BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja (*Adolescence*) adalah masa transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang terjadi pada awal usia 13 tahun hingga 16 tahun atau 17 tahun dan masa remaja akhir sekitar usia 18 tahun hingga 21 tahun (Hurlock, 1980). Hall menjelaskan bahwa masa remaja ditandai dengan konflik dan perubahan mood atau lebih dikenal dengan masa “badai dan stres”. Pada masa ini remaja mengalami banyak perubahan dalam dirinya baik dari perubahan fisik, psikis maupun sosial-emosional. Keadaan tersebut menjadikan remaja cenderung untuk menimbulkan perilaku negatif atau tidak sesuai dengan situasi tertentu (Santrock, 2011).

Berbagai macam perilaku negatif sering kita temui dilakukan oleh remaja seperti perkelahian, perundungan, pencurian dan sebagainya yang sering disebut sebagai kenakalan remaja. Kenakalan remaja meliputi semua perilaku yang menyimpang dari norma-norma hukum pidana yang dilakukan oleh remaja. Perilaku tersebut akan merugikan dirinya sendiri dan orang-orang di sekitarnya (Sumara et al., 2017).

Menurut Jasen ada empat jenis kenakalan dan kasus kenakalan di atas termasuk salah satu dari empat jenis kenakalan remaja yaitu kenakalan yang menimbulkan korban fisik pada orang lain, seperti perkelahian, pemerkosaan, perampokan, pembunuhan, dan lain-lain. Kenakalan yang menimbulkan korban materi, seperti perusakan, pencurian, pencopetan, pemerasan dan lain-lain. Kenakalan sosial yang tidak menimbulkan korban di pihak orang lain, seperti pelacuran, penyalahgunaan obat, hubungan seks bebas. Kenakalan yang melawan status, misalnya mengingkari status anak sebagai pelajar dengan cara membolos, mengingkari status orang tua dengan cara kabur dari rumah, membantah perintah (Sarwono, 2010).

Pada hari Selasa, 8 Oktober 2019 lalu di Kelurahan Sulanjana, Kecamatan Jambi Timur dilaporkan telah terjadi perkelahian antar siswa dari Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 1 Kota Jambi dimana kejadian perkelahian tersebut seakan sengaja di videokan oleh pelajar lainnya yang berada di lokasi kejadian (tirtoid.id). Melihat contoh kasus yang terjadi di salah satu sekolah menengah pertama yang ada di Kota Jambi ini maka kenakalan remaja tidak dapat dibiarkan dan dilihat sebagai hal “normal” dalam perkembangan remaja, karena akibat yang ditimbulkan dari perilaku ini menyebabkan kerugian dan dampak yang besar bagi pihak yang terlibat.

Masuknya pandemi Covid-19 ke Kota Jambi yang melumpuhkan segala aktivitas luar rumah tidak membuat kenakalan remaja itu berhenti. Modus-modus baru kenakalan remaja muncul dengan memanfaatkan teknologi yang ada saat ini, salah satunya melalui gawai. Berikut hasil wawancara peneliti dengan ASN BRSMAPK Alyatama JS mengenai kenakalan remaja di kala pandemi:

“...Ada juga yang menyamar, dia LGBT. Jadi dia modusnya berkenalan dengan anak muda kan ya, ABG. Padahal dia laki-laki, jadi dia di akunnya itu pakai foto cewek-cewek dia buat seseksi mungkin. Trus nanti dia buat cowok-cowok itu ngirim foto pap pap itu kan di kirimnya lah anak-anak cowok itu mereka telanjanglah. Jadi pemerasan, dimintanya duitnya inilah kalau engga disebarin videonya...” (Hasil wawancara dengan JS baris 27 tanggal 28 September 2020).

Pada tabel 1.1 di bawah ini adalah rincian data penghuni lembaga pembinaan khusus anak (LPKA) kekerasan seksual anak yang terjadi di seluruh kecamatan Kota Jambi, sebagai berikut:

Tabel. 1.1 Data Penghuni LPKA Muara Bulian per-Februari 2020

No.	Jenis Kasus	Jumlah anak	Jenis Kelamin	
			L	P
1.	Pencurian	6	6	-
2.	Pemerasan	1	1	-
3.	Narkotika	1	1	-
4.	Pembunuhan	4	4	-
5.	Perlindungan Anak	14	14	-
	Total	28	28	

Sumber: Raja Youth Center PKBI Jambi

Dalam usia remaja perilaku kenakalan yang merugikan tidak selalu berujung pada proses peradilan dan menerima hukuman pidana, namun ada beberapa kasus dimana pelakunya dimasukkan kedalam balai rehabilitasi sosial anak seperti BRSAMPK Alyatama Jambi. Berikut tabel 1.2 adalah rincian data penerima manfaat BRSAMPK Alyatama Jambi 2020:

Tabel 1.2 Penerima Manfaat BRSAMPK Alyatama Jambi 2020

No	Jenis Kasus AMPK	Jenis Kelamin		Usia				Total	
		L	P	0-4	5-10	11-15	16-17	18	Total
1	Anak yang berhadapan dengan Hukum	17	2	-	-	12	7	-	19
2	Anak yang menjadi korban penyalahgunaan NAPZA	2	1	-	-	1	1	1	3
3	Anak yang menjadi korban pornografi	2	-	-	-	-	1	1	2

Sumber: BRSAMPK Alyatama Jambi per Agustus (2020)

Dari data kasus yang ditangani oleh BRSAMPK Alyatama dengan kategori pelaku, korban, dan saksi peneliti memfokuskan pada data yang merupakan kategori pelaku. Kasus tersebut antara lain penggunaan NAPZA, pornografi dan anak yang berhadapan dengan hukum. Adapun definisi anak yang berhadapan dengan hukum adalah pelaku, saksi dan korban dengan kasus pencurian, perampokan pelecehan dan tindak kriminal lainnya, namun ke-19 anak yang tertulis pada data diatas adalah pelaku.

Dilihat dari data yang telah peneliti dapatkan tentang kasus kenakalan remaja jumlah kasusnya bisa dikatakan tidak banyak karena tidak lebih dari 20 individu di masing-masing kasus. Hal ini dikarenakan perilaku kenakalan remaja banyak seringkali sudah diselesaikan secara kekeluargaan atau diselesaikan di sekolah yang bersangkutan sehingga tidak sampai masuk ke dalam catatan Dinas

Sosial. Berdasarkan hasil wawancara dengan ASN BRSAMPK Alyatama Jambi JS mengatakan:

“...Sekarang ini, yang razia yang ketangkep-ketangkep itu di hotel itu jadi tinggi sekarang, ee mereka di hotel itu ya minum ee otomatis lah free sex, ceweknya satu cowoknya bisa lima. Itu anak-anak SMP, sampe mereka bahkan ada yang jadi profesi. Kalau saya bilang meningkat dari segi data kita belum bisa tunjukan karena kan masih belum valid datanya tapi belakangan ini memang, kasus-kasus itu sering muncul, Kemarin itu kasusnya rata-rata yang di bawah umur semua. Kasus-kasus yang ada itu memang banyak tertangkap free seks itu, tapi untuk dihitung sebagai kasus pun kita sebenarnya ngga bisa karena mereka tidak mengakui telah melakukannya dan tidak ada bukti, hanya memang yang fakta yang ada itu mereka tertangkap, remaja, anak di bawah umur di kamar hotel dengan teman-temannya...” (Hasil wawancara dengan JS baris 16 tanggal 28 September 2020)

Mengutip dari hasil wawancara di atas, disebutkan bahwa yang tertangkap dalam razia yang dilakuka ASN Kota Jambi di hotel-hotel yang mencurigakan adalah anak-anak SMP. Dengan memegang pernyataan itu kemudian peneliti mencari data yang lebih dalam lagi dengan mewawancarai dua orang guru BK sekolah menengah pertama dan didapati bahwa memang kasus kenakalan remaja semakin lama semakin meningkat. Berikut kutipan hasil wawancara dengan M dan JA:

“...Yang ibu lihat, untuk kenakalan remaja di SMP khususnya ya kan khususnya di SMP 15 ini memang tiap tahunnya itu bertambah nakalnya itu bertambah gitu ya. Kemudian masalah seks bebas, itu kan tambah tahun tambah parah juga nampaknya di SMP 15 ini. Ada saja terus tahun demi tahun itu, kasusnya itu ada terus...” (Hasil wawancara dengan M baris 8 tanggal 29 September 2020) *“...Kalau kasus (kenakalan remaja) itu banyak... ada. Ada seks bebas pasti ada* (Hasil wawancara dengan JA baris 12-16 tanggal 30 September 2020)

Akibat dari kenakalan yang dilakukan oleh remaja akan berdampak bagi dirinya, keluarga dan lingkungan masyarakat. Dampak bagi dirinya sendiri adalah seringnya terserang berbagai penyakit karena gaya hidup yang tidak teratur serta kenakalan remaja tersebut akan mengantarnya kepada mental-mental yang lembek, berfikir tidak stabil dan kepribadiannya akan terus menyimpang dari segi moral yang pada akhirnya akan menyalahi aturan etika dan estetika (Sumara et al., 2017). Tidak hanya itu kerugian

lebih besar dapat terjadi jika kenakalan remaja tersebut membuat individu yang bersangkutan mendapatkan hukum pidana, perilaku tersebut di antara lain pencurian, pemerasan, pemakaian narkotika, pembunuhan, pelecehan seksual, pemerkosaan.

Sudarsono dalam (Unayah & Sabarisman, 2015) menjelaskan bahwa kenakalan remaja sebagai kejahatan anak dapat diinterpretasikan berdampak negatif secara psikologis terhadap anak yang menjadi pelakunya, apalagi jika sebutan tersebut secara langsung menjadi semacam *trade mark*. Pemidanaan serius serta ancaman bahwa catatan kriminal akan berdampak buruk bagi masa depan para siswa sebaiknya menjadi pilihan terakhir bagi anak. Dengan begitu fenomena kenakalan remaja masa ini menjadi urgensi dalam dunia pendidikan terutama psikologi pendidikan.

Fishbein dan Ajzen merumuskan 3 komponen sikap yang melatarbelakangi seorang remaja untuk berperilaku menyimpang yaitu komponen afektif yang berkaitan dengan perasaan remaja dalam menanggapi kenakalan remaja dan komponen kognitif yang berkaitan dengan pengetahuan, pendapat, kepercayaan dan pemikiran remaja akan kenakalan remaja terakhir adalah komponen konatif yang berkaitan dengan intensitas sikap yang menunjukkan besarnya kecenderungan berperilaku menyimpang tersebut. (Amelia & Savira, 2018). Oleh karena itu, remaja yang melakukan kenakalan remaja memiliki pengambilan keputusan yang didasarkan pada pertimbangan rasional dari segi afektif, kognitif dan konatifnya yang menyimpang dari norma sosial yang ada dan berujung pada perilaku yang dimunculkannya.

Afektif berkaitan dengan sikap dan nilai, afektif mencakup watak perilaku seperti perasaan, minat, sikap, emosi, dan nilai (Fiqri & Kusuma, 2019). Masuknya Afektif ke dalam salah satu komponen sikap yang melatarbelakangi perilaku kenakalan remaja membuat emosi menjadi salah satu faktor penyebab dalam kenakalan remaja. Hal ini sejalan dengan pernyataan Muawanah et al., (2012) yaitu kenakalan remaja sering terjadi karena masih rendahnya kemampuan untuk control emosi secara lebih tepat dan remaja

sering mengekspresikan emosi dengan cara-caranya sendiri. Emosi adalah pengalaman afektif yang berwujud suatu tingkah laku yang tampak dan juga di sertai penyesuaian dari dalam diri individu tentang keadaan mental dan fisik. Emosi juga warna afektif yang kuat dan ditandai oleh perubahan perubahan pada bagian tubuh (Fiqri & Kusuma, 2019).

Silvers et al., (2012) menyatakan remaja yang dapat mengelola emosinya akan membantu mereka mengatasi stres dalam kehidupan dan sebagai bekal awal bagi remaja dalam menghadapi kehidupan yang mendatang dengan bekal kesehatan mental. Remaja yang tidak bisa mempelajari dan membedakan tingkah laku yang dapat diterima dengan yang tidak dapat diterima akan terseret pada perilaku 'nakal', begitupun bagi mereka yang telah mengetahui perbedaan dua tingkah laku tersebut, namun tidak bisa mengembangkan kontrol diri untuk bertingkah laku sesuai dengan pengetahuannya (Sumara et al., 2017). Oleh karena itu remaja yang tidak mampu mengelola emosinya dengan baik rentan terhadap gejala depresi, stres, cemas dan gangguan psikis lainnya terutama pada wanita (Engels et al., 2012). Dari pernyataan yang telah disebutkan, dapat diketahui bahwa emosi pada remaja memiliki peran penting dalam bagaimana remaja itu menjalani kehidupannya. Teori sesuai dengan realitas yang ada dilapangan berdasarkan wawancara yang telah peneliti lakukan kepada guru ASN BRSAMPK Alyatama dan BK SMP 15, berikut kutipannya:

“...mereka secara emosional tidak bisa mengendalikan diri, usia remaja itu dia tidak akan berfikir, eee apa yang dia pikirkan saat itu juga itulah yang dia lakukan...” (Hasil wawancara dengan JS baris 20 tanggal 28 September 2020). *“...emosi adalah salah satu penyebab juga, emosi yang ngga stabil kan. Kan kalau remaja itu dia ngga berpikir panjang, ketika dia berbuat ya, berbuat dulu baru dipikrnya akibatnya..”* (Hasil wawancara dengan JA baris 28 tanggal 30 September 2020)

Emosi adalah hal yang wajar dan alamiah untuk dialami oleh manusia. Pada dasarnya emosi dapat dibagi menjadi dua menurut dampak yang diakibatkannya, yaitu emosi positif dan emosi negatif. Emosi positif menimbulkan dampak yang menyenangkan dan menenangkan. Ketika kita merasakan emosi positif kita pun akan merasakan keadaan psikologis yang positif (Gohm & Clore,

2002). Sedangkan emosi negatif memberikan dampak yang tidak menyenangkan seperti marah, sedih, putus asa dan depresi. Hal ini sejalan dengan pendapat Santrock (2011) yang menyatakan emosi diklasifikasikan menjadi emosi yang positif dan emosi yang negatif, yang tergolong sebagai emosi positif adalah antusiasme, rasa senang dan cinta dan yang tergolong emosi negatif adalah cemas, marah, rasa bersalah dan sedih. Emosi positif mampu meningkatkan kreatifitas pemecahan masalah dan meningkatkan efisiensi dalam pengambilan keputusan dan sebaliknya emosi negatif menurunkan efisiensi individu dalam pengambilan keputusan (Bonano & Mayne, 2001).

Hurlock (1980) mengatakan bahwa periode masa remaja cenderung memiliki temperamen atau emosi tinggi, yang berarti emosi negatif mereka lebih mudah muncul. Emosi negatif dapat dihindari atau dihilangkan dengan berbagai metode, namun adapula remaja yang tidak mampu melakukannya secara mandiri dan harus mendapatkan bantuan dari orang lain. Emosi negatif yang tidak dapat dikendalikan oleh remaja dapat menimbulkan dampak yang negatif pula, contoh sederhananya remaja tersebut akan marah-marah atau menangis, namun dampak yang lebih buruk lagi dapat muncul seperti tindak kekerasan yang menyebabkan perkelahian sampai tindakan bunuh diri. Saat remaja menemui situasi yang tidak menyenangkan dan tidak diinginkan, remaja cenderung menghadapinya dengan emosi negatif atau bahkan dengan tindakan agresif (Illahi et al., 2018)

Pengekspresian emosi, baik negatif ataupun positif, merupakan hal yang sehat dan konstruktif asalkan dilakukan dengan tepat. Apabila pengekspresian emosi tersebut tidak dilakukan dengan tepat yang terjadi justru menimbulkan masalah yang tidak diinginkan (Irmayanti, 2017). Jika seseorang gagal mencapai tujuan emosinya, maka ia akan mengalami tekanan psikologis dan akan memilih reaksi emosi yang sesuai dengan kondisi tersebut, dengan kata lain ia sulit mengontrol emosinya dalam berbagai situasi (Gross & Thompson, 2007). Misalnya, dengan melakukan tindakan agresi internal (seperti menganiaya terhadap dirinya sendiri sampai dengan percobaan bunuh diri) maupun agresi eksternal (misalnya merusak lingkungan fisik atau sosial di sekitarnya).

Siswi salah satu Sekolah Menengah Pertama (SMP) di Kabupaten Sarolangun, Provinsi Jambi mengakhiri hidupnya dengan cara gantung diri. Menurut Agus, dari hasil pemeriksaan di lokasi kejadian, ditemukan sebuah surat yang diduga ditulis korban sebelum gantung diri. Dalam surat yang ditulis dalam tiga lembar kertas itu, korban mengungkapkan kekecewaannya kepada orang tuanya (suara.com). Aksi siswi SMP yang melakukan bunuh diri dengan cara gantung diri membuktikan bahwa ada tindakan fatal yang dilakukan oleh remaja dikarenakan emosi negatif yang tidak berhasil dikendalikan oleh remaja tersebut. Meskipun tidak diketahui apa alasan pasti PR melakukan tindakan tersebut namun bunuh diri dilakukannya dianggap sebagai bentuk penyelesaian masalah yang sedang dihadapi dan peluapan emosi kekecewaan terhadap orang tuanya. Hal ini dikarenakan regulasi juga dipengaruhi oleh usia seseorang, karena itu remaja masih memiliki emosi yang tidak stabil (Amelia & Savira, 2018).

Memasuki Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan seterusnya, individu difokuskan pada kurikulum yang mengasah kemampuan kognitif dan *skill* yang digunakan untuk persiapan individu melanjutkan jenjang sekolahnya dan pada akhirnya bekerja. Tempat pendidikan, dalam hal ini yang lebih spesifiknya adalah berupa lembaga pendidikan atau sekolah. Kenakalan remaja ini sering terjadi ketika anak berada di sekolah dan jam pelajaran yang kosong. Belum lama ini bahkan kita telah melihat di media adanya kekerasan antar pelajar yang terjadi di sekolahnya sendiri. Ini adalah bukti bahwa sekolah juga bertanggung jawab atas kenakalan dan dekadensi moral yang terjadi di negeri ini (Sumara et al., 2017).

Batasan usia remaja yang banyak digunakan oleh para ahli adalah antara 12 sampai 21 tahun. Rentang waktu usia remaja ini biasanya dibedakan atas tiga fase, yaitu 12 sampai 15 tahun (masa remaja awal), 15-18 tahun (masa remaja pertengahan) dan 18 sampai 21 tahun (masa remaja akhir) (Desmita, 2015). Alasan penulis memilih siswa SMP adalah karena siswa SMP masih berada di tahap remaja awal yang sedang beradaptasi dari masa anak-anak ke masa remaja, selain itu sekolah sendiri dapat menjadi fasilitator dan tempat dimana pelaksanaan modul menjadi lebih mudah dengan adanya kelas dan fasilitas pendukung lainnya.

Urgensi masalah kenakalan remaja dan perlu adanya penanganan ini juga telah dibuktikan dari hasil wawancara peneliti dengan narasumber dari BRSAMPK dan 2 guru BK SMP 15 Kota Jambi, berikut kutipan wawancara:

“...Karena isu itu semakin lama semakin meningkat perlu ada upaya-upaya preventif yang lebih lagi dari kementrian sosial, dinas sosial dri segala pihak memang harus sama-sama melakukan upaya-upaya preventif untuk menekan kasus-kasus kenakalan remaja sekarang ini. Memang harus ditingkatkan, upaya-upaya preventif ini...” (Hasil wawancara dengan JS baris 14 tanggal 28 September 2020). *“...Jelas sangat penting sekali, dia kan ee lagi istilahnya itu lagi panas-panasnya masa remaja ini belum bisa mengendalikan emosinya yakan, jadi perlu kita kendalikan apa itu namanya mmm kita kondisikan...”* (Hasil wawancara dengan M baris 40 tanggal 29 September 2020). *“...Kalau dulu mungkin okelah ya biasa zaman saya dulu remaja biasa kenakalannya ya. Kalau sekarang ngga bisa dianggap biasa lagi, bahkan udah ada yang menjerumus kriminal ya, ada remaja yang terlibat begal ya remaja itu kan ga bisa dianggap biasa lagi kan. Remaja terlibat seks bebas bukan dianggap hal biasa lagi, harus dianggap serius...”* (Hasil wawancara dengan JA baris 64 tanggal 30 September 2020)

Tidak adanya ajaran mengenai pengenalan emosi yang diberikan saat individu menginjak masa remaja membuat beberapa individu yang tidak bisa mengendalikan emosinya masuk ke dalam berbagai bermasalah, dampak yang dapat ditimbulkannya bervariasi mulai dari dampak yang kecil sampai ke dampak yang lebih besar. Penjelasan ini sesuai dengann pernyataan Dr. Kartini Kartono dalam (Sumara et al., 2017) yaitu salah satu penyebab terjadinya kenakalan remaja adalah karena anak tidak pernah mendapatkan latihan fisik dan mental yang sangat diperlukan untuk hidup normal, mereka tidak dibiasakan dengan disiplin dan kontrol diri yang baik. Maka untuk dapat mencegah terjadinya gangguan emosional pada masa remaja, diperlukan suatu strategi untuk mengatur respon emosional yang sering tampak tidak sesuai dengan situasi tertentu. Strategi yang dapat dipilih salah satunya adalah regulasi emosi (Amelia & Savira, 2018).

Menurut Irmayanti (2017) keterampilan meregulasi emosi ini perlu dilatihkan pada anak-anak agar mereka dapat lebih terbuka dan toleransi terhadap reaksi emosi yang timbul, baik reaksi emosi yang menyenangkan maupun yang tidak menyenangkan sehingga tingkah laku yang ditunjukkan dapat diterima orang sekitarnya. Regulasi emosi merupakan kemampuan yang dilakukan secara sadar

ataupun tidak sadar untuk mempertahankan, memperkuat atau mengurangi satu atau lebih aspek dari respon emosi yaitu pengalaman emosi dan perilaku (Gross & Thompson, 2007). Dengan demikian seseorang yang memiliki regulasi emosi bisa mengekspresikan emosinya dengan baik sehingga berpengaruh pada sikap terhadap kenakalan remaja.

Dengan usaha pembinaan yang terarah, para remaja akan mengembangkan diri dengan baik sehingga keseimbangan diri yang serasi antara aspek rasio dan aspek emosi akan dicapai (Amelia & Savira, 2018). Pikiran yang sehat akan mengarahkan para remaja kepada perbuatan yang pantas, sopan dan bertanggung jawab yang diperlukan dalam menyelesaikan kesulitan atau persoalan masing-masing (Sumara et al., 2017).

Beberapa siswa memerlukan bantuan untuk mereduksi emosi negatifnya, misalnya bantuan dari individu lain ataupun bantuan dari sebuah metode. Morris dalam (Goleman et al., 2002) berpendapat bahwa regulasi emosi seorang anak sampai remaja dipengaruhi oleh keluarga, media belajar melalui observasi: modeling dan penularan emosi, serta referensi sosial serta karakteristik anak itu sendiri. Teori ini sesuai dengan fakta yang ada pada kenyataan yang ada di lapangan, berdasarkan hasil diskusi yang peneliti lakukan terhadap 2 guru BK SMP 15 Kota Jambi sebagai berikut:

“Nah kita itu berilah mereka pelajaran supaya bagaimana mengendalikan emosi, kenakalan dikurangi, supaya tidak makin menjurus terkena hal-hal yang negatif gitu...” (Hasil wawancara dengan M baris 58 tanggal 29 September 2020). *“...Dari awal sekaranglah saat yang tepat untuk menanamkan bagaimana caranya mengontrol emosi, dari sekarang dibimbing...”* (Hasil wawancara dengan JA baris 58 tanggal 29 September 2020)

Usaha pencegahan kenakalan remaja secara khusus dilakukan oleh para pendidik terhadap kelainan tingkah laku para remaja. Pendidikan mental di sekolah dilakukan oleh guru, guru bimbingan knseling dan psikolog sekolah bersama dengan para pendidik lainnya. Usaha pendidik harus diarahkan terhadap remaja dengan mengamati, memberikan perhatian khusus dan mengawasi setiap penyimpangan tingkah laku remaja di rumah dan di sekolah (Sumara et al., 2017).

Oleh karena itu penulis memilih salah satu metode yang dirancang sehingga dapat diterapkan di sekolah untuk meningkatkan regulasi emosi remaja atau siswa SMP di Kota Jambi, metode yang penulis rasa dapat menjadi solusi dari permasalahan ini adalah Psikoedukasi.

Psikoedukasi adalah sebuah edukasi atau pendidikan dengan pendekatan konsep psikologi yang dapat diberikan secara individual maupun kelompok/grup. Psikoedukasi dapat diberikan dalam satu sesi atau lebih. Psikoedukasi akan memberikan pendidikan atau edukasi dengan melihat potensi ancaman atau pengembangan hidup serta untuk menjelaskan strategi koping individu untuk beradaptasi dengan krisis dalam hidupnya (Brown, 2011).

Menurut (Walsh, 2010) psikoedukasi adalah metode intervensi yang fokus mendidik partisipannya mengenai tantangan atau masalah-masalah dalam hidup. Intervensi ini dapat dilakukan pada individu, keluarga, dan kelompok, membantu partisipan mengembangkan sumber-sumber dukungan dan dukungan sosial dalam menghadapi tantangan tersebut, dan mengembangkan keterampilan coping untuk menghadapi tantangan tersebut.

Selain meningkatkan kemampuan regulasi emosi menambah pengetahuan juga sama pentingnya dalam mencegah perilaku negatif remaja, hal ini dikarenakan pengambilan keputusan remaja yang didasarkan pada pertimbangan rasional bukan hanya dari segi afektifnya saja tetapi juga dari segi kognitif dan konatif. Salah satu metode intervensi yang terbukti efektif meningkatkan pengetahuan, pemahaman serta dapat memberikan solusi dari permasalahan yang sedang dialami oleh individu atau kelompok adalah psikoedukasi (Putra & Soetikno 2018). Psikoedukasi tidak hanya memberikan informasi penting terkait dengan permasalahan individu/kelompok dalam menghadapi situasi permasalahannya, namun juga dapat diterapkan di dalam berbagai kelompok usia dan level pendidikan (Putra & Soetikno 2018).

Dalam model proses regulasi emosi menurut Gross & John (2003), terdapat poin yang menjelaskan tentang perubahan kognitif (*Change Of Cognitions*), yaitu mengarah pada pemilihan makna yang diambil untuk suatu

peristiwa atau bagaimana seseorang mengubah makna situasi dengan mengubah cara berpikir, salah satu bentuk perubahan kognitif adalah penilaian kembali. Perubahan kognitif melibatkan perubahan makna suatu situasi yang bertujuan untuk mengubah dampak yang emosional. Hal ini sesuai dengan tujuan psikoedukasi yang lebih menekankan pada proses belajar, pendidikan, self-awareness dan self-understanding di mana kognitif memiliki proporsi yang lebih besar daripada komponen afektif (Brown, 2018).

Penyelenggaraan psikoedukasi berfokus pada pemberian bantuan pelatihan keterampilan secara terstruktur (*structured skills training*) baik untuk tujuan preventif maupun remedial. Secara khusus program pelatihan ini ditujukan untuk *primary prevention* atau prevensi dini (Supratiknya, 2011). Topik yang peneliti pilih sebagai media Psikoedukasi adalah seni tari. Menurut Sujamto dalam (Kusumastuti, 2014) penanaman nilai-nilai atau budi pekerti melalui berbagai cara (termasuk melalui seni tari) pembentukan pola pikir siswa setelah menjadi manusia dewasa, paling efektif apabila dimulai sejak dini, remaja sampai dewasa. Tujuan yang paling utama dari pendidikan tari adalah membantu siswa melalui tari untuk menemukan hubungan antara tubuhnya dengan seluruh eksistensinya sebagai manusia (Kusumastuti, 2014). Dengan demikian pendidikan seni tari berfungsi sebagai alternatif pengembangan jiwa siswa menuju kedewasaannya.

Menurut (Anggraini & Hasnawati, 2018) dalam pembelajaran tari, yang menjadi penilaian adalah, bukan sempurna atau tidaknya tarian yang dihasilkan oleh individu, melainkan adalah proses kreatif yang dilalui hingga sikap positif yang terbentuk melalui pembelajaran tari. Misalnya percaya diri, mampu bekerjasama, berani mengambil keputusan, mampu bersosialisasi, mampu mengungkapkan pendapat dan lain sebagainya.

Gerak tari merupakan ekspresi jiwa manusia yang diungkapkan melalui gerak yang ritmis dan memiliki unsur keindahan. Dengan kata lain melakukan gerak tari merupakan latihan untuk mengembangkan kepekaan akan gerak dan irama. Penekanan pada rasa diarahkan pada penghayatan keindahan. Artinya setiap ungkapan gerak lebih dihayati dan mempunyai rasa. Ungkapan rasa

berkaitan dengan emosi, sehingga pengalaman anak dalam bergerak tari merupakan latihan pengendalian emosi. Pengaruh gerak tari terhadap kecerdasan emosional anak dapat dilihat dan dilandasi oleh teori Neurosains, yakni penelusuran perkembangan otak atau upaya memusatkan kajian pada otak.

Penelitian belah otak yang dilakukan oleh Roger Sperry (1924-1994) serta peneliti lain bahwa otak terdiri dari dua belahan yaitu belahan otak kiri dan otak kanan yang mempunyai kemampuan yang bertentangan satu dengan yang lainnya. Belahan otak kiri terasosiasi dengan fungsi-fungsi khusus seperti bahasa, konseptualisasi, dan berpola pikir yang logis-analitis. Sedangkan belahan otak kanan mempunyai fungsi yang lebih luas, dan menjadi landasan dasar dalam kehidupan individu (Yetti, 2012).

Hubungan antara gerak dengan proses berpikir dipertegas oleh Neurolog Robert dalam (Yetti, 2012) yang menyatakan bahwa ada hubungan antara gerakan dan berpikir mulai terlihat jelas, hal ini dapat dikenali bahwa sub bagian dari otak (cerebellum) sejak lama diketahui sangat berperan dalam postur, koordinasi, keseimbangan, dan gerakan. Cerebellum mempunyai hubungan erat dengan sistem vestibuler yang mempunyai fungsi keseimbangan. Cerebellum juga mempunyai pengaruh terhadap fungsi sistem limbik yang memantau perasaan emosi (Sidiarto, 2010). Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat ditemukan bahwa ada hubungan antara gerak dengan fungsi otak yang berhubungan langsung dengan emosi. Berdasarkan uraian tersebut jelas bahwa gerak atau motorik sangat dapat memantau perasaan emosi, dengan demikian kemampuan gerak tari dapat mempengaruhi perkembangan kecerdasan emosional (Yetti, 2012).

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka penulis merasa tertarik untuk melakukan penelitian dan membuatnya ke dalam bentuk skripsi dengan judul “Uji Validitas Isi Psikoedukasi *“Let’s Dance”* Untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Siswa Smp Kota Jambi”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang dijelaskan dalam latar belakang masalah, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Mengetahui Skor Validitas isi Modul Psikoedukasi *“Let’s Dance”* Untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Siswa Smp Kota Jambi”

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1.3.1 Tujuan Umum

Secara umum tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah menguji Validitas Isi Modul Psikoedukasi *“Let’s Dance”* Untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Siswa Smp Kota Jambi.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian ini adalah untuk mengetahui:

- a. Mengetahui kesesuaian isi modul pada masing-masing sesi Modul Psikoedukasi *“Let’s Dance”* Untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Siswa Smp Kota Jambi.
- b. Mengetahui hasil skor uji Modul Psikoedukasi *“Let’s Dance”* Untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Siswa Smp Kota Jambi.
- c. Menghitung hasil skor validitas skala Regulasi Emosi pada siswa SMP.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian tentang Uji Validitas Isi Modul Psikoedukasi *“Let’s Dance”* Untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Siswa Smp Kota Jambi ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis dan manfaat praktis.

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menginformasikan ilmu pengetahuan tentang Regulasi Emosi remaja siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Psikoedukasi serta memperkaya penilitian-penelitian lain yang serupa.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Instansi Pendidikan, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan untuk menyusun dan mengembangkan program pembentukan karakter siswa serta memberikan pengetahuan dan informasi mengenai penerapan Psikoedukasi untuk meningkatkan regulasi emosi pada siswa SMP di Kota Jambi dan melakukan seminar atau pelatihan yang dapat meningkatkan aspek pengetahuan mengenai Regulasi Emosi pada siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP).
2. Bagi orang tua, hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan pengetahuan mengenai kemampuan Regulasi Emosi remaja untuk mengatasi Emosi Negatif sehingga orang tua dapat mengawasi emosi anaknya yang sedang menginjak usia remaja dan lebih paham bagaimana cara mengatasinya.
3. Bagi remaja atau siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) itu sendiri, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan mengenai penerapan dan Psikoedukasi untuk meningkatkan Regulasi Emosi sehingga dapat dipraktekkan dalam kehidupan sehari-hari.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini melihat bagaimana uji validitas isi modul Psikoedukasi “*Let’s Dance*” Untuk Meningkatkan Regulasi Siswa Smp Kota Jambi. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah Regulasi Emosi dan variabel bebas adalah Modul Psikoedukasi “*Let’s Dance*”.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah riset validasi modul. Menurut Azwar (2018), modul disusun berdasarkan teori mengenai atribut yang menjadi target penelitian, yaitu variabel yang akan diubah sesuai dengan tujuan intervensi. Modul yang dirancang untuk mengubah sikap disusun berdasarkan teori tentang perubahan sikap, modul yang bertujuan meningkatkan pengetahuan dibuat berdasarkan teori pembelajaran dan modul yang ditujukan untuk mengubah perilaku disusun berdasarkan teori modifikasi perilaku. Modul yang telah dibuat akan divalidasi oleh validator yaitu responden dari penelitian ini adalah Psikolog

Pendidikan, Psikolog Klinis, dan seniman tari yang memiliki pengalaman di bidangnya.

1.6 Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian bermakna bahwa topik penelitian yang akan dilaksanakan bersifat asli, otentik, berbeda dengan penelitian sebelumnya. Adapun perbedaan dengan penelitian-penelitian yang terdahulu adalah sebagai berikut:

Tabel 1.3 Penelitian yang Relevan

Penulis	Judul	Tahun	Hasil Penelitian
Eny Kusumastuti	Penerapan Model Pembelajaran Seni Tari Terpadu Pada Siswa Sekolah Dasar	2014	Hasil penelitian menunjukkan bahwa model pembelajaran seni tari terpadu diterapkan melalui tiga tahapan yaitu (1) pendekatan disiplin ilmu, (2) pendekatan multikultural yang didalamnya menggunakan alur proses apresiasi yaitu penengenalan, pemahaman, penghayatan dan evaluasi, (3) pendekatan ekspresi bebas yang didalamnya menggunakan metode kreasi yaitu menuangkan ide dan konsep, menghubungkannya menjadi sebuah produk gerak baru.
Amanda Haboush, Mark Floyd, Joshua Caron, Mark LaSota, Krisann Alvarez	<i>Ballroom Dance Lessons For Geriatric Depression: An Exploratory Study</i>	2006	Hipotesis utamanya adalah peserta yang dalam proses terapi akan memiliki skor depresi yang lebih rendah secara signifikan daripada peserta dalam kelompok kontrol pengobatan yang tertunda. Meskipun hasil menunjukkan bahwa perbedaan dalam skor ini tidak signifikan, ini bisa jadi disebabkan oleh ukuran sampel yang kecil dan kekuatan statistik yang rendah. Ukuran efek untuk HRSD dan GDS berada dalam kisaran ukuran sedang, yang mengesankan untuk intervensi dan tidak dirancang khusus untuk depresi. Ukuran efek rata-rata psikoterapi untuk depresi geriatri adalah 0,78 yang tidak secara signifikan lebih tinggi dari ukuran efek yang ditemukan dalam

			penelitian ini. Penelitian ini dimaksudkan sebagai studi pendahuluan, sehingga ukuran sampelnya kecil. Sebuah studi di masa depan dengan ukuran sampel yang lebih besar akan diperlukan untuk menguji efektivitas pelajaran tari ballroom untuk depresi.
Mehibe Akandere, Banu Demir	<i>The Effect of Dance over Depression</i>	2011	Dalam penelitian ini, 12 minggu pelatihan tari terbukti efektif mengatasi tingkat depresi pada subjek laki-laki dan perempuan. Terapi gerak tari terbukti memiliki efek positif terhadap perkembangan psikologis anak muda yang menderita depresi pada tingkat rendah. Penelitian yang dilakukan dalam beberapa tahun terakhir telah menunjukkan bahwa terapi tari dan gerak membantu pengobatan trauma fisik, kanker, gangguan saraf, nyeri kronis, penyakit jantung, dan nyeri pasca bedah.
Caraka Putra Bhakti, Shopyan Jepri Kurniawan	Konsep Psikoedukasi Berbasis Blended Learning bagi Remaja di Masa Pandemi Covid-19	2020	Hasil analisis menemukan konsep psikoeduksi suatu pelatihan treatment yang berfokus untuk memberikan penerimaan diri terhadap suatu keadaan, yang bisa menggabungkan metode blended learning yang bisa digunakan secara kelompok dan individu yang bisa digunakan secara tatap muka maupun online. Menggunakan 5 tahapan yang dalam blended learning yaitu <i>live event, self paced, collaboration, assesment, Performance Support Materials</i> .
Siti Aesijah, Nanik Prihartanti, Wiwien Dinar Pratisti	Pengaruh Pelatihan Regulasi Emosi Terhadap Kebahagiaan Remaja Panti Asuhan Yatim Piatu	2016	Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, maka dapat diambil kesimpulan bahwa pelatihan regulasi emosi memiliki pengaruh yang sangat signifikan terhadap peningkatan kebahagiaan remaja panti asuhan yatim piatu.
Ummu Muntamah,	Efektifitas Terapi	2020	Setelah dilakukan terapi psikoedukasi, anak- anak dilakukan

Siti Haryani, Ana Puji Astuti	Psikoedukasi terhadap Peningkatan Tumbuh Kembang Anak	test perkembangan kembali. Hasil yang didapatkan ada peningkatan yang baik terhadap perkembangan anak- anak tersebut dengan hasil sebagian besar perkembangan sesuai (84.21%). Meskipun demikian masih ada sebagian kecil dengan kategori meragukan (14.47%) dan kategori.
-------------------------------------	--	--

Pada tabel 1.3 telah disebutkan beberapa penelitian terdahulu yang telah dijelaskan, namun penelitian yang akan dilakukan ini tentu berbeda dengan penelitian sebelumnya. Dari segi variabel yang akan diteliti memiliki persamaan, tapi secara keseluruhan berbeda karena peneliti ingin menguji Validitas isi dari modul Psikoedukasi “*Let’s Dance*” untuk meningkatkan regulasi emosi siswa di Kota Jambi dengan menggunakan metode penelitian Uji Validitas Isi Modul. Lokasi dan subjek penelitian juga berbeda.

Beberapa hal yang telah dipaparkan diatas merupakan bukti keaslian dari penelitian ini dan menjelaskan bahwa penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya, yang artinya penelitian ini adalah penelitian asli dan hasil karya dari peneliti sendiri.