

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Indonesia merupakan satu dari 16 negara yang menyumbangkan angka yang tinggi dari total jumlah perokok di dunia. Perokok di Indonesia memperlihatkan peningkatan. Perokok aktif laki-laki di Indonesia mencapai 67% (Permanasari, 2012). Kemenkes menyatakan bahwa hal ini merupakan fakta menyedihkan yang dapat memberikan dampak negatif pada kondisi kesehatan serta biaya kesehatan di Indonesia. Berdasarkan Kedaulatan Rakyat tanggal 19 November 2014, diketahui dari dr. Murdilan selaku Fungsional Rumah Sakit Khusus Paru-paru (RSKP) Respira mengatakan bahwa 4,9 juta orang meninggal karena rokok. Ditemukan pula bahwa 1,4% perokok masih berumur 10-14 tahun dan sebanyak 9,9% perokok pada kelompok tidak bekerja. (Sukarno, 2014).

Perilaku merokok tidak hanya dilakukan oleh kelompok orang dewasa, tetapi juga oleh para remaja yang diharapkan sebagai generasi penerus bangsa yang sehat sehingga dapat berkarya membangun negara. Para remaja di usia sekolah, misalnya yang bersekolah di sekolah menengah pertama (SMP) beberapa diantaranya ditemukan merokok di sekolah. Padahal menurut peraturan di SMP, siswa tidak dibolehkan untuk merokok di sekolah. Tetapi pada kenyataannya, beberapa siswa tidak dapat mengontrol dirinya untuk tidak merokok di sekolah, di lingkungan luar pagar sekolah atau bahkan di lingkungan sekitar rumah.

Remaja seharusnya telah mampu melihat segala sesuatu dari sudut pandang yang baik atau buruk, sehingga para remaja yang telah mengetahui

dampak-dampak merokok bagi kesehatan seharusnya juga tidak merokok lagi. Namun demikian, ditemukan bahwa remaja ternyata tidak terlalu peduli dengan dampak-dampak yang menyertai ketika mereka memutuskan untuk merokok dan tidak peduli pula dengan teman-temannya yang merokok sehingga mereka terkesan menjadi orang yang terlihat biasa ketika melihat seseorang berperilaku merokok dan bahkan menjadi perokok pasif. Diperlukan adanya kesadaran diri remaja mengenai dampak yang ditimbulkan rokok serta cara atau strategi mengontrol diri pada remaja agar tidak terjebak dalam perilaku merokok.

Contoh riil adalah salah satu siswa SMP Ma'arif Klangon, Kalibawang, Kulon Progo yang bernama AI (kelas IX) yang telah merokok sejak merangkak. Meskipun sebenarnya ia tidak diperbolehkan merokok oleh orangtuanya, namun ketika bertemu dengan kakek menjadikan ia merokok karena diberi oleh kakeknya. AI juga mengetahui dampak buruk merokok dan bahkan pernah muntah darah, namun belum dapat berhenti merokok dan biasanya ia menghisap rokok minimal 5 batang per hari (wawancara pada tanggal 21 November 2014).

M yang juga bersekolah di SMP Ma'arif Klangon, Kulon Progo, siswa kelas VII, menceritakan bahwa ia mulai merokok kelas V SD. Hal ini dilakukan karena pada awalnya ikut-ikutan teman bermainnya. Subjek diolok-olok bukan seorang laki-laki jika tidak merokok. Selain itu, subjek juga penasaran dengan rasa rokok yang biasanya dihisap oleh ayah dan orang-orang laki-laki dewasa lainnya. Pada akhirnya, hingga sekarang subjek merokok minimal 5 batang dalam sehari. Subjek mengaku kurang dapat mengontrol dirinya meskipun ia mengetahui

dampak buruk ketika ia meneruskan kebiasaannya ini (wawancara pada tanggal 21 November 2014).

Berdasarkan wawancara dengan wakil kepala sekolah bagian kesiswaan (WaKa Kesiswaan) serta guru BK (Bimbingan Konseling), jumlah siswa SMP Ma'arif Klangon adalah sebanyak 280 orang dengan 60% perempuan dan 40% lainnya adalah laki-laki. Dari 280 orang tersebut, terdapat 15 siswa yang merokok. Siswa tersebut adalah siswa-siswa yang berjenis kelamin laki-laki. 15 siswa tersebut adalah siswa yang diketahui merokok di sekolah, misalnya merokok di toilet sekolah, di sekitar sekolah ketika akan pulang sekolah, serta di kantin sekolah bagian belakang. Sekolah ini sudah memberikan beberapa penanganan dengan cara ditegur secara verbal, tidak diperbolehkan jajan di kantin, hingga orangtua siswa dipanggil di sekolah. Namun siswa-siswa ini masih belum dapat menghentikan kebiasaan merokoknya. Sekolah membutuhkan penanganan terhadap para siswa supaya perilaku merokok tidak menyebar secara luas karena perilaku ini cukup mudah menular (Wawancara pada tanggal 19 November 2014).

Peneliti melakukan wawancara mendalam pada 12 siswa yang telah teridentifikasi merokok, lalu diketahui bahwa di SMP Ma'arif Klangon, Kulon Progo terdapat 25 siswa yang merokok. 25 siswa ini adalah siswa yang terlihat merokok di lingkungan sekolah, ketika akan pulang sekolah ataupun di sekitar lingkungan tempat tinggal/ketika bermain bersama. Para siswa yang merokok sebenarnya sangat ingin berhenti merokok karena mereka memiliki keinginan untuk lebih sehat serta tidak membuang-buang uang, karena mereka sadar belum dapat mencari uang sendiri. Namun demikian, para siswa masih belum dapat

menghentikan kebiasaannya karena mulut merasa asam jika tidak merokok serta pengaruh lingkungan yang cukup mempengaruhi, misalnya saat menonton kesenian lalu hampir sebagian besar temannya merokok atau di lingkungan tempat mereka terbiasa bermain atau nongkrong bersama teman-temannya. Setelah diadakan penyebaran angket terbuka mengenai perilaku merokok siswa, ternyata terdapat 20 siswa tambahan yang teridentifikasi merokok di lingkungan tempat tinggal mereka, sehingga jumlah siswa yang merokok terdapat 45 orang. (Wawancara dan Observasi pada tanggal 21 November 2014). Hasil tersebut dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 1. Jumlah Siswa Perokok dan Tidak Merokok SMP Ma'arif 1 Kalibawang

No	Aspek	Jumlah	Persentase
1	Siswa yang merokok	45 siswa	16,07%
2	Siswa yang tidak/belum merokok	235 siswa	83,93%

Sumber: Wawancara pada Guru BK 21 November 2014.

Hal tersebut berarti bahwa siswa SMP Ma'arif 1 Kalibawang yang merokok sebanyak 16,07% siswa, atau jika diberi persentase dari jenis kelamin laki-laki berarti 40,18% siswa laki-laki merokok, dan sebagian besar berada dalam taraf kategori perokok ringan. Keseluruhan siswa SMP Ma'arif 1 Kalibawang yang tidak merokok sebesar 83,93%. Para siswa juga sebagian besar mengemukakan bahwa mereka merokok karena pengaruh teman di lingkungan sekitar mereka dan kebanyakan dari mereka merokok di lingkungan rumah, bukan di sekolah. Penjelasan lengkap dapat dilihat pada tabel 2 yang diketahui melalui penyebaran kuesioner mengenai aspek merokok pada tanggal 21 November 2014 sebagai berikut.

Tabel 2. Penjelasan Aspek Perilaku Merokok Siswa SMP Ma'arif 1 Kalibawang

No	Aspek	Keterangan	Jumlah
1	Jenis Kelamin	Laki-laki	45 siswa
2	Tempat Merokok	- Lingkungan sekolah - Di luar pagar sekolah - Di lingkungan rumah/tempat tinggal	- 15 siswa - 10 siswa - 20 siswa
3	Keinginan berhenti merokok	- Ingin berhenti untuk lebih sehat - Ingin berhenti karena membuang uang/boros	- 18 siswa - 27 siswa
4	Jumlah batang rokok per hari yang dikonsumsi (kategori)	- Ringan (1-4 batang) - Sedang (5-14 batang) - Berat (lebih dari 15 batang)	- 26 siswa - 14 siswa - 5 siswa
5	Alasan merokok	- Pengaruh teman (dianggap <i>gentle</i> dan diterima) - Merasa asam/pahit jika setelah makan tidak merokok - Kebiasaan merokok dari orang terdekat	- 28 siswa - 7 siswa - 10 siswa

Sumber: Penyebaran Kuesioner Aspek Merokok tanggal 21 November 2014.

Sekolah-sekolah SMP yang siswanya teridentifikasi merokok tidak terlalu banyak, misalnya seperti di SMP Ma'arif 1 Klangan, Kalibawang, Kulon Progo diperlukan upaya preventif sebagai upaya penanggulangan agar perilaku merokok tidak menyebar secara luas. SMP Ma'arif 1 Klangan, Kalibawang, Kulon Progo dipilih sebagai tempat penelitian untuk dilakukan upaya preventif terhadap perilaku merokok karena letaknya yang di pedesaan yakni di bawah pegunungan Menoreh di kabupaten Kulon Progo, Yogyakarta berbatasan langsung dengan Ngluwar, Magelang (bagian pedesaan) dan hanya dipisahkan oleh jembatan. Menurut Alias, et al (2013) angka kejadian merokok pada remaja lebih tinggi di daerah pedesaan daripada di perkotaan.

Siswa-siswi yang bersekolah di SMP Ma'arif 1 Klangan, Kalibawang, Kulon Progo berasal dari kedua daerah tersebut yaitu Kulon Progo dan Magelang. Di sekitar SMP tersebut biasanya banyak anak muda yang nongkrong karena letaknya yang dekat dengan pasar cukup besar di sana. Selain itu, di daerah

tersebut sering ada pengajian akbar maupun tontonan misalnya angguk, jathilan, topeng ireng ataupun wayang, yang mana ketika waktu-waktu tersebut para laki-laki dewasa sering merokok dan menawari para remaja yang bersekolah di SMP. Masalah merokok menjadi masalah yang tak kunjung usai bahkan semakin meluas dan cepat menyebar karena para siswa yang tergolong remaja ada keinginan untuk mencoba dan cenderung mudah terpengaruh. Para siswa yang merokok terutama di sekolah, sudah diperingatkan oleh tim kesiswaan yang terdiri dari Wakasek urusan kesiswaan dan juga guru bimbingan dan konseling, namun tidak kunjung mereda, justru semakin siswa naik ke kelas yang lebih tinggi akan lebih banyak ditemukan siswa yang merokok.

Diperlukan sebuah program “Peduli Diri” yang berisi mengenai psikoedukasi dampak-dampak merokok serta upaya teknik kontrol diri pada siswa yang memiliki intensi atau niat untuk merokok. Psikoedukasi yang dimaksud adalah bagian dari upaya promosi kesehatan di sekolah, yang bermaksud untuk menjadikan lingkungan sekolah beserta para siswa yang didalamnya berperilaku lebih sehat, terutama sehat karena bebas rokok. Para remaja usia SMP juga dapat diberikan psikoedukasi tidak secara bersamaan dengan teknik kontrol diri, sebagai pembanding.

Program “Peduli Diri” adalah sebuah program yang dirancang sebagai upaya promosi kesehatan di sekolah dengan cara psikoedukasi mengenai dampak dan bahaya merokok bagi diri sendiri serta lingkungan atau orang-orang terdekat yang terkena asapnya serta pemberian strategi atau cara untuk dapat mengontrol diri dengan teknik kontrol diri yang nantinya akan dipraktikkan oleh para siswa.

Promosi kesehatan yang dimaksud, dapat didefinisikan sebagai kegiatan yang dilaksanakan untuk meningkatkan serta melindungi kesehatan oleh masyarakat dalam suatu sekolah. Promosi kesehatan di sekolah penting karena orang muda yang sehat lebih mudah untuk belajar dengan lebih efektif. Sedangkan teknik kontrol diri yang dimaksud adalah penerapan teknik kognitif behavioral yang dimaksudkan agar para remaja dapat mengontrol dirinya, terlebih niat atau intensi terhadap perilaku merokok.

Penelitian ini akan dibedakan antara program “Peduli Diri” yang berisi psikoedukasi dan teknik kontrol diri dengan psikoedukasi saja sebagai kelompok pembandingan agar hasilnya dapat dibandingkan yaitu tingkat efektivitas dari kedua perlakuan tersebut. Sebagai pembandingan diberikan perlakuan berupa psikoedukasi saja karena remaja lebih mudah mengerti ketika diberikan ceramah, karena kemampuan kognitif mereka yang berkembang, hal ini juga sesuai dengan penelitian Bungawati (2004) mengenai efektivitas pemberian informasi kesehatan melalui metode ceramah, poster, dan liflet dalam pencegahan kecenderungan berperilaku merokok siswa SMP yang menunjukkan bahwa ketiga metode tersebut dapat menurunkan kecenderungan merokok remaja di SMP, dan kelompok ceramah menunjukkan hasil yang lebih baik dibanding kelompok yang lain (kelompok poster dan liflet).

Beberapa penelitian mengenai upaya promosi kesehatan di sekolah misalnya penelitian Kuhu (2012) dengan menggunakan kartu bergambar bahaya merokok sebagai upaya promosi kesehatan terhadap bahaya merokok pada siswa SD. Hasil dari penelitian ini adalah kartu bergambar bahaya merokok dapat

meningkatkan pengetahuan dan sikap terhadap bahaya merokok pada siswa. Penelitian Sari (2012) yang mana akan mengukur niat merokok remaja usia SMP diberikan program remaja “Sadar” (Sehat, Adaptif dan Reflektif) yang didalamnya terdapat pemetaan diri, pemetaan lingkungan, serta psikoedukasi mengenai keterampilan kelola pikir, regulasi emosi serta kelola perilaku dan internalisasi keterampilan kelola pikir serta emosi. Hasil dari penelitian ini ternyata program remaja “Sadar” kurang efektif untuk menurunkan niat merokok karena subjek yang dilibatkan dalam penelitian bukan hanya remaja yang memiliki niat merokok, namun sudah menjadi perokok.

Berdasarkan beberapa penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa pemberian informasi kesehatan melalui beberapa metode seperti metode gambar, ceramah, poster, liflet ataupun program remaja “Sadar” dapat menjadikan subjek memiliki pengetahuan yang lebih baik serta sikap terhadap bahaya merokok, atau mencegah seseorang memiliki kecenderungan merokok, serta dapat menurunkan niat merokok. Pada program remaja “Sadar” dengan catatan subjek yang akan diberikan perlakuan belum pernah merokok dan baru berniat merokok.

Program “Peduli Diri” juga berisi mengenai teknik kontrol diri. Penelitian mengenai kontrol diri diantaranya yang dilakukan oleh Sandek dan Astuti (2007) bahwa kontrol diri dapat berperan untuk menumbuhkan sikap atau intensi berhenti merokok karena dalam kontrol diri terdapat aspek mengontrol perilaku. Oleh karena itu, kontrol diri dapat menurunkan intensi merokok. Penelitian lain misalnya yang menemukan korelasi antara kontrol diri dan perilaku merokok yaitu temuan Ulhaq dan Komolohadi (2015) serta Runtukahu, dkk (2015) yang

mengemukakan bahwa semakin tinggi kontrol diri seorang individu maka akan semakin rendah perilaku merokoknya.

Penelitian Ramdhani (2013) menggunakan teknik kontrol diri untuk mengurangi konsumsi rokok pada perokok ringan. Penelitian ini menggunakan pendekatan behavioral dan berhasil serta terbukti untuk menurunkan perilaku merokok pada seseorang yang merokok pada kategori ringan. Berdasarkan beberapa penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa strategi atau teknik kontrol diri dapat digunakan untuk upaya alternatif pengendalian diri dari seorang individu agar tidak sampai merokok serta dapat menurunkan niat atau intensi merokok pada remaja. Hal ini dikarenakan, seseorang yang memiliki kontrol diri akan mampu mengelola perilakunya sendiri dan memodifikasi suatu kejadian tertentu sehingga akan sesuai yang dimau oleh seorang individu. Kontrol diri menurut Chaplin (2006) adalah kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri, untuk menekan dan merintangi impuls atau tingkah laku impulsif. Kontrol diri akan berfungsi sebagai kemampuan menahan tingkah laku yang dapat merugikan diri sendiri maupun orang lain. Siswa atau remaja yang telah mengembangkan kontrol diri akan dapat menjadi seseorang yang diinginkan oleh lingkungannya yaitu sesuai aturan sekolah, dan tidak melakukan sesuatu yang merugikan orang lain serta dirinya sendiri, terlebih dapat mengendalikan niat atau perilaku merokoknya.

Program “Peduli Diri” ini dilakukan dengan cara pemberian psikoedukasi berupa ceramah serta video mengenai bahaya dan dampak merokok terhadap kesehatan serta upaya berupa teknik kontrol diri untuk menurunkan intensi

merokok pada siswa dalam kategori remaja, atau yang bersekolah di SMP. Hal tersebut dapat menjadikan para siswa lebih *aware* ataupun sadar dengan pentingnya menjaga kesehatan, terlebih menjaga agar tidak sampai merokok. Program ini merupakan upaya promosi kesehatan yaitu pencegahan agar siswa yang memiliki intensi atau niat untuk merokok dapat diantisipasi sehingga tidak semakin bertambah, baik secara kuantitas batang yang dikonsumsi serta tidak mempengaruhi siswa yang belum merokok/ tidak menyebar. Pada kelompok eksperimen yang lain, nantinya hanya akan diberikan perlakuan psikoedukasi sebagai pembanding bagi kelompok program “Peduli Diri”.

### **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini, yaitu : Apakah program preventif “Peduli Diri” dan psikoedukasi efektif dalam menurunkan intensi merokok pada remaja?

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian dalam penelitian ini, yaitu : Untuk mengetahui efektivitas program “Peduli Diri” dan psikoedukasi sebagai upaya preventif untuk menurunkan intensi merokok pada remaja.

#### **D. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, yaitu :

##### 1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini dapat memberikan bukti empiris mengenai efektivitas program “Peduli Diri” dan psikoedukasi sebagai upaya preventif terhadap perilaku merokok dengan menurunkan intensi merokok pada remaja sehingga hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan bagi keilmuan Psikologi, khususnya Psikologi Kesehatan, Psikologi Klinis dan Psikologi Pendidikan.

##### 2. Manfaat Praktis

- a. Bagi peserta, program “Peduli Diri” dan psikoedukasi sebagai upaya preventif terhadap perilaku merokok dapat memberikan kekuatan pada peserta untuk menurunkan intensi merokok.
- b. Bagi orangtua, hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan agar dapat mencegah serta menangani intensi merokok dan meningkatkan kontrol diri remaja dengan cara penerapan teknik kontrol diri dan psikoedukasi dalam rangka promosi kesehatan di sekolah.
- c. Bagi sekolah, penelitian ini dapat menjadikan sekolah memiliki metode untuk menurunkan intensi merokok siswanya sebagai upaya promosi kesehatan dengan cara psikoedukasi dan penerapan teknik kontrol diri.

### **E. Keaslian Penelitian**

Penelitian yang berjudul “Upaya Preventif untuk Menurunkan Intensi Merokok pada Remaja Melalui Program “Peduli Diri” pada Remaja” sejauh pengetahuan peneliti belum pernah ada yang meneliti sebelumnya. Namun terdapat beberapa penelitian terkait dengan variabel yang menjadi topik penelitian ini, mengenai ceramah sebagai upaya preventif dalam perilaku kesehatan, mengenai kontrol diri dan mengenai intensi maupun perilaku merokok yang sebelumnya telah banyak dilakukan. Dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 3. Hasil *Review* Penelitian Terdahulu

No	Peneliti	Jenis Penelitian	Subjek	Variabel	Tujuan	Hasil
1	Mariyati (2014)	Eksperimen	Remaja	Pelatihan Manajemen Diri dengan Pendekatan <i>Choice Theory</i> , Kecenderungan Merokok	Mengetahui pengaruh pelatihan manajemen diri terhadap kecenderungan merokok	Intervensi dengan pendekatan <i>choice theory</i> dapat digunakan secara luas sebagai <i>treatment</i> untuk menurunkan kecenderungan perilaku merokok
2	Dewi (2014)	Kuantitatif korelasi	Siswa/i SMU Brebes	Pengetahuan Bahaya Merokok, Paparan Iklan Rokok, Pengaruh Sosial, Status Merokok	Mengetahui hubungan antara pengetahuan tentang bahaya merokok, paparan iklan rokok, pengaruh sosial dengan status merokok pada siswa	Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang bahaya merokok dengan perilaku merokok, ada hubungan yang signifikan antara paparan iklan rokok dengan perilaku merokok, ada hubungan yang signifikan antara pengaruh teman sebaya dengan perilaku untuk merokok serta terdapat hubungan yang signifikan antara pengaruh lingkungan keluarga dengan perilaku untuk merokok.
3	Setiawan (2014)	Kualitatif	Pengunjung kedai kopi di Bengkalis	Intensi Perilaku Merokok dan Minum Kopi	Mengeksplorasi intensi pengunjung untuk datang ke kedai kopi	Intensi yang melatarbelakangi pengunjung datang ke kedai kopi untuk sarapan, bertemu rekan, mencari peluang. Intensi dipengaruhi oleh sikap, norma subjektif dan kontrol perilaku.
4	Ramdhani (2013)	Kualitatif rangkaian kasus	Perokok Ringan	Teknik Kontrol Diri, Konsumsi Rokok	Mengetahui deskripsi tingkat konsumsi rokok pada subjek	Intervensi teknik kontrol diri dapat menurunkan tingkat konsumsi merokok pada subjek.
5	Sari (2012)	Eksperimen	Siswa SMP	Program “Sadar”, Merokok	Remaja Niat Mengetahui efektivitas program remaja “Sadar” dalam menurunkan niat merokok siswa	Program Remaja “Sadar” belum dapat menurunkan niat merokok siswa karena siswa yang menjadi subjek penelitian sudah menjadi perokok, tidak sekedar niat untuk merokok

6	Kuhu (2012)	Eksperimen	Siswa SD N Karang- mangu Banyumas	Kartu Bergambar, Pengetahuan Bahaya Merokok	Mengetahui pengaruh penggunaan kartu bergambar terhadap pengetahuan dan sikap bahaya merokok pada siswa	Ada pengaruh penggunaan kartu bergambar sebagai media promosi kesehatan di sekolah terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap bahaya merokok pada siswa
7	Janah (2011)	Eksperimen	Siswa SMK Harapan Kartasura	Pelatihan Kontrol Diri dengan Teknik TGMPM, Perilaku Merokok	Mengetahui pengaruh pelatihan kontrol diri dengan teknik TGMPM untuk mengurangi perilaku merokok	Pelatihan kontrol diri dengan metode TGMPM dapat mengurangi perilaku merokok pada siswa SMK

---

Berdasarkan beberapa penelitian di atas, maka dapat diketahui bahwa program “Peduli Diri” yang merupakan upaya preventif untuk menurunkan intensi merokok pada remaja berbeda dengan penelitian sebelumnya. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah terletak pada perlakuan yang diberikan, yang mana perlakuan pada penelitian ini menggunakan psikoedukasi berupa ceramah, pemberian liflet, video bahaya merokok serta teknik kontrol diri (upaya gabungan dari dua variabel yang sebelumnya terpisah) sehingga dapat terlihat tingkat keefektifan dua program ketika digabungkan menjadi satu program. Pada kelompok kedua, hanya diberikan perlakuan berupa psikoedukasi sebagai upaya pembandingan tingkat efektivitas dari kelompok program “Peduli Diri”.

Penelitian ini akan lebih melihat efektivitas dari kedua perlakuan yakni psikoedukasi dan teknik kontrol diri (program “Peduli Diri”) di kelompok eksperimen I, dengan dibandingkan perlakuan berupa psikoedukasi di kelompok eksperimen II, serta kelompok kontrol sehingga terlihat tingkat efektivitas dari program “Peduli Diri” dan psikoedukasi, hingga pada tahap *follow up* 1 (2 minggu setelah perlakuan berlangsung) dan *follow up* 2 atau sebulan dari perlakuan selesai dilakukan, yang mana hal ini berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang tanpa *follow up*. Hal lain yang menjadi perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada subjek penelitian yang mana melibatkan remaja di salah satu SMP swasta berbasis agama di kecamatan Kalibawang, kabupaten Kulon Progo, Yogyakarta dan pada penelitian-penelitian sebelumnya belum pernah melibatkan remaja di daerah tersebut.