

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Pengertian Terapi Realitas

Terapi Realitas merupakan suatu bentuk hubungan pertolongan yang praktis, relatif sederhana dan bentuk bantuan langsung kepada konseli, yang dapat dilakukan oleh guru atau konselor di sekolah dalam rangka mengembangkan dan membina kepribadian/kesehatan mental konseli secara sukses, dengan cara memberi tanggung jawab kepada konseli yang bersangkutan.²²

Terapi Realitas dikembangkan oleh William Glasser, seorang insinyur kimia sekaligus psikiater pada tahun 1950-an.²³ Adapun fokus terapi realitas ini adalah tingkah laku sekarang yang ditampilkan individu.²⁴ *Reality Terapi* yang dikembangkan oleh William Glasser . Yang dimaksudkan dengan istilah *reality* ialah suatu standar atau patokan obyektif, yang menjadi kenyataan atau realitas yang harus diterima. Realitas atau kenyataan itu dapat berwujud suatu realitas praktis, realitas sosial, atau realitas moral. Sesuai dengan pandangan behavioristik, yang terutama disoroti pada seseorang adalah tingkah lakunya yang nyata. Tingkah laku itu dievaluasi menurut kesesuaian atau ketidaksesuaiannya dengan realitas yang ada. Glasser memfokuskan perhatian pada perilaku seseorang pada saat sekarang, dengan menitikberatkan tanggung jawab yang dipikul setiap orang untuk berperilaku sesuai dengan realitas atau kenyataan yang dihadapi. Penyimpangan/ ketimpangan dalam tingkah laku seseorang dipandang sebagai akibat dari tidak adanya kesadaran mengenai tanggung jawab pribadi; bukan sebagai indikasi/ gejala adanya gangguan dalam kesehatan mental menurut konsepsi tradisional. Bagi Glasser, bermental sehat adalah menunjukkan rasa tanggung jawab

²²Gerald Corey, *Teori dan Praktik Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung : PT Eresco, 1997), hal. 269.

²³ DR. Namora Lumongga Lubis, M.SC, *Memahami Dasar-dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik*, (Jakarta : KENCANA Prenada Media Group, 2011), hal. 183.

²⁴ Ibid, hal. 183.

dalam semua perilaku.²⁵ Manusia dapat menentukan dan memilih tingkah lakunya sendiri. Ini berarti bahwa setiap individu harus bertanggung jawab dan bersedia menerima konsekuensi dari tingkah lakunya. Bertanggung jawab di sini maksudnya adalah bukan hanya pada apa yang dilakukannya melainkan juga pada apa yang dipikirkannya.²⁶

Terapi Realitas adalah penerimaan tanggung jawab pribadi yang dipersamakan dengan kesehatan mental. Terapi realitas adalah suatu bentuk modifikasi tingkah laku karena dalam penerapan-penerapan institusionalnya, merupakan tipe pengondisian operan yang tidak ketat.²⁷

1. Konsep Utama Terapi Realitas Tentang Manusia

Pandangan tentang manusia mencakup pernyataan bahwa suatu “kekuatan pertumbuhan” mendorong kita untuk berusaha mencapai suatu identitas keberhasilan. Penderitaan pribadi bisa diubah hanya dengan perubahan identitas. Pandangan terapi realitas menyatakan bahwa, karena individu- individu bisa mengubah cara hidup, perasaan, dan tingkah lakunya, maka merekapun bisa mengubah identitasnya. perubahan identitas bergantung pada perubahan tingkah laku.

Basis dari terapi realitas adalah membantu para klien dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar psikologisnya, yang mencakup “kebutuhan untuk mencintai dan dicintai serta kebutuhan untuk merasakan bahwa kita berguna baik pada diri kita sendiri maupun bagi orang lain”.²⁸Prinsip ini menyiratkan bahwa

²⁵ W.S. Winkel & MM. Sri Hastuti, *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*, (Yogyakarta : Media Abadi, 2004), hal. 459.

²⁶ DR. Namora Lumongga Lubis, M.Sc, *Memahami Dasar-dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik*, (Jakarta : KENCANA Prenada Media Group, 2011), hal. 185.

²⁷ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung : PT.Refika Aditama, 2003), hal. 263-264.

²⁸Ibid, hal. 264.

masing-masing orang memikul tanggung jawab untuk menerima konsekuensi-konsekuensi dan tingkah laku sendiri. Menurut pandangan terapi realitas bahwa individu bisa mengubah cara hidup, perasaan, dan tingkah laku. Mereka bisa mengubah identitasnya. Perubahan identitas bergantung pada perubahan tingkah laku.²⁹

Maka jelaslah terapi realitas tidak berpijak pada filsafat deterministik tentang manusia, tetapi dibangun diatas asumsi bahwa manusia adalah agen yang menentukan dirinya sendiri. Prinsip ini menyiratkan bahwa masing-masing orang memiliki tanggung jawab untuk menerima konsekuensi-konsekuensi dari tingkah lakunya sendiri. Tampaknya, orang menjadi apa yang ditetapkannya.³⁰

2. Ciri-ciri Terapi Realitas

Sekurang-kurangnya ada delapan cirri yang menentukan terapi realitas, yaitu :

- a. Terapi realitas menolak konsep tentang penyakit mental. Ia berasumsi bahwa bentuk-bentuk gangguan tingkah laku yang spesifik adalah akibat dari ketidakbertanggungjawaban.
- b. Terapi realitas berfokus pada tingkah laku sekarang alih-alih pada perasaan-perasaan dan sikap-sikap. Meskipun tidak menganggap perasaan-perasaan dan sikap-sikap tidak penting, terapi realitas menekankan kesadaran atas tingkah laku sekarang. Juga terapi realitas tidak bergantung pada pemahaman untuk mengubah sikap-sikap, tetapi menekankan bahwa perubahan sikap mengikuti perubahan tingkah laku.
- c. Terapi realitas berfokus pada saat sekarang, bukan pada masa lampau. Karena masa lampau seseorang itu telah tetap dan tidak bisa diubah, maka yang bisa diubah hanyalah saat sekarang dan masa yang akan datang.

²⁹ Ibid, hal. 265.

³⁰ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung : Eresco, 1988), hal. 268-269.

- d. Terapi realitas menekankan pertimbangan-pertimbangan nilai. Ia menempatkan pokok kepentingannya pada peran klien dalam menilai kualitas tingkah lakunya sendiri dalam menentukan apa yang membantu kegagalan yang dialaminya.
- e. Terapi realitas tidak menekankan transferensi. Ia tidak memandang konsep tradisional tentang transferensi sebagai hal yang penting. Ia memandang transferensi sebagai suatu cara bagi terapis untuk tetap bersembunyi sebagai pribadi.
- f. Terapi realitas menekankan aspek-aspek kesadaran, bukan aspek-aspek ketaksadaran. Terapis realitas memeriksa kehidupan klien sekarang secara rinci dan berpegang pada asumsi bahwa klien akan menemukan tingkah laku sadar yang tidak mengarahkannya kepada pemenuhan kebutuhan-kebutuhannya
- g. Terapi realitas menghapus hukuman. Glasser mengingatkan bahwa pemberian hukuman guna mengubah tingkah laku tidak efektif dan bahwa hukuman untuk kegagalan melaksanakan rencana-rencana mengakibatkan perkuatan identitas kegagalan pada klien dan merusak hubungan terapeutik. Ia menentang penggunaan pernyataan-pernyataan yang mencela karena pernyataan semacam itu merupakan hukuman.
- h. Terapi realitas menekankan tanggung jawab, yang oleh Glasser didefinisikan sebagai *“kemampuan untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan sendiri dan melakukannya dengan cara yang tidak mengurangi kemampuan orang lain dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan mereka”*. Belajar tanggung jawab adalah proses seumur hidup.³¹

3. Teknik-teknik Dalam Terapi Realitas

Teknik terapi realitas menurut Glasser dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

a. Keterlibatan

Terapis pada terapi realitas, harus dapat melibatkan diri dengan pasien yang akan dibantunya, karena itu terapis harus memperlihatkan sikap hangat, bersifat pribadi dan ramah. Kehangatan dan sikap memahami dan menerima adalah hal penting yang harus ada dan diperlihatkan agar dapat membantu pasien. Maka keterlibatan dengan pasien menjadi landasan pada teknik terapi ini.

³¹ Gerald Corey, *Teori Dan Praktek Konseling Dan Psikoterapi*, (Bandung : PT ERESKO, 1997), hal. 269-273.

b. Perilaku Sekarang

Sebagai kelanjutan dari sikap hangat dan kesediaan melibatkan diri dari terapi dengan pasiennya, pasien akan merasa dibantu untuk menyadari perilakunya sendiri sekarang.

Mengetahui perilaku sekarang dianggap penting, orang sering menghindari dari perilakunya sekarang dengan menekankan bagaimana ia merasakan daripada bagaimana ia berbuat. Pandangan pada terapi realitas terhadap kehidupan perasaan seseorang sebagai sesuatu yang cukup penting, namun yang lebih penting lagi ialah apa yang dilakukan sekarang? Seseorang merasakan perasaan tertekan dan mempengaruhi perilakunya yang tertekan.

c. Menilai Diri sendiri

Pasien harus melihat perilakunya sendiri secara kritis dan menilainya apakah pilihannya memang yang terbaik. Terapis menayakan apakah penilaiannya terhadap perilakunya didasarkan pada kepercayaan bahwa perilaku tersebut baik baginya dan baik bagi orang lain, bagi lingkungan sosialnya dan masyarakatnya. Terapis tidak menilai menerangkan bahwa apa yang dilakukan oleh pasien adalah salah. Terapis membimbing pasien untuk menilai perilakunya sendiri dan menentukan sendiri. Selanjutnya setelah pasien melakukan penilaian terhadap perilakunya, terapis kemudian membantu menyusun rencana mengenai apa yang akan dilakukan pasien. Namun pernyataan “ saya harus berubah ” harus ada dan dinyatakan oleh pasien.

d. Merencanakan Tindakan Yang Bertanggung Jawab

Segera setelah pasien melakukan penilaian ia dibantu dalam menyusun rencana, kenyataannya pengaruh pengalaman dan pengalaman hidup terapis cukup besar yang sedikit banyak mempengaruhi obyektivitasnya. Rencana tindakan sebaiknya harus cukup realistik, tidak terlalu tinggi, terlalu banyak atau majemuk, sehingga sulit dicapai. Sebaliknya perubahan sedikit demi sedikit harus dilihat sesuai dengan rencana yang ada. Rencana yang telah disusun bukan merupakan rencana yang kaku dan kalau perlu bisa disusun kembali. Namun dalam melakukan tindakan , tidak berarti terlalu bebas untuk tidak mengikuti langkah-langkah dan rencana yang telah bulat.

e. Perjanjian (Commitment)

Rencana tindakan yang telah disusun harus dilakukan. Terapis memberikan dorongan lebih besar kepada pasiennya untuk memenuhi rencana tindakannya dengan jalan meminta pasien berjanji dengan terapis, bahwa ia melakukannya. Perjanjian yang dilakukan terhadap diri sendiri dalam kenyataannya, kurang meyakinkan untuk benar-benar dilakukan, berbeda kalau perjanjian dilakukan terhadap terapisnya.

f. Tidak Menerima Alasan

Jika seseorang tidak memenuhi perjanjiannya, penilaian dan penyusunan rencana perlu diperiksa kembali.

Jika penyusunan rencana benar, perlu dilihat pada perjanjian pasien untuk melakukan rencana. Jika perjanjian dan keterlibatan pasien untuk melakukan sesuatu sesuai rencana masih ada, terapis mendorongnya.

g. Tidak Ada Hukuman

Tidak memberikan hukuman sama pentingnya dengan tidak menerima alasan. Menurut Glasser dengan hukuman akan mengurangi keterlibatan seseorang dan menyebabkan kegagalan untuk mengidentifikasi kegagalannya secara lebih rinci. Dengan menerima tanggung jawab terhadap perilakunya sendiri dan bertindak matang untuk mengubah perilakunya, seseorang menemukan dirinya sendiri, tidak lagi merasa tersisih dan gejala perilakunya yang patologis mulai diatasi, berkembang lebih matang, memenuhi kebutuhan akan kasih sayang, penghargaan dan menemukan identitas diri.³²

Seseorang bisa lebih bersikap dewasa dan matang dalam menyikapi berbagai persoalan, apabila ia tidak dipaksakan untuk melaksanakan konsekuensi dari apa yang ia perbuat dalam kata lain seseorang bisa memperbaiki kesalahannya sendiri tanpa ada unsur dari orang lain, apalagi ia harus menanggung akibat dari perbuatan yang ia perbuat.

4. Tujuan dan Manfaat Terapi Realitas

Secara umum tujuan konseling reality therapy sama dengan tujuan hidup, yaitu individu mencapai kehidupan dengan success identity. Untuk itu dia harus bertanggung jawab, yaitu memiliki kemampuan mencapai kepuasan terhadap kebutuhan personalnya.

Reality therapy adalah pendekatan yang didasarkan pada anggapan tentang adanya satu kebutuhan psikologis pada seluruh kebutuhannya;

³² Singgih D Gunarsa, *Konseling Dan Psikoterapi*, (Jakarta : BPK Gunung Mulia, 1996), hal. 245-248.

kebutuhan akan identitas diri, yaitu kebutuhan untuk merasa unik terpisah dan berbeda dengan orang lain. Kebutuhan akan identitas diri merupakan pendorong dinamika perilaku yang berada di tengah-tengah berbagai budaya universal.

Kualitas pribadi sebagai tujuan konseling realitas adalah individu yang memahami dunia riilnya dan harus memenuhi kebutuhannya dalam kerangka kerja. Meskipun memandang dunia realitas antara individu yang satu dengan individu yang lain dapat berbeda tapi realitas itu dapat diperoleh dengan cara membandingkan dengan orang lain. Oleh karena itu, konselor bertugas membantu klien bagaimana menemukan kebutuhannya dengan 3R yaitu right, responsibility dan reality, sebagai jalannya.

Untuk mencapai tujuan-tujuan ini, karakteristik konselor realitas adalah sebagai berikut:

- 1) Konselor harus mengutamakan keseluruhan individual yang bertanggung jawab, yang dapat memenuhi kebutuhannya.
- 2) Konselor harus kuat, yakin, tidak pernah "bijaksana", dia harus mampu menahan tekanan dari permintaan klien untuk simpati atau membenarkan perilakunya, tidak pernah menerima alasan-alasan dari perilaku irrasional klien.
- 3) Konselor harus bersikap hangat, sensitif terhadap kemampuan untuk memahami perilaku orang lain.

- 4) Konselor harus dapat bertukar pikiran dengan klien tentang perjuangannya dapat melihat bahwa seluruh individu dapat melakukan secara bertanggung jawab termasuk pada saat-saat yang sulit.

Konseling realitas pada dasarnya adalah proses rasional, hubungan konseling harus tetap hangat, memahami lingkungan. Konselor perlu meyakinkan klien bahwa kebahagiaannya bukan terletak pada proses konseling tetapi pada perilakunya dan keputusannya, dan klien adalah pihak yang paling bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri.

Dari berbagai pendapat tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa tujuan konseling kelompok realita adalah untuk memecahkan masalah konseli dengan mengembangkan kemampuan-kemampuan yang ada dalam dirinya, dan mampu bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri agar mencapai individu yang berhasil atau identity success.³³

Terapi realitas bertitik tolak pada paham dasar bahwa manusia memilih perilakunya sendiri dan karena itu ia bertanggung jawab, bukan hanya terhadap apa yang dilakukannya, tetapi juga terhadap apa yang ia pikir.

³³ <http://rakhandahabiburrazaqsubhan.blogspot.com/2012/12/konseling-realita-untuk-underachiever.html>, diakses pada tanggal 11 Juli pada jam 11.11.

“Tujuan umum dari terapi realitas adalah agar pasien menemukan jalan yang lebih efektif untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan”³⁴

Maka terapi realitas bertujuan untuk memberikan kemungkinan dan kesempatan kepada pasien, agar ia bisa mengembangkan kekuatan-kekuatan psikis yang dimilikinya untuk menilai perilakunya sekarang dan apabila perilakunya tidak dapat memenuhi kebutuhan-kebutuhannya, maka perlu memperoleh perilaku yang baru yang lebih efektif.

Hal terpenting yang harus disampaikan oleh konselor terhadap klien sebagai bagian dari tujuan terapi adalah bahwa terapi sama sekali tidak bertujuan untuk mencapai kebahagiaan bagi klien. Kalaupun ada kebahagiaan, hal tersebut bukanlah esensi dari tujuan terapi yang ingin dicapai. Konselor harus menyampaikan bahwa kebahagiaan klien terletak pada cara berpikir klien menyikapi hal tertentu dan keberaniannya mengambil keputusan secara bertanggung jawab.

B. Minuman Keras

1. Pengertian Minuman Keras

Miras atau minuman keras adalah jenis minuman yang mengandung alkohol, dilihat dari segi komposisinya (menurut medis) khamar adalah

³⁴ Singgih D Gunarsa, *Konseling Dan Psikoterapi*, (Jakarta : BPK Gunung Mulia, 1996), hal. 241-243.

segala sesuatu yang mengalir yang mengandung alcohol dalam kadar tertentu dan sangat sedap rasanya dalam minuman.³⁵

Miras merupakan singkatan dari minuman keras dimana minuman keras adalah jenis minuman yang mengandung alcohol, tidak peduli berapa kadar alcohol yang terkandung didalamnya. Pemakaian minuman keras dapat menimbulkan gangguan organik (GMO) yaitu gangguan fungsi berfikir, perasaan dan perilaku. Timbulnya GMO ini karena reaksi langsung alcohol pada sel- sel saraf pusat (otak) karena sifat adiktif dari alcohol ini. Sementara zat adiktif adalah zat atau bahan yang menyebabkan manusia kecanduan atau ketergantungan terhadap zat tersebut. Zat yang termasuk golongan ini antara lain : Opium, Morphin, Heroin, Ganja, dan sejenis minuman keras, dan lain- lain.³⁶

Alkohol adalah berasal dari bahasa arab dari kata “ *alkuhul* ”, artinya sesuatu yang mudah menguap. Pengertian alkohol itu sangat luas sekali. Glisirin sebagai dasar obat peledak nitroglisirin juga termasuk alkohol. Spiritus bakar juga alkohol, tetapi spiritus bakar itu sudah dicampur oleh racun yang disebut methanol supaya jangan diminum orang, ternyata methanol sendiri itu juga alkohol.

Alkohol ini merupakan jenis racun yang dapat merusak dan meracuni sel-sel dalam tumbuh-tumbuhan, binatang dan manusia. Alkohol ini selain racun, juga mendesak si peminumnya untuk meminumnya berkali-kali, hingga menjadi kebiasaan yang apabila tidak meminumnya sesaat saja rasa badan kurang enak. Inilah yang disebut ketagihan, jika alkohol diminum sekali saja berarti si peminumnya dibekali racun, yang

³⁵ A. Syauqi Al Fanjari, *Niai Kesehatan Dalam Syari'at Islam*, (Jakarta : Bumi Aksara, 1996), hal. 213

³⁶ Drs Mahi M. Hikmat M.Si, *Awas narkoba para remaja waspadalah*, (Bandung : Grafitri, 2008), hal. 8-15.

dengannya daya tahan badan kurang mampu menolak serangan penyakit, sehingga mudah terjangkit bermacam-macam penyakit. Bila diminum dua kali, tiga kali, dan seterusnya maka racun-racun alkohol itu sudah kian menumpuk meracuni sel-sel dalam tubuh si peminumnya.

Menurut para ahli kesehatan, alkohol ada dalam darah hingga 24 jam lamanya setelah diminum. Dan jika alkohol dalam darah itu mencapai kadar 0,2 persen dapat memabukkan.

Minuman keras itu dapat juga disebut Khamar. Khamar pun sebetulnya bahasa arab dari kata *khamara*, artinya “*menutupi*”. Dalam pada itu khamar berarti sesuatu yang dapat menutupi akal. Jadi dengan racun alkohol itu, akal dapat hilang. Orang-orang jahiliyah dahulu dan orang-orang di zaman Nabi, termasuk juga orang-orang islam sendiri sebelum khamar diharamkan, mereka ahli memuat minuman keras yang bahannya dari anggur, korma, madu, gandum dan beras sya’ir. Caranya ialah setelah diperas dan disimpan agak lama kemudian dibenam beberapa hari hingga alkoholnya benar-benar positif. Jadi alkohol pada hakekatnya dibuat dari bahan yang mengandung zat manis (gula). Dalam hal bahan-bahan untuk membuat minuman keras, sehingga dapat menghilangkan akal.³⁷

2. Jenis-jenis Minuman Keras Yang Beredar Di Masyarakat

Jenis-jenis khamar yang terkenal yang dijual di pasar-pasar itu bermacam namanya. Ia terbagi menjadi beberapa bagian tertentu dengan patokan kadar alkohol yang terkandung didalamnya, diantaranya yaitu :

1. Brandy, Wiski, Martini, Likir dan lain-lain, kadar alkoholnya adalah 40% sampai 60%
2. Janever, Holand dan Genewa kadar alkoholnya adalah 33% sampai 40%

³⁷ Mustafa K.S, *Alkohol Dalam Pandangan Islam Dan Ahli-ahli Kesehatan*, (Bandung : Al-Ma’arif 1983), hal. 21-22.

3. Porte, Galagata, dan Mardian kadar alkoholnya adalah 15% sampai 25%
4. Claret hock, Champagne dan Bargendy kadar alkoholnya adalah 10% sampai 15%
5. Eyl, Postar, Estote dan Munich kadar alkoholnya adalah 2% sampai 9%

Adalagi beberapa jenis lain yang mengandung alkohol sebanyak yang terkandung dalam jenis-jenis yang disebut terakhir ini, misalnya Boody, khamar yang terbuat dari perahan tebu dan lain-lain.³⁸

3. Pengaruh Alkohol Terhadap Peminumnya

Alkohol adalah suatu bahan yang dengan perantaraannya menimbulkan mabuk dan membahayakan kesehatan tubuh manusia. Pengaruh tersebut yakni pertama-tama alkohol terserap dan berpengaruh padasaluran makanan kemudian masuk ke dalam peredaran darah. Alkohol bereaksi pada seluruh isi perut yang secara berturut-turut akan mempengaruhinya. Pada mulanya meninggalkan bekas di dalam perut pencernaan secara menyeluruh dan spesifik pada selaput lendir. Maka orang merasakan panas yang kadar kuat dan lemahnya sejajar dengan banyak atau sedikitnya alkohol yang bercampur dengan darah, setiap kali alkohol bertambah banyak maka bertambah panasnya dan jika berkurang maka kurang pula panasnya.

Adapun bahaya yang ditimbulkan oleh alkohol antara lain :

- a. Dengan alkohol si peminumnya dapat hilang akalunya, bahaya alkohol dapat membuat kematian dengan tiba-tiba akibat mabuk yang keterlaluan.

³⁸ Sayyid Sabiq, *Fiqih Sunnah 9*, (Bandung : PT: Al-Ma'arif 1984), hal. 46.

- b. Dengan racun alkohol si peminumnya dapat kejangkitan berbagai macam penyakit. Diantanya adalah : radang ginjal, jantung, radang paru-paru dan lain-lain.

Adapun efek samping dari minuman keras antara lain :

1. Berkurangnya kemampuan hati dalam mengoksidasi lemak.
2. Bisa menimbulkan kanker.
3. Menyebabkan gangguan fungsi hati.
4. Kecenderungan melakukan tindakan kriminal.
5. Rentan terhadap infeksi.
6. Hipertensi atau tekanan darah tinggi.³⁹

4. Dampak Negatif Penggunaan Minuman Keras

Akibat-akibat penggunaan minuman keras memiliki berbagai dampak negatif terutama pada gangguan kesehatan fisik, gangguan kesehatan jiwa dan gangguan terhadap keamanan dan ketertiban masyarakat. Dampak yang ditimbulkan terhadap penggunaan minuman keras ada beberapa faktor yaitu :

- a. Gangguan Kesehatan Fisik
 1. Gangguan pada sistem syaraf (Neurologis) seperti kejang-kejang.
 2. Gangguan pada jantung dan pembuluh darah (Kardiovaskuler).
 3. Gangguan pada kulit.
 4. Gangguan pada paru-paru.
 5. Sering sakit kepala, mual-mual dan muntah.
 6. Dampak terhadap kesehatan reproduksi.
 7. Gangguan pada lambung dan otot.
 8. Kerusakan dalam hati.
- b. Gangguan Kesehatan Jiwa
 1. Dapat menimbulkan kerusakan jaringan otak.
 2. Gangguan konsentrasi.
 3. Gangguan pengendalian diri, sehingga sulit membedakan mana yang baik dan mana yang buruk.
 4. Gangguan daya ingat.⁴⁰

³⁹ Ahmadi Sofyan, *Gaul Tanpa Narkoba*, (Jakarta : ISBN, 2007), hal. 55.

⁴⁰ Ibid, hal. 47.

c. Gangguan terhadap keamanan dan ketertiban masyarakat

Akibat dari minum- minuman keras akan menekan pusat pengendalian seseorang, sehingga yang bersangkutan menjadi berani dan agresif.

1. Melakukan pelanggaran norma-norma.
2. Melakukan tindak pidana dan kriminal.

5. Sebab-sebab Atau Faktor-faktor Penggunaan NAZA

Faktor-faktor yang berperan dalam penyalahgunaan NAZA diantaranya adalah : faktor individu, faktor lingkungan dan faktor masyarakat.

- a. Faktor Individu
 1. Memiliki gangguan jiwa lain
 2. Kurang percaya diri
 3. Kemampuan komunikasi rendah putus sekolah karena nilai raport tidak memuaskan
 4. Kurang perhatian dan pengawasan dari orang tua
 5. Beberapa alasan seperti : putus hubungan dengan pacar dan kemauan tidak dituruti orang tua
- b. Faktor Lingkungan Ada 3 Macam
 1. Lingkungan Keluarga
 - a. Komunikasi dengan orang tua kurang baik
 - b. Hubungan dengan saudara kurang harmonis
 - c. Orang tua kawin cerai
 - d. Orang tua otoriter (suka mengatur perilaku anak)
 2. Lingkungan Sekolah
 - a. Sekolah yang kurang disiplin
 - b. Sekolah yang letaknya dekat dengan tempat hiburan, terutama hiburan untuk orang dewasa
 - c. Sekolah yang kurang member kesempatan kepada siswanya untuk mengembangkan kreatifitas yang positif
 - d. Adanya murid yang sudah mengkonsumsi narkoba
 3. Lingkungan Teman (pergaulan)
 - a. Berteman sama orang yang menggunakan narkoba

- b. Tekanan dan ancaman dari teman
- c. Tidak berani bilang “tidak” saat ditawari narkoba
- d. Biar dianggap gaul atau mengikuti trend
- e. Coba-coba demi persahabatan
- c. Faktor Masyarakat
 - 1 Lemahnya penegak hukum atau penegak hukumnya ikut-ikutan memakai narkoba
 - 2 Situasi politik, sosial dan ekonomi yang kurang mendukung⁴¹

6. Pencegahan/antisipasi Masalah Penyalahgunaan NAZA (narkotik, alkohol, dan zat adiktif)

Berdasarkan pengalaman empiris, penelitian ilmiah, serta tuntutan Al-Qur'an dan hadits, dalam memerangi penyalahgunaan NAZA, Islam lebih menekankan kepada pencegahan yaitu antara lain :

- a. Pendidikan agama perlu ditanamkan sejak dini
- b. Kehidupan berumah tangga perlu diciptakan dengan suasana rasa kasih sayang (silaturahmi) antara Ayah-Ibu-Anak
- c. Perlu ditanamkan pada anak/remaja sedini mungkin bawa penyalahgunaan NAZA “haram” hukumnya sebagaimana makan babi, haram hukumnya menurut agama Islam
- d. Peran dan tanggung jawab orang tua amat penting dan menentukan bagi keberhasilan pencegahan penyalahgunaan NAZA, yaitu :
 1. Orang tua di rumah (Ayah dan Ibu), ciptakan sesuatu rumah tangga yang harmonis (sakinah), tersedia waktu dan komunikasi

⁴¹ Ibid, hal. 42-44.

dengan anak, hindari pola hidup konsumtif, beri suri tauladan yang baik sesuai dengan tuntutan agama

2. Orang tua di sekolah (Bapak dan Ibu Guru) ciptakan suasana atau kondisi proses belajar mengajar yang kondusif bagi anak didik agar menjadi manusia yang berilmu dan beriman
3. Orang tua di masyarakat (tokoh masyarakat, agamawan, pejabat, pengusaha dan aparat), ciptakan kondisi lingkungan sosial yang sehat bagi perkembangan anak/remaja. Hindari sarana dan peluang agar anak/remaja tidak terjerumus/terjebak dalam penyalahgunaan NAZA
4. “Political Will dan Political Action” pemerintah perlu dukungan kita semua dengan diberlakukannya UU, dan peraturan-peraturan disertai tindakan nyata dalam upaya melaksanakan “amar ma’ruf nahi munkar” demi keselamatan anak/remaja generasi muda penerus dan pewaris bangsa⁴². Akan tetapi masih banyak remaja yang terlibat dalam penyalahgunaan NAZA, karena kesalahan orang-orang tersebut ada dan kadang-kadang masyarakat sendiri kurang begitu peduli dan terlalu berpandangan negatif sehingga lebih cenderung membiarkan daripada mencarikan jalan keluar untuk kesadaran mereka.

⁴² Dadang Hawari, *Ilmu Kedokteran Jiwa Dan Kesehatan Jiwa*, (Yogyakarta : Dana Bhakti, 1999), hal. 158-159.

C. Perubahan Perilaku

Perilaku adalah suatu kegiatan atau aktifitas organisme (mahluk hidup) yang bersangkutan. Oleh sebab itu, dari sudut pandang biologis semua mahluk hidup mulai dari tumbuh- tumbuhan, binatang sampai dengan manusia itu berperilaku, karena mereka mempunyai aktifitas masing- masing.⁴³

Perubahan (Adopsi) perilaku atau indikasinya adalah proses yang kompleks dan memerlukan waktu yang relatif lama. Secara teori perubahan atau seseorang menerima atau mengadopsi perilaku baru dalam kehidupannya melalui 3 tahap :

- d. Pengetahuan
- e. Sikap
- f. Praktek dan Tindakan⁴⁴

Secara simpel, perilaku dapat diartikan sebagai tindakan, perbuatan atau sikap.⁴⁵ Sedangkam menurut penulis perilaku adalah tanggapan atau reaksi individu terhadap rangsangan atau lingkungan.

D. Pengaruh Terapi Realitas Terhadap Perubahan Perilaku Siswa Yang Minum- minuman Keras

⁴³www.wikipedia.com diakses pada tanggal 04 Desember 2013 pada jam 09:58.

⁴⁴<http://kti-skripsi-kebidanan.blogspot.com>, diakses pada tanggal 04 Desember 2013 pada jam 09:58.

⁴⁵ Pius A. Partanto & M. Dahlan Al-Barry, *Kamus Ilmiah Populer*, (Surabaya : Arkola 1994).

Dalam setiap diri manusia terdapat aspek positif dalam artian kekuatan yakni suatu potensi sebagai bekal untuk mengatasi dan mengembangkan kehidupan. Di samping itu terdapat juga aspek negatif dalam artian keterlibatan dan kelemahan, sebagai realitas yang harus dipahami agar tidak menjadi hambatan dalam kehidupan.

Pandangan tentang manusia mencakup pernyataan bahwa suatu “Kekuatan pertumbuhan” mendorong kita untuk berusaha mencapai suatu identitas keberhasilan. Penderitaan pribadi bisa diubah hanya dengan perubahan identitas. Pandangan terapi realitas menyatakan bahwa, karena individu-individu bisa mengubah cara hidup, perasaan dan tingkah lakunya, maka merekapun bisa mengubah identitasnya, perubahan identitas bergantung pada perubahan tingkah laku.

Terapi realitas mempunyai pandangan dasar bahwa manusia memilih perilakunya sendiri dan karena itu ia bertanggung jawab, bukan hanya terhadap apa yang dilakukan, tetapi juga terhadap apa yang dia pikir. Maka terapi realitas bertujuan untuk memberikan kemungkinan dan kesempatan kepada klien agar ia bisa mengembangkan kekuatan-kekuatan psikis yang dimilikinya untuk menilai perilakunya sekarang dan apabila perilakunya tidak memenuhi kebutuhan-kebutuhannya, maka perlu memperoleh perilaku baru yang lebih efektif. Yang harus dilakukan adalah menghilangkan penyebab mengapa klien sampai meminum-minuman keras. Dengan menghilangkan penyebab ini lebih dulu, maka

diharapkan klien tersebut bisa menilai perilakunya sekarang, dengan bantuan konselor untuk melakukan langkah-langkah terapi realitas.

Dari uraian diatas maka sudahlah jelas bahwa terapi realitas ini sangat berpengaruh dan sangat tepat digunakan untuk mengatasi kasus tersebut dan untuk mengetahui perubahan perilaku siswa yang minum-minuman keras jika dilihat dari sudut pandang terapi ini.