

Pendampingan Remaja Dalam Meningkatkan *Self Control* Dalam Upaya Pencegahan Kenakalan Remaja Di Probolinggo

Author:
Nurul Laili¹
Ro'isah²

Affiliation:
Universitas Hafshawaty
Zainul Hasan^{1,2}

Corresponding email
honestiyas10@gmail.co
m

Histori Naskah:
Submit: 99-00-9999
Accepted: 99-00-9999
Published: 99-00-9999



This is an Creative Commons
License This work is licensed
under a Creative Commons
Attribution-NonCommercial 4.0
International License

Abstrak:

Latar belakang: Berdasarkan data KPAI pada tahun 2022 ada 226 kasus kekerasan fisik, psikis termasuk perundungan. Anak yang menjadi korban kejahatan dan kekerasan mencapai 905 anak. Puncak tertinggi terjadi pada tahun 2023, jumlah korbannya mencapai 1.197 anak. Anak perempuan lebih banyak menjadi korban kekerasan dan kejahatan, jumlahnya mencapai 4.603 anak, sementara korban laki-laki sebanyak 1.863 anak. Anak perempuan lebih banyak menjadi korban kekerasan dan kejahatan. Sementara anak laki-laki lebih banyak menjadi terlapor. Upaya yang dapat dilakukan dalam mencegah kenakalan pada remaja salah satunya dengan pendampingan pada remaja.

Metode pengabdian: Metode yang digunakan dalam kegiatan pendampingan adalah *lecture* dengan memberikan materi dalam bentuk PPT, video dan animasi tentang kenakalan remaja dan dampaknya, serta materi tentang *self control* itu sendiri. Sebelum pemberian materi, maka dilakukan *pre test* tentang *self control* terlebih dahulu dan setelah diberikan materi maka dilakukan *post test* tentang *self control*.

Hasil penelitian: Setelah dilakukan pendampingan pada remaja menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan atau wawasan remaja tentang kenakalan remaja mulai dari pengertian, penyebab, dampak dan cara mencegah terjadinya kenakalan remaja yaitu sebanyak 70% remaja memiliki pengetahuan yang baik dan meningkatkan kemampuan remaja dalam mengelola *self control* dalam mencegah terjadinya kenakalan remaja dan remaja yang memiliki *self control* yang baik sebanyak 77%.

Kesimpulan: Kegiatan pendampingan pada remaja sangat bermanfaat untuk membentuk *self control* yang baik, sehingga remaja dapat melakukan pencegahan kenakalan remaja. Pengembangan *self kontrol* yang sehat pada remaja akan lebih efektif dalam mendukung perkembangan positif remaja, sehingga kenakalan remaja dapat dicegah.

Kata kunci: Pendampingan, Remaja, *Self Control*, Pencegahan, Kenakalan

Pendahuluan

Studi yang dilakukan di Asia, seperti di Cina dan Korea Selatan, telah menunjukkan prevalensi kenakalan remaja yang relatif rendah tetapi masih signifikan. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa tingkat masalah perilaku di Beijing sebesar 16,7%, laporan statistik tentang Perkembangan Pemuda China tahun 2020 yang dirilis bersama oleh Pusat Penelitian Pemuda dan Anak China dan Departemen Penghubung Internasional Komite Pusat Pemuda Komunis menunjukkan bahwa jumlah penjahat yang berusia di bawah 18 tahun semakin meningkat (Wan et al., 2022).

Fenomena kenakalan remaja di Indonesia juga semakin mengkhawatirkan, hal tersebut ditunjukkan dengan angka kejadian kenakalan remaja sebesar 23,46% (Badan Pusat Statistik, 2021). Rey Suwegtyo mengatakan bahwa kenakalan remaja di Probolinggo mengalami peningkatan akhir-akhir ini, bentuk



kenakalan yang dilakukan oleh remaja diantaranya adalah aksi balap liar, mabuk-mabukan dan kenakalan lainnya (Ahmad Faisol, 2021). Angka kejadian kenakalan remaja di probolinggo sebesar 435 kasus yang terdiri dari 4 kasus pemerkosaan, 8 kasus penganiayaan ringan, 24 kasus penganiayaan berat dan 417 bentuk kejahatan atau kenakalan remaja yang lain (BPS Probolinggo, 2021). Remaja yang melakukan kenakalan rata-rata berusia 10-17 tahun (Ahmad Faisol, 2021). dr. Elizabeth Jane Soepardi mengatakan bahwa kenakalan anak-anak biasanya akan semakin menjadi pada saat mereka sudah berada pada tahap pertumbuhan yakni saat usia 14-19 tahun (Kusmiyati, 2020). Penyebab kenakalan remaja yang sering terjadi di masyarakat yaitu kondisi keluarga yang berantakan, kurangnya perhatian dan kasih sayang orang tua, kondisi ekonomi yang kurang, penerapan disiplin yang tidak ada di dalam keluarga serta lingkungan (Eline HJ Doelman et al., 2021 dan Poha et al., 2022).

Kenakalan yang dilakukan oleh remaja atau kalangan pelajar menjadi masalah global di masyarkat. Bentuk kekerasan tersebut mencakup berbagai tindakan mulai dari intimidasi, perkelahian fisik, kekerasan seksual, dan tindak kekerasan yang lebih parah hingga pembunuhan (Humas, 2023). Berdasarkan data KPAI pada tahun 2022 ada 226 kasus kekerasan fisik, psikis termasuk perundungan. Data bulan Januari 2023, anak yang menjadi korban kejahatan dan kekerasan mencapai 905 anak. Puncak tertinggi terjadi pada Mei 2023, jumlah korbannya mencapai 1.197 anak. Sementara jumlah terendah terjadi pada April 2023, yang mencapai 834 korban anak. anak perempuan lebih banyak menjadi korban kekerasan dan kejahatan. Jumlahnya mencapai 4.603 anak, sementara korban laki-laki sebanyak 1.863 anak. Anak perempuan lebih banyak menjadi korban kekerasan dan kejahatan. Sementara anak laki-laki lebih banyak menjadi terlapor. Jumlah anak yang paling banyak menjadi korban kekerasan dan kejahatan terdata pada Mei 2023 (Erlina, 2023).

Kepala Dinas Sosial, Pemberdayaan Perempuan, dan Perlindungan Anak Kota Probolinggo Rey Suwegtyo mengatakan, tingkat kenakalan anak tinggi akhir-akhir ini. Rey Suwegtyo mengatakan bahwa sejumlah anak-anak kerap ditemukan melakukan sejumlah kenakalan di pinggir jalan, seperti di lampu lalu lintas, alun-alun, dan pertigaan King Kota Probolinggo. Mereka kerap terlibat aksi balap liar, mabuk-mabukan, dan kenakalan lainnya. Rata-rata tindakan itu dilakukan anak berusia 10-17 tahun (Faisol, 2021). Berdasarkan data di atas maka perlu dilakukan upaya dalam menurunkan angka kenakalan remaja, salah satunya melalui peningkatan *self control* karena *self control* memberikan sumbangan efektif terhadap kenalan remaja (Jayanti, Suarni, & Sunarjo, 2022). *Self control* remaja dapat ditingkatkan melalui kegiatan pendampingan yang dilakukan oleh petugas kesehatan. Persoalan kenakalan dikalangan pelajar di negeri ini memiliki bobot yang sangat serius. Untuk itu, sudah semestinya sektor pendidikan bersama pendidikannya memiliki kemampuan memberikan yang terbaik untuk pendidikan. Termasuk, pendidikan yang baik dalam keluarga dan pendidikan untuk remaja. Orang tua memiliki kewajiban untuk membimbing anak-anaknya menjadi manusia berguna dengan menanamkan nilai-nilai kehidupan. Dengan demikian semakin jelas dan tegas bahwa pencegahan kekerasan pelajar memerlukan kolaborasi antara orangtua, pihak sekolah, komite sekolah, dan masyarakat pada umumnya.

Studi Literatur

1. Pendampingan

Pendampingan adalah kegiatan yang dilakukan secara terus menerus dan terstruktur dalam memberikan fasilitas pada individu, kelompok ataupun komunitas dalam menyelesaikan masalah dan beradaptasi dengan tantangan yang dialami sehingga dapat mengatasi masalah tersebut dan dapat mencapai perubahan yang lebih baik dalam hidupnya (Joyo, 2022). Pendampingan memiliki peran penting untuk membantu masyarakat khususnya golongan remaja dalam meningkatkan kemampuan untuk mencapai tujuan, dengan pendekatan melalui pemberian informasi yang berisi arahan terhadap potensi yang dimiliki remaja, mengurangi dan menyelesaikan masalah yang dianggap berpotensi merusak masa depan remaja (Susilowati et al., 2020).

2. *Self Control*



Self-control atau kontrol diri yaitu kemampuan seseorang untuk mengatur atau mengubah aksi, emosi, dan perasaan dalam diri individu untuk menghindari perilaku yang tidak diinginkan. Menurut Baumeister & Boone (2004), *self-control* atau kontrol diri merupakan kemampuan yang dimiliki individu dalam menentukan perilakunya sesuai dengan standar tertentu, seperti moral, nilai, dan aturan yang berada di lingkup masyarakat agar mengarah kepada suatu perilaku positif. Remaja dapat mengetahui bahwa *self-control* sangat penting bagi remaja sebelum melakukan sebuah tindakan. *Self-control* harus dimulai dari diri seorang remaja dan dukungan dari luar. Namun, tak semua remaja mendapat dukungan dalam memenuhi *self-control* nya (Nabila, 2022).

Dampak dari melemahnya *self-control* bagi remaja:

a. Menimbulkan perilaku yang menyimpang

Sebagai remaja masa kini, harus pintar dalam memilah arus yang berdatangan dan bisa menahan sikap. Bila *self-control* rendah, maka seorang remaja akan menjadikan hal tersebut sebagai standar mereka dalam berperilaku. Misalnya, pergi ke tempat *clubbing*, meminum alkohol, melakukan kegiatan seksual dan merokok, dianggap sebagai suatu hal yang keren dan kekinian. Padahal, kegiatan tersebut masih tergolong ilegal bagi remaja karena masih dibawah umur.

b. Menurunnya prestasi akademik

Remaja yang memiliki *self-control* yang tinggi, maka ia bisa mengatur proses belajarnya dengan baik dan menghasilkan prestasi akademik yang memuaskan, karena mereka mampu meminimalisir hasil prestasi belajar yang rendah. Sebaliknya, bila seorang remaja memiliki *self-control* yang rendah, maka prestasi akademik pun menurun akibat tidak mampu mengatur sesuatu yang ingin dihindari (Chasanah, 2020).

Metode Pengabdian

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat terdiri dari tiga tahap yaitu:

Tahap pertama berupa tahap persiapan, dimana tahap persiapan ini terdiri dari dimulai dengan kegiatan mengurus proses perijinan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, melakukan survey awal permasalahan mitra yaitu tentang kenakalan remaja, menyusun media tentang kenakalan remaja, membuat modul tentang pendampingan remaja dalam mencegah kenakalan remaja, menentukan jumlah remaja yang ikut kegiatan tersebut, dalam kegiatan ini jumlah remaja yang hadir sebanyak 40 remaja. Remaja yang hadir diminta untuk mengisi daftar hadir dan setelah itu dilakukan *pre test self control* menggunakan lembar kuesioner. Tahap yang kedua adalah tahap pelaksanaan, kegiatan ini dilaksanakan di salah satu sekolah tingkat menengah yang ada di Probolinggo, kegiatan dimulai dengan memberikan materi tentang kenakalan remaja (pengertian, penyebab, dampak dan pencegahan kenakalan remaja) dan *self control*, metode yang digunakan yaitu *lecture*, diskusi dan demonstrasi. Metode *lecture* yaitu memberikan materi untuk menambah wawasan remaja, media yang digunakan dalam pemberian materi yaitu PPT, video dan animasi, selain itu ada leaflet juga. Sedangkan metode diskusi yaitu memberikan kesempatan kepada remaja untuk bertanya atau berbagi pengalaman dan yang terakhir demonstrasi yang dilakukan oleh remaja dan pendamping tentang cara menerapkan *self control* yang tepat guna mencegah terjadinya kenakalan remaja. Tahap ketiga yaitu tahap evaluasi yang meliputi *post test* materi yang sudah disampaikan menggunakan kuesioner, penyampaian pesan dan kesan oleh perwakilan remaja.

Hasil



a. Karakteristik Remaja

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Remaja

Karakteristik	Frekuensi	Prosentase
Jenis Kelamin		
Laki-laki	13	33%
Perempuan	27	67%
Umur		
12-14 Tahun	19	47%
15-17 Tahun	21	53%
Suku		
Jawa	11	28%
Madura	29	72%
Agama		
Islam	40	100%
Kristen	0	0%
Katolik	0	0%
Total	40	100%

Sumber: Data PKM, 2024

Berdasarkan table 1 menunjukkan bahwa jumlah jenis kelamin terbanyak remaja adalah perempuan yaitu sebanyak 27 remaja (67%), untuk umur remaja terbanyak adalah umur dengan rentang 15-17 tahun sebanyak (53%), jumlah suku terbanyak adalah suku madura yaitu sebanyak 29 remaja (72%) dan agama yang dianut remaja mayoritas adalah agama islam yaitu 40 remaja (100%).

b. Pengetahuan Remaja Tentang Kenakalan Remaja Sebelum Kegiatan Pendampingan

Tabel 2. Pengetahuan Remaja Tentang Kenakalan Remaja Sebelum Kegiatan Pendampingan

Pengetahuan Remaja	Frekuensi	Prosentase
Baik	11	27%
Cukup	13	33%
Kurang	16	40%
Total	40	100%

Sumber: Data PKM, 2024

Berdasarkan tabel 2 didapatkan data pengetahuan remaja tentang kenakalan remaja sebelum pendampingan yaitu paling banyak memiliki pengetahuan yang kurang tentang kenakalan remaja sebesar 16 remaja (40%).

c. Pengetahuan Remaja Tentang Kenakalan Remaja Setelah Kegiatan Pendampingan

Tabel 3. Pengetahuan Remaja Tentang Kenakalan Remaja Setelah Kegiatan Pendampingan

Pengetahuan Remaja	Frekuensi	Prosentase
Baik	28	70%
Cukup	7	18%
Kurang	5	12%
Total	40	100%

Sumber: Data PKM, 2024

Berdasarkan table 3 didapatkan data pengetahuan remaja tentang kenakalan remaja setelah dilakukan pendampingan yaitu sebanyak 28 remaja (70%) memiliki pengetahuan yang baik.

d. *Self Control* Remaja Sebelum Kegiatan Pendampingan

Tabel 4. *Self Control* Remaja Sebelum Kegiatan Pendampingan

<i>Self Control</i> Remaja	Frekuensi	Prosentase
Baik	10	25%
Cukup	13	33%
Kurang	17	42%
Total	40	100%

Sumber: Data PKM, 2024

Berdasarkan table 4 *Self Control* remaja sebelum dilakukan pendampingan paling banyak adalah kategori kurang yaitu sebanyak 17 remaja (42%).

e. *Self Control* Remaja Setelah Kegiatan Pendampingan

Tabel 5. *Self Control* Remaja Setelah Kegiatan Pendampingan

<i>Self Control</i> Remaja	Frekuensi	Prosentase
Baik	31	77%
Cukup	3	8%
Kurang	6	15%
Total	40	100%

Sumber: Data PKM, 2024

Berdasarkan table 5 *Self Control* remaja setelah dilakukan pendampingan paling banyak adalah kategori baik yaitu sebanyak 31 remaja (77%).

Pembahasan

Berdasarkan hasil kegiatan pendampingan yang dilakukan pada 40 remaja didapatkan data bahwa terjadi peningkatan pengetahuan setelah dilakukan pendampingan yaitu dari 11 remaja (27%) meningkat menjadi 28 remaja (70%) dengan kategori pengetahuan yang baik. Sedangkan untuk *self control* setelah dilakukan pendampingan terjadi peningkatan yaitu terdapat 31 remaja (77%) memiliki *self control* yang baik. Kegiatan pendampingan yang dilakukan dapat dikatakan (*Peran Penting Pendampingan Dalam Membimbing Remaja Menuju Masa Dewasa Yang Berkualitas - Manunggal Jaya, 2023*)berhasil dilihat dari beberapa indicator yaitu adaya perubahan tingkat pengetahuan dan *self control* pada remaja, remaja antusias dan kegiatan berjalan lancar. *Self control* pada remaja penting karena sebagai kunci dalam menolong dan membantu diri mereka supaya dapat bersikap asertif terhadap dirinya sendiri dan mampu mengungkapkannya kepada orang lain. Remaja yang memiliki *self control* yang baik tidak akan mudah m(*Peran Penting Pendampingan Dalam Membimbing Remaja Menuju Masa Dewasa Yang Berkualitas - Manunggal Jaya, 2023*)elakukan ataupun terpengaruh oleh orang lain dalam berperilaku yang menyimpang yang dapat merugikan diri sendiri ataupun orang lain (Ade Thia Indiyani, Nurmala, & Handoyo, 2021). *Self control* pada remaja dipengaruhi oleh beberapa factor yaitu usia, keluarga, lingkungan dan budaya (Dwi Marsela & Supriatna, 2019). *Self control* pada remaja tidak akan terbentuk dengan baik tanpa adanya arahan atau dukungan dari beberapa pihak, dukungan tersebut salah satunya dapat diberikan melalui pendampingan. Kegiatan pendampingan memberikan pengalaman yang baru pada remaja, remaja dimotivasi untuk dapat mengungkapkan permasalahan atau pengalaman yang pernah dialami, remaja juga termotivasi untuk memberikan saran dan solusi untuk dirinya dan teman-temannya agar tidak terjerumus ke dalam ranah kenakalan remaja. Manfaat pendampingan pada remaja adalah membantu remaja mengembangkan potensi diri mereka, membangun rasa percaya diri, meningkatkan

keterampilan sosial, mengatasi masalah dan konflik dengan baik, serta menemukan tujuan hidup yang berarti bagi remaja (Jaya Manunggal, 2023).

Kesimpulan

Kegiatan pendampingan pada remaja penting untuk dilaksanakan karena kegiatan tersebut dapat memberikan pengalaman yang baru pada remaja, remaja dimotivasi untuk dapat mengungkapkan permasalahan atau pengalaman yang pernah dialami, remaja juga termotivasi untuk memberikan saran dan solusi untuk dirinya dan teman-temannya agar tidak terjerumus ke dalam ranah kenakalan remaja. Manfaat pendampingan pada remaja adalah membantu remaja mengembangkan potensi diri mereka, membangun rasa percaya diri, meningkatkan *self contro* remaja, meningkatkan keterampilan sosial, mengatasi masalah dan konflik dengan baik, serta menemukan tujuan hidup yang berarti bagi remaja, sehingga remaja dapat menjaga dirinya untuk tidak terjerumus dalam kasus kenakalan remaja.

Ucapan Terima Kasih (opsional)

Saya mengucapkan terima kasih kepada tim dan institusi yang sudah membantu dalam proses penyelesaian artikel ini.

Referensi

Referensi harus memiliki minimal 15 sumber dan kutipan serta referensi menggunakan gaya format APA 6Th Edition. Gaya pemformatan kutipan dan referensi dapat dilihat pada contoh berikut (Khairina & Harahap, 2020):

Ade Thia Indiyani, Nurmala, M. D., & Handoyo, A. W. (2021). Self-Control Pada Anak Jalanan Usia Remaja di Kota Serang dan Alternatif Penanganannya dalam Bimbingan dan Konseling. *Pedagogika*, *12*(2), 217–231. <https://doi.org/10.37411/pedagogika.v12i2.704>

Ahmad Faisol. (2021). Tingkat Kenakalan Anak di Kota Probolinggo Tinggi. *Kompas.Com*. Retrieved from <https://regional.kompas.com/read/2021/10/13/143515278/tingkat-kenakalan-anak-di-kota-probolinggo-tinggi-begini-penjelasan-pemkot>

Badan Pusat Statistik. (2021). *Badan Pusat Statistik* (pp. 335–358). pp. 335–358. <https://doi.org/10.1055/s-2008-1040325>

Chasanah, U. (n.d.). *Pengaruh kontrol diri terhadap prestasi belajar siswa kelas X SMK Ar-Roudhoh Beji Pasuruan (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang)*.

Dwi Marsela, R., & Supriatna, M. (2019). Kontrol Diri: Definisi dan Faktor. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*, *3*(2), 65–69. Retrieved from http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling

Eline HJ Doelman, Maartje PCM Luijk, Ineke Haen Marshall2, Joran Jongerling, Dirk Enzmann, and M. J. S. (2021). The association between child maltreatment and juvenile delinquency in the context of Situational Action Theory: Crime propensity and criminogenic exposure as mediators in a sample of European youth? *European Journal of Criminology*. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/14773708211013300>

Erlina, S. (2023). Kejahatan dan Kekerasan Anak Masih Tinggi per Juli 2023, Korban Perempuan Mendominasi. *Data Book*, p. 1. Retrieved from <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2023/08/15/kejahatan-dan-kekerasan-anak-masih-tinggi-per-juli-2023-korban-perempuan-mendominasi>

Faisol, A. (2021). Tingkat Kenakalan Anak di Kota Probolinggo Tinggi, Begini Penjelasan Pemkot. *Kompas.Com*. Retrieved from <https://regional.kompas.com/read/2021/10/13/143515278/tingkat-kenakalan-anak-di-kota-probolinggo-tinggi-begini-penjelasan-pemkot>

Humas. (2023). Cegah Kenakalan di Kalangan Pelajar - Bhirawa - UMM dalam Berita Koran Online | Universitas Muhammadiyah Malang. <https://www.Umm.Ac.Id/>. Retrieved from <https://www.umm.ac.id/id/arsip-koran/bhirawa/cegah-kenakalan-di-kalangan-pelajar.html>

-
- Jayanti, L., Suarni, W., & Sunarjo, I. S. (2022). Kontrol Diri Terhadap Kenakalan Remaja. *Jurnal Sublimapsi*, 3(2), 102–110.
- Joyo, R. (2022). *Komunikasi Interpersonal Pembimbing Kemasyarakatan (Pada Anak Berhadapan de... - Google Books* (1st ed.). IDE Publishing. Retrieved from https://www.google.co.id/books/edition/Komunikasi_Interpersonal_Pembimbing_Kema/6LheEAAAQBAJ?hl=en&gbpv=1&dq=komunikasi+interpersonal&pg=PA54&printsec=frontcover
- Kusmiyati. (2020, September). HomeHealthHealth Info Usia Remaja, Anak Biasanya Rentan Menjadi Nakal. *Liputan 6.Com*. Retrieved from <https://www.liputan6.com/health/read/687598/usia-remaja-anak-biasanya-rentan-menjadi-nakal>
- Nabila, N. S. (2022). Pentingnya Self-Control Pada Remaja Masa Kini – Himpunan Mahasiswa Psikologi. *Binus.Ac.Id*. Retrieved from <https://student-activity.binus.ac.id/himpsiko/2022/07/pentingnya-self-control-pada-remaja-masa-kini/>
- Jaya, M. (2023) *Peran Penting Pendampingan dalam Membimbing Remaja Menuju Masa Dewasa yang Berkualitas -*.
- Poha, S., Djibu, R., & Napu, Y. (2022). *Faktor Penyebab Kenakalan Remaja Di Desa Huntu Barat*. 1(2), 69–78.
- Probolinggo, B. K. (2021). *BPS Kabupaten Probolinggo* (Vol. 1999, pp. 1–6). Vol. 1999, pp. 1–6.
- Susilowati, L., Trisetianingsih, Y., Yati, D., Kesehatan, F., Achmad, J., Yogyakarta, Y., ... Id, N. C. (2020). Pendampingan Remaja Di Pik-R Sma Negeri 3 Bantul Sebagai Upaya Pencegahan Seks Bebas. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Karya Husada*, 47(1), 2020.
- Wan, X., Ji, S., Liu, M., Hong, B., Shi, W., Du, L., & Zhao, L. (2022). Family functioning and delinquency among Chinese adolescents: Mediating effects of positive behavior recognition according to the humanistic perspective. *Frontiers in Public Health*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.985936>