

**KONSELING INDIVIDU DENGAN MENGGUNAKAN TEKNIK
THOUGHT STOPPING DALAM MENGURANGI KECANDUAN
MINUMAN KERAS**

**(Studi Kasus Pada Klien “M” Di Desa Bumi Agung Kecamatan Dempo Utara
Kota Pagaralam)**



SKRIPSI

**Diajukan Untuk Melengkapi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh
Gelara Sarjana Strata 1 Sosial (S.Sos) Dalam Ilmu Dakwah Dan
Komunikasi Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam**

**Oleh :
SHELLA OKTARIN
NIM: 1635200104**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN) RADEN FATAH
PALEMBANG
TAHUN 2021M/1443 H**

NOTA PEMBIMBING

Hal : Pengantar Sidang Munaqosyah

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Raden Fatah
Di-
Palembang

Assalamu'alaikum Wr. Wb

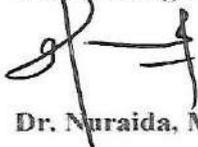
Setelah mengadakan bimbingan dan kami periksa serta diadakannya perbaikan-perbaikan seperlunya, maka skripsi yang berjudul **“Konseling Individu Dengan Menggunakan Teknik *Thought Stopping* Dalam Mengurangi Kecanduan Minuman Keras (Studi Kasus Pada Klien “M” Di Desa Bumi Agung Kecamatan Dempo Utara Kota Pagaralam)”** yang ditulis oleh saudari Shella Oktarin dengan Nim. 1635200104 telah dapat diajukan dalam sidang munaqosyah di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang

Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Palembang, 12 Agustus 2021

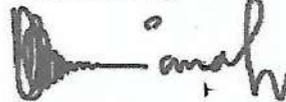
Pembimbing I



Dr. Nuraida, M. Ag

NIP. 196704131995032001

Pembimbing II



Manah Rasmanah, M. Si

NIP. 1972050720050122004

HALAMAN PENGESAHAN

Nama : Sheila Oktarin
Nim : 1635200104
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam
Judul : **“Konseling Individu Dengan Menggunakan Teknik *Thought Stopping* Dalam Mengurangi Kecanduan Minuman Keras (Studi Kasus Pada Klien “M” Di Desa Bumi Agung Kecamatan Dempo Utara Kota Pagaralam)”**

Telah dimunaqosyah dalam sidang terbuka Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang pada :

Hari/Tanggal : Senin/ 27 September 2021

Tempat : Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang

Dan telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Program Strata I (S.Sos) pada jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam.



KETUA

Dr. Kusnadi, MA

NIP. 197108192000031002

Penguji I

Dr. Dalinur M. Nury, MM

NIP. 195704121986032003

TIM PENGUJI

SEKRETARIS

Dr. Suryati, M.Pd

NIP. 197209212005042002

Penguji II:

Neni Noviza, M. Pd

NIP. 197903042008012012

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Shella Oktarin

Nim : 1635200104

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Program Studi : Bimbingan Penyuluhan Islam

Judul : “Konseling Individu dengan Menggunakan Teknik *Thought Stopping* dalam Mengurangi Kecanduan Minuman Keras (Studi Kasus Pada Klien “M” di Desa Bumi Agung Kecamatan Dempo Utara Kota Pagaralam)”

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa :

1. Seluruh data, informasi, interpretasi, pembahasan, dan kesimpulan yang disajikan dalam skripsi ini kecuali disebutkan sumbernya adalah hasil pengamatan, penelitian, serta pemikiran saya dengan pengarahan pembimbing yang ditetapkan.
2. Skripsi yang saya tulis ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapat gelar akademis, baik di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang maupun di Perguruan Tinggi lainnya.

Demikian pernyataan ini dibuat sebenar-benarnya dan apabila dikemudian hari ditemukan adanya bukti ketidak benaran dalam pernyataan di atas maka saya bersedia menerima sanksi akademis berupa pembatalan gelar akademik yang saya peroleh melalui pengajuan skripsi ini.

Palembang, 13-Agustus-2021

Yang membuat pernyataan

A 10,000 Rupiah Indonesian banknote is shown with a black ink signature written over it. The signature is cursive and appears to be 'Shella Oktarin'. The banknote features the Garuda Pancasila emblem and the text 'SEPULUH RIBU RUPIAH', '10000', 'REPUBLIC OF INDONESIA', and 'METAL TEMAN'. The serial number '4068AAJX01411699' is visible at the bottom.

Shella Oktarin

Nim. 1635200104

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Hai orang-orang yang beriman, sesungguhnya (meminum) khamr, berjudi, (berkorban untuk) berhala, mengundi nasib dengan panah, adalah termasuk perbuatan syaitan. Maka jauhilah perbuatan-perbuatan itu agar kamu mendapat keberuntungan”
(QS. Al-Maidah: 90)

Rasa Syukur Penulis persembahkan kepada Allah *Subhanahu wa Ta'ala* yang Maha Pemurah, Maha Pemberi Petunjuk, dan Maha Mengabulkan Do'a, serta atas segala Nikmat-Mulah, Engkau jadikan hamba untuk senantiasa berusaha menuntut ilmu, dan bersabar dalam menjalani setiap tantangan kehidupan.

Skripsi ini penulis persembahkan untuk:

- ❖ **Mama tercintaku Herliati dan Papa tercintaku Yurmin, nenekku Surmah yang selalu senantiasa mendoakan, mendukung, dan menyemangati serta memberikan bantuan baik moril maupun materil semoga Allah membalas semua kebaikan kalian dengan surga-Nya..**
- ❖ **Kakak-kakakku tersayang Muta'al Akbar, Della Puspita dan adik tercinta kami Muhammad Elgar, Beserta Keluarga Besar Kakek Tuyas dan Nenek Surmah yang kami cintai semoga Allah menjadikan kalian sebagai orang-orang yang pandai bersyukur atas nikmat-Nya. Kalian yang selalu menjadi motivasi dan semangatku untuk selalu berjuang agar Cila yang kalian harapkan ini bisa membuat kalian bangga.**
- ❖ **Rekan-rekan seperjuangan Mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam Angkatan 2016 khususnya BPI D.**
- ❖ **Keluarga besar Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Fatah Palembang.**

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan berbagai rahmat, nikmat dan hidayah-Nya. Serta selalu memberikan kekuatan, ketabahan, dan kesabaran sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Konseling Individu dengan Menggunakan Teknik *Thought Stopping* dalam Mengurangi Kecanduan Minuman Keras (Studi Kasus Pada Klien “M” di Desa Bumi Agung Kecamatan Dempo Utara Kota Pagaralam)”. Sholawat serta salam semoga tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW beserta keluarga, sahabat, dan pengikutnya hingga ke yaumul akhir.

Skripsi ini dibuat untuk memenuhi salah satu syarat guna menyelesaikan pendidikan Strata 1 (S1) pada program studi Bimbingan Penyuluhan Islam di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang. Dalam penyusunan maupun penulisan skripsi ini, penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penulisan tugas akhir ini.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis tidak lupa juga mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang tiada terhingga kepada:

1. Yth. Ibu Prof. Dr. Nyayu Khodijah, S.Ag., M. Si selaku Rektor UIN Raden Fatah Palembang beserta jajarannya yang telah membantu proses akademik di Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang.
2. Yth. Bapak Dr. Achmad Syariffuddin, S. Ag., M. Hum Selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang beserta jajarannya. Yang telah membantu penulis dalam melakukan proses perkuliahan sampai saat ini.
3. Yth. Ibu Manah Rasmanah, M.Si dan Ibu Suryati, M.Pd selaku ketua dan sekretaris prodi Bimbingan Penyuluhan Islam. Yang telah mensupport, mengarahkan, membimbing dan memberikan nasehat untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Yth. Ibu Dr. Nuraida, M. Ag dan Ibu Manah Rasmanah, M. Si selaku pembimbing yang senantiasa meluangkan waktu dan pemikirannya dalam memberikan bimbingan dan mengarahkan penulis untuk menyelesaikan penulisan skripsi ini.
5. Yth. Bapak H. Hidayatullah. HT, M. Hum selaku penasehat akademik yang selalu memberikan bimbingan dan arahan untuk mengikuti proses kegiatan akademik.

6. Seluruh dosen Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang. Yang telah memberikan banyak ilmu dan pengalaman yang sangat bermanfaat bagi penulis.
7. Segenap karyawan Perpustakaan Fakultas Dakwah dan Komunikasi dan perpustakaan utama UIN Raden Fatah Palembang. Yang telah memberikan kemudahan penulis untuk mendapatkan berbagai referensi dalam penyelesaian skripsi ini.
8. Bapak Handra, ST Selaku Lurah Bumi Agung dan Ibu Astarika Sekretaris Desa Bumi Agung Kecamatan Dempo Utara Kota Pagaralam. Yang telah membantu mensupport penulis dan mengizinkan penulis melaksanakan penelitian di Desa Bumi Agung.
9. Teruntuk ibu Nelly Mardianah, S.Pd., dan Ayah Muhammad Hasyimi Said, SH. Terimakasih karena selalu mendoakan Cila, memberikan semangat, semoga ibu dan ayah sehat selalu.
10. Teruntuk kamu orang terdekatku Roby Adzikri, terima kasih telah membuat mood ku selalu baik agar aku bisa mengerjakan skripsi pun dengan baik dan lancar, memberikan support, semangat selalu, membantuku, menemani, menghiburku. Semoga selalu begitu hingga akhir hayat.

11. Teruntuk diri sendiri terimakasih karena telah berjuang sampai pada titik ini, semoga untuk kedepan bisa menjadi pribadi yang lebih baik lagi, lebih sabar dan selalu semangat menggapai cita-cita.
12. Rekan seperjuanganku Ollah Citra, Yuni Hartati, Septy Widya Ningsih, Syarmayati Nugraheni dan Winda Sulastri yang telah menjadi teman dekat penulis dari awal perkuliahan, yang selalu saling bertukar cerita, suka dan dukanya. Semoga selalu begitu. Dan jangan pernah menyerah dan berhenti berjuang ya.
13. Imam Muslimin, Hendra Afterta, Aziz, Nugroho Abdul Hanif, Rada Septiani, Serly Aprilia, Adestari, Bagas Fretles, dan Essy Ervina. Saudara tapi tak sedarah dan teman seperjuanganku selama di Palembang. Yang telah memberi semangat, motivasi, yang tak henti menghibur di kala sedang bersedih. Semoga jalinan silaturahmi kita tetap terjalan, dan semoga selalu dalam keadaan sehat dan sukses dunia akhirat.
14. Ibu Yayak, Bu Rusda, Pak Atay dan Pak Baim selaku bapak dan ibu kost Cila. Terimakasih karena telah membantu dan menjaga Cila selama berada di Kostan kita tercinta. Semoga ibu dan bapak sehat selalu dan di lancarkan segala ursannya.
15. Rekan seperjuangan BPI D angkatan 2016 yang selalu berjuang bersama dari penulis masuk dikelas tersebut bertemu setiap harinya hingga kini, yang tidak akan pernah penulis lupakan dan akan menjadi salah satu kenangan yang terindah.

16. Terima kasih juga buat orang-orang yang sering kutanya prihal skripsi semoga menjadi amal ibadah buat kalian di akhirat kelak.
17. Ucapan terima kasih yang tidak terhingga kepada Pemerintahan Desa Bumi Agung Kecamatan Dempo Utara Kota Pagaralam yang telah memperkenankan saya meneliti.

Penulis menyadari bahwa dalam penelitian ini masih banyak kekurangan dan kelemahan. Dengan kerendahan hati penulis menerima kritikan dan masukan dari berbagai pihak guna kesempurnaan skripsi ini. Semoga karya ini dapat menjadi referensi, dan bermanfaat bagi pembaca. Aamiin ya Rabbal Alamin.

Palembang, 13-Agustus-2021

Penulis



Shella Oktarin

Nim. 1635200104

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
NOTA PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR BAGAN	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
ABSTRAK	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Batasan Masalah	10
C. Rumusan Masalah.....	10
D. Tujuan Penelitian	11
E. Kegunaan Penelitian	11
BAB II TINJAUAN TEORITIS	13
A. Tinjauan Pustaka.....	13
B. Landasan Teori	18
1. Konseling Individu	18
2. Teknik <i>Thought Stopping</i>	30
3. Kecanduan Minuman Keras	37
4. Hubungan Teknik <i>Thought Stopping</i> dengan Kecanduan Minuman Keras	49
BAB III METODE PENELITIAN	53
1. Pendekatan dan Jenis Penelitian	53

2. Subyek dan Obyek Penelitian.....	55
3. Jenis Data dan Sumber Data.....	55
4. Teknik Pengumpulan Data	56
5. Lokasi Penelitian.....	62
6. Teknik Analisis Data.....	62
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	63
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	63
B. Deskripsi Subjek Penelitian.....	72
C. Hasil Penelitian.....	77
D. Analisis Data Penelitian	121
E. Pembahasan	125
BAB V PENUTUP	130
A. Kesimpulan.....	130
B. Saran	131
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Kisi-kisi Observasi “Konseling Individu Dengan Menggunakan Teknik <i>Thought Stopping</i> Dalam Mengurangi Kecanduan Minuman Keras”	57
Tabel 3.2	Kisi-kisi Wawancara “Konseling Individu Dengan Menggunakan Teknik <i>Thought Stopping</i> Dalam Mengurangi Kecanduan Minuman Keras”	59
Tabel 4.1	Jumlah Penduduk	66
Tabel 4.2	Data Penduduk Berdasarkan Pendidikan	67
Tabel 4.3	Data Penduduk Menurut Jenis Pekerjaan.....	68
Tabel 4.4	Data Penduduk Berdasarkan Agama.....	69
Tabel 4.5	Deskripsi Kegiatan.....	72
Tabel 4.6	Hasil Observasi Mengenai “Konseling Individu Dengan Menggunakan Teknik <i>Thought Stopping</i> Dalam Mengurangi Kecanduan Minuman Keras”.....	76
Tabel 4.7	Hasil Wawancara Dengan Klien “M”, Ibu Klien “M” dan Teman Klien “M” Mengenai Aspek Perubahan Perilaku	78
Tabel 4.8	Hasil Wawancara Dengan Klien “M”, Ibu Klien “M” dan Teman Klien “M” Mengenai Aspek Sering Menguap atau Mengantuk	82
Tabel 4.9	Hasil Wawancara Dengan Klien “M”, Ibu Klien “M” dan Teman Klien “M” Mengenai Aspek Tidak Disiplin	85
Tabel 4.10	Rekapitulasi Gambaran Kecanduan Minuman Keras Pada Klien “M” Dari Berbagai Aspek.....	87
Tabel 4.11	Hasil Wawancara Dengan Klien “M” Mengenai Faktor Penyebab Kecanduan Minuman Keras Pada Klien “M”.....	89
Tabel 4.12	Hasil Wawancara Dengan Klien “M” Mengenai Faktor Penyebab Kecanduan Minuman Keras Pada Klien “M”.....	91
Table 4.13	Rekapitulasi Faktor Penyebab Kecanduan Minuman Keras Pada Klien “M” Dari Berbagai Aspek	93

Tabel 4.14 Analisis Deret Waktu 121

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1	Hubungan Teknik <i>Thought Stopping</i> dalam Mengurangi Kecanduan Minuman Keras.....	52
-----------	---	----

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Peta Kelurahan Bumi Agung.....	65
Gambar 4.2 Struktur RT RW Kelurahan Bumi Agung.....	70
Gambar 4.3 Struktur Organisasi Kelurahan Bumi Agung	70

ABSTRAK

Penelitian ini berjudul **Konseling Individu dengan Menggunakan Teknik *Thought Stopping* dalam Mengurangi Kecanduan Minuman Keras (Studi Kasus Pada Klien “M” Di Desa Bumi Agung Kecamatan Dempo Utara Kota Pagaram).**

Rumusan masalah pada penelitian bagaimana gambaran kecanduan minuman keras pada klien “M”, faktor apa yang menyebabkan kecanduan minuman keras pada klien “M” dan bagaimana penerapan konseling individu dengan menggunakan teknik *thought stopping* dalam mengurangi kecanduan minuman keras pada klien “M”. Jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan, pendekatan penelitian ini kualitatif dengan metode studi kasus. Subjek dalam penelitian klien “M”, Ibu klien “M” dan teman dekat klien “M”. Alat pengumpulan data observasi, wawancara dan dokumentasi. Teknik analisis data meliputi perjodohan pola, ekplanasi, dan analisis deret waktu. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa gambaran kecanduan minuman keras pada klien “M” sering merasakan sedih secara tiba-tiba, suka melamun, suka menyendiri, tertutup terhadap orang lain, mudah tersinggung, mudah menyikapi masalah, selalu was-was, lebih memilih menenangkan diri dengan mengonsumsi miras. faktor penyebab kecanduan minuman keras pada klien “M” yakni merasa kurang diperhatikan dengan orang tua, tidak terbuka kepada orang lain dan orang tua, memiliki kepribadian yang mudah terpengaruh dengan orang lain, sering melakukan kesalahan yang sama seperti mengonsumsi miras secara terus-menerus. Pelaksanaan konseling individu dengan menggunakan teknik *thought stopping* dilakukan dengan tiga tahapan yaitu tahap awal, tahap tengah, dan tahap akhir. Konseling yang diberikan sebanyak 6x pertemuan, menunjukan perubahan klien “M” bisa menahan diri untuk tidak mengonsumsi minuman keras selama konseling berjalan, klien “M” terlihat berusaha keras untuk berhenti mengonsumsi minuman keras, serta klien “M” sudah mulai sedikit terbuka dengan orang tuanya, dan mulai mencoba terlihat aktif dalam kegiatan di desa, berpikir lebih positif/rasional, memiliki kepercayaan diri dan perilaku sesuai yang diharapkan.

Kata kunci: konseling individu, thought stopping, kecanduan minuman keras.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Setiap makhluk hidup akan mengalami proses perubahan dan pertumbuhan selama masa hidupnya, sejak dari awal kelahiran hingga masa dewasa akhir sampai lanjut usia. Masa yang dialami tersebut mencakup masa balita, kanak-kanak, remaja, dewasa dan lansia. Masa remaja juga disebut sebagai tahap peralihan dari masa awal anak-anak hingga masa dewasa awal. Menurut Konopka “Masa remaja meliputi: remaja awal (12-15 tahun), remaja madya (15-18 tahun), dan remaja akhir (19-22 tahun). Masa remaja juga kerap disebut menjadi dewasa atau dalam perkembangan menjadi dewasa, umur 21-24 tahun saat ini sering dikatakan masa dewasa awal”.¹

Masa dewasa awal atau masa remaja akhir disebut tahap peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa, yang memiliki ciri seperti pertumbuhan fisik, pemikiran, adab, agama, dan sosial. Pada tahap remaja inilah bertumbuh sifat, sikap dan perilaku yang ingin tahu, mencari jati diri dan mencoba-coba hal yang baru yang ingin remaja rasakan. Tentu apabila tidak dibimbing dan diarahkan dengan benar bisa saja berdampak negatif dan membuat individu tersebut salah arah dan terjadi perilaku yang tidak diinginkan yang dapat menimbulkan masalah sosial. Masalah sosial adalah penyakit masyarakat yang disebut dengan

¹F.J. Monks. Knoers Siti Rahayu Haditono, *Psikologi Perkembangan*, (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2006), hlm. 261-262.

perbuatan yang melanggar norma-norma di dalam masyarakat yang dianggap mengganggu, merugikan, dan tidak diinginkan oleh masyarakat.² Masalah sosial juga sering diartikan ketidakpantasan atau kesenjangan dengan kebudayaan dalam masyarakat yang dapat menimbulkan ancaman pada masyarakat. Masalah sosial menyebabkan dampak yang buruk bagi masyarakat, seperti kriminalitas dan perilaku menyimpang yang sering terjadi pada remaja.

Sekarang ini banyak sekali terjadi perilaku menyimpang pada remaja yang tentu saja membuat masyarakat resah. Bentuk-bentuk penyimpangan yang dilakukan oleh remaja akhir-akhir ini yang selalu merisaukan masyarakat ialah kebiasaan mengonsumsi *khamar* atau alkohol di tempat terbuka. Pada mulanya kebiasaan tersebut bukan warisan biologi atau bawaan lahir. Perilaku menyimpang tersebut dapat dilakukan oleh siapa saja, baik laki-laki ataupun perempuan. Tindakan perilaku menyimpang tersebut dapat dilakukan secara sadar dan terkonsep dengan tujuan tertentu. Misalnya disebabkan oleh paksaan yang sangat kuat yang membuat seseorang menjadi terobsesi, seperti ketika individu menonton film orang yang mengonsumsi alkohol dan terlihat sangat keren, membuat individu tersebut menjadi terobsesi untuk mengonsumsi alkohol seperti yang ada di film. Tindakan perilaku menyimpang ini juga dapat dilakukan secara tidak sadar, seperti ketika saat terjadinya permasalahan yang sangat berat biasanya menyebabkan orang yang mengalami masalah tersebut

²Paisol Burlian, *Patologi Sosial*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2016), hlm. 17.

mudah terpengaruh oleh ajakan teman untuk mengonsumsi obat-obat yang dilarang maupun mengonsumsi minuman keras.

Mengonsumsi minuman keras pada masa sekarang sangat meningkat dari tahun ke tahun, yang mengakibatkan banyak orang *overdosis* dan meninggal karena mengonsumsi minuman keras. Secara global, tim menemukan bahwa total volume alkohol yang dikonsumsi pertahun meningkat 70% antara tahun 1990-2017 dari 20.999 juta liter pertahun menjadi 35. 676 juta liter pertahun.³ Menurut Riset Kesehatan, jika dilihat dari angka konsumsi alkohol berdasarkan usia, pada usia 10-14 sudah ada yang mengonsumsi alkohol sebanyak 0,3 persen. Pada usia 15-19, peminum alkohol mencapai 3,7 persen, dan pada usia 20-24 jumlahnya kembali naik yaitu 6,4 persen. Dari jumlah tersebut, jumlah laki-laki peminum alkohol lebih banyak ketimbang perempuan. Yakni 6,1 persen laki-laki dan 0,4 persen perempuan.⁴

Dr. dr. Kristiana Siste, Sp. KJ (K) dari Departemen Ilmu Kesehatan Jiwa Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia (FKUI) menambahkan, prevalansi remaja usia 13-17 yang mengonsumsi alkohol di Indonesia adalah 4,4 persen. Salah satu pendorongnya adalah pengawasan yang rendah, 20 persen remaja

³Giovani Dio Prasasti, *Konsumsi Minuman Beralkohol di Dunia Meningkat 70 Persen*.<http://m.liputan6.com/health/read/3962146/konsumsi/minuman-beralkohol-di-dunia-meningkat-70-persen>, Diakses pada: Minggu, 22 Desember 2019, Jam 23:36 WIB.

⁴Ade Nasihudin Al Ansori, *Angka Konsumsi Alkohol Asia Tenggara Meningkat 34 Persen, Bagaimana di Indonesia?*. <https://www.liputan6.com/health/read/4506391/angka-konsumsi-alkohol-asia-tenggara-meningkat-34-persen-bagaimana-di-indonesia>, Diakses pada: Selasa 05 Oktober 2021, Jam 20:00 WIB.

mengaku dapat membeli langsung alkohol di toko tanpa kartu identitas. (15/3/2021).⁵

Sudah banyak berita-berita tentang minuman keras dan akibat mengonsumsi miras itu sendiri ada pula berita dari Polres Pagaram, mendapati sejumlah pedagang kaki lima masih menjual minuman beralkohol cukup tinggi. “Dari empat warung yang diperiksa, didapatkan sekitar 50 botol minuman keras berbagai jenis merk.” Razia terpisah yang dilakukan personel Polsek Pagaram Selatan dipimpin Ipda Erwin Sudiar SE, juga mendapat puluhan botol minuman keras di kawasan Simpang Talang Jelatang, Kelurahan Sidorejo. “Di lokasi tersebut ditemukan sekitar 23 botol miras, yang terdiri dari 10 botol Vodka dan 13 botol Mansion House”.⁶ Walikota Pagaram mendukung dan mengapresiasi tindakan dan langkah penggerebekan yang dilakukan Polres Pagaram, supaya tidak merusak generasi penerus bangsa kota Pagaram.

Minuman keras merupakan dampak dari kenakalan remaja yang dapat mengakibatkan kecanduan bahkan hingga menimbulkan kriminalitas. Sudah dijelaskan dalam Permen (Peraturan Menteri) RI No. 86 Tahun 1997, minuman keras merupakan segala macam minuman yang beralkohol. Minuman keras memiliki sebutan lain dalam masyarakat, di kota dan di desa yang disebut

⁵ *Ibid.*,

⁶ Julheri, *Razia Ditengah Pandemi Covid-19, Polres Pagaram Temukan Banyak Miras*. <https://sumeks.co/razia-ditengah-pandemi-covid-19-polres-pagaram-temukan-banyak-miras/>, Diakses pada: Selasa 05 Oktober 2021, Jam 20:31 WIB.

minuman yang mengandung alkohol, *khamar* (khusus masyarakat Islam), dan minuman yang membuat tidak sadarkan diri (mabuk).⁷

Minuman keras dalam Islam disebut dengan kata lain *khamar*. *Khamar* dalam bahasa Arab berarti “menutup”, setelah itu dijadikan nama untuk segala yang memabukkan dan menutup aurat. Kata *khamar* dimengerti sebagai minuman yang membuat pengonsumsinya mabuk.⁸ Minuman keras adalah semua hal yang membuat mabuk seperti obat terlarang dan lain-lain. Minuman yang mengandung alkohol bisa menyebabkan kecanduan dan dapat membahayakan penggunanya karena bisa berpengaruh terhadap pemikiran, emosional, yang dapat berujung kerusakan fungsi-fungsi organ yang ada di tubuh. Dampak dari minuman keras tersebut ialah damai, hilangnya rasa stres, tidak sadarkan diri, membuat bahagia walaupun cuma sebentar.⁹ Itulah beberapa efek yang ditimbulkan jika mengkonsumsi minuman keras.

Minuman keras (*khamar*) sangatlah dilarang dalam agama Islam karena meminum alkohol tersebut termasuk perbuatan yang tercela bagi umat muslim, karena kita mengetahui meminum alkohol tersebut bisa menyebabkan kehilangan kesadaran (mabuk), kontrol diri yang lemah dan kemungkinan bisa menyebabkan kematian. Al-Qur’an menyebutkan bahwa *khamar* itu perbuatan setan karena alkohol tersebut banyak terdapat dampak buruk atau negatif dari

⁷Paisol Burlian, *Patologi Sosial*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2016), hlm. 175.

⁸*Ibid.*, hlm. 176.

⁹Hawari, D. *Penyalahgunaan Narkotika dan Zat Adiktif*. (Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Indonesia, 1991), hlm. 34.

manfaatnya, namun masih ada manfaat dalam dunia medis dari alkohol tersebut walaupun hanya sedikit. Dalil larangan minum-minuman keras (*khamar*) antara lain:

Firman Allah SWT dalam Al-Qur'an:

يَسْأَلُونَكَ عَنِ الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ ۖ قُلْ فِيهِمَا إِثْمٌ كَبِيرٌ وَمَنَافِعُ لِلنَّاسِ وَإِنَّهُمْ لَكَبِيرٌ مِّنْ نَّفْعِهِمَا ۗ وَيَسْأَلُونَكَ مَاذَا يُنْفِقُونَ ۗ قُلِ الْعَفْوَ ۗ كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ آيَاتِهِ لَعَلَّكُمْ تَتَفَكَّرُونَ

Artinya:

“Mereka bertanya kepadamu tentang khamar dan judi. Katakanlah, “pada keduanya itu terdapat dosa besar dan beberapa manfaat bagi manusia, tetapi dosa keduanya lebih besar dari manfaatnya.” Dan mereka bertanya kepadamu apa yang mereka nafkahkan. Katakanlah “Yang lebih dari keperluan.” Demikianlah Allah menerangkan ayat-ayat-Nya kepadamu supaya kamu berpikir.”(Q.S Al-Baqarah: 219)¹⁰

Berdasarkan dalil tersebut dapat disimpulkan bahwa mengonsumsi minuman keras termasuk dosa besar walaupun terdapat sedikit manfaat dari minuman keras untuk manusia, namun dosa dari mengonsumsi minuman keras cenderung lebih negatif dari manfaatnya dan mengonsumsi minuman keras tersebut termasuk perbuatan setan yang tidak disukai oleh Allah SWT.

Berdasarkan hasil observasi awal yang telah dilakukan pada tanggal 10-17 Oktober 2020 di Desa Bumi Agung Kecamatan Dempo Utara Kota Pagalaran, pada klien berinisial “M”, berumur 19 tahun merupakan seseorang remaja laki-laki yang sering meluangkan waktu untuk berkumpul dan nongkrong dengan

¹⁰Al-Jumanatul ‘Ali, *Al-Qur’an dan Terjemahannya*, (Bandung: CV Penerbit J-ART, 2004), hlm. 34.

temannya. Namun, dengan kegiatan tersebut mereka sering mengonsumsi miras kegiatan ini sering disebut mereka dengan “mabar” mabok bareng. Klien “M” memiliki kecanduan minuman keras selama 2 setengah tahun pada tahap pra alkoholik, klien “M” bisa mengonsumsi 1-3 botol berbagai jenis dan merek minuman keras dalam sehari seperti Anggur Merah, Bir Bintang, Mansion House, Ciu, Vodka, New Port dan Tuak. Awal mula ia mengonsumsi minuman keras itu ia melihat teman-temannya mengonsumsi miras tersebut, karena dalam pemikirannya mengonsumsi miras itu sangat keren klien “M” juga tidak ingin dianggap teman-temannya kurang pergaulan dan tidak berpengalaman akhirnya ia mencoba-coba dan setelah beberapa kali klien “M” mencoba minuman keras tersebut akhirnya membuat dia menjadi ketagihan dan menjadi biasa mengonsumsi miras tersebut, lalu lama kelamaan ketika klien “M” memiliki permasalahan kecil dari segi manapun klien “M” melampiaskan dengan mengonsumsi minuman keras tersebut sehingga miras dianggap bisa menghilangkan dan menyelesaikan masalah yang klien “M” hadapi.

Akibat dari kebiasaan buruk tersebut klien “M” merasa sering susah berkonsentrasi, susah untuk mengambil keputusan, susah mengontrol emosi, suasana hati mudah berubah, sering berbicara kasar, menarik diri dari orang lain, dan mudah merasakan pusing karena pengaruh miras tersebut. Adapun persentase jumlah remaja yang mengonsumsi alkohol pada remaja desa Bumi Agung kecamatan Dempo Utara yakni dari 136 remaja, yang mengonsumsi

alkohol sebanyak 45 persen. Hal ini peneliti dapatkan dari hasil observasi awal di Desa Bumi Agung Kecamatan Dempo Utara Kota Pagaram.¹¹

Berdasarkan hasil observasi awal dapat diketahui bahwa perilaku negatif yang dilakukan oleh klien “M”, telah membentuk pola pikir yang salah seperti saat klien “M” memiliki berbagai masalah klien “M” lebih memilih untuk mengonsumsi minuman keras karena klien “M” merasa masalahnya berkurang saat mengonsumsi miras tersebut, padahal meskipun klien “M” menikmati hal tersebut masalah yang dialami masih akan tetap ada tanpa klien “M” sendiri berusaha untuk memecahkan masalah yang di hadapinya.

Dari kasus di atas penelitian ini penting dan perlu untuk membantu dengan sebaik mungkin memecahkan masalah proses berpikir yang dialami klien “M” sehingga bisa mengurangi penyimpangan yang dilakukan klien “M” seperti mengonsumsi miras tersebut, dengan cara memberikan layanan konseling individu yaitu proses memberikan bantuan antara konselor dengan klien dengan cara berkomunikasi secara langsung (*face to face*), didalam proses konseling tersebut terjadi interaksi antara konselor dengan klien berupa wawancara yang menciptakan suasana nyaman, aman, tenang dan terbuka, sehingga proses konseling yang akan dijalankan berjalan lancar dengan keterbukaan seorang klien tersebut konselor dapat memberikan bantuan dan

¹¹ Observasi awal di Desa Bumi Agung Kecamatan Dempo Utara Kota Pagaram, 10 Oktober 2020.

mengembangkan pribadi klien agar menjadi lebih baik serta klien tersebut dapat mengatasi permasalahan yang sedang dihadapi.

Untuk lebih mengoptimalkan layanan konseling individu peneliti menggunakan teknik *Thought Stopping* atau penghentian pikiran yang merupakan salah satu contoh dari teknik psikoterapeutik kognitif-behavior yang dapat digunakan untuk membantu konseli mengubah proses berpikir. Mengubah proses berpikir merupakan hal yang penting bagi seorang konselor untuk mempertahankan perasaan konseli dapat berpengaruh kuat dengan pola dan proses berpikir.¹² Oleh sebab itu diharapkan individu tersebut dapat mengatasi masalahnya untuk mengurangi kecanduan minuman keras dan bisa mengubah proses berpikir yang semula irasional menjadi lebih rasional agar dapat menata masa depan yang jauh lebih baik.

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas, peneliti merasa perlu dan tertarik untuk melakukan penelitian skripsi yang berjudul **“Konseling Individu Dengan Menggunakan Teknik *Thought Stopping* Dalam Mengurangi Kecanduan Minuman Keras (Studi Kasus Pada Klien “M” Di Desa Bumi Agung Kecamatan Dempo Utara Kota Pagaram)”**.

¹²Eni Hidyati, Riwayanti, *Buku Modul Mata Kuliah Keperawatan Jiwa Terapi Thought Stopping*, (Semarang: Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Semarang, 2015), hlm. 1.

B. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, agar skripsi ini lebih terarah dan sesuai dengan tujuan yang diharapkan, maka penulis membatasi permasalahan yang diangkat dalam skripsi ini, yaitu:

1. Penerapan teknik *thought stopping* dalam penelitian ini, diterapkan untuk klien yang mengalami kecanduan minuman keras pada tahap pra alkoholik.
2. Penelitian ini juga dibatasi pada klien yang mengalami kecanduan minuman keras selama 1-3 tahun.

Peneliti membatasi masalah kecanduan minuman keras pada tahap pra alkoholik karena didalam kecanduan minuman keras terdapat 4 tahap kecanduan minuman keras yaitu pra alkoholik, prodormal, gawat dan kronis.

C. Rumusan Masalah

Mengarah pada latar belakang masalah di atas. Supaya penelitian lebih akurat maka peneliti memberikan rumusan masalah. Sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran kecanduan minuman keras pada klien “M” di Desa Bumi Agung Kecamatan Dempo Utara Kota Pagaram?
2. Faktor apa yang menyebabkan kecanduan minuman keras pada klien “M” di Desa Bumi Agung Kecamatan Dempo Utara Kota Pagaram?
3. Bagaimana penerapan Konseling Individu dengan Menggunakan Teknik *Thought Stopping* dalam Mengurangi Kecanduan Minuman Keras Pada Klien “M” di Desa Bumi Agung Kecamatan Dempo Utara Kota Pagaram?

D. Tujuan Penelitian

Dari rumusan masalah di atas maka tujuan penelitian ini untuk mengetahui:

1. Gambaran kecanduan minuman keras pada klien “M” di Desa Bumi Agung Kecamatan Dempo Utara Kota Pagaralam.
2. Faktor yang menyebabkan kecanduan minuman keras pada klien “M” di Desa Bumi Agung Kecamatan Dempo Utara Kota Pagaralam.
3. Penerapan konseling individu dengan menggunakan teknik *Thought Stopping* dalam mengurangi kecanduan minuman keras pada klien “M” di Desa Bumi Agung Kecamatan Dempo Utara Kota Pagaralam.

E. Kegunaan Penelitian

1. Secara Teoritis

Penulis berharap bisa membagikan manfaat agar memperbanyak dan mengembangkan *khazanah* keilmuan dalam penelitian dibidang Bimbingan dan Penyuluhan Islam.

2. Secara Praktis

1. Penelitian ini diharapkan akan memperbanyak wawasan pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti.
2. Institusi, peneliti berharap penelitian bisa dijadikan sebagai referensi dan berguna bagi para pembaca teruntuk prodi Bimbingan Penyuluhan Islam agar mendapatkan pengalaman dan pengetahuan yang luas.

3. Hasil dari penelitian diharapkan bisa menjadi *literature* bagi penelitian selanjutnya.