

Konseling Behavioral Untuk Menangani Kebiasaan Minum-Minuman Keras Siswa SMP Di Lombok Timur

Fitri Aulia, Marfuatun, Dimmiyati
Universitas Hamzanwadi^{1,2,3}

Email: Fitriaulia04@gmail.com, marfuatun@gmail.com, Dimmiyati01@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling behavioral untuk menangani kebiasaan minum minuman keras pada siswa SMP. Penelitian ini menggunakan satu orang siswa yang memiliki tingkat kebiasaan minum minuman keras yang tinggi yang diambil sebagai sampel. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain penelitian subjek tunggal dengan prosedur desain A-B. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket. Data yang diperoleh dari angket kemudian dianalisis menggunakan rumus eksperimen subjek tunggal dengan menghitung banyak sekor yang didapatkan pada *fase baseline* dan menghitung banyak sekor yang didapatkan pada *fase intervensi* kemudian dipadukan antara kedua fase tersebut untuk mengetahui pengaruh sebelum dan sesudah diberikan perlakuan (konseling individu). Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada *fase baseline* mendapatkan sekor rata-rata 61% dan pada fase intervensi mendapatkan sekor rata-rata 44%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh pemberian layanan konseling individu dalam mengatasi kebiasaan minum minuman keras pada siswa.

Kata kunci : Konseling behavioral, kebiasaan minum minuman keras

PENDAHULUAN

Dalam pasal 1 ayat 1 NO 20 tahun 2003 pada alinia ke 1 mengatakan bahwa pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya memiliki kekuatan sepirtual keagamaan, pengendalian diri, kperibadian, kecerdasan, serta keterampilan yang di perlukan pada dirinya, kemandirian, masyarakat, bangsa, dan negara.

Berdasarkan peraturan perundang-undangan di atas,pola konsumsi minum minuman keras dikalangan remaja terus mengalami peningkatan.Praktek ini disinyalir turut menjadi pemicu perilaku remaja yang dewasa ini kerap terlihat aksi kekerasan dan kriminalitas.Riset kesehatan dasar (Riseskdas) kementerian kesehatan 2007 mencatat, remaja mengkonsumsi miras di Indonesia masih diangka 4,9 persen.Jumlah ini meningkat singnifikan pada 2014 menjadi 23 persen dari total jumlah remaja sekitar 14,4 juta jiwa,berdasarkan riset Gerakan Nasional Anti Miras(GENAM).Remaja yang mengkonsumsi miras cenderung berperilaku negative.Memang faktor ini miras bukan satu satunya,ada sebuah mata rantai yang sudah sangat konplek,seperti ponografi dan tayang yang tidak mendidik kata ketua komisi nasional (Komnas) perlindungan anak,Aris Merdeka Sirait, kepada Harian Terbit di Jakarta, Senin (9/3/2015).

Pengendalian dan pengawasan terhadap minuman keras yang dituangkan praturan mentri perdangan No 06/M-DAG/PER/2015 nyatanya belum menyelesaikan masalah minum minuman keras di kalangan masyarakat.Dalam riset yang dilakukan oleh lembaga kajian dan sumber daya manusia (Lakpesdam) pengurus Wilayah nahdatul ulama

(PWNU) DKI Jakarta bersama pusat Penguatan Otonomi Daerah (PPOD), konsumsi minuman keras anak bawah umur angka cukup tinggi yakni sekitar 65,3 persen. Riset itu sendiri melibatkan 327 responden berusia 12 sampai 21 tahun di wilayah Jakarta Bogor tanggerang dan bekasi, pada konferensi pers riset yang digelar di Cikini, selasa 15 Agustus 2017.

Survei Demografi dan kesehatan Indonesia (SDKI) 2017 mengungkap umur mulai minum minuman keras terutama pada usia 15-19 tahun pada pria 70 persen dan wanita 58 persen. Sementara usia 20-24 tahun, pria yang mengkonsumsi minum minuman keras sebanyak 18 persen dan wanita 8 persen. Beberapa karakteristik yang ditemukan dalam kasus ini adalah: (1). Siswa belum bisa menyelesaikan permasalahan tentang kebiasaan minum minuman keras yang dihadapi (2) akibat dari minum minuman keras, ada siswa yang sering tidak masuk sekolah (3) siswa keluyuran ketika jam pelajaran masih berlangsung siswa sering datang terlambat (5) siswa tidak hormat kepada guru (6) siswa masih mengikuti ajakan teman untuk minum minuman keras.

Permasalahan-permasalahan tersebut banyak terjadi di lingkungan sekolah, khususnya di lingkungan sekolah di mana peneliti mendapatkan data siswa pada saat PPL BK data kondisi siswa yang sulit mengendalikan diri dari kebiasaan mimumin minuman keras di identifikasikan ada 1 orang siswa dengan karakter siswa yang bermasalah di antaranya: Z memiliki karakter permasalahan di antaranya: siswa belum bisa menyelesaikan masalah tentang kebiasaan minum minuman keras yang dihadapi, akibat dari minum minuman keras ada siswa yang sering tidak masuk sekolah, siswa keluyuran ketika jam pelajaran masih berlangsung, siswa sering datang terlambat, siswa tidak hormat kepada guru, siswa masih mengikuti ajakan teman untuk minum minuman keras. Guru BK, melakukan tindakan tegas melalui konseling individu untuk membantu siswa untuk bisa bertanggung jawab pada permasalahan yang dihadapinya serta mampu menjadi yang mandiri. Pelaksanaan konseling individu dalam proses pemberian layanan kepada siswa sangat penting bagi siswa untuk membantu dalam mendapatkan informasi tentang materi yang layak maaaaan dan orientasi siswa kedepannya serta memperluas tujuan-tujuan hidup mereka dan membantu dalam proses pemenuhan kebutuhan psikologis tunggal yang disebut kebutuhan akan identitas.

METODE PENELITIAN

Penelitian merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu (Sugiyono, 2004: 1). Jenis penelitian yang digunakan adalah menggunakan metode penelitian eksperimen. Penelitian eksperimen merupakan penelitian untuk mengukur pengaruh suatu atau beberapa variabel terhadap variabel lain (Sukmadinata (2007:212) Sedangkan pendapat ahli lain juga menyatakan bahwa metode penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali (Sugiyono, 2009: 72). Menurut Arikonto (2010;207).

Penelitian eksperimen adalah penelitian yang digunakan untuk mengetahui ada tidaknya akibat dari “sesuatu” yang dikenakan pada subjek penelitian. Dengan kata lain penelitian eksperimen mencoba meneliti ada tidaknya hubungan sebab akibat. Caranya adalah dengan membandingkan satu atau lebih kelompok eksperimen yang diberi perlakuan dengan satu atau lebih kelompok pembanding yang tidak menerima perlakuan.

Berdasarkan pendapat ahli diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa metode penelitian eksperimen adalah suatu cara yang digunakan oleh peneliti agar bisa mencari atau menemukan ada tidaknya pengaruh hubungan antara individu atau kelompok yang

diberikan perlakuan dengan individu atau kelompok yang tidak diberikan perlakuan. Atau dengan kata lain pada penelitian eksperimen, peneliti melakukan perlakuan terhadap variabel bebas dan mengamati perubahan yang terjadi pada variabel terikat. Desain penelitian merupakan proses yang sangat diperlukan dalam kegiatan penelitian ilmiah untuk mencapai tujuan tertentu dan diperlukan metode pemecahan masalah. Dalam rancangan penelitian adalah segala kegiatan atau prosedur, cara atau strategi yang mengatur kegiatan penelitian agar peneliti memperoleh data yang valid sesuai dengan karakteristik variabel atau tujuan penelitian.

Pada desain subyek tunggal pengukuran variabel terikat atau target behavior dilakukan berulang-ulang dengan periode waktu tertentu. Perbandingan tidak dilakukan antar individu maupun kelompok tetapi dibandingkan pada subyek yang sama dalam kondisi yang berbeda. Yang dimaksud kondisi disini adalah kondisi *klain data awal siswa* dan kondisi eksperimen (intervensi). Kondisi eksperimen adalah kondisi dimana suatu intervensi telah diberikan dan target behavior diukur dibawah kondisi tersebut. Pada penelitian dengan disain subyek tunggal selalu dilakukan perbandingan antara fase baseline dengan sekurang-kurangnya satu fase intervensi (Sunanto, Takeuchi, Nakata, 2005: 54).

Menurut Sukmadinata (2007: 211) ada beberapa variasi dari desain eksperimen subjek tunggal, yaitu: Desain A-B, desain A-B-A, dan dsain jamak. Dari beberapa desain penelitian subjek tunggal tersebut, desain yang akan digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah desain A-B.

Desain A-B merupakan disain dasar dari penelitian eksperimen subyek tunggal. Prosedur disain ini disusun atas dasar apa yang disebut dengan logika baseline (*baseline logic*). Dengan penjelasan yang sederhana, *logika baseline* menunjukkan suatu pengulangan pengukuran perilaku atau target behavior pada sekurang-kurangnya dua kondisi yaitu kondisi baseline (A) dan kondisi intervensi (B). Oleh karena itu, dalam melakukan penelitian dengan disain kasus tunggal akan selalu ada pengukuran target behavior pada fase baseline dan pengulangannya pada sekurang-kurangnya satu fase intervensi. Hasselt dan Hersen, 198, (dalam Sunanto, Takeuchi, Nakata, 2005: 55).

Desain eksperimen subjek-tunggal yang paling sederhana adalah desain A-B, A adalah lambang dari data garis dasar (*baseline data*) sedangkan B untuk data perlakuan (*treatment data*). Dalam garis dasar yang diberi lambing A belum ada perlakuan, tetapi karena ada pengamat seringkali ada perubahan kegiatan. Kegiatan terus diamati sampai berada dalam keadaan stabil. Setelah stabil baru diberi perlakuan, pengaruh dari pemberian perlakuan terus diamati sampai kegiatan tersebut stabil, dan ini diberi lambing B. Perbedaan kegiatan, kemampuan, pengetahuan antara sebelum diberi perlakuan (garis dasar A) dan setelah diberi perlakuan (perlakuan B) menunjukkan pengaruh dari perlakuan (Sukmadinata, 2007: 211). Adapun prosedur utama yang akan ditempuh dalam pelaksanaan penelitian subjek tunggal menggunakan 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

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pertemuan total yang dilakukan dengan klien adalah 5 kali pertemuan, dimana pertemuan atau sesi-1 sampai dengan sesi-4 digunakan untuk melaksanakan proses konseling behavioral dengan jadwal yang sudah disepakati, yaitu dari tanggal 31 Agustus sampai dengan tanggal 5 September 2019 dan pertemuan terakhir (Sesi-5) pada tanggal 5

September 2019 digunakan untuk memberikan angket setelah diberikan tretmen. Adapun uraian singkatnya, Pada pertemuan ini untuk rangkaian treatment ini diawali dengan silahkan duduk adek,terimakasih,bagai mana kabar,bagai mana kabar keluarga di rumah,berdoa, perkenalan antara peneliti dan klien serta membina hubungan yang baik dengan klien, kemudian structuring tentang apa konseling itu (pengertian konseling), mengapa konseling (tujuan konseling), manfaat konseling dan bagaimana konseling itu dilaksanakan, peneliti tidak lupa juga menjelaskan asas-asas dalam konseling. Pada treatmen pertama ini klien diberikan pengertian akan pentingnya layanan konseling bagi klien. Setelah itu klien diberikan informasi tentang masalah kebiasaan minum minuman keras melalui proses konseling berdasarkan data angket yaitu: 1. Pengertian minum minuman keras: klien merasa kurang mendapat informasi tentang miras dan perhatian dari guru, sehingga kliyen kurang meminimalisir untuk tidak minum miuman keras 2. Penyebab kebiasaan minum minuman keras yang di minum klien tidak memperdulikan akibat ketika minum minuman keras yang berlebihan 3. Dampak dari kebiasaan minum minuman keras yang di minum: klien tidak peduli dampak dari minum minuman keras yang diminum seberapa banyak yang ia minum

Pengumpulan data skor kondisi klien setelah mendapat pelayanan konseling behavioral dilaksanakan pada tanggal 5 september 2019, hasilnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 01. Data Skor Kondisi siawaSetelah Mendapat Treatment Layanan Konseling Individual

No Item	Skor	No Item	Skor	No Item	Sko r	No Item	Skor	No Item	Sk or	no item	Skor	Keterangan
1	1	6	1	11	2	16	1	21	1	26	1	Total skor keseluruhan
2	1	7	1	12	2	17	1	22	1	27	1	
3	1	8	2	13	1	18	1	23	1	28	1	
4	1	9	1	14	1	19	1	24	1			
5	2	10	1	15	1	20	1	25	1			
											32	

Memperhatikan pedoman pengkategorisasian masalah minum minuman keras di atas dan skor total setelah teratmen klienpada tabel 06 sebesar 32 yang berada pada rentang prosentase skor 25% s/d 50% maka dapat disimpulkan bahwa masalah tentang kebiasaan minum minuman keras cukup berat. Secara Khusus Pada Aspek-Aspek Masalah kebiasaanminum minuman keras

Tabel 02. Kebiasaan Minum Minuman keras Setelah Mendapatkan Treatment

No	Aspek-Aspek	Jmlh Item	Jmlh Skor	Prosen (%)	Kategori
1	Frekuensi minum minuman keras	13	15	28%	Cukup berat
2	Kadar minuman keras yang diminum	5	5	25%	Cukup berat
3	Jumlah minuman keras yang diminum	2	2	25%	Cukup berat

No	Aspek-Aspek	Jmlh Item	Jmlh Skor	Prosen (%)	Kategori
4	Cara minum	8	10	31%	Cukup berat
	minuman keras				
	Rata-rata prosentasi skor	7	8	27,25%	Cukup berat

Data skor kondisi klien setelah mendapat treatment pada aspek-aspek masalah kebiasaan minum minuman keras adalah sebagai berikut:

Tabel 02.Rekapitulasi Prosentase Skor Kondisi pada Aspek-Aspek Masalah Kebiasaan Minum Minuman Keras

No	Aspek-Aspek Masalah kebiasaan minum minuman keras	Sebelum Treatment		Sesudah Treatment		Perbedaan	
		Skor	%	Skor	%	Skor	%
1	Frekuensi minum minuman	34	57%	15	28%	19	29%

	keras						
2	Kadar minuman keras yang diminum	9	45%	5	25%	4	20%
3	Jumlah minuman keras yang diminum	4	50%	2	25%	2	25%
4	Cara minum minuman keras	8	25%	10	31%	2	6%
	Rata-rata prosentasi skor	13,75	44,25%	8	27,25%	5,75	17%

Untuk lebih memahami makna perbandingan data skor kondisi klien sebelum dan sesudah dilakukan treatment konseling behavioral pada table 05 di atas dan diagram di bawah ini:

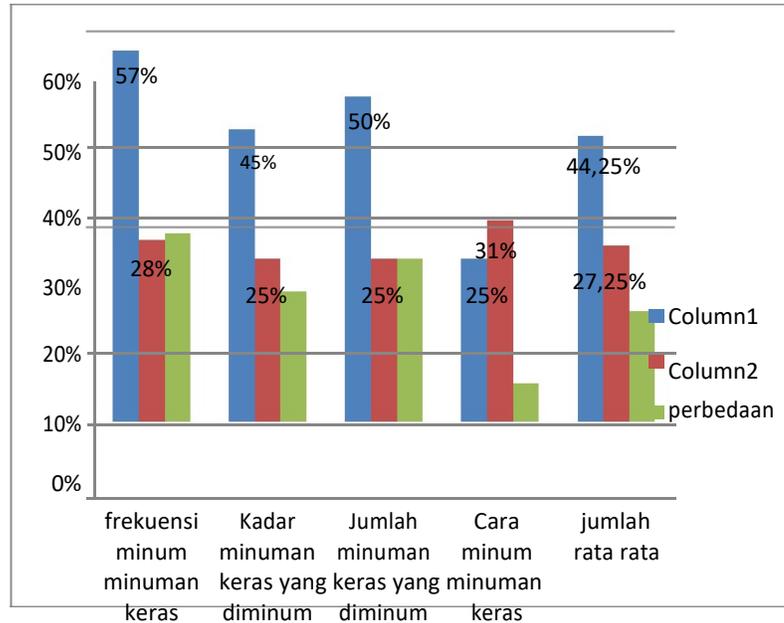


Diagram 03. Perbandingan Prosentase Skor Aspek-Aspek Masalah Kebiasaan Minum Minuman Keras Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Treatmen Konseling behavioral

Berdasarkan table 05 dan diagram 03 di atas dapat dipahami bahwa tingkat masalah kebiasaan minum minuman keras sebelum dan sesudah treatment adalah sebagai berikut: Aspek frekuensi minum minuman keras Prosentase aspek frekuensi minum minuman keras sebelum dan sesudah treatment adalah 57% dan 28%. Hal ini berarti ada perubahan aspek frekuensi minum minuman keras ke arah yang lebih positif. Kadar minuman keras yang diminum Prosentase aspek kadar minuman keras yang diminum sebelum dan sesudah treatment adalah 45% dan 25%. Hal ini berarti ada perubahan kadar minum minuman keras ke arah yang lebih positif.

Jumlah minum minuman keras yang diminum Prosentase aspek jumlah minum minuman keras yang diminum sebelum dan sesudah treatment adalah 50% dan 25%. Hal ini berarti ada perubahan ke arah positif. Cara minum minuman keras Prosentase aspek cara minum minuman keras sebelum dan sesudah treatment adalah 25% dan 31%. Hal ini berarti ada kenaikan cara minum minuman keras ke arah yang lebih positif.

KESIMPULAN

Berdasarkan karakteristik kondisi awal kebiasaan minum minuman keras yang diperoleh menggunakan angket dengan guru BK dengan jumlah skor rata-rata 44,25% dengan kategori cukup berat klien sering minum minuman keras dan mengonsumsi minum minuman keras dengan kadar alkohol tinggi sampai mabok. Karakteristik kondisi setelah diberikan layanan konseling individu terjadi penurunan skor dengan jumlah rata-rata 27,25% termasuk kategori tidak berat, dengan karakteristik klien minum minuman kerasnya sudah menurun dan juga kadar alkoholnya sudah menurun. Berdasarkan kondisi klien sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling behavioral menjadi positif, berarti ada pengaruh konseling individu pendekatan behavioral untuk mengatasi kebiasaan minum minuman keras.

DAFTAR PUSTAKA

- Artini, Y., Suranata, K., & Dharsana, I. K. (2020). Efektivitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Self Achievement Siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*.
- Azhar, D., Suranata, K., & Dharsana, I. K. (2020). Efektivitas Model Konseling Behavioral Pavlov dengan Teknik Classical Conditioning untuk Meningkatkan Self Achievement. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 10(2), 58-64.
- Damayanti, R., & Aeni, T. (2016). Efektivitas konseling behavioral dengan teknik modeling untuk mengatasi perilaku agresif pada peserta didik kelas viii b smp negeri 07 bandar lampung. *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)*, 3(1), 1-10.
- Laila, I., Dharsana, I. K., & Suarni, N. K. (2020). Efektivitas Konseling Behavioral dengan Teknik Modeling untuk Meningkatkan Self Autonomy melalui Lesson Study. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 10(2), 87-91.
- Lastrini, K., Tirka, I. W., & Dantes, N. (2020). Pengaruh Konseling Behavioral dengan Teknik Modeling Melalui Lesson Study terhadap Self Exhibition. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 10(1), 32-40.
- Maulana, M. A., & Nugroho, P. W. (2019). Mengurangi Kenakalan Remaja Menggunakan Konseling Behavioral Pada Peserta Didik Di SMA. *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)*, 6(1), 57-64.
- Muslih, Y. N., Wibowo, M. E., & Purwanto, E. (2017). Konseling Behavioral menggunakan Teknik Kontrak Perilaku dengan Students' Logbook untuk Meningkatkan Minat Membaca Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 6(1), 34-43.
- Nasir, A. (2018). Konseling Behavioral: Solusi Alternatif Mengatasi Bullying Anak Di Sekolah. *Journal of Guidance and Counseling*, 72.
- Sarah, S., Gading, I. K., & Lestari, L. P. S. (2016). Efektivitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Modeling Simbolik Dan Teknik Disensitisasi Sistematis Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Akademik Siswa Kelas X Tata Kecantikan Smk Negeri 2 Singaraja Tahun Pelajaran 2015/2016. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 4(1).
- Sukmayanti, N. P. A. I., Dantes, N., & Dharsana, I. K. (2018). Konseling Behavioral dengan Teknik Shaping melalui Setting Lesson Study untuk Meminimalisir Self Aggression. *Jurnal Jurusan Bimbingan Konseling Undiksha*, 9(2), 99-105.