



**MODUL PSIKOLOGI REMAJA
(PSI 301)**

**MODUL PERTEMUAN 6
Permasalahan dan Perilaku Menyimpang pada Remaja**

DISUSUN OLEH:

Aisyah Ratnaningtyas, M. Psi., Psikolog

Universitas
Esa Unggul

UNIVERSITAS ESA UNGGUL

2020

Pada sesi ini, kita akan membahas mengenai permasalahan dan perilaku menyimpang pada remaja. Perkembangan yang ada saat ini, seringkali membandingkan antara remaja jaman sekarang dengan remaja jaman sebelumnya. Apakah ada perbedaan? apakah ada perbedaan karakteristik permasalahan dan perilaku yang menyimpang yang dialami oleh remaja jaman sekaang dibandingkan dengan remaja jaman sebelumnya?. Pada sesi ini akan dijelaskan bagaimana kondisi yang dialami oleh remaja dan permasalahan-permasalahan apa saja yang kemungkinan mereka alami dan faktor-faktornya, perilaku menyimpang apa saja yang sering terjadi pada remaja serta cara mengatasi kenakalan remaja.

Remaja adalah masa depan setiap masyarakat. Inekuitas generasi adalah isu dalam kebijakan sosial yang semakin sering diperdebatkan. Remaja sebagai suatu kelompok umur kurang diperhatikan oleh pemerintah, sehingga banyak remaja masa kini yang tidak mencapai potensi mereka sepenuhnya.

Isu pembahasan mengenai remaja saat ini, terutama jika dikaitkan dengan permasalahan dan perilaku menyimpang yang dialami, misalnya saja remaja saat ini dinilai memiliki lingkungan sosial yang tidak stabil (dibanding remaja jaman dulu), godaan dunia orang dewasa terlalu cepat “diturunkan” pada remaja (obat bius, kekerasan, perilaku seks), serta nilai-nilai sulit diturunkan: e.g. kurangnya *quality time*, kel. “SLJJ”, dan perceraian. Remaja dinilai dari sisi negative yaitu sebagai pribadi pemberontak, masa perlawanan, masa krisis dan masa munculnya patologi pada diri mereka. Sedangkan dari sisi positif, dinilai mampu melakukan evaluasi, pengambilan keputusan, berkomitmen dan mencari-cari posisi di dunia.

Status Remaja Saat Ini. Kebanyakan remaja masa kini berhasil melewati masa anak menuju masa dewasa. Remaja masa kini dalam hal tertentu juga lebih berhasil dibandingkan remaja 10 atau 20 tahun lalu. Akan tetapi, masih banyak remaja yang tidak mendapat kesempatan dan dukungan untuk menjadi orang dewasa yang kompeten. Dalam banyak hal, remaja sekarang dihadapkan pada lingkungan yang tidak begitu stabil daripada 10 atau 20 tahun lalu. Remaja haruslah dilihat sebagai kelompok yang heterogen, karena potret remaja yang berbeda timbul, tergantung dari kelompok remaja yang mana yang digambarkan.

Citra Ideal tentang Remaja dan pesan ambivalen masyarakat terhadap remaja. Masyarakat tampaknya tidak yakin mengenai bagaimana remaja itu seharusnya atau tidak seharusnya bertindak. Pada banyak hal, misalnya kemandirian, seksualitas, hukum dan nilai-nilai, dan pendidikan, orang dewasa mempunyai citra ideal tentang remaja. Tetapi mereka menyampaikan pesan yang ambivalen terhadap remaja yang mungkin menimbulkan masalah bagi remaja. Penelitian mengenai kehidupan remaja menunjukkan kompleksitas perkembangan remaja, karena mungkin tidak ada satu model perkembangan yang bisa sesuai dengan semua remaja. Perhatian khusus sekarang ini terpusat pada konteks dari perkembangan remaja, terutama konteks sosial-budaya dari budaya, etnisitas, dan gender.

Karakteristik Masalah-masalah pada Remaja

Ragam dari masalah-masalah yang dialami oleh remaja itu cukup luas. Variasi dari masalah-masalah tersebut dapat meliputi variasi dalam hal tingkat keparahannya maupun dalam hal seberapa banyak masalah tersebut dialami oleh remaja laki-laki vs remaja perempuan dan dialami oleh kelompok-kelompok social-ekonomi yang berbeda-beda. Ada masalah remaja yang berlangsung singkat, dan ada pula masalah yang berlangsung lama. Seorang remaja berusia 13 tahun mungkin memperlihatkan pola perilaku berulah (acting-out) yang mengganggu di kelas. Ketika beranjak berusia 14 tahun, ia mungkin bisa asertif dan agresif, namun tidak mengganggu lagi. Di usia 16 tahun, ia mungkin memiliki perilaku yang mengganggu di kelas dan telah beberapa kali ditahan karena melakukan sejumlah kenakalan.

Sejumlah masalah mungkin memiliki kecenderungan lebih besar untuk timbul pada suatu tingkat perkembangan tertentu dibandingkan tingkat perkembangan lainnya. Sebagai contoh, rasa takut lebih banyak dialami di masa kanak-kanak pertengahan dan kanak-kanak akhir, dan masalah penyalahgunaan obat lebih banyak dialami di masa remaja. Dalam sebuah studi, depresi, membolos dari sekolah, dan penyalahgunaan obat lebih umum dijumpai pada remaja-remaja yang lebih besar; sementara berdebat, berkelahi, dan berbicara terlalu keras lebih banyak dijumpai pada remaja-remaja yang lebih kecil (Edelbrock dalam Santrock, 2016).

Dalam sebuah penyelidikan berskala besar yang dilakukan oleh Thomas Achenbach dan Craig Edelbrock, ditemukan bahwa remaja-remaja yang berasal dari

social-ekonomi rendah memiliki kecenderungan lebih besar untuk mengalami masalah dibandingkan remaja-remaja yang berasal dari latar belakang social-ekonomi menengah. Sebagian besar masalah yang dialami oleh para remaja yang berasal dari latar belakang social-ekonomi rendah merupakan perilaku eksternalisasi yang tidak terkendali, sebagai contoh, mengganggu kebersamaan orang lain dan berkelahi. Perilaku-perilaku ini juga lebih banyak dijumpai pada remaja laki-laki dibandingkan remaja perempuan. Anak-anak dan remaja yang berasal dari kelompok ini, memiliki lebih banyak masalah dan memperlihatkan kompetensi yang lebih buruk dibandingkan kawan-kawannya yang berasal dari social-ekonomi menengah. Anak-anak dan remaja ini kurang memiliki relasi dengan orang dewasa di rumahnya, memiliki orang tua yang berpisah atau bercerai, tinggal di dalam keluarga yang memperoleh bantuan public. Anak-anak dan remaja yang memperlihatkan eksternalisasi masalah, cenderung berasal dari keluarga yang orang tuanya tidak menikah, berpisah, atau bercerai, maupun keluarga yang memperoleh santunan masyarakat.

Masalah-masalah yang dialami oleh remaja yang berasal dari social-ekonomi menengah dan remaja perempuan lebih sering merupakan perilaku internalisasi, sebagai contoh kecemasan dan depresi. Dalam studi yang dilakukan baru-baru ini, remaja laki-laki Latin yang memiliki relasi yang baik dengan ibunya, cenderung tidak memperlihatkan perilaku eksternalisasi dibandingkan rekannya yang memiliki relasi yang buruk dengan ibunya (Loukas & Prelow dalam Santrock, 2016).

Masalah-masalah perilaku yang sering menyebabkan remaja dirujuk ke klinik untuk menjalani penanganan kesehatan mental adalah masalah-masalah yang berkaitan dengan perasaan tidak bahagia, sedih, atau depresi, dan prestasi sekolah yang buruk.

Masalah-masalah pada Remaja

Ada beberapa masalah-masalah yang dialami oleh remaja, antara lain:

a. Alkohol dan narkoba

Individu tertarik pada obat-obatan karena obat-obatan dapat membantu mereka beradaptasi terhadap lingkungan yang selalu berubah. Merokok, minum-minuman keras dan menggunakan obat dapat mengurangi ketegangan dan frustrasi,

meringankan kebosanan dan keletihan, serta dalam beberapa kasus dapat membantu remaja untuk melarikan diri dari realitas dunia keras.

Dampak yang dialami yaitu adanya *ketergantungan fisik* (kebutuhan fisik terhadap suatu obat yang disertai dengan gejala ketagihan (withdrawl) yang tidak menyenangkan ketika pemakaian obat dihentikan), dan *ketergantungan psikologis* (hasrat yang kuat dan kecanduan untuk mengulangi penggunaan obat karena berbagai alasan emosional seperti dapat menimbulkan perasaan senang dan mengurangi stress).

b. Kenakalan remaja

Kenakalan remaja meliputi semua perilaku yang menyimpang dari norma-norma hukum pidana yang dilakukan oleh remaja. Perilaku tersebut akan merugikan dirinya sendiri dan orang-orang di sekitarnya.

Prediktor-prediktor kenakalan meliputi konflik dengan otoritas (anak muda yang berada di jalur ini dapat memperlihatkan sifat keras kepala kemudian berkembang menjadi sifat menentang dan menghindari otoritas), tindakan terselebung yang bersifat ringan yang diikuti dengan pengrusakan milik orang lain serta tindakan-tindakan yang lebih serius, agresi ringan yang diikuti dengan pertengkaran dan kekerasan, identitas (identitas negative), kendali diri yang rendah, distorsi kognitif (bias egosentris), usia (inisiasi dini), jenis kelamin (laki-laki), harapan untuk memperoleh pendidikan (harapan rendah, komitmen rendah), prestasi sekolah (prestasi rendah di tingkat awal), pengaruh teman sebaya, status social ekonomi (rendah), peran pengasuhan orang tua (kurang pengawasan, dukungan dan penerapan disiplin yang kurang efektif), saudara kandung yang nakal, kualitas lingkungan rumah urban, tingkat kejahatan tinggi).

Untuk Antedennya dapat dilihat di bawah ini.

Anteseden	Hubungan dengan kenakalan	Deskripsi
Konflik otoritas	Tinggi	Anak memperlihatkan sifat keras kepala sebelum berusia 12 tahun, kemudian menentang otoritas.
Tindakan tertutup	Sering	Tindakan tertutup bersifat ringan, seperti berbohong, yang diikuti dengan kerusakan peralatan dan kenakalan yang agak serius, kemudian kenakalan yang serius.
Tindakan agresi yang tertutup	Sering	Agresi ringan diikuti dengan perkelahian dan kekerasan.
Identitas	Identitas negatif	Erikson berpendapat bahwa kenakalan terjadi karena remaja gagal menyelesaikan identitas peran.
Distorsi kognitif	Tinggi	Pikiran-pikiran yang nakal sering kali ditandai oleh berbagai distorsi kognitif (seperti bias egosentris, menyalahkan, memberi label yang salah) yang berkontribusi pada perilaku yang tidak sesuai dengan kurangnya kendali-diri.
Kendali-diri	Rendah	Beberapa anak dan remaja gagal memperoleh kendali yang penting yang seharusnya telah diterima ketika mereka berada dalam proses pertumbuhan.
Usia	Dimulai di usia dini	Munculnya perilaku antisosial di usia dini berhubungan dengan serangan yang serius di usia remaja. Meskipun demikian, tidak semua anak yang berulah akan menjadi nakal.
Jenis kelamin	Laki-laki	Anak laki-laki lebih sering terlibat dalam perilaku antisosial dibandingkan anak perempuan, meskipun anak perempuan lebih sering melarikan diri dari rumah. Anak laki-laki lebih sering terlibat dalam perilaku kekerasan.
Harapan pendidikan dan nilai sekolah	Harapan rendah dan nilai rendah	Remaja yang nakal sering kali memiliki harapan pendidikan dan angka sekolah yang rendah. Kemampuan verbal mereka sering kali rendah.
Pengaruh orang tua	Pengawasan (rendah), dukungan (rendah), disiplin (tidak efektif)	Remaja yang nakal sering kali berasal dari keluarga di mana orang tua jarang mengawasi anaknya, kurang memberikan dukungan, dan menerapkan disiplin yang tidak efektif.
Relasi dengan saudara kandung	Kakak yang nakal	Individu yang memiliki kakak yang nakal cenderung untuk nakal pula.
Pengaruh kawan-kawan sebaya	Pengaruh kuat, resistensi rendah	Memiliki kawan-kawan nakal dapat meningkatkan risiko menjadi remaja nakal.
Status sosio-ekonomi	Rendah	Serangan yang serius lebih sering dilakukan oleh remaja laki-laki yang berasal dari status sosio-ekonomi rendah.
Kualitas lingkungan rumah	Urban, angka kejahatan tinggi, mobilitas tinggi	Komunitas sering kali membuat kejahatan berkembang subur. Hidup di daerah di mana tingkat kejahatan tinggi, yang juga ditandai oleh kemiskinan dan kondisi tempat tinggal yang padat, dapat meningkatkan kemungkinan anak tumbuh menjadi seorang yang nakal. Komunitas ini sering kali memiliki sekolah yang sangat buruk.

GAMBAR 14.8 Anteseden Kenakalan Remaja

c. Kekerasan

Salah satu keprihatinan yang meningkat adalah tingginya jumlah kekerasan pada remaja. Masalah kenakalan remaja yang memperoleh perhatian khusus adalah geng dan kekerasan di sekolah. Faktor-faktor yang seringkali dijumpai pada anak muda yang memiliki risiko dan agaknya akan terdorong untuk melakukan tindakan kekerasan, yaitu: pernah menggunakan obat terlarang dan alcohol di usia dini,

memiliki akses untuk memperoleh senjata, bergabung dengan kelompok kawan sebaya yang antisosial atau menyimpang, dan sering melihat tayangan kekerasan di media.

d. Depresi dan bunuh diri

Salah satu karakteristik yang paling banyak dijumpai pada para remaja yang dirujuk untuk memperoleh penanganan psikologis adalah kesedihan atau depresi, khususnya yang dialami oleh remaja perempuan. Depresi berkaitan dengan meningkatnya ide bunuh diri dan usaha bunuh diri di masa remaja. Pada studi baru-baru ini menemukan bahwa factor-faktor psikologis seperti kritik diri yang berlebihan dan merasa kehilangan harapan juga berkaitan dengan ide dan tindakan bunuh diri.

e. Gangguan makan (obesitas, anorexia dan bulimia)

f. Stress dan cara menanganinya

Remaja yang mengalami stress dapat berasal dari factor diri maupun dari luar, dan ketidakmampuan remaja dalam mengatasi tekanan tersebut akan berpengaruh pada penyelesaian masalah yang dialaminya apakah efektif atau tidak.

Ada dua factor yang mempengaruhi, yaitu dari factor internal dan factor eksternal.

a. Faktor Internal

Pada factor ini, yang meliputi yaitu:

Krisis identitas, yaitu adanya perubahan biologis dan sosiologis pada diri remaja memungkinkan terjadinya dua bentuk integrasi.

1. Terbentuknya perasaan akan konsistensi dalam kehidupannya.
2. Tercapainya identitas peran. Kenakalan remaja terjadi karena remaja gagal mencapai masa integrasi kedua.

Kontrol diri yang lemah, yaitu remaja yang tidak bisa mempelajari dan membedakan tingkah laku yang dapat diterima dengan yang tidak dapat diterima akan terseret pada perilaku 'nakal'.

Begitupun bagi mereka yang telah mengetahui perbedaan dua tingkah laku tersebut, namun tidak bisa mengembangkan kontrol diri untuk bertingkah laku sesuai dengan pengetahuannya.

b. Faktor Eksternal

Pada factor ini, yang meliputi yaitu:

Keluarga dan Perceraian orangtua, tidak adanya komunikasi antar anggota keluarga, atau perselisihan antar anggota keluarga bisa memicu perilaku negatif pada remaja. Pendidikan yang salah di keluarga pun, seperti terlalu memanjakan anak, tidak memberikan pendidikan agama, atau penolakan terhadap eksistensi anak, bisa menjadi penyebab terjadinya kenakalan remaja.

Teman sebaya yang kurang baik

Komunitas/lingkungan tempat tinggal yang kurang baik.

Inti dari Faktor Internal dan Eksternal, yaitu :

1. Perhatian orang tua yang sangat kurang terhadap anaknya.
2. Anak merasa tidak nyaman dirumah yang disebabkan masalah orang tuanya seperti orang tua sering bertengkar dan diketahui oleh anak-anaknya.
3. Orang tua terlalu memberi kebebasan kepada anaknya dalam hal apa saja.
4. Ada kesalahan dalam mendidik anak
5. Kurangnya pendidikan agama
6. Cara bergaul yang salah, dimana si remaja sering bergaul dengan orang-orang yang berakhlak tidak baik.
7. Media massa (koran dan televisi)

Pendapat lain dikemukakan oleh Search Institute di Minneapolis, yang mengatakan bahwa ada 40 modal perkembangan yang dibutuhkan oleh remaja agar dapat mencapai hasil yang positif dalam kehidupannya. 50% modal bersifat eksternal, dan 50% modal yang bersifat internal. Dari 20 modal eksternal ini, diantaranya meliputi: dukungan (keluarga dan lingkungan rumah), pemberdayaan, batasan-batasan dan harapan-harapan, menggunakan waktu secara konstruktif, Sedangkan 20 modal internal, diantaranya meliputi: komitmen untuk belajar, nilai-nilai positif, kompetensi social, identitas positif. Dikatakan bahwa remaja yang memiliki modal perkembangan yang lebih banyak memiliki risiko yang lebih kecil untuk terjerumus dalam masalah,

seperti mengonsumsi alkohol, tembakau, melakukan hubungan seksual, dan melakukan kekerasan.

Daya Tahan (Resilience)

Ketika anak-anak dan remaja dihadapkan pada kondisi-kondisi yang buruk, seperti kemiskinan, apakah terdapat karakteristik yang dapat membantu mereka untuk bertahan dan memiliki daya tahan terhadap berkembangnya masalah? Beberapa anak dan remaja berhasil mengatasi permasalahan hidup yang dialami. Ann Masten menganalisis literatur riset mengenai daya tahan. Ia berkesimpulan bahwa sejumlah faktor individu (seperti fungsi intelektual yang baik), faktor-faktor keluarga (relasi yang karib dengan figur orang tua), dan faktor-faktor di luar keluarga (ikatan dengan orang dewasa di luar keluarga yang memiliki sifat prososial), dimiliki oleh anak-anak dan remaja yang memiliki daya tahan.

Sumber	Karakteristik
Individu	Fungsi intelektual baik Memiliki disposisi yang menarik, gemar bergaul Percaya diri, harga-diri tinggi. Memiliki talenta Memiliki iman
Keluarga	Memiliki relasi yang dekat dengan figur orang tua yang peduli. Pengasuhan otoritatif: hangat, terstruktur, harapan tinggi. Sosial-ekonomi baik. Memiliki jalinan dengan jaringan keluarga yang suportif.
Konteks di Luar Keluarga	Memiliki ikatan dengan orang dewasa yang peduli selain orang tua. Memiliki jalinan dengan organisasi yang positif. Belajar di sekolah yang efektif.

GAMBAR 14.2 Karakteristik dari Anak-Anak dan Remaja yang Memiliki Daya Tahan

Cara Mengatasi kenakalan remaja

- **Prinsip keteladanan**. Remaja harus bisa mendapatkan sebanyak mungkin figur orang-orang dewasa yang telah melampaui masa remajanya dengan baik juga mereka yang berhasil memperbaiki diri setelah sebelumnya gagal pada tahap ini.
- **Adanya motivasi dari keluarga, guru, membenahi kondisi keluarga eman sebaya untuk melakukan point pertama**.
- Kemauan orangtua untuk sehingga tercipta **keluarga yang harmonis**, komunikatif, dan nyaman bagi remaja.
- Remaja pandai **memilih teman dan lingkungan yang baik** serta orangtua memberi arahan dengan siapa dan di komunitas mana remaja harus bergaul.
- Remaja membentuk **ketahanan diri** agar tidak mudah terpengaruh jika ternyata teman sebaya atau komunitas yang ada tidak sesuai dengan harapan.

TUGAS

1. Carilah jurnal penelitian yang membahas mengenai permasalahan dan perilaku menyimpang pada remaja. Baca dan buatlah ringkasan dari hasil penelitian tersebut.

Referensi

Santrock, J. 2016. *Adolescence*. USA: McGraw-Hill