
HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN PERILAKU KONSUMSI ALKOHOL PADA REMAJA SMA DI LAMBA LEDA UTARA

Paulina Skolastika Efifania¹, Angelina Roida Eka, Yosef Andrian Beo, S.Kep

Program Studi Sarjana Keperawatan, Unika Santu Paulus Ruteng

Email: nalifani26@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Stres merupakan ketidakmampuan mengatasi ancaman yang dihadapi oleh mental, fisik, spiritual dan emosional dari setiap manusia. Yang dimana pada suatu saat akan mempengaruhi kesehatan fisik dari setiap individu yang mengalami stres tersebut. Stres ini bisa terjadi dikarenakan oleh sebuah kegagalan yang dapat menimbulkan tekanan mental bagi remaja yang tidak dapat melakukan suatu penyesuaian diri dari beberapa masalah yang bersangkutan. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Perilaku Konsumsi Alkohol pada Remaja SMA di Lamba Leda Utara .

Metode: penelitian ini menggunakan pendekatan *Cross-sectional*. Jumlah sampel yang menjadi subjek penelitian adalah 80 remaja. **Hasil** analisa bivariat dengan menggunakan uji *chi-square*, didapatkan nilai $p=0,000$ yang artinya adanya hubungan antara Tingkat Stres dengan Perilaku Konsumsi Alkohol pada Remaja SMA di Lamba Leda Utara. Jadi, dapat

Kesimpulan bahwa ada hubungan antara Tingkat Stres Dengan Perilaku Konsumsi Alkohol pada Remaja SMA di Lamba Leda Utara. Sebagai saran, peneliti berharap penelitian ini dapat sebagai bahan dan sumber data penelitian berikutnya dan mendorong bagi pihak yang berkepentingan untuk melakukan penelitian lebih lanjut.

Kata Kunci: Tingkat Stres, Konsumsi Alkohol, Remaja

THE RELATIONSHIP BETWEEN STRESS LEVELS AND ALCOHOL CONSUMPTION BEHAVIOR IN HIGH SCHOOL ADOLESCENTS IN LAMBA LEDA UTARA

ABSTRACT

Background: Stress poses a threat to mental, physical, spiritual, and emotional well-being, which can ultimately affect an individual's physical health. Stress may arise from failure, causing mental pressure, particularly for teenagers who struggle to adjust to the challenges they face.

Objectives: To determine the relationship between stress levels and alcohol consumption behavior among high school teenagers in North Lamba Leda.

Research Method: This study uses a cross-sectional approach. The sample size for this research consists of 80 teenagers. The results of the bivariate analysis, using the chi-square test, showed a p-value of 0.000, indicating statistical significance.

Results: The analysis indicates a significant relationship between stress levels and alcohol consumption behavior among students at SMA 5 Lamba Leda.

Conclusion: The researcher hopes that this study can serve as a valuable resource for future research and encourage interested parties to conduct further investigations on this topic.

Key words: Stress Level, Alcohol Consumption, Teenagers

LATAR BELAKANG

Masa remaja merupakan suatu masa yang menjadi bagian dari kehidupan manusia yang didalamnya penuh dengan dinamika. Dinamika kehidupan remaja ini akan sangat berpengaruh dalam membentuk diri remaja itu sendiri. Masa remaja dapat dicirikan dengan banyaknya rasa ingin tahu pada diri dalam berbagai hal. Begitupun remaja yang termasuk dalam perilaku konsumsi alkohol ini dapat terjadi pada semua lapisan masyarakat termasuk remaja (Prianguna, 2015). Menurut WHO, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun. Masa remaja adalah salah satu tahapan dalam kehidupan setiap orang. Masa remaja sering dideskripsikan masa yang paling indah, dan tidak pernah dilupakan karena penuh dengan tantangan dan kegembiraan (Muss Sarwono, 2011).

Menurut WHO, (2014) remaja berkembang dengan pesat, perubahan fisik pada fase remaja awal (11-14 tahun), karakteristik seks sekunder mulai tampak, seperti penonjolan payudara pada remaja perempuan, pembesaran testis pada remaja laki-laki, pada tahap remaja akhir (17-20 tahun) struktur dan pertumbuhan reproduktif hampir komplut dan remaja telah matang secara fisik, pada psikososial adanya keinginan untuk mencari energi dan nilai baru, meningkatkan kepercayaan pada diri sendiri serta fantasi terhadap kehidupan adalah dunia remaja. Keberadaan orang tua dan teman sebaya menjadi kebutuhan yang paling penting dalam kehidupan remaja dalam menghadapi perubahan yang terjadi.

Penyalagunaan alkohol terjadi karena alkohol digunakan untuk mengatasi masalah psikologis atau stres dalam kehidupan sehari-hari, hal ini sesuai dengan yang dikatakan oleh Nurwijaya & Ikawi (2019), bahwa seseorang yang meminum minuman beralkohol sebagai cara untuk melarikan diri dari masalah, karena dengan mabuk dia merasa mudah melupakan. Akan tetapi, setelah sadar dari mabuknya masalah masih ada, ini berbahaya karena dapat menyebabkan alkoholisme atau ketergantungan. ini menunjukkan bahwa stres berpengaruh terhadap penyalagunaan alkohol. hal ini sejalan dengan yang dikatakan oleh Hawari (2016), bahwa mekanisme terjadinya penyalagunaan alkohol karena faktor predisposisi atau internal individu yaitu adanya stres. Remaja yang mengalami tingkat stres tinggi cenderung menjadi peminum alkohol berat, dan remaja yang mengalami tingkat stres sedang cenderung menjadi peminum alkohol sedang. Stres dapat menyebabkan remaja minum alkohol. Karena alkohol mempengaruhi sistem saraf pusat, remaja yang meminum alkohol dapat merasakan efek sedasi-eufopori dan menghilangkan stres secara instan. Ini adalah reaksi tubuh terhadap stres

dengan melepaskan hormon kortisol. Sebaliknya, remaja yang minum alkohol menggunakan pendekatan kelompok teman sebaya untuk mempelajari perilaku mereka. Membentuk kader yang dilakukan oleh remaja dan untuk remaja itu sendiri, Sehingga ada Hubungan antara tingkat stres terhadap konsumsi alkohol pada remaja.

World Health Organization (WHO), mencatat bahwa di Eropa konsumsi alkohol menyebabkan lebih dari 55.000 kematian pada orang-orang berusia 15-19 tahun, di Indonesia, sekitar 7,3% siswa dan 0,8% siswi pernah mengosumsi alkohol. Data dari dinas penelitian dan pengembangan menunjukan bahwa penggunaan alkohol pada remaja dimulai dari usia 14-16 tahun (47,7%), 17-20 tahun (51,1%), dan 21-24 tahun (31%). Di Indonesia, terdapat lebih dari 13.000 individu yang menderita penyakit terkait penyalahgunaan alkohol. Seringkali kita temui kasus kematian akibat penyalahgunaan alkohol sehari-hari di berbagai wilayah Indonesia. Terdapat 65 kematian akibat keracunan alkohol, serta 40 kematian akibat keracunan alkohol dalam minuman keras ilegal, seperti di Surabaya (9 orang), indramayu (11 orang), papua (14 orang), dan 10 orang lainnya meninggal akibat keracunan alkohol setelah mengosumsi sejumlah minuman keras di kota bandung. Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia, mencatat bahwa presentase tertinggi wanita dan pria yang mulai mengosumsi alkohol berada di rentang usia 15-19 tahun, dengan 58% wanita dan 70% pria (hawari, 2017). Di Wilayah Nusa Tenggara Timur (NTT) jenis minuman yang dikonsumsi oleh remaja adalah Oplosan (3,3%), *Whisky* (3,8%), Anggur arak (21,6%), Bir (29,5%) dan minuman tradisional (38,7%), terutama di daerah seperti manggarai, remaja yang cenderung mengosumsi minuman keras seperti Tuak, Sopi, dan Moke (Kemenkes, 2018).

Faktor yang dapat menyebabkan remaja mengkonsumsi alkohol yaitu faktor internal dan eksternal, faktor internal yaitu faktor yang berasal dari dirinya sendiri (individu) remaja melakukan mengkonsumsi alkohol karena adanya keinginan dari diri sendiri, artinya mereka mengkonsumsi alkohol karena rasa penasaran, ingin mencoba sehingga menjadi kebiasaan, dan juga karena adanya masalah pribadi dalam dirinya, remaja mengalami stres, sehingga dia mengkonsumsi alkohol dan sebagai sarana pelepasan atau pelarian dari masalah (Sudarasono, 2018).

Adapun faktor eksternal, yang mempengaruhi dari luar individu seperti kenakalan remaja yang datang dari faktor sosial seperti pengaruh pergaulan dari teman sebaya, artinya mereka yang mengenal minuman beralkohol karena penasaran, ingin mencoba sehingga menjadi kebiasaan dan juga karena adanya

masalah pribadi dalam dirinya remaja cenderung mengalami stres, sehingga selalu mengkonsumsi alkohol sebagai sarana pelampiasan atau pelarian dari masalahnya, sehingga mereka kecanduan dan akhirnya menjadi kebiasaan untuk melakukan mengkonsumsi alkohol, sehingga remaja yang awalnya berperilaku normal atau tidak mengkonsumsi alkohol dan pada akhirnya dapat mengkonsumsi alkohol, karena hubungan dalam pergaulan. teman bermain yang menyimpang, kemudian menjadi kebiasaan untuk mengkonsumsi alkohol (Sudarsono, 2018), mengonsumsi alkohol akan memberikan dampak bagi perilaku remaja, antara lain yang memberikan dampak bagi perilaku remaja dalam mengkonsumsi alkohol adalah dampak dari individu, dampak dari pengetahuan, dampak dari keluarga, dampak dari lingkungan sosial.

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan konsumsi alkohol pada remaja dan pengetahuan remaja tentang konsumsi alkohol, antara lain dampak dari pengetahuan terhadap konsumsi alkohol pada remaja adalah daya ingat atau pengetahuan menurun. daya nalar berpikir menurun. Dampak dari lingkungan sosial terhadap perilaku remaja dalam mengkonsumsi minuman beralkohol adalah tindakan kriminal keributan sesama teman, sesama warga lingkungan yang juga dapat menjadi akibat dari mengkonsumsi minuman beralkohol maka dari situ setiap remaja yang mengkonsumsi alkohol sering mengalami stres (Sutini, 2022).

Menurut penelitian sebelumnya, bahwa terdapat kaitan antara konsumsi alkohol dengan tingkat stres yang terjadi pada remaja. Remaja yang mengalami tingkat stres cenderung untuk mengkonsumsi alkohol, dan dengan mengkonsumsi alkohol remaja dapat menghilangkan stres yang dirasakan (Nevid dkk, 2015). Kesamaan dari penelitian penulis dengan penelitian terdahulu dari Nevid, yaitu jenis penelitian. Sedangkan perbedaan penelitian penulis dengan penelitian terdahulu dari Nevid, yaitu lokasi penelitian, sampel, waktu dan responden penelitian (Nevid dkk, 2015).

Akibat dari konsumsi alkohol itu perilaku pada remaja tidak terbentuk atau tidak terkontrol, karena konsumsi alkohol yang berlebihan. Dampaknya dapat meresahkan masyarakat dan keluarga mereka sendiri karena perilaku mereka, dimana remaja sesudah konsumsi alkohol mereka ribut di lingkungan masyarakat karena mabuk. Berdasarkan uraian tersebut, sehingga peneliti tertarik untuk meneliti tentang Hubungan Tingkat Stres Dengan Konsumsi Alkohol Pada Remaja SMA di Lamba Leda Utara.

METODE PENELITIAN

Rancangan yang digunakan dalam penelitian adalah *cross sectional* yaitu jenis penelitian yang menekankan pada waktu pengukuran data variabel independen dan variabel dependen hanya satu kali pada saat bersamaan. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 17 April sampai dengan 17 Mei 2024. Penelitian ini dilakukan pada Remaja SMA 5 di Lamba Leda Utara. Adapun populasi dari penelitian ini adalah Remaja SMA di Lamba Leda Utara dengan jumlah 90 orang. Sampel dalam penelitian ini merujuk pada 80 Siswa SMA 5 di Lamba Leda Utara. Pada penelitian ini instrumen yang digunakan adalah kuesioner tingkat stres dan kuesioner perilaku konsumsi alkohol.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin pada remaja SMA di Lamba Leda Utara

4.1 Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin pada remaja SMA di Lamba Leda Utara

Jenis Kelamin	Frekuensi (F)	Presentase (%)
Laki-laki	64	80.0
Perempuan	16	19,8
Total	80	100

Pada tabel 4.1 berdasarkan jenis kelamin pada siswa SMA di Lamba Leda Utara yang berjenis kelamin laki-laki dengan jumlah 64 orang (80,0%) dan yang berjenis kelamin perempuan berjumlah 16 orang (19,8%).

Karakteristik responden berdasarkan kelompok usia pada siswa SMA Di Lamba Leda Utara.

Tabel 4.2 distribusi responden berdasarkan kelompok usia pada siswa SMA di Lamba Leda Utara

No.	Usia	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1.	14	8	10.0
2.	15	9	11.3
3.	16	17	21.3
4.	17	20	25.0
5.	18	18	22.5
6.	19	8	10.0
Total		80	100

Pada tabel 4.2 distribusi responden berdasarkan kelompok usia siswa SMA Di Lamba Leda Utara yang paling banyak terjadi pada usia 17 tahun dengan jumlah 20 siswa (25,0%) dan paling sedikit terjadi pada kelompok usia 14 tahun dan 19 tahun dengan jumlah masing-masing 8 siswa orang (10.0%). Dimana disini usia 17 tahun ini usia produktif dari remaja, dan mereka memulai mencari jati diri mereka yang sesungguhnya. Dimana tahap perkembangan remaja yaitu, Remaja awal pada tahap ini usia 10-12 tahun, menjadi seorang yang masih takjub dengan perubahan yang terjadi pada tubuhnya sendiridan dorongan yang menyertai perubahan tersebut.

Pada remaja pertengahan atau remaja madya, pada tahap ini dimulai dari usia 14-16 tahun, pada tahap ini remaja sangat membutuhkan teman dan cenderung untuk mencintai diri sendiridengan menyukai teman dengan kualitas yang sama. Remaja akhir, fase ini dimulai pada umur 17-18 tahun, merupakan fase yang pemantapkan menuju perubahan dan ditandai dengan: tumbuhnya terhdap fungsi-fungsi akal, ego mencari peluang untuk terikat dengan orang lain, dan membentuk identitas seksual yang tidak akan berubah lagi.

Karakteristik responden berdasarkan tingkat stres pada siswa SMA Di Lamba Leda Utara

Pada tabel 4.3 distribusi responden berdasarkan Tingkat Stres pada siswa SMA di Lamba Leda Utara.

No.	Tingkat stres	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Stres ringan	6	7.5
2	Stres sedang	33	41.3
3	Stres berat	41	51.2
Total		80	100

Berdasarkan tabel 4.3 tingkat stres pada siswa SMA di Lamba Leda Utara diketahui paling banyak yaitu yang mengalami tingkat stres berat dengan jumlah 41 siswa (51.3%), dan yang paling sedikit yaitu yang mengalami stres ringan dengan jumlah 6 siswa (7.5 %).

Perilaku konsumsi alkohol pada siswa SMA di Lamba Leda Utara

Pada tabel 4.4 distribusi responden berdasarkan perilaku konsumsi alkohol pada siswa SMA di Lamba Leda Utara

No.	Perilaku konsumsi alkohol	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Ringan	14	17.5
2	Sedang	31	41.3
3	Berat	35	42.0
Total		80	100

Berdasarkan pada tabel 4.4 perilaku konsumsi alkohol pada siswa SMA di Lamba Leda Utara diketahui paling banyak yaitu konsumsi alkohol berat dengan berjumlah 35 siswa (42.0%), dan yang paling sedikit yaitu yang mengalami konsumsi alkohol ringan dengan jumlah 14 siswa (17.5%).

Hubungan stres dengan konsumsi alkohol

Untuk mengetahui antara variabel dependen (Tingkat Stres) dengan variabel, dan variabel independen (Perilaku Konsumsi Alkohol) maka akan dilakukan analisis bivariat. Uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini yaitu uji *chi-square*. Tabel 4.5 Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Perilaku Konsumsi Alkohol Pada Remaja SMA di Lamba Leda Utara.

Tingkat stres	Konsumsi alkohol				Pvalue
	Ringan	Sedang	Berat	Total	
Ringan	0	3	3	6	0.000
Sedang	10	14	3	27	
Berat	4	14	23	47	
Total	14	31	35	80	

Hasil uji statistik dengan menggunakan *chi-square*, didapatkan nilai *p value*= 0,000 < α = 0,05 yang berarti terdapat hubungan antara tingkat stres dengan perilaku konsumsi alkohol pada remaja SMA di lamba leda utara.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Berdasarkan kelompok usia yang siswa SMA di Lamba Leda Utara usia 14 tahun sebanyak 8 siswa (10.0%), usia 15 tahun sebanyak 9 siswa (11.3%), usia 16 tahun sebanyak 17 siswa (21.3%), usia 17 tahun sebanyak 20 siswa (25.0%), usia 18 tahun sebanyak 18 siswa (22.5%), dan usia 19 tahun sebanyak 8 siswa (10,0%).

Hasil penelitian yang sama yang dilakukan oleh Savitri Ishaka Sari (2021), menunjukan usia yang paling banyak berada pada usia 17 tahun sebanyak 5 (2,8%) responden. Hasil penelitian yang sama yang dilakukan oleh Dian Ratnawati (2020), menunjukan usia yang paling banyak berada pada usia 17 tahun 150 (92,8%) responden. Masa

remaja adalah periode dimana individu mulai mencari jati diri atau identitas diri. Dalam proses pencarian ini, remaja sering kali melihat dan belajar dari teman sebayanya. Melalui interaksi dengan teman sebaya, remaja dapat memahami lebih baik siapa mereka dan bagaimana mereka ingin dikenal oleh orang lain.

Karakteristik Berdasarkan Jenis kelamin

Berdasarkan jenis kelamin pada siswa SMA di Lamba Leda Utara yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 64 siswa (80.0%), dan yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 16 siswa (19.8%), kebanyakan yang mengkonsumsi alkohol adalah laki-laki. Dimana laki-laki cenderung konsumsi alkohol dalam jumlah yang cukup banyak. Dikarenakan berbagai faktor yaitu faktor internal: individu, rasa kurang percaya diri, rasa ingin tahu dan pelarian dari suatu masalah, (Kartono, 2011).

Penelitian yang sama yang dilakukan oleh Bettie Febriana (2022), bahwa jenis kelamin laki-laki terbanyak dengan jumlah 64 siswa 78,3%) responden, dan jenis kelamin perempuan 45 (38.0%) responden. Berdasarkan hasil penelitian laki-laki cenderung mengkonsumsi alkohol dalam jumlah yang cukup banyak dikarenakan adanya berbagai faktor yaitu emosi yang tidak terkontrol sehingga cenderung untuk mencari pelampiasan dengan mengkonsumsi alkohol, adanya masalah baik masalah dengan keluarga maupun teman sebaya.

Tingkat Stres Pada Siswa SMA di Lamba Leda Utara

Berdasarkan pada tabel 4.3 tingkat stres pada remaja SMA di Lamba Leda Utara diketahui yang paling banyak yaitu yang mengalami stres berat dengan jumlah 41 siswa (51.2%) dan yang paling sedikit yaitu siswa yang mengalami stres ringan dengan jumlah 6 siswa (7.5 %).

Dari analisis penelitian berdasarkan jawaban responden bahwa, remaja yang mengalami stres berat karena kebanyakan masalah, merasa putus asa, sering marah, tidak bisa mengontrol hal-hal yang penting dalam hidup dan sering merasa gelisah, dan tertekan. Ada remaja yang mengalami stres sedang karena kadang-kadang mereka bisa mengontrol saat marah dan jarang gelisah. Tingkat stres adalah tingkat keparahan ketegangan fisik atau mental yang dihasilkan dari faktor-faktor stres, dengan kata lain tingkat stres adalah hasil dari respon tubuh terhadap stres, dan sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Silifiana, 2022). Stres berat yaitu stres kronis yang terjadi beberapa minggu bahkan sampai beberapa tahun, dan tidak stres adalah orang yang tidak memiliki masalah dan tidak pernah merasa tertekan serta gelisah.

Berdasarkan uraian diatas, didapatkan bahwa stres merupakan ketidaknyamanan secara fisik dan psikologis yang dialami oleh setiap individu khususnya pada remaja yang sedang mengalami perubahan masa transisi sehingga kontrol emosi yang dilakukan belum stabil.

Perilaku Konsumsi Alkohol pada Remaja SMA di Lamba Leda Utara

Berdasarkan pada tabel 4.4 perilaku konsumsi alkohol pada remaja SMA Lamba Leda Utara diketahui yang mengkonsumsi alkohol berat sebanyak 35 siswa (42.0%) konsumsi alkohol sedang sebanyak 31 siswa (41.3%), dan konsumsi alkohol ringan dengan jumlah 14 siswa (17.5%).

Remaja yang mengalami kecanduan berat sedang dan ringan, yang paling banyak adalah konsumsi alkohol berat karena remaja kecenderungan sangat sering melakukan suatu hal secara terus-menerus sehingga waktu tidak bisa toleransi saat mengkonsumsi alkohol, dan merasa tidak mampu untuk menarik atau menjauhkan diri dari hal-hal yang berkaitan dengan konsumsi alkohol. Sehingga adanya masalah hubungan interpersonal dengan kesehatan (*Interpersonal and health related problems*) yang berkaitan dengan cenderung tidak menghiraukan bagaimana hubungan interpersonal yang dimiliki karena mereka hanya terfokus pada konsumsi alkohol. Begitu pula dengan masalah kesehatan, para pecandu konsumsi alkohol kurang memperhatikan masalah kesehatan mereka seperti waktu tidur yang kurang, tidak menjaga kesehatan badan dan pola makan yang tidak teratur, merusak otak sehingga berdampak pada gangguan memori, sulit berkonsentrasi, daya tahan tubuh menurun, serta permasalahan pada jantung seperti tekanan darah tinggi bahkan stroke.

Hal ini memang sama yang dijelaskan oleh Abdi& Karneli (2020), bahwa konsumsi alkohol secara berlebihan dengan ingin melakukan secara terus-menerus yang pada akhirnya akan menimbulkan efek negatif pada fisik maupun psikologis individu. Selain itu remaja yang mengkonsumsi alkohol ringan berdasarkan jawaban dari responden mengkonsumsi alkohol akan tetapi tidak mengkonsumsi secara terus menerus dan dalam waktu yang terbatas.

Hasil pembahasan diatas didapatkan bahwa perilaku konsumsi alkohol merupakan sebuah perilaku kecanduan yang berlebihan terhadap alkohol. Perilaku konsumsi alkohol tersebut merupakan perasaan yang sangat kuat sehingga ingin lagi dan lagi dalam mengkonsumsi alkohol, dalam hal ini lebih ke pada kecanduan dalam mengkonsumsi alkohol dapat terlihat dari remaja yang mengkonsumsi alkohol secara terus-menerus. Hal ini remaja yang mengkonsumsi

alkohol juga dikarenakan kurang perhatian dari orang tuanya, yang mencakup mendidik, membimbing, mendisiplinkan, dan melindungi remaja dalam berbagai hal termasuk dalam mengonsumsi alkohol.

Hubungan Tingkat Stres Dengan Perilaku Konsumsi Alkohol Pada Remaja SMA di Lamba Leda Utara

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil uji statistik *chi-square* diperoleh *p value* 0,000 (*p value* $< \alpha = 0,05$) yang berarti ada hubungan yang signifikan antara Tingkat Stres Dengan Perilaku Konsumsi Alkohol pada Remaja SMA di Lamba Leda Utara.

Konsumsi alkohol begitu sangat mengasykan dan membuat para konsumsi khususnya remaja menjadi ketagihan untuk selalu ingin mengonsumsi alkohol, sehingga sering lupa waktu, lupa diri, dan melupakan hal penting lainnya. Konsumsi alkohol secara terus-menerus akan menyebabkan seseorang mengalami kecanduan dalam mengonsumsi alkohol serta dapat memberikan dampak buruk terutama pada kesehatan remaja sehingga diperlukan upaya agar remaja dapat terhindar dari perilaku konsumsi alkohol. Konsumsi alkohol yang dilakukan oleh remaja akan banyak menghabiskan waktu (Novrialdy, 2019).

Jika remaja terus-menerus dalam mengonsumsi alkohol dapat menjadi kecanduan, baik itu pada tingkat konsumsi alkohol ringan maupun konsumsi alkohol berat. Karena tubuh bagian limbik akan merangsang mengeluarkan dopamin yang akan menimbulkan rasa kesenangan dan rasa ketagihan untuk mengonsumsi alkohol secara terus-menerus, sehingga remaja yang mengalami stres akan menghabiskan waktu dengan mengonsumsi alkohol dalam jumlah yang cukup banyak, rasa ingin tahu terhadap hal-hal baru salah satunya dengan konsumsi alkohol pelarian dari suatu masalah, sehingga munculah gangguan pada kesehatan pada remaja (Anggraini, 2022).

Stres adalah respon terhadap atau kejadian yang memicu stres (*stressor*), yang mengancam dan mengganggu kemampuan seseorang untuk menanganinya (*Coping*). Aspek-aspek stres meliputi aspek kognisi, reaksi fisiologi, emosi dan perilaku (Simangunson, 2017). Berdasarkan hasil penelitian bahwa Stres pada remaja SMA di Lamba Leda Utara pada umumnya berupa stres tentang akademik, stres tentang hubungan interpersonal, stres tentang hubungan dengan keluarga dimana disini keluarga sangat berperan penting dalam tumbuh kembang anak sampai remaja, stres masalah dengan teman sebaya, dan stres emosional dapat

menyebabkan tingkat stres pada remaja. Faktor stres pada remaja lainnya adalah ketika diganggu pada saat asyik mengonsumsi alkohol, serta remaja yang mempunyai masalah, dan emosional yang tidak terkontrol sehingga dapat memicu stres. Hasil penelitian bahwa Remaja SMA di Lamba Leda Utara yang mengonsumsi alkohol disebabkan oleh stres yang berlebihan.

Remaja yang mengonsumsi alkohol disebabkan oleh berbagai faktor yaitu, pengaruh teman sebaya, sesuatu hal yang sudah menjadi tradisi atau budaya di lingkungan sekitar dari remaja tersebut, pelarian dari suatu masalah yang ada, serta keluarga yang didalamnya terdapat orang tua merupakan lingkungan pertama dan utama dimana remaja berinteraksi baik buruknya perlakuan keluarga terutama orang tua sangat berpengaruh terhadap perkembangan remaja. Pola asuh orang tua yang memberikan kebebasan pada anaknya, membiarkan anak bertindak sesuai dengan keinginannya sendiri, orangtua tidak pernah memberikan peraturan pada anaknya. Sehingga anak akan berperilaku sesuai dengan keinginannya sendiri, dan akan menghasilkan dampak buruk bagi remaja terutama bagi kesehatannya.

Sebagai tenaga kesehatan, perawat membantu menerapkan dampak buruk bagi remaja terutama bagi kesehatan jika mengonsumsi alkohol secara terus-menerus dalam jumlah yang cukup banyak. Tenaga kesehatan tidak hanya menerapkan pada remaja saja melainkan kepada keluarga terutama pada orang tua remaja, karena remaja ini hidup lingkungan masyarakat sehingga sangat penting menerapkan kepada orang tua dampak buruk dalam mengonsumsi alkohol ini. Hal ini membantu remaja dan orang tua dalam memahami bagaimana bentuk individu dengan kepribadian yang baik dan menghasilkan Sumber Daya manusia yang lebih baik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang Hubungan antara Tingkat Stres Dengan Perilaku Konsumsi Alkohol Pada Remaja SMA di Lamba Leda Utara dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Berdasarkan jenis kelamin yang berjenis kelamin laki-laki dengan jumlah 64 siswa (80.0%), dan yang berjenis kelamin perempuan berjumlah 16 siswa (19,8%), sedangkan Berdasarkan usia mulai dari 14 tahun dengan jumlah 8 siswa (10.0%), usia 15 tahun berjumlah 9 siswa (11.3%), usia 16 tahun berjumlah 17 siswa (21.3%), usia 17 tahun berjumlah 20 siswa (25.0%), usia 18 tahun berjumlah 18 siswa (22.5%), dan usia 19 tahun berjumlah 8 siswa (10.0%).

2. Berdasarkan perilaku konsumsi alkohol ringan sebanyak 14 responden (17,5,0%), konsumsi alkohol sedang sebanyak 31 responden (41,3%), dan konsumsi alkohol berat sebanyak 35 responden (42,0%).
3. Berdasarkan tingkat stres dengan kategori stres ringan berjumlah 6 siswa (7,5%), stres sedang berjumlah 33 siswa (41,3 %), dan stres berat berjumlah 41 siswa (51.2 %).
4. Terdapat Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Perilaku Konsumsi Alkohol Pada Remaja SMA di Lamba Leda Utara.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriyani, j. (2016). *Korelasi peran keluarga terhadap penyesuaian diri remaja* Vol. 22, No. 34.
- Ahmad Fauzy, dkk. 2020. *Metodoogi Penelitian*. Jawa Tengah: Pena Persada Redaksi.
- Adnyana, I. M. D. M. (2021). *Populasi dan Sampel. Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif*, 103–116.
- Arikunto, suhariny. *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Edisi VI. Jakarta: Rineka cipta. 2010
- Darmawati, I., Nurlita, L., & Ropi, H. (2015). *Pengetahuan remaja tentang konsumsi alkohol, jurnal terpadu ilmu kesehatan*.vol. 9 No. 2, 177.
- Dra, m. f., Dinie , R., & Endang, S. I. (2017). *Description Of Communication In The Family In Adolescenteating Drink Alcohol. konsumsi alkohol*, 6, 50-64.
- Eva, Eliza Omar at al. (2015). *“Prevalence of stres among medical strudent”*.
- Acomparative Study Between Public an Prvate Medical School In Banglades. “BMC Research Notes 8 (1): 1-7
- Fowo, S., Selly, B., & Djogo, A. (2021). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi minuman beralkohol pada remaja usia 15-18 tahun di SMA 6 Kupang*. CHMK NURSING SCIENTFIC volume 5, Nomor 1.
- Faris, A., Pratiwi, R., Insnaini, F., & Firmansyah, F. (2022). *Dampakmengonsumsi alkohol terhadap perilaku sosial remaja*, vol 5 No. 2
- Farisi, M. F., Pratiwi,, R., Firmansyah, M., Insnaini, M., & Sarman, F. (2022). *Dampak Mengonsumsi Alkohol Terhadap Perilaku. Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan*, 5, 158-162.
- Handayani, Ririn. (2020). *Metodologi Penelitian Sosial*. Yogyakarta: Trussmedia Grafika.
- Hikmah, J. (2020). *Paradigm. Computer Graphics Forum*, 39(1), 672–673. <https://doi.org/10.1111/cgf.13898>
- I Ketut Swarjana-Ed. I (2017) *Populasi-Sample, Teknik Sampling & Bias Dalam Penelitian*. Yogyakarta: Andi; 1-33.
- Manoppo, W., Frendy, F., & Kezia, B. (2023). *Hubungan tingkat stresdengan konsumsi alkohol pada remaja*. *Jurnal Malahayati Health Student*, vol. 3, No. 6, 1710-172
- Maula, K., & Ari, Y. (2017). *Analisis faktor yang mempengaruhi dan adiksi Alkohol pada remaja di Kabupaten Pati*. *Public HealthPerspective Journal*, Vol. 2 No. 2, 168-174.
- Makmur, N. (2022). *Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku KonsumsiMinuman beralkohol pada remaja*. *Nursing*, 1 (2), 2022, 41-45, 2, 42- 45.
- Notoadmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitiankesehatan*, Rineka Cipta, Jakarta.
- Muhammad Nurfajrul, Salimin Afamery, & La Iru. (2023). *Dampak Mengonsumsi Minuman Keras Pada Kehidupan Remaja di Desa*
- Musturoh, Imas. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*. 1 st ed. Jakarta
- Mutiara, frendy, & Kezia Bianca (2023), *Hubungan Tingkat Stres Dengan Konsumsi Alkohol Word Healt Organization (2018), Prevalensi Stres dan Konsumsi Alkohol, Mahalayati Health Student Journal , Vol 3 Nomor 6 Tahun 202*.
- Nursalam. 2013. *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Selemba Medika.
- Lamoluo Kecamatan Wawonii Barat Kabupaten Konawe Kepulauan. *Selami Ips*, 16(2), 105–108. <https://doi.org/10.36709/selami.v16i2.34>
- Putri, S., Acang, N., & Bhatara, T. (2022). *Pengaruh tingkat stres terhadap kebiasaan minuman Alkohol pada Remaja dan Dewasa*, volume.2 No. 5,73
- Putro , K. Z. (2017). *Memahami Ciri-Ciri Dan Tugas Perkembangan Masa Remaja*. *Aplikasia Ilmu-Ilmu Agama*, 17, 25-32.
- Ramadhan , H., Syarniah., & Mahdalena. (2014). *Hubungan tingkat stres dengan konsumsi minuman beralkohol pada remaja di kelurahanlandasan UlinTtimur. Jurnal keperawatan*, No. 3.
- Solina., Arisdian, T., & Widyastuti, P. (2018). *Hubungan peran orang tua dengan perilaku konsumsi minuman beralkohol pada remaja, Jurnalkeperawatan*, vol 6 No. 1, 36.
- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R & D*. Bandung: Alfabeta