

**MENGUKUR KESEHATAN MENTAL REMAJA DAN PENGARUHNYA TERHADAP
KECENDERUNGAN PERILAKU KENAKALAN REMAJA.
STUDI KASUS SMA DI TANA TORAJA**

**LIBRAWATY SARA TANGIBALI
K012221048**



**PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS HASANUDDIN
MAKASSAR**

2024

**MEASURING ADOLESCENT MENTAL HEALTH AND THE EFFECT ON
JUNEVILE DELIQUENCY BEHAVIOUR TENDENCIES. CASE STUDY IN TANA
TORAJA**

LIBRAWATY SARA TANGIBALI

K012221048



STUDY PROGRAM S2 PUBLIC HEALTH

FACULTY PUBLIC HEALTH

UNIVERSITAS HASANUDDIN

MAKASSAR, INDONESIA

2024

**MENGUKUR KESEHATAN MENTAL REMAJA DAN PENGARUHNYA
TERHADAP KECENDERUNGAN PERILAKU KENAKALAN REMAJA.
STUDI KASUS SMA DI TANA TORAJA**

Tesis

Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mencapai Gelar Magister

**Program Studi
Kesehatan Masyarakat**

Disusun dan diajukan oleh
Librawaty Sara Tangibali

Kepada

PROGRAM PASCASARJANA

UNIVERSITAS HASANUDDIN

MAKASSAR

2024

TESIS

**MENGUKUR KESEHATAN MENTAL REMAJA DAN PENGARUHNYA TERHADAP
KECENDERUNGAN PERILAKU KENAKALAN REMAJA
STUDI KASUS SMA DI TANA TORAJA**

**LIBRAWATY SARA TANGIBALI
K012221048**

telah dipertahankan di hadapan Panitia Ujian Magister pada tanggal 26 Februari 2024 dan dinyatakan telah memenuhi syarat kelulusan

pada

Program Studi S2 Ilmu Kesehatan Masyarakat Departemen Ilmu Perilaku dan Promosi Kesehatan
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Hasanuddin
Makassar

Mengesahkan:

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

Prof. Dr. dr. Muhammad Syafar, Ms
NIP. 1954 1021 198812 1 001

Dr. Ridwan M. Thaha, MSc
NIP. 19580906 198601 1 001

Ketua Program Studi S2
Ilmu Kesehatan Masyarakat,

Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Hasanuddin,

Prof. Dr. Ridwan A. SKM., M.Kes., M.Sc. PH
NIP. 19671227 199212 1 001

Prof. Sukri Palutturi, SKM., M.Kes., M.Sc. PH., Ph.D
NIP. 19720529 200112 1 001

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Librawaty Sara Tangibali
NIM : K012221048
Program studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat
Jenjang : S2

Menyatakan dengan ini bahwa karya tulisan saya berjudul :

**MENGUKUR KESEHATAN MENTAL REMAJA DAN PENGARUHNYA
TERHADAP KECENDERONGAN PERILAKU KENAKALAN REMAJA.
STUDI KASUS SMA DI TANA TORAJA**

adalah karya tulisan saya sendiri dan bukan merupakan pengambilan alihan tulisan orang lain bahwa Tesis yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa sebagian atau keseluruhan tesis ini hasil karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Makassar, 18 Desember 2023.

Yang menyatakan

A 10,000 Rupiah postage stamp with a signature over it. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text 'SEPUULUH RIBU RUPIAH', '10000', 'TEL. 20', 'METERAI TEMPEL', and 'E7942AJX968536003'. The signature is written in black ink over the stamp.

Librawaty Sara Tangibali

UCAPAN TERIMAKASIH

Segala ucapan syukur dan terima kasih saya panjatkan kepada Tuhan Yesus untuk segala kasih karunia dan berkatNya dalam penyelesaian masa studi ini.

Penelitian yang saya lakukan dapat terlaksana dengan sukses dan tesis ini dapat dirampungkan atas bimbingan, arahan **Prof. Dr.dr. H. Muh. Syafar**, selaku Pembimbing Utama dan **Prof. Dr.dr. H. Muh. Syafar, Ms, Ms Dr. Ridwan Mochtar Thaha, M.Sc** sebagai Pembimbing Pendamping, dan kepada Tim penguji **Sudirman Nasir, S.Ked, MW, Ph.D.**, dan **Prof. dr. Hasanuddin Ishak, M. Sc, Ph.D.**, serta **Prof. Sukri Palutturi SKM, M.Kes.M.Sc,PH,Ph.D** Saya mengucapkan berlimpah terimakasih kepada mereka. Penghargaan yang tinggi juga saya ucapkan berlimpah terimakasih kepada **Kepala Sekolah** di tempat masing – masing yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian kepada siswa(i).

Ucapan terimakasih juga saya ucapkan kepada pimpinan Universitas Hasanuddin dan Sekolah Pascasarjana Universitas Hasanuddin yang telah memfasilitasi saya menempuh program magister serta para dosen dan rekan-rekan seangkatan.

Kepada Papa S.S Tangibali, SH dan mama R.K Tandirerung, S.Sos serta adik Anugrahwaty Sari Tangibali, saya mengucapkan terimakasih atas segala doa, pengorbanan dan motivasi mereka selama saya menempuh pendidikan. Perjuangan ini ku persembahkan juga kepada dia dimasa depan bersama dengan keluarganya yang menjadi pelabuhan terakhir. Akhirnya, kepada diri sendiri terima kasih untuk selalu melangkah berproses mempersembahkan yang terbaik.

Penulis,

Librawaty Sara Tangibali

ABSTRAK

Librawaty Sara Tangibali. *Mengukur Kesehatan Mental Remaja Dan Pengaruhnya Terhadap Kecenderungan Kenakalan Remaja. Studi Kasus SMA Di Tana Toraja.* (Di bimbing oleh **Muhammad Syafar dan Ridwan M. Thaha**)

Kecenderungan perilaku kenakalan remaja merupakan salah satu bentuk perilaku yang muncul pada usia remaja oleh karena adanya ketidakberfungsian aspek-aspek dalam diri remaja, adanya ketidakberfungsian dalam aspek-aspek diri remaja menunjukkan adanya gangguan mental yang dialami oleh remaja.

Penelitian ini bertujuan untuk mengukur kesehatan mental remaja dan pengaruhnya terhadap kecenderungan perilaku kenakalan remaja. Penelitian ini kuantitatif dengan metode *cross sectional*. Sebanyak 389 siswa SMA yang ada di Tana Toraja sebagai responden dengan mengisi Skala Penelitian Psikologis. Untuk melihat tingkat kesehatan mental dan pengaruhnya terhadap kecenderungan perilaku kenakalan remaja, data dianalisis menggunakan uji regresi berganda.

Hasil penelitian ini menunjukkan kesehatan mental memiliki pengaruh terhadap kecenderungan perilaku kenakalan remaja ($p < 0.05$) dan Perilaku non-impulsif merupakan faktor yang memiliki pengaruh paling dominan terhadap kecenderungan perilaku kenakalan remaja. berdasarkan hasil analisis maka dapat dinyatakan bahwa apabila kesehatan mental pada siswa mengalami kenaikan maka kecenderungan perilaku kenakalan remaja menurun. Oleh karena itu remaja perlu memiliki tingkat kesehatan mental yang baik guna untuk menunjang tercapainya tujuan perkembangan dalam fase remaja.

Kata Kunci: Kesehatan mental, Kontrol diri, Kecenderungan perilaku kenakalan remaja, Perilaku non-impulsif, siswa SMA



ABSTRACT

Librawaty Sara Tangibali. *Measuring Adolescent Mental Health And The Effect On Junevile Deliquency Behaviour Tendencies. Case Study In Tana Toraja.* (Supervised by **Muhammad Syfar** and **Ridwan M. Thaha**)

The tendency toward delinquent behavior in adolescents is one form of behavior that emerges during adolescence due to the dysfunction of aspects within the adolescent. The dysfunction in various aspects of adolescence indicates the presence of mental disorders experienced by adolescents.

This study aims to measure the mental health of adolescents and its influence on the tendency toward delinquent behavior in adolescents, it is a quantitative study with a cross-sectional method. A total of 389 high school students in Tana Toraja were respondents who filled out the Psychological Research Scale to assess the level of mental health and its influence on the tendency toward delinquent behavior in adolescents, the data were analyzed using multiple regression analysis.

The results of this study show that mental health has an influence on adolescent behavioral tendencies ($p < 0.05$) and non-impulsive behavior is the factor that has the most dominant influence over adolescent conduct tendencies. Based on the results of the analysis, it can be stated that when the mental health of students is increased then the tendency to teenage behavioural tendencies decreases, Therefore, adolescents need to have a good level of mental health in order to advance the achievement of developmental goals in the adolescent phase.

Keyword : Adolescent Mental Health, Self Control, Tendency of Juneville delinquent, non-impulsive behavior, High School student



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN PENGAJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN TESIS	iv
UCAPAN TERIMA KASIH	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.4 Manfaat Penelitian	8
1.5 Tinjauan Pustaka Kesehatan Mental Bagi Remaja	10
1.6 Kecenderungan Perilaku Kenakalan Remaja	12
1.7 Kontrol Diri Remaja	19
1.8 Remaja	28
1.9 Sintesa Penelitian	30
1.10 Kerangka Teori	38
1.11 Kerangka Konsep	40
1.12 Hipotesis Penelitian	41
1.13 Defenisi Operasional	41
BAB II. METODE PENELITIAN	43
2.1 Jenis Penelitian	43
2.2 Lokasi Penelitian	43
2.3 Populasi dan Sampel	43
2.4 Instrumen Penelitian	44
2.5 Pengolahan Data	46
2.6 Analisis Data	47
2.7 Penyajian Data	48
BAB III. PEMBAHASAN	49
3.1 Hasil Penelitian	49
3.2 Pembahasan	40
3.3 Keterbatasan Penelitian	72
BAB IV. PEMBAHASAN	73
4.1 Kesimpulan	74
4.2 Saran	75
DAFTAR PUSTAKA	76

DAFTAR TABEL

Nomor Urut	Halaman
1. Sintesa Penelitian	30
2. <i>Blue print The Brief SCS</i>	42
3. <i>Blue print</i> Skala Kecenderungan Kenakalan Remaja	42
4. Distribusi responden berdasarkan umur	48
5. Skor Variabel Dependen	50
6. Skor Variabel Independen	51
7. Skor Variabel dependen berdasarkan Usia	51
8. Variabel dependen berdasarkan Asal Sekolah	53
9. Skor Variabel Independen berdasarkan Usia	53
10. Skor Variabel Independen berdasarkan Asal Sekolah	54
11. Hasil Uji bivariat	56
12. Hasil Uji F	58
13. Hasil Uji T	59
14. Hasil Uji Koefisien Determinasi	60

DAFTAR GAMBAR

Nomor Urut		Halaman
1.	Kerangka Teori.....	37
2.	Kerangka Konsep	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1 Instrumen Penelitian	37
Lampiran 2 Dokumentasi Penelitian	38
Lampiran 3 <i>Output SPSS</i>	38
Lampiran 4 Surat ijin Penelitian	38

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dalam beberapa tahun terakhir, perilaku kenakalan remaja telah meningkat. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) menyatakan angka kriminalitas meningkat rata-rata 31,6% hingga pada tahun 2022. Adapun pelaku dari kriminalitas tersebut diantaranya terdapat anak remaja yang berusia dibawah 18 tahun. Komisi Perlindungan Anak Indonesia menyebutkan dari tahun 2016 hingga 2022 total jumlah kasus kenakalan remaja sebagai pelaku kenakalan yaitu 2.883. Adapun jumlah remaja sebagai pelaku kekerasan fisik dari tahun 2016 hingga 2022 yaitu 560.

Kenakalan remaja merupakan salah satu kasus yang cukup tinggi dari tahun ke tahun, permasalahan ini juga menjadi tantangan tersendiri dalam upaya mengatasi maupun pencegahan. Untuk menyalurkan emosi untuk memperoleh pengakuan, penerimaan, perhatian dari orang lain sehingga berdampak pada remaja mengambil pilihan yang kurang baik dalam Langkah hidupnya (T. A. Putri & Rahayu, 2022). Oleh karena situasi tersebut mengakibatkan remaja cenderung melakukan tindakan – tindakan yang berbahaya seperti tindak kejahatan, kekerasan, pencurian, pemerasan, penipuan, penganiayaan, perusakan atribut serta penyalahgunaan obat (*drug/alcohol abuse*).

Kenakalan remaja tidak hanya mencakup pelanggaran kriminal saja diantaranya adalah pelanggaran status, norma, serta hukum. Remaja yang bolos dari sekolah, minum – minuman keras, balap liar, lari dari rumah merupakan pelanggaran terhadap hukum. Adapun pelanggaran terhadap norma yaitu seks pranikah di kalangan remaja, aborsi oleh remaja wanita dan pelanggaran lainnya yang merusak tatanan norma di masyarakat. (John W. Santrock, 2003) menyatakan kenakalan remaja adalah kumpulan dari berbagai perilaku remaja yang melanggar dan tidak dapat diterima secara sosial hingga terjadi tindak kriminal.

Kenakalan remaja merupakan gangguan mental dikalangan remaja oleh karena ketidakberfungsian aspek-aspek dalam diri remaja. Seorang individu dianggap sehat mental apabila dapat menyesuaikan diri dengan baik, memiliki kecakapan sosial, bermoral, religius, mampu mengendalikan diri, memiliki kemampuan untuk meningkatkan diri, memaksimalkan potensi dan realisasi dirinya, membutuhkan konsep diri dan harga diri yang sehat, stabilitas mental, kemampuan untuk beradaptasi, kemampuan untuk mengatasi konflik mental, dan kematangan pemikiran dan emosional (Eka Sri Handayani, 2022).

Berdasarkan databooks remaja di Indonesia per tahun 2023 banyak diantaranya memiliki gangguan mental seperti gangguan kecemasan menyeluruh sebesar 3,7% , gangguan perilaku 0,9%. Kenakalan remaja adalah salah satu gangguan dalam berperilaku adalah permasalahan yang marak terjadi di lingkungan masyarakat. (Tangney et al., 2004) mengemukakan kenakalan remaja sebagai ketidakberfungsian aspek-aspek dalam diri remaja salah satunya yaitu kontrol diri yang dimiliki oleh remaja.

Aspek – aspek kesehatan mental ditinjau dari salah satu faktor internal yaitu kontrol diri yaitu disiplin diri sebagai indikator kemampuan yang dimiliki individu untuk menekan perilaku-perilaku yang dapat membahayakan dirinya sendiri atau mendisiplinkan dirinya. Aspek kedua yaitu perilaku non-impulsif yaitu kecenderungan remaja dalam berperilaku dengan tidak tergesa-gesa, berhati-hati atau waspada sebagai bentuk penyesuaian dirinya dalam mempertimbangkan tindakan yang akan

dipilihnya. Aspek ketiga yaitu gaya hidup merujuk pada perilaku - perilaku remaja yang bertujuan memberikan dampak positif yang sehat pada fisik dan psikis maupun spritualitasnya (Tangney et al., 2004).

Aspek keempat kontrol diri yaitu regulasi diri sebagai kesadaran remaja akan tugas dan tanggung jawabnya serta untuk menentukan perilaku-perilaku yang akan dilakukannya guna mencapai tujuan yang diinginkannya. Aspek kelima yaitu penilaian diri sebagai penilaian remaja terhadap kemampuannya dalam melaksanakan rencana jangka panjang untuk mencapai tujuan yang diinginkannya. Oleh karena itu pentingnya kontrol diri yang baik pada remaja dalam memenuhi perkembangannya.

Berdasarkan data awal di lapangan yang dilakukan oleh Peneliti menemukan bahwa di Tana Toraja jumlah pelanggaran yang dilakukan oleh remaja dari tahun 2019 hingga 2021 ditemukan pelaku tindak pidana adalah mereka yang berusia dibawah 18 tahun. Adapun pelanggaran yaitu penganiayaan, pencurian, pencabulan/pemeriksaan, penghinaan dan pencemaran nama baik, pengancaman, pengrusakan, penemuan jasad bayi (Kepolisian Resort Tana Toraja).

Adapun jenis tindak pidana yang dilakukan oleh anak yaitu penganiayaan sebanyak 27 kasus, pencurian sebanyak 7 kasus, pencabulan/pemeriksaan sebanyak 17 kasus, penghinaan dan pencemaran nama baik sebanyak 2 kasus, pengancaman sebanyak 2 kasus, penganiayaan dan pengancaman sebanyak 2 kasus, penganiayaan dan pengrusakan sebanyak 2 kasus dan penemuan jasad bayi sebanyak 1 kasus.

Wawancara dilakukan dengan beberapa siswa menengah pertama dengan gambaran besar perilaku kenakalan remaja yang ada saat ini. Beberapa siswa memberikan gambaran perilaku melanggar aturan di sekolah dan di rumah adalah hal yang wajar dan tidak terlalu penting untuk di khawatirkan. Terdapat juga siswa lainnya sadar bahwa perilaku melanggar aturan yang telah ditetapkan merupakan hal yang salah namun mereka menyatakan terkadang masih melakukan perilaku tersebut.

Pengambilan data awal juga dilakukan pada Guru Bimbingan Konseling, mereka mengatakan sampai saat ini kegiatan membolos, bermasalah dengan guru, perkelahian, pengrusakan atribut sekolah, hingga terdapat kasus seks pranikah pada siswa. Data dari BNN Tana Toraja dari tahun 2015 hingga tahun 2023 menyatakan terdapat kasus penyalahgunaan shabu yang dilakukan oleh remaja di bawah 18 tahun. Informasi dari Pemerintah setempat yang ada di lingkungan sekolah pun menyatakan bahwa seringkali siswa yang di dapatkan melanggar aturan sulit untuk diberitahu karena beberapa siswa merasa biasa-biasa saja hingga menghiraukan teguran yang ada.

Adapun kenakalan yang ada di sekolah tersebut yaitu membolos, lompat pagar, tawuran di dalam lingkungan sekolah, merokok, balap liar, pengrusakan atribut sekolah, ngelem maupun adanya kasus seks bebas.

Masa remaja adalah masa transisi perkembangan dari anak - anak menuju dewasa yang melibatkan aspek biologis, kognitif, sosio-emosi (John W. Santrock, 2003). Adanya perubahan yang terjadi sehingga membuat mereka merasa kebingungan menentukan identitasnya sehingga remaja cenderung membuat pilihan yang abstrak bagi dirinya. Salah satu faktor internal yang menyebabkan remaja memunculkan kebharian menyikapi aturan yang ditetapkan di sekolah, maupun di masyarakat sehingga timbul kecenderungan perilaku kenakalan yaitu adanya kontrol diri yang lemah.

Perilaku kenakalan yang dilakukan oleh remaja merupakan kegagalan mengembangkan kontrol diri yang cukup dalam hal tingkah laku. Beberapa remaja telah mempelajari perilaku yang dapat diterima dan tidak dapat diterima, terdapat juga remaja yang belum mengenali hal ini dengan baik. Remaja kemungkinan gagal dalam menentukan perilaku yang baik dan tidak baik dan bahkan mereka telah memahami hal tersebut namun gagal dalam mengembangkan kontrol yang memadai untuk menentukan perilaku mereka (John W. Santrock, 2003).

Seperti dikemukakan oleh siswa pada saat dilakukan wawancara oleh Peneliti diantara mereka menyatakan ia mengetahui bahwa melompat pagar dan merokok adalah melanggar aturan di sekolah namun seringkali ia masih melakukannya dengan alasan masih kesulitan mendisiplinkan dirinya untuk menolak memunculkan perilaku tersebut. Sebagian besar siswa memunculkan kecenderungan perilaku kenakalan remaja dan salah satu hal yang memiliki keterkaitan dengan bervariasinya kecenderungan perilaku kenakalan remaja yaitu tingkat kontrol diri siswa.

Fenomena perilaku kenakalan remaja berkaitan dengan bermasalahnya aspek-aspek dalam diri remaja yang memiliki peran dalam tumbuh kembangnya. Gangguan perilaku ini merupakan salah satu permasalahan kesehatan yang dijumpai di masyarakat. Kesehatan tidak hanya melibatkan kesejahteraan fisik, sosial maupun mental, tetapi juga kemampuan untuk berpartisipasi dalam aktivitas sehari-hari dalam keluarga, komunitas, dan pekerjaan. Sehat apabila seseorang menguasai dirinya dan lingkungannya untuk beradaptasi dengan keadaan yang berubah di sekelilingnya (Ridwan M. Thaha, 2023).

Kesehatan yang tercipta di masyarakat apabila suatu hubungan antar individu di dalam suatu tempat memiliki timbal balik yang menghasilkan kejadian-kejadian positif guna untuk mensejahterakan tiap individu yang ada di lingkungan tersebut. Oleh karena itu permasalahan-permasalahan di kalangan remaja perlu dipandang serius sebagai permasalahan yang memberikan dampak negatif di lingkungan masyarakat. Mengingat remaja merupakan generasi harapan bangsa. Permasalahan kenakalan remaja perlu diketahui lebih lanjut ditinjau dari aspek kesehatan mental kontrol diri yang dimiliki remaja guna untuk memberikan jawaban terkait permasalahan perilaku kenakalan remaja (Ridwan M. Thaha, 2023).

Berdasarkan pemaparan di atas, Peneliti ingin mengkaji apakah benar tingkat kontrol diri pada anak remaja memberikan pengaruh secara signifikan terhadap kecenderungan perilaku kenakalan yang di lakukan oleh remaja.

1.3 Tujuan Penelitian

a. Tujuan Umum

Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh Kontrol Diri terhadap Kecenderungan Perilaku Kenakalan remaja?

b. Tujuan Khusus

- 1) Untuk mengetahui besaran tingkat Disiplin diri memberikan pengaruh pada kecenderungan kenakalan remaja?
- 2) Untuk mengetahui besaran tingkat Perilaku non-impulsif memberikan pengaruh pada kecenderungan kenakalan remaja?
- 3) Untuk mengetahui besaran tingkat Gaya Hidup memberikan pengaruh pada kecenderungan kenakalan remaja?
- 4) Untuk mengetahui besaran tingkat Regulasi diri memberikan pengaruh pada kecenderungan kenakalan remaja?

- 5) Untuk mengetahui besaran tingkat Penilaian diri memberikan pengaruh pada kecenderungan kenakalan remaja?

1.4 Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi yang menguntungkan dalam kajian Manajemen Promosi Kesehatan, Perubahan Sosial dan Kesehatan, Psikologi konseling dan Kesehatan terkait kontrol diri remaja serta perilaku kenakalan remaja khususnya dalam ilmu Kesehatan masyarakat.

b. Manfaat Praktis

- 1) Bagi remaja, diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan pandangan terkait kontrol diri yang memiliki peran penting terhadap pengaruhnya pada kecenderungan perilaku kenakalan remaja.
- 2) Bagi Guru & Bimbingan Konseling, diharapkan dapat digunakan menjadi acuan memberikan referensi kedepannya dalam membantu siswa dan guru dalam proses belajar-mengajar di sekolah.
- 3) Bagi *Stakeholder* yang memiliki peranan turut andil dalam menangani perilaku-perilaku remaja dapat menjadi salah satu acuan untuk merencanakan berbagai upaya atau program-program yang dapat dilaksanakan.
- 4)

1.5 Tinjauan Pustaka Kesehatan Mental Bagi Remaja

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), sehat adalah keadaan fisik, mental, dan sosial yang lengkap sejahtera, bukan hanya karena tidak adanya penyakit atau kelemahan fisik. Oleh karena pernyataan tersebut memberikan kejelasan bahwa kesehatan mental juga merupakan bagian dari kesehatan. Kesehatan mental juga memiliki hubungan dengan kesehatan fisik dan perilaku.

Kesehatan mental didefinisikan sebagai keadaan di mana seseorang merasa baik secara internal, mampu menyadari potensinya sendiri, mampu mengatasi tekanan hidup yang berbeda secara normal, dapat berusaha bekerja secara produktif dan menghasilkan hasil, dan mampu memberikan kontribusi kepada lingkungannya.

Orang yang sehat secara mental adalah mereka yang tidak menderita berbagai gangguan dan penyakit jiwa, mampu menyesuaikan diri, berusaha untuk mampu menghadapi masalah dan guncangan, memiliki fungsi jiwa yang selaras, memiliki perasaan bahwa mereka berharga, berguna, dan bahagia, dan dapat menggunakan sepenuhnya potensi mereka.

Kartono (2000) mengidentifikasi empat karakteristik individu yang bermental sehat, termasuk :

- a. Semua usaha dan potensinya diatur sehingga mudah menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan, norma sosial, dan perubahan sosial.
- b. Memiliki kemampuan pengawasan dan penyesuaian pada struktur kepribadian sendiri sehingga mampu berpartisipasi aktif kepada masyarakat.
- c. Senantiasa memiliki rasa untuk mengembangkan bakat dan potensi diri, memiliki tujuan hidup, mengarah pada pemaknaan akan hidupnya.
- d. Sehat lahir dan batin, berkepribadian harmonis, selaras dalam tindakannya.

Pentingnya kesehatan mental bagi kehidupan manusia, WHO menuliskan sebuah slogan "*there is no health without mental health*". Fase usia remaja

merupakan sesi yang penting dalam kehidupan manusia dikarenakan pada masa ini berbagai struktur kepribadian dalam diri manusia semakin terbentuk seiring perkembangan usia.

Oleh karena itu kesehatan mental pada masa remaja dipandang sebagai suatu aspek yang penting untuk mencapai tujuan yang menjadikan manusia itu sejahtera secara keseluruhan. Berbagai permasalahan muncul pada usia ini salah satunya gangguan berperilaku.

1.6 Kecenderungan Perilaku Kenakalan Remaja

a. Defenisi Perilaku Kenakalan Remaja

Perilaku kenakalan remaja merupakan tindakan yang dilakukan oleh remaja dan melanggar hukum sehingga dapat membuatnya masuk ke dalam penjara (Hurlock, 2006). Kenakalan remaja merujuk pada cakupan yang lebih luas dimulai dengan tingkah laku yang tidak dapat diterima secara sosial, seperti berlebihan di sekolah, pelanggaran status, seperti melarikan diri, dan tindakan kriminal (Santrock, 2003).

(Karlina, 2020) menyatakan perilaku kenakalan remaja bukan hanya perbuatan yang dilakukan oleh seseorang yang melawan hukum namun termasuk juga perbuatan-perbuatan yang melanggar norma yang ada di masyarakat. Berbagai bentuk perilaku kenakalan remaja termasuk di antaranya anti Susila, anti sosial, dan melanggar norma agama. Jika seorang remaja melanggar norma tersebut maka dapat terjadi tindak kejahatan yang ada di masyarakat.

Kenakalan remaja juga disebut *Juvenile Delinquency* yang juga mencakup perilaku menghindar dari sekolah oleh karena bosan, dari kehidupan yang dirasakan sulit. (Cicerali & Cicerali, 2018) mengemukakan kenakalan remaja bukan mencuri dalam skala kecil, bolos dari sekolah, tidak turut pada orang tua, namun juga yang mengarah pada tindak kriminal seperti perkelahian massal antara pelajar, menyebabkan kematian, pembunuhan, pemerkosaan.

Perilaku kenakalan remaja adalah bentuk tingkah laku abnormal yang maladaptif dan berbahaya. Ditinjau dari pendekatan biologis salah satu penyebabnya pada proses kerja otak. Perilaku berisiko yang ditampilkan remaja seperti perilaku seks bebas, tawuran, penggunaan obat-obatan terlarang, hasil belajar tidak memuaskan serta gradasi moral menunjukkan bahwa kerja otak berperan penting dalam merespons stimulus yang masuk (Boccio & Beaver, 2021).

b. Kecenderungan Perilaku Kenakalan Remaja

(Forrest et al., 2019) kecenderungan perilaku kenakalan oleh remaja yang dilakukan remaja kurang dari usia 18 tahun. (Tremblay et al., 2020) kecenderungan perilaku kenakalan remaja merupakan perbuatan yang melanggar norma hukum, norma kesopanan namun anak tersebut tidak sampai dituntut oleh pihak berwajib.

Kecenderungan perilaku kenakalan remaja merupakan kecenderungan remaja untuk melakukan berbagai tindakan yang melanggar standar aturan yang dapat berakibat pada kerugian dan kerusakan pada dirinya sendiri serta orang lain. Kecenderungan perilaku kenakalan ini melihat berbagai perilaku-perilaku dan proses kognitif yang mengarah pada perilaku kenakalan remaja (Tangney et al., 2004). Karakteristik pembeda utama yang membuat seseorang cenderung melakukan kenakalan hingga kejahatan yaitu perilaku impulsif atau bertindak sebelum memikirkan hasilnya (Christian & Jatmika, 2018).

Penyimpangan sebagai bentuk perilaku kenakalan remaja dapat berupa ketidaksesuaian antara aturan keluarga, masyarakat, kelembagaan, organisasi maupun Undang-undang (A. T. Putri, 2022). Kecenderungan perilaku kenakalan remaja merupakan tampilan dari perasaan tidak puas serta adanya kegelisahan yang dirasakan akibat perbuatan yang dilakukan remaja pada orang lain maupun kepada dirinya sendiri.

c. Aspek-Aspek Kecenderungan Kenakalan Remaja

(Ganta et al., 2022) menyatakan aspek-aspek kecenderungan kenakalan remaja sebagai berikut :

1) Orientasi

Umumnya usia remaja tidak sangat memperhatikan atau mementingkan masa yang akan datang hanya berfokus pada masa sekarang yang dihabiskan dengan bersenang-senang. Oleh karena remaja hanya berfokus pada masa ini sehingga berbagai perilaku-perilaku menyimpang dimunculkan sebagai bentuk rasa kepuasan mereka dan yang mungkin bagi mereka biasa-biasa saja hingga ada yang merasa bangga akan perilakunya.

2) Emosi

Usia remaja merupakan fase yang dikatakan belum matang sehingga terkadang keinginannya yang tidak terpenuhi berdampak pada emosinya yang tidak terkontrol sehingga dapat melampiaskan dalam bentuk perilaku yang tidak terkendalikan. Fase ini remaja mengalami masa pubertas yang seringkali memunculkan berbagai bentuk emosi, menarik diri dari keluarga serta mengalami berbagai masalah-masalah yang ada di sekolah maupun di lingkungan tempat tinggal.

3) Interaksi sosial

Remaja diharapkan mampu untuk bersosialisasi dengan lingkungannya agar terciptanya rasa bertanggung jawab secara sosial di lingkungannya. Remaja mampu untuk menjalankan dengan baik hubungan agar dapat memberikan pengaruh baik bagi dirinya sendiri. Apabila remaja dapat bersosialisasi dengan baik di lingkungannya dan dapat menempatkan dirinya dengan baik dalam setiap situasi tertentu di lingkungannya maka dapat meminimalisir timbulnya berbagai perilaku-perilaku yang menyimpang dilakukan oleh remaja tersebut sebagai krisis identitas.

4) Aktivitas remaja

Remaja memiliki sifat yang berkeinginan untuk berkompetisi dengan teman sebaya maupun di lingkungannya sehingga terdapat rasa kebutuhan pengakuan dari orang-orang di sekitarnya. Fase ini remaja sedang dalam tahap mencari identitasnya mencari pola hidup yang sesuai dengannya. Oleh karena pencarian pola hidup ini sehingga remaja memunculkan perilaku coba-coba walaupun melalui berbagai kesalahan. Fase ini remaja memiliki keinginan berkumpul bersama dengan teman sebaya dibandingkan dengan keluarganya.

d. Faktor – faktor yang mempengaruhi kecenderungan kenakalan remaja

(John W. Santrock, 2003) mengemukakan faktor yang mempengaruhi remaja memunculkan bentuk kecenderungan kenakalan remaja yaitu kontrol diri, usia, jenis kelamin, identitas, fungsi keluarga, pendidikan sekolah, kelas sosial ekonomi, teman sebaya, kualitas lingkungan tempat tinggal. (Cicerali & Cicerali, 2018) menguraikan faktor yang mempengaruhi kecenderungan kenakalan remaja yaitu :

- a. Lingkungan keluarga meliputi :
 - 1) Tidak melaksanakan ketertiban yang ada
 - 2) Status ekonomi orang tua.
 - 3) Banyak penghuni yang ada di rumah.
 - 4) Rumah yang kotor.
 - 5) Memiliki kebiasaan yang kurang baik.
 - 6) Tidak melaksanakan tata tertib atau kedisiplinan.
 - 7) Anak kurang mendapatkan kasih sayang orang tua.
 - 8) Tidak mampu mengembangkan ketenangan emosional.
 - 9) Anak di asuh oleh yang bukan orang tuanya.
 - 10) Penolakan yang baik dari ibu dan ayah.
 - 11) Orang tua kurang pengawasan terhadap anaknya.
 - 12) *Broken home* (kematian, perceraian).
 - b. Lingkungan sekolah meliputi :
 - 1) Sekolah berusaha untuk memandaikan siswa yang sebenarnya kurang mampu.
 - 2) Guru yang mendisiplinkan siswa dengan cara kaku tanpa memperhatikan perasaan anak.
 - 3) Suasana sekolah yang buruk.
 - c. Lingkungan masyarakat meliputi :
 - 1) Perilaku kalangan masyarakat yang buruk.
 - 2) Tempat-tempat tercela yang melanggar norma (pelacuran, perjudian kriminalitas, hasut-menghasut).
 - 3) Tidak memberikan kesempatan bagi anak berkembang di kehidupan sosial.
- e. Dampak Kecenderungan Kenakalan Remaja**
 (Tianingrum & Nurjannah, 2020) mengemukakan berbagai dampak dari kenakalan remaja yaitu :
- 1) Bidang Pendidikan

Perilaku dalam bidang Pendidikan seperti membolos, tidak mendengarkan guru, tidur di dalam kelas, melanggar berbagai aturan yang ada di sekolah. Siswa yang seringkali melakukan berbagai macam perilaku ini apabila tidak ditangani akan menimbulkan pandangan buruk bagi diri siswa itu sendiri. Seorang remaja akan tumbuh dalam kepribadian buruknya sehingga berdampak pada dirinya, lingkungan sekitarnya akan memunculkan respon negatif seperti dikucilkan sehingga berakibat buruk pada kejiwaan remaja tersebut.
 - 2) Dalam pergaulan

Pada bagian inilah menjadi salah satu yang bagian yang paling tampak sebagai dampak kecenderungan kenakalan remaja. Seorang remaja yang telah memunculkan kecenderungan perilaku kenakalan maka dengan mudahnya dapat dipengaruhi sehingga membuatnya terjerumus dalam pergaulan-pergaulan yang negatif. Remaja adalah fase yang mudah untuk dipengaruhi dikarenakan dalam tahap perkembangan pencarian identitas dirinya sehingga timbul keinginan untuk ikut-ikutan dengan lingkungannya.
 - 3) Dalam keluarga

Remaja yang memiliki kecenderungan perilaku kenakalan remaja umumnya seringkali akan melakukan hal-hal negatif sehingga saat mereka

diberikan nasehat, larangan akan sulit berkompromi dan memunculkan berbagai respon seperti memberontak, berbicara kasar, mengabaikan ajaran dan larangan yang diberikan.

4) Fisiologis remaja

Fase remaja dimana seseorang menjalankan tugas perkembangannya yaitu pencarian identitas diri. Oleh karena tugas perkembangan ini sehingga remaja memunculkan berbagai perilaku-perilaku yang mendukung fase ini. Umumnya remaja bertindak atas kemauannya sendiri, merasa benar atas dirinya sendiri sehingga menimbulkan beberapa perilaku yang cenderung mengarah pada hal-hal negatif.

Apabila seorang remaja semakin berkembang dalam kepribadian buruknya maka akan mudahnya terpengaruh oleh berbagai hal-hal negatif yang ada di sekitarnya. Remaja yang kesulitan dalam pengendalian dirinya menandakan ia mengalami hambatan pada proses psikologis perkembangannya. Oleh karena berbagai proses-proses psikologis dalam tumbuh kembangnya berdampak pada perilaku-perilaku yang akan dipilihnya sebagai saluran berbagai emosi-emosi yang dihadapinya.

Pergaulan bebas yang sangat dekat dengan remaja menjadi salah satu perilaku kenakalan yang berdampak pada Kesehatan remaja itu sendiri. Remaja yang melakukan pergaulan bebas seperti memakai narkoba, ngelem, seks bebas, merokok, minum-minuman keras yang dapat mengakibatkan terganggunya Kesehatan remaja tersebut.

1.7 Kesehatan Mental Remaja

kesehatan mental pada anak dan remaja melibatkan segala aspek untuk dapat berkembang dalam berbagai area seperti kognitif, biologis, serta sosial-emosionalnya. Kesehatan mental menunjukkan kemampuan remaja dalam mengelola perasaan serta menghadapi kesulitan yang dihadapi sehari-hari (Eka Sri Handayani, 2022).

Kemampuan remaja dalam menyadari akan tiap situasi – situasi yang dihadapinya membantunya menjadi individu yang peka dan terarah sehingga remaja mampu mengendalikan dirinya. Kemampuan remaja dalam mengendalikan diri dalam menentukan perilakunya guna untuk mencapai tujuan, menghindari rangsangan emosi negatif yang dapat menjerumuskan remaja pada gangguan perilaku.

Kemampuan remaja dalam mengontrol diri merupakan bentuk pengendalian diri terhadap pikiran, sikap serta tindakan negatif. Kemampuan kontrol diri yang baik dapat dilakukan dengan menahan diri dan menyadari akan konsekuensi yang bahaya sebagai akibat dari tindakan yang dilakukan (Dwi Marsela & Supriatna, 2019).

Kontrol diri merupakan cara seseorang membentuk perilaku untuk mencegah atau mengurangi rangsangan yang muncul dan dapat membentuk peristiwa yang tidak diinginkan. Kontrol diri adalah kemampuan seorang remaja mengendalikan perasaan emosi atau dorongan yang timbul dari dalam dirinya (Santrock, 2012). Individu yang membentuk mekanisme pertahanan bagi dirinya apabila sedang menerima dorongan yang muncul dalam dirinya untuk tidak melakukan sesuatu yang dapat merugikan merupakan kontrol diri.

(Tangney et al., 2004) menyatakan kontrol diri adalah kemampuan seseorang menahan dirinya dan mengesampingkan rangsangan yang dapat memunculkan perilaku kecenderungan negatif atau perilaku yang tidak diinginkan. (Nathaline & Maria Silaen, 2020) mengemukakan kontrol diri yang dilakukan seseorang dapat

menjadi acuan bagi orang lain untuk dapat memotivasi untuk melakukan perilaku-perilaku yang baik.

(Angela et al., 2022) mengemukakan kontrol diri adalah kemampuan yang dimiliki oleh seseorang untuk mengatur, mengarahkan serta menentukan perilakunya berdasar pada moral, nilai dan aturan yang ada di masyarakat. Kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk mengatur pikiran, perasaan serta tindakan yang akan dilakukannya sesuai dengan tujuan yang ditetapkannya. Kontrol diri sebagai upaya untuk mengurangi ketidaksesuaian kondisi yang tidak diinginkan agar dapat menyesuaikan kondisi yang diinginkan.

Individu dengan tingkat kontrol diri yang baik terlihat dari kemampuan seseorang mengontrol perilakunya, kemampuan mengontrol stimulus, adanya kemampuan untuk mencergah suatu kejadian serta kemampuan mengambil pilihan untuk dirinya sendiri (Annisa Zein & Winarti, 2021). Kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu menentukan pilihan hidupnya, kemampuan-kemampuan dalam diri individu untuk mengontrol serta mengelola berbagai perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi merupakan tanda bahwa individu memiliki mekanisme kontrol diri yang baik.

Individu yang kurang baik dalam mekanisme kontrol diri maka dapat menuai dampak yang negatif bagi dirinya sendiri dan cenderung menghasilkan energi negatif dan menghasilkan kontrol diri yang rendah. Individu yang memiliki mekanisme kontrol diri yang rendah cenderung reaktif dan akan terus berulang yang artinya mudah menyerah pada situasi-situasi yang sulit. Apabila individu dengan kontrol diri yang baik atau dapat mengendalikan dirinya akan cenderung proaktif yang artinya memiliki kesadaran positif memilih pilihan pada situasi-situasi yang dihadapinya.

(Norvia et al., 2022) mengungkapkan bahwa individu dengan kontrol diri yang tinggi memiliki kemampuan untuk menyesuaikan dirinya dalam lingkungan yang baik dan memunculkan perilaku yang positif. Artinya segala informasi yang diterima oleh individu tersebut maupun yang ditolak tergantung dari mekanisme kontrol diri yang diterapkan dalam dirinya dan berdampak pada hasil penyesuaian diri yang baik.

(Tangney et al., 2004) mengemukakan lima aspek kontrol diri yaitu :

1) Disiplin diri

Aspek ini menekankan kemampuan yang dimiliki individu dalam mendisiplinkan dirinya. Apabila sedang berada di dalam situasi yang memungkinkan seseorang terdorong untuk melakukan pilihan dengan hasil yang kea rah positif maupun negatif yang artinya individu yang dapat mendisiplinkan dirinya dengan memilih tindakan yang tidak merugikan dan berdampak baik bagi dirinya maka telah memiliki aspek yang baik dalam mekanisme kontrol diri.

2) Perilaku non-impulsif

Aspek ini yaitu kecenderungan individu dalam melakukan sesuatu dengan tidak tergesa-gesa melainkan berhati-hati ataupun waspada akan segala konsekuensi yang akan terjadi. Individu dapat menyesuaikan dirinya serta mempertimbangkan hal-hal yang hasilnya merujuk kearah positif akan berdampak baik bagi individu itu sendiri. Individu yang terbiasa mempertimbangkan hal-hal yang akan dipilihnya maka mampu untuk menyesuaikan diri apabila sedang dalam situasi yang tidak diinginkan.

3) Gaya hidup

Aspek ini merujuk pada cara seseorang mengatur pola perilaku yang dapat menjadi kebiasaan menyehatkan dan memberikan dampak positif bagi dirinya. Individu yang selalu memunculkan pola perilaku sehat baik secara psikis dan fisik maka akan berdampak pada kebiasaan-kebiasaan yang akan dilakukannya setiap hari yang memunculkan nilai-nilai positif dalam hidupnya. Remaja yang memiliki penyesuaian untuk dirinya sendiri dengan pola-pola hidup yang selaras dengan nilai norma dan agama memiliki kontrol dalam dirinya dalam berbagai situasi yang dihadapinya.

4) Regulasi diri

Aspek ini merupakan penilaian individu terhadap regulasi diri mereka dalam etika pekerjaan yang dilakukannya dan kemampuan untuk memberikan perhatian terhadap apa yang sedang dikerjakannya. Remaja mampu memunculkan sikap untuk memberikan perhatian pada tugas tanggung jawabnya dan memberikan pengawasan terhadap dirinya baik dalam pikiran, perasaan untuk memunculkan perilaku guna mencapai tujuan yang diinginkannya ataupun tujuan belajar dari siswa di sekolah.

5) Reliabilitas/Penilaian diri

Aspek ini mengacu pada penilaian individu pada kemampuannya untuk melaksanakan rencana jangka panjangnya untuk pencapaian tertentu. Remaja yang memiliki tujuan yang ingin dicapainya maka dapat mengidentifikasi berbagai tindakan-tindakan yang diperlukannya guna mencapai tujuan tersebut.

Aspek kontrol diri dikemukakan oleh Y(Iga et al., 2012) yaitu :

1) Kontrol Kognitif (Pikiran)

Pikiran merupakan bagian yang mempengaruhi seseorang dalam mengambil suatu tindakan. Kontrol kognitif adalah kemampuan seseorang untuk mengontrol pikirannya. Pikiran yang baik akan menghasilkan tindakan yang baik dan sebaliknya pikiran yang buruk akan menghasilkan tindakan yang buruk pula.

2) Kontrol Perilaku

Kecapakan yang dimiliki individu untuk mengontrol perilaku yang akan dimunculkan. Kontrol perilaku ini juga tidak terlepas dari kontrol pikiran. Seseorang yang berada didalam situasi tidak menyenangkan akan merasakan berbagai emosi sehingga pikirannya pun akan mengolah berbagai stimulus yang akhirnya menghasilkan tindakan atau perilaku yang akan dimunculkannya. Oleh karena itu individu yang dapat mengontrol mekanisme ini memiliki kontrol diri yang baik.

3) Tolong Menolong

Aspek ini hakikatnya membantu untuk meringankan kesulitan yang dirasakan oleh orang lain.

4) Kontrol Pengambilan Keputusan

Aspek ini merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang untuk menimbang beberapa hal sebelum mengambil keputusan.

Berikut pola yang dalam pengambilan keputusan :

- a. Mengenali dan mendefenisikan masalah atau isu.
- b. Mengevaluasi tantangan situasi.
- c. Menentukan standar untuk mencapai solusi yang memuaskan.

- d. Mengembangkan rencana tindakan.
- e. Membuat rencana.
- f. Evaluasi hasil

a. Faktor yang mempengaruhi Kesehatan Mental Remaja

(Ganta et al., 2022) mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kesehatan mental remaja yaitu :

1) Faktor Internal

Faktor internal salah satunya yaitu pengendalian diri dimana didalamnya berupa cara orang tua mempertahankan disiplin dan merespon kegagalan anak, gaya berkomunikasi, cara orang tua menunjukkan kemarahan mereka adalah awal anak belajar tentang kontrol diri. Seiring bertambahnya usia anak semakin meningkat pula komunitas yang memberikan pengaruh yang memberikan pengalaman sosial yang dialaminya. Anak-anak merespon kekecewaan, ketidaksukaan, dan kegagalan dengan belajar mengendalikan diri, sehingga mereka memperoleh kontrol dalam dirinya.

Faktor kognitif pun menjadi salah satu bagian dalam proses cara remaja mengendalikan dirinya. Kesadaran seseorang untuk berpikir dan menggunakan pengetahuannya untuk mencapai suatu tujuan yang ingin dicapainya. Seseorang menggunakan kemampuannya untuk memunculkan perilaku sebagai proses intelektual. Kemampuan intelektual individu dipengaruhi oleh seberapa besar kontrol diri yang dilakukan oleh seseorang.

2) Faktor Eksternal

Faktor lingkungan dan keluarga menjadi hal yang berperan terhadap tingkat kesehatan mental remaja berdasarkan pengendalian diri yang dimiliki. Orang tua menjadi peranan penting menentukan kemampuan mengontrol diri. Kedisiplinan merupakan unsur menentukan kepribadian seorang anak, oleh karena sikap disiplin memberikan kepribadian yang baik sehingga dapat mengendalikan perilaku pada anak. Kedisiplinan yang diterapkan seseorang dapat mengembangkan kontrol diri dengan *self directions* sehingga dapat mempertanggungjawabkan dengan baik segala perilaku yang dimunculkannya.

Faktor lain dikemukakan oleh Baumeister & Boden (1998) sebagai berikut :

1) Orang tua

Hubungan orang tua dan anak memberikan buktikan jika orang tua memberikan peranan pada kontrol diri anaknya. Orang tua yang mendidik anak dengan otoriter dan keras akan menyebabkan anaknya kurang dapat mengendalikan diri dan kurang cepat tanggap terhadap berbagai situasi yang dialaminya. Sebaiknya orang tua mengajarkan pada anak untuk mandiri memberikan kesempatan menentukan pilihannya sendiri sehingga anak memiliki kontrol diri yang baik.

2) Faktor budaya

Setiap individu berada dalam lingkungan yang memiliki budaya tersendiri dilingkungan tersebut. Oleh karena budaya yang berbeda dalam tiap-tiap lingkungan sehingga berperan dalam kontrol diri seseorang sebagai anggota yang ada dilingkungan itu sendiri.

b. Dampak Kesehatan Mental bagi Remaja

Setiap individu memiliki berbagai tuntutan memenuhi kebutuhannya baik dari kebutuhan dasar dalam diri hingga yang tertinggi. Kebutuhan manusia yang harus memenuhi dirinya maka dibutuhkan tingkat kesehatan mental yang baik dalam diri individu. Kesehatan mental memiliki peranan dalam segala aspek kehidupan seseorang terlebih khusus bagi seorang remaja dalam memenuhi tugas perkembangannya. Tingkat pengendalian diri yang baik atau kontrol diri yang baik merupakan suatu komponen kesehatan mental sebagai atribut personal yang melekat dalam diri seseorang untuk mengatur berbagai tindakan yang akan membentuk pola perilaku dilingkungkannya dan meliputi aspek kognitif, afektif, psikomotorik. Kontrol diri yang baik dimiliki dapat berdampak positif bagi individu itu sendiri memberikan keselaran bagi psikis dan fisiknya dan kontrol diri juga memberikan dampak positif secara luas dalam hubungan seseorang dilingkungkannya.

1.8 Remaja

Menurut Organisasi Kesehatan dan Kesejahteraan (WHO), remaja adalah orang-orang di rentang usia 10 hingga 19 tahun, yang merupakan masa transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa. Masa remaja, didefinisikan oleh Tessa McDevitt dan Janes Ellis Omrod (2010), adalah peralihan dari anak-anak ke dewasa yang mengalami banyak perubahan fisik dan psikologis. Remaja dibagi menjadi tiga fase: remaja awal, remaja menengah, dan remaja akhir.

Perkembangan kognitif remaja mulai berkembang dengan cepat saat mereka belajar berpikir logis, berpartisipasi dalam diskusi tentang ide-ide yang logis, dan mengambil peran dalam memecahkan masalah. Remaja juga mulai mengambil bagian dalam merencanakan masa depan mereka dan mencari berbagai cara untuk mencapai tujuannya. Selama masa remaja awal, sikap-sikap yang sensitif dan emosional seperti cinta, kerinduan, dan keinginan untuk mengenal lawan jenis dapat dikatakan labil atau tampak jelas.

Remaja menunjukkan reaksi yang kuat terhadap situasi dan peristiwa. Remaja awal mudah mengalami perasaan emosi seperti marah, tersinggung, dan sedih. Fase remaja, kemampuan untuk berinteraksi dan berinteraksi dengan orang lain mulai berkembang. Mereka juga belajar menjalin hubungan sosial dengan teman sebaya mereka.. Berbagai hal yang terjadi seperti adanya dorongan emosi yang baru, kesadaran dari dalam diri untuk mengarahkan dirinya terhadap sesuatu, adanya kebutuhan akan relasi dan munculnya beberapa konflik sebagai dampak dari masa peralihan ke masa dewasa.

1.9 Sintesa Penelitian

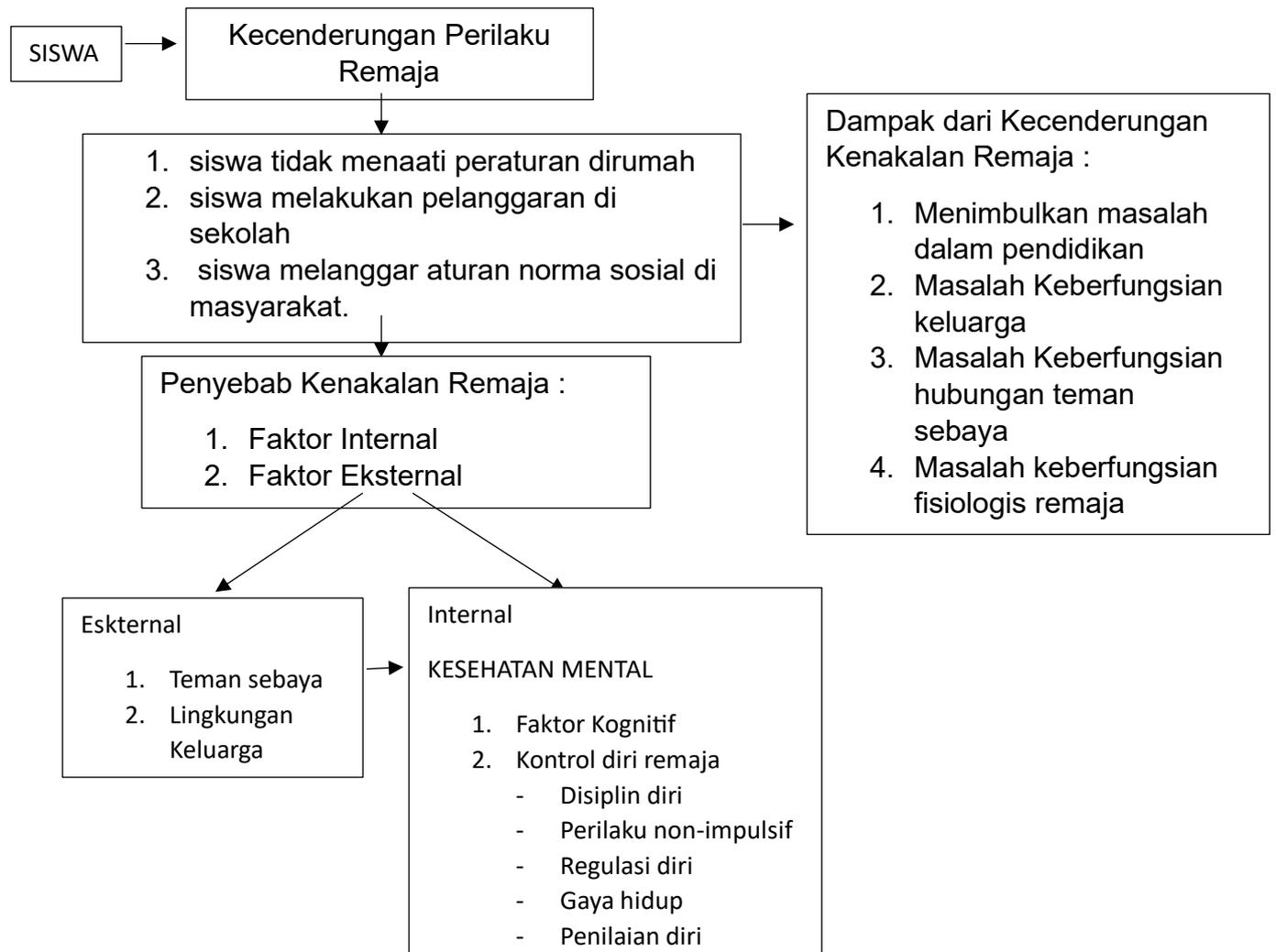
Tabel 2.1 Sintesa Penelitian

No	Peneliti	Desain	Sampel	Temuan
1	Erdina Indrawati & Sri Rahimi, 2019.	Kuantitatif menggunakan analisis Bivariat dan Multivariat	71 siswa SMK X di Jakarta Utara.	Sebuah korelasi (r) sebesar -0,629 ditemukan antara self control dan kenakalan remaja, yang menunjukkan korelasi negatif. Artinya, semakin tinggi self control, semakin rendah kenakalan remaja, dan sebaliknya. Remaja yang tidak dapat mengendalikan keinginan mereka untuk membuat keputusan lebih sering terlibat dalam perilaku kenakalan remaja. (Indrawati & Rahimi, 2019)
2	Nurul Rofia'tul Hidayah, 2020.	Jurnal Ilmiah Psikologi	Pendekatan kuantitatif dilakukan pada penelitian inferensial menggunakan analisis regresi	(1) Kontrol diri dan konformitas signifikan terhadap kenakalan remaja, (2) kontrol diri signifikan terhadap kenakalan remaja, dan (3) konformitas signifikan terhadap kenakalan remaja. (Rofi'atul Hidayah, 2020)
3	Widi Astuti, Zurratul Muna, Rini Julistia, 2021.	Jurnal Diversita	Kuantitatif metode deskriptif	Untuk mencegah perilaku seksual pranikah, sebagian besar siswa sekolah menengah pertama di Kota Lhokseumawe belum mampu mengendalikan diri mereka sendiri. (Astuti et al., 2021)
4	Annisa, Winarti 2020		Penelitian Kuantitatif dengan pendekatan korelasional	Nilai koefisien korelasi (r = -0,292) dan signifikansi (p <0,01) menunjukkan hubungan negatif antara kontrol diri dan perilaku cybersex pada remaja di Pekanbaru. (Annisa Zein & Winarti, n.d.)

5	Ragil Adi Purnawan (2021)	Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni	Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan analisis regresi linier berganda.	Siswa SMP X dan Y di Yogyakarta menunjukkan hubungan yang sangat signifikan antara regulasi emosi, kontrol diri, dan penerimaan diri terhadap perilaku agresif mereka. Semakin tinggi tingkat regulasi emosi, kontrol diri, dan penerimaan diri, semakin rendah perilaku agresif, dan sebaliknya, semakin rendah tingkat regulasi emosi, kontrol diri, dan penerimaan diri, semakin tinggi perilaku agresif. (Purnawan A. Ragil, 2021)
6	N. K. Tharshini., et al. 2021	MDPI	review	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ciri-ciri kepribadian individu yang berkontribusi terhadap kriminalitas adalah (i) psikopati; (ii) pengendalian diri yang rendah; dan (iii) temperamen yang sulit. (Tharshini et al., 2021)
7	Twan Huijismans, Amy E. Nivette, Manuel Eisner, Denis Ribeaud. 2021	European Journal of Criminology	Penelitian cross sectional	Hasil menunjukkan bahwa pengendalian diri merupakan prediktor kuat untuk perilaku nakal di masa depan. Selain itu, pengaruh sosial memengaruhi pengendalian diri hingga masa remaja, berkontribusi pada bidang penelitian yang berkembang tentang sifat dinamis pengendalian diri selama perjalanan hidup. (Huijismans et al., 2021)
8	Praba. Rachmy, 2017.	Jurnal Psikologi Integratif	Pendekatan Kuantitatif	nilai koefisien korelasi (R) adalah 0,467 dan taraf signifikansi (p) adalah 0,000 (p = 0,05). Ini menunjukkan bahwa ada korelasi yang signifikan antara kekuatan karakter dan cara orang tua melihat komunikasi dengan mereka dengan kecenderungan kenakalan remaja. Persepsi empati komunikasi dan kontribusi efektif kekuatan karakter 21,8% (R square = 0,218). (Praba Diyan Rachmawati, n.d.)

10	Jian-Bin Li Alexander T. Vazsonyi, 2019.	European Journal of Criminology	Survey	Grasmick et al.'s Low Skala Kontrol Diri (LSCS) dan Skala Kontrol Diri Singkat Tangney et al. (BSCS), penyimpangan dalam sampel remaja Ceko (N = 631) menunjukkan kedua skala, ketika dioperasikan menunjukkan hasil lebih banyak nilai hasil signifikan dalam perilaku penyimpangan. (Li & Vazsonyi, 2021)
11	Cashen M. Boccio, Kevin M. Beave, 2021	International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology	Survey	Hasil mengungkapkan bahwa ketegangan dan tingkat pengendalian diri keduanya bersifat aditif dan efek interaktif pada keterlibatan kriminal. (Boccio & Beaver, 2021)
12	Liat Hamama, Yaira Hamama- Raz, 2021	Journal Of Ethnobiology	Survey, cross sectional	Hasil menunjukkan bahwa perempuan memiliki pengendalian diri yang tinggi dibanding remaja laki-laki. (Hamama & Hamama-Raz, 2021)

1.10 Kerangka Teori



Gambar 2.1 Bagan Kerangka Teori

Sumber: (Tangney et al., 2004) , (John W. Santrock, 2003)

Siswa menengah atas merupakan remaja menengah yang berusia 16-18 tahun yang memiliki berbagai tugas perkembangan. Masa remaja, didefinisikan oleh (Devit M.C Teresa & Jeanne Ellis Ormod, 2013) adalah peralihan dari anak-anak ke dewasa yang mengalami banyak perubahan fisik dan psikologis. Remaja tidak hanya menjalin hubungan sosial dengan teman sebayanya, tetapi mereka juga memahami orang lain.

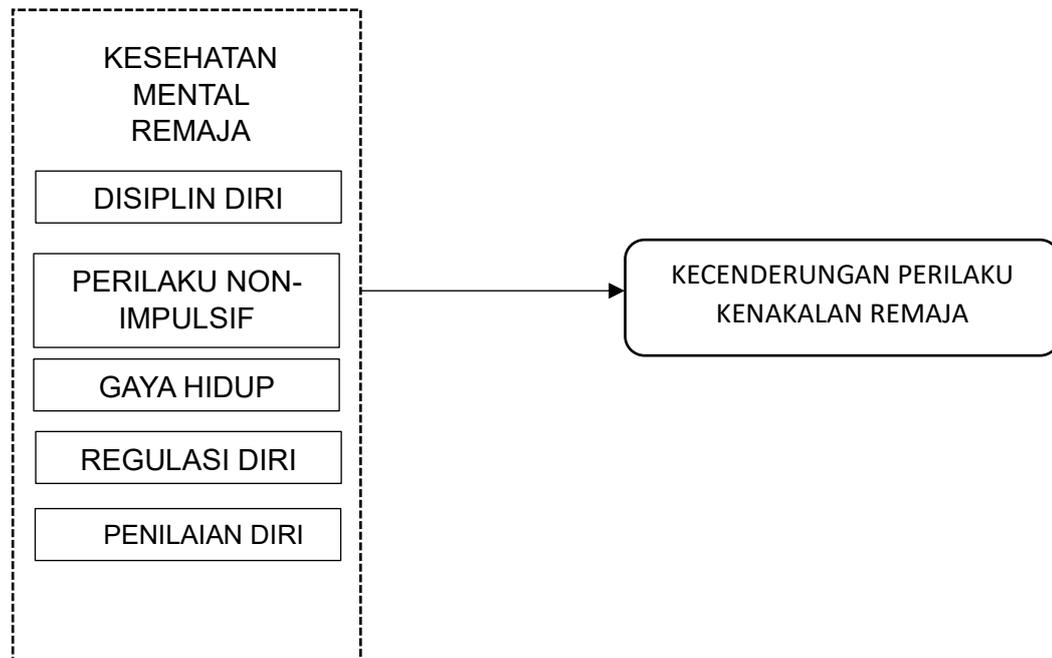
Ada berbagai hal yang terjadi, seperti dorongan emosi baru, kesadaran diri untuk mengarahkan dirinya, kebutuhan akan relasi, dan konflik yang muncul sebagai akibat dari masa peralihan ke masa dewasa.. Adapun fase remaja pada tahap ini dalam menyalurkan emosi untuk memperoleh pengakuan, penerimaan, perhatian dari orang lain sehingga

berdampak pada remaja mengambil pilihan yang kurang baik dalam Langkah hidupnya (T. A. Putri & Rahayu, 2022).

Oleh karena situasi tersebut mengakibatkan remaja cenderung melakukan tindakan – tindakan yang berbahaya seperti tindak kejahatan, kekerasan, pencurian, pemerasan, penipuan, penganiayaan, perusakan atribut serta penyalahgunaan obat (*drug/alcohol abuse*).

Berawal dari kecenderungan remaja dalam memunculkan perilaku kenakalan remaja baik di sekolah, di lingkungan keluarga maupun masyarakat yang disebabkan oleh beberapa faktor internal dan eksternal yang mana perilaku ini berdampak bagi diri remaja itu sendiri hingga mempengaruhi lingkungan ia berada. Salah satu hal yang memiliki kaitan dari pelbagai proses timbulnya perilaku kenakalan remaja yaitu tingkat kontrol diri yang dimiliki oleh remaja.

1.11 Kerangka Konsep



Independen : KESEHATAN MENTAL REMAJA

Dependen : KECENDERUNGAN PERILAKU KENAKALAN REMAJA

Gambar 2.2 Bagan Kerangka Teori

1.12 Hipotesis Penelitian

- a. Ada pengaruh Disiplin diri terhadap kecenderungan perilaku kenakalan remaja
- b. Ada pengaruh Perilaku non-impulsif terhadap kecenderungan perilaku kenakalan remaja?
- c. Ada pengaruh Gaya hidup terhadap kecenderungan perilaku kenakalan remaja?
- d. Ada pengaruh Regulasi diri terhadap kecenderungan perilaku kenakalan remaja?
- e. Ada pengaruh Penilaian diri terhadap kecenderungan perilaku kenakalan remaja?

1.13 Defenisi Operasional

- a. Kontrol diri
Kontrol diri merupakan kemampuan individu menentukan tindakan untuk memberikan batasan pada dirinya berdasarkan konsekuensi jangka panjang apabila melakukan suatu tindakan. Kontrol diri sebagai suatu bentuk pencegahan, pengurangan rangsangan yang muncul sebagai respon dalam diri apabila sedang berada disituasi tertentu.
- b. Kecenderungan Perilaku Kenakalan Remaja
Kecenderungan perilaku kenakalan remaja merupakan dorongan yang timbul dari dalam diri individu untuk melakukan tindakan yang melanggar norma agama, sosial maupun hukum yang diawali dengan pelanggaran-pelanggaran siswa di sekolah, pelanggaran terkait aturan dirumah, serta norma di masyarakat.

BAB II METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan Pendekatan Kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional* dengan uji multivariat yaitu suatu metode statistika yang tujuannya adalah untuk menganalisis data yang terdiri dari banyak variabel serta diduga antar variabel tersebut saling memiliki hubungan satu sama lain (Azwar, 2012).

B. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Kabupaten Tana Toraja Wilayah barat Provinsi Sulawesi Selatan. Waktu pelaksanaan penelitian yaitu di bulan September 2023.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah semua individu yang menjadi sumber pengambilan sampel (Drs. Mardalis, 2006). Populasi dalam penelitian ini yaitu semua remaja perempuan dan laki-laki berusia 14 – 18 tahun yang berdomisili di wilayah Tana Toraja. Dalam penentuan jumlah sampel dikarenakan jumlah populasi tidak diketahui maka menggunakan rumus persamaan menurut Abdullah dan Sutanto (2015) dengan taraf kesalahan 0,05% dengan hasil minimal 370 remaja.

2. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel merupakan penarikan jumlah sampel yang mewakili jumlah populasi penelitian. Untuk mengambil sampel, tidak semua anggota populasi memiliki kesempatan yang sama untuk diambil sebagai sampel. (Sugiyono, 2016) Sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *accidental sampling*.

Sugiyono (2016) menyatakan bahwa metode ini adalah penentuan sampel yang dilakukan secara tidak sengaja. Seseorang yang bertemu dengan peneliti secara kebetulan dapat dianggap sebagai subjek, asalkan memenuhi kriteria yang ditetapkan oleh Peneliti.

Kriteria sampel pada penelitian ini yaitu remaja menengah yang duduk di bangku SMA dengan usia 14 - 18 tahun yang berdomisili di Tana Toraja.

D. Instrumen Penelitian

Peneliti menggunakan kuesioner sebagai metode pengumpulan data dalam penelitian. Sugiyono (2011) menyatakan bahwa kuesioner adalah metode pengumpulan data yang digunakan dengan mengajukan sejumlah pertanyaan kepada orang yang disurvei. Untuk mengukur variabel penelitian, peneliti menggunakan skala pengukuran. Skala pengukuran akan menghasilkan data yang lebih lanjut akan di analisis untuk menjawab tujuan penelitian (Azwar, 2017).

Teknik Pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala psikologi skala kontrol diri yang diberi nama *The Brief SCS* (Tangney, Baumeister, & Boone, 2004) dan kecenderungan kenakalan remaja (Tagney, 2004).

1. Skala Kontrol diri

Skala penelitian ini terdiri dari beberapa pilihan yaitu Sangat sesuai (SS), Sesuai (S), ragu-ragu (R), Tidak Sesuai (TS), Sangat tidak sesuai (STS).

Tabel 3.1
Blue Print The Brief SCS

Aspek	Jumlah Aitem
Disiplin diri	5
Perilaku non-impulsif	3
Gaya hidup	2
Regulasi diri	2
Penilaian diri	1

2. Skala Kecenderungan kenakalan remaja
Skala penelitian ini terdiri dari beberapa pilihan yaitu Sangat sesuai (SS), Sesuai (S), ragu-ragu (R), Tidak Sesuai (TS), Sangat tidak sesuai (STS).

Tabel 3.2
Blue print Skala Kecenderungan Kenakalan Remaja

Aspek	Jumlah Aitem
Orientasi	11
Emosi	15
Interaksi Sosial	11
Aktivitas	11

E. Pengelolaan Data

Proses mengumpulkan data dan mengubahnya menjadi informasi yang diperlukan dikenal sebagai pengolahan data. Pada penelitian ini data yang telah dikumpulkan setelah penelitian selanjutnya dianalisis menggunakan Microsoft Excel selanjutnya diolah menggunakan aplikasi *SPSS 25*.

Teknik pengolahan data yaitu berubah data menjadi suatu informasi sehingga karakteristiknya mudah dipahami dan membantu menjawab masalah-masalah yang berkaitan dengan penelitian. Pengolahan data meliputi :

1. *Editing*
Peneliti memeriksa kelengkapan dan kejelasan pengisian instrumen pengumpulan data. Peneliti memeriksa apabila terdapat kesalahan dalam pengisian kuesioner.
2. *Coding*
Proses yang dilakukan dengan tujuan untuk mengidentifikasi dan klarifikasi dari setiap pernyataan aitem pada instrumen pengumpulan data. Peneliti memberikan kode dengan maksud mempermudah saat melakukan olah data.
3. *Tabulasi*
Tabulasi yaitu memasukkan data ke dalam tabel utama penelitian. Peneliti memasukkan data sebagai hasil pengisian responden ke dalam program computer sehingga hasilnya keluar sebagai *output* dalam bentuk tabel.

F. Analisis Data

Analisis yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis multivariat untuk melihat hubungan besarnya variabel bebas secara bersama-sama dengan variabel

terikat, serta menilai besarnya masing-masing variabel bebas terhadap variabel terikat. Analisis yang digunakan adalah regresi linear berganda.

Teknik analisis data yang dilakukan pada penelitian ini yaitu

1. Analisis univariat

Pada teknik ini dilakukan pada tiap variabel dari hasil penelitian. Analisa pada teknik ini menghasilkan suatu distribusi frekuensi dan persentasi dari tiap variabel.

2. Uji linearitas

Teknik ini menguji hubungan variabel independen dengan dependen. Dengan melihat signifikansi menggunakan uji *Chi square*, standar deviasi > 0.05 maka dinyatakan terdapat hubungan linear antara variabel.

3. Analisis Multivariat

Analisis multivariat yang akan digunakan pada penelitian ini yaitu analisis regresi linear berganda untuk melihat apakah variabel independen memberikan pengaruh yang signifikan terhadap variabel dependen (Azwar, 2012).

G. Penyajian Data

Penyajian data merupakan kegiatan dalam pembuatan laporan hasil penelitian sehingga dapat dipahami dan dianalisis sesuai dengan tujuan yang diinginkan. Penyajian data hasil penelitian ini akan disajikan berdasarkan analisis multivariat dengan teknik regresi linear berganda.