

Intervensi Pengendalian Emosi pada Santri Panti Asuhan Muhammadiyah Al-Amin

Ainus Saqifah F^{*1}, Sumayyah², Tyas Nawang W³, Nina Zulida S⁴

^{1,2,3,4}Program Studi Magister Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Ahmad Dahlan, Indonesia

*e-mail: 2208044088@webmail.uad.ac.id¹, 2208044078@webmail.uad.ac.id²,
2208044081@webmail.uad.ac.id³, nzsitumorang@gmail.com⁴

Abstrak

Kenakalan remaja telah menjadi masalah yang berkembang di masyarakat dengan adanya fenomena klitih yang sangat ekstrim, termasuk di Yogyakarta. Ada banyak faktor penyebab kenakalan remaja, diantaranya kurang berkembangnya kecerdasan emosional pada remaja. Kecerdasan emosional adalah kemampuan mengelola emosi dan mengatur suasana hati, namun seringkali kurang dihargai di masyarakat. Tujuan dari penelitian ini adalah mengimplementasikan program pemberdayaan masyarakat bertajuk "Intervensi Pengendalian Emosi di Panti Asuhan Santri Muhammadiyah Al-Amin" untuk mencegah kenakalan remaja. Metode penelitian adalah penelitian kualitatif yang melibatkan 11 siswa berusia 13-18 tahun melalui observasi dan wawancara. Hasil dan pembahasan menunjukkan bahwa program pemberdayaan masyarakat berhasil dilaksanakan melalui pengenalan materi dan permainan yang berfokus pada pengelolaan emosi. Para peserta menunjukkan antusiasme dan pemahaman yang baik tentang strategi manajemen emosi dan potensi positif mereka untuk mencegah kenakalan remaja. Kesimpulan dari penelitian ini adalah pengendalian emosi melalui psikoedukasi efektif dalam mencegah kenakalan remaja. Ini dapat membantu kaum muda mengendalikan dorongan agresif, menggunakan sumber daya positif di lingkungan dan membentuk hubungan sosial yang positif. Oleh karena itu, ada kebutuhan untuk mengevaluasi lembaga pendidikan dan mengembangkan program pencegahan kenakalan remaja yang lebih efektif untuk panti asuhan dan pesantren.

Kata kunci: Kenakalan Remaja, Pengendalian Emosi, Psikoedukasi, Program Pemberdayaan Umat

Abstract

Juvenile delinquency has become a growing problem in society with the extreme klitih phenomenon, including in Yogyakarta. There are many factors that cause juvenile delinquency, including the lack of development of emotional intelligence in adolescents. Emotional intelligence is the ability to manage emotions and regulate mood, but is often underappreciated in society. The purpose of this research is to implement a community empowerment program entitled "Emotional Control Intervention at Muhammadiyah Al-Amin Santri Orphanage" to prevent juvenile delinquency. The research method is qualitative research involving 11 students aged 13-18 years old through observation and interviews. The results and discussion show that the community empowerment program was successfully implemented through the introduction of materials and games that focus on emotional management. The participants showed enthusiasm and a good understanding of emotion management strategies and their positive potential to prevent juvenile delinquency. The conclusion of this study is that emotion control through psychoeducation is effective in preventing juvenile delinquency. It can help young people control aggressive urges, use positive resources in the environment and form positive social relationships. Therefore, there is a need to evaluate educational institutions and develop more effective juvenile delinquency prevention programs for orphanages and boarding schools.

Keywords: Emotion Control, Juvenile Delinquency, People Empowerment Program, Psychoeducation

1. PENDAHULUAN

Kehidupan manusia terbagi dalam tahap-tahap perkembangan, beberapa di antaranya adalah masa remaja. Masa remaja awal berlangsung sekitar usia 13-16 tahun, dan remaja akhir sekitar usia 16-18 tahun. Dengan demikian, akhir masa remaja merupakan masa yang sangat singkat [1]. Masa remaja adalah fase antara masa kanak-kanak dan dewasa, istilah ini menggambarkan masa dari awal pubertas hingga dewasa, biasanya dari usia 14 tahun untuk laki-laki dan 12 tahun untuk perempuan. Transisi ke masa dewasa bervariasi dari budaya ke budaya lainnya, tetapi biasanya didefinisikan sebagai waktu ketika orang mulai hidup mandiri

dari orang tua mereka. Di lingkungan masyarakat, anak hanya didorong untuk mengasah otaknya, namun kecerdasan emosional tidak diperhatikan dan kecerdasan emosional tidak dikembangkan. Kecerdasan emosional adalah kecerdasan untuk mengendalikan emosi, mengatur suasana hati, mengendalikan hati, tidak melebih-lebihkan suka dan duka, mengendalikan perasaan depresi atau *stress* dengan kemampuan berpikir, mencerminkan kemampuan menahan frustrasi, kemampuan berempati dan doa [2].

Kenakalan remaja akhir-akhir ini semakin meningkat. bahkan di Yogyakarta terdapat fenomena kenakalan remaja yang sangat ekstrim yang dikenal dengan klitih. Klitih adalah sebutan khas untuk geng remaja yang berkelahi dan sering mencelakai orang yang menjadi target untuk dicelakai. Pada tahun 2020 terdapat 52 kasus Klitih dan pada tahun 2021 jumlah kasus meningkat jadi 102 kasus [3]. Badan Pusat Statistik Indonesia (BPS-Indonesia) mengumumkan bahwa jumlah kriminal di masyarakat menurun 0,1 persen pada 2018-2019. Namun pada periode tersebut, jumlah desa/kelurahan yang menjadi zona konflik meningkat dari sekitar 2.700 desa tahun 2014 menjadi 3.100 desa/kelurahan pada tahun 2018 [4]. Sementara itu, menurut Komisioner KPAI dan Perilaku Pidana Remaja jumlah kenakalan remaja meningkat dari 695 menjadi 1.434 kasus pada tahun 2018 [5]. Jumlah kenakalan remaja yang semakin meningkat menunjukkan belum adanya upaya yang serius dan menyeluruh untuk mengurangi tingkat kenakalan remaja.

Kenakalan remaja adalah suatu perbuatan, kejahatan atau pelanggaran yang melanggar norma agama, antisosial, tidak bermoral dan tidak sah yang dilakukan oleh remaja [6]. Kenakalan remaja meliputi segala perilaku remaja yang menyimpang dari norma hukum pidana. Perilaku seperti itu merugikan dirinya dan orang-orang di sekitarnya. Faktor-faktor yang melatarbelakangi kenakalan remaja dapat dibedakan menjadi faktor internal dan eksternal. Faktor internal berupa krisis identitas dan pengendalian diri yang lemah. Terlepas dari faktor eksternal seperti kurangnya perhatian orang tua, kurangnya pemahaman tentang agama, pengaruh lingkungan dan pengaruh budaya barat serta sosialisasi dengan teman sebaya [7].

Di lingkungan masyarakat, anak hanya didorong untuk mengasah kognitifnya, namun tidak memperhatikan serta mengembangkan kecerdasan emosional. Kecerdasan Emosional adalah kecerdasan untuk mengendalikan emosi, mengatur suasana hati, mengendalikan hati, tidak melebih-lebihkan suka atau duka, mengendalikan perasaan depresi atau *stress* dengan kemampuan berpikir, mencerminkan kemampuan menahan frustrasi, kemampuan berempati dan doa [2]. Salah satu aspek terpenting dari kecerdasan emosional yang menentukan kesuksesan seseorang adalah kemampuannya untuk berhubungan dengan orang lain atau kecerdasan sosialnya [8]. Esensi kecerdasan mencakup kemampuan untuk memahami dan menanggapi suasana hati, temperamen, motivasi, dan keinginan pribadi secara tepat, sambil menekankan aspek pengenalan atau pemahaman lainnya [9].

Adapun hasil wawancara yang dilakukan pada santri di Panti Asuhan dan Pondok Pesantren Muhammadiyah Al Amin Gedongkuning bahwa kenakalan yang pernah dilakukan oleh santri seperti menonton video porno, mencuri, berkelahi, dan merokok. Pengurus di Panti Asuhan dan Pondok Pesantren Muhammadiyah Al Amin Gedongkuning juga menyatakan bahwa ada beberapa pelanggaran-pelanggaran yang pernah dilakukan oleh santri di sana yaitu berupa mencuri, miras, pacaran dan merokok.

Bentuk-bentuk kenakalan remaja yang pertama seperti kenakalan biasa yaitu berkelahi, bolos sekolah, keluar rumah tanpa pamit, berkelahi dengan teman. Kedua, kejahatan yang mengarah pada pelanggaran ringan yaitu mengemudi tanpa SIM, mengambil barang secara ilegal, mencuri dan kebut-kebutan di jalan. Ketiga, tindak kejahatan yaitu penyalahgunaan zat adiktif, seks di luar nikah, pemerkosaan, aborsi dan pembunuhan [10].

Banyak remaja yang tidak mampu mengelola emosinya karena tidak dapat membagi waktunya antara belajar, kebutuhan sosial dan kebutuhan relaksasi [11,12], sehingga memicu efek negatif dan emosi negatif, yang pada akhirnya memicu penyimpangan pada remaja [13]. Mengingat kompleksnya masalah pengelolaan emosi pada remaja, beberapa peneliti mengemukakan bahwa pengelolaan emosi diperlukan untuk membantu remaja membentuk hubungan sosial yang positif dengan lingkungannya [12].

Hal ini sejalan dengan penelitian bahwa dengan bantuan psikoedukasi, remaja mendapatkan pengetahuan dan pemahaman tentang perkembangan dirinya sendiri, potensi non-kognitifnya dan bagaimana potensi tersebut dapat digunakan dalam kehidupan sehari-hari. Remaja juga tahu bagaimana mengendalikan dorongan agresifnya, bekerja sama dengan teman sebaya dalam kegiatan positif dan menggunakan sumber daya eksternal lingkungan remaja (sekolah dan rumah) untuk kepentingan positif [14]. Dengan memberikan psikoedukasi berupa pengendalian emosi sebagai pencegahan kenakalan remaja pada santri diharapkan dapat membantu santri dan pengurus pondok pesantren untuk mencegah kenakalan remaja di kemudian hari. Adapun tujuan dari kegiatan psikoedukasi terkait pengendalian emosi pada santri di Panti Asuhan dan Pondok Pesantren Muhammadiyah Al Amin Gedongkuning adalah untuk memberikan wawasan pencegahan kenakalan remaja sehingga santri diharapkan lebih mampu mengontrol perilaku secara optimal.

2. METODE

Subjek dari penelitian ini berjumlah 11 anak dengan rentang usia 13-18 tahun. Metode yang digunakan adalah metode kualitatif dengan alat pengukuran menggunakan observasi dan wawancara. Metode penelitian kualitatif merupakan metode untuk mengeksplorasi dan memahami makna oleh sejumlah individu atau sekelompok orang yang dianggap berasal dari masalah sosial atau kemanusiaan [15]. Adapun tahap-tahap pelaksanaan intervensi pengendalian emosi pada santri panti asuhan Muhammadiyah Al-Amin sebagai berikut.

a. Wawancara Awal

Pada tahap ini, tim penyelenggara melakukan asesmen terlebih dahulu terkait permasalahan yang sekiranya menjadi kebutuhan primer bagi santri. Saat melakukan kegiatan ini, tim penyelenggara melakukan wawancara dengan pengurus Panti Asuhan dan beberapa santri di Pondok Pesantren Muhammadiyah Al Amin Gedongkuning. Wawancara dilakukan dengan panduan yang telah disusun untuk narasumber. Hasil wawancara digunakan sebagai bahan untuk menyusun materi dan kegiatan psikoedukasi.

b. Intervensi Pengendalian Emosi

Kegiatan pelaksanaan psikoedukasi dimulai dari sesi *opening* dan dilanjutkan dengan sesi perkenalan, lalu setelah sesi perkenalan selesai dilanjutkan dengan pemberian psikoedukasi mengenai pengendalian emosi yang dilakukan oleh pemateri. Kelanjutan dari kegiatan yaitu pemateri memberikan *games* yang diharapkan santri atau peserta dapat antusias selama mengikuti kegiatan dan memahami maksud dari edukasi yang telah diberikan. Adapun *games* yang diberikan yaitu berupa permainan yang melatih pengendalian emosi seperti *games* melatih konsentrasi dan kerjasama tim. Pembicara turut memberikan contoh *real* kenakalan remaja yang terjadi di pondok dan bagaimana mengatasi hal tersebut. Pada akhir sesi materi, pembicara mengajak diskusi terkait pelajaran yang dapat diambil dari permainan yang dilakukan. Kemudian tim penyelenggara membuka sesi tanya jawab dan peserta berpendapat sesuai dengan pemahamannya masing-masing.

c. Monitoring Evaluasi Pasca Intervensi

Evaluasi merupakan tahap akhir dari pelaksanaan kegiatan program pemberdayaan umat ini. Proses evaluasi merupakan pembagian instrumen yang dapat mengukur sejauh mana kegiatan yang dilakukan oleh tim penyelenggara pada santri panti asuhan ini dapat berhasil. Proses ini juga melibatkan masukan dan saran dari pengurus Panti Asuhan dan Pondok Pesantren Muhammadiyah Al Amin Gedongkuning serta dosen pembimbing lapangan prodamat.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Program pemberdayaan umat yang berjudul “Intervensi Pengendalian Emosi pada Santri Panti Asuhan Muhammadiyah Al-Amin” merupakan sebuah usaha dalam memberikan psikoedukasi kepada remaja yang terdapat di Santri Panti Asuhan Muhammadiyah Al Amin yang telah dilaksanakan pada tanggal 5 juli 2023. Sasaran peserta dalam kegiatan tersebut

merupakan santri SMP dan SMA di Panti Asuhan Muhammadiyah Al Amin. Program tersebut dilaksanakan secara *offline* atau tatap muka dan diharapkan dapat memberikan manfaat serta wawasan bagi santri Panti Asuhan. Melalui program ini santri diharapkan dapat memahami strategi pengendalian emosi baik positif maupun negatif supaya terhindar dari perilaku kenakalan remaja di lingkungan sekolah maupun pondok.

Kegiatan pelaksanaan psikoedukasi dimulai dari sesi *opening* dan dilanjutkan dengan sesi perkenalan, lalu setelah sesi perkenalan selesai dilanjutkan dengan pemberian psikoedukasi mengenai pengendalian emosi yang dilakukan oleh pemateri. Kelanjutan dari kegiatan yaitu pemateri memberikan games yang diharapkan santri atau peserta dapat antusias selama mengikuti kegiatan dan memahami maksud dari edukasi yang telah diberikan. Adapun *games* yang diberikan yaitu berupa permainan yang melatih tentang pengendalian emosi. Peserta yang mengikuti acara ini terlihat sangat antusias dan bersemangat, hal itu terlihat saat beberapa peserta menyampaikan beberapa pertanyaan kepada pembicara. Pembicara turut memberikan contoh *real* kenakalan remaja yang terjadi di pondok dan bagaimana mengatasi hal tersebut. Pada akhir sesi materi, pembicara mengajak diskusi terkait pelajaran yang dapat diambil dari permainan yang peserta lakukan. Kemudian masing masing peserta berpendapat terkait psikoedukasi yang dilaksanakan sesuai dengan pemahaman peserta.

Acara dilanjutkan dengan sesi kesan pesan yang disampaikan baik dari peserta maupun ustadz yang mendampingi selama sesi acara berlangsung. Menurut ustadz pondok, acara ini cukup berkesan dan dapat mengedukasi santri sebagai upaya pencegahan kenakalan remaja. Hal ini sejalan dengan penelitian bahwa pemberian edukasi terkait pengendalian emosi secara efektif dapat mencegah perilaku kenakalan remaja. Remaja juga mengetahui cara-cara yang dapat digunakan untuk mengendalikan diri dari dorongan agresi yang dimiliki, dapat menempatkan teman sebaya sebagai partner dalam aktivitas-aktivitas positif, dan remaja dapat memanfaatkan sumber-sumber eksternal yang ada di lingkungannya (sekolah, rumah) untuk kepentingan positif [14].



Gambar 1. Pelaksanaan kegiatan program pemberdayaan umat



(a)



(b)



(c)

Gambar 2. Pelaksanaan kegiatan (a) Refleksi (b) Sesi *games* dan (c) Psikoedukasi.

4. KESIMPULAN

Kegiatan pemberdayaan umat di Panti Asuhan dan Pondok Pesantren Muhammadiyah Al Amin Gedongkuning Yogyakarta telah selesai dilakukan dengan baik sesuai prosedur yang ada di proposal kegiatan. Selama program pemberdayaan umat berlangsung, peserta turut antusias mengikuti acara dari awal hingga akhir acara selesai dilaksanakan. Pada sesi materi, terdapat games dan materi terkait strategi pengendalian emosi sebagai upaya pencegahan kenakalan remaja. Selain mendapat wawasan baru, peserta acara dapat memahami bahwa usia remaja rentan melakukan kenakalan remaja. Hal ini sesuai dengan tujuan dari pelaksanaan program program pemberdayaan umat pada kelompok ini.

Pelaksanaan kegiatan prodamat yang telah dilaksanakan, memberikan catatan kepada beberapa pihak yang berkaitan diantaranya perlunya evaluasi dari lembaga pendidikan muhammadiyah terkait penyebab terjadinya kenakalan remaja dan bagaimana solusi yang dapat direalisasikan untuk mengurangi bentuk kenakalan remaja di kalangan panti asuhan dan pondok pesantren muhammadiyah. Adapun hal lain yang diharapkan kepada tim program pemberdayaan umat yang memilih kegiatan pelaksanaan di tempat tersebut dapat mengembangkan bentuk kegiatannya.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] G. Marwoko, "Psikologi Perkembangan Masa Remaja", *Tasyri': Jurnal Tarbiyah-Syari'ah Islamiyah*, vol. 26, no. 01, pp. 60-75, 2019
- [2] M. Masril, O. Dakhi, T. Nasution, A. Ambiyar, "Analisis Gender Dan Intellectual Intelligence Terhadap Kreativitas", *Edukasi: Jurnal Pendidikan*, vol. 18, no. 2, pp. 182-191, 2020. <https://doi.org/10.31571/edukasi.v18i2.1847>
- [3] R. Pahlevi, *Jumlah Kasus dan Pelaku Klitih di Jogja Meningkat pada 2021*. Databoks, 2022.
- [4] Badan Pusat Statistik Kenakalan Remaja <https://www.bps.go.id/id/publication/2021/12/15/8d1bc84d2055e99feed39986/statistik-kriminal-2021.html>
- [5] SINDOnews, "Tindak Kriminalitas Anak Sangat Memprihatinkan", SINDOnews.com, 2019.
- [6] L. Karlina, "Fenomena Terjadinya Kenakalan Remaja", *Jurnal Edukasi Nonformal*, vol. 1, no. 2, pp. 147–158, 2020. <https://ummaspul.e-journal.id/JENFOL/article/view/434>
- [7] D. Sumara, S. Humaedi, and M. B. Santoso, "Kenakalan Remaja Dan Penanganannya", *Jurnal Penelitian & PPM*, vol. 4, no. 2, pp. 129–389, 2017. <https://doi.org/10.58258/jisip.v5i1.1727>
- [8] F. Butarbutar, "Pengembangan Emotional Intelligence Dalam Konteks Pekerjaan", *Jurnal Psikologi Universitas HKBP Nommensen*, vol. 6, no. 2, pp. 92-101, 2020.
- [9] D. Goleman, "HBR's 10 Must Reads on Emotional Intelligence", *Massachusetts: Harvard Business Review*, 2015
- [10] T. Rofiqah and H. Sitepu, "Bentuk kenakalan remaja sebagai akibat broken home dan implikasinya dalam pelayanan bimbingan konseling", *KOPASTA: Journal of the Counseling Guidance Study Program*, vol. 6, no. 2, 2019.
- [11] E. M. A. Eltink, J. Ten Hoeve, T. De Jongh, G. H. P. Van der Helm, I. B. Wissink, and G. J. J. M. Stams, "Stability and change of adolescents' aggressive behavior in residential youth care", *Child & Youth Care Forum: Journal of Research and Practice in Children's Services*, vol. 47, no. 2, pp. 199–217, 2018. <https://doi.org/10.1007/s10566-017-9425-y>
- [12] J. L. Fogaca, "Combining mental health and performance interventions: Coping and social support for student-athletes," *Journal of Applied Sport Psychology*, vol. 33, no. 1, pp. 4–19, 2021. <https://doi.org/10.1080/10413200.2019.1648326>
- [13] G. Y. Das and I. A. Avci, "The effect of anger management levels and communication skills of Emergency Department staff on being exposed to violence", *Medicinski Glasnik*, vol. 12,

- no. 1, pp. 99–104, 2015.
- [14] T. Suprihatin, R. Arjanggal and A. Fitriani, "Psikoedukasi Untuk Penyadaran Potensi Positif Siswa SMK Dalam Mencegah Kenakalan Remaja", *Abdimas Unwahas*, vol. 6, no. 2, pp. 126–131, 2021. <https://doi.org/10.31942/abd.v6i2.5548>
- [15] W. J. Creswell. *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2013.