

Psikoedukasi Mengurangi Perilaku Kenakalan Remaja pada Siswa di Sanggar Kegiatan Belajar Kota X

Moch Fatkur Rozy¹, Herlan Pratikto², Tatik Imadatus Sa'adati³

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Indonesia¹⁻³

Corresponding email: mochefatkurrozy@surel.untag-sby.ac.id

ARTICLE INFO

Article

History

Received : 2026-02-26

Revised : 2026-03-11

Accepted : 2026-03-16

Keywords

Adjustment Psychoeducation

Cognitive Restructuring

Juvenile Delinquency

Nonformal Education

ABSTRACT

Juvenile delinquency is a psychosocial problem commonly emerging during adolescence and significantly affecting educational continuity and psychological well-being. This study aimed to explore the psychological dynamics of juvenile delinquency among students at a nonformal education center (Sanggar Kegiatan Belajar/SKB) in City X and to evaluate the effectiveness of a community-based psychological intervention. The assessment employed interviews, delinquency questionnaires, the Forer Sentence Completion Test (FSCT), and Focus Group Discussions (FGD) involving students, teachers, and parents. The findings revealed maladaptive thinking patterns, emotional instability, and impaired social functioning influenced by individual, family, and school-related factors. A group-based psychoeducational intervention incorporating cognitive restructuring, self-identity strengthening, and interpersonal skills training was conducted across three sessions. Evaluation results indicated improvements in emotional regulation, self-acceptance, communication skills, and adaptive decision-making. However, sustained behavioral recovery requires continuous support from families, schools, and the broader community to maintain long-term positive outcome.

Introduction

Kenakalan remaja merupakan masalah psikososial yang sering muncul pada masa transisi perkembangan, khususnya ketika individu mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri terhadap tuntutan sosial, akademik, dan moral. Pada masa ini, remaja berada pada fase pencarian identitas diri, di mana ketidakstabilan emosi, kontrol diri yang belum matang, serta tekanan lingkungan dapat mendorong munculnya perilaku menyimpang (Steinberg, 2017). Berbagai studi menunjukkan bahwa perilaku seperti membolos, melawan otoritas, penggunaan zat, hingga keterlibatan dalam kekerasan merupakan manifestasi dari kegagalan penyesuaian diri remaja terhadap sistem sosial yang berlaku (Moffitt, 2018).

Kondisi tersebut tercermin pada kelompok siswa di Sanggar Kegiatan Belajar (SKB) Kota X, sebuah satuan pendidikan nonformal di wilayah perkotaan yang sedang

berkembang di Jawa Timur. Siswa yang menjadi sasaran layanan psikologi merupakan remaja yang sebelumnya bersekolah di sekolah formal, namun harus berpindah akibat keterlibatan dalam berbagai bentuk kenakalan remaja, seperti pelanggaran disiplin, perlawanan terhadap guru, perilaku seksual berisiko, penggunaan alkohol dan rokok, pencurian, perkelahian, serta perusakan fasilitas umum. Data yang diperoleh melalui wawancara dengan guru, orang tua, siswa, serta diskusi kelompok terfokus menunjukkan bahwa perilaku menyimpang ini mulai berkembang secara konsisten sejak sekitar satu tahun terakhir dan berdampak pada keberlanjutan pendidikan serta kesejahteraan psikologis siswa.

Secara psikologis, kondisi siswa menunjukkan adanya tekanan emosional yang ditandai oleh kebingungan, rasa takut, serta ketidakpastian terhadap masa depan setelah berpindah ke jalur pendidikan nonformal. Keadaan ini mengindikasikan adanya masalah penyesuaian diri yang bersumber tidak hanya dari faktor eksternal, tetapi juga dari konflik interpersonal dan intrapersonal yang tidak terselesaikan. Hal ini sejalan dengan teori perkembangan Hurlock (1999) yang menyatakan bahwa masa remaja merupakan periode penting dan penuh perubahan, di mana individu belum sepenuhnya matang secara emosional meskipun telah berkembang secara fisik. Penelitian mutakhir juga menguatkan bahwa kesulitan regulasi emosi dan rendahnya dukungan sosial menjadi faktor risiko utama munculnya kenakalan remaja dan distress psikologis (Lansford et al., 2019; Yap et al., 2018).

Selain faktor individual, lingkungan keluarga dan sekolah berperan signifikan dalam membentuk perilaku remaja. Keluarga sebagai lingkungan primer memiliki pengaruh besar terhadap perkembangan kontrol diri, nilai moral, dan kemampuan sosial remaja (Hoeve et al., 2018). Ketika pola pengasuhan kurang suportif dan iklim sekolah tidak mampu memberikan rasa aman, remaja cenderung mencari kompensasi melalui perilaku menyimpang. Dalam konteks ini, SKB sebagai lembaga pendidikan nonformal memiliki peran strategis tidak hanya sebagai penyedia layanan pendidikan alternatif, tetapi juga sebagai ruang intervensi psikologis untuk membantu remaja membangun kembali penyesuaian diri, regulasi emosi, dan arah perkembangan yang adaptif (UNESCO, 2020). Oleh karena itu, layanan psikologi berbasis kasus pada siswa SKB Kota X menjadi penting untuk memahami dinamika kenakalan remaja sekaligus merancang intervensi yang tepat sasaran.

Method

Desain Penelitian

Asesmen komunitas ini bertujuan untuk memperoleh pemahaman mendalam mengenai kondisi psikologis, perilaku, serta faktor-faktor yang melatarbelakangi munculnya kenakalan remaja pada siswa di SKB Kota X. Proses asesmen difokuskan pada identifikasi faktor penyebab kenakalan yang menyebabkan siswa dikeluarkan atau dipindahkan dari sekolah formal ke jalur pendidikan nonformal. Melalui asesmen ini diharapkan diperoleh gambaran komprehensif mengenai pola pikir, dinamika emosional, hubungan sosial, serta pengaruh lingkungan keluarga dan sekolah terhadap pembentukan

perilaku menyimpang. Asesmen dilakukan di lingkungan SKB sebagai setting layanan yang aman dan suportif, sehingga siswa dapat mengekspresikan pengalaman, perasaan, dan pandangan mereka secara lebih terbuka.

Analisis Data

Metode asesmen yang digunakan meliputi wawancara, kuesioner, tes psikologis, dan diskusi kelompok terfokus. Wawancara dilakukan secara sistematis untuk menggali bentuk kenakalan, faktor penyebab, serta dampak yang dialami siswa selama berada di sekolah formal sebelumnya. Kuesioner kenakalan remaja digunakan untuk mengukur tingkat dan jenis perilaku menyimpang serta faktor-faktor yang memengaruhinya. Selain itu, Forer Sentence Completion Test (FSCT) digunakan untuk mengungkap dinamika interpersonal, konflik batin, serta sikap sosial-emosional siswa yang berkaitan dengan perilaku kenakalan. Focus Group Discussion (FGD) dilaksanakan bersama guru dan orang tua untuk menggali pandangan, pengalaman, serta persepsi mereka terhadap perilaku kenakalan remaja, termasuk dampaknya terhadap perkembangan sosial-emosional siswa dan upaya pencegahan serta penanganan yang telah dilakukan. Kombinasi metode ini digunakan untuk memperoleh data yang holistik sehingga dapat menjadi dasar perencanaan intervensi yang tepat dan berkelanjutan.

Results

Hasil Asesmen

Asesment dilakukan pada sekitar 34 siswa kepada siswa paket A sampai C di SKB Kota Kediri, tes yang digunakan FGD dengan guru disekolah, kuesioner, FSCT dan FGD dengan orang tua, siswa dan interview beberapa siswa dan guru BK disekolah sebelumnya.

Tabel 1.
Pelaksanaan Asesmen

Waktu pelaksanaan	Durasi	Jenis Asesmen	Sasaran	Tempat dan Metode
10 September 2025	90 menit	Wawancara	Guru sekolah	Sekolah SKB (offline)
16 September 2025	90 menit	FSCT	Siswa	Sekolah SKB (offline)
24 September 2025	30 menit	Skala kenakalan remaja	Siswa	Sekolah SKB (offline)
9 Oktober 2025	120 menit	FGD	Guru dan siswa	Sekolah SKB (offline)
16 Oktober 2025	120 menit	FGD	Orang tua	Sekolah SKB (offline)
31 Oktober 2025	30 menit	Interview	Guru sekolah lama	Sekolah SKB (offline)

1. Observasi

Sebagian besar anak-anak menunjukkan tanda-tanda kurang motivasi belajar, mereka sering datang terlambat datang ke sekolah dan berbicara saat guru menjelaskan. Pada waktu istirahat, beberapa siswa lebih memilih berkumpul jauh dari area sekolah yang tidak ada pengawasan dari guru. Dalam situasi tersebut terlihat ada perilaku siswa yang

merokok dan bercanda secara berlebihan dengan kalimat yang kurang baik. Beberapa siswa perempuan juga berkelompok dan menggunakan sosial media seperti Instagram dan Tik-tok untuk live kegiatan atau membuat video yang mengikuti trend saat ini.

2. Wawancara

Hasil wawancara dan *Focus Group Discussion* (FGD) dengan siswa menunjukkan adanya dinamika emosional yang kompleks terkait pengalaman kenakalan remaja yang mereka alami. Sebagian siswa mengungkapkan rasa bersalah atas perilaku yang telah dilakukan, sementara yang lain menunjukkan kemarahan dan kekecewaan terhadap kondisi keluarga yang dirasa kurang memberikan dukungan emosional. Beberapa siswa menggunakan humor sebagai mekanisme pertahanan untuk menutupi rasa tidak nyaman, namun di sisi lain, sebagian besar siswa merasa lega ketika menyadari bahwa mereka tidak sendirian dalam mengalami permasalahan tersebut. Tekanan teman sebaya muncul sebagai faktor dominan yang mendorong kenakalan, di mana siswa melakukan perilaku menyimpang untuk mendapatkan penerimaan sosial atau sebagai bentuk pelampiasan emosional sementara. Lingkungan tempat tinggal yang permisif terhadap perilaku menyimpang turut memperkuat anggapan bahwa tindakan tersebut adalah hal yang wajar, meskipun siswa menyadari adanya kesulitan besar untuk berubah karena masih berada dalam lingkungan pergaulan yang sama.

FGD dengan guru SKB mengungkapkan bahwa kenakalan remaja semakin sering ditemui dan tidak lagi terbatas pada pelanggaran disiplin ringan. Guru menyoroti bahwa banyak siswa mengalami tekanan emosional tersembunyi yang bersumber dari masalah keluarga, tuntutan akademik, dan pengaruh lingkungan sosial. Para guru juga mengamati menurunnya kemampuan regulasi emosi siswa, sehingga ketika menghadapi konflik atau masalah, siswa cenderung bereaksi secara impulsif. Meskipun demikian, guru menunjukkan sikap positif dan komitmen untuk terlibat lebih aktif dalam pembinaan karakter siswa. Mereka menekankan pentingnya penguatan peran sekolah melalui pendekatan psikologis dan pelatihan konseling dasar agar guru mampu merespons perilaku kenakalan siswa secara lebih empatik dan konstruktif.

Wawancara dengan guru Bimbingan Konseling di sekolah formal sebelumnya mengungkap bahwa pola kenakalan remaja saat ini telah menyentuh dimensi yang lebih kompleks, meliputi aspek emosional, relasional, dan keluarga. Kasus-kasus berat seperti pergaulan bebas hingga kehamilan di luar nikah menggambarkan kondisi psikologis siswa yang sangat rentan, ditandai dengan penarikan diri, ketakutan, kebingungan, serta ketidakmampuan mengambil keputusan secara matang. Dalam situasi tersebut, guru BK berperan sebagai pendamping emosional sekaligus mediator antara siswa, keluarga, dan sekolah. Penanganan kasus tidak hanya bersifat administratif, tetapi memerlukan pendampingan jangka panjang untuk memulihkan konsep diri, kepercayaan diri, dan arah masa depan siswa melalui kerja sama lintas pihak.

Pandangan kepala sekolah sekaligus kepala bidang pendidikan nonformal memperkuat temuan bahwa kenakalan remaja merupakan akumulasi dari tekanan emosional, ekonomi, dan kurangnya dukungan keluarga. Sebagian besar siswa yang

masuk ke jalur pendidikan nonformal berasal dari latar belakang keluarga yang kompleks dan lingkungan yang penuh konflik. Dalam kondisi ini, sekolah nonformal menjadi ruang alternatif untuk membangun kembali rasa aman dan struktur kehidupan siswa, meskipun keterbatasan pengawasan di luar jam belajar masih menjadi tantangan. Upaya pembinaan karakter dan pengembangan keterampilan hidup seperti kewirausahaan, seni, olahraga, dan pelatihan vokasional dipandang sebagai strategi penting untuk membantu siswa menemukan tujuan hidup yang positif. Temuan ini diperkuat oleh wawancara dengan orang tua, yang mengungkap adanya renggangnya komunikasi dalam keluarga, lemahnya pengawasan, serta dominasi pengaruh teman sebaya dalam kehidupan anak. Orang tua menekankan pentingnya keharmonisan keluarga, komunikasi terbuka, dan keterlibatan aktif dalam kehidupan remaja sebagai langkah pencegahan utama terhadap kenakalan remaja.

3. Tes FSCT

Hasil tes menunjukkan adanya permasalahan signifikan pada aspek relasi dengan orang tua, harapan terhadap orang tua, ketakutan akan kegagalan, serta persepsi terhadap kemampuan diri siswa. Siswa mengungkapkan kurangnya kasih sayang, perhatian, dan dukungan emosional dari orang tua, yang memengaruhi rasa aman dan kepercayaan diri mereka. Selain itu, muncul ketakutan akan kegagalan dan perasaan tidak mampu dalam mencapai harapan pribadi maupun harapan orang tua, yang dipengaruhi oleh perilaku menyimpang yang pernah dilakukan serta berbagai kendala lingkungan. Di sisi lain, siswa juga menunjukkan kecenderungan menyalahkan diri setelah melakukan kenakalan remaja yang tergolong berat, ditandai dengan rasa penyesalan dan kesadaran akan kesalahan yang telah diperbuat, disertai munculnya harapan untuk memperbaiki diri dan menata kembali masa depan. Data ini diperoleh melalui hasil *Forer Sentence Completion Test* (FSCT) dan probing mendalam pada siswa.

4. Skala Kenakalan Remaja

Sebagian besar siswa menunjukkan kecenderungan pada kenakalan kategori ringan hingga sedang ke berat, seperti sering terlambat masuk sekolah, membolos saat jam pelajaran, serta kurangnya ketaatan terhadap instruksi guru. Selain itu, perilaku seperti berkata kasar, mengejek teman, melakukan tindakan provokatif, hingga terlibat dalam konflik kecil antar siswa juga cukup banyak ditemukan dan pacaran berlebihan sampai hamil. Dari sisi psikologis, hasil skala juga menggambarkan bahwa kenakalan yang muncul dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti kurang stabilnya kontrol diri siswa, rendahnya regulasi emosi, serta kuatnya tekanan atau ajakan dari teman sebaya. Lingkungan keluarga yang minim pengawasan, pola komunikasi orang tua dan anak yang terbatas, serta dinamika pergaulan yang tidak sehat turut berkontribusi pada munculnya perilaku tersebut.

5. Interpretasi Data

Berdasarkan data yang diperoleh, dapat disimpulkan bahwa siswa yang melakukan kenakan remaja menunjukkan adanya pengaruh kuat dari lingkungan sosial maupun teman dan pola asuh orang tua yang kurang memberikan perhatian, mengontrol dan dukungan emosional yang memadai. Kondisi tersebut berdampak pada perkembangan kontrol diri yang lemah, sehingga mereka cenderung mudah terpengaruh oleh teman sebaya, lingkungan negatif dan dorongan emosional yang tidak terkelola dengan baik. Selain itu ketidakmampuan orang tua dalam melakukan kontrol perilaku anak dan mengelola komunikasi yang terbuka turut membuat buruk kondisi psikologis anak. Lingkungan sosial dan teman sebaya turut berperan penting dalam memperkuat perilaku kenakalan dan sering menjadi model pengaruh bagi siswa yang sedang mencari jati diri.

6. Deskripsi Permasalahan Psikologis

Komunitas ini menunjukkan kenakalan remaja yang ringan sampai berat, disebabkan karena faktor lingkungan sosial, keluarga, dinamika emosional kepribadian. Secara umum permasalahan yang telah dilakukan siswa menunjukkan bahwa adanya kesulitan dalam melakukan kontrol diri dan pola asuh orang tua. Bahkan beberapa siswa yang telah melakukan kenakalan remaja mengalami permasalahan psikologis yang membutuhkan dukungan dari orang tua dan lingkungan, sebagian siswa lainnya masih bisa menjalani kehidupan pada umumnya.

Asesment ini dilakukan dalam aspek emosional, sosial dan perilaku. Sumber permasalahan dapat ditelusuri dari kurangnya perhatian dari orang tua, lemahnya pengawasan serta pembentukan nilai moral dan pengaruh lingkungan sosial yang negatif. Ketidakseimbangan dalam faktor-faktor tersebut menimbulkan kesulitan bagi anak dalam mengembangkan kepribadian yang sehat, mengelola emosi dan menyesuaikan diri dengan tuntutan sosial yang positif.

Dinamika Psikologis/Konseptualisasi Kasus

Sebagian besar siswa dalam kelompok ini memperlihatkan pola perkembangan psikologis yang ditandai oleh impulsivitas tinggi, rendahnya kontrol diri, serta ketidakstabilan emosi dalam menghadapi tuntutan sosial dan akademik. Mereka cenderung bertindak berdasarkan dorongan sesaat tanpa mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang, terutama dalam situasi yang melibatkan tekanan emosional atau pengaruh lingkungan. Pola ini terbentuk secara bertahap akibat kurangnya dukungan emosional dan pengasuhan yang konsisten sejak dini. Minimnya perhatian, kasih sayang, serta bimbingan moral dari orang tua menyebabkan siswa tumbuh dengan rasa tidak aman, kesulitan mengenali dan mengelola emosi, serta rendahnya kemampuan pengendalian diri dalam menghadapi situasi sosial yang menantang.

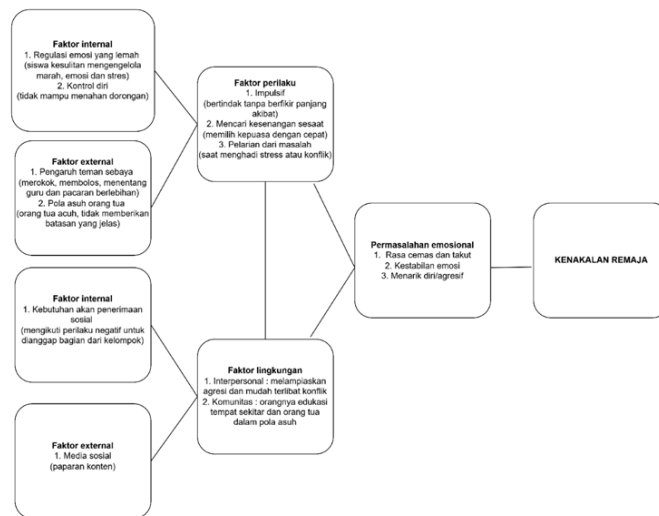
Dari sisi karakteristik individual, meskipun setiap siswa memiliki latar belakang yang berbeda, mereka menunjukkan kesamaan dalam pola psikologis yang rentan terhadap kenakalan. Rendahnya kontrol diri membuat siswa mudah tergoda untuk melanggar aturan, sulit menunda kepuasan, serta cepat melampiaskan emosi negatif. Pola asuh

orang tua yang cenderung permisif, acuh, atau tidak hadir secara emosional memperkuat kondisi ini, karena siswa tidak memperoleh model perilaku yang sehat maupun batasan yang jelas. Pada saat yang sama, kebutuhan akan penerimaan sosial menjadi kebutuhan emosional yang dominan. Ketakutan akan penolakan membuat remaja berusaha menyesuaikan diri secara ekstrem terhadap kelompok teman sebaya, bahkan jika hal tersebut bertentangan dengan nilai dan norma pribadi yang sebenarnya mereka pahami.

Peran teman sebaya menjadi mekanisme utama yang memperkuat perilaku kenakalan dalam kelompok ini. Lingkaran pertemanan tidak hanya membentuk pola perilaku, tetapi juga memengaruhi cara berpikir dan menilai benar-salah. Tekanan kelompok membuat siswa sulit menolak ajakan untuk melakukan perilaku berisiko, terutama karena kematangan emosional dan kognitif mereka belum optimal. Setelah perilaku dilakukan, siswa sering kali merasakan penyesalan, rasa bersalah, dan kecemasan, namun keterikatan sosial dengan kelompok membuat mereka kembali mengulang perilaku yang sama. Hal ini menciptakan siklus berulang antara dorongan emosional, penerimaan sosial sementara, dan penyesalan yang tidak terselesaikan.

Dalam proses pemulihan melalui kegiatan kelompok di SKB, dinamika yang muncul menunjukkan dua pola utama. Kelompok pertama terdiri dari siswa yang mulai memiliki kesadaran terhadap kesalahan yang telah dilakukan dan menunjukkan motivasi untuk berubah. Mereka lebih terbuka dalam berbagi pengalaman, mampu merefleksikan perilaku, serta membangun interaksi yang didasarkan pada empati dan dukungan timbal balik. Sementara itu, kelompok kedua menunjukkan sikap tertutup, canggung, dan defensif, yang dipengaruhi oleh rasa malu, bersalah, dan ketakutan akan penilaian sosial. Meskipun awalnya pasif, kelompok ini secara bertahap mulai menunjukkan keterbukaan seiring terciptanya rasa aman dalam kelompok dan adanya dukungan dari teman sebaya yang lebih siap berubah. Proses ini menunjukkan bahwa dinamika kelompok memiliki peran penting sebagai ruang pemulihan psikologis, pembelajaran sosial, dan pembentukan kembali kontrol diri serta arah perilaku yang lebih adaptif.

Secara keseluruhan, dinamika psikologis kelompok siswa yang melakukan kenakalan remaja ini menggambarkan interaksi yang cukup kompleks antara karakteristik psikologis individu satu dan dinamika sosial dalam kegiatan disekolah. Perilaku kenakalan remaja yang dilakukan oleh siswa menyebabkan perubahan psikologis seperti beberapa siswa menarik diri, perubahan dalam perilaku dan kontrol diri yang rendah. Pemahaman yang lebih mendalam mengenai proses teori ekologi perkembangan anak yang diterapkan ini sangat penting dalam membangun konsep diri yang ada didalam dirinya.



Gambar 1. Dinamika Psikologis/Konseptualisasi Kasus

Teori yang Relevan

Teori ekologi perkembangan anak diperkenalkan oleh Uri Bronfenbrenner (1986), seorang ahli psikologi dari Cornell University Amerika Serikat, yang memandang bahwa perkembangan manusia dipengaruhi oleh konteks lingkungan melalui hubungan timbal balik antara individu dan lingkungannya. Teori ini menekankan bahwa perilaku individu terbentuk dari interaksi berbagai lapisan lingkungan yang saling memengaruhi. Informasi mengenai lingkungan tempat tinggal anak digunakan untuk menggambarkan, mengorganisasi, dan mengklarifikasi pengaruh lingkungan yang bervariasi terhadap perkembangan individu. Dalam pandangan ini, perkembangan anak tidak dapat dipahami secara terpisah dari sistem lingkungan sosial di sekitarnya.

Menurut teori ekologi, perkembangan anak dipengaruhi oleh tiga sistem lingkungan utama, yaitu mikrosistem, eksosistem, dan makrosistem (Bronfenbrenner, 1998). Mikrosistem merupakan lingkungan terdekat tempat individu berinteraksi secara langsung, meliputi keluarga, teman sebaya, sekolah, dan lingkungan tempat tinggal (Bronfenbrenner, 1994). Lingkungan ini memiliki peran penting dalam membentuk hubungan interpersonal dan pengalaman sosial anak, terutama pada masa anak hingga remaja. Subsistem keluarga, khususnya orang tua, merupakan agen sosialisasi utama yang berpengaruh besar dalam pembentukan karakter anak. Eksosistem merupakan lingkungan yang tidak melibatkan anak secara langsung namun memberikan pengaruh signifikan terhadap perkembangan, seperti lingkungan kerja orang tua, kebijakan sekolah, media, serta keluarga besar. Sementara itu, makrosistem merupakan lapisan terluar yang mencakup ideologi negara, hukum, agama, budaya, tradisi, dan nilai-nilai sosial yang diwariskan antargenerasi (Berk, 2000), yang secara tidak langsung membentuk pola perilaku dan karakter anak.

Kenakalan remaja dipahami sebagai perilaku menyimpang yang muncul akibat pengabaian sosial dan kegagalan lingkungan dalam menjalankan fungsi pengawasan dan pembinaan, sehingga remaja mengembangkan perilaku yang tidak dapat diterima secara

sosial hingga tindakan kriminal (Karlin, 2020). Kenakalan remaja mencakup berbagai bentuk perilaku, mulai dari pelanggaran norma sosial, pelanggaran status sebagai pelajar, hingga tindakan yang menimbulkan korban fisik maupun materi. Peran keluarga yang terbuka, hangat, dan suportif menjadi faktor penting dalam membentuk sikap dan perilaku adaptif anak, namun keluarga bukan satu-satunya faktor penentu. Lingkungan sekolah dan masyarakat juga memiliki peran besar sebagai pengontrol sosial, meskipun dalam praktiknya masyarakat cenderung bersikap permisif terhadap perilaku menyimpang remaja. Hal ini sejalan dengan pandangan Jensen, L.C (1985) yang menjelaskan kenakalan remaja melalui teori sosiogenik, psikogenik, dan biogenik, serta pengelompokan kenakalan remaja ke dalam empat jenis utama sebagaimana dijelaskan Jensen (Sarwono, 2002).

Identifikasi dan Kesimpulan Masalah

Hasil identifikasi masalah menunjukkan bahwa siswa dalam kelompok ini mengalami berbagai permasalahan psikologis yang saling berkaitan, terutama tindakan impulsif, ketidakstabilan emosi, krisis identitas, dan kesulitan dalam membangun hubungan sosial yang sehat. Siswa cenderung bertindak secara spontan tanpa mempertimbangkan konsekuensi, terutama ketika berada dalam kondisi emosional tertentu, sehingga memunculkan perilaku yang bertentangan dengan norma sekolah dan sosial. Ledakan emosi yang muncul secara tiba-tiba mencerminkan keterbatasan kemampuan dalam mengekspresikan dan mengelola perasaan secara adaptif. Selain itu, siswa menunjukkan kebingungan dalam memahami jati diri, nilai, dan peran sosial, sehingga mereka lebih mudah menyesuaikan diri dengan kelompok demi memperoleh pengakuan, meskipun bertentangan dengan nilai pribadi. Kesulitan dalam komunikasi dan pemahaman emosi orang lain juga memperkuat terjadinya konflik interpersonal serta hambatan dalam penyesuaian sosial.

Berdasarkan hasil asesmen tersebut, kelompok ini memiliki kebutuhan pengembangan psikologis yang mendalam, khususnya dalam aspek intrapersonal dan interpersonal. Kebutuhan utama meliputi pengembangan regulasi emosi agar siswa mampu mengenali pemicu emosi dan mencegah perilaku maladaptif, penguatan identitas diri untuk membangun citra diri yang positif dan realistis, serta peningkatan keterampilan sosial dan interpersonal agar siswa mampu berkomunikasi secara efektif dan membangun hubungan yang sehat. Secara keseluruhan, permasalahan yang dialami tidak hanya berdampak pada individu, tetapi juga memengaruhi dinamika kelompok, terutama dalam hal interaksi sosial dan kohesi antaranggota. Oleh karena itu, intervensi psikologis yang berfokus pada perbaikan hubungan intrapersonal dan interpersonal menjadi kebutuhan utama untuk membangun kembali rasa aman, keterhubungan, dan keberfungsian sosial siswa dalam komunitas ini.

Intervensi

Intervensi yang dirancang merupakan program psikoedukasi berbasis teknik restrukturisasi kognitif yang dilaksanakan di sekolah SKB Kota Kediri sebagai upaya

pembinaan psikologis terhadap remaja yang terlibat dalam kenakalan remaja. Intervensi ini tidak hanya berfokus pada pengurangan perilaku bermasalah, tetapi juga pada proses pengenalan diri, pemahaman dampak perilaku, pengembangan keterampilan pengelolaan emosi, serta penumbuhan komitmen untuk berubah. Melalui pendekatan kelompok, siswa diarahkan untuk merefleksikan pengalaman hidupnya, mengidentifikasi faktor pemicu kenakalan, serta membangun pola perilaku yang lebih adaptif di lingkungan sekolah, keluarga, dan masyarakat.

Pemilihan teknik restrukturisasi kognitif didasarkan pada asumsi bahwa perilaku dan emosi maladaptif dipengaruhi oleh pola pikir yang tidak rasional (Cormier & Cormier dalam Nursalim, 2005). Dalam konteks kenakalan remaja, siswa cenderung memiliki distorsi kognitif seperti merasa tidak berharga, tidak dipahami, atau tidak mampu berubah, yang kemudian mendorong munculnya emosi negatif dan tindakan impulsif. Oleh karena itu, intervensi ini menekankan hubungan pikiran–perasaan–perilaku, sehingga siswa dilatih untuk mengenali, menantang, dan mengganti pikiran negatif dengan pemikiran yang lebih rasional dan konstruktif. Tujuan utama intervensi adalah membantu siswa mengembangkan kontrol diri, mengelola emosi secara sehat, serta membangun komitmen untuk berperilaku positif.

Target perubahan intervensi mencakup aspek kognitif, afektif, dan perilaku. Pada aspek kognitif, siswa diharapkan mampu mengidentifikasi serta mengganti pikiran irasional yang mendasari kenakalan. Pada aspek afektif, intervensi bertujuan menurunkan emosi negatif seperti marah, kecewa, dan tidak berdaya, sekaligus meningkatkan motivasi untuk memperbaiki diri. Pada aspek perilaku, diharapkan terjadi penurunan frekuensi kenakalan, peningkatan kontrol impuls, kemampuan mengambil keputusan rasional, serta keberanian menolak ajakan negatif dari teman sebaya. Kelompok sasaran adalah siswa remaja Paket B dan C yang berada dalam fase pencarian jati diri, mengalami fluktuasi emosi, serta memiliki kontrol diri yang rendah.

Intervensi dilaksanakan dengan mempertimbangkan konteks ekologi perkembangan remaja berdasarkan teori Bronfenbrenner, yang melibatkan mikrosistem (orang tua, guru, teman sebaya), mesosistem (hubungan antar lingkungan seperti orang tua–guru dan sekolah–komunitas), serta eksosistem (kebijakan lingkungan, media, dan pemerintah daerah). Pendekatan ini menegaskan bahwa perubahan perilaku siswa tidak hanya bergantung pada individu, tetapi juga dipengaruhi oleh sistem sosial di sekitarnya, sehingga dukungan lingkungan menjadi bagian penting dari keberhasilan intervensi.

Prosedur intervensi meliputi tahap penilaian awal, pembangunan hubungan terapeutik, psikoedukasi, pelatihan restrukturisasi kognitif, penguatan tanggung jawab dan empati sosial, serta evaluasi dan tindak lanjut. Evaluasi dilakukan melalui wawancara, FGD, observasi keaktifan siswa, serta pemantauan perubahan pola pikir dan perilaku pascaintervensi. Dengan pendekatan bertahap dan sistematis ini, intervensi diharapkan mampu membantu siswa membangun pemahaman diri yang lebih sehat, meningkatkan kemampuan regulasi emosi, serta memperkuat kesiapan mereka untuk menjalani kehidupan sosial yang lebih adaptif.

Proses / Pelaksanaan

1. Waktu Pelaksanaan

Intervensi dilaksanakan dalam tiga sesi, masing-masing berdurasi 100–120 menit, dengan sasaran siswa remaja Paket B dan C berusia 12–20 tahun. Sesi pertama dilaksanakan pada 17 November 2025, sesi kedua pada 18 November 2025, dan sesi ketiga pada 24 November 2025. Seluruh kegiatan berlangsung di ruang kelas Paket A SKB Kota Kediri dengan pendekatan psikoedukasi kelompok berbasis restrukturisasi kognitif, yang dirancang secara bertahap dari pengenalan diri hingga penguatan keterampilan sosial.

2. Pertemuan Pertama

Sesi pertama difokuskan pada pembentukan rasa aman kelompok dan pengenalan konsep dasar kenakalan remaja serta hubungan pikiran–perasaan–perilaku. Kegiatan meliputi ice breaking, penyusunan kesepakatan kelompok, psikoedukasi tentang kenakalan remaja, serta latihan mengenali pikiran negatif melalui teknik “tangkap pikiran negatif”. Pada tahap ini, siswa mulai menyadari pola pikir irasional yang mendorong perilaku impulsif. Respon siswa menunjukkan munculnya emosi seperti malu, takut, dan penyesalan, serta peningkatan insight terhadap faktor internal dan eksternal yang memicu kenakalan. Tujuan sesi pertama tercapai melalui meningkatnya kesadaran diri dan keterbukaan siswa dalam diskusi kelompok.

3. Pertemuan Kedua

Sesi kedua berfokus pada penguatan identitas diri melalui psikoedukasi dan latihan “pohon diriku” yang membantu siswa mengenali nilai hidup, kemampuan, dan pengalaman positif. Pada awal sesi, siswa masih menunjukkan sikap pasif dan canggung, namun secara bertahap menjadi lebih terbuka setelah merasakan penerimaan dalam kelompok. Kegiatan ini mendorong siswa merefleksikan potensi diri yang selama ini tertutupi oleh perilaku kenakalan, serta menggantikan pola pikir negatif dengan pernyataan yang lebih realistis dan positif. Hasil sesi menunjukkan peningkatan kepercayaan diri, motivasi untuk berubah, serta kemampuan menerima masa lalu tanpa menghakimi diri secara berlebihan.

4. Pertemuan Ketiga

Sesi ketiga difokuskan pada pengembangan keterampilan sosial dan interpersonal, seperti komunikasi asertif, empati, kerjasama, dan penolakan terhadap ajakan negatif teman sebaya. Melalui diskusi kelompok kecil dan latihan roleplay, siswa mempraktikkan langsung cara menyelesaikan konflik dan berinteraksi secara sehat. Respon siswa menunjukkan peningkatan kemampuan mengontrol emosi, menyampaikan pendapat secara sopan, serta menghargai perbedaan. Pada sesi penutup, refleksi dan post-test menunjukkan adanya perubahan positif dalam pola interaksi sosial, meningkatnya kepercayaan diri, serta kesiapan siswa untuk menerapkan keterampilan yang telah dipelajari secara mandiri.

Discussion

Evaluasi prosedur pelaksanaan menunjukkan bahwa intervensi berjalan sesuai dengan rencana dengan beberapa penyesuaian kecil berdasarkan kebutuhan dan dinamika psikologis siswa. Penyampaian materi disesuaikan dengan tingkat kenyamanan siswa dalam mengungkapkan pengalaman kenakalan yang berbeda-beda. Dinamika kelompok berkembang secara bertahap selama tiga sesi, dimulai dari interaksi awal yang masih canggung pada pertemuan pertama, sedikit menurun pada sesi kedua akibat ketidakhadiran beberapa siswa, dan kembali meningkat pada sesi ketiga ketika seluruh anggota hadir dan terlibat aktif. Hal ini menunjukkan bahwa kehadiran dan partisipasi penuh anggota kelompok sangat berpengaruh terhadap kualitas interaksi, keterbukaan, serta efektivitas proses psikoedukasi dalam membangun dinamika kelompok yang positif. Evaluasi hasil menunjukkan adanya peningkatan pada kemampuan komunikasi sosial, empati, kerjasama, penerimaan diri, serta munculnya pola pikir yang lebih positif pada sebagian besar siswa. Keterlibatan siswa dalam setiap sesi semakin meningkat, meskipun beberapa siswa masih memerlukan pendampingan lanjutan secara individual. Intervensi juga didukung oleh kolaborasi lintas pihak antara sekolah, orang tua, lembaga pemerintah, dan pihak swasta yang berperan dalam memperkuat pemahaman, menyediakan dukungan, serta membangun sistem rujukan berkelanjutan. Sinergi ini menjadi faktor penting dalam keberhasilan intervensi komunitas, sekaligus menegaskan perlunya tindak lanjut berkesinambungan agar perubahan positif yang dicapai siswa dapat terpelihara dalam jangka panjang.

Conclusion

Berdasarkan hasil asesmen dan intervensi yang telah dilaksanakan, komunitas siswa yang terlibat dalam kenakalan remaja menunjukkan permasalahan utama pada aspek pola pikir yang tidak adaptif, ketidakstabilan emosi, serta perilaku sosial yang bermasalah, yang ditandai dengan distorsi kognitif, kecemasan, rasa malu terpendam, mudah marah, kesulitan mengelola frustrasi, serta hambatan dalam komunikasi dan tanggung jawab sosial. Intervensi berupa psikoedukasi dengan teknik restrukturisasi kognitif, penguatan identitas diri, dan pelatihan keterampilan interpersonal terbukti mampu mendorong perubahan psikologis yang positif, meliputi peningkatan regulasi diri, pemahaman dan penerimaan identitas diri, serta perbaikan perilaku sosial seperti komunikasi asertif, kerja sama, dan pengambilan keputusan yang lebih dewasa. Meskipun hasil evaluasi menunjukkan penurunan pola pikir maladaptif, peningkatan kestabilan emosi, dan berkembangnya perilaku sosial yang lebih sehat, pemulihan perilaku secara optimal tetap memerlukan intervensi berkelanjutan serta dukungan konsisten dari keluarga, sekolah, dan komunitas agar perubahan yang telah dicapai dapat dipertahankan dalam jangka panjang.

References

- Berk, L. E. (2000). *Child development* (5th ed.). Allyn & Bacon.
- Bronfenbrenner, U. (1986). Ecology of the family as a context for human development: Research perspectives. *Developmental Psychology*, 22(6), 723–742. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.22.6.723>
- Bronfenbrenner, U., & Ceci, S. J. (1994). Nature–nurture reconceptualized in developmental perspective: A bioecological model. *Psychological Review*, 101(4), 568–586. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.101.4.568>
- Bronfenbrenner, U., & Morris, P. A. (1998). The ecology of developmental processes. In W. Damon (Ed.), & R. M. Lerner (Vol. Ed.), *Handbook of child psychology: Vol. 1. Theoretical models of human development* (pp. 993–1028). Wiley.
- Hoeve, M., Dubas, J. S., Eichelsheim, V. I., Van der Laan, P. H., Smeenk, W., & Gerris, J. R. M. (2018). The relationship between parenting and delinquency: A meta-analysis. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 46(4), 749–775. <https://doi.org/10.1007/s10802-017-0321-5>
- Hurlock, E. B. (1999). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Erlangga.
- Jensen, L. C. (1985). *Adolescence: Theories, research, and applications*. West Publishing Company.
- Karlina, L. (2020). Fenomena terjadinya kenakalan remaja. *Jurnal Edukasi Nonformal*, 1(1), 147–158.
- Kartono, K. (2014). *Kenakalan remaja*. Rajawali Pers.
- Lansford, J. E., Dodge, K. A., Pettit, G. S., & Bates, J. E. (2019). A public health perspective on school dropout and juvenile delinquency: Developmental pathways and prevention strategies. *Development and Psychopathology*, 31(3), 1113–1126. <https://doi.org/10.1017/S0954579419000617>
- Moffitt, T. E. (2018). Male antisocial behaviour in adolescence and beyond. *Nature Human Behaviour*, 2(3), 177–186. <https://doi.org/10.1038/s41562-018-0309-4>
- Nursalim, M., dkk. (2005). *Strategi konseling*. UNESA University Press.
- Sarwono, S. W. (2002). *Psikologi remaja*. PT Raja Grafindo Persada.
- Sarwono, S. W. (2010). *Psikologi remaja (Edisi revisi)*. PT Raja Grafindo Persada.
- Steinberg, L. (2017). *Adolescence* (11th ed.). McGraw-Hill Education.
- UNESCO. (2020). *Global education monitoring report 2020: Inclusion and education – All means all*. UNESCO Publishing.
- Yap, M. B. H., Allen, N. B., & Sheeber, L. (2018). Using an emotion regulation framework to understand the role of temperament and family processes in risk for adolescent depression. *Clinical Psychology Review*, 64, 1–14. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2018.07.002>