

**Kenakalan Remaja Dilihat dari Regulasi Emosi dan Penyesuaian Sosial pada Siswa SMP**

Rifana Rizki Septiawan ✉, Sugiyo, Awalya

Universitas Negeri Semarang
Bimbingan dan Konseling**Info Artikel***Sejarah Artikel:*Diterima 10 November 2020
Disetujui 21 November 2020
Dipublikasikan 31 Desember 2020*Keywords:**Juvenile delinquency; Social Adjustment; and Emotion Regulations**DOI: DOI 10.15294/ijgc.v9i2.26981***Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh regulasi emosi dan penyesuaian sosial terhadap kenakalan remaja. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional. Sampel penelitian ini sejumlah 213 siswa, dengan teknik sampel berstrata atau stratified sampling. Alat pengumpulan data menggunakan skala kenakalan remaja, skala regulasi emosi dan skala penyesuaian sosial yang masing-masing reliabilitasnya 0.735, 0.737, dan 0.738. Teknik analisis data menggunakan analisis regresi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengaruh regulasi emosi terhadap kenakalan remaja sebesar ($R=0,581$, $F(3,209)=35,514$, $p<0,05$). Pengaruh penyesuaian sosial terhadap kenakalan remaja sebesar ($R=0,065$, $F(4,205)=14,567$, $p<0,05$). Pengaruh regulasi emosi dan penyesuaian sosial terhadap kenakalan remaja sebesar ($R=0,646$, $F(7,205)=20,947$, $p<0,05$). Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara regulasi emosi dan penyesuaian sosial terhadap kenakalan remaja. Implikasi penelitian ini bahwa semakin tinggi regulasi emosi dan penyesuaian sosial yang dimiliki siswa maka semakin rendah tingkat kenakalan remaja

Abstract

This study aims to determine the effect of emotional regulation and social adjustment on juvenile delinquency. This research is a quantitative correlational research. The subject of this research is 213 students, with stratified sampling technique. Data collection tools used juvenile delinquency scale, emotion regulation scale and social adjustment scale with reliability of 0.735, 0.737 and 0.738 respectively. Data analysis techniques using regression analysis. The results showed that the effect of emotional regulation on juvenile delinquency was ($R = 0.581$, $F (3.209) = 35.514$, $p = <0.05$). The effect of social adjustment on juvenile delinquency is ($R = 0.065$, $F (4.205) = 14.567$, $p = <0.05$). The effect of emotional regulation and social adjustment on juvenile delinquency is ($R = 0.646$, $F (7,205) = 20,947$, $p = <0,05$). It can be concluded that there is a significant influence between emotional regulation and social adjustment on juvenile delinquency. The implication of this study is that the higher the emotional regulation and social adjustment that students have, the lower the level of juvenile delinquency

How to cite: Septiawan, R., Sugiyo, S., & Awalya, A. (2022). Kenakalan Remaja Dilihat dari Regulasi Emosi dan Penyesuaian Sosial pada Siswa SMP. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 9(2), 110-115. <https://doi.org/10.15294/ijgc.v9i2.26981>

© 2020 Universitas Negeri Semarang

* Alamat korespondensi:
Universitas Negeri Semarang, Semarang, Indonesia.
Email: rifanarizkiseptiawan@gmail.com

PENDAHULUAN

Kekurangan dalam pembentukan hati nurani. Sedangkan faktor eksternal merupakan faktor penyebab yang berasal dari luar diri remaja, seperti lingkungan keluarga dan lingkungan masyarakat. Masa remaja biasanya memiliki energi yang besar, emosi yang luar biasa, dan emosi yang sedang bergejolak. Sedangkan pengendalian dirinya belum sempurna atau stabil. Remaja juga seringkali mengalami perasaan tidak aman, tidak tenang, dan khawatir kesepian (Gunarsa,2010). Lebih lanjut, penelitian yang dilakukan oleh Noor (2009) menunjukkan bahwa kenakalan remaja disebabkan beberapa faktor, yaitu ketidakberfungsian sosial peran orang tua dalam keluarga, proses sosialisasi yang buruk terhadap anak dan beberapa faktor eksternal yang mempengaruhi. Seperti pengaruh teman bergaul, perilaku seksual, konsep diri, pengaruh tingkat religiusitas, pengaruh tingkat pendidikan, dan pengaruh lingkungan sekitar. Selain itu strategi-strategi yang digunakan untuk mengantisipasi kenakalan remaja ada beberapa, diantaranya yaitu menerapkan aspek-aspek dan faktor-faktor penyesuaian sosial.

Regulasi emosi juga memiliki andil dalam penentuan perilaku pada remaja. Benita, Levkovitz, & Roth (2016), Robertson, Daffren, & Bucks (2012) mengungkapkan bahwa regulasi emosi yang adaptif merupakan hal penting dalam fungsi sosial dan kesejahteraan psikologis pada anak-anak dan remaja, karena menguntungkan diri sendiri dan orang lain seperti memberikan efek moral, empati, dan perilaku prososial. Menurut Gross (2007), ada tiga aspek regulasi emosi sebagai berikut; (1) Dapat mengatur emosi dengan baik yaitu emosi negatif atau positif, (2) Dapat mengendalikan emosi secara sadar, mudah dan otomatis, (3) Dapat menguasai situasi stres yang menekan akibat dari masalah yang dihadapinya. Tak lupa juga lingkungan di sekitar individu berpengaruh terhadap kepribadian dirinya.

Mengingat besarnya arti dan manfaat penerimaan dari lingkungan, baik teman sebaya maupun masyarakat, remaja diharapkan mampu bertanggung jawab secara sosial. Tuntutan situasi sosial tersebut akan dapat dipenuhi oleh remaja bila ia memiliki kemampuan untuk memahami berbagai situasi sosial dan kemudian menentukan perilaku yang sesuai dan tepat dalam situasi sosial tertentu, yang biasa disebut dengan kemampuan penyesuaian sosial. Remaja yang dapat menyesuaikan

diri dengan baik, tentunya akan mampu melewati masa remajanya dengan lancar dan diharapkan ada perkembangan ke arah kedewasaan yang optimal serta dapat diterima oleh lingkungannya (Pritaningrum, 2013).

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang sangat signifikan antara penyesuaian sosial dan kemampuan menyelesaikan masalah dengan kecenderungan perilaku delinkuen pada remaja (Setianingsih & Zahrotul,2006). Diperkuat dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa antara penyesuaian sosial dengan kenakalan siswa terdapat hubungan yang signifikan dengan arah hubungan berlawanan, yakni jika penyesuaian sosial semakin tinggi maka kenakalan siswa semakin rendah, atau sebaliknya (Lailatul Istiqomah,2014). Kemampuan remaja dalam melakukan penyesuaian dengan lingkungan sosialnya tidak timbul dengan sendirinya. Kemampuan ini diperoleh remaja dari bekal kemampuan yang telah dipelajari dari lingkungan keluarga, dan proses belajar dari pengalaman-pengalaman baru yang dialami dalam interaksinya dengan lingkungan sosialnya.

Guru BK perlu memberikan layanan bimbingan dan konseling kepada siswanya sebagai upaya preventif untuk mencegah kenakalan remaja dan membantu mereka dalam memilih perbuatan baik dan buruk di sekitar masyarakat. Hal ini sesuai dengan tujuan dari layanan bimbingan dan konseling yang menyatakan bahwa layanan bimbingan dan konseling memiliki tujuan membantu konseli mencapai perkembangan optimal dan kemandirian secara utuh dalam aspek pribadi, belajar, sosial, dan karir.

Berdasarkan uraian di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana pengaruh regulasi emosi dan penyesuaian sosial terhadap kenakalan remaja di SMP 1 Pageruyung Kendal. Secara khusus penelitian ini mengkaji (1) pengaruh regulasi emosi terhadap kenakalan remaja pada siswa di SMP 1 N Pageruyung Kendal, (2) pengaruh penyesuaian sosial terhadap kenakalan remaja pada siswa di SMP 1 N Pageruyung Kendal, (3) pengaruh regulasi emosi dan penyesuaian sosial terhadap kenakalan remaja pada siswa di SMP 1 N Pageruyung Kenda

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional untuk mengetahui hubungan dan tingkat hubungan antara dua

variabel atau lebih, variabel bebas dalam penelitian ini adalah regulasi emosi (X1) dan penyesuaian sosial (X2), sedangkan variabel terikatnya adalah kenakalan remaja (Y). Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa SMP 1 Negeri Pageruyung Kendal. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan tabel Isaac dan Michael dengan taraf kesalahan 5%. Untuk menentukan jumlah sampel maka digunakan stratified sampling. Azwar (2015) menjelaskan bahwa stratified sampling adalah suatu populasi yang terbagi dari beberapa strata atau sub kelompok dan dari masing-masing sub kelompok diambil sampel secara terpisah. Jumlah populasi 554 siswa kemudian diperoleh hasil sampel sejumlah 213 siswa yang menjadi responden. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah regresi ganda. Sebelum melakukan analisis data menggunakan regresi terlebih dulu harus melakukan serangkaian uji asumsi yang meliputi uji normalitas, uji multikolinearitas, dan uji heteroskedastisitas.

Validitas dilakukan dengan rumus product moment dan uji reliabilitas dilakukan dengan rumus Alpha. Hasil uji validitas skala kenakalan remaja, skala regulasi emosi dan skala penyesuaian sosial untuk item yang tidak valid digugurkan setelah dilakukan analisis product moment. Hasil reliabilitas skala kenakalan remaja $0,735 > 0,7$, skala regulasi emosi $0,737 > 0,7$, dan skala penyesuaian sosial $0,738 > 0,7$ sehingga dapat dikatakan bahwa ketiga alat pengumpul data tersebut dinyatakan reliabel. Selanjutnya data di analisis dengan menggunakan SPSS22.

HASIL

Deskripsi hasil penelitian secara keseluruhan dapat dilihat pada tabel 1 yang menginformasikan tentang rata-rata, standar deviasi, dan jumlah sampel Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa hasil rata-rata regulasi emosi termasuk dalam kategori sangat tinggi ($M=3,65$ dan $SD= 0,450$). Selanjutnya penyesuaian sosial dalam kategori sangat tinggi ($M=3,92$ dan $SD=0,323$).

Tabel 1. Hasil Analisis Deskriptif Kuantitatif

Variabel	Mean	SD
Regulasi Emosi	3,65	0,450
Penyesuaian Sosial	3,92	0,323
Kenakalan Remaja	1,67	0,427

Kemudian pada kenakalan remaja termasuk kategori rendah ($M=1,67$ dan $SD=0,427$).

Pengujian normalitas data dilakukan dengan menggunakan Kolmogorov Smirnov. Suatu data dikatakan normal apabila diperoleh nilai probabilitas $> 0,05$ (Ghozali, 2011). Berdasarkan kriteria tersebut, maka semua variabel dalam penelitian ini adalah normal (K-S regulasi emosi= $0,639$, $p=0,809$; K-S penyesuaian sosial= $0,768$, $p=0,597$; K-S kenakalan remaja= $1,125$, $p=0,159$). Selanjutnya adalah pengujian multikolinearitas yang dilakukan dengan melihat nilai Tolerance dan VIF. Jika nilai Tolerance lebih dari $0,1$ dan VIF kurang dari 10 maka tidak terjadi multikolinearitas (Priyatno, 2010).

Hasil uji asumsi multikolinearitas pada penelitian ini menunjukkan telah terpenuhi (Tolerance= $0,634$, VIF= $1,578$). Kemudian uji heteroskedastisitas menggunakan uji Spearman'rho yaitu dengan mengkorelasikan nilai residual hasil regresi dengan masing-masing variabel independen. Jika nilai signifikansi antara variabel independen dengan residual $> 0,05$ maka tidak terjadi heteroskedastisitas (Priyatno, 2010). Hasil uji asumsi heteroskedastisitas pada penelitian ini menunjukkan telah terpenuhi.

Uji hipotesis pada penelitian ini dilakukan dengan analisis regresi. Model ini digunakan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh regulasi emosi dan penyesuaian sosial terhadap kenakalan remaja hubungan. Berikut hasil uji regresi yang tersaji pada tabel 2.

Hasil uji regresi antara regulasi emosi dengan kenakalan remaja menunjukkan terdapat kontribusi regulasi emosi terhadap kenakalan remaja ($R=0,581$, $F(3,209)=35,514$, $p<0,05$) sebesar $33,8\%$, dengan demikian maka hasil uji hipotesis 1 adalah "ada pengaruh antara regulasi emosi dengan kenakalan remaja". Selanjutnya untuk hasil uji regresi antara penyesuaian sosial terhadap kenakalan remaja adalah terdapat kontribusi penyesuaian sosial terhadap kenakalan remaja ($R=0,065$, $F(4,205)=14,567$, $p<0,05$) sebesar $7,9\%$, dengan demikian maka hasil uji hipotesis 2 adalah "ada pengaruh antara penyesuaian sosial dengan kenakalan remaja". Kemudian untuk hasil uji regresi antara regulasi emosi dan penyesuaian sosial terhadap kenakalan remaja ($R=0,646$, $F(7,205)=20,947$, $p<0,05$) sebesar $41,7\%$, dengan demikian maka hasil uji hipotesis 3 adalah "ada pengaruh antara regulasi emosi dan penyesuaian sosial dengan kenakalan remaja". sedangkan sisanya sebesar $58,3\%$ diprediksikan disumbangkan

Tabel 2 Hasil Analisis Regresi Regulasi Emosi dan Penyesuaian Sosial Terhadap Kenakalan Remaja

Prediktor	B	T	Sig (p)	R	R ²	F	Sig (p)
1. Regulasi emosi			0,000	0,581	0,338	35,514	0,000
a. Dapat mengatur emosi dengan baik yaitu emosi negatif atau positif	-0,122	-1,748	0,082				
b. Dapat mengendalikan emosi secara sadar, mudah dan otomatis	-0,077	-1,043	0,298				
c. Dapat menguasai situasi stres yang menekan akibat dari masalah yang dihadapinya	-0,230	-2,681	0,008				
2. Penyesuaian Sosial			0,000	0,065	0,079	14,567	0,000
a. Penampilan Nyata	-0,019	-0,293	0,770				
b. Penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok	-0,030	-0,446	0,656				
c. Sikap Sosial	-0,251	-3,099	0,002				
d. Kepuasan Pribadi	-0,093	-1,239	0,217				
3. Regulasi emosi dan penyesuaian sosial				0,646	0,417	20,947	0,000

oleh variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian kali ini.

PEMBAHASAN

Penelitian ini dimaksudkan untuk melihat gambaran regulasi emosi, penyesuaian sosial, dan kenakalan remaja, serta untuk mengetahui kontribusi regulasi emosi dan penyesuaian sosial terhadap kenakalan remaja baik secara parsial maupun secara bersama-sama. Secara umum, gambaran regulasi emosi tergolong sangat tinggi, penyesuaian sosial tergolong sangat tinggi, dan kenakalan remaja tergolong rendah. Selanjutnya hasil penelitian juga menunjukkan bahwa terdapat kontribusi regulasi emosi dan penyesuaian sosial terhadap kenakalan remaja.

Hasil uji hipotesis secara parsial antara regulasi emosi terhadap kenakalan remaja menunjukkan adanya kontribusi regulasi emosi terhadap kenakalan remaja. Hasil ini selaras dengan hasil penelitian Janah, Rifayani, dan Ernawati (2015) yang menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara regulasi emosi dengan perilaku agresif dalam menyelesaikan konflik interpersonal. Semakin tinggi kemampuan regulasi emosinya maka semakin rendah tingkat kenakalan remajanya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian siswa sudah memiliki kemampuan meregulasi emosi

dengan baik.

Regulasi emosi dapat mempengaruhi perilaku dan pengalaman seseorang. Hasil regulasi emosi dapat berupa perilaku yang ditingkatkan, dikurangi, atau dihambat dalam ekspresinya. Individu yang memiliki kemampuan regulasi emosi dapat mengendalikan dirinya apabila sedang kesal dan dapat mengatasi rasa cemas, sedih, atau marah sehingga mempercepat dalam pemecahan suatu masalah.

Pada penelitian kali ini juga ditemukan beberapa hal yang menarik. Berdasarkan hasil analisis regresi untuk prediktor regulasi emosi terhadap kenakalan remaja, diperoleh hasil bahwa tidak semua prediktor pada regulasi emosi memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kenakalan remaja. Untuk prediktor dapat menguasai situasi stres yang menekan akibat dari masalah yang dihadapinya, diprediksikan mempunyai kontribusi signifikan terhadap perilaku kenakalan remaja. Sedangkan dapat mengatur emosi dengan baik yaitu emosi negatif atau positif, Dapat menguasai situasi stres yang menekan akibat dari masalah yang dihadapinya, diprediksikan tidak memberikan kontribusi yang signifikan terhadap perilaku kenakalan remaja.

Selanjutnya pada penelitian ini juga kita dapat melihat bahwa penyesuaian sosial mem-

berikan kontribusi terhadap kenakalan remaja. Walaupun nilai kontribusi yang diberikan oleh penyesuaian sosial cukup kecil, namun tetap memberikan kontribusi untuk siswa dapat terhindar dari kenakalan remaja. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian Setianingsih dan Uyun (2011) hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang sangat signifikan antara penyesuaian sosial dan kemampuan menyelesaikan masalah dengan kecenderungan perilaku delinkuen. Hal tersebut menunjukkan bahwa penyesuaian sosial ikut berkontribusi pada terbentuknya perilaku kenakalan remaja.

Remaja dituntut untuk memiliki kemampuan penyesuaian sosial, baik dalam lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat. Hurlock (1980) menyebutkan terdapat empat indikator dalam menentukan sejauh mana penyesuaian sosial seseorang mencapai ukuran baik, yaitu; 1) penampilan nyata, 2) Penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok, 3) Sikap sosial, 4) Kepuasan pribadi. Penyesuaian sangatlah penting bagi seseorang untuk menunjang kesuksesan masa depan dalam menjalin hubungan dengan orang-orang disekitarnya. Secara singkat dikatakan bahwa kemampuan penyesuaian sosial yang baik akan mampu menggunakan pengetahuan dan keterampilan mereka dalam pergaulan dan dapat memajukan aspek-aspek positif dalam hubungan tersebut.

Berdasarkan hasil penelitian di lihat dari hasil analisis regresi, pada prediktor penyesuaian sosial terhadap kenakalan remaja, diperoleh hasil bahwa prediktor Sikap Sosial, diprediksikan mempunyai kontribusi signifikan terhadap perilaku kenakalan remaja. Sedangkan Penampilan Nyata, Penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok, Kepuasan Pribadi, diprediksikan tidak memberikan kontribusi yang signifikan terhadap perilaku kenakalan remaja.

Kemudian uji hipotesis yang dilakukan secara bersama-sama untuk regulasi emosi dan penyesuaian sosial terhadap kenakalan remaja memberikan informasi pada kita bahwa terdapat kontribusi regulasi emosi dan penyesuaian sosial secara bersama-sama terhadap kenakalan remaja. Sedangkan sisanya disumbangkan oleh faktor lain yang tidak diteliti pada penelitian kali ini.

SIMPULAN

Simpulan dari hasil penelitian ini yaitu regulasi emosi, penyesuaian sosial dalam kate-

gori sangat tinggi sedangkan kenakalan remaja tergolong rendah. Kemudian pada penelitian kali ini terdapat kontribusi regulasi emosi terhadap kenakalan remaja, terdapat kontribusi penyesuaian sosial terhadap kenakalan remaja, dan terdapat kontribusi regulasi emosi dan penyesuaian sosial terhadap kenakalan remaja. Berdasarkan dari hasil penelitian, Guru BK dapat memanfaatkan hasil penelitian sebagai acuan perencanaan pemberian layanan kepada siswa mengenai regulasi emosi dan penyesuaian sosial agar nantinya siswa tidak terjerumus ke dalam kenakalan remaja.

Selain itu, guru BK harus dapat bekerja sama dengan stake holder di sekolah seperti guru mata pelajaran dan wali kelas serta orang tua agar dapat memantau bagaimana siswa bertindak dan menyesuaikan diri agar tidak terjadi kenakalan remaja. Bagi peneliti selanjutnya, harapannya dapat meneliti lebih lanjut terkait faktor-faktor lain yang mempengaruhi kenakalan remaja pada siswa, seperti faktor ekonomi keluarga, religiusitas, kemampuan asertif, kemampuan adaptasi, dan pergaulan.

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. (2015). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Benita, M., Levkovitz, T., & Roth, G. (2016). Integrative Emotion Regulation Predicts Adolescents Prosocial through The Mediation Of Empathy. *Learning and Instruction*, 30, 1-7. Doi :10.1016/j.lindif.2016.10.001
- Ghozali, I. (2011). *Aplikasi Analisis Multivariate Program SPSS*. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Gross, J J. (2007). *Handbook Of Emotion Regulation*. New York : The Guilford Press.
- Gunarsa, Y. Singgih D. dan Singgih D. Gunarsa. (2010). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Gunung Mulia
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi perkembangan*. Edisi Kelima. Jakarta: Erlangga.
- Janah, Maslichah Raichatul; Rifayani, Hastuti; dan Ernawati, Sri. (2015). Emotion Regulation to Reducing Aggressive Behavior in Resolving Interpersonal Conflict on Student SMK. *Jurnal Pemikiran Administrasi Publik dan Bisnis, Sosial dan Politik*. 9.1:56-62.
- Kementerian Pemuda dan Olahraga. (2009). *Penyajian Data Informasi Kementerian Pemuda dan Olahraga*. Online. Tersedia di www.kemendikpora.go.id Tanggal 04-08-2017.
- Lailatul Istiqomah. (2014). *Hubungan Penyesuaian Sosial Dengan Kenakalan Siswa Ma Muhammadiyah 2 Kedungkandang Malang*. Skripsi. Malang: Fakultas Psikologi Universitas Islam

- Negeri Maulana Malik Ibrahim
- Noor Cahyo. (2009). Keluarga Dan Kenakalan Remaja. *Jurnal Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta*. 2 (01), 55-57
- Pritaningrum, Meidiana dan Wiwin Hendriani. (2013). Penyesuaian Diri Remaja yang Tinggal di Pondok Pesantren Modern Nurul Izzah Gresik Pada Tahun Pertama. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*. 02 (03). 37-40
- Priyatno, D. (2010). *Teknik Mudah dan Cepat Melakukan Analisis data Penelitian dengan SPSS*. Yogyakarta: Gava Media.
- Roberton, T., Daffren, M., & Bucks,R.S. (2012). Emotion Regulation and Aggression. *Aggression and Violent Behavior*. 17, 72-82.
- Setianingsih Eko, Uyun Zahrotul. (2008). Hubungan Antara Penyesuaian Sosial Dan Kemampuan Menyelesaikan Masalah Dengan Kecenderungan Perilaku Delinkuen Pada Remaja. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*. 3 (01), 81-83
- Yadaf, P. (2016). Juvenile Delequency as Behavioral Problem. *The International Journal of Indian Psychology* .4 (76), 294-309.