

PELATIHAN DETEKSI DINI MASALAH REMAJA DAN KONSELING SEBAYA BAGI REMAJA BINAAN DI KECAMATAN JOHAR BARU

Rina Rahmatika, Ratih Arrum Listyandini, Endang Fourianalistyawati
Fakultas Psikologi Universitas YARSI
Jalan Letjen. Suprpto, Cempaka Putih, Jakarta Pusat, Indonesia, 10510
rina.rahmatika@yarsi.ac.id

Abstrak:

Permasalahan yang dialami oleh para remaja semakin bervariasi. Selain itu, perilaku negatif remaja, semakin tahun juga semakin mengalami peningkatan. Oleh karena itu, diperlukan suatu program yang memberi pengetahuan kepada kelompok remaja untuk terhindar dari berbagai permasalahan, membantu mendeteksi permasalahan tersebut, serta membantu teman sebayanya dalam mengatasi permasalahan yang muncul. Salah satu program yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan pelatihan konseling sebaya dan deteksi dini masalah remaja. Pelaksanaan kegiatan dilakukan kepada remaja binaan yang berdomisili di Kecamatan Johar Baru, Jakarta Pusat. Dari hasil evaluasi pada 20 peserta yang menyelesaikan program, menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan ($p=0.012$; $p<0.05$) antara pengetahuan peserta sebelum dan setelah dilakukan pelatihan. Skor pengetahuan peserta setelah pelatihan lebih tinggi dibandingkan dengan sebelum pelatihan. Hal ini berarti bahwa pelatihan yang diberikan secara signifikan efektif untuk meningkatkan pengetahuan para peserta tentang deteksi dini masalah remaja. Selain itu, ditemukan pula peserta puas dengan pelaksanaan pelatihan. Hal ini mengindikasikan bahwa program pelatihan layak untuk dilanjutkan dan dirasakan memberi manfaat bagi para remaja binaan di kecamatan Johar Baru, Jakarta Pusat.

Kata Kunci: *pelatihan, konseling, deteksi dini, sebaya, remaja*

PENDAHULUAN

Pertambahan usia individu diiringi dengan semakin kompleksnya penyesuaian yang harus dilakukan. Masa remaja adalah masa dimana seseorang mengalami periode transisi yang panjang yang meliputi perubahan besar pada aspek fisik, kognitif, dan psikososial (Papalia, Olds & Feldman, 2004). Hal ini menyebabkan remaja harus melakukan usaha untuk menyesuaikan diri yang lebih besar dibandingkan dengan masa transisi umur yang lain. Remaja seperti “terjebak” di masa dimana tidak bisa lagi berperilaku seperti anak-anak, namun di sisi lain belum pantas berperilaku layaknya orang dewasa. Hal ini pun menyebabkan remaja sering diliputi kebingungan soal perannya di masyarakat. Belum lagi secara biologis remaja harus menyesuaikan diri dengan perubahan dan perkembangan besar pada fisiknya yang mengarah pada kematangan organ seksual dan organ reproduksi, atau biasa dikenal dengan pubertas.

Sifat khas remaja mempunyai rasa keingintahuan yang besar, menyukai petualangan dan tantangan serta cenderung berani menanggung resiko atas perbuatannya tanpa didahului oleh pertimbangan yang matang (Infodatin, 2015).

Penyesuaian diri yang dilakukan selama masa remaja tidaklah mudah, oleh karena ditemukan berbagai permasalahan yang muncul pada masa remaja. Menurut Sarafino (2006), masa remaja menjadi peluang besar bagi para remaja untuk mulai melakukan perilaku-perilaku negatif seperti merokok, minum alkohol, menyalahgunakan obat terlarang, dan melakukan hubungan seksual pra nikah yang terkadang tidak aman.

Berdasarkan hasil survei demografi dan kesehatan yang dilakukan pada remaja usia 15-24 tahun dan belum menikah di Indonesia (Infodatin 2015), didapatkan hasil bahwa sekitar 33.3% remaja perempuan dan 34.5% remaja laki-laki yang berusia 15-19 tahun mulai berpacaran pada saat mereka belum berusia 15 tahun. Selain itu data yang didapat pada tahun 2012 di Indonesia menunjukkan bahwa remaja telah melakukan seks pra nikah dengan rincian data yaitu 14.6% remaja laki-laki berusia 20-24 tahun dan 4.5% pada remaja perempuan usia 15-19 tahun.

Selain melakukan seks pra nikah, remaja juga melakukan perilaku yang mengarah kepada kecanduan, salah satunya adalah perilaku merokok. Hasil Riset Kesehatan Dasar 2013 Kementerian Kesehatan RI menunjukkan bahwa pada tahun 2001 – 2010, dilaporkan bahwa persentase jumlah perokok kelompok usia 10 – 14 tahun meningkat dari 9,5% menjadi 17,5% sedangkan jumlah perokok usia 15 – 19 tahun meningkat dari 58,9% menjadi 63,7% (Riskesdas, 2013).

Perilaku negatif remaja lainnya adalah mengkonsumsi minuman beralkohol. Hasil riset yang dilakukan oleh GeNAM pada tahun 2014 menunjukkan bahwa jumlah remaja di Indonesia yang mengkonsumsi alkohol adalah 23% dari jumlah remaja yang sebesar 63 jiwa, hal ini berarti bahwa terdapat sekitar 14.4 juta remaja yang mengkonsumsi minuman beralkohol (Prawira, 2015).

Berbagai macam alasan telah melatarbelakangi para remaja untuk terjerumus pada masalah-masalah tersebut, salah satunya adalah pengaruh lingkungan sosial. Menurut artikel yang ditulis Prawira (2015), solidaritas dan pertemanan menjadi alasan remaja mau mencoba minuman beralkohol. Sedangkan terkait perilaku merokok, konformitas menjadi salah satu faktor penyebab karena menurut Sartika, Indrawati, & Sawitri (2009), semakin tinggi konformitas terhadap teman sebaya pada remaja umur 15-18 tahun maka akan semakin tinggi intensi merokoknya. Menurut Infodatin (2015), hubungan seksual pra nikah yang dilakukan para remaja sebagian besar karena rasa ingin tahu (57.5% pria), terjadi begitu saja (38% perempuan), dan dipaksa oleh pasangan (12.6% perempuan). Hal tersebut menunjukkan bahwa remaja kurang memahami bagaimana menghindari perilaku tersebut dan resiko terhadap perilaku tersebut.

Berdasarkan beberapa paparan di atas, terlihat bahwa diperlukan suatu penanganan khusus untuk membantu mengatasi permasalahan yang dimiliki oleh remaja. Penanganan terhadap permasalahan remaja sebenarnya telah banyak dilakukan, namun sampai saat ini angka permasalahan remaja tetap saja meningkat tiap tahunnya, sehingga diperlukan strategi khusus dalam melakukan pendekatan kepada remaja yang nantinya berujung pada program bantuan dalam mengatasi permasalahan remaja tersebut. Salah satu cara adalah dengan melibatkan para remaja untuk membantu dalam penyelesaian remaja lain yang bermasalah. Oleh karena itu diperlukan pelatihan yang ditujukan bagi remaja untuk membantu remaja lain yang bermasalah.

Salah satu kecamatan di Kota Administrasi Jakarta Pusat yang menjadi fokus dalam penanganan masalah remaja adalah Kecamatan Johar Baru. Salah satu bukti adalah dikeluarkannya Instruksi Gubernur Provinsi Daerah Khusus Ibukota Jakarta Nomor 65 Tahun 2016 tentang “Percepatan pemberdayaan masyarakat dalam rangka penyelesaian masalah sosial di Kecamatan Johar Baru Kota Administrasi Jakarta

Pusat”. Hal ini terjadi dikarenakan terjadinya beberapa kali masalah sosial di kawasan tersebut seperti peningkatan angka HIV/AIDS dan pengguna NARKOBA, tawuran warga dan masalah lainnya. Berdasarkan diskusi dan wawancara yang dilakukan dengan beberapa warga Kecamatan Johar Baru pada tanggal 20 Oktober 2016 didapatkan hasil bahwa masalah remaja yang terdapat di wilayah Kecamatan Johar Baru adalah perilaku pacaran yang di luar batas kewajaran, perilaku merokok yang telah dilakukan para remaja bahkan anak yang masih duduk di Sekolah Dasar, penyalahgunaan narkoba dan perilaku seks di luar nikah. Hal ini menjadi suatu keprihatinan, karena seyogyanya remaja yang unggul dan sehat akan menjadi tonggak utama penerus bangsa.

Salah satu cara mengatasi hal tersebut, kami mengusulkan untuk memberikan pelatihan kepada para remaja untuk mampu melakukan deteksi dini (pengenalan awal) permasalahan remaja yang ada di sekitar mereka, yaitu dengan melakukan konseling. Konseling adalah proses membantu yang merupakan salah satu dari intervensi untuk perubahan perilaku individu (Lesmana, 2008). Menurut Rogers (dalam Lesmana, 2008) dapat diartikan sebagai hubungan yang sedikitnya salah satu pihak memiliki tujuan ke pihak lain untuk meningkatkan pertumbuhan, perkembangan, kedewasaan dan peningkatan fungsi serta kemampuan untuk menghadapi hidup yang lebih baik. Dalam proses konseling, proses menolong yang dinamis terjadi antara konselor dan klien yaitu bermakna bahwa hubungan yang terjadi dapat berubah secara konstan, baik verbal ataupun non verbal (Brammer, L. & Carkuff, R. R., 2004).

Salah satu agen perubahan yang dapat dibentuk dalam mengatasi permasalahan remaja adalah konselor sebaya (*peer counselor*). Konselor sebaya disini adalah remaja yang memiliki pengetahuan terkait masalah remaja, sekaligus memiliki keterampilan dalam melakukan proses menolong kepada remaja lain yang membutuhkan. Konselor remaja perlu untuk dibentuk karena salah satu karakteristik remaja adalah mudah dipengaruhi oleh teman sebayanya sehingga mereka akan cenderung lebih mau mendengar teman sebayanya, dibandingkan dengan mendengarkan orang yang lebih tua. Dengan demikian, pelatihan konseling sebaya bagi para remaja menjadi penting untuk dilakukan agar remaja lebih mampu untuk membantu teman sebayanya secara efektif. Konseling sebaya pada remaja diharapkan dapat menumbuhkan keyakinan personal remaja untuk tetap melakukan perilaku sehat meskipun tantangannya besar dan menghindari perilaku (Fathiyah & Harahap, 2013).

Deteksi dini dirasa sangat penting agar konselor sebaya dapat mengetahui lebih dalam tentang berbagai macam kondisi yang dialami remaja, seperti hal-hal apa saja yang melatarbelakangi para remaja untuk berperilaku negatif, faktor resiko dan faktor protektif yang bisa dilakukan dan lainnya. Informasi tersebut dapat dipakai para konselor sebaya untuk mencegah ataupun mengidentifikasi para remaja yang bermasalah di lingkungannya sehingga diharapkan perilaku negatif remaja di lingkungan Kecamatan Johar Baru dapat terdata dengan baik dan data tersebut dapat dijadikan rujukan untuk membuat program penanganan masalah remaja yang lebih efektif.

Program pelatihan konseling sebaya untuk meningkatkan pengetahuan mengenai masalah remaja akan dilakukan pada remaja binaan di Kecamatan Johar Baru. Kecamatan Johar Baru menjadi salah satu fokus dalam penanganan permasalahan sosial sesuai dengan Instruksi Gubernur Provinsi Daerah Khusus Ibukota Jakarta Nomor 65 Tahun 2016 tentang “Percepatan pemberdayaan masyarakat dalam rangka penyelesaian masalah sosial di Kecamatan Johar Baru Kota Administrasi Jakarta

Pusat⁷. Berdasarkan informasi yang dihimpun oleh tim pelaksana program dari Suku Dinas PPAPP setempat, kecamatan Johar Baru merupakan kecamatan yang banyak memiliki permasalahan sosial terkait remaja, seperti tawuran, penggunaan narkoba, konflik keluarga, dan lain sebagainya. Dengan memberikan pelatihan bagi remaja binaan di Kecamatan Johar Baru, maka dapat menjadi bekal informasi bagi remaja binaan setempat dalam membantu teman-teman remaja sebayanya apabila memiliki permasalahan terkait kehidupannya. Program ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja binaan mengenai berbagai macam masalah yang umum dialami remaja serta mengembangkan wawasan terkait dengan proses konseling sebaya.

METODE

Partisipan

Remaja binaan yang dilatih dan ikut serta dalam program merupakan remaja pilihan yang mewakili beberapa Rukun Warga di Kecamatan Johar baru. Dalam prosesnya, pelatih berkoordinasi dengan Kader Bina Ketahanan Remaja Suku Dinas PPAPP untuk melakukan rekrutmen terkait peserta pelatihan sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan yaitu warga yang berada pada tahapan remaja dan dewasa awal yang aktif dalam kegiatan di lingkungan masyarakatnya. Jumlah partisipan adalah 20 orang.

Secara demografis usia peserta berkisar dari 14 – 31 tahun. Beberapa yang sudah tidak remaja mengikuti kegiatan ini karena merasa ada kebutuhan untuk mendapatkan pelatihan. Jenis kelamin peserta mayoritas adalah perempuan. Pendidikan yang sedang dijalani peserta pun beragam dari SMP sampai mahasiswa.

Metode Kegiatan

Metode kegiatan yang digunakan adalah memberikan pelatihan mengenai langkah-langkah dalam melakukan deteksi dini permasalahan remaja. Kegiatan dilakukan secara interaktif dan banyak melakukan refleksi diri setiap peserta, sehingga setelah mengikuti pelatihan tersebut para remaja binaan mendapatkan gambaran mengenai perannya dalam membantu mengatasi masalah-masalah remaja. Materi yang diberikan antara lain mengenai kondisi psikologis remaja, perilaku seksual, remaja dan rokok, remaja dan NAPZA, AIDS, serta perilaku menolong dan konseling sebaya. Kegiatan dilakukan dalam 1 hari yaitu pada tanggal 25 Februari 2017 dimulai dari pukul 08.00 – 16.00 WIB.

Pengukuran

Terdapat dua bentuk evaluasi yang dilakukan oleh pelaksana program:

a. Perubahan pengetahuan

Evaluasi pertama dilakukan untuk melihat efektivitas pemberian informasi/pelatihan mengenai langkah-langkah dalam melakukan deteksi dini masalah remaja. Untuk melihat efektivitas pelatihan yang dilakukan, akan diadakan dua kali pengambilan data yaitu sebelum pelatihan (*pre-test*) dan setelah pelatihan (*post-test*). Instrumen alat ukur yang digunakan adalah berupa kuisisioner yang mengukur pada tingkatan pengetahuan partisipan. Kuisisioner tersebut berisi tentang materi-materi permasalahan remaja secara umum. Kegiatan pelatihan ini dianggap berhasil jika terdapat peningkatan pengetahuan konselor sebaya dalam langkah-langkah yang tepat untuk melakukan deteksi dini masalah remaja. Alat ukur yang digunakan adalah kuisisioner yang mengukur pengetahuan peserta terkait informasi yang diberikan selama pelatihan.

b. Kepuasan Peserta

Evaluasi terkait pelaksanaan kegiatan dan evaluasi terkait modul pelatihan. Evaluasi ini bertujuan untuk mengetahui manfaat pelatihan bagi para konselor sebaya dan masukan/ saran terkait pelaksanaan kegiatan yang dapat digunakan untuk mengembangkan modul. Evaluasi ini hanya dilakukan satu kali pengambilan data, yaitu pada akhir sesi kegiatan penyuluhan. Alat ukur yang digunakan adalah kuisisioner.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Observasi Pelaksanaan

Pada hari pelaksanaan, beberapa peserta datang tepat waktu namun ada beberapa peserta datang terlambat. Pada lembar presensi tertulis bahwa kehadiran mencapai 32 orang namun sebenarnya peserta yang hadir berjumlah 25 orang, 7 orang yang mengisi presensi adalah beberapa kader yang berasal dari kelurahan, kecamatan maupun perwakilan dari Suku Dinas PPAPP Kota Administrasi Jakarta Pusat.

Sejak awal kegiatan, terdapat 18 peserta yang hadir namun para kader meminta beberapa remaja yang sedang melakukan kegiatan di RPTRA tersebut untuk bergabung sehingga terkumpul 25 peserta. Namun mereka tidak bisa hadir sampai akhir acara karena ada beberapa aktivitas yang harus mereka lakukan di siang hari, bahkan beberapa harus bekerja. Sepanjang jalannya acara, semua peserta aktif dalam tiap kegiatan dan tidak sedikit dari mereka bertanya ataupun membantu menjawab jika ada hal-hal yang kurang dalam dipahami selama pelaksanaan kegiatan. Selain itu, meskipun latar belakang pendidikan peserta beragam, namun tidak terlihat ketimpangan pemahaman selama pemberian materi dilakukan.

Pengukuran 1: Peningkatan Pengetahuan

Hasil analisis dilakukan berdasarkan data yang diambil dari peserta melalui kuisisioner. Kuisisioner diberikan sebelum dimulai pelatihan dan saat berakhirnya pelatihan (*pre – post-test*). Kuisisioner tersebut diberikan untuk mengukur efektivitas pelatihan dalam meningkatkan taraf pengetahuan peserta. Analisis data dilakukan terhadap data dari 20 peserta yang mengikuti pelatihan dari awal hingga akhir.

Berdasarkan hasil analisis, tampak bahwa terdapat perbedaan signifikan ($p=0.012$; $p<0.05$) antara pengetahuan peserta sebelum (Mean = 5.44) dan setelah dilakukan pelatihan (Mean = 6.56). Skor pengetahuan peserta setelah pelatihan lebih tinggi dibandingkan dengan sebelum pelatihan. Hal ini berarti bahwa pelatihan yang diberikan secara signifikan efektif untuk meningkatkan pengetahuan para peserta tentang deteksi dini masalah remaja dan konseling sebaya.

Pengukuran 2: Evaluasi Kepuasan Peserta

Pada akhir kegiatan dilakukan pengambilan data terkait pelaksanaan kegiatan yang telah dilakukan dengan membagikan lembar evaluasi kegiatan. Berikut adalah hasil dari lembar evaluasi tersebut.

Tabel 1. Hasil Evaluasi Kepuasan Peserta terhadap Kegiatan

No	Aspek	Persentase Respon Peserta (dalam persen)				Rata-Rata Skor (skala 1-4)
		Tidak Memuaskan	Kurang Memuaskan	Memuaskan	Sangat Memuaskan	
1	Kejelasan Materi	-	-	60%	40%	3.4
2	Sikap & Keterampilan Komunikasi	-	-	50%	50%	3.5
3	Metode Penyampaian Materi	-	-	35%	65%	3.65
4	Kesesuaian harapan & Hasil	-	-	55%	45%	3.45
5	Manfaat	-	-	25%	75%	3.75
6	Sarana & fasilitas	-	-	60%	40%	3.4
7	Konsumsi	-	-	30%	70%	3.7
8	Sikap & Kesiapan	-	-	35%	65%	3.65

Berdasarkan tabel di atas, tampak bahwa seluruh partisipan merasakan puas terhadap pelaksanaan kegiatan. Tingkat kepuasan paling tinggi adalah sikap & keterampilan komunikasi fasilitator, metode penyampaian materi, manfaat, konsumsi dan kesiapan panitia. Hal yang masih bisa ditingkatkan untuk lebih optimal diantaranya adalah kejelasan materi, kesesuaian harapan & hasil, serta sarana & fasilitas. Selain beberapa aspek di atas, diungkap pula tentang kemungkinan peserta kembali berpartisipasi dalam kegiatan serupa, dan semua peserta menjawab “bersedia”. Beberapa usulan topik juga diberikan oleh para peserta seperti topik-topik terkait: tawuran, peran orang tua dalam pencegahan NAPZA, manajemen organisasi, interaksi sosial, dan tentang kecantikan. Hal-hal yang d

SIMPULAN DAN SARAN

Merujuk pada hasil pengukuran yang dilakukan, tampak bahwa pelatihan konseling sebaya dan deteksi dini masalah remaja secara signifikan efektif dalam meningkatkan pengetahuan tentang permasalahan remaja. Selain itu, ditemukan pula bahwa tingkat kepuasan peserta terhadap pelaksanaan kegiatan juga tergolong tinggi. Hasil evaluasi kepuasan terhadap pelaksanaan kegiatan berada pada rentang kategori memuaskan dan sangat memuaskan. Dengan adanya hasil ini, maka dapat dikatakan bahwa pelatihan konseling sebaya dan deteksi dini masalah remaja layak untuk dilakukan dan hal ini bisa menjadi rujukan berbagai program lainnya bagi remaja.

Hasil dari program yang telah dilakukan menunjukkan bahwa pengetahuan terkait dengan permasalahan remaja perlu diberikan terlebih dahulu kepada kelompok-kelompok remaja yang akan dibentuk sebagai konselor sebaya. Peningkatan pengetahuan yang dimiliki para konselor sebaya akan membantu

merekan dalam menjalankan perannya sebagai salah satu agen perubahan di masyarakat, khususnya pada permasalahan remaja.

Keterbatasan yang dialami dalam program ini salah satunya adalah antusiasme peserta yang berada pada usia remaja masih terbatas. Selain itu, instrumen pengukuran yang digunakan belum melalui proses pengujian psikometri yang mumpuni. Oleh karena itu akan lebih baik apabila dalam kegiatan selanjutnya, dimiliki instrumen pengukuran yang telah valid dan reliabel sesuai dengan tujuan kegiatan.

Untuk pengembangan program selanjutnya, perlu diadakannya program lanjutan yang bertujuan untuk semakin meningkatkan keterampilan remaja binaan dalam membantu diri dan sebayanya dalam mengatasi permasalahan psikologis, seperti pelatihan empati, mendeteksi gangguan mental, dan bagaimana memberi pertolongan pertama dalam masalah kesehatan mental. Sesuai dengan masukan dari para peserta, dapat pula dilakukan kegiatan serupa dengan topik-topik yang berbeda seperti: tawuran, peran orang tua dalam pencegahan NAPZA, manajemen organisasi, interaksi sosial dan tentang kecantikan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Suku Dinas Pemberdayaan, Perlindungan Anak dan Pengendalian Penduduk (PPAPP), Kota Administrasi Jakarta Pusat
Pengelola Ruang Publik Terbuka Ramah Anak (RPTRA) Pulo Gundul, Jakarta Pusat

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik Kota Administrasi Jakarta Pusat. (2016). Kecamatan Kemayoran Dalam Angka 2016. ISSN: 0852-2170
- Brammer, L.M. (2004). *Helping Relationship Monks*. (2004). *Psikologi perkembangan: Pengantar dalam berbagai bagiannya*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Fathiyah, K. N., & Harahap, F. (2008). *Konseling Sebaya untuk Meningkatkan Efikasi Diri Remaja terhadap Perilaku Berisiko*. Naskah Publikasi. Diakses pada 20 April 2017 dari <http://staff.uny.ac.id>.
- Infodatin. (2015). *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja*. Pusat data dan informasi Kementerian Kesehatan RI. ISSN: 2442-7659.
- Lesmana, J.M. (2008). *Dasar-dasar Konseling*. Jakarta: UI-Press
- Prawira, A., E. (2015). *Jumlah Remaja Peminum Miras Meningkat Sejak 2007*. Diakses pada 28 Oktober 2016 dari <http://health.liputan6.com/read/2214771/jumlah-remaja-peminum-miras-meningkat-sejak-2007>
- Papalia, D.E., Olds, S.W & Feldman, R.D. 2005. *Human Development (10th Ed)*. McGrawHill
- Risikesdas (2013). *Riset kesehatan dasar*. Diunduh pada 28 Oktober 2016
- Santrock, J.W. 2005. *Adolescence (10th Ed)*. McGrawHill
- Sarafino, E.P. (2006). *Health psychology: Biopsychosocial interactions fifth edition*. USA: John Wiley & Sons.
- Sartika, A. A., Indrawati, E. S., & Sawitri, Dian R. (2009). Hubungan antara konformitas terhadap teman sebaya dengan intensi merokok pada remaja perempuan di sma kesatrian 1 semarang. *Psycho Idea, Vol. 7 No. 2*.
- Sarwono, S., W. (2004). *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Rajagrafi Persada.

Syamsu, Y. (2006). Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja. Bandung: PT Remaja Rosdakarya