

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Masa remaja merupakan tahap perkembangan yang kompleks, ditandai dengan berbagai perubahan baik secara fisik, kognitif, maupun sosioemosional. Pada fase ini, remaja mulai menunjukkan keinginan untuk mengeksplorasi identitas diri, menunjukkan rasa ingin tahu yang tinggi, mencoba berbagai pengalaman baru, dan kebutuhan untuk diakui dalam kelompok teman sebaya. Sehingga masa ini dipandang sebagai fase pencarian jati diri (Santrock, 2024). Karakteristik perkembangan remaja menjadikan mereka sebagai kelompok yang rentan terjerumus ke dalam pergaulan yang tidak sehat karena belum mampu mengendalikan diri (Azmiradi et al., 2015 dalam Ritanti et al., 2022). Kerentanan tersebut meningkatkan kemungkinan remaja untuk terlibat dalam berbagai perilaku berisiko, salah satunya adalah penggunaan zat adiktif seperti alkohol.

Alkohol merupakan salah satu jenis zat adiktif yang marak digunakan oleh remaja. Menurut *World Health Organization*, alkohol merupakan minuman yang mengandung etanol, yaitu zat psikoaktif yang bersifat *toxic* dan memicu adiksi sehingga dapat menyebabkan ketergantungan serta berbagai dampak kesehatan (WHO, 2024). Alkohol sering kali dikaitkan dengan situasi sosial, seperti kumpul bersama kelompok teman sebaya atau situasi tertentu yang memunculkan kesenangan. Hal ini karena remaja cenderung menggunakan alkohol ketika bersama dengan teman sebaya, sehingga dapat memicu penggunaan alkohol pada remaja baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang (Meisel et al., 2023).

Dalam banyak situasi, penggunaan alkohol pada remaja tidak hanya sebatas bagian dari pengaruh konformitas teman sebaya atau adanya tekanan dari lingkungan. Tetapi alkohol juga dapat diartikan sebagai salah satu cara untuk mencari kesenangan (*enhancement motive*), bersosialisasi (*social motive*), mengatasi stres (*coping motive*), hingga sebagai cara untuk

menyesuaikan diri dengan kelompok pertemanan (*conformity motive*) (Matković & Glavaš, 2025).

Secara global, penggunaan alkohol pada remaja tergolong tinggi. Berdasarkan laporan *Health Behaviour in School-aged Children* (HBSC) yang diterbitkan WHO, sebanyak 57% remaja usia 15 tahun pernah mencoba alkohol setidaknya satu kali, dan 4 dari 10 remaja (37%) telah mengonsumsi alkohol dalam 30 hari terakhir (WHO, 2024). Di Indonesia, data *Global School-based Student Health Survey* (GSHS) pada tahun 2023 menunjukkan sebanyak 9.5% remaja usia 13-17 tahun telah mengonsumsi alkohol dalam 30 hari terakhir, dan 10.2% remaja mengalami mabuk akibat mengonsumsi alkohol. Remaja laki-laki menunjukkan prevalensi yang lebih tinggi dibandingkan perempuan, dengan persentase 13.3% dan 5.6% untuk konsumsi alkohol, serta 15.9% dan 4.5% untuk pengalaman mabuk (WHO, 2023). Data tersebut menunjukkan bahwa penggunaan alkohol pada remaja menjadi masalah yang perlu diperhatikan, karena adanya kecenderungan remaja menjadikan alkohol sebagai sarana eksplorasi pengalaman baru.

Penggunaan alkohol pada remaja dapat memberikan dampak negatif pada tubuh. Penelitian yang dilakukan oleh Lees et al., (2020) menunjukkan bahwa dalam jangka pendek, penggunaan alkohol pada remaja dapat menimbulkan gangguan pada kemampuan konsentrasi, daya ingat, kontrol diri, dan pengambilan keputusan, sehingga membuat remaja rentan terlibat dalam perilaku berisiko yang lebih berbahaya. Sementara dalam jangka panjang, konsumsi alkohol terlalu dini dapat meningkatkan risiko ketergantungan alkohol dan memicu masalah terhadap kesehatan mental. Hal ini menjadi mengkhawatirkan karena remaja berada pada fase perkembangan otak yang signifikan, khususnya pada bagian yang berkaitan dengan pengendalian diri dan kemampuan mengambil keputusan. Apabila alkohol dikonsumsi pada periode tersebut, hal ini tentunya dapat mengganggu perkembangan otak.

Meskipun demikian, bagi sebagian remaja, penggunaan alkohol tidak selalu dimaknai sebagai suatu hal yang negatif. Penelitian yang dilakukan oleh Smit et al., (2022) menunjukkan bahwa sebagian besar remaja mulai

mengonsumsi alkohol untuk mendapatkan kesenangan atau sekedar menikmati situasi sosial. Selain itu, keputusan remaja mengonsumsi alkohol juga didorong oleh keinginan untuk mendapatkan perubahan pada perasaan atau emosinya sehingga dapat mengurangi perasaan tidak nyaman (Smit et al., 2022). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa penggunaan alkohol pada remaja tidak hanya dipengaruhi oleh faktor eksternal, tetapi juga berkaitan dengan bagaimana remaja memaknai pengalaman sosial dan emosional yang mereka rasakan.

Meskipun remaja berada dalam lingkungan yang sama, tidak semua remaja memutuskan untuk menggunakan alkohol. Hal ini menunjukkan bahwa, terdapat faktor psikologis yang mendorong pengambilan keputusan remaja untuk mengonsumsi alkohol. Salah satu karakteristik psikologis yang berkaitan dengan kecenderungan individu untuk terlibat dalam perilaku berisiko adalah *sensation seeking*. Pencarian sensasi atau *sensation seeking* merupakan dorongan dalam diri individu untuk mencari sensasi atau pengalaman baru yang beragam, tidak biasa, dan menantang, disertai dengan kesiapan menghadapi risiko untuk mendapatkan pengalaman tersebut (Zuckerman, 1979 dalam Zuckerman, 1990). Berdasarkan pengertian tersebut, dapat dipahami bahwa individu dengan tingkat *sensation seeking* tinggi memiliki dorongan dalam dirinya untuk mencari rangsangan yang memicu adrenalin dan memberikan sensasi berbeda, termasuk mencoba zat adiktif.

Penelitian menunjukkan bahwa *sensation seeking* merupakan salah satu karakteristik psikologis yang berkaitan dengan penggunaan zat pada remaja. Peningkatan *sensation seeking* pada masa remaja menjadi faktor pemicu perilaku penggunaan zat, termasuk merokok dan mengonsumsi alkohol. Selain itu, tingkat *sensation seeking* yang tinggi dapat menjadi indikator penggunaan zat di masa depan (Shen et al., 2023). Sehingga, remaja dengan tingkat *sensation seeking* tinggi menjadi kelompok yang sangat rentan untuk terlibat dalam perilaku tersebut.

Sensation seeking memiliki dasar biologis yang kuat dan secara signifikan dipengaruhi oleh faktor genetik (Fulker et al., 1980). Namun,

lingkungan sosial tetap berperan dalam memfasilitasi pengekspresian kepribadian tersebut. Hal ini karena individu dengan tingkat *sensation seeking* yang tinggi cenderung mencari lingkungan yang memungkinkan mereka untuk memperoleh pengalaman sesuai dengan kebutuhan sensasi yang dimilikinya (Plomin & Bergeman, 1991 dalam Zuckerman & Kuhlman, 2000). Penelitian terbaru juga membuktikan bahwa *sensation seeking* berkaitan dengan peningkatan risiko penggunaan zat pada masa remaja (Shen et al., 2023). Dalam konteks ini, penggunaan alkohol dapat menjadi salah satu cara yang dipilih individu untuk memenuhi kebutuhan tersebut, terutama ketika lingkungan sosial memberikan kesempatan dan akses terhadap alkohol.

Zuckerman, (1971) membagi *sensation seeking* ke dalam empat dimensi, yaitu *thrill and adventure seeking*, *experience seeking*, *disinhibition*, dan *boredom susceptibility*. Dari keempat dimensi tersebut, dimensi *experience seeking* dan *disinhibition* merupakan dua dimensi yang berkaitan erat dengan penggunaan zat adiktif, salah satunya alkohol. Penelitian yang dilakukan oleh Gmel et al., (2022) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *sensation seeking* dengan penggunaan alkohol dan dimensi *disinhibition* menjadi pemicu utama. *Disinhibition* merupakan dimensi yang menggambarkan individu dengan kecenderungan senang melepas kontrol sosial. Sementara *experience seeking* merupakan kecenderungan melakukan sesuatu bukan untuk tujuan dan manfaat tertentu, tetapi hanya untuk merasakan pengalaman dari melakukan hal tersebut (Zuckerman, 1971).

Remaja merupakan kelompok yang paling rentan mengalami peningkatan *sensation seeking*. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Steinberg et al., (2018), *sensation seeking* berbentuk seperti kurva $\cap$. *Sensation seeking* akan terus meningkat pada fase remaja awal, berada di puncak ketika remaja berusia 19 tahun, dan menurun ketika remaja memasuki fase dewasa. Fenomena ini menyebabkan tingginya kecenderungan remaja terlibat dalam pengambilan keputusan berisiko, termasuk mengonsumsi alkohol. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa *sensation seeking* merupakan aspek psikologis yang berkaitan erat dengan perilaku awal penggunaan zat pada remaja (Vilar-Ribó et al., 2025).

Meskipun hubungan antara *sensation seeking* dan penggunaan alkohol telah banyak diteliti, namun sebagian besar penelitian tersebut menggunakan pendekatan kuantitatif yang berfokus untuk mencari hubungan antar variabel. Misalnya penelitian yang dilakukan oleh Folker et al., (2024) mencari hubungan antara *sensation seeking*, dampak negatif, dan pola penggunaan zat pada remaja menggunakan studi longitudinal. Selain itu, Kapetanovic et al., (2023) juga meneliti hubungan antara *sensation seeking* pada remaja dengan penggunaan zat dalam kaitannya dengan faktor pola pengasuhan dan temperamen remaja. Penelitian lain juga mengkaji hubungan antara *sensation seeking* dengan perilaku penggunaan zat atau alkohol menggunakan pendekatan kuantitatif (Brajković et al., 2022; Gmel et al., 2022).

Penelitian tersebut belum mampu menggambarkan secara mendalam bagaimana remaja memaknai pengalaman mereka menggunakan alkohol dalam perspektif *sensation seeking*. Hal ini karena penggunaan alkohol pada remaja tidak hanya dipahami sebagai bagian dari perilaku yang menyimpang, tetapi juga pengalaman subjektif yang memiliki makna tertentu bagi remaja yang mengalaminya. Dalam konteks pengalaman subjektif, penggunaan alkohol dapat dimaknai oleh remaja sebagai pengalaman baru yang memberikan sensasi tertentu, seperti perasaan lebih bebas, berani, dan diterima dalam kelompok sosial. Sensasi atau pengalaman baru yang didapatkan remaja dari mengonsumsi alkohol juga dapat menjadi bagian dari cara remaja memahami dirinya sendiri dan memenuhi kebutuhan akan pencarian sensasi dalam dirinya. Sehingga, penting untuk memahami bagaimana remaja memaknai pengalaman mereka menggunakan alkohol dalam perspektif diri mereka sendiri.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa penggunaan alkohol pada remaja tidak hanya dipengaruhi oleh faktor lingkungan, tetapi juga berkaitan dengan karakteristik psikologis, yaitu *sensation seeking*. Namun, belum ada penelitian yang mengeksplorasi pengalaman remaja pengguna alkohol dalam perspektif *sensation seeking*, khususnya melalui pendekatan fenomenologi. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengeksplorasi dan memahami pengalaman remaja pengguna alkohol dalam perspektif *sensation seeking*.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang mendalam mengenai penggunaan alkohol pada remaja dalam perspektif *sensation seeking*. Berdasarkan fokus tersebut, judul penelitian yang diangkat adalah **“Pengalaman Remaja Pengguna Alkohol dalam Perspektif *Sensation Seeking*: Studi Fenomenologi”**

B. Fokus Penelitian

Fokus penelitian ini adalah bagaimana remaja pengguna alkohol memaknai pengalaman mereka mengonsumsi alkohol dalam perspektif *sensation seeking*.

C. Tujuan Umum Penelitian

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk memahami dan mengeksplorasi pengalaman remaja pengguna alkohol dalam perspektif *sensation seeking*, khususnya dalam memaknai pengalaman mereka dalam mengonsumsi alkohol.

D. Kegunaan Penelitian

1. Kegunaan Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian ilmiah pada bidang bimbingan dan konseling, khususnya dalam memahami aspek psikologis remaja seperti *sensation seeking* yang berkaitan dengan kecenderungan perilaku berisiko, salah satunya penggunaan alkohol. Penelitian ini juga diharapkan dapat memperkaya literatur mengenai perilaku remaja dengan meninjau pengalaman subjektif remaja dalam mengonsumsi alkohol dari perspektif psikologis.

2. Kegunaan Praktis

a. Konselor/Guru Bimbingan dan Konseling

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar bagi konselor atau guru bimbingan dan konseling dalam memahami peserta didik dengan karakteristik pencarian sensasi yang berkaitan dengan kecenderungan perilaku berisiko, salah satunya penggunaan alkohol.

Selain itu, penelitian ini juga dapat menjadi acuan dalam merancang layanan bimbingan dan konseling, seperti konseling individu, bimbingan kelompok, maupun konseling kelompok untuk membantu remaja mengelola dorongan pencarian sensasi ke arah kegiatan yang lebih positif dan adaptif.

b. Orang Tua/Wali

Hasil penelitian ini dapat membantu orang tua/wali memahami bahwa kecenderungan pencarian sensasi pada remaja tidak selalu semata-mata merupakan bentuk kenakalan remaja, tetapi juga merupakan bagian dari karakteristik psikologis dan biologis. Dengan pemahaman tersebut, orang tua diharapkan dapat memberikan pendampingan yang lebih tepat serta membantu remaja menyalurkan kebutuhan akan pencarian sensasi ke dalam kegiatan yang lebih positif.

c. Lembaga Pemerintahan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu referensi bagi lembaga pemerintahan, seperti Badan Narkotika Nasional (BNN), Dinas Pendidikan, dan Dinas Sosial, dalam merancang program pencegahan serta intervensi terkait penggunaan alkohol pada remaja. Selain itu, hasil penelitian juga dapat menjadi bahan pertimbangan dalam penyusunan kebijakan yang tidak hanya menekankan aspek hukum, tetapi juga memperhatikan aspek psikologis dan perkembangan remaja.

d. Lembaga Sosial/NGO

Hasil penelitian ini dapat membantu lembaga sosial atau *Non-Governmental Organization* (NGO) yang bergerak dalam bidang anak dan remaja, khususnya yang berkaitan dengan isu kesehatan mental dan penggunaan alkohol, dalam merancang program pencegahan, penyuluhan, maupun advokasi. Penelitian ini juga dapat menjadi dasar dalam memberikan pendampingan kepada remaja yang rentan, termasuk remaja yang memiliki keterbatasan akses terhadap layanan psikologis atau rehabilitasi.