

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Fase usia remaja hingga dewasa awal merupakan masa dimana manusia sedang mengalami perkembangan teramat pesat, baik fisik, psikologis, maupun sosial. Perkembangan secara fisik ditandai semakin matangnya organ-organ tubuh termasuk organ reproduksi. Sedangkan pada aspek sosial terlihat dari kian berkurangnya ketergantungan terhadap orang tua, sehingga remaja biasanya akan semakin mengenal komunitas luar melalui interaksi sosial yang dilakukan di sekolah, pergaulan dengan sebaya, ataupun masyarakat luas. Kecanduan minuman beralkohol adalah mereka yang mengalami fiksasi pada fase oral sehingga mereka memuaskan serta mengatasi dengan alkohol (Soetjiningsih, 2007: 2). Sering mereka tergolong dalam kepribadian yang anti social. Penggunaan zat tersebut dilarang karena termasuk dalam zat *psikoaktif* atau obat terlarang tapi ada juga tradisi pada suatu daerah memperbolehkan penggunaan zat tersebut.

Menurut Simatupang (2015: 15) menyatakan bahwa alkohol merupakan zat yang memiliki titik didih relatif tinggi dibandingkan dengan senyawa hidrokarbon yang jumlah atom karbonnya sama. Alkohol adalah minuman keras atau minuman yang mengandung alkohol atau zat yang paling sering disalah gunakan manusia. alkohol diperoleh atas peragian/fermentasi madu, gula, sari buah atau umbi-umbian. Sedangkan, Ginting (2023: 46) menyatakan bahwa minuman beralkohol yaitu minuman yang mengandung ethanol yang diproses dari bahan hasil pertanian yang mengandung karbohidrat dengan cara fermentasi dan destilasi, atau fermentasi tanpa destilasi, maupun yang diproses dengan cara mencampur konsentrat dengan ethanol atau dengan cara pengenceran minuman yang mengandung ethanol (C_2H_5OH).

Indonesia, pelanggaran minuman beral kohol sudah di atur oleh peraturan daerah pada masing-masing wilayah. Seperti telah kami kemukakan di bagian awal

buku ini bahwa sosiologis. mengkonsumsi minuman beralkohol di indonesia. dilatarbelakangi oleh adat dan kebiasaan di komunitas mereka. Sejumlah daerah. penghasilan penduduk bergantung pada penjualan minuman beralkohol/minuman keras. seperti tuak. air nira. brem atau yang disebut anggur. Minuman beralkohol bagi kebanyakan remaja merupakan hal yang tidak asing lagi dan mudah didapatkan di warung-warung jamu yang terletak di desa Prambatan Kudus. Para penikmat minuman beralkohol biasanya ketika setelah kembali pulang bekerja. acara hajatan dan waktu tertentu seperti malam minggu.

Permasalahan berikutnya yang tidak kalah penting yaitu. berkaitan dengan faktor penyebab penyalagunaan minuman beralkohol. Faktor penyebab utama konsumsi alkohol oleh siswa ataupun remaja seringkali dipicu oleh faktor-faktor sosial ekonomi dalam masyarakat. Beberapa di antaranya mencakup situasi rumah tangga yang tidak stabil. tindakan kekerasan terhadap anak-anak. kehadiran orang tua yang merokok atau mengkonsumsi alkohol secara berlebihan. keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan. dampak polusi lingkungan. kecanduan rokok dan alkohol yang berat. serta penyalahgunaan zat adiktif seperti minuman keras dan narkoba oleh kalangan remaja.

Menurut Arifin (2017: 21). faktor penyebab seorang remaja mengkonsumsi minuman keras adalah faktor individual/kepribadian individu (rasa kurang percaya diri. sifat mudah kecewa. rasa ingin tahu dan coba-coba. pelarian dari suatu masalah). faktor lingkungan (lingkungan keluarga. sekolah. teman sebaya. masyarakat). Pada jangka pendek. konsumsi minuman keras secara berlebihan dapat menyebabkan mabuk dan keracunan. Pada jangka panjang. alcohol dapat merusak sebagian besar sistem dalam tubuh.

Pada jangka pendek. konsumsi alkohol secara berlebihan dapat menyebabkan mabuk dan keracunan. Sejalan dengan pendapat Ayudhitya & Inggriani (2012: 44) menyatakan bahwa alkohol merupakan zat yang dapat mempengaruhi kondisi fisik dan mental. zat yang dapat membuat merasa santai dan senang namun dapat berakibat masalah kesehatan yang serius sebagian besar sistem dalam tubuh. Penggunaan alkohol kronis dan berat berdampak pada semua organ dan sistem

tubuh. Penggunaan alkohol secara berlebihan dapat menyebabkan penyakit kanker. jantung koroner. gangguan hati serta gangguan neurologis.

Data dari *World Health Organization* (WHO) memperkirakan saat ini jumlah pecandu alkohol diseluruh dunia mencapai 64 juta orang. Di Indonesia. pada tahun 2013 penyalahgunaan. NAPZA mencapai 3.7 jiwa (22%). Pada tahun 2014 mengalami peningkatan. Badan Narkotika Nasional (BNN) memperkirakan ada 3.2 juta orang (1.5% dari total populasi) di Indonesia mempunyai riwayat menggunakan NAPZA diantaranya 46% adalah perilaku minum alkohol (Triyono. 2014: 3). Data dinas penelitian dan pengembangan (Dislitbang Polri. 2014). pengguna alkohol remaja mulai dari usia 14-16 tahun (47.7%). 17-20 tahun (51.1%) dan 21-24 tahun (31%). Sedangkan di Jawa Tengah. berdasarkan data dari Riskesdas pada tahun 2009 jumlah peminum alkohol adalah 22%. Mengalami peningkatan pada tahun 2010. menurut Dinas Kesehatan Propinsi Jawa Tengah diperkirakan sekitar 25% remaja telah menggunakan minuman keras (Dinkes Propinsi Jateng. 2010).

Dari pemaparan di atas mengenai Alkohol. alkohol merupakan minuman yang mengandung etanol yang diproses dari bahan hasil pertanian yang mengandung karbohidrat dengan cara fermentasi dan distilasi atau fermentasi tanpa distilasi. baik dengan cara memberikan perlakuan terlebih dahulu atau tidak. menambahkan bahan lain atau tidak. maupun yang sedang diproses dengan cara mencampur konsentrat dengan etanol atau dengan cara pengenceran minuman yang mengandung etanol. Alkohol merupakan suatu zat yang paling sering disalahgunakan manusia.

Menurut Adinda (2017: 7) menyatakan bahwa dalam minum beralkohol dikenal 3 golongan minuman yaitu golongan A; kadar etanol 1%-5% (bir). golongan B; kadar etanol 5%-20% (minuman anggur/wine) dan golongan C; kadar etanol 20%-45% (Whiskey. Vodca. TKW. Manson House. Johny Walker. Kampot). Berbicara mengenai minuman beralkohol. sama dengan berbicara masalah yang bersifat dilematis. Salah satu pihak minuman keras menimbulkan masalah yang berkaitan dengan kesehatan dan sosial. Di bidang kesehatan. minuman beralkohol menyebabkan turunnya *produktifitas* serta meningkatkan biaya perawatan dan

pengobatan. dibidang social menyebabkan keadaan keluarga tidak harmonis. Bertambahnya jumlah kecelakaan lalu-lintas. serta meningkatnya angka kesenjangan social dalam masyarakat. Pemerintah mengharapkan sebagai sumber penghasilan yang besar. sekalipun dalam hal peredaran atau penjualan atau pemakaiannya diawasi dan dibatasi.

Berdasarkan wawancara dengan guru BK di SMK NU Maarif Kudus dan dari data guru BK tentang perilaku siswa pada tanggal 24 oktober 2022 yang didapatkan meminum-minuman beralkohol maka diperoleh data video satu siswa yang mengalami kecanduan. Hal ini. ditandai dengan kecanduan siswa tersebut dengan ciri-ciri fisik seperti menyebabkan ketergantungan pada minuman beralkohol. sering mengantuk dikelas. mata merah. tidak dapat focus dalam pembelajaran. penurunan prestasi di sekolah. menjadi pendiam dan suasana hati berubah-ubah.

Berkaitan dengan tersebut maka peneliti berencana memberikan bantuan layanan BK untuk mengatasi siswa yang kecanduan minuman beralkohol dengan konseling individu dengan teknik REBT. REBT mendukung individu untuk lebih toleran terhadap diri sendiri. orang lain. dan lingkungannya. Komalasari *et al.* (2011: 213) menyatakan bahwa mendeskripsikan beberapa sub tujuan yang sesuai dengan nilai dasar pendekatan REBT. Sub tujuan ini dapat menjadikan individu mencapai nilai untuk hidup (*to survive*) dan untuk menikmati hidup (*to enjoy*). Tujuan tersebut adalah memiliki minat diri (*self interest*). memiliki minat sosial (*social interest*). memiliki pengarahan diri (*self direction*). toleransi. fleksibel. memiliki penerimaan. dapat menerima ketidakpastian. dapat menerima diri sendiri. dapat mengambil risiko. memiliki harapan yang realistis. memiliki toleransi terhadap frustrasi yang tinggi. memiliki tanggung jawab pribadi. Tujuan-tujuan REBT dapat tercapai apabila individu memiliki pemahaman tentang sistem keyakinan atau cara berpikir sendiri.

Tiga tingkatan insight yang perlu dicapai dalam REBT yaitu: 1) Pemahaman (*insight*) dicapai ketika individu memahami tentang perilaku penolakan diri yang dihubungkan pada penyebab sebelumnya yang sebagian besar sesuai dengan keyakinannya tentang peristiwa-peristiwa yang diterima (*antecedent event*) yang lalu dan saat ini. 2) Pemahaman terjadi ketika konselor membantu individu untuk

memahami bahwa apa yang mengganggu individu pada saat ini adalah karena berkeyakinan yang irasional terus dipelajari dan yang diperoleh sebelumnya. 3) Pemahaman dicapai pada saat konselor membantu individu untuk mencapai pemahaman ketiga, yaitu tidak ada jalan lain untuk keluar dari emosional kecuali dengan mendeteksi dan melawan keyakinan yang irasional.

Pelaksanaan REBT dimulai dengan mengenal pemikiran irasional bagi individu, dalam usaha pencapaian pemikiran rasional klien, maka diperlukan beberapa tahapan konseling dalam REBT. Corey (Haryanti.2014) menyatakan bahwa REBT memiliki beberapa teknik, sebagai berikut. 1) Mengajak klien untuk berpikir tentang beberapa gagasan dasar irasional yang telah memotivasi banyak gangguan tingkah laku, dan kecemasan yang dialami berdasarkan alasan yang irasional. 2) Menantang klien untuk menguji gagasannya-gagasannya, dalam artian mengungkap fakta-fakta (secara rasional/logis) yang juga disebut proses dispute. 3) Memberikan pemahaman kepada klien berkaitan pemikiran yang tidak logis dan menggunakan suatu analisis logika untuk meminimalkan keyakinan-keyakinan irasional individu. 4) Menunjukkan bahwa keyakinan-keyakinan itu tidak ada gunanya dan bagaimana keyakinan-keyakinan akan mengakibatkan gangguan-gangguan emosional dan tingkah laku di masa depan, dalam hal ini klien diminta untuk mempertimbangkan yang baik dan yang tidak baik.

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk menerapkan terapi *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dengan judul “Penerapan konseling individu teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Terhadap siswa yang kecanduan minuman beralkohol”.

B. Fokus dan Lokus Penelitian

1. Fokus Penelitian

Fokus dalam Penelitian ini adalah menguraikan penerapa konseling atau Pendekatan *Rational Emotive behaviour Therapy* yang diberikan kepada konseli berinisial MFP. Konseli tersebut adalah siswa dari sekolah SMK NU Maarif Kudus yang melakukan perbuatan negative yaitu minum alcohol atau sejenisnya.

Dampak dari minuman beralkohol adalah konseli akan semakin kurang kemampuannya untuk mengendalikan diri, baik fisik maupun psikologis atau sosial namun perlu dicatat bahwa ketergantungan minuman beralkohol merupakan suatu proses tersendiri yang memakan waktu.

2. Lokus Penelitian

Peneliti ini dilakukan di SMK NU Ma'arif Kudus berada di wilayah Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kudus.

C. Rumusan Masalah

Peneliti memberikan rumusan dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Bagaimana Penyebab siswa kecanduan minuman beralkohol?
2. Bagaimana Penerapan Teknik REBT untuk siswa yang bermasalah seperti kecanduan minuman beralkohol di SMK NU Maarif Kudus?

D. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian dalam peneliti ini sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui apa penyebab siswa kecanduan minuman beralkohol.
2. Untuk mengetahui bagaimana penerapan konseling individu dengan pendekatan REBT terhadap siswa yang kecanduan minuman beralkohol.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi mengenai penyebab terhadap siswa yang kecanduan minuman beralkohol. Serta memperkaya kajian penelitian bimbingan dan konseling dengan pendekatan REBT.

2. Manfaat Praktis

1. Konseli

Konseli dapat merubah kebiasaan buruk tersebut setelah mengalami kecanduan minuman beralkohol. mampu berpikir ke depan. mengesampingkan masa lalu yang suram dan mampu memperbaiki diri di kemudian hari.

2. Orangtua Konseli

Orangtua Konseli dapat menggunakan hasil penelitian untuk memantau perkembangan psikis pada konseli. serta memberikan dampingan terhadap hambatan atau masalah yang akan mungkin dialami konseli di kemudian hari.

3. Peneliti

Peneliti dapat memperoleh pengalaman dalam mengaplikasikan pendekatan REBT dalam seting luar sekolah.

4. Kepala sekolah

Kepala sekolah dapat menggunakan hasil penelitian sebagai acuan penetapan kebijakan perihal siswa yang kecanduan minuman beralkohol. serta optimalisasi pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah oleh guru bimbingan dan konseling.

5. Guru Bimbingan dan Konseling

Guru bimbingan dan konseling dapat menggunakan hasil penelitian sebagai acuan dalam pelaksanaan layanan bimbingan konseling secara optimal. dan khususnya bimbingan individu pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) untuk mengatasi siswa yang kecanduan minuman beralkohol.

F. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup dalam penelitian ini adalah usaha peneliti dalam memperbaiki kondisi siswa yang kecanduan minuman beralkohol di SMK NU Maarif Kudus di wilayah Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kudus pada tahun ajaran 2022/2023. Peneliti dalam usaha memberikan pelayanan konseling individu menggunakan pendekatan REBT.