

**EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK  
DENGAN PENDEKATAN ANALISIS TRANSAKSIONAL UNTUK  
MENGURANGI KEBIASAAN MENGGONSUMSI MINUMAN KERAS  
PADA REMAJA DUSUN SUREBAYE LAUK DESA BARABALI  
KECAMATAN BATUKLIANG KABUPATEN LOMBOK TENGAH**

**Dewi Yulianti<sup>1</sup>, Indri Sofia Wulandari<sup>2</sup>**  
Ilmu Pendidikan, Universitas Hamzanwadi  
Email: [dewiyulianti637@gmail.com](mailto:dewiyulianti637@gmail.com)  
Ilmu Pendidikan, Universitas Hamzanwadi  
Email: [wulandari81673@gmail.com](mailto:wulandari81673@gmail.com)

**ABSTRAK**

*Penelitian ini bertujuan memberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan analisis transaksional untuk mengurangi kebiasaan mengkonsums minuman keras pada remaja dusun surebaya lauk desa barabali kecamatan batukliang kabupaten lombok tengah. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen desain pre-test post-test. Subyek penelitiannya adalah 4 orang remaja dusun surebaya lauk desa barabali. Pengumpulan data menggunakan angket. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif dan uji hipotesis data. Dari hasil analisis data layanan konseling kelompok terhadap kemampuan remaja dalam mengatasi kebiasaan mengkonsumsi minuman keras di peroleh  $t_{hitung}$  sebesar 3,073 sedangkan besarnya angka pada tabel nilai  $t$  untuk uji satu pihak (one tail test) dengan taraf signifikansi 0.05 (5%) pada  $d.b N= 4$  adalah 2,132. Oleh karena itu hasil analisis data sebesar 3,073 berada di atas angka batas penolakan hipotesis nol yang besarnya 2,132 (nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$ ), maka penelitian ini adalah signifikan.*

**Kata Kunci :** *Konseling kelompok, pendekatan analisis transaksional, kebiasaan mengkonsumsi minuman keras*

**ABSTRACT**

*This study aims to provide group counseling services with a transactional analysis approach to reduce the habit of consuming alcohol in teenagers in the surebaya lauk hamlet, Barabali village, Batuliang sub-district, Central Lombok district. This research is a quantitative study with an experimental pre-test post- test design method. The research subjects were 4 teenagers from surebaya lauk village, barabali village. Data collection using a questionnaire. The data analysis technique used descriptive analysis and data hypothesis testing. From the results of data analysis of group counseling services on the ability of adolescents to overcome the habit of consuming alcohol, it was obtained tcount of 3.073 while the number in the t-value table for the one-tailed test (one tail test) with a significance level of 0.05 (5%) at db N = 4 is 2.132. Therefore, the result of data analysis of 3.073 is above the limit of rejection of the null hypothesis which is 2.132 (tcount > ttable), so this study is significant.*

**Keywords:** *Group counseling with transactional analysis approach, reducing drinking habit*

## 1. PENDAHULUAN

Secara psikologis masa remaja adalah usia dimana individu berbaur dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa dibawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan dalam tingkat yang sama Piaget (dalam Hurlock, 2004)

Lebih lanjut menurut Papalia dan Olds (dalam Jahja, 2011) remaja merupakan masa transisi antara masa anak-anak menuju masa dewasa sehingga remaja merupakan masa pembentukan dari segi sosioemosi, fisik, maupun kognitif bagi seorang individu.

Menurut Blos (dalam hidayati dan farid, 2011) perkembangan pada hakikatnya adalah usaha penyesuaian diri (*copying*), yaitu secara aktif mengatasi stres seperti terlihat gelisah, cemas, mudah tersinggung, suka menyendiri serta mudah marah dengan hal sederhana dan menemukan jalan keluar dari setiap masalah yang di hadapi. Penyebab stres yang sering di hadapi remaja di akibatkan oleh masalah akademik, perubahan fisik, hubungan sosial, hubungan dengan keluarga, hubungan dengan teman maupun lawan jenis, dan bullying. Sehingga dalam tataran perkembangan remaja, sikap penyesuaian menjadi hal yang sangat penting. Kesehatan jiwa dan mental seseorang merupakan hasil dari bagaimana ia mampu menyesuaikan dirinya dengan lingkungan masyarakatnya, ada banyak sekali remaja yang tidak mampu menyesuaikan dirinya baik dalam kehidupan keluarga, sekolah, pekerjaan maupun pada lingkungan masyarakat pada umumnya sehingga ia tidak mampu mencapai kebahagiaan dalam hidupnya.

Dalam proses penyesuaian tersebut kadang remaja menjadi sulit membedakan antara jalan yang baik dan tidak baik, ntah dari segi bagaimana ia memilih pertemanan, lingkungan dan juga keputusan dalam hidupnya. Pada masa moderen ini remaja cenderung bersifat ikut-ikutan, ingin menjadi apa yang temannya jadi, ingin melakukan apa yang temannya lakukan sehingga tidak sedikit remaja yang terjerumus dalam hal-hal yang tidak di inginkan seperti mengkonsumsi obat-obat terlarang, minum alkohol dan lain sebagainya.

Menurut Davidson, Neale, dan Kring (dalam wardah dan surjaningrum, 2013) mengkonsumsi minuman keras sangat merugikan bagi kesehatan dan kesejahteraan hidup, karena mengkonsumsi dalam jangka panjang dapat menyebabkan kerusakan biologis parah antara lain kerusakan kelenjar endokrin dan pankreas, gagal jantung, hipertensi, dan stroke. Selain itu minuman keras juga dapat menyebabkan kerusakan otak sehingga menyebabkan kemunduran memori. Seperti hasil pengamatan peneliti di Dusun Surebaya Lauk Desa Barabali bahwa ada 4 orang remaja yang mengkonsumsi minuman keras dan melakukan kegalutan di rumah warga sehingga membuat kerugian, karena dari 4 remaja tersebut ada 1 orang yang sangat tidak bisa untuk di kendalikan sehingga menyebabkan kerusakan di salah satu rumah warga. Dan hasil wawancara peneliti dengan U (inisial salah satu konsumsi minuman keras) bahwa alasan utama remaja mengkonsumsi minuman keras adalah sebagian besar melalui identifikasi (*modeling*) terhadap orang lain (keluarga, teman sebaya, lingkungan sekitar, ataupun iklan di media-media), hal ini karna umumnya remaja memiliki kontrol diri yang rendah dan tidak memikirkan akibat dari tindakan yang ia lakukan, mengkonsumsi minuman keras merupakan bentuk dari sikap ingin mencari

sensasi baru, kesenangan yang beresiko dan dapat menyebabkan remaja berperilaku tidak terkendali.

Dalam penelitian Hotton dan Haans (dalam wardah dan sujaningrum, 2013) bahwa remaja usia 12 hingga 15 tahun yang mengkonsumsi minuman keras adalah hasil peniruan dari teman sebayanya yang juga mengkonsumsi minuman keras. Hal ini bisa terjadi karena remaja cenderung menghabiskan lebih banyak waktu dengan teman sebayanya.

Minuman keras adalah minuman yang mengandung etanol. Etanol adalah bahan psikoaktif yang apabila mengkonsumsinya dapat menimbulkan penurunan kesadaran. Sehingga individu yang mengkonsumsi minuman keras akan mengalami kehilangan kesadaran yang dapat menyebabkan berperilaku tidak seimbang Darmawan (dalam Nababan, 2016).

Mengkonsumsi minuman keras adalah salah satu bentuk penyimpangan sosial. Di kalangan remaja bentuk penyimpangan sosial tentu tidak terjadi begitu saja muncul tanpa adanya faktor penarik atau faktor pendorong. Faktor pendorong berasal dari dalam diri individu sendiri sedangkan faktor penarik berasal dari luar diri individu.

Penggunaan minuman keras di kalangan remaja pada umumnya di sebabkan karena minuman keras tersebut menciptakan perasaan kenyamanan, kenikmatan, ketenangan, dan kesenangan tersendiri bagi konsumsinya meski hal tersebut bersifat sementara atau semu.

Sedangkan menurut Puspitawati (dalam Ulfa, 2005) menyebutkan beberapa remaja terjerumus dalam masalah minuman keras karena terjerumus dalam pergaulan di lingkungannya antara lain:

- 1) Remaja yang selalu minum-minuman keras mempunyai “kelompok pemakai”. Awalnya remaja hanya mencoba-coba karena teman atau ada dari bagian keluarga yang melakukannya, tetapi hal tersebut yang kemudian menjadi kebiasaan.
- 2) Pada remaja yang “kecewa” dengan kondisi diri dan keluarga. Sehingga minuman keras cenderung menjadi pelarian dari rasa kecewa dari remaja, dan juga sering menjadi lebih berani dalam mengorbankan apa saja demi hubungan baik dengan teman.
- 3) Adanya “ajakan” atau “tawaran” dari teman atau keluarga dan banyaknya media-media yang mempertontonkan “model pergaulan moderen” sehingga menjadi pendorong untuk remaja minum-minuman keras secara berkelompok.
- 4) Karena minuman keras menjadi mudah di dapatkan, sehingga membuat remaja menjadi terbiasa mengkonsumsinya tanpa di sadari.

Adapun upaya yang di lakukan peneliti untuk mengurangi kebiasaan minuman keras pada remaja adalah dengan memberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan analisis transaksional.

Layanan konseling kelompok adalah suatu proses antar pribadi yang dinamis, terpusat pada pemikiran dan perilaku yang disadari, dibina, dalam suatu kelompok kecil mengungkapkan diri kepada sesama anggota kelompok dan konselor, dimana komunikasi antar pribadi tersebut dapat di manfaatkan untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan diri terhadap nilai-nilai kehidupan dan segala tujuan hidup serta untuk belajar perilaku tertentu ke arah yang lebih baik

(Winkle dan Hastuti, 2004). Sedangkan menurut Prayitno (2013) menjelaskan bahwa konseling kelompok adalah usaha pemberian bantuan yang di berikan oleh konselor kepada orang-orang yang membutuhkan pengentasan masalah yang sedang dihadapinya dalam suasana kelompok.

Palmer (dalam Musifuddin, 2020) Pendekatan Analisis transaksional adalah model pendekatan yang di gunakan untuk memahami kepribadian, komunikasi dan relasi manusia. Sedangkan ahli lain mengatakan “setiap individu merupakan kesatuan dari tiga *ego state* a.) Ego orang tua b.) Ego dewasa c.) Ego anak, individu memiliki motivasi (memenuhi kebutuhan fisik dan psikis), dan manusia selalu melakukan transaksi yakni komunikasi antar individu” (Prayitno, dalam Musifuddin, 2020). Harris (dalam Maepin, Suarni, Mudjijono 2012) melihat tujuan Analisis Transaksional sebagai membantu klien agar “memiliki kebebasan” dalam memilih, kebebasan dalam mengubah keinginan, kebebasan dalam merubah respon-respon dalam stimulus-stimulus yang lazim maupun yang baru” itu berlandaskan pengetahuan tentang Ego Orang Tua dan Ego Anak serta tentang bagaimana kedua ego itu memasuki transaksi-transaksi sekarang. Proses terapi pada dasarnya membebaskan *ego* Orang Dewasa dari pencemaran dan pengaruh-pengaruh merusak yang di hasilkan oleh *ego* Orang Tua dan *ego* Anak.

Berdasarkan pemikiran tersebut diharapkan layanan konseling kelompok dengan pendekatan analisis transaksional dapat mengurangi kebiasaan minuman keras pada remaja dusun surebaya lauk desa barabali

## **2. METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode penelitian eksperimen. Desain penelitian yang di gunakan adalah pendekatan *pre-eksperimen* dengan desain *One Pretest-Posttest Desigen*. Dengan demikian hasil perlakuan dapat di ketahui lebih akurat karena dapat di bandingkan keadaan sebelum dan sesudah di berikan perlakuan (Sugiyono, 2014).

Populasi dalam penelitian ini adalah Remaja Dusun Surebaya lauk, Desa Barabali, Kecamatan Batukliang, Kabupaten Lombok Tengah, Provinsi Nusa Tenggara Barat dengan subyek 4 orang remaja dusun surebaya lauk.

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah angket. Angket yang digunakan dalam untuk mengumpulkan data tentang layanan konseling kelompok menggunakan pendekatan analisis transaksional untuk mengurangi kebiasaan minuman keras adalah pernyataan tertulis. Pernyataan yang diberikan sebanyak 20 pertanyaan dengan 5 pilihan jawaban Sangat sering, Sering, Kadang-kadang, dan Tidak pernah. Adapun pemberian skornya 1 untuk Sangat sering (SS), 2 untuk Sering (SR), 3 untuk Kadang-kadang (KK), dan 4 untuk Tidak pernah (TP).

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Data skor kondisi awal siswa yang di peroleh menggunakan angket adalah berupa skor-skor item yang di sajikan dalam tabel berikut ini:

**Tabel 0.1.** Data skor kondisi awal klien sebelum mendapatkan layanan

No	Nama	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	jumlah
1	SM	3	2	3	3	2	1	2	1	1	3	2	2	2	3	3	4	3	4	3	2	49 (R)
2	AI	3	2	3	1	2	2	1	1	3	2	1	1	2	3	2	4	4	4	2	4	55 (S)
3	US	3	3	2	2	3	4	2	3	1	2	3	2	3	2	4	3	3	4	3	3	47 (R)
4	HI	3	3	3	2	3	2	1	1	2	3	2	4	3	2	4	4	4	3	3	3	54 (S)
<b>TOTAL</b>																					205	
<b>Rata-rata</b>																					51,25	
<b>Kategori</b>																					Sedang	

Setelah melakukan *pre-test* tentang kemampuan mengatasi kebiasaan mengkonsumsi minuman keras pada remaja dusun surebaya lauk desa barabali yang termasuk sedang dengan pengkategorian nilai rata-rata 51,25 masih termasuk kategori sedang.

$$S_{Max\ Ideal} = 4 \times 20 = 80$$

$$S_{Min\ Ideal} = 1 \times 20 = 20$$

$$\begin{aligned} \text{Mean Ideal (Mi)} &= \frac{1}{2} (S_{Max\ Ideal} + S_{Min\ Ideal}) \\ &= \frac{1}{2} (80 + 20) \\ &= \frac{1}{2} (100) \\ &= 50 \end{aligned}$$

$$\text{StandarDeviasi Ideal (SDi)} = \frac{1}{6} (S_{Max\ Ideal} - S_{Min\ Ideal})$$

$$= \frac{1}{6}(80 - 20)$$

$$= \frac{1}{6}(60)$$

$$= 10$$

1). $M_i + 1,8SD_i$	<i>s/d</i>	$M_i + 3 Sd_i =$ <b>SangatTinggi</b>
50 + 1,8 (10)	<i>s/d</i>	50 + 3 (10)
68	<i>s/d</i>	80
2). $M_i + 0,6SD_i$	<i>s/d</i>	$M_i + 1,8 SD_i =$ <b>Tinggi</b>
50 + 0,6 (10)	<i>s/d</i>	0 + 1,8 (10)
56	<i>s/d</i>	68
3). $M_i - 0,6SD_i$	<i>s/d</i>	$M_i + 0,6 Sd_i =$ <b>Sedang</b>
50 - 0,6 (10)	<i>s/d</i>	50 + 0,6 (10)
44	<i>s/d</i>	56
4). $M_i - 1,8SD_i$	<i>s/d</i>	$M_i - 0,6 SD_i =$ <b>Rendah</b>
50 - 1,8 (10)	<i>s/d</i>	50 - 0,6 (10)
32	<i>s/d</i>	44
5). $M_i - 3 SD_i$	<i>s/d</i>	$M_i - 1,8SD_i =$ <b>SangatRendah</b>
50 - 3 (10)	<i>s/d</i>	50 - 1,8 (10)
20	<i>s/d</i>	32

2. Data skor kondisi klien setelah mendapatkan layanan konseling kelompok:

**Tabel 0.2** Data skor kondisi klien setelah mendapatkan layanan

No	Nama	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	jumlah
1	SM	3	2	4	3	3	2	2	1	4	4	1	4	3	3	1	4	3	4	3	2	58 (T)
2	AI	3	3	3	3	3	2	3	3	4	2	2	4	4	2	2	4	2	4	3	3	56 (T)
3	US	3	2	3	2	4	3	3	4	2	2	2	4	2	2	3	4	3	4	2	4	59 (T)
4	HI	3	4	4	3	3	1	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	69 (ST)
<b>Total</b>																					242	
<b>Rata-rata</b>																					60,5	
<b>Kategori</b>																					Tinggi	

Berdasarkan tabel 0.3 kondisi setelah melakukan layanan dengan konseling kelompok tentang kemampuan mengatasi kebiasaan mengkonsumsi

minuman keras pada remaja terdapat skor terendah = 56 dan skor tertinggi = 69 dengan nilai rata-rata = 60,5

3. Data perbandingan skor kondisi klien sebelum dan sesudah mendapatkan layanan konseling kelompok

**Tabel0.3** Rekapitulasi skor kondisi siswa sebelum dan sesudah mendapatkan layanan konseling kelompok

No	KodeNama	Skor sebelum treatment		Skor sesudah treatment		Beda skor
		Skor	Kategori	Skor	Kategori	
1	SM	49	Rendah	58	Tinggi	-9
2	AI	55	Sedang	56	Tinggi	-1
3	US	47	Rendah	59	Tinggi	-12
4	HI	54	Sedang	69	Sangat tinggi	-15
5	Rata-rata	51,25		60,5		37

Berdasarkan tabel 0.3 diatas tentang kondisi awal sebelum di berikan layanan dan sesudah di berikan layanan konseling kelompok dapat di pahami bahwa, kondisi klien sebelum mendapatkan layanan termasuk dalam kategori sedang dengan skor 51,25 sedangkan sesudah di berikan layanan termasuk ke dalam kategori tinggi dengan skor 60,5. Dari hasil analisis data layanan konseling kelompok terhadap kemampuan remaja dalam mengatasi kebiasaanmengonsumsi minuman keras di peroleh  $t_{hitung}$  sebesar 3,073 sedangkan besarnyaangka pada tabel nilai t untuk uji satu pihak (*one tail test*) dengan taraf signifikasi 0.05 (5%) pada d.b N= 4 adalah 2,132. Oleh karena itu hasil analisis data sebesar 3,073 berada di atas angka batas penolakan hipotesis nol yang besarnya 2,132 (nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$ ), maka penelitian ini adalah signifikan.

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pembahasan dapat di katakan layanan konseling kelompok dengan pendekatan analisis transaksional efektif untuk mengurangi kebiasaan mengonsumsi minuman keras pada remaja, dengan hasil hipotesis menunjukkan bahwa  $t_{hitung} > t_{tabel}$  yaitu (3,073 > 2,132) yang berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima



## 5. DAFTAR PUSTAKA

- Hurlock Elizabeth, (2011). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga
- Jahja Yudrik, (2011). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana Penada Media Group
- Hidayati, Farid, (2016). *Konsep Diri Advercity Quotient dan Penyesuaian Diri Pada Remaja*. Vol 5, 2, 2016
- Wardah & Surjaningrum, (2013). *Pengaruh Ekpektensi Pada Minuman Beralkohol Terhadap Konsumsi Minuman Beralkohol*. Vol 2, 2, 2013
- Ulfah Maria, (2005). *Faktor-faktor Penggunaan Minuman Keras Di Kalangan Remaja di Desa Losari Kecamatan Rembang Kabupaten Purbalingga*. Semarang: Pasca Sarjana Universitas Negeri Semarang
- Winkel WS dan Hastuti, (2004). *Bimbingan dan Konseling Di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi
- Prayitno, (2013). *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Jakarta: Ghalia Indonesia
- Musifuddin, (2020). *Pengaruh Konseling Analisis Transaksional Terhadap Kemandirian Belajar Siswa*. Vol 4, 1, Juni 2020
- Maepin & Suarni & Mudjijono, (2012). *Penerapan Konseling Analisis Transaksional Dengan Teknik Role Playing Untuk Meminimalisasi Prilaku Bullying Siswa*. Singaraja: Pasca Sarjana Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja Indonesia
- Sugiyono, (2014). *Metode Penelitian Manajmen*. Bandung: Alfabeta