

Psychoeducation Psychological Well Being dan Kenakalan Remaja

Ika Novita Sari

E-mail: novitaicka@gmail.com

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Abstract

This study aims to determine whether psychoeducation psychological well being can reduce juvenile delinquency in terms of gender. This research is included in the type of experimental research. The design used is quasi experimental control group pretest-posttest design. Subjects in this study consisted of 20 people as an experimental group and 20 people as a control group. Data collection instruments use juvenile delinquency scales. Analysis of data using the non-parametric Wilcoxon Sign Rank obtained an average post test score of the experimental group was lower than the average post test score in the control group with a significance of $p = 0.000$ ($p < 0.05$). This means that there is the influence of psychoeducation psychological well being on juvenile delinquency. Based on the Man Whitney U test test obtained $Z = -1243$ with $p = 0214$ ($p > 0.05$), which means there is no difference in the decrease in juvenile delinquency between men and women.

Keywords: *psychoeducation psychological well being, juvenile delinquency*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah psychoeducation psychological well being dapat mengurangi kenakalan remaja ditinjau dari jenis kelamin. Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian eksperimental. Desain yang digunakan adalah kuasi eksperimental control group pretest-posttest design. Subjek dalam penelitian ini terdiri dari 20 orang sebagai kelompok eksperimen dan 20 orang sebagai kelompok kontrol. Instrumen pengumpulan data menggunakan skala kenakalan remaja. Analisis data menggunakan Wilcoxon Sign Rank non-parametrik diperoleh rata-rata skor post test kelompok eksperimen lebih rendah jika dibandingkan rata-rata skor post test pada kelompok kontrol pada dengan signifikansi sebesar $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Artinya ada pengaruh psychoeducation psychological well being terhadap kenakalan remaja. Berdasarkan tes tes Man Whitney U diperoleh $Z = -1243$ dengan $p = 0214$ ($p > 0,05$) yang berarti tidak ada perbedaan penurunan kenakalan remaja antara pria dan wanita.

Kata kunci: *psychoeducation psychological well being, kenakalan remaja*

Pendahuluan

Maraknya fenomena kenakalan remaja, dilansir dari salah satu sumber bahwa kasus kenakalan remaja mengalami peningkatan cukup signifikan, yaitu sebesar 36,66 persen (beritasatu, 2012). Mengerucut pada satu area yang termasuk kota dengan kepadatan penduduk yang terus meningkat, bahwa angka kenakalan remaja di Surabaya, Jawa Timur terus mengalami peningkatan. Tahun 2016 ini, satpol PP kota Surabaya menangani 793 kasus. Angka ini meningkat dibanding tahun lalu, yang hanya 675 kasus (koran-sindo, 2016).

Fakta - fakta fenomena yang telah dipaparkan di atas menunjukkan semakin banyaknya perilaku menyimpang yang dilakukan oleh remaja. Perilaku kenakalan remaja memang tidak hanya mencakup pelanggaran kriminal dan narkoba saja. Perilaku kenakalan remaja lainnya berupa pelanggaran status, pelanggaran terhadap norma maupun pelanggaran terhadap hukum (Aroma & Suminar, 2012). Masa remaja sering dikenal dengan istilah masa pemberontakan. Pada masa-masa ini, seorang anak yang baru mengalami pubertas seringkali menampilkan beragam gejala emosi, menarik diri dari keluarga, serta mengalami banyak masalah, baik di rumah, sekolah, atau di lingkungan rumah maupun di lingkungan pertemanannya (Unayah & Sabarisman, 2015).

Berbagai fenomena remaja tidak lepas dari istilah kenakalan remaja. Tidak hanya menghubungkan sebab akibat yang sifatnya negatif dari maraknya fenomena kenakalan remaja yang terbilang semakin meningkat, namun melihat bagaimana para remaja mampu menyeimbangkan kehidupan antara positif dan negatif, sehingga dirinya dapat berfungsi dengan sehat, baik fisik maupun mental. Kenyataannya, berbagai faktor yang mendasari munculnya kenakalan remaja, baik internal maupun eksternal tentu menimbulkan rasa tidak bahagia, sejahtera. Padahal seorang individu yang memiliki kesehatan mental positif akan merasa bahagia, sejahtera, aman, tentram, yang dikenal dengan istilah *psychological well being* (kesejahteraan psikologis). Pentingnya *psychological well being* (kesejahteraan psikologis) adalah agar manusia dapat menjalankan hidupnya dengan bahagia, tenang dan mampu mengatasi segala masalah. *Psychological well being* menurut Ryff (2013) adalah suatu keadaan di mana individu merasa kehidupannya memiliki arti, tujuan dan arah (*purpose in life*), memiliki kemandirian terhadap tekanan sosial (*autonomy*), mampu merealisasikan potensinya

secara kontinyu (*personal growth*), mampu mengontrol lingkungan eksternal (*environmental mastery*), mampu membentuk hubungan hangat dengan orang lain (*positive relationships*), mampu menerima dirinya apa adanya (*self acceptance*).

Transfer knowledge melalui psikoedukasi *psychological well being* akan mampu menasar sisi psikologis para remaja demi memahami mereka pentingnya menanamkan kesejahteraan psikologis agar memiliki aspek-aspek *psychological well being*, sehingga dapat menekan atau mengurangi munculnya penyimpangan perilaku yang mengarah pada kenakalan remaja. Bagi remaja yang mampu melewati dan menghadapi masalah serta berkompetensi mengatur lingkungan maka akan mengarah pada kondisi psikologis yang positif dan terbentuklah kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) dalam dirinya. Jiwa yang sejahtera menggambarkan seberapa positif seseorang menghayati dan menjalani fungsi-fungsi psikologisnya.

Peneliti *psychological well being* (Ryff), menyatakan bahwa seseorang yang jiwanya sejahtera apabila ia tidak sekedar bebas dari tekanan atau masalah mental yang lain. Namun, lebih dari itu ia juga memiliki penilaian positif terhadap dirinya dan mampu bertindak secara otonomi serta tidak mudah hanyut oleh pengaruh lingkungan.

Kartono (2014) mengartikan kenakalan remaja adalah perilaku jahat atau kenakalan anak-anak muda, merupakan gejala sakit (patologis) secara tingkah laku yang tidak dapat diterima sosial sampai pelanggaran status hingga tindak pidana. Sejalan dengan pendapat Santrock (2002) kenakalan remaja (*juvenile delinquency*) mengacu kepada suatu rentang perilaku yang luas, mulai dari perilaku yang tidak dapat diterima secara sosial, pelanggaran hingga tindakan-tindakan kriminal. Jensen (dalam Sarwono, 2014) mengatakan bahwa perilaku nakal yang dilakukan oleh remaja ada yang merugikan lain secara fisik, materi, sosial bahkan merugikan dirinya sendiri. Perilaku nakal tersebut muncul baik di sekolah, di rumah maupun di lingkungan individu tersebut berinteraksi.

Menurut Ryff (1989) *psychological well being* merupakan suatu keadaan individu yang mana secara psikologis berada dalam kondisi sejahtera yang ditandai dengan mampu menerima keadaan diri sendiri yaitu individu yang dapat mengevaluasi secara positif terhadap dirinya sekarang dan dirinya di masa lalu, mampu membentuk hubungan yang positif dengan orang lain yaitu komponen penting dalam pengembangan percaya dan berlangsung hubungan serta milik jaringan komunikasi dan

dukungan, mampu bersikap mandiri dari tekanan sosial yaitu kemampuan melakukan dan mengarahkan perilaku secara mandiri, penuh keyakinan diri, mampu mengontrol lingkungan sekitarnya yaitu mampu mengendalikan situasi lingkungan dan kehidupan kompleks untuk menangkap peluang yang muncul dengan sendirinya, memiliki tujuan hidup yaitu yaitu tujuan dalam hidup dan suatu perasaan atau pengertian yang mengarahkan, rasa ada maksud atau arti untuk menyajikan dan hidup masa lampau, kepercayaan pegangan yang memberi tujuan hidup; mempunyai tujuan dan sasaran hasil untuk hidup, dan mampu mengembangkan potensi diri yaitu kemampuan untuk mengembangkan dan memperluas diri untuk menjadi individu yang berfungsi sepenuhnya.

Hipotesis dalam penelitian ini adalah: 1) Psikoedukasi *psychological well being* berpengaruh terhadap penurunan perilaku kenakalan remaja; 2) Terdapat perbedaan kenakalan remaja antara laki-laki dan perempuan sesudah diberikan psikoedukasi.

Metode

Penelitian ini termasuk dalam penelitian eksperimental. Desain eksperimental yang digunakan dalam penelitian ini adalah *kuasi eksperimental control group pretest-posttest design*. Dalam pelaksanaannya subjek penelitian dibagi kedalam dua kelompok, kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Kedua kelompok diminta untuk mengerjakan skala kenakalan remaja sebelum dan sesudah eksperimen dilaksanakan. Bedanya pada kelompok eksperimen akan diberikan edukasi *psychological well being*, sedangkan pada kelompok kontrol tidak diberi perlakuan.

Jumlah subjek penelitian yang dipergunakan adalah 20 siswa, dengan rincian, 10 siswa berada dalam kelompok kontrol, sedangkan 10 siswa berada dalam kelompok eksperimen. 10 siswa tersebut meliputi 5 siswa laki-laki, 5 siswa perempuan, baik kelompok kontrol maupun kelompok eksperimen. Pengambilan subjek penelitian berdasarkan hasil anamnesis dari pihak sekolah dan skor skala kenakalan remaja.

Instrumen adalah alat yang digunakan untuk mengungkap aspek yang ingin diteliti dalam suatu penelitian. Penelitian ini menggunakan skala kenakalan remaja. Skala kenakalan remaja ini disusun berdasarkan konsep dari Jensen (dalam Sarwono, 2012). Terdapat 23 butir aitem yang memiliki daya deskriminasi tinggi dengan hasil alpha cronbach = 0. 902. Pemberian perlakuan berupa psikoedukasi *psychological well being*

melalui metode ceramah, diskusi dan *role play* menggunakan modul.

Hasil

Analisis data yang digunakan adalah *Wilcoxon Sign Rank* untuk mengetahui perbedaan hasil skor *post test* kelompok eksperimen sesudah diberikan perlakuan berupa psikoedukasi dan hasil *post test* kelompok kontrol. Hasil rerata (*mean*) kelompok eksperimen adalah 5.50, sedangkan rerata (*mean*) kelompok kontrol adalah 15.50 dengan taraf $p = 0.000 (< 0.05)$. Artinya ada perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, sehingga ada pengaruh psikoedukasi *psychological well being* terhadap kenakalan remaja.

Analisis data yang digunakan untuk melihat perbedaan penurunan kenakalan remaja ditinjau dari jenis kelamin adalah *Man Whitney U test*. Diperoleh hasil $p = 0.214 (> 0.05)$, artinya tidak menunjukkan adanya perbedaan penurunan apabila ditinjau dari jenis kelamin.

Pembahasan

Hasil uji dengan analisis *Wilcoxon Sign Rank* menunjukkan adanya pengaruh psikoedukasi *psychological well being* terhadap kenakalan remaja. Hipotesis pertama dari penelitian ini adalah adanya pengaruh psikoedukasi *psychological well being* terhadap kenakalan remaja. Hal ini menunjukkan bahwa hasil tersebut mendukung latar belakang dalam penelitian ini.

Kenakalan remaja (*juvenile delinquency*) mengacu kepada suatu rentang perilaku yang luas, mulai dari perilaku yang tidak dapat diterima secara sosial (seperti bertindak berlebihan di sekolah), pelanggaran (seperti melarikan diri dari rumah), hingga tindakan-tindakan kriminal (seperti mencuri). Remaja yang berperilaku nakal diindikasikan memiliki tingkat *psychological well being* yang rendah.

Salah satu faktor yang mempengaruhi kenakalan remaja adalah *psychological well being*. Remaja yang belum menerapkan dimensi-dimensi *psychological well being* secara psikologis merasa belum bahagia dikarenakan pada dimensi-dimensi *psychological well being*, remaja diharapkan mampu menerima dirinya sendiri apa adanya, namun faktanya pada fase remaja gejolak emosi mempengaruhi bagaimana upayanya untuk menyamakan dirinya dengan lingkungannya sehingga terkadang pada fase remaja sulit

untuk tampil apa adanya tanpa terpengaruh oleh lingkungan eksternal. Begitu juga hubungan interpersonal perlu terjalin dengan baik demi mewujudkan kesejahteraan psikologis (*psychological well being*). Setiap manusia tentu memiliki tujuan hidup jangka panjang maupun jangka pendek, oleh karena itu perlu pada fase remaja memiliki cita-cita di masa yang akan datang. Berdasarkan dimensi yang lain yaitu penguasaan lingkungan, pengembangan pribadi, otonomi secara keseluruhan sesudah diberikan perlakuan berupa psikoedukasi *psychological well being* (kesejahteraan psikologis), para subjek penelitian semakin paham bagaimana menciptakan *psychological well being* dan sedikit demi sedikit menerapkannya agar perilaku nakal pada remaja berkurang. Tiga subjek penelitian mengatakan bahwa paham mengenai kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) dan berusaha menerapkannya, dengan memahami materi psikoedukasi yang diperoleh sudah cukup mampu mengubah cara berpikir para subjek penelitian, sedangkan subjek yang merasa psikoedukasi kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) cukup membuka wawasan dan memahamkan dirinya bahwa bahagia psikis adalah perlu, sehingga melalui penerapannya diharapkan dapat menambah penurunan kenakalan remaja.

Simpulan

Hasil analisis data dengan *uji wilcoxon sign rank* menunjukkan bahwa kelompok eksperimen menunjukkan *mean* lebih kecil dibanding *mean* pada kelompok kontrol. Artinya, ada pengaruh signifikan setelah diberi perlakuan berupa psikoedukasi *psychological well being* pada kelompok eksperimen yaitu terjadi penurunan kenakalan remaja pada siswa SMK Ketintang Kota Surabaya.

Hasil analisis data selanjutnya untuk mengetahui perbedaan penurunan apabila ditinjau berdasarkan jenis kelamin. Pada kelompok eksperimen menunjukkan skor yang tidak signifikan. Artinya tidak ada perbedaan penurunan kenakalan remaja yang signifikan pada laki-laki dan perempuan.

Berdasarkan hasil wawancara sesudah diberikan perlakuan berupa psikoedukasi *psychological well being*, beberapa subjek mengatakan bahwa berusaha tetap memahami bagaimana menumbuhkan *psychological well being* (kesejahteraan psikologis) agar saat ini dapat mengembangkan potensinya, agar dapat menciptakan

lingkungan eksternal dengan positif sesuai dimensi-dimensi *psychological well being*. Hal tersebut untuk mewujudkan tujuan hidup yang lebih baik.

Referensi

- Aroma, Iga Serpianing., Suminar, Dewi Retno. (2012) Hubungan Antara Tingkat Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Perilaku Kenakalan Remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan Vol. 01 No. 02*, hal.1-6.
- Aviyah, Evi., Farid, Muhammad. (2014). Religiusitas, Kontrol Diri Dan Kenakalan Remaja. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia.Vol.3, No.02* hal 126-129.
- Azwar, Saifuddin. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Desmita. (2009). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remaja Rosda karya
- Dodge, Rachel., Daly, Annette P., Huyton, Jan., Sanders, Lalage D. (2012). The challenge of defining wellbeing. *Journal of Well being, 2(3)*, 222-235
- Hoeve, Machteld., Stams, Geert Jan J. M., Van der Put, Claudia E., Dubas, Judith Semon., Van der Laan, Peter H., Gerris, Jan R. M. (2012). A Meta-analysis of Attachment to Parents and Delinquency. *J Abnorm Child Psychology 40:771-785*.
- Hidayati, Beti Malia Rahma. (2012). Hubungan Forgiveness dengan Psychological Well-Being pada Mahasiswa Baru Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
- Dampak Pertumbuhan Penduduk Terhadap Peningkatan Kenakalan Remaja. Didownload pada tanggal 17/11/2016, from http://www.kompasiana.com/lidwinaeka/dampak-pertumbuhan-penduduk-terhadap-peningkatan-kenakalan-remaja_54f38329745513972b6c7986
- Polda Metro: Kenakalan Remaja Meningkat Pesat Perkosaan Menurun. Didownload pada tanggal 17/11/2016, from <http://www.beritasatu.com/megapolitan/89874-polda-metro-kenakalan-remaja-meningkat-pesat-perkosaan-menurun.html>
- Kenakalan Remaja di Surabaya Makin Meningkat. Didownload pada tanggal 1/12/2016, from <http://www.koran-sindo.com/news.php?r=5&n=11&date=2016-11-23>
- Jenis Kelamin, Jenis Kelamin dan Gender. Di download pada tanggal 04/12/2016, from https://id.wikipedia.org/wiki/Jenis_kelamin.
- Pengertian Jenis Kelamin dan Gender. Didownload pada tanggal 04/12/2016, from <https://prezi.com/avqlql1bguzh/pengertian-jenis-kelamin-dan-gender/>
- Kartono, Kartini. (2014). *Patologi Sosial 2 Kenakalan Remaja*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Kongres XI Himpsi. (2010). *Kode Etik Psikologi*: Surakarta.
- Latipun. (2006). *Psikologi Eksperimen*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang Press
- Lukens, Ellen P., McFarlane, William R. (2004). *Psychoeducation as Evidence-Based Practice: Considerations for Practice, Research, and Policy*. Oxford University Press
- Maryam, Sitti. (2013). Potret Kesejahteraan psikologis (Psychological Well-Being) Waria Anggota IWAMA (Ikatan Waria Malang). *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Marbun, G. (2011). Perbedaan Coping Stress Pada Pria Dan Wanita Dalam Pernikahan. *Skripsi*. Fakultas Kedokteran Program Studi Psikologi Universitas Sumatera Utara
- Novita Sari, Herly., Joefiani, Poeti., Siswadi, Ahmad Gimmy Prathama. (2011). Pelatihan Meningkatkan Empati Melalui Psikoedukasi Kepada Pelaku Bullying Sebagai

- Upaya Untuk Mengurangi Bullying Di Sekolah Menengah Pertama. Tesis. Magister Profesi Psikologi Universitas Padjadjaran
- Rosmaharani, Shanti., Wihastuti, Titin Andri., Supriati, Lilik. (2015). Pengaruh Psikoedukasi Keluarga Terhadap Perubahan Tingkat Kecemasan Dan Persepsi Beban Keluarga Merawat Anak Dengan Retardasi Mental di SDLB Negeri Kabupaten Jombang. *The Indonesian Journal Of Health Science*, Vol. 5, No. 2. Hal 213-221
- Roudhoh, Siti. (2011). Psikoedukasi: Intervensi Rehabilitasi Dan Prevensi. Tesis. Magister Profesi Psikologi Universitas Padjadjaran
- Riskinayasari, Gilda. (2015). Kenakalan Remaja Ditinjau Dari Konsep Diri Dan Jenis Kelamin. *Naskah publikasi Fakultas Psikologi*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Ryff, Carol D. (2013). Psychological Well-Being Revisited: Advances in the Science and Practice of Eudaimonia. *Psychother Psychosom*;83:10–28
- Sriyanto., Abdulkarim, Aim., Zainul, Asmawi., Maryani, Enok. (2014). Perilaku Asertif dan Kecenderungan Kenakalan Remaja Berdasarkan Pola Asuh dan Peran Media Massa. *Jurnal Psikologi Volume 41, No. 1, Juni 2014: 74 – 88*
- Sarwono, Sarlito. (2007). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Santrock, J.W., (2002). *Life Span Development Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta: Erlangga
- Sari, Ariej Novita. (2013). Pengaruh Perhatian Orang Tua dan Self Esteem terhadap Kenakalan Remaja di SMPN 1 Candi Sidoarjo. *Skripsi*. Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Suryabrata. (2014). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Rajawali Pers
- Unayah, Nunung., Sabarisman, Muslim. (2015). Fenomena Kenakalan Remaja Dan Kriminalitas (The Phenomenon Of Juvenile Delinquency And Criminality). *Sosio Informa Vol. 1, No. 02 hal.121-140*.