

# Hubungan antara Toleransi pada Stress dengan Kecenderungan Mengkonsumsi Minuman Alkohol secara Berlebih-lebihan

Azah Rawan Sangun dan Bimono  
Fakultas Psikologi Universitas Proklamasi 45  
Yogyakarta

## ABSTRACT

One hundred subjects aged 17-19 years old participated in this study. This study concerned about young generation's habit on consuming alcohol excessively. They were guests in a café. Objective of this study is explaining the influence of stress tolerance on the excessively alcohol consumption behavior. The item validation analysis for the Stress Tolerance Scale found that the  $r_{it}$  was ranged .206-.756, whilst the  $r_{it}$  for the Behavior Tendency on Consuming Alcohol Excessively Scale was ranged .215-.631. The hypothesis analysis using the product moment correlation revealed that the stress tolerance indeed influenced the behavior tendency on consuming alcohol excessively ( $r_{xy} = -.215, p < .05$ ). Contribution of the independent variable toward the dependent variable was low (4.6%) albeit significant. Several research weakness and recommendations for future research were discussed.

Key words: tolerance, stress, consumption, alcohol, excessively.

## PENDAHULUAN

Kecenderungan mengkonsumsi minuman beralkohol pada kalangan generasi muda semakin lama semakin tinggi. Hal ini nampak dari ramainya pengunjung di berbagai rumah minum (café) di Yogyakarta. Jumlah rumah minum ini pun semakin lama semakin meningkat seiring dengan meningkatnya jumlah konsumen yang menghendaki kemudahan dalam mendapatkan minuman beralkohol. Pengguna minuman beralkohol ini pada umumnya adalah laki-laki, berstatus pelajar dan mahasiswa, serta tinggal di daerah perkotaan. Hal ini karena di kota lebih mudah dijumpai minuman alkohol.

Mengapa para pengguna minuman beralkohol pada umumnya berusia muda? Orang-orang muda, termasuk mahasiswa dan berusia sekitar 18-21 tahun, telah

mengalami perubahan fisik secara cepat. Perubahan fisik itu mempengaruhi kondisi psikologisnya. Perubahan ini seringkali menimbulkan rasa kurang percaya diri dan perasaan tidak nyaman, sehingga dapat menimbulkan guncangan batin bahkan mungkin menimbulkan penolakan terhadap diri sendiri maupun lingkungan sosialnya (Hadjam, 1994, Kartono, 1985). Rasa tidak nyaman pada orang-orang muda ini semakin diperparah oleh terlalu tingginya tuntutan lingkungan sosial terhadap orang-orang muda ini (Kohn, dalam Karman et al., 2004). Situasi sosial yang tidak nyaman seperti ini telah mendorong mereka menjadi frustrasi, tertekan, dan stres. Salah satu cara yang sering digunakan orang-orang untuk mengatasi frustrasi, kesulitan hidup, perasaan tidak nyaman dengan lingkungan sosial adalah dengan mengkonsumsi alkohol bahkan sampai berlebih-lebihan (Kuppuswamy, 1979).

Kecenderungan orang-orang muda dalam menyalahgunakan alkohol adalah karena kuatnya tekanan sosial dan juga rendahnya toleransi terhadap stress. Beberapa ciri mahasiswa yang berpotensi menyalahgunakan alkohol antara lain mudah kecewa, tidak mampu menunggu dengan sabar, pencemas, obsesif, apatis, senang menarik diri dari pergaulan, mudah depresi, mudah terkena stres, sudah mulai merokok pada usia sangat muda, berteman dengan pecandu alkohol (Erita, 2004). Orang-orang muda yang toleransinya kuat terhadap stress tidak akan melarikan diri dengan cara mengkonsumsi alkohol, meskipun mereka menghadapi tekanan sosial yang berat (Karman et al., 2004).

Toleransi terhadap stress disebut tinggi bila sumber stress memicu individu untuk membangun pertahanan diri. Individu yang pertahanan dirinya kuat akan berusaha sekuat tenaga untuk melawan sumber stress tersebut. Ketika individu menyerah pada sumber stress yang dihadapinya maka individu dikategorikan mempunyai toleransi yang rendah terhadap stress (Crow & Crow, dalam Sofia, 2000).

Mengkonsumsi minuman alkohol secara berlebih-lebihan telah menimbulkan berbagai permasalahan sosial (Kuppuswamy, 1979, Middlebrook, 1974). Bahkan sekitar 50% kasus-kasus kriminal di Indonesia seperti tindak kekerasan, kecelakaan lalu-lintas maupun perkosaan terjadi karena pengaruh minuman alkohol ini (Hawari, 2000; Kompas, 18 Mei 2004). Mengkonsumsi minuman beralkohol ini juga sering menjadi gaya hidup yang tidak bertanggung jawab. Hal ini terbukti dari tertangkapnya beberapa mahasiswa yang sedang asyik berpesta minuman keras di sebuah kampus di Jakarta (Kompas, 2003).

Apakah alkohol itu? Alkohol adalah bahan utama pembuatan bir, anggur maupun minuman keras lainnya. Unsur-unsur alkohol yaitu karbon, hydrogen, dan oksigen. Setiap minuman beralkohol mengandung unsur-unsur tersebut meskipun

kadarnya berbeda-beda (Hakim, 2004). Alkohol dapat berfungsi sebagai *depressant* (membuat kendali otak menjadi lebih rendah) dan memberi rasa nyaman sehingga tidak sedikit orang-orang mengkonsumsi alkohol untuk melepas ketegangan. Ketika alkohol dalam jumlah yang berlebih-lebihan berada dalam tubuh manusia dan hal itu terjadi dalam jangka waktu lama, maka alkohol akan merusak sistem syaraf.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat toleransi mahasiswa terhadap stress dan kecenderungannya untuk mengkonsumsi minuman alkohol sebagai bentuk pelarian dirinya.

## TINJAUAN PUSTAKA

Apa perilaku mengkonsumsi minuman alkohol itu? Perilaku yaitu menyangkut segala aktivitas yang ditampakkan seseorang sebagai reaksi dari suatu rangsang atau stimulus (Woodworth & Schlosberg, dalam Walgito, 1994). Rangsang itu berupa tekanan-tekanan dari luar yang dirasakan terlalu berat oleh individu. Perilaku mengkonsumsi alkohol adalah reaksi individu terhadap stress yang dihadapinya dengan cara meminum minuman beralkohol dalam takaran yang berlebih-lebihan dan frekuensinya sering terjadi. Minuman alkohol dalam hal ini ialah semua jenis minuman yang mengandung kadar ethil alkohol mulai dari 0,5%-75% (Amik, 1992). Jenis-jenis minuman alkohol yang banyak beredar di masyarakat antara lain: bir, anggur, liquor, whisky, brandy, rum, cordial, dan spirit (Amik, 1992; Atmojo, 2004; Kuncoro, 1998; Sasangka, 2003).

Apa saja karakteristik orang-orang muda yang sering mengkonsumsi alkohol secara berlebihan? Karakteristik psikologis orang-orang muda itu antara lain mudah merasa kecewa, tidak mampu bersabar secara berlebihan, cenderung memiliki gangguan jiwa seperti kecemasan, obsesif, apatis, menarik diri dari pergaulana, mudah depresi, kurang mampu menghadapi stress, berteman dengan orang yang juga kecanduan alkohol, dan sudah merokok pada usia sangat muda (Erita, 2004; Sisworo, 1984). Seseorang mengkonsumsi alkohol secara berlebihan karena hal itu merupakan kompensasi dari kekurangan yang dirasakannya. Penggunaan alkohol yang berlebihan akan mengakibatkan kecanduan (Sasangka, 2003).

Sebelum seseorang menjadi pecandu alkohol, ada beberapa tahap yang ahrus dilaluinya. Tahap-tahap itu ialah pra-alkoholik (terbiasa dengan minuman alkohol karena pergaulan sosial dan alkohol dirasakan memberikan kenyamanan), tahap alkoholik awal (mulai kehilangan kesadaran), tahap alkoholik sungguhan (kehilangan kendali setelah minum minuman beralkohol), dan ketergantungan total atau kecanduan (Jelinnek, dalam Davidoff, 1991).

Apa penyebab seseorang kecanduan alkohol? Ada tiga faktor penyebab seseorang kecanduan alkohol. Faktor-faktor tersebut ialah predisposisi atau faktor internal,

faktor kontribusi atau eksternal, dan faktor penyebab langsung atau pencetus (Hawari, dalam Dharma, 2002).

Faktor internal yang mempengaruhi seseorang untuk menjadi pecandu alkohol meliputi kepribadian, jenis kelamin, dan usia. Pecandu alkohol mempunyai kepribadian lemah dan anti sosial. Ciri kepribadian lemah antara lain mudah kecewa, tidak sabar, kurang mandiri, kurang percaya diri, tidak kuat menghadapi kegagalan, pesimis, dan selalu ingin mendapat pengakuan. Ciri kepribadian anti sosial yaitu agresif (suka menyerang), suka menentang peraturan, dan suka memberontak (Conger, 1977). Individu yang menjadi pecandu alkohol sering merasa hidupnya tidak bahagia (Supratiknya, 1995).

Selanjutnya juga ditemukan bahwa laki-laki dua kali lipat lebih sering meminum minuman alkohol daripada perempuan (Furham, 1990). Peminum alkohol kelas berat juga lebih sering ditemukan pada laki-laki daripada perempuan (Sarason, 1972). Hal ini karena perempuan mempunyai strategi yang lebih baik daripada laki-laki dalam hal mengatasi stres. Strategi tersebut yaitu mencari dukungan sosial dari teman, orangtua, atau lingkungan sosial lainnya (Santrock, 2003). Remaja cenderung lebih tinggi keterlibatannya dalam mengkonsumsi alkohol dan narkoba. Hal ini karena usia remaja merupakan masa seseorang sibuk mencari pengalaman baru, namun kurang memperhatikan risikonya.

Faktor kontribusi atau eksternal yang mempengaruhi seseorang untuk menjadi pecandu alkohol antara lain meliputi situasi keluarga yang kurang harmonis, lingkungan tempat tinggal kumuh, dan penggunaan waktu luang yang kurang terarah. Keluarga kurang harmonis itu cirinya antara lain keluarga tidak utuh, sering bertengkar, permisif, otoriter, dan kurang komunikasi antar anggota keluarga. Tinggal di lingkungan kumuh dan banyak pengangguran, mendorong seseorang untuk terbiasa dengan alkohol. Individu yang kurang menggunakan waktu luang dengan terarah, cenderung terbiasa menggunakan alkohol sebagai pengisi waktu. Sekitar 20% laki-laki remaja dan temannya cenderung mengisi waktu luang dengan alkohol, dibandingkan perempuan yang hanya 1% (Brightbill dalam Monks, 1982; Prastayani, 1993).

Faktor penyebab langsung atau faktor pencetus seseorang menjadi pecandu alkohol antara lain meliputi pengaruh teman atau kelompok, dan tersedianya minuman beralkohol di toko-toko. Di kalangan remaja, teman sebaya lebih kuat pengaruhnya daripada orangtua. Remaja yang berteman dengan teman sebaya yang mengkonsumsi alkohol cenderung juga terlibat dalam alkohol. Kemudahan membeli alkohol di toko-toko sekitar tempat tinggal akan mendorong seseorang untuk menyalahgunakan minuman beralkohol (Hawari dalam Siregar, 2000, Joewana, 2001).

Bagaimana penjelasan tentang hubungan seseorang menjadi pecandu alkohol dan rendahnya toleransi seseorang terhadap stress? Ketika seseorang menghadapi tekanan sosial atau stress, maka ia akan berusaha untuk bertahan. Kemampuan seseorang untuk bertahan ini disebut toleransi terhadap stress (Chaplin, dalam Izzaty, 1996). Ketika *stressor* atau sumber stress (Handoyo, 2001) dianggap terlalu berat, maka toleransi terhadap stress menjadi rendah dan ia akan mencari cara agar bebannya menjadi ringan. Cara yang biasa digunakan yaitu mencari pertolongan di lingkungan sosial (mencari teman atau anggota keluarga) (Furham, 1990), atau melarikan diri dari persoalan melalui konsumsi alkohol secara berlebihan (Tarter, 1968). Orang yang toleransi terhadap stress rendah cenderung melarikan diri dari persoalan dengan cara mengkonsumsi minuman beralkohol karena ia mempunyai gangguan emosi dan gangguan sosial atau kurang bisa bergaul (Cridler, Goesthal, Kavaogh & Solomon, dalam Imam, 2005). Alkohol dipersepsikans ebagai alat untuk membebaskan seseorang dari tekanan sosial yang berat (Tarter, 1967).

Pada orang-orang yang berkepribadian tangguh, toleransi terhadap stress cukup tinggi ketika ia mampu menghadapi tekanan sosial (Crow & Crow, dalam Sofia, 2000). Toleransinya terhadap stress berada pada kategori tinggi karena ia mampu mengelola emosinya dengan baik. Ia tidak mengalami gangguan emosi secara berarti. Apabila tekanan sosial itu dirasakan terlalu berat, maka ia mampu mengatasi dengan cara mencari pertolongan pada pihak lain seperti teman, konselor, atau orangtua. Ia mempunyai dukungan sosial yang cukup luas dan berarti (Carson & Butcher dalam Sofia, 2000; Handoyo, 2001; Santrock, 2003).

Hipotesis penelitian ini ialah ada hubungan negatif antara tingkat toleransi individu pada stress dengan kecenderungannya untuk mengkonsumsi alkohol secara berlebih-lebihan sebagai cara untuk melarikan diri dair persoalan hidup. Semakin rendah toleransi individu terhadap tekanan sosial, semakin tinggi kecenderungannya untuk mengkonsumsi alkohol secara berlebih-lebihan. Begitu juga sebaliknya, semakin tinggi tingkat toleransinya terhadap stress, maka semakin rendah kecenderungan seseorang untuk mengkonsumsi minuman alkohol secara berlebih-lebihan.

## METODE

Penelitian ini melibatkan variabel bebas dan variabel tergantung. Variabel bebasnya adalah toleransi individu terhadap stress. Toleransi terhadap stress yaitu kemampuan individu untuk bertahan dan menerima situasi yang menekannya tanpa ia mengalami gangguan psikhis, fisik, dan sosial yang berarti. Cara mengukur toleransi terhadap stress yaitu dengan mengetahui aspek-aspeknya. Aspek-aspek

toleransi terhadap stress ada empat yaitu gangguan emosi, gangguan fungsi pikir, gangguan aktivitas fisik, dan gangguan sosial.

Berdasarkan aspek-aspek itu maka disusunlah Skala Toleransi terhadap Stress. Butir-butir pada skala mempunyai sifat *favorable* dan *unfavorable*, untuk menghindari jawaban subjek yang stereotip. Pada butir-butir yang *favorable*, skala tersebut mempunyai 4 alternatif jawaban yaitu sangat tidak setuju atau STS (nilai 1), tidak setuju atau TS (nilai 2), setuju atau S (nilai 3), dan sangat setuju atau SS (nilai 4). Pada butir-butir yang *unfavorable*, skala tersebut mempunyai 4 alternatif jawaban yaitu sangat setuju atau SS (nilai 1), setuju atau S (nilai 2), tidak setuju atau TS (nilai 3), dan sangat tidak setuju atau STS (nilai 4).

Skala Toleransi terhadap Stress tersebut harus diuji coba untuk mengetahui validitasnya. Tujuan pengujian validitas skala adalah untuk memastikan bahwa skala tersebut benar-benar mengukur apa yang hendak diukur (Azwar, 1999). Cara mengukur validitas skala yaitu dengan menggunakan kriteria pembandingan, dan kriteria pembandingan itu berupa nilai totalnya (Hadi, 2001). Ukuran dari validitas tersebut adalah  $r_{it} \geq 0,3$ , yang mana  $r_{it}$  berarti korelasi antara butir dan nilai totalnya.

Penelitian ini menggunakan uji coba terpakai pada 100 subjek mahasiswa. Sebelum uji coba, jumlah butir pada Skala Toleransi terhadap Stress adalah 60 butir (32 butir bersifat *favorable* dan 28 butir bersifat *unfavorable*). Setelah uji coba, maka jumlah butir yang valid adalah 42 butir (22 butir bersifat *favorable* dan 20 butir bersifat *unfavorable*). Butir-butir tersebut merata pada semua aspek, sehingga skala tersebut tetap dapat diwakili oleh lima aspek. Adapun pengujian validitas menunjukkan bahwa nilai  $r_{it}$  butir-butir bergerak antara 0,206 sampai dengan 0,765. Beberapa butir memang mempunyai  $r_{it} < 0,3$ , namun hal itu masih dapat dimaklumi asalkan tidak boleh kurang dari 0,2.

Selain validitas butir, Skala Toleransi terhadap Stress juga harus diukur reliabilitasnya. Tujuan pengujian reliabilitas skala adalah untuk mengetahui konsistensi alat pengukur. Alat ukur yang mempunyai reliabilitas tinggi berarti jawaban dari seseorang pada suatu saat akan relatif sama dengan jawaban sekarang (Azwar, 1999). Cara menghitung reliabilitas yaitu teknik analisis covariance dengan menggunakan program SPSS sehingga dihasilkan Alpha Cronbach. Nilai Alpha Cronbach yang dapat diterima yaitu  $\geq 0,6$ . Hal itu berarti bila suatu skala mempunyai nilai Alpha Cronbach  $\geq 0,6$  maka skala tersebut dikategorikan reliabel. Hasil pengujian reliabilitas pada setiap aspek adalah reliabel yaitu aspek gangguan emosi (Alpha Cronbach = 0,808), aspek gangguan fungsi pikir (Alpha Cronbach = 0,595), aspek aktivitas fisiologis (Alpha Cronbach = 0,677), dan aspek gangguan sosial (Alpha Cronbach = 0,894).

Jadi Skala Toleransi terhadap Stress yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari 42 butir. Butir-butir pada skala tersebut sudah valid, dan aspek-aspek skala tersebut juga sudah reliabel. Rentang nilai yang mungkin dari skala adalah antara 42 sampai dengan 168. Nilai yang tinggi pada Skala Toleransi terhadap Stress tersebut menunjukkan tingginya toleransi yang tinggi pada stress. Sebaliknya, nilai yang rendah menunjukkan toleransi yang rendah terhadap stress yang dihadapinya.

Pembahasan selanjutnya adalah tentang variabel tergantung. Variabel tergantung dalam penelitian ini ialah kecenderungan individu untuk mengkonsumsi minuman alkohol secara berlebih-lebihan. Minuman alkohol yaitu semua jenis minuman yang mengandung ethil alkohol dengan kadar 0,5% sampai 75%. Cara mengukur kecenderungan individu untuk mengkonsumsi minuman alkohol yaitu dengan mengetahui aspek-aspeknya. Aspek-aspek kecenderungan mengkonsumsi minuman alkohol secara berlebih-lebihan ada tiga yaitu pengaruh teman sebaya, penggunaan waktu luang, dan ketersediaan minuman alkohol.

Cara mengukur variabel kecenderungan mengkonsumsi minuman alkohol secara berlebih-lebihan yaitu dengan melihat aspek-aspeknya (Azwar, 1999). Aspek variabel perilaku mengkonsumsi minuman alkohol yaitu rasa pelampiasan, penggunaan waktu luang, pengaruh teman sebaya, dan tersedianya minuman keras. Berdasarkan empat aspek itu, maka disusunlah Skala Kecenderungan Perilaku Mengkonsumsi Minuman Alkohol Secara Berlebih-lebihan. Butir-butir pada skala itu mempunyai sifat *favorable* (memihak pada skala penelitian) dan sifat *unfavorable* (tidak memihak pada skala penelitian). Pada butir-butir yang *favorable*, skala tersebut mempunyai 4 alternatif jawaban yaitu sangat tidak setuju atau STS (nilai 1), tidak setuju atau TS (nilai 2), setuju atau S (nilai 3), dan sangat setuju atau SS (nilai 4). Pada butir-butir yang *unfavorable*, skala tersebut mempunyai 4 alternatif jawaban yaitu sangat setuju atau SS (nilai 1), setuju atau S (nilai 2), tidak setuju atau TS (nilai 3), dan sangat tidak setuju atau STS (nilai 4).

Seperti halnya Skala Toleransi terhadap Stress, butir-butir pada Skala Kecenderungan Perilaku Mengkonsumsi Minuman Alkohol tersebut harus diuji coba untuk mengetahui validitasnya. Pengujian validitas butir dilakukan pada saat uji coba. Sebelum uji coba, jumlah butir untuk skala itu ialah 60 (30 butir *favorable* dan 30 butir *unfavorable*). Setelah uji coba terpakai, jumlah butir yang valid adalah 51 (24 butir *favorable* dan 27 butir *unfavorable*). Hasil penghitungan validitas menunjukkan bahwa  $r_{it}$  bergerak antara 0,215 sampai dengan 0,631. Beberapa butir memang mempunyai  $r_{it} < 0,3$ , namun hal itu masih dapat dimaklumi asalkan tidak boleh kurang dari 0,2. Butir-butir yang valid tersebut menyebar secara merata pada empat aspek tersebut, sehingga semua aspek terwakili.

Hasil uji coba berikutnya yaitu indeks reliabilitas Skala Kecenderungan Perilaku Mengonsumsi Minuman Alkohol. Indeks reliabilitas skala semuanya  $> 0,6$  dengan perincian aspek rasa pelampiasan (Alpha Cronbach = 0,784), aspek penggunaan waktu luang (Alpha Cronbach = 0,827), aspek teman sebaya (Alpha Cronbach = 0,785), dan aspek tersedianya minuman keras (Alpha Cronbach = 0,743).

Berdasarkan penghitungan validitas butir dan reliabilitas skala, maka Skala Kecenderungan Perilaku Mengonsumsi Minuman Alkohol telah memenuhi syarat untuk menjadi instrumen penelitian. Jumlah butir skala yang valid adalah 51 (24 butir *favorable*, dan 27 *favorable*). Rentang nilai yang mungkin diperoleh subjek bergerak antara 51 sampai dengan 204. Semakin tinggi nilai yang diperoleh maka hal itu menunjukkan bahwa individu semakin tinggi kecenderungannya untuk mengonsumsi minuman alkohol secara berlebih-lebihan. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah nilainya maka semakin rendah pula kecenderungannya untuk mengonsumsi minuman alkohol secara berlebih-lebihan.

Pembahasan selanjutnya adalah tentang populasi dan sampel penelitian. Populasi penelitian ini adalah pengunjung berusia 17-19 tahun pada suatu rumah minum tertentu di Yogyakarta. Karakteristik anggota sampel penelitian adalah pengunjung berusia 17-19 tahun pada rumah minum tersebut pada saat pengambilan data (27-29 Januari 2007). Ukuran sampel adalah 100 subjek. Cara pengambilan sampel adalah dengan *accidental sampling* yaitu teknik pengambilan sampel secara kebetulan yang mana subjek bertemu dengan peneliti pada satu tempat dan satu waktu tertentu (Sugiyono, 1997). Tempat pengambilan data dilakukan di rumah minum tersebut karena di lokasi itu orang-orang biasa mengonsumsi minuman alkohol secara legal.

Pembahasan selanjutnya adalah tentang pengujian hipotesis. Hipotesis penelitian ini akan diuji dengan menggunakan uji korelasi product moment dari Karl Pearson. Metode tersebut sesuai untuk penelitian ini karena variabel yang terlibat dalam penelitian ini ada dua yaitu variabel bebas dan variabel tergantungan, jumlah subjek memadai untuk statistik parametrik, dan penelitian ini hendak mengetahui hubungan dua variabel tersebut. Penggunaan metode korelasi product moment sebagai bagian dari statistik parametrik, membutuhkan uji asumsi terlebih dahulu. Uji asumsi itu ialah uji normalitas sebaran data.

## HASIL PENELITIAN

Hasil pengujian normalitas sebaran data dilakukan pada 100 subjek. Hasil pengujiannya menggunakan *one-sample Kolmogorov-Smirnov test* yaitu *asymptotic significance* (2 ekor) = 0,991 ( $p > 0,05$ ) untuk Skala Toleransi terhadap Stress, dan 1,133 ( $p > 0,05$ ) untuk Skala Kecenderungan Perilaku Mengonsumsi Alkohol



Secara Berlebih-lebihan. Hasil pengujian itu menunjukkan bahwa sebaran data pada kedua skala penelitian memenuhi prinsip-prinsip kurve normal.

Hasil pengujian hipotesis dengan metode korelasi product moment pada program SPSS hasilnya adalah  $r_{xy} = -0,215$ ,  $p = 0,033$  ( $p < 0,05$ ). Koefisien korelasi mempunyai tanda negatif, yang berarti ada hubungan negatif yang signifikan antara toleransi pada stres dengan perilaku mengkonsumsi minuman beralkohol secara berlebih-lebihan. Hal ini juga didukung data bahwa 3 subjek (3%) memiliki toleransi yang rendah pada stres, 96 subyek (96%) memiliki toleransi yang sedang pada stres, dan 1 subjek (1%) memiliki toleransi yang tinggi pada stres. Dengan demikian maka rata-rata subjek memiliki toleransi pada stres dalam kategori sedang.

## DISKUSI

Hasil analisis korelasi menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara toleransi pada stres dengan perilaku meminum minuman beralkohol pada mahasiswa yang ditunjukkan dengan  $r_{xy} = -0,215$ ;  $p = 0,333$  ( $p < 0,05$ ), artinya semakin tinggi toleransi pada stres maka semakin rendah perilaku meminum minuman beralkohol. Dengan demikian hipotesis diajukan dalam penelitian ini dapat diterima.

Berapa besar sumbangan variabel toleransi pada stress terhadap variabel kecenderungan perilaku mengkonsumsi minuman alkohol secara berlebih-lebihan? Besarnya sumbangan dapat diperoleh dengan cara mengkuadratkan koefisien korelasi dan diperoleh angka sebesar 4,6%. Hal itu berarti peristiwa seseorang mengkonsumsi minuman alkohol secara berlebih-lebihan karena toleransi terhadap stress rendah hanya dapat terjadi sekitar 4,6% saja. Masih ada sekitar 95,4% variabel di luar variabel penelitian yang menyebabkan seseorang menjadi terbiasa mengkonsumsi minuman alkohol secara berlebih-lebihan.

Persoalan yang muncul dalam mencermati hasil penelitian ini adalah mengapa variabel toleransi terhadap stress sedikit pengaruhnya terhadap kecenderungan subjek dalam mengkonsumsi minuman alkohol secara berlebihan? Rendahnya variabel toleransi itu mungkin disebabkan subjek penelitian ini tidak dibedakan peran gendernya. Subjek penelitian terdiri dari laki-laki dan perempuan. Perempuan mempunyai strategi yang berbeda dengan laki-laki dalam menghadapi tekanan sosial. Perempuan cenderung bersedia membuka diri pada lingkungan sosial untuk mencari bantuan, sedangkan laki-laki cenderung untuk berusaha sendiri mengatasi persoalannya (Santrock, 2003). Perbedaan strategi antara perempuan dan laki-laki dalam menghadapi tekanan sosial akan menyebabkan variabel toleransi terhadap stress menjadi kurang kuat dalam mempengaruhi kecenderungan mengkonsumsi minuman alkohol secara berlebih-lebihan. Bercampurnya subjek perempuan dan

laki-laki ini terjadi karena waktu pengambilan data hanya 3 hari saja, yang mana pada hari-hari tersebut pengunjung rumah minum tersebut pada umumnya adalah perempuan. Oleh karena itu untuk penelitian berikutnya, disarankan subjek penelitiannya satu gender saja. Seandainya subjek penelitian perempuan dan laki-laki, maka keduanya harus dipisah dan dianalisis tersendiri.

Rendahnya variabel bebas dalam mempengaruhi variabel tergantung juga karena situasi pengisian skala tidak kondusif. Para pengunjung rumah minum tersebut adalah orang-orang yang menginginkan hiburan. Ketika mereka disosdori skala penelitian, sehingga mungkin saja mereka asal saja dalam mengisi. Oleh karena itu, untuk penelitian yang akan datang situasi pengisian skala hendaknya perlu diperhatikan dengan cermat. Strategi yang mungkin bisa dilakukan adalah meminjam satu ruangan nyaman dan tidak bising di sekitar café, kemudian mempersilakan pengunjung café yang mau untuk mengisi skala. Tentu saja kesediaan pengunjung harus mendapatkan imbalan yang menarik, agar mereka bersungguh-sungguh dalam mengisi skala.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Amik, K. (1992). *Minuman tradisional Bali*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Atmodjo, D. (2004). Hubungan antara keyakinan beragama dengan perilaku *mo limo* pada mahasiswa di Yogyakarta. *Skripsi*. (tidak diterbitkan). Fakultas Psikologi Gadjah Mada Yogyakarta.
- Azwar, S. (1999). *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Conger, Y.Y. (1977). *Adolescence and youth: Psychological development in a changing world*. New York: Harper & Row.
- Davidoff. (1991). *Remaja dan penyalahgunaan obat terlarang*. Jakarta: Harvarindo.
- Dharma, S. (2002). Hubungan antara dukungan orangtua dengan kecenderungan penyalahgunaan obat terlarang. *Skripsi*. (tidak diterbitkan). Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada Yogyakarta.
- Erita, H. (2004). Perilaku remaja peminum minuman beralkohol di Yogyakarta. *Skripsi*. (tidak diterbitkan). Fakultas Psikologi UGM Yogyakarta.
- Furhman, M. (1990). *Mabuk: Budaya masyarakat kita?*. Surabaya: Usaha Remaja.
- Hadi, S. (2001). *Metodologi research*. (Jilid I). Yogyakarta: Andi Offset.
- Hadjam, M. (1994). *Psikologi perkembangan*. Malang: UMM Pers.

- Hakim, L. (2004). *Bahan-bahan penyusunan minuman keras*. Jakarta: Arcan.
- Handoyo. (2001). *Perkembangan dan kepribadian remaja*. Edisi ke-6. Jakarta: Arcan.
- Hawari D. (2000). *Al Qur'an ilmu kedokteran jiwa dan kesehatan jiwa*. Yogyakarta: PT. Dana Bhakti Prima Yasa.
- Imam, P. (2005). *Sukses melewati masa remaja*. Surabaya: Usaha Remaja.
- Izzaty, D. (1996). *Permasalahan remaja di kota besar*. Bandung: Alfabeta.
- Joewana. (2001). *Islam dan minuman keras*. Malang: UMM Pers.
- Karman, et al. (2004). *Kenali alkohol dan dampaknya*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Kartono, K. (1985). *Teori kepribadian*. Bandung: Penerbit Alumni Bandung.
- Kuncoro, K. (1998). *Psikologi kepribadian*. Jakarta: Aksara Baru.
- Kuppuswamy, B. (1979). *Elements of social psychology*. New Delhi: Vikas Publishing House PVT LTD.
- Middlebrook, P. N. (1974). *Social psychology and modern life*. New York: Alfred A. Knopf.
- Monks, F. J. (1982). *Psikologi perkembangan*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Prastyani. (1992). Hubungan antara konsep diri dengan perilaku meminum minuman beralkohol. *Skripsi*. (tidak diterbitkan). Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada Yogyakarta.
- Santrock, J. W. (2003). *Mengenal diri pribadi*. (D.H. Gulo, penterj). Jakarta: Singgih Bersaudara.
- Sasangka. (2003). Penyalahgunaan napza ditinjau dari pola asuh orangtua. *Skripsi*. (tidak diterbitkan). Universitas Diponegoro Semarang.
- Siregar, F. (2000). *Alkohol: Penyalahgunaan dan ketergantungan*. Cetakan ke-5. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Sisworo (1984). *Karakteristik peminum minuman beralkohol*. Jakarta: Bina Utama.
- Sofia, H. (2000). Hubungan antara kematangan emosi dengan toleransi terhadap stres. *Skripsi*. (tidak diterbitkan). Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada Yogyakarta.

Sugiyono. (1997). *Statistika untuk penelitian*. Bandung: Alfa Beta.

Supratiknya. (1995). *Perilaku remaja dan permasalahannya*. Jakarta: Yayasan Penerus Nilai-Nilai Luhur Perjuangan 1945.

Tarter R.C. (1967). *Responsible drug and alcohol use*. New York: Macmilan Publishing Co.

Walgito, B. (1994). *Psikologi sosial*. Yogyakarta: Andi Offset.