

EFEKTIFITAS PSIKOEDUKASI SELF CONTROL UNTUK MENGURANGI PERILAKU KENAKALAN REMAJA

Monica Anggun Marlia¹, Ghozali Rusyid Affandi²

^{1,2}Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

anggunmarliaa@gmail.com¹, ghozali@umsida.ac²

Abstract

Adolescence is a time when a child is looking for his identity and finding out who he is. During puberty, a child usually experiences various emotional disorders which cause problems for the family and social environment. The tendency to behave mischievously, which includes any action that violates norms, is one of the problems faced by teenagers at this stage. To reduce juvenile delinquent behavior in secondary schools, this research aims to increase self-control in adolescents. This study uses a "one group pretest and post-test design", namely a quantitative research design that uses pre-experimental methods. Variable X in this study is self-control and variable Y is juvenile delinquency. The subjects in this research were Al-Islam High School class XI students, totaling 39 students. This sample was taken using a random sampling technique. The measuring instrument for this research uses a scale instrument for self-control and juvenile delinquency. Based on the results obtained from analysis using the paired t test, it showed a pre-test score of 104.128 and after being given psychoeducation, post-test measurements were then carried out which resulted in a post-test score of 89.718. This shows that self-control psychoeducation can reduce juvenile delinquent behavior.

Keywords: *Self Control, Juvenile Delinquency, Psychoeducation, High School Students.*

Abstrak

Remaja adalah masa ketika seorang anak sedang mencari identitasnya dan mencari tahu siapa dirinya. Pada masa pubertas, seorang anak biasanya mengalami berbagai gangguan emosi yang menyebabkan masalah bagi keluarga dan lingkungan sosialnya. Kecenderungan berperilaku nakal, yang mencakup setiap tindakan yang melanggar norma merupakan salah satu masalah yang dihadapi remaja pada tahap ini. Untuk mengurangi perilaku kenakalan remaja di sekolah menengah, penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan *self control* pada remaja. Studi ini menggunakan desain "one group pretest and post-test design", yaitu desain penelitian kuantitatif yang menggunakan metode pra-eksperimen. Variabel X penelitian ini adalah *self control* dan untuk variabel Y adalah kenakalan remaja. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa SMA Al-Islam kelas XI yang berjumlah 39 siswa. Pengambilan sample ini menggunakan teknik random sampling. Alat ukur penelitian ini menggunakan instrumen skala pengendalian diri dan kenakalan remaja. Berdasarkan hasil yang didapatkan dari analisis dengan menggunakan uji t berpasangan menunjukkan nilai *pre-test* sebesar 104.128 dan setelah diberikan psikoedukasi, selanjutnya dilakukan pengukuran *post-test* yang menghasilkan nilai *post*

test menjadi 89.718. hal ini menunjukkan bahwa psikoedukasi *self Control* dapat menurunkan perilaku kenakalan remaja.

Kata Kunci: *Self Control*, Kenakalan Remaja, Psikoedukasi, Siswa SMA.

A. PENDAHULUAN

Masa remaja (adolescence) adalah masa peralihan antara masa kanak-kanak dan dewasa. Masa remaja adalah masa yang penuh dengan konflik dan perkembangan emosi, karena tekanan sosial dan menghadapi situasi baru (Suri, 2020). Seorang remaja tidak dapat dikatakan sebagai anak-anak, namun ia juga belum cukup matang untuk dapat dikatakan dewasa (Netrawati, 2018). Masa remaja adalah waktu terbaiknya untuk menemukan gaya hidup yang paling cocok baginya, dan dia sering melakukannya dengan mencoba-coba, bahkan jika itu berarti banyak kesalahan. Kesalahan-kesalahan yang membuat orang lain kesal inilah yang sering disebut sebagai kenakalan remaja (Netrawati, 2018). Masa remaja dianggap sebagai usia yang paling rentan terhadap kenakalan. Rentan usia remaja menurut Supriyadi (2019) ialah usia dibawah 21 tahun. Lebih rinci dijelaskan oleh (Fahrul 2021) batas usia remaja antara 10–20 tahun, berisi 2 tahap yakni remaja awal antara 10–14 tahun dan tahap remaja akhir antara 15-20 tahun. Remaja cenderung bertindak nakal karena kenakalan remaja (Sulastri, 2020). Seperti yang diketahui sekarang ini, banyak kasus tindak kenakalan remaja. Beberapa remaja melakukan berbagai tindakan menyimpang atau negatif, yang mereka anggap wajar, terutama bagi mereka yang menganggap sebagai suatu kebanggaan (Karlina, 2019). Dalam perilakunya, remaja mengutamakan emosinya. Akibatnya, banyak perilaku remaja yang seringkali sulit diterima akal sehat. Remaja saat ini membutuhkan bimbingan dan arahan agar mereka dapat menyesuaikan diri dengan situasi dan tidak melakukan tindak kenakalan (Febrianti & Indrawati, 2023).

Maraknya pemberitaan tentang kenakalan remaja menimbulkan kekhawatiran di banyak kalangan masyarakat dan orang tua. Seperti yang di ketahui bahwa banyak kasus kenakalan remaja terjadi dengan cara ini (Sefti Rholanjiba & Nurwahidin, 2022). Beberapa remaja melakukan berbagai tindakan menyimpang atau negatif, yang mereka anggap wajar, terutama bagi mereka yang menganggap sebagai suatu kebanggaan (Karlina, 2019). Baik di rumah, di sekolah, maupun di masyarakat, kenakalan remaja merupakan masalah yang kerap kali terjadi pada remaja. Beberapa media online, televisi,

dan surat kabar menunjukkan peningkatan kasus kenakalan remaja akhir-akhir ini (Adhinda & Putri, 2019). Salah satu masalah sosial yang sering terjadi di masyarakat modern adalah perilaku menyimpang yang dilakukan oleh remaja, yang dikenal sebagai kenakalan (Supriyadi, 2019).

Kenakalan remaja adalah perubahan sikap atau perilaku yang dilakukan oleh remaja di bawah usia delapan belas tahun yang bertentangan dengan nilai dan norma umum yang ditujukan pada orang, hewan, atau barang yang dapat menimbulkan bahaya atau kerugian bagi orang lain. (Supriyadi, 2019). Kenakalan remaja adalah pelanggaran yang menyimpang dari, bertentangan dengan, atau merusak standar masyarakat. Semua pelanggaran norma yang dilakukan oleh remaja termasuk kenakalan yang dilakukan oleh remaja. Pada dasarnya, lingkungan yang mendorong remaja untuk berperilaku menyimpang adalah penyebab kenakalan remaja (Setiawan, 2021). Baik di negara maju maupun negara berkembang, masalah remaja ini semakin dirasakan oleh masyarakat. Kesusahan ini telah dirasakan oleh semua orang di Indonesia, lebih khusus bagi mereka yang tinggal di kota-kota besar. Masalah ini telah berkembang menjadi masalah nasional akhir-akhir ini, dan dianggap semakin sulit untuk dihindari, ditanggulangi, dan diperbaiki (Afrita & Yusri, 2022). Empat jenis kenakalan remaja berbeda-beda: yang pertama melibatkan korban fisik (perkelahian, perkosaan, merangkulan, dan pembunuhan), yang kedua melibatkan korban materi (perusakan, pencurian, pencopet, dan pemerasan), dan yang terakhir adalah kenakalan sosial yang tidak melibatkan korban (misalnya, pelacuran, perlindungan obat, dan hubungan seks bebas (Abidin & Wijayanti, 2021)

Berdasarkan hasil *community need assessment* (CNA) dengan menggunakan metode wawancara diperoleh data bahwa tindakan atau penyimpangan negatif yang dilakukan oleh beberapa siswa mungkin terlihat biasa-biasa saja, bahkan bagi beberapa orang yang menganggapnya sebagai suatu kebanggaan. Mereka sering menganggap perilaku ini sebagai simbol keberanian seperti merokok, minum-minuman keras. Seorang anak yang baru memasuki masa pubertas seringkali mengalami banyak masalah, menarik diri dari keluarga, dan gejala emosi, seperti masalah percintaan, keluarga bahkan pertemanan. Salah satu gambaran kenakalan yang terjadi dilingkungan sekolah adalah mencontek, mencoret-coret meja, datang terlambat, membolos serta berkelahi.

Salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya kenakalan remaja adalah *self control* lemah (Karlina, 2019). Peran *self control* pada remaja dapat mengembangkan dan

memanfaatkan potensi dirinya dalam kehidupan atau lingkungan sekitarnya, termasuk kemampuan untuk mengembangkan, membimbing, mengatur, dan mengarahkan perilaku yang positif. Self-control adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan keinginan atau dorongan sesaat untuk bertindak dengan cara yang tidak sesuai dengan norma sosial (Rahmadani, 2022). (Maiseptian & Dewita, 2021) menjelaskan *self control* adalah kemampuan untuk mengendalikan tingkah laku sendiri, serta kemampuan untuk menghentikan atau menghentikan tingkah laku impulsif atau impulsif. Oleh karena itu, *self control* dapat di artikan mengontrol perilaku laku seseorang yang memiliki kecenderungan berpikir positif (Dzakkii, 2023). *Self control* dapat diartikan sebagai perasaan bahwa seseorang memiliki kemampuan untuk membuat keputusan dan mengambil tindakan yang efektif untuk mencapai tujuan (Rusdiyanti, 2018). Kurangnya kontrol diri dapat menyebabkan berbagai masalah, seperti kenakalan remaja (Rusdiyanti, 2018). Kegagalan remaja untuk mengembangkan *self control* yang cukup juga dapat diartikan sebagai kenakalan (Abidin & Wijayanti, 2021). Kebanyakan remaja yang melakukan kenakalan tidak menyadari perbedaan antara perilaku yang dapat diterima dan perilaku yang tidak dapat diterima . (Sulastri, 2020).

Maiseptian & Dewita (2021) menjelaskan bahwa *self control* ialah kemampuan seseorang untuk membaca masalah sendiri dan lingkungannya. Selain itu, Anda harus memiliki kemampuan untuk mengendalikan dan mengelola komponen perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk berpartisipasi dalam sosialisasi. Seseorang juga harus tahu bagaimana mengendalikan kecenderungan untuk menarik perhatian, selain itu seseorang harus tahu bagaimana mengubah perilaku untuk memenuhi standar orang lain, menyenangkan orang lain, dan selalu sesuai dengan orang lain, dan menyembunyikan perasaannya (Pujirahayu, 2018).

Individu yang memiliki self-control tinggi, akan berperilaku lebih positif dan bertanggung jawab, seperti tanggung jawab belajar sebagai siswa (Supriyadi, 2019) . Jika *Self control* pada seseorang rendah, mereka akan sulit mengendalikan emosi, yang dapat menyebabkan masalah (Salsa, 2023). Remaja yang memiliki *self control* tinggi memiliki kemampuan untuk mengarahkan diri untuk menghindari perilaku yang berdampak negatif pada dirinya sendiri (Maiseptian & Dewita, 2021). Remaja yang memiliki *self control* yang tinggi juga dianggap memiliki kemampuan untuk mengantisipasi keadaan, baik yang menguntungkan maupun yang buruk, yang berasal dari lingkungan mereka (Adhinda & Putri, 2019).

Hasil penelitian Fahru, (2021) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara *self control* dengan kenakalan remaja Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Netrawati, (2018) yang berjudul “Hubungan antara *self control* dengan kecenderungan perilaku kenakalan pada siswa kelas X di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta, ditemukan hubungan positif antara kemandirian diri dan kenakalan remaja. Variabel kedua yang negatif ditunjukkan oleh koefisien korelasi negatif: semakin tinggi kemandirian diri, semakin rendah kenakalan remaja, dan sebaliknya, semakin rendah kemandirian diri, semakin tinggi kenakalan remaja. (Oktaviani & Satria, 2019).

Berdasarkan analisis situasi di atas, perlu ada cara untuk mengatasi masalah kenakalan remaja ini agar tidak berkembang menjadi masalah yang lebih serius. Salah satu cara untuk mengurangi perilaku kenakalan remaja, maka diperlukan treatment melalui psikoedukasi *self control* dengan menerapkan program psikoedukasi *self control* untuk mencoba mengurangi perilaku kenakalan remaja pada jenjang menengah atas. Sehingga penelitian ini memiliki tujuan dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh psikoedukasi *self control* terhadap penurunan perilaku kenakaln remaja pada siswa SMA.

B. METODE PENELITIAN

Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan model one group pretest and post-test design untuk menunjukkan dampak penerapan model di kelas eksperimen (Wahyuni, 2019). Penelitian ini menggunakan metode pra eksperimen. Pra eksperimen adalah penelitian yang dilakukan sebelum perlakuan atau intervensi. Ini digunakan ketika peneliti tidak memiliki kontrol penuh atas variabel yang diteliti. Peneliti tidak memilih kelompok pra- eksperimen dan kelompok kontrol secara acak. Sebaliknya, peneliti hanya melihat bagaimana perlakuan berdampak pada suatu kelompok atau individu. Mereka tidak membandingkannya dengan kelompok lain yang tidak menerima perlakuan (Wahyuni, 2019).

Table 1. Rancangan Eksperimen

	<i>Pretest</i>	<i>Perlakuan</i>	<i>Posttest</i>
<i>Exsperimantal group</i>	O1	X	O2

Keterangan:

O1: Pengukuran sebelum perlakuan/treatment

O2: Pengukuran sesudah perlakuan/treatment

X: Perlakuan (treatment)

Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah siswa SMA Al-Islam kelas XI yang berjumlah 39 siswa. Pengambilan subjek menggunakan teknik random sampling. Subjek terdiri dari 21 siswa perempuan dan 18 siswa laki-laki.

Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan instrumen skala kenakalan remaja dan *self control*. Skala ini digunakan untuk mengukur kontrol diri dan kenakalan remaja yang diadaptasi dari Rahmadani, (2022) berdasarkan alat ukur milik Amriël, (2015) yang di sesuaikan ke dalam Bahasa Indonesia untuk pengukuran kontrol diri, terdiri dari 32 item. Koefisien reliabilitas skala kontrol diri yang disesuaikan ke dalam bahasa Indonesia oleh Rahmadani, (2022) adalah sebesar 0,915, dan reliabilitas skala kecenderungan kenakalan remaja sebesar 0,885 dengan beberapa aitem yang telah gugur, sehingga menyisakan 30 aitem yang dapat diterima.

Instrument yang digunakan mengacu pada aspek Jensen dalam Sarwono, (2001), yaitu: Perilaku yang melanggar status membahayakan diri sendiri, menyebabkan korban materi dan fisik pada orang lain.

Berikut adalah link skala kenakalan remaja dan *self control* :

https://drive.google.com/file/d/1zDtzsVaAYeIgB-Vugl2IwawxQua8yYVZ/view?usp=drive_link

Metode Pelaksanaan

Table 2. Prosedur Eksperimen

Tahap 1 Perencanaan	<ul style="list-style-type: none"> • Pada tahap persiapan peneliti melakukan survei dan wawancara terhadap guru BK dan menentukan subjek yang akan diteliti. Disini peneliti hanya menggunakan satu kelas yang akan diambil secara acak menjadi kelompok eksperimen.
------------------------	---

-
- Mencari informasi tentang kenakalan remaja melalui jurnal, penelitian, atau pengabdian masyarakat serupa. Selanjutnya observasi dasar dilakukan pada siswa kelas XI dengan melakukan kegiatan need assessment. Berdasarkan observasi dan studi pustaka dari berbagai sumber selanjutnya diidentifikasi permasalahan dan penanganannya. Untuk mengukur kognitif atau pengetahuan siswa dilakukan pre-test. Pada tahap kedua, dilanjutkan dengan pemberian materi psikoedukasi untuk mencegah perilaku kenakalan remaja. Siswa perlu diberikan pengetahuan dan pemahaman tentang diri mereka dan faktor-faktor penyebab perilaku kenakalan remaja serta cara meminimalisir perilaku tersebut dengan *self control*.
 - Selanjutnya, guru BK akan memberi tahu siswa yang menjadi subjek bahwa peneliti akan melakukan sejumlah tes. Setiap siswa dalam kelompok akan diberi skala perilaku kenakalan remaja, seperti kegiatan awal, atau pra-tes.

Tahap 2
Pelaksanaan

- Pada kegiatan psikoedukasi yang telah dilaksanakan terkait pemahaman *self control* dan kenakalan remaja. Kegiatan psikoedukasi yang dilaksanakan pada tanggal 23 November 2023, dimulai pukul 08.00–11.00 WIB. kegiatan psikoedukasi dimulai dengan icebreaking yang dipandu oleh tim psikoedukasi. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk membuat peserta merasa nyaman dalam kegiatan tersebut, membangun kedekatan yang baik antara tim psikoedukasi dan siswa, dan menumbuhkan semangat antara peserta terhadap kegiatan yang akan datang sehingga siswa merasa siap dan siap untuk melakukannya.
 - Kegiatan selanjutnya adalah peserta diberikan link Google formulir untuk diisi sebagai pre-test skala *self control* dan kenakalan remaja yang dikerjakan selama 15 menit yang bertujuan untuk mengukur pemahaman siswa sebelum kegiatan psikoedukasi dimulai
-

- Kegiatan selanjutnya yakni program psikoedukasi *self control* yang dilakukan dengan bentuk ceramah dan percakapan. Diskusi merupakan kegiatan yang menyenangkan, menarik, dan kreatif. Selama diskusi, peserta dapat memahami satu sama lain, perspektif masing-masing, dan masalah yang dibahas dengan berkolaborasi dan mengungkapkan ide-ide mereka. Pemateri mencoba menceritakan topik diskusi dengan pengalaman langsung peserta agar mereka lebih aktif mengikutinya. Dalam sesi ini, tim psikoedukasi menggunakan berbagai metode pembelajaran, seperti ceramah dan diskusi. Mereka juga menggunakan LCD dengan gambar representatif untuk menunjukkan materi dan mengajarkan partisipan tentang kontrol diri dan kenakalan remaja. Narasumber juga memberikan pemahaman kepada siswa mengenai hubungan kontrol diri dengan tingkat kenakalan remaja.

Tahap 3
Evaluasi

- Tahap evaluasi dilakukan dengan menyebarkan skala post test.
- Evaluasi psikoedukasi kenakalan remaja dilakukan dengan membandingkan nilai pre test dan post test.

Analisa Data

Analisis data menggunakan software Jeffrey's Amazing Statistics Program (JASP). Uji statistik yang digunakan adalah uji t-berpasangan atau Paired Sample T-Test. Salah satu cara untuk menguji hipotesis adalah uji t berpasangan, yang menggunakan data yang tidak bebas (berpasangan). Kasus berpasangan biasanya melibatkan satu subjek (objek penelitian) menerima dua jenis perlakuan yang berbeda. Dengan kata lain, meskipun menggunakan subjek yang sama, peneliti tetap memperoleh dua jenis data sampel, yaitu data dari perlakuan pertama dan kedua (Christie, 2018).

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Tabel 3. Analisis Deskriptif

Descriptives			N	Mean	SD	SE	Coefficient of variation
Pre Test	Kenakalan	Remaja	39	104.385	8.45	1.353	0.081
Post Test	Kenakalan	Remaja	39	89.718	8.712	1.395	0.097

Tabel 1. menunjukkan bahwa data yang dapat dijelaskan dari 39 siswa menunjukkan nilai rata-rata kenakalan remaja sebesar 104.128 sebelum diberikan psikoedukasi dan nilai yang terlihat menurun menjadi 89.718 setelah diberikan. Ini menunjukkan bahwa kenakalan remaja telah berkurang pada siswa SMA setelah diberikan psikoedukasi.

Tabel 4. Uji Asumsi

Test of Normality (Shapiro-Wilk)						
					W	p
Pre Test	-	Post Test	Kenakalan	Kenakalan	0.968	0.321
Remaja		Remaja				

Note. Significant results suggest a deviation from normality.

Berdasarkan Tabel 2. Menunjukkan bahwa pengecekan asumsi normalitas data (Shapiro-Wilk) tidak signifikan $P = 0.321 > 0.05$. Hal ini dapat di artikan bahwa uji asumsi normalitas data (shapiro-Wilk) terdistribusi normal.

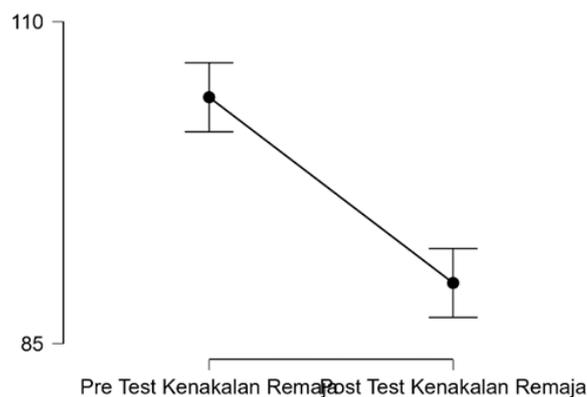
Tabel 5. Uji Hipotesis

Paired Samples T-Test								
Measure 1	Measure 2	t	df	p	Mean Difference	SE Difference	Cohen's d	SE Cohen's d

Pre Test - Post Test	7.732	38	< .001	14.667	1.897	1.238	0.294
Kenakalan Remaja	Kenakalan Remaja						

Note. Student's t-test.

Berdasarkan Tabel 3. Menunjukkan hasil uji-t sampel berpasangan terdapat perbedaan yang signifikan pada pemahaman siswa sebelum psikoedukasi kenakalan remaja dan sesudah psikoedukasi kenakalan remaja dengan perbedaan rerata 14.667 (Mean Difference), t score = 7.732 dan $p = 0.001 < 0.05$. Nilai Cohen's d menunjukkan adanya efek yang besar yaitu 1.238. Hal ini menunjukkan adanya penurunan kenakalan remaja pada siswa SMA setelah diberikan psikoedukasi dapat dilihat pada grafik 1 dibawah ini.



Pembahasan

Hasil menunjukkan bahwa psikoedukasi *self control* terbukti efektif untuk menurunkan tingkat kenakalan remaja pada kelompok eksperimen. Hasil penelitian ini sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Munawaroh dalam Suri, (2018) yang berjudul “Hubungan antara *self control* dengan kecenderungan perilaku kenakalan remaja terdapat hubungan positif antara *self control* dengan kenakalan remaja pada siswa kelas X di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta. Adanya perbedaan yang. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Siwalima, (2020) juga menyatakan bahwa tindakan berlebihan (overt behavior) individu dipengaruhi secara signifikan oleh pengetahuan kognitif sehingga hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa pemberian psikoedukasi

tentang *self control* dapat meningkatkan kemampuan untuk menyerap dan menerima data, pengetahuan dan wawasan seseorang menjadi lebih luas. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0.001 < 0.05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh edukasi *self control* terhadap tingkat kenakalan remaja pada remaja SMA Al Islam Krian Sidoarjo.

Sejalan dengan tujuan psikoedukasi ini yakni untuk meningkatkan *self control*, mengurangi perilaku kenakalan remaja, pemahaman bahaya kenakalan remaja dan efeknya pada diri sendiri. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa orang yang memiliki kontrol diri yang tinggi akan lebih mudah untuk memahami bahaya perilaku remaja dan dampak negatifnya terhadap kehidupan mereka. Peneliti menggunakan psikoedukasi pengendalian diri untuk menurunkan perilaku remaja karena ini dapat membantu siswa belajar tentang bahaya perilaku remaja, mengenali kelebihan dan kekurangan mereka sendiri, menetapkan tujuan, menerima dan bersikap terhadap umpan balik orang lain, dan belajar untuk mengendalikan diri sendiri. *Self control* juga dapat memberikan kesempatan untuk meningkatkan motivasi dan mendorong siswa untuk lebih terlibat dalam pembelajaran sehingga mereka berusaha untuk menentukan seberapa efektif pembelajaran. Psikoedukasi pengendalian diri ini mengubah tingkat kepercayaan diri individu dengan mengarahkan perilakunya sehingga dapat mengontrol keinginan siswa untuk bertindak di luar kendali.

Self control sangat penting untuk ditanamkan pada siswa supaya mereka dapat menjadi individu yang mampu mengendalikan sikap, perilaku, dan tindakan mereka sendiri. Ini karena siswa kadang-kadang tidak memiliki kontrol diri sendiri dan seringkali mengikuti tren terbaru yang mungkin tidak baik untuk mereka sendiri. Psikoedukasi tentang kontrol diri dapat membantu siswa menjadi lebih waspada dalam bertindak karena kontrol diri sangat penting bagi seorang siswa, terutama bagi siswa SMK yang akan bekerja di masa depan. Ini karena memiliki kontrol diri yang baik akan menghasilkan efisiensi diri yang lebih tinggi, yang akan berdampak pada bagaimana mereka berperilaku di masa depan (Maiseptian & Dewita, 2021). Selain memiliki kemampuan untuk menyelesaikan tugas-tugas yang sesuai dengan tahap perkembangannya, siswa yang memiliki pengendalian diri akan memiliki keyakinan bahwa mereka melakukan upaya dalam diri mereka untuk memperoleh pengendalian diri yang sesuai dengan norma masyarakat. Kontrol diri dapat dicapai dengan meningkatkan nilai diri siswa dengan memberikan dukungan dan penilaian positif atas diri mereka sendiri. Siswa yang memiliki kontrol diri tidak dapat menilai kemampuan mereka secara objektif, yang berarti mereka

tidak dapat bergantung pada kemampuan mereka. (Maiseptian & Dewita, 2021). Siswa dapat menyelesaikan tugasnya dengan rasa percaya diri dan yakin akan kemampuan dan harga dirinya dan tidak berpengaruh oleh orang lain (Chen, 2023).

Psikoedukasi pengendalian diri yang efektif dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa. Oleh karena itu, peneliti berharap siswa tetap mempertahankan dan mengurangi tingkat kenakalan remaja. Hal ini karena memiliki kontrol diri yang sangat penting untuk mendorong siswa bertindak sesuai dengan norma di lingkungan mereka. Kontrol diri siswa dapat dibangun dengan memberikan penilaian positif atas dirinya dan mendapatkan dukungan dari keluarga, sekolah, teman, dan masyarakat mereka. Siswa dapat mengontrol sikap, perilaku, dan tindakan mereka sendiri tanpa dipengaruhi oleh orang lain. (Wahyuni, 2019). Dengan tujuan psikoedukasi yang efektif yang meningkatkan kepercayaan diri siswa, peneliti berharap siswa akan terus meningkatkan dan mempertahankan rasa kontrol diri mereka. Ini karena kontrol diri sangat penting untuk mendorong siswa agar berhasil dalam lingkungannya (Maiseptian & Dewita, 2021). Sekolah juga perlu membantu siswa dalam mencapai keberhasilan dengan memberikan bimbingan dan membentuk cara berpikir dan kepribadian siswa agar kemampuan dan ketekunan belajar mereka tetap terjaga.

Keterbatasan penelitian ini adalah hanya menggunakan metode pra eksperimen sehingga kontrol minimal terhadap variabel lain yang mungkin mempengaruhi hasil penelitian. Selain itu, sulit untuk menentukan apakah perbedaan yang diamati disebabkan oleh perlakuan atau faktor lain karena tidak ada kelompok kontrol.

D. KESIMPULAN

Kesimpulan dari Psikoedukasi ini adalah kegiatan dilakukan sesuai dengan metode pelaksanaan yang dirancang. Hasil uji-t sampel berpasangan terdapat perbedaan yang signifikan pada pemahaman siswa sebelum psikoedukasi kenakalan remaja dan sesudah psikoedukasi self control. Hal ini menunjukkan adanya penurunan kenakalan remaja pada siswa SMA setelah diberikan psikoedukasi self control. Keterampilan psikoedukasi self control membantu remaja mengatasi masalah dan meminimalkan tingkat kenakalan. Hal tersebut dapat diartikan bahwa pemberian materi self control dan kenakalan remaja membawa pengaruh lebih baik untuk pemahaman siswa

Harapan untuk pihak sekolah kegiatan ini dapat memiliki efek positif jangka panjang pada siswa untuk meningkatkan keterampilan pengendalian diri mereka. Untuk

memastikan bahwa kegiatan ini memenuhi kebutuhan evaluasi siswa, koordinasi antara tim psikoedukasi, guru, dan siswa harus direncanakan dengan baik. Harapan untuk peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan keterbatasan pada penelitian ini dan dapat mengembangkan metode yang lebih baik untuk penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, Z., & Wijayanti, I. (n.d.). *Peranan pendidikan moral dan kontrol diri Lawrence Kohlberg dalam penanggulangan anarkhisme remaja*. *Journal pendidikan*, 74–79. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v15i2.164> 6(2), 2022.
- Adhinda, D., & Putri. (2019). *Hubungan pola asuh otoritatif dan kontrol diri dengan sikap remaja terhadap perilaku seks bebas*. 6(1), 9–16. <http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/consilium>
- Afrita, F., & Yusri, F. (2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi kenakalan remaja. *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 2(1), 14–26. <https://doi.org/10.56248/educativo.v2i1.101>
- Chen, Y., Lu, J., Wang, L., & Gao, X. (2023). Effective interventions for gaming disorder: A systematic review of randomized control trials. In *Jurnal Psychiatry* (Vol. 14). Frontiers Media S.A. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2023.1098922>
- Dzakkii, A. S., Soesanto, E., & Kurniawan, R. (2023). Peran pendidikan karakter dalam meminimalisir kenakalan remaja. *Jurnal pendidikan, JIP*, 1, 1264–1272.
- Fahrul Rulmuzu. (2021). *Kenakalan remaja dan penanganannya*. *Al-Mahira: Jurnal Penelitian Dan Kajian Sosial Keagamaan*, 18(1), 62–71. <https://doi.org/10.46781/al-mahira.v18i1.263>
- Febrianti, K. U., & Indrawati, E. (2023). *Kematangan emosi dan kontrol diri dengan kenakalan remaja*. 7(3). <https://doi.org/10.37817/ikraith-humaniora.v7i3>
- Karlina. (2019). *Fenomena terjadinya kenakalan remaja*. *Al-Mutharahah: Jurnal Penelitian Dan Kajian Sosial Keagamaan*, 18(1), 62–71. <https://doi.org/10.46785/al-mutharahah.v18i1.263>
- Kesehatan Siwalima, K., Pricilia Yunika, R., Zulfikar Al Fariqi, M., Cahyadi, I., & Fitria Rahmiati, B. (n.d.). *Pengaruh edukasi PHBS terhadap tingkat pengetahuan pada Yayasan Jage Kestare*. <https://ojs.ukim.ac.id/index.php/KKS>

-
- Maiseptian, F., & Dewita, E. (n.d.-a). Self control mahasiswa perempuan pengguna smartphone serta implikasinya dalam bimbingan konseling islam. *JOURNAL*, 11(1), 2021. <http://kafaah.org/index.php/kafaah/index>
- Maiseptian, F., & Dewita, E. (n.d.-b). Self control mahasiswa perempuan pengguna smartphone serta implikasinya dalam bimbingan konseling islam. *journal*, 11(1), 2021. <http://kafaah.org/index.php/kafaah/index>
- Netrawati. (2018a). *Upaya guru bk untuk mengentaskan masalah-masalah perkembangan remaja dengan pendekatan konseling analisis transaksional. Jurnal pendidikan konseling* <http://kafaah.org/index.php/kafaah/index>
- Netrawati, K. Y. K. (2018b). *Upaya guru bk untuk mengentaskan masalah-masalah perkembangan remaja dengan pendekatan konseling analisis transaksional. Psyche 165 Journal*, 74–79. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v15i2.164>
- Oktaviani Za, O., & Satria, I. (n.d.). *Pengaruh interaksi sosial dalam keluarga terhadap kenakalan remaja* (Vol. 4, Issue 3). <https://ummaspul.e-journal.id/JENFOL/article/view/434>
- Puji Rahayu, L. (2018). *Pengaruh pola asuh orang tua dan kontrol diri terhadap perilaku agresif. Psyche 198 Journal*, 6(2), 257–266.
- Rahmadani, S., & Okfrima, R. (2022). Kontrol diri dan kenakalan remaja pada siswa. *Psyche 165 Journal*, 74–79. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v15i2.164>
- Rusdiyanti, I., Fahrurazi, S. A., Fakultas, K., Masyarakat, U., Islam, K., Arsyad, M., & Banjari, A. (n.d.). *Faktor-faktor yang melatarbelakangi kenakalan pada remaja di yayasan “wagas limpua” Banjarmasin. Psyche 125 Journal*, 74–79. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v15i2.164>
- Salsa, T., Azzahra, B., Noviekayati, I., & Rina, A. P. (2023). Kenakalan pada remaja: Bagaimana peranan kontrol diri ? *INNER: Journal of Psychological Research*, 3(1), 223–233.
- Sefti Rholanjiba, O., & Nurwahidin, M. (2022). Konsep diri terhadap kenakalan remaja dalam perspektif filsafat ilmu. In *Online) Journal of Educational and Language Research* (Vol. 2, Issue 4). <http://bajangjournal.com/index.php/JOEL>
- Setiawan, F., Taufiq, W., Puji Lestari, A., Ardianti Restianty, R., & Irna Sari, L. (2021). Kebijakan pendidikan karakter dalam meminimalisir kenakalan remaja. *Al-*

Mutharahah: Jurnal Penelitian Dan Kajian Sosial Keagamaan, 18(1), 62–71.

<https://doi.org/10.46781/al-mutharahah.v18i1.263>

Sulastrri, Eti hayati, & Aulia Nursyifa. (2020). *Dampak kenakalan remaja untuk meningkatkan kesadaran dari bahaya kenakalan remaja bagi masa depan*. *Journal*,

104–116 <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v15i2.164>

Supriyadi Ibnu. (2019). Sosialisasi kenakalan remaja milenial. In *Jurnal PELITA ILMU* (Vol. 2, Issue 2).

Suri¹, S. I., Damaiyanti², S., Gita³, L. P., Yarsi, S., & Bukittinggi, S. (n.d.). *Hubungan self control dengan kenakalan remaja di SMK pembina bangsa kota Bukittinggi*.

Journal, 45–52. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v15i2.164>

Wahyuni, S., Studi Bimbingan dan Konseling, P., Keguruan dan Ilmu Pendidikan, F.,

Tanjungpura Jl Hadari Nawawi, U., & Barat, K. (n.d.). Efektivitas konseling

kelompok menggunakan teknik WDEP dalam meningkatkan self-control siswa di

MTs negeri 2 Pontianak. In *Jurnal Pendidikan Sosial* (Vol. 10, Issue 3).