

PROBLEM EMOSI DAN PERILAKU REMAJA DI WILAYAH GRESIK

Ni Nyoman Wahyu Lestarina¹

¹ STIKES Katolik St. Vincentius a Paulo Surabaya

e-mail: wahyulestarina@gmail.com

Abstract: *Adolescence is a difficult time because adolescents have their own beliefs, looks, values and norms. During adolescence there are changes in emotions, interests, social roles, attitudes and ways of thinking that often cause problems with adolescents' emotions and behavior. The purpose of this study was to describe the emotional and behavioral problems of adolescents in the Gresik district. The research project used a descriptive design. The subjects of this study were 42 interviewed in the Gresik Regency. The sampling method used intentional sampling. The measurement tool used was the Strength Difficulty Questionnaire (SDQ) to measure the emotional problems of adolescent behavior. The results of the study, in the category of behavioral difficulties, showed that 59.5% of adolescents had normal results. The emotional changes and behavior of adolescents are related to the environment in which the adolescent finds himself. The participation of family, peers and society can help shape adolescent emotions and positive behavior so that adolescents acquire good moral and social values for the adolescent development process.*

Keywords: *Emotional Problems, Behavior, Adolescence*

Abstrak: Masa remaja merupakan masa yang sulit karena remaja memiliki keyakinan, penampilan, nilai dan normanya sendiri. Pada masa remaja terjadi perubahan emosi, minat, peran sosial, sikap dan cara berfikir yang seringkali menyebabkan masalah pada emosi dan perilaku remaja. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran problem emosi dan perilaku dari remaja di wilayah Gresik. Desain penelitian menggunakan desain deskriptif. Subjek penelitian ini adalah remaja di wilayah Gresik sebanyak 42 responde. Cara pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah *Strength Difficulties Questionnaire (SDQ)* untuk mengukur problem emosi perilaku remaja. Hasil penelitian pada kategori kesulitan tingkah laku, didapatkan sebanyak 59,5% remaja memiliki hasil yang normal. Perubahan emosional dan tingkah laku remaja berhubungan dengan lingkungan remaja itu berada. Peran serta keluarga, teman sebaya dan masyarakat dapat membantu membentuk emosi dan tingkah laku positif dari remaja sehingga remaja mendapatkan nilai moral dan sosial yang baik untuk proses perkembangan remaja.

Kata kunci: Problem Emosi, Perilaku, Remaja

PENDAHULUAN

Remaja merupakan perubahan seseorang dari anak-anak menuju dewasa. Masa remaja merupakan masa yang sulit karena remaja memiliki keyakinan, penampilan, nilai dan normanya sendiri. Pada masa remaja terjadi perubahan emosi, minat, peran sosial, sikap dan cara berfikir yang seringkali menyebabkan masalah pada emosi dan perilaku remaja (Ediati, 2018). Sebanyak 80% remaja berada di negara berkembang dan jumlah populasi remaja di dunia sebanyak 29%. Pada era global seperti sekarang ini, banyak masalah dan tantangan yang dihadapi oleh remaja. Adanya perubahan fisik, psikologis dan social sering kali memicu timbulnya konflik pada remaja (Satgas Remaja IDAI, 2013). Menurut data *National Institute of Mental Health* (2019) bahwa masalah kesehatan mental remaja prevalensi paling tinggi terjadi pada usia 17 hingga 18 tahun. Angka kejadian bunuh diri di Amerika Serikat untuk individu berusia antara 15 hingga 24 tahun memiliki prevalensi 220 / 100.000 (Ivey, 2020). Hasil survey mengatakan bahwa terdapat 10-25% remaja yang mengalami gangguan mental akibat masalah yang tidak tertangani dengan baik saat kanak-kanak (Syakarofath, 2021). Dari penelitian yang dilakukan oleh Lawton & Gerdes (2014) didapatkan dari 32 peserta penelitian, 18 (7,6%) melaporkan keinginan bunuh diri, 12 (5,1%) memiliki ide bunuh diri, dan 10 (4,2%) melaporkan perilaku yang merugikan diri sendiri (Lawton and Gerdes, 2014). Data RISKESDAS 2018 didapatkan prevalensi gangguan emosional 10% terjadi pada usia 15-24 tahun (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019).

Problem emosi dan perilaku adalah gangguan yang dapat menimbulkan perubahan tingkah laku seperti dissosial dan agresif yang dapat menetap. Problem emosi dan perilaku ini sering terjadi remaja dengan penyakit kronis atau

keadaan ekonomi yang kurang. Masalah berat badan juga dapat menjadi pemicu terjadinya gangguan emosional dan perilaku pada remaja (Ivey, 2020). Banyak tantangan yang dihadapi oleh remaja seperti tuntutan sekolah, akses internet yang bebas serta masalah sosial. Remaja dituntut untuk mampu bersaing dan beradaptasi dengan lingkungannya. Pada masa remaja terjadi perubahan pada kesadaran dirinya (self image). Remaja menjadi lebih peduli terhadap pandangan orang lain terhadap dirinya. Hal ini dapat membuat masa remaja penuh dengan gejolak (Satgas Remaja IDAI, 2013). Apabila problem ini tidak diatasi dengan baik, maka dapat menimbulkan dampak merugikan bagi remaja seperti timbulnya perilaku yang melanggar hukum, kenakalan remaja, perilaku kekerasan bahkan bisa menimbulkan percobaan bunuh diri (Oktaviana and Wimbari, 2014).

Oleh karena itu, penting meningkatkan kesejahteraan, kepribadian dan psikososial remaja sehingga remaja dapat hidup dengan optimal di masyarakat. Intervensi untuk mengatasi masalah emosi dan perilaku remaja dapat disampaikan di rumah, di sekolah atau di lingkungan masyarakat. Hal ini bertujuan untuk mempromosikan dan memperkuat penerimaan diri remaja, serta rasa penguasaan diri dan harapan untuk perilaku yang baik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran problem emosi dan perilaku dari remaja di wilayah Gresik.

METODE

Desain penelitian ini yang digunakan dalam penelitian ini adalah rancangan penelitian deskriptif yang bertujuan untuk mendeskripsikan peristiwa penting yang terjadi (Nursalam, 2017). Penelitian ini ingin menggambarkan problem emosi dan perilaku pada remaja di wilayah Gresik.

Subjek penelitian ini adalah remaja di wilayah Gresik dengan kriteria inklusi: 1) Mempunyai HP android, 2) Belum menikah, 3) Bersedia menjadi responden. Cara pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan nonprobability sampling yaitu purposive sampling dimana sample diambil sesuai dengan kriteria dari peneliti (Nursalam, 2017). Sampel dipilih sesuai dengan kriteria yang diinginkan peneliti dengan jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 42 remaja.

Alat ukur yang digunakan adalah *Strength Difficulties Questionnaire* (SDQ). SDQ terdiri dari 25 poin pertanyaan yang terdiri dari 5 sub-skala yaitu: emosional, Perilaku mengganggu, hiperaktivitas-inatensi, masalah relasi dalam kelompok sebaya, dan Ketidakpedulian. Masing-masing subskala mempunyai 5 pernyataan. Skor yang diberikan pada setiap pernyataan adalah benar= 2, agak benar= 1, tidak benar= 0.

Masing-masing subskala, berada dalam rentang skor 0-10. Penjumlahan dari 4 sifat psikologis (emosional, perilaku mengganggu, hiperaktif-inatensi dan masalah relasi dengan sebaya) akan menjadi skor total kesulitan tingkah laku (Utami, 2012). Kuesioner ini telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas oleh Oktaviana and Wimbari (2014). Uji reliabilitas dengan menggunakan Alpha Cronbach mendapatkan nilai $\alpha = 0,773$. Uji kualitas skrining menggunakan ROC menghasilkan cut-off ≥ 5 , nilai sensitivitas 0,67 dengan spesifisitas 0,68 (Oktaviana and Wimbari, 2014). Data yang telah diperoleh selanjutnya di-entry dan dianalisis menggunakan software SPSS. Untuk uji komparasi dilakukan dengan menggunakan uji Mann-Whitney U-test dengan menggunakan taraf signifikansi 95%.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Tabel 1. Data Demografi Remaja di Desa Laban

Kategori	Frekuensi	Persen (%)	Mean	SD
Usia			18,1	3,176
10-14 Tahun	4	9,5		
15-19 Tahun	30	71,4		
20-24 Tahun	8	19,0		
Jenis kelamin				
Perempuan	36	85,7		
Laki- Laki	6	14,3		
IMT			21,3	3,7
BB Kurang	10	23,8		
BB Ideal	24	57,1		
BB Lebih	7	16,7		
Gemuk	1	2,4		
Pendidikan Ayah				
SD	9	21,4		
SMP	7	16,7		
SMA	20	47,6		
PT	6	14,3		
Pendidikan Ibu				
SD	16	38,1		
SMP	8	19		
SMA	13	31		
PT	5	11,9		
Masalah dengan teman sebaya				
Tidak ada	36	85,7		
Ada	6	14,3		
Masalah dengan keluarga				
Tidak ada	36	85,7		
Ada	6	14,3		
Masalah emosi (kecemasan, Depresi)				
Tidak ada	24	57,1		
Ada	18	42,9		
Melakukan Tindak Kekerasan				
Tidak	40	95,2		
Ya	2	4,8		

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa kategori usia terbanyak pada rentang 15-19 tahun yaitu 71,4%, dengan mean 18,10 dan SD $\pm 3,176$. Mayoritas responden merupakan perempuan sejumlah 85,7%.

Tabel 2. Hasil Penelitian problem emosi dan perilaku pada remaja

Kategori	Frekuensi	Persen (%)	SD
Sub skala emosional			
Abnormal	11	26,2	2,68
Borderline	4	9,5	
Normal	27	64,3	
Subskala masalah perilaku mengganggu			
Abnormal	6	14,3	1,42
Borderline	4	9,5	
Normal	32	76,2	
Subskala Hiperaktivitas			
Abnormal	2	4,8	1,67
Borderline	40	95,2	
Normal	2	4,8	
Subskala masalah dengan sebaya			
Abnormal	3	7,1	1,834
Borderline	10	23,8	
Normal	29	69,0	
Subskala prososial			
Abnormal	0	0	1,729
Borderline	4	9,5	
Normal	38	90,5	

Tabel 3. Gambaran problem emosi dan perilaku remaja di Desa Laban

	Frequency	Percent	SD
abnormal	5	11,9	3,377
borderline	12	28,6	
normal	25	59,5	
Total	42	100,0	

Dari tabel 3 dapat dilihat bahwa sebanyak 59,5% remaja memiliki kategori normal pada gambaran kesulitan tingkah laku.

Pembahasan

Dari hasil penelitian didapatkan problem emosi dan perilaku remaja sebanyak 59,5% berada pada kategori normal, akan tetapi masih ada remaja yang berada pada kategori borderline dan abnormal. Masa remaja merupakan masa transisional dari anak-anak ke remaja. Perubahan ini yang dapat membuat perubahan pada psikososial dan emosional remaja (Tambunan and Ediati, 2016). Menurut Azmi (2015) remaja seringkali mengalami masa-masa yang sulit baik dalam keluarga maupun dalam lingkungan pertemanan. Hal ini dapat menyebabkan perubahan emosi pada remaja. Remaja menjadi mudah tersinggung, cepat marah dan tidak mampu mengendalikan emosinya. Tidak jarang pula remaja mengalami kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan sehingga timbul kecemasan, rasa terasing dan menyendiri (Azmi, 2015). Pada masa remaja cenderung mengalami perubahan dalam psikososial, sehingga remaja mudah sekali mengalami perubahan emosi dan perilaku (Simanjuntak and Wulandari, 2022).

Pada hasil penelitian problem emosi dan perilaku remaja pada subskala emosional, didapatkan 11 orang (26,2%) remaja berada pada kategori abnormal. Seseorang yang memiliki kemampuan dalam mengelola emosinya, dapat menyelesaikan masalah yang sedang dihadapinya sehingga individu dapat menahan diri agar tidak melakukan hal-hal yang dapat melukai atau merugikan orang lain (Tambunan and Ediati, 2016).

Dari hasil penelitian didapatkan sebanyak 42,9 % remaja (18 orang) memiliki masalah emosi yaitu depresi atau kecemasan. Masalah emosi yang dialami remaja dapat terjadi akibat tingginya tuntutan dan tekanan yang dialami oleh remaja (Crescentini *et al.*, 2018). Stresor dalam keluarga (kekerasan dalam rumah, perceraian, kemiskinan) dan hubungan teman sebaya (*bullying*) juga dapat

menyebabkan masalah emosi pada remaja (Li *et al.*, 2019). Masalah emosional yang terjadi pada remaja dapat menyebabkan dampak buruk pada remaja seperti penurunan prestasi belajar, gangguan interaksi dalam keluarga dan teman sebaya dan dapat menyebabkan remaja melakukan tindak kenalan atau kriminalitas (Wiguna *et al.*, 2010).

Dari hasil penelitian dapat dilihat 5 remaja yang mengalami problem emosi dan perilaku, mengalami masalah pada keluarga dan teman sebaya. Pola asuh yang negatif, penolakan oleh keluarga dan ikatan emosi yang kurang dalam keluarga dapat menyebabkan gangguan tingkah laku pada remaja (Oktaviana and Wimbari, 2014). Remaja sering melakukan sikap memberontak terhadap orang tua. Mereka merasa orang tua tidak memiliki pengertian terhadap remaja. Keadaan ini akan mempengaruhi emosi remaja (Azmi, 2015). Selain itu juga, masa remaja merupakan masa dimana hubungan dengan kelompok sebaya lebih erat daripada dengan keluarga. Remaja mulai mengalami hubungan cinta dengan lawan jenis (Azmi, 2015). Permasalahan dengan teman sebaya dapat terjadi karena beberapa hal seperti keinginan diterima dalam kelompok (Syakarofath, 2021). Permasalahan yang terjadi dengan teman sebaya dapat menyebabkan remaja mengalami gangguan pada emosionalnya (Malfasari *et al.*, 2020).

Masa remaja merupakan masa dimana diperlukan perhatian khusus dari orang tua dan pihak sekolah karena

banyak permasalahan yang terjadi akibat prolem emosi dan perilaku remaja. Bimbingan dan konseling dapat dilakukan pihak sekolah untuk mencegah dan mengatasi permasalahan tersebut. Dukungan orang tua terhadap remaja juga penting untuk dapat membantu remaja mengatasi permasalahan emosi yang dialami oleh remaja (Ediati and Diponegoro, 2016).

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Dari hasil penelitian didapatkan sebagian besar remaja memiliki hasil yang normal pada problem emosi dan perilaku. Problem emosi dan perilaku remaja berhubungan dengan lingkungan remaja itu berada. Peran serta keluarga, teman sebaya dan masyarakat dapat membantu membentuk emosi dan tingkah laku positif dari remaja sehingga remaja mendapatkan nilai moral dan sosial yang baik untuk proses perkembangan remaja.

Saran

Dalam penelitian ini belum menerangkan hubungan antara gangguan psikologis remaja dengan problem emosi dan perilaku remaja. Saran untuk penelitian selanjutnya dapat dilakukan penelitian mengenai hubungan antara gangguan psikologis dengan perubahan emosi dan perilaku remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Azmi, N. (2015) 'POTENSI EMOSI REMAJA DAN PENGEMBANGANNYA', *Jurnal Pendidikan Sosial*, 2(1), pp. 36–46.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (2019) 'Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia tahun 2018', *Riset Kesehatan Dasar 2018*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, pp. 182–183.
- Crescentini, C. *et al.* (2018) 'Temperament and character effects on late adolescents' well-being and emotional-behavioural difficulties', *PeerJ*, 2018(3), pp. 1–21. Available at: <https://doi.org/10.7717/peerj.4484>.
- Ediati, A. (2018) 'STUDI EKSPLORATIF PROBLEM PERILAKU PADA

- SISWA-SISWI SEKOLAH DASAR DI KOTA SEMARANG’, in *Seminar Nasional: Penguatan Peran Keluarga Indonesia di Era Digital Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Masyarakat*. Semarang, pp. 29–30.
- Ediati, A. and Diponegoro, U. (2016) ‘Profil Problem Emosi / Perilaku Pada Remaja Pelajar SMP-SMA Di Kota Semarang Abstrak Masalah emosi dan perilaku pada anak dan’, *Jurnal Psikologi*, 14(2), pp. 190–198. Available at: <https://doi.org/10.14710/jpu.14.2.190-198>.
- Ivey, J. (2020) ‘Mental Health Screening for Children and Adolescents’, *Pediatric Nursing*, 46(1), pp. 27–31. Available at: <http://e-resources.perpusnas.go.id:2149/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=1&sid=4a798de3-d391-4057-bc8e-f485285988b8%40sdc-v-sessmgr02>.
- Lawton, K.E. and Gerdes, A.C. (2014) ‘Acculturation and Latino Adolescent Mental Health: Integration of Individual, Environmental, and Family Influences’, *Clin Child Fam Psycho Rev*, 17, pp. 385–398. Available at: <https://doi.org/10.1007/s10567-014-0168-0>.
- Li, Y. *et al.* (2019) ‘The Relationship Between Parenting Styles Practiced By Grandparents And Children’s Emotional And Behavioral Problems’, *Journal of Child and Family Studies*, 28, pp. 1899–1913.
- Malfasari, E. *et al.* (2020) ‘Kondisi mental emosional pada remaja’, *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(3), pp. 241–246.
- Nursalam (2017) *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. 4th edn. Jakarta: Salemba Medika.
- Okaviana, M. and Wimbarti, S. (2014) ‘Validasi Klinik Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) sebagai Instrumen Skrining Gangguan Tingkah Laku’, *Jurnal Psikologi*, 41(1), p. 101. Available at: <https://doi.org/10.22146/jpsi.6961>.
- Satgas Remaja IDAI (2013) *Masalah Kesehatan Mental Emosional Remaja, Ikatan Dokter Anak Indonesia*. Available at: <https://www.idai.or.id/artikel/seputar-kesehatan-anak/masalah-kesehatan-mental-emosional-remaja> (Accessed: 25 September 2020).
- Simanjuntak, J. and Wulandari, I.S.M. (2022) ‘Gangguan Emosi Dan Perilaku Remaja Akibat Kecanduan Gadget’, *Malahayati Nursing Journal*, 4(4), pp. 1057–1065. Available at: <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i4.6221>.
- Syakarofath, N.A. (2021) ‘Masalah emosi dan perilaku remaja: Studi awal masalah kesehatan mental di Kabupaten Pamekasan, Indonesia’, *Mediapsi*, 7(2), pp. 141–149. Available at: <https://doi.org/10.21776/ub.mps.2021.007.02.6>.
- Tambunan, Y.G.T. and Ediati, A. (2016) ‘Problem Emosi Remaja Ditinjau Dari Pola Asuh Orangtua: Studi Komparasi Pada Siswa Sma Parulian 1 Medan’, *Empati*, 5(2), pp. 340–347.
- Utami, D.P. (2012) *Masalah Mental dan Emosional pada Siswa SMP Kelas Akselerasi dan Reguler (Studi Kasus di SMP Negeri 2 Semarang)*. Universitas Diponegoro. Available at: <http://e-resources.perpusnas.go.id:2153/media/publications/107008-ID-masalah-mental-dan-emosional-pada-siswa.pdf>.
- Wiguna, T. *et al.* (2010) ‘Masalah Emosi dan Perilaku pada Anak dan Remaja di Poliklinik Jiwa Anak dan Remaja RSUPN dr. Ciptomangunkusumo (RSCM), Jakarta’, *Sari Pediatri*, 12(4), pp. 270–277.