulai merokok disebabkan oleh pengaruh lingkungan sosial, seperti teman-teman, orang tua, dan media sehingga diperlukan suatu konseling terhadap remaja, salah satu metode konseling dengan pendekatan model transteoritik. Dalam beberapa kajian, terbukti model transteoritik efektif dalam mengubah perilaku merokok pada remaja. Berdasarkan kajian tersebut, diharapkan para konselor dalam memberikan konseling hendaknya memperhatikan kesiapan klien dalam mengubah perilaku hidupnya (aktivitas fisik) sesuai dengan tahap-tahapan yang

ada dalam model transteoritik.

The quantity and quality of smoking habits in adolescents are rising, steadily. According to Data Global Youth Tobacco Survey in 2009, showed 20.3%

of school children 13 _ 15 years were smoking. A beginner smokers aged

10 _ 14 years increased 2-fold in the last 10 years from 9.5% in 2001 to

17.5% in 2010. High number of smokers in adolescence will increase the

risk of disease. Based on studies, smokers who keep smoking in the long term would face the possibility of death three times higher than nonsmokers.

People started to smoke because the influence of the social environment

such as friends, parents, and the media thus needed a counseling to

adolescents that is one with the approaches of counseling methods trans-theoretical model (TTM). Transtheoretical models in several studies proved

Konseling Model Transteoritik dalam Perubahan

Perilaku Merokok pada Remaja

Counseling with the Transtheoretical Model in Changing Smoking

Behavioral among Adolescents

Adhitya Mardhika Saputra, Noni Mardeka Sary

effective in changing smoking behavior in adolescents. Based on the study

is expected to provide counselors should keep in readiness counseling

clients in behavioral change his life (physical activity), it has been doing

according to the stages in the transtheoretical model.