

BAB II

A. Tinjauan Pustaka

1. Remaja

a. Definisi Remaja

Masa remaja merupakan masa perubahan fisik maupun psikis sehingga mengakibatkan terbentuknya pengalaman-pengalaman baru yang sebelumnya belum pernah dialami. Remaja adalah satu tahap perkembangan antara masa anak-anak dan masa dewasa, yang ditandai dengan perubahan-perubahan fisik umum serta perkembangan kognitif dan sosial (Desmita 2005). Dikatakan remaja jika seorang anak telah mencapai umur 10-18 tahun untuk wanita, sedangkan untuk laki-laki jika seorang anak tersebut berusia 12-20 tahun (Soetiningsih 2004). Usia 11-24 tahun dan belum menikah merupakan pedoman pengertian remaja Indonesia (Kartono 2004).

Soetiningsih (2004) membagi remaja menjadi 3 tahapan diantaranya:

- a. Remaja awal mulai dari usia 11-13 tahun.
- b. Remaja pertengahan dari usia 14-16 tahun.
- c. Remaja lanjut dari usia 17-20 tahun.

Pembagian tahapan di atas dijelaskan oleh Kartono (2004) seperti:

- a. Remaja awal (*early adolescent*)

Tahapan ini remaja masih penasaran dan terheran-heran dengan perubahan yang terjadi pada tubuhnya, pada tahapan ini tingkat ketertarikan dengan lawan jenis lebih cepat, remaja lebih mengembangkan pikiran-pikiran baru, dan memiliki kepekaan yang berlebihan sehingga kendali terhadap “ego” membuat mereka sulit mengerti dan dimengerti oleh orang dewasa.

b. Remaja madya (*middle adolescent*)

Tahapan ini remaja lebih membutuhkan banyak teman, cenderung memiliki sifat narcissis atau mencintai diri sendiri, menyukai teman-teman yang memiliki sifat sama dengan dirinya dan remaja laki-laki cenderung membebaskan perasaan cinta ibunya guna mempererat hubungannya dengan kawan lawan jenis.

c. Remaja akhir (*late adolescent*)

Masa ini adalah masa konsolidasi menuju periode dewasa. Pada masa ini remaja sudah mantap dan stabil. Remaja sudah mengenal dirinya dan ingin hidup dengan pola hidup yang digariskan sendiri dengan keberanian. Remaja mulai memahami arah hidupnya dan menyadari tujuan hidupnya. Remaja sudah mempunyai kondisi tertentu berdasarkan satu pola yang jelas

b. Karakteristik Remaja

Remaja dianggap sebagai masa “*Storm and Stress*”, frustrasi dan penderitaan. Konflik dan krisis penyesuaian, mimpi dan melamun tentang cinta dan perasaan tersisih dari kehidupan sosial budaya orang dewasa (Pikunas *cit.* Yusuf, 2002). Menurut Zulkifli (2002), remaja mempunyai ciri-ciri sebagai berikut:

a. Perkembangan fisik yang cepat

Pertumbuhan fisik mengalami perubahan yang sangat cepat, bahkan lebih cepat dibandingkan pada masa kanak-kanak dan dewasa. Untuk mengimbangi hal tersebut, maka seorang remaja membutuhkan nutrisi yang adekuat dan pola tidur yang lebih banyak. Perkembangan fisik yang pesat terlihat dari tungkai, tangan, tulang, kaki, otot tubuh yang berkembang dengan pesat, terlihat lebih tinggi.

b. Perkembangan seksual yang mencolok

Perkembangan seksual pada anak laki-laki ditandai dengan mulai diproduksinya sperma pada *testis* sehingga terjadi mimpi basah pada pertama kali. Sedangkan hal yang terjadi pada anak perempuan terjadi perkembangan rahim dan telah dapat dibuahi ditandai dengan terjadinya menstruasi pertama kali. Ciri-ciri lainnya, pada anak-anak laki-laki adalah tumbuhnya kumis dan bulu disekitar kemaluannya, tumbuhnya buah jakun yang membuat suara menjadi agak lebih besar. Anak perempuan mempunyai ciri-

ciri yang lain yaitu terjadi penimbunan lemak dibawah kulit sehingga buah dadanya mulai menonjol, berjerawat, pinggul yang melebar dan pahanya membesar.

c. Tertarik pada lawan jenis

Kehidupan sosial remaja, mereka mulai tertarik pada lawan jenis dan mulai melakukan pendekatan seperti pacaran. Remaja perempuan lebih tertarik pada pemuda yang usianya lebih matang, lebih mampu melindungi, member, menolong, pengertian dan lebih menyayangi perempuan. Sedangkan pada remaja laki-laki lebih tertarik pada remaja putri yang usianya lebih rendah dari usianya, karena remaja perempuan lebih dianggap suka dilindungi, ditolong, ingin dicintai serta ingin menyenangkan hati orang lain.

d. Berfikir bersifat kausalitas

Berfikir kausalitas adalah berfikir yang menyangkut hubungan sebab akibat. Remaja sudah mulai berfikir kritis, tidak mau dibodohi, tidak mudah percaya, mudah membantah dan tidak mau mendengar. Remaja akan mempertanyakan kenapa dilarang melakukan sesuatu yang menurutnya wajar.

e. Emosi yang meluap-luap

Keadaan emosi remaja masih dalam keadaan labil karena berhubungan dengan proses perkembangan fisik dan mental yang pesat, sehingga berpengaruh pada keadaan hormonal. Hal ini menyebabkan emosi remaja yang tidak stabil seperti tendency

perasaan yang sedih sekali dan dilain waktu bisa menjadi sangat senang atau menjadi sangat marah yang tidak terkendali meskipun dengan penyebab yang sepele. Manakala seorang remaja sedang senang, mereka bisa menjadi lupa diri sehingga tidak mampu menahan emosi yang meluap-luap dan pada saat yang sangat sedih, mereka bisa bunuh diri. Hal ini terjadi karena emosi remaja lebih kuat dan lebih menguasai dari pada pikiran yang realistis.

f. Menarik perhatian lingkungan

Remaja mulai mencari perhatian diluar lingkungan keluarga seperti berusaha mendapatkan status dan peranan dalam satu perkumpulan seperti organisasi sosial masyarakat, olah raga dan seni. Dengan mendapatkan status dan peranan tersebut maka remaja akan melakukan dengan senang yang bertujuan untuk menarik perhatian lingkungan sekitarnya.

g. Kehidupan sosial terikat kelompok

Kehidupan sosial remaja sangat tertarik dengan kelompok sebayanya. Hal ini terjadi karena remaja tidak mendapatkan perhatian di rumah, sehingga remaja bergabung dengan kelompok sebaya yang mau menghargai, mengerti, mengerti statusnya dan mempunyai pengalaman yang sama. Dengan demikian remaja akan merasa diperhatikan, dihargai, dan diterima status remajanya

c. Perilaku Remaja

Remaja yang duduk di bangku SLTP/SLTA sering mengalami hambatan dan masalah dalam menjalani masa remajanya, biasanya masalah tersebut muncul dalam bentuk perilaku seperti yang dijelaskan oleh Tanje (2002) diantaranya:

a. Perilaku Bermasalah (*problem behavior*).

Secara tidak langsung perilaku bermasalah akan memberikan kerugian pada remaja di sekolah dan masih dikatakan dalam batas wajar jika tidak merugikan diri sendiri dan orang lain. Salah satu contoh perilaku bermasalah yang sering dilakukan remaja SLTP/SLTA adalah perilaku malu dalam mengikuti berbagai aktivitas di sekolah sehingga menghambat sosialisasi diri remaja dengan remaja lain, guru, masyarakat, dan remaja kurang mendapatkan pengalaman dalam berinteraksi dengan orang lain.

b. Perilaku Menyimpang (*behavior disorder*)

Kebanyakan dari remaja yang mengalami masalah ini disebabkan karena persoalan psikologis yang selalu mengikuti dirinya sehingga menunjukkan perilaku yang kacau yang bisa menyebabkan remaja kelihatan gugup (*nervous*) dan perilakunya tidak terkontrol yang memberikan dampak pada remaja seperti kehilangan konsentrasi dan bertindak ke perilaku kekerasan, walaupun tidak semua remaja mengalaminya.

Penyesuaian diri yang salah pada remaja SLTP/SLTA biasanya didorong oleh keinginannya untuk menyelesaikan masalah dengan jalan pintas tanpa mempertimbangkan akibatnya seperti perilaku mencontek, bolos dan melanggar peraturan sekolah.

d. Perilaku tidak dapat membedakan benar-salah (*conduct disorder*)

Wujud dari *Conduct Disorder* adalah munculnya cara piker dan perilaku yang kacau dan sering menyimpang dari aturan yang berlaku disekolah dan disebabkan karena sejak kecil orang tua mereka tidak bisa membedakan mana perilaku benar dan mana yang salah. Remaja dikategorikan *Conduct Disorder* apabila ia memunculkan perilaku anti sosial baik verbal maupun non-verbal seperti melawan aturan, tidak sopan terhadap guru, dan mempermainkan temannya dan menjuruskan ke permusuhan yang merugikan orang lain.

e. *Attention Deficit Hyperactivity disorder*

Seorang remaja yang mengalami defisiensi perhatian dan tidak dapat menerima impul-impuls sehingga emosinya, perilakunya, gerakannya tidak terkontrol dan menjadi hiperaktif sehingga mengalami kesulitan untuk konsentrasi, menyelesaikan tugas-tugasnya, tidak memperhatikan lawan bicaranya dan sulit

2. Kenakalan Remaja

a. Definisi Kenakalan Remaja

وَمَنْ يَقْتُلْ مُؤْمِنًا مُتَعَمِدًا فَجَزَاؤُهُ جَهَنَّمُ خَالِدًا فِيهَا وَغَضِبَ اللَّهُ عَلَيْهِ وَلَعَنَهُ وَأَعَدَّ

لَهُ عَذَابًا عَظِيمًا ﴿١٣١﴾

93. dan Barangsiapa yang membunuh seorang mukmin dengan sengaja Maka balasannya ialah Jahannam, kekal ia di dalamnya dan Allah murka kepadanya, dan mengutukinya serta menyediakan azab yang besar baginya.

Kenakalan remaja atau dengan sebutan “*Juvenile Delinquence*” dimana *juvenile* tersebut berasal dari bahasa latin *Juvenilis* yang artinya anak-anak, anak muda, cirri karakteristik pada masa muda yang memiliki sifat-sifat khas pada periode remaja. Sedangkan *Delinquence* berasal dari kata “*delinquere*” yang berarti terabaikan, sehingga meluas menjadi jahat, a-sosial atau anti sosial, kriminal, pelanggar aturan, pembuat rebut, penteror, durjana, dursila, dan tidak dapat diperbaiki. *Juvenile Delinquence* mengacu pada suatu rentang yang luas mulai dari tingkah laku yang tidak diterima sosial sampai pelanggaran status tindak kriminal (Santrock, 2002).

Juvenile Delinquency atau kenakalan remaja adalah perilaku nakal/jahat atau kenakalan anak-anak muda, merupakan

gejala (patologis) secara sosial pada anak-anak dan remaja yang disebabkan oleh satu bentuk pengabaian sosial, sehingga berkembang ke arah tingkah laku yang menyimpang (Kartono, 2005). Kenakalan remaja juga dapat diartikan sebagai perilaku remaja yang menyalahi aturan sosial di lingkungan masyarakat tertentu (Kamus Besar Bahasa Indonesia , 2001). Kejahatan remaja yang merupakan gejala penyimpangan dan patologis secara sosial dapat dikelompokkan dalam satu kelas defektif secara sosial dan mempunyai sebab-musabab yang majemuk; jadi sifatnya multi kasual (Kartono, 2005).

Sarlito (2004) mengatakan bahwa kenakalan remaja adalah perilaku yang menyimpang dari atau melanggar hukum. Definisi di atas pada dasarnya kenakalan remaja menunjuk pada suatu bentuk perilaku yang tidak sesuai dengan norma-norma yang ada di masyarakat. Kenakalan yang terjadi sudah mulai terjadi sudah mulai terjadi ketika masa kanak-kanak sampai mencapai usia dewasa.

b. Faktor-faktor Kenakalan Remaja

Kartono (1986) dan Tambunan (1987) menyebutkan bahwa timbulnya perilaku delinkuen pada remaja dikarenakan adanya faktor-faktor yang berkaitan satu dengan yang lainnya, yaitu:

1) Faktor lingkungan, faktor ini tumbuh dari lingkungan sosial

dan keluarga yang tidak dapat diterima oleh remaja, sehingga

semua perangsang dan pengaruh yang kuat bagi remaja karena orang tua merupakan modal baginya, sebagai contoh lingkungan keluarga yang berantakan dapat mempengaruhi anak menjadi "*delinquent*" karena anak tidak kerasan dan lari kepada minum-minuman keras sebagai pelampiasan.

- 2) Faktor psikologis, yaitu faktor yang berhubungan dengan isi kejiwaan antara lain motivasi, minat, fantasi, konflik batin, sikap dan inteligensi, misalnya seseorang yang inteligensinya rendah cenderung kurang mampu menyelesaikan dan memecahkan masalah-masalah yang dihadapinya,
- 3) Faktor sosial budaya, yaitu pengaruh dari sifat-sifat struktur sosial, norma-norma yang khas, hal ini dapat memicu munculnya tingkah laku tertentu, misalnya perkelahian antar pelajar, tawuran antar kelompok dan sebagainya,
- 4) Faktor pendidikan, yaitu faktor yang timbul dari proses pendidikan yang dialami remaja dimana proses pendidikan ini tidak memadai dan mendukung secara positif, sehingga hal ini menyebabkan sikap dan perilaku tertentu atau menyimpang. Faktor ini berlangsung berkat dilakukannya perbuatan-perbuatan belajar yang diperoleh dari orang tua, guru dan masyarakat, misalnya seorang anak yang mempunyai niat untuk meniru yang orang tuanya dan kebetulan sedang pergi

diurungkannya untuk mencuri, anak itu tahu bahwa mencuri itu tidak baik.

Menurut Sarwono (2004) faktor-faktor yang mempengaruhi kenakalan remaja dibagi menjadi 2, yaitu:

- 1) Faktor lingkungan (*external*)
 - a. Kemiskinan di kota-kota besar
 - b. Gangguan lingkungan (polusi, kecelakaan lalu lintas, bencana alam, dll)
 - c. Migrasi (urbanisasi, pengungsian karena perang, dll)
 - d. Faktor sekolah (kesalahan mendidik, faktor kurikulum, dll)
 - e. Keluarga yang bercerai berai (penceraian, perpisahan yang terlalu lama, dll)
 - f. Gangguan dalam pengasuhan oleh keluarga :
 - (1) Kematian orang tua
 - (2) Orang tua sakit berat atau cacat
 - (3) Hubungan antara keluarga tidak harmonis
 - (4) Orang tua gangguan jiwa
 - g. Kesalahan dalam pengasuhan karena pengangguran
 - h. Kesulitan keuangan

2) Faktor pribadi (*internal*)

- a. Faktor bakat yang mempengaruhi tempramen (menjadi pemarah, hiperaktif, dll)
- b. Cacat tubuh dan kematangan seksual awal atau keterlambatan akan muncul perasaan tidak adekuat yang mungkin dilampiaskan dalam bentuk tingkah laku anti-sosial
- c. Ketidak mampuan untuk menguasai diri

Faktor-faktor kenakalan remaja yang diklasifikasikan oleh Santrock (2002) lebih rinci dalam menjelaskan faktor-faktor yang menyebabkan kenakalan remaja yaitu:

- 1) Identitas menurut Erikson kenakalan terjadi karena anak remaja gagal mengatasi identitas peran.
 - 2) Pengendalian diri. Beberapa anak remaja gagal memperoleh pengendalian yang esensial yang umumnya dicapai orang lain selama proses pertumbuhan.
 - 3) Usia
 - 4) Jenis kelamin. Anak laki-laki banyak terlibat dalam perilaku antisocial dari pada anak perempuan, walaupun anak perempuan lebih cenderung melarikan diri dari rumah
- ... dan anak laki-laki lebih terlibat dalam tindakan-tindakan

- 5) Harapan-harapan dalam pendidikan dan nilai rapor sekolah. Remaja yang nakal sering memiliki harapan-harapan pendidikan yang rendah dan nilai rapor yang rendah.
- 6) Pengaruh orang tua. Remaja yang nakal sering dari keluarga yang memiliki orang tua yang jarang memantau anak-anak mereka, memberi sedikit dukungan dan mendisiplinkan mereka secara tidak efektif.
- 7) Pengaruh teman sebaya. Remaja yang memiliki teman yang bermasalah cenderung berperilaku agresif, nakal dan berprestasi rendah, sehingga resiko menjadi nakal cukup besar karena sulit bagi remaja untuk menghindari tekanan-tekanan yang kuat dari teman sebayanya.
- 8) Status sosioekonomi
- 9) Kualitas lingkungan. Tinggal di suatu daerah yang tingkat kejahatannya tinggi, yang juga dicirikan oleh kondisi-kondisi kemiskinan dan kehidupan yang padat, menambah kemungkinan anak menjadi nakal.

c. Teori Kenakalan Remaja

Teori Philip Graham (*cit.* Sarwono, 2006) yang berdasar pada pengamatan empiris dari sudut kesehatan mental anak dan remaja, pembagian faktor penyebab kelainan perilaku anak dan remaja adalah faktor lingkungan dan faktor pribadi, yang termasuk

Kenakalan remaja yang merupakan gejala penyimpangan dan patologis secara sosial, dapat dikelompokkan sesuai dengan penyebabnya yang bersifat multi kausal (Kartono, 2005). Penyebab tersebut terdiri dari beberapa teori yaitu:

a. Teori Biologis

Tingkah laku delikuen pada anak-anak remaja terjadi karena dapat munculnya faktor-faktor fisiologis dan struktur jasmaniah melalui kombinasi gen atau disebabkan oleh gen tertentu. Semua hal tersebut bisa memunculkan penyimpangan tingkah laku.

b. Teori Psikologis

Argumen sentral dari teori ini adalah delikuen merupakan bentuk penyelesaian atau kompensasi dari masalah psikologis atau konflik batin dalam menanggapi stimuli eksternal atau sosial dan pola-pola hidup yang patologis. Kurang dari 90% anak-anak delikuen berasal dari keluarga berantakan (*broken home*). Maka dari kondisi tersebut akan melahirkan masalah psikologis dan *adjustment* (penyesuaian diri) pada remaja, sehingga sebagai kompensasinya remaja memecahkan masalah batinnya dalam perilaku delikuen.

Remaja yang *delikuen* melakukan tindakan kejahatan didorong oleh konflik batin sendiri. Remaja mempraktekkan konflik batinnya untuk mengatasi beban tekan jiwa sendiri

melalui tingkah laku agresif, impulsif dan primitif. Sebagaimana remaja memang tidak melakukan tindakan delikuen, meskipun remaja mempunyai kecenderungan untuk egois dan a-sosial, hal ini disebabkan karena adanya kontrol diri yang kuat dan kepatuhan secara normal terhadap kontrol sosial yang efektif (Kartono, 2005).

c. Teori Sosiogenis

Penyebab tingkah laku *delikuen* oleh remaja adalah murni sosiologis atau sosio-psikologis sifatnya. Misalnya disebabkan oleh pengaruh struktur sosial yang deviatif, tekanan kelompok, peranan sosial, status sosial atau internalisasi simbolis yang keliru. Tingkah laku *delikuen* pada remaja yang berada di kota besar banyak disebabkan oleh kekuatan kultural dan disorgansasi sosial (Healy dan Bronner *cit* Kartono, 2005). Jadi sebab-sebab kenakalan remaja tidak hanya terletak pada lingkungan familial dan tetangga saja, akan tetapi terutama sekali disebabkan oleh konteks kulturalnya.

d. Teori Subkultural Delikuensi

Sumber *Juvenile Delinquency* adalah sifat-sifat suatu struktur sosial dengan pola budaya (subkultural) yang khas dari lingkungan familial, tetangga dan masyarakat yang dialami oleh para remaja. Sifat-sifat masyarakat itu antara lain: mempunyai lokasi yang sangat padat, status sosial ekonomi yang rendah

kondisi perkampungan yang buruk dan banyaknya disorganisasi familial dan sosial tingkat tinggi.

3. Pelatihan Kecakapan Hidup (*Life Skills*)

a. Definisi *Life Skills*

Life Skills merupakan suatu kemampuan untuk menyusun pola pikir dan perilaku sehingga menjadi serangkaian kegiatan yang terintegrasi dan dapat diterima oleh lingkungan budaya setempat atau mempunyai tujuan interpersonal. Pusat Kurikulum, Balitbang Depdiknas yang merujuk pada pendapat WHO (1997) mendefinisikan bahwa kecakapan hidup sebagai keterampilan atau kemampuan untuk dapat beradaptasi dan berperilaku positif, yang memungkinkan seseorang mampu menghadapi berbagai tuntutan dan tantangan dalam kehidupan secara lebih efektif.

b. Komponen-komponen *Life Skills*

Life Skills terdiri dari 3 kategori dasar, dimana tiap kategori saling melengkapi dan memperkuat satu sama lain :

- a. Keterampilan sosial atau antar pribadi, termasuk keterampilan komunikasi, negosiasi / penolakan, ketegasan, kerja sama, empati.
- b. Keterampilan kognitif, termasuk pemecahan masalah, pemahaman konsekuensi pengambilan keputusan, berfikir

- c. Keterampilan mengatasi emosional, termasuk mengelola stres, mengelola perasaan, manajemen diri, dan mengawasi diri sendiri.

Menurut Susilowati (2009), aplikasi *Life Skills* dapat berupa: aplikasi kecakapan personal berupa kegiatan yang dirancang untuk memecahkan masalah, misalnya kegiatan untuk mencari dan memproses informasi kemudian membuat keputusan. Aplikasi kecakapan akademik berupa kegiatan untuk melakukan suatu analisis dan penarikan kesimpulan dalam pemecahan suatu masalah. UNICEF, UNESCO and WHO mendaftar 10 strategi inti teknik dan kecakapan hidup: *problem solving, critical thinking, effective communication skills, decision-making, creative thinking, interpersonal relationship skills, self awareness building skills, empathy, and coping with stress and emotions*. Di Indonesia telah dikembangkan Modul Pelatihan Meningkatkan Kesehatan Jiwa Remaja di Sekolah Melalui Pendidikan Kecakapan Hidup yang dikeluarkan oleh Direktorat Bina Pelayanan Kesehatan Jiwa, DirJen Bina Yanmed, DepKes RI, tahun 2006.

Zollinger *et al.* (2003) yang mengevaluasi pengaruh pelatihan kecakapan hidup (*Life Skills Training*) terhadap penggunaan rokok pada siswa sekolah menengah memperoleh hasil jumlah siswa perokok yang lebih rendah dan keinginan siswa untuk tetap berada pada keadaan bebas rokok setelah mengikuti

program ini. Botvin *et al.* (1994, 1995) menunjukkan adanya keefektifan program *Life Skills Training* pada pencegahan penggunaan rokok, alkohol dan obat terlarang. Lebih jauh dikatakan bahwa pendidikan kecakapan hidup bagi remaja mampu menurunkan penggunaan rokok sampai dengan 87%, penggunaan alkohol dan obat terlarang sampai 60-75%, menurunkan angka kekerasan, menurunkan perilaku berkendara yang membahayakan, serta menunjukkan efek pada perilaku berisiko infeksi HIV. Pendidikan kecakapan hidup selama 5 minggu efektif dalam meningkatkan kekuatan dan citra diri serta menurunkan kesulitan

B. Kerangka Konsep Penelitian



□ Diteliti

□ Tidak diteliti

C. Hipotesis

Hipotesis yang diajukan pelatihan kecakapan hidup efektif terhadap kemampuan tingkat kecerdasan emosional