

Psikososial Remaja di Sekolah Menengah Kejuruan Kota Depok

Azkiyah Wijaya¹, Ati Kusmawati²

Universitas Muhammadiyah Jakarta

e-mail: azkiyahwijaya4@gmail.com

Abstract: Adolescence is a transition period where a person experiences a change from children to adults, if at this time a person cannot control himself, it will cause problems for him. Psychosocial problems for him. Psychosocial problems are one of the most vulnerable problems experienced by adolescents, psychosocial disorders that occur in a teenager can arise from family, peer theme problems, someone's death, having certain diseases and so on. According to (Patricia, 2012) psychosocial problems include grieving, hopelessness, anxiety, stress, depression, helplessness, body image disturbance, and HDR situasional. This study is a descriptive study to describe the psychosocial problems of adolescents at the YADIKA 12 Vocational High School (VHS) Depok. In this study, Erikson's theory of psychosocial development was used to determine the psychosocial development experienced by adolescents at their age. The results showed that there were psychosocial problems of adolescents at YADIKA 12, namely grief, hopelessness, anxiety, stress, and helplessness.

Keywords: Youth, Psychosocial, School

Abstrak: Remaja merupakan masa transisi dimana seseorang mengalami perubahan dari anak-anak menuju dewasa, jika pada masa remaja ini seseorang tidak dapat mengendalikan dirinya akan menimbulkan masalah-masalah pada dirinya. Masalah psikososial merupakan salah satu masalah yang rentan dialami remaja, gangguan psikososial yang terjadi pada seorang remaja dapat timbul dari keluarga, permasalahan tema sebaya, kematian seseorang, memiliki penyakit tertentu dan lain sebagainya. Menurut (Patricia, 2012) masalah psikososial diantaranya adalah Berduka, keputusasaan, kecemasan, stress, depresi, ketidakberdayaan, gangguan citra tubuh, dan HDR situasional. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif untuk menggambarkan masalah psikososial remaja di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) YADIKA 12 Depok. Dalam penelitian ini, teori perkembangan psikososial Erikson digunakan untuk mengetahui perkembangan psikososial yang dialami remaja pada usianya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ditemukan masalah psikososial remaja di SMK YADIKA 12 yaitu Berduka, keputusasaan, kecemasan, stress, dan ketidakberdayaan.

Kata Kunci: Remaja, Psikososial, Sekolah

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa dimana seseorang mengalami transisi dari masa anak-anak menuju dewasa, masa remaja adalah salah satu fase pertumbuhan manusia, dimana masa ini dianggap sebagai masa labil yang penuh stress dan konflik, pada masa remaja ini harus dilakukannya penyesuaian diri dengan perubahan emosi yang meningkat, pencarian jati diri dan pemisahan diri dari perilaku kanak-kanak menuju ke pendewasaan diri, pada masa remaja ini individu banyak sekali mengalami perubahan terutama mengenai persoalan emosi, remaja cenderung memiliki emosi yang tidak stabil dan labil. Masa ini merupakan proses pendewasaan diri, dimana remaja dianggap lebih mampu mengambil keputusan untuk dirinya sendiri dibandingkan anak-anak namun jika pada masa remaja ini individu tidak dapat mengendalikan emosinya akan menimbulkan masalah-masalah pada dirinya, masalah pada keluarga, masyarakat dan lingkungan sekitarnya.

Menurut erikson salah satu tugas perkembangan pada masaremajanya adalah menyelesaikan krisis identitas yang merupakan tantangan psikososial selama masa remaja. Apabila keputusan yang diambil dalam menghadapi konflik tidak tepat, mereka akan jatuh ke dalam perilaku berisiko dan mungkin harus menanggung akibat jangka pendek dan jangka panjang dalam berbagai masalah kesehatan fisik dan psikososial. Pengembangan identitas diri yang tidak kuat pada masa remaja juga dapat mengakibatkan masalah psikososial pada remaja seperti: harga diri rendah, gangguan citra diri, depresi atau bunuh diri, prestasi sekolah rendah, penggunaan narkoba, dan perilaku berisiko lainnya.

Kenakalan remaja dan psikososial diri remaja menjadi bagian penting dalam tumbuh kembang remaja itu sendiri yang akan mempengaruhi identitas diri. Remaja yang mampu mengendalikan dirinya akan terhindar dari kenakalan pada masa remaja, Luluk Ifadah (2019).

Remaja yang memiliki masalah atau gangguan psikososial harus segera mendapatkan penanganan karena jika dibiarkan akan berdampak dan dapat merugikan diri sendiri dan lingkungannya. Berdasarkan data hasil kajian Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan 2020 tercatat sebanyak 4,3 persen laki-laki dan 5,9 persen perempuan ditingkat SMP dan SMA memiliki keinginan bunuh diri. Namun masalah psikososial yang dialami pada anak dan remaja belum banyak disadari dan diketahui oleh berbagai pihak, termasuk tenaga pendidik di satuan pendidikan, yang mengakibatkan guru dan pihak sekolah memberikan penanganan yang kurang tepat pada anak tersebut.

Di Indonesia terdapat 19 juta penduduk yang berusia diatas 15 tahun mengalami gangguan mental emosional dan lebih dari 12 juta orang berusia diatas 15 tahun mengalami depresi. Hasil skrining yang dilakukan oleh Direktorat P2MKJN (Pencegahan dan Pengendalian Masalah Kesehatan Jiwa dan NAPZA) Kemenkes RI dan Pengurus Pusat Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PP PDSKJI) pada 1300 siswa SMA di Jakarta Selatan menunjukkan bahwa 30% siswa berisiko mengalami depresi, sedangkan 10% lainnya memiliki gangguan emosional (Sukmasari, 2016). Menurut penelitian (Keliat et al., 2010), yang dilakukan pada SMA di Kota Depok ditemukan 71% dari 299 remaja di SMAN kota Depok diantaranya mengalami depresi yang juga berisiko

melakukan tindak bunuh diri.

Salah satu Sekolah di kota Depok yaitu SMK YADIKA 12 memiliki tugas untuk para siswanya yang bernama jurnal feelings yang diberikan oleh guru bk pada siswanya, yang sudah berjalan lebih beberapa pilihan perasaan seperti Senang, Marah, Frustrasi, dan sakit dari akumulasi jurnal tersebut guru bk mengamati bahwa terdapat beberapa siswa yang memiliki masalah psikososial. Berdasarkan data dan hasil pra riset di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yaitu dengan menganalisa masalah psikososial remaja di Sekolah tersebut agar dapat mengidentifikasi apa saja yang menjadi masalah psikososial dan mendapatkan gambaran mengenai permasalahan psikososial yang dialami oleh remaja di SMK YADIKA 12.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan metode deskriptif. Penelitian Kualitatif adalah suatu penelitian yang ditunjukkan untuk mendeskripsikan dan menganalisa fenomena, peristiwa, aktivitas, social, sikap, kepercayaan, persepsi, pemikiran orang secara individual maupun kelompok (Bachtiar, 2010).

Metode penelitian deskriptif mendasar analisisnya pada data yang dikumpulkan berupa kata-kata, gambar dan bukan angka-angka untuk mendapatkan deskripsi yang objektif. Bertujuan untuk memberikan gambaran yang lebih detail yaitu menggambarkan secara jelas lokasi dan objek penelitian, sistematis, factual dan akurat mengenai masalah-masalah yang dibahas sesuai data yang ditemukan di lapangan (Moleong, 2002:11).

Metode ini merupakan metode yang lebih menekankan pada aspek pemahaman secara mendalam terhadap suatu masalah tertentu daripada melihat permasalahan untuk penelitian generalisasi. Metode penelitian ini lebih dominan menggunakan teknik analisis mendalam, yaitu dengan cara mengkaji masalah perkasus. Tujuan dari metodologi ini bukanlah suatu generalisasi tetapi pemahaman secara mendalam terhadap suatu masalah.

Hasil dan Pembahasan

Psikososial merupakan, istilah yang digunakan oleh Erik H. Erikson, seorang psikolog yang melakukan penelitian mengenai tahapan perkembangan emosional manusia. Teori Erikson terkait perkembangan psikososial ini merupakan teori yang terkenal tentang kepribadian berkembang dalam beberapa tahapan, seperti halnya Sigmund Freud. Teori psikososial disebutkan bahwa tahap perkembangan individu selama siklus hidupnya dibentuk oleh pengaruh social yang berinteraksi dengan individu yang menjadi matang secara fisik dan psikologis. Erikson menyatakan bahwa pada tiap tahap perjuangan psikososial spesifik memberikan kontribusi pada pembentukan kepribadian (Feist Feist, 2010: 289). Masalah psikososial yaitu suatu kondisi yang terjadi pada individu yang mencakup aspek psikis dan sosial atau sebaliknya. Pada masa remaja akan mengalami masa transisi atau masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa kedewasaan yang ditandai dengan perubahan fisik, hormonal, psikologis, sosial dan psikososial (Batubara, 2010).

Perubahan perkembangan yang dialami remaja salah satu perkembangan yang harus diselesaikan yaitu



perkembangan psikososial selama masa remaja karena apabila remaja tidak mampu menghadapi konflik remaja akan jatuh pada perilaku beresiko berbagai masalah kesehatan fisik dan psikososial. (Azizah et al., 2018). Pada masa remaja masalah psikososial yang dapat terjadi seperti: harga diri rendah, gangguan citra diri, depresi atau bunuh diri, prestasi sekolah yang rendah, penggunaan narkoba, dan perilaku beresiko lainnya. (Azizah et al., 2018)

Sekolah bukanlah sekedar tempat untuk meraih keterampilan kognitif dan linguistik. Sekolah juga merupakan tempat berlangsungnya pertumbuhan dan perkembangan pribadi (personal development), yakni saat anak-anak dan remaja menguasai pola-pola perilakunya yang khas dan mengembangkan pemahaman diri (self-understanding), yang telah muncul semenjak masa bayi dan masa kanak-kanak. Elemen sosial di sekolah juga menjadikan sekolah sebagai tempat ideal bagi berlangsungnya perkembangan social (social development), yakni saat anak-anak muda mulai memperoleh pemahaman yang semakin baik mengenai sesama manusia, menjalin hubungan yang produktif dengan orang dewasa dan teman sebaya, dan secara berangsur-angsur menginternalisasikan pedoman-pedoman berperilaku sebagaimana ditetapkan dalam masyarakat.

Proses sosialisasi individu menurut Mohammad Ali dkk. (2010:93) terjadi pada tiga lingkungan utama, yaitu lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, dan lingkungan masyarakat. Dalam lingkungan keluarga, anak mengembangkan pemikirannya sendiri yang merupakan penguatan dasar emosional dan optimisme sosial melalui

frekuensi dan kualitas interaksi dengan orang tua dan saudara-saudaranya. Proses sosialisasi ini turut mempengaruhi perkembangan sosial dan gaya hidupnya di hari-hari mendatang. Dalam lingkungan sekolah, anak belajar membina hubungan dengan teman-teman sekolahnya yang datang dari berbagai keluarga dengan status dan warna sosial yang berbeda. Dalam lingkungan masyarakat, anak dihadapkan dengan berbagai situasi dan masalah Berduka

kemasyarakatan. Masalah-masalah Psikososial menurut (Patricia, 2012) yaitu:

- a) Keputusanasaan
- b) Ansietas
- c) Stress
- d) Depresi
- e) Ketidakberdayaan
- f) gangguan citra tubuh
- g) HDR situasional

Teori perkembangan psikososial Erikson merupakan teori yang banyak digunakan, teori tersebut meliputi delapan tahap yang saling berurutan sepanjang hidup. Hasil dari tiap tahap tergantung dari hasil tahapan sebelumnya, dan hasil yang sukses dari tiap kisis ego adalah hal yang penting bagi individu untuk dapat tumbuh secara optimal. Ego harus mengembangkan sesuai dengan kesanggupan yang berbeda-beda untuk mengatasi tiap tuntutan lalu itu terasa menyenangkan dan penarian saat ini adalah untuk mengintegrasikan tujuan hidup yang telah dikejar selama bertahun-tahun, kegagalan alam melewati tahapan ini akan menyebabkan rasa putus asa.

Berdasarkan teori menurut Patricia mengenai masalah psikososial seperti, ansietas, stress, berduka, keputusan, ketidakberdayaan, gangguan citra tubuh, HDR situasional, depresi. Dalam penelitiannya penulis menemukan bahwa terdapat 5 aspek masalah psikososial pada remaja di SMK yaitu ansietas atau kecemasan, stress, berduka, keputusan dan ketidakberdayaan, namun penulis tidak menemukan 3 aspek lainnya seperti depresi, gangguan citra tubuh dan HDR situasional. Alasan tidak ditemukannya ketiga aspek tersebut oleh penulis dalam penelitiannya yaitu:

1. Aspek masalah psikososial yaitu depresi di SMK tidak ditemukan dikarenakan informan yang penulis wawancara memiliki masalah psikososial yang digambarkan pada beberapa aspek seperti kecemasan, stress, berduka, keputusan dan belum sampai pada tahap depresi.
2. Aspek masalah psikososial gangguan citra tubuh yang tidak ditemukan di SMK, dikarenakan sekolah tersebut memiliki peraturan bagi siswanya dalam berpakaian dan penampilan siswanya untuk menunjang tata tertib dan mengajarkan siswa agar mematuhi. Seperti berpakaian rapih dan menggunakan atribut yang mendukung.
3. Aspek masalah psikososial HDR Situasional, tidak ditemukan karena mayoritas siswa di sekolah memiliki perilaku yang baik dan mempunyai hubungan yang baik antara teman sebaya. Karena sekolah memberikan peraturan mengenai akhlak dan nilai-nilai serta menanamkan moral yang baik

kepada siswanya, sehingga siswa berperilaku sesuai dengan aturan yang sekolah berikan.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan penulis dapat disimpulkan bahwa rata-rata umur responden adalah 15-17 tahun, umur tertua di usia 17 tahun. Informan berjumlah 8 siswa, 5 berjenis kelamin perempuan dan 2 laki-laki. Pada usia tersebut merupakan usia remaja yang menurut penelitian lainnya yang berkaitan dengan penelitian ini, masa remaja merupakan usia yang rentan mengalami konflik salah satunya dapat menimbulkan masalah psikososial. Erik Erikson dalam tahap perkembangan psikososialnya mengemukakan bahwa Menurut teori psikososial Erikson, remaja berada pada tahap Identity vs Identity Confusion, mereka mencari identitas dirinya melalui teman-teman, komunitas social kegiatan keagamaan, dan berbagai kegiatan berkelompok lainnya.

Remaja yang berhasil pada tugas perkembangan ini, memiliki identitas diri yang diidentifikasi, sehingga individu dapat berfungsi social, mencapai kemampuan dalam melaksanakan perannya dan berhasil mencapai identitas dirinya. Namun sebaliknya, apabila remaja gagal dalam tahap perkembangannya akan dapat kehilangan arah pada hidupnya yang dapat menimbulkan masalah-masalah pada dirinya. Masalah psikososial yang peneliti temukan pada informan remaja di SMK yaitu ansietas atau kecemasan, stress, berduka, keputusan dan ketidakberdayaan.

Daftar Pustaka

- Abu Ahmadi, 2007. Psikologi Social, Cetakan ke-3/Edisi Revisi. Jakarta: RinekaCipta.
- Gunawan, Imam. 2017. *Metode Penelitian Kualitatif Teori & Praktik*. Jakarta: PT. Bumi



- Aksara
Carole Wade, Carol Tarvis,
Maryanne Garry. 2014.
Psikologi Jilid 2. PT. Gelora
Aksara Pratama
- Bimo Walgito. 1999. Psikologi Sosial
(Suatu Pengantar).
Yogyakarta:ANDI
- Fauzan Saputra, dkk, Masalah
Psikososial Remaja di
Sekolah Asrama di Kota
Lhoukseumawe, Provinsi
Aceh, STIKes Bumi
Persada Lhoukseumawe
- Ethcyan Sari, Studi Tingkat
Pengetahuan Siswa SMK
tentang Perkembangan
Psikososial Remaja di
SMK Negeri 1 Surabaya,
Jurnal Keperawatan
STIKes
s Willian Booth Surabaya,
2015
- Danastri Prihatini, Problem
Psikososial pada Remaja
yang Orang tuanya
- Merantau, Skripsi
Program studi Psikologi
Fakultas Psikologi
Universit
as Muhammadiyah
Surakarta,2013
- Amelia Dwi Prastiwi, Arifin Nur
Budiono, Yurike Kinanthy
Karamoy, Vol.4 No.1 (2021) e-
ISSN: 2623-033X DOI:
<https://doi.org/10.36835/jcbkp.v4i1.953> “Bullying dan Kondisi
Psikososial Siswa Kelas XI
IPASMA Negeri 3 Jember”
- Arifuddin, Helena Pangaribuan
“Pengaruh Terapi Kelompok
Terapeutik Terhadap peningkatan
Perkembangan Psikososial dan
Emosi Anak Remaja” (2021) e-
ISSN: 2746-9271 Vol.2 No.1
DOI:
<https://doi.org/10.33850/mnj.v2i1.440>
- Seroan, Kezia Marsela, dkk (2020)
“Hubungan Perkembangan
Psikososial dengan
Penyimpangan Perilaku Remaja
di SMA Negeri 1 Montoling”
- Balitbang Kemenkes RI. 2013.
Riset Kesehatan
Dasar; RISKESDAS.
Jakarta: Balitbang Kemenkes RI.