

**PENARUH KONSELING BEHAVIOR TEKNIK ASERTIF DALAM
MENCEGAH KECENDERUNGAN MINUMAN MIRAS PADA SISWA
KELAS VIII MTs TIRTANADI**

Hermianto¹, Muhammad Ripli²

¹Fakultas ilmu pendidikan Universtias Hamznawadi
hermianto@gmail.com

²Fakultas ilmu pendidikan Universtias Hamznawadi
Ripli@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengaruh pendekatan konseling behavior teknik asertif untuk menurunkan kecenderungan miras pada siswa kelas VIII MTs Tirtanadi dalam penelitian ini adalah satu orang siswa yang memiliki masalah kecenderungan miras. Jenis penelitian ini adalah eksperimen dengan desain penelitian subjek tunggal menggunakan desain (A-B). Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket. Analisis data dilakukan pada fase baseline (A) dan fase intervensi (B), untuk mengetahui perubahan dalam menurunkan kecenderungan miras siswa bisa diketahui setelah mendapat perlakuan dengan menghitung banyaknya data poin (skor) dalam setiap kondisi. Hasil penelitian menunjukkan pemberian layanan konseling behavior teknik asertif memberikan pengaruh positif untuk menurunkan kecenderungan miras siswa.

Kata Kunci : Pendekatan Konseling behavior teknik asertif, kecenderungan miras pada siswa

PENDAHULUAN

Sekolah merupakan pendidikan yang kedua setelah lingkungan keluarga bagi anak remaja. Selama mereka menempuh pendidikan formal di sekolah terjadi interaksi antara remaja dengan sesamanya, termasuk interaksi antara remaja dengan pendidikan. Interaksi yang mereka lakukan di sekolah sering menimbulkan akibat bagi perkembangan mental anak remaja. Dalam hal ini peran guru BK (Bimbingan dan Konseling) mempunyai posisi strategis untuk melaksanakan kegiatan tersebut, mengingat seorang guru BK (Bimbingan dan Konseling) dapat masuk lebih dalam dengan diharapkan perilaku miras di MTs Tirtanadi dapat diatasi.

Menurut salah satu terjemahan buku ilmu pengetahuan populer mengatakan: Iklim lingkungan yang tidak sehat tersebut, cenderung memberikan dampak yang kurang baik bagi perkembangan remaja dan sangat mungkin mereka akan mengalami kehidupan yang tidak nyaman, stres atau depresi. Dalam kondisi seperti inilah, banyak remaja yang

meresponnya dengan sikap dan perilaku yang kurang wajar dan bahkan amoral, seperti kriminalitas, meminum minuman keras, penyalahgunaan obat terlarang, tauran dan pergaulan bebas. (Anonim, 2007).

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat masalah yang serius, karena seharusnya siswa dapat bergaul, bermain dan berkomunikasi, baik dengan teman-teman maupun guru di lingkungan sekolah. Tapi kenyataannya ada siswa yang sering tidur, tidak fokus dalam belajar, sering emosi. Menurut pengamatan peneliti, itu mungkin oleh pengaruh miras yang di mana itu di lakukan pada pulang sekolah, suatu ketika peneliti kebetulan pergi ke sawah dan menemukan tiga (3) siswa MTs itu yang sedang miras. Peneliti bertanya kepada tiga orang tentang jenis minuman, harga, dapet uang dari mana, dan seterusnya. Dalam pengamatan lebih lanjut ternyata mereka melakukannya tiga kali dalam seminggu, peneliti sempat pula bertanya apa akibat dari miras itu. Salah seorang menjawab, bahwa pengaruhnya adalah telat bangun tidur, badan lemas, tidak bisa konsentrasi, dan seterusnya. Masalah tersebut belum pernah di atasi baik orang tua maupun sekolah atau masyarakat setempat. Yang dimaksud dengan minuman keras menurut (Zulvikar, 2008: th). ialah: segala jenis minuman yang memabukan, sehingga dengan meminumnya menjadi hilang kesadarannya, yang termasuk minuman keras seperti arak (khamar) minuman yang banyak mengandung *alcohol*, seperti *wine*, *whisky*, *brandy*, *sampagne*, malaga dan lain-lain, selain itu juga ada benda padat yang biasa memabukkan seperti ganja, morfin, candu, nipan, magadon, dan lain-lain atau biasa yang di sebut dengan narkoba dan lain-lain sama termasuk kategori minuman keras. Miras meliputi jenis minuman yang mengandung alkohol (nama kimianya Etanol). Etanol merupakan bentuk molekul sederhana dari alkohol yang merupakan obat yang mengurangi rasa cemas dan membuat tertidur. Dapat mengakibatkan ketergantungan secara fisik maupun *psikologis* (Suetjningsih, 2004: 165). Ada beberapa Faktor penyebab kecenderungan minum miras menurut (Wayne Perry, 2010: 424). Pemakai cenderung merasa bahwa status sosial dan energinya meningkat, pemakainya biasanya percaya bahwa klaim itu benar adanya. Sering kali, perasaan lega, ringan, yang di berikan oleh penggunaan obat (alkohol) itu benar-benar meningkatkan performa kerja dan menghasilkan eufhoria (perasaan senang dan bahagia) paling tidak sesekali. Senada dengan apa yang disampaikan oleh (Suetjningsih, 2004: 166) mengatakan bahwa penyebab kecenderungan miras adalah: miras dalam jumlah sedikit dapat mengatasi keadaan cemas, gelisah, ketegangan, percaya diri, dan mampu mengatasi stres kehidupan sehari-hari. Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa dampak alah dapat

menghambat berfungsinya organ dalam, tingkah laku cenderung agresif, emosi labil, dan menghambat dalam aktifitas belajar serta merusak masa depan.

Ciri-ciri perilaku remaja yang kecenderungan meminum- minuman keras menurut Puspitawati dalam Ulfah (2005 : th) (1) Perubahan perangai atau perilaku seperti yang biasanya periang tiba-tiba menjadi pemurung, mudah tersinggung dan cepat marah tanpa alasan yang jelas. (2) Sering menguap dan mengantuk, malas, melamun dan tidak memperdulikan kebersihan dan penampilan diri. (3) Menjadi tidak disiplin, atau sering kabur, baik di rumah maupun di sekolah. (4) Nilai rapor atau prestasinya menurun (5) Bersembunyi di tempat gelap atau sepi agar tidak terlihat orang. (6) Lebih banyak bergaul dengan orang-orang tertentu saja yang mempunyai ciri-ciri dan tanda-tanda diatas. (7) Mencuri apa saja milik orang tua atau saudara untuk membeli minuman keras. (8) Sering cemas, mudah stress atau gelisah, sukar tidur.

Berikut ini ada beberapa cara dalam teknik terapi *behavior* (tingkah laku) yang dikemukakan salah satu buku yang berjudul konseling individual mengatakan bahwa Teknik utamanya adalah desinsitisasi sistematis, terapi impelosisif, latihan asertif, terapi aversi, dan pengondisian operan. Kesemua teknik berlandaskan perinsip-perinsip belajar dan di gerakkan menuju perubahan tingkah laku. Diagnosis, pengumpulan data, pertanyaan-pertanyaan apa, bagaimana, dan kapan (tetapi tidak mengapa) dan peresedur-peresedur pengetesan sering digunakan (Corey, 2010: 354).

Menurut pendapat Corey (dalam Ridwan, 2017: 2) prosedur dan teknik latihan asertif untuk individu adalah: Sesi konseling pertama konselor *co-fasilitator*

(1) pengenalan didaktik tentang kecemasan yang tidak realistic. Artinya, konselor mengenalkan kepada konseli kecemasan yang idak perlu dipertahankan. Kemudian (2) konselor memusatkan perhatian untuk memperkenalkan cara belajar menghapuskan respon internal konseli yang tidak efektif, (3) focus kepada bagaimana belajar memerankan tingkahlaku baru yang asertif. Sesi yang kedua (1) memperkenalkan latihan relaksasi, biala klien tenang. Kemudian (2) konselor meminta kepada konseli untuk mengutarakan tingkahlaku spesifik dalam situasi interpersonal yang dirasakan menjadi masalah. Kemudian, (3) konseli melakukan permainan peran untuk memunculkan perilaku asertif. (4) pada akhir sesi kedua, konseli membuat perjanjian untuk menjalankan tingkahlaku menegaskan diri, sebelum masuk ke konseling berikutnya. Sesi ketiga (1) konseli menerangkan tingkahlaku menegaskan diri yang telah dicoba dalam kehidupan

nyata. (2) jika belum sepenuhnya berhasil, maka konselor langsung menjalankan permainan peran kembali. Sesi keempat (1) menambahkan latihan relaksasi, (2) pengulangan perjanjian untuk menjalankan tingkahlaku menegaskan diri, yang dievaluasi pada sesi sebelumnya, sesi terakhir bisa disesuaikan dengan kebutuhan individu itu sendiri.

Langkah bermain peran untuk dapat perilaku asertif menurut Ridwan (2017: 3) seperti: Pertama fasilitator (konselor) berpasangan dengan *co-fasilitator* memberikan contoh bermain peran didepan klien, kemudian kedua *co-fasilitator* mengutarakan perasaannya selama ini disembunyikannya, selanjutnya yang ketiga latihan aertif dilakukan oleh konseli sendiri dan konselor menjadi si X yang ditakuti (sumber masalah) yang ditakuti konseli, keempat bila konseli mengalami kesulitan dalam menjalankannya, maka konselor beralih peran menjadi *rol exchange* dan klien menjadi si X (ganti peran), kemudian kelima bahas dampak ucapan asertif itu pada diri si X. Dari penelitian di atas bisa disimpulkan bahwa ada hubungan yang positif yang dilihat dari penurunan yang cukup positif terhadap kecenderungan miras setelah melakukan konseling behavior teknik asertif yang ditandai dengan meningkatnya perilaku positif yang di munculkan oleh perilaku klien yang telah mendapatkan pelatihan asertif.

METODE

Subjek dalam penelitian ini adalah satu orang siswa MTs Tirtanadi yang memiliki kecenderungan minum miras. Yang mempunyai cirri-ciri rendahnya prestasi belajar, sering mengantuk jika berada di ruang kelas, sensitif dan mudah marah serta tersinggung, dan jarang dalam melakukan ibadah. Penelitian ini menggunakan eksperimen, eksperimen merupakan sebuah teknik dalam penelitian. Menurut Arikunto (2002:3) menyatakan pengertian dari eksperimen adalah suatu cara untuk mencari hubungan sebab akibat (hubungan kausal) antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan mengeliminasi atau mengurangi atau menyisihkan faktor- faktor lain yang mengganggu. Menurut Lovaas (dalam Sunanto, Takeuchi, Nakata, 2005: 55) prosedur utama yang ditempuh dalam desain A-B meliputi pengukuran (*target behavior*) pada (*fase baseline*) dan setelah *trend* dan *level* datanya stabil kemudian (*intervensi*) mulai diberikan. Selama (*fase intervensi*) (*target behavior*) secara kontinyu dilakukan pengukuran sampai mencapai data yang stabil. jika terjadi perubahan (*target behavior*) pada (*fase intervensi*) setelah dibandingkan dengan (*baseline*), diasumsikan bahwa perubahan tersebut karena

adanya pengaruh dari variabel indeviden atau (*intervensi*). Adapun menurut Sugiono (2010: 199). “Angket (Kuesioner) merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Jenis angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket tertutup yaitu angket/kuesioner yang sudah disediakan jawabannya sehingga responden tinggal memilih. Sementara itu kegunaan dari metode angket ini adalah untuk memperoleh data skor instrumen tentang kecenderungan miraspada siswa. Adapun analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis dalam kondisi dan analisis anatar kondisi. Analisis dalam kondisis adalah menganalisis perubahan data dalam satu kondisi misalnya kondisi *baseline* atau kondisi intervensi, sedangkan analisi antar kondisi adalah memulai dengan menganalisis data yang stabil harus mendahului kondisi yang akan dianalisis. Misalnya ketika data baseline tidak stabil maka akan mengalami kesulitan untuk menginterpretasi pengaruh intervensi terhadap variabel terikat, juga tergantung pada perubahan level dan besar kecilnya overlap yang terjadi antara dua kondisi yang sedang dianalisis. dalam (Sunanto, Takeuchi, Nakata, 2005: 96-100)

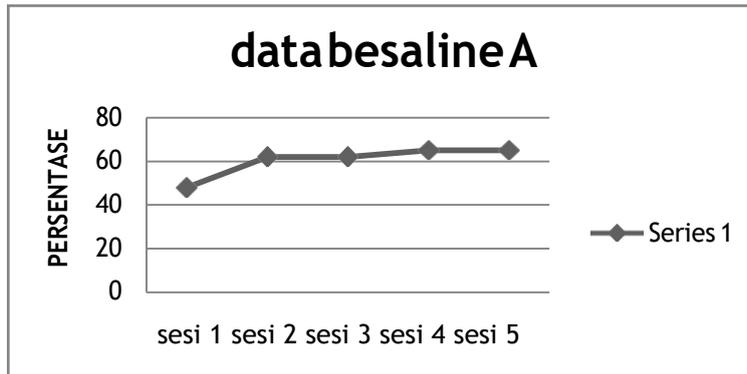
HASIL DAN PEMBAHASAN

Data hasil pada (*fase baseline*) kecenderungan minum- minuman keras siswa kelas VIII MTs Tirtanadi tahun Pelajaran 2017 dapat dilihat pada tabel dibawah ini sebagai berikut :

Nama	L/P	SESI					JUMLAH
HR	L	1	2	3	4	5	
		48	62	62	65	65	302

Dari hasil pengumpulan data sebelum diberikan layanan konseling behavior teknik asertif di dapatkan data angket kecenderungan minuman keras siswa pada kelas VIII di dapatkan skor tertinggi = 65 dan skor terendah = 48, dari skor keseluruhan didapatkan sekor =302.

Dari hasil angket (*fase besaline*) yang telah di lakukan pada seorang siswa kelas VIII MTs Tirtanadi dapat digambarkan seperti garfik di bawah ini.



Data grafik (*fase baseline*) di atas menunjukkan bahwa pada sesi pertama belum stabil kemudian pada sesi selanjutnya menjadi stabil. Ketidak stabilan pada sesi pertama diperkirakan karna siswa belum memahami isi dari yang berkaitan dengan permasalahan pada diri siswa itu sendiri, angket yang diberikan dalam rangka pengukuran data (*fase baseline*) Setelah beberapa sesi menjadi stabil hal ini terjadi sebagai bentuk proses adaptasi.

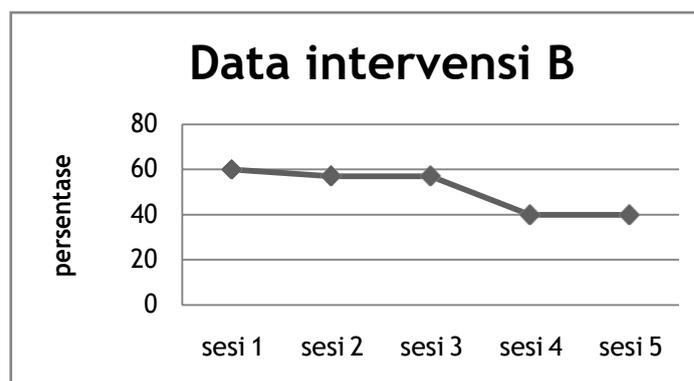
Data hasil pada fase *intervensi* (B) kecenderungan miras pada siswa kelas VIII tahun pelajaran 2017 dapat dilihat pada tabel dibawah ini sebagai berikut:

Nama	L/P	SESI					JUMLAH
HR	L	1	2	3	4	5	254
		60	57	57	40	40	

Dari hasil pengumpulan data setelah diberikan layanan konseling behavior teknik asertif di dapatkan data, kecenderungan minum- minuman keras siswa pada kelas VIII di dapatkan skor tertinggi yaitu = 60 dan skor terendah = 40, dari jumlah keseluruhan yaitu=25

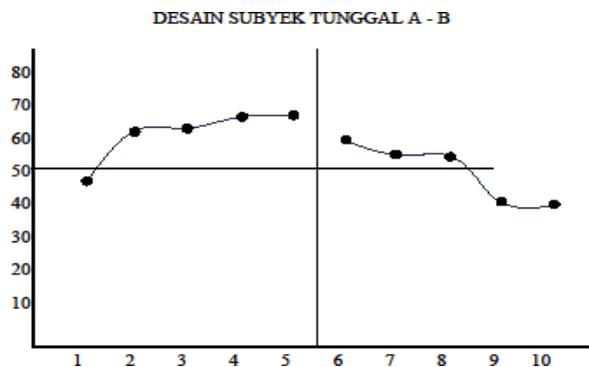
Dari hasil angket intervensi yang telah di lakukan pada seorang siswa kelas VIII MTs Tirtanadi dapat digambarkan seperti garfik di bawah ini.

Grafik: 03



Pada data grafik intervensi di atas memperlihatkan kecenderungan arah yang menurun setelah diberikan intervensi yang menarik pada data poin di atas adalah pada sesi pertama sampai dengan sesi ketiga skor di atas rata-rata yaitu= 60-57 sedangkan pada sesi empat sampai lima sekornya di bawah rata-rata yaitu= 40, dari skor rata-rata yaitu= 50,8. Menurunnya data poin dari skor rata-rata di atas menunjukkan adanya pengaruh intervensi yang dilakukan oleh peneliti.

Dari hasil angket *fase besaline* dan *fase intervensi* yang telah di lakukan pada seorang siswa kelas VIII MTs Tirtanadi dapat digambarkan seperti garfik di bawah ini :



Secara umum pembaca biasanya lebih tertarik pada intervensi yang menghasilkan perubahan level yang jelas dengan *fase besaline* untuk menganalisis pengaruh *intervensi* terhadap variabel terikat peneliti tidak hanya terpaku terhadap perubahan level saja tetapi jugak memperhatikan panjang pendeknya intervensi atau pengukuran yang diberikan pada kedua kondisi. Jika di lihat dari data garafik di atas menunjukkan perubahan level yang tinggi menjadi level yang. Mengindikasikan bahwa ada pengaruh intervensi yang diberikan terhadap variabel terikat.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data bahwa kecenderungan minum-minuman keras siswa sesudah diberi layanan konsling *behaviour* teknik asertif tergolong rendah dengan arah trendnya menurun dari (*fase besaline*). Bisa disimpulkan bahwa konseling behavior teknik asertif berpengaruh positif terhadap menurunkan kecenderungan miras pada siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi, (2008). *Metodelogi penelitian*. PT pustaka setia.
- Arikunto, Suharsimi, (2013). *Prosedur penelitian suatu pendekatan peraktek*. Rineka cipta: Jakarta
- Corey Gerald, (2010). *Tepri dan peraktek konseling dan psikoterapi*. PT Adika peratama: bandung
- Juang Sunanto, Koji Takeuchi, Hideo Nakata, (2005) *pengantar penelitian dengan subyek tunggal*.
- Paeyuda (2008) *dalam artikel pengaruh konseling behavior terhadap kecenderungan miras siswa SMA laboratorium Universitas Negeri Malang*
- Ridwan, (2017). *Dalam artikel contoh prosedur dan teknik latihan asertif*. Tidak diterbitkan.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Suetjningsih. (2004) *perkembangan remaja dan permasalahannya*
- Sugiyono, (2010). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R & D* Alfa beta: Bandung.
- Tina hayati dahlan, *dalam artikel bagaimana melatih keterampilan asertif*
- Wayne Perry, (2010). *Dasar-dasar teknik konseling*. *Pustaka belajar*: Yogyakarta Yusuf dan Juntika (2009) *pengertian dan teknik-teknik dalam konseling*.
- Zulfikar, (2008). *Pengertian minuman keras*.