

Penyuluhan Kecerdasan Emosional Dalam Mencegah Kenakalan Remaja Pada Siswa Di Sma Negeri 6 Kota Bengkulu

Rina Delfina¹⁾; Sardaniah²⁾

^{1,2)} Program Studi D3 Keperawatan FMIPA Universitas Bengkulu

Email: ¹ rdelfina@unib.ac.id

Received [20-03-2025]

Revised [21-04-2025]

Accepted [28-04-2025]

Abstract. *Adolescence is a challenging developmental stage, marked by significant emotional, social, and psychological changes. In this phase, adolescents are vulnerable to deviant behavior or juvenile delinquency due to lack of self-control and environmental influences. Emotional intelligence, which includes the ability to recognize, understand, and manage one's own emotions and those of others, is believed to play an important role in shaping positive behavior in adolescents. Community service aims to increase adolescents' knowledge about emotional intelligence in preventing juvenile delinquency. The method used in this community service is in the form of counseling on emotional intelligence and juvenile delinquency. The importance of emotional intelligence in adolescents is because adolescents with high levels of emotional intelligence tend to have better self-control, empathy for others, and are able to make wise decisions in complex social situations. The target of this community service activity is students at SMA Negeri 6 Kota Bengkulu. Developing emotional intelligence from an early age is an effective preventive strategy in reducing the risk of juvenile delinquency and forming emotionally healthy characters.*

Keywords: *Emotional Intelligence, Adolescents, Juvenile Delinquency, Self-Control.*

Abstrak. Masa remaja merupakan tahap perkembangan yang penuh tantangan, ditandai dengan perubahan emosional, sosial, dan psikologis yang signifikan. Pada fase ini, remaja rentan terhadap perilaku menyimpang atau kenakalan remaja akibat kurangnya pengendalian diri dan pengaruh lingkungan. Kecerdasan emosional, yang mencakup kemampuan mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri serta orang lain, diyakini berperan penting dalam membentuk perilaku positif pada remaja. Pengabdian bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang kecerdasan emosional dalam mencegah kenakalan remaja. Metode yang digunakan pada pengabdian ini dalam bentuk penyuluhan tentang kecerdasan emosional dan kenakalan remaja. Pentingnya kecerdasan emosional dimiliki oleh remaja karena remaja dengan tingkat kecerdasan emosional yang tinggi cenderung memiliki kontrol diri yang lebih baik, empati terhadap orang lain, serta mampu mengambil keputusan secara bijak dalam situasi sosial yang kompleks. Sasaran kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah siswa-siswi di SMA Negeri 6 Kota Bengkulu. Pengembangan kecerdasan emosional sejak dini menjadi strategi preventif yang efektif dalam mengurangi risiko kenakalan remaja dan membentuk karakter yang sehat secara emosional.

Kata Kunci: *Kecerdasan Emosional, Remaja, Kenakalan Remaja, Pengendalian Diri.*

PENDAHULUAN

Remaja merupakan peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Pada masa ini juga memiliki tantangan tersendiri, di mana remaja di anggap sudah lebih mapan

dibandingkan masa sebelumnya yakni saat menjadi masa kanak-kanak, namun di satu sisi remaja di anggap belum sepenuhnya dapat bertanggung jawab. Masa ini juga di sebut masa mencari identitas diri, menemukan siapa mereka dan arah tujuan hidupnya, bereksplorasi terhadap perannya. Remaja mulai memberikan perhatian lebih terhadap berbagai aspek kehidupan yang secara khusus berkaitan dengan apa yang akan dijalannya sebagai manusia dewasa di masa yang akan datang (Dewi & Yusri, 2023).

Awal masa remaja berlangsung kira- kira dari 13 tahun sampai 17 tahun, dan akhir masa remaja bermula dari usia 16 atau 17 tahun sampai 18 tahun, yaitu usia matang secara hukum. Istilah ini menunjukkan masa dari awal pubertas sampai tercapainya kematangan, biasanya mulai dari usia 14 tahun pada pria dan 12 tahun pada wanita. Transisi ke masa dewasa bervariasi dari suatu budaya ke budaya lain, namun secara umum didefinisikan sebagai waktu di mana individu mulai bertindak terlepas dari orang tua mereka (Dewi & Yusri, 2023).

Masa remaja adalah masa transisi bagi remaja. Masa ini bisa menimbulkan masa krisis, yang ditandai dengan kecenderungan munculnya kenakalan pada remaja. Dampak kenakalan remaja ada dua, diantaranya sisi positif yaitu akan menjadikan seseorang bisa sukses yang akan datang, sisi negatif yaitu remaja akan menjadi labil, dan belum matang secara emosinya, sehingga dalam melalui proses perkembangan tersebut remaja mengalami berbagai masalah. Masalah tersebut mengarah pada kenakalan remaja seperti berkelahi, bolos sekolah, kabur dari rumah, keluyuran tanpa tujuan (Maharani & Panjaitan, 2019).

Saat ini kenakalan remaja menunjukkan trend yang amat memprihatinkan. Kenakalan remaja bukan hanya terjadi di kota-kota besar saja tetapi sudah merambah sampai di kota-kota kecil dan daerah pedesaan. Kenakalan remaja yang diberitakan berbagai media massa dianggap makin meresahkan dan membahayakan masyarakat. Beberapa contoh, ulah remaja belakangan ini makin mencemaskan masyarakat. Remaja tidak lagi sekadar terlibat dalam aktivitas nakal seperti bolos sekolah, merokok, minum-minuman keras, atau menggoda lawan jenisnya, tetapi tak jarang Remaja terlibat dalam aksi tawuran layaknya preman, penjabretan, pemerasan, pencurian, perampokan, penganiayaan, perkelahian secara perorangan atau kelompok, mabuk-mabukan, penyalahgunaan obat-obatan seperti narkoba, terjerumus dalam kehidupan seksual pra-nikah, dan berbagai bentuk perilaku menyimpang lainnya (Iidya, 2023).

Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) fenomena kenakalan remaja di Indonesia dari tahun ke tahun mengalami peningkatan. Berbagai kasus di media sosial didominasi oleh usia remaja. Pada tahun 2020 angka kenakalan remaja di Indonesia mencapai 12944,47 kasus, menurut (BPS), dari 233 juta penduduk Indonesia, 28,6 persen adalah remaja berusia 10-24 tahun.

Pada perkembangan remaja, remaja dikenal dengan masa menentang (*fase negative*). Pada *fase negative* ini remaja memiliki emosi yang berlebihan, mudah menimbulkan emosi *negative* seperti benci, sedih dan lain-lain. Pada masa remaja akan malas melakukan sesuatu dan mudah jenuh ataupun bosan. Dalam proses perkembangan, remaja akan mengalami berbagai masalah dalam beradaptasi dan menyesuaikan diri. Remaja menjadi lebih labil dan belum matang secara emosional dan spiritual, sehingga dalam melalui proses perkembangan tersebut, remaja mengalami berbagai masalah kenakalan remaja (Yunia et al., 2019).

Perilaku nakal yang dilakukan oleh remaja dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti kondisi keluarga, lingkungan, pikiran, dan perasaan emosional. Remaja memiliki pola emosi yang mirip dengan pola emosi pada anak-anak yang membedakannya adalah rangsangan yang dapat membangkitkan emosi. Remaja biasanya akan marah bila selalu diperlakukan tidak adil dan layaknya anak kecil, remaja akan mengungkapkan kemarahannya dengan menggerutu, tidak mau berbicara, atau mengkritik dengan nada keras. Oleh karena itu, untuk mengatasi hal tersebut remaja harus memiliki kecerdasan emosional yang tinggi. Kecerdasan emosional remaja dapat menempatkan emosinya pada porsi yang tepat sehingga dapat memilah kepuasan dan mengatur suasana hatinya (Shelemo, 2023).

Remaja sangat membutuhkan kecerdasan emosional yang stabil untuk mengurangi kenakalan-kenakalan remaja tersebut. Kecerdasan emosional sangat dibutuhkan oleh manusia untuk mencapai kesuksesan, baik di bidang akademis, karier maupun kehidupan sosialnya. Remaja yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi, maka ia akan mampu dalam mengendalikan emosi, mampu mengatasi masalah atau kesulitan dalam melakukan tugas perkembangannya, seperti membentuk identitas dalam dirinya, dan mampu mencapai kemandirian untuk dirinya. Sebaliknya remaja dengan kecerdasan emosional yang rendah, maka remaja tidak mampu dalam mengatasi berbagai masalah dalam melakukan tugas perkembangannya yang membuat remaja sulit untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya, sehingga memicu remaja untuk berperilaku menyimpang atau perilaku kenakalan remaja (Maharani & Panjaitan, 2019).

METODE

Sebelum kegiatan dilaksanakan tim pengabdian melakukan koordinasi dengan pihak sekolah untuk meminta izin pelaksanaan kegiatan. Selanjutnya membuat jadwal kegiatan. Kegiatan pengabdian dilaksanakan di SMA Negeri 6 Kota Bengkulu pada tanggal 21 April 2025. Metode yang digunakan pada kegiatan ini adalah penyuluhan tentang kecerdasan emosional. Menjelaskan dan mengajarkan pada remaja bagaimana menjaga kecerdasan emosional sehingga remaja memiliki kemampuan dalam mengontrol diri baik dari pengaruh lingkungan ataupun kenakalan remaja. Kegiatan penyuluhan kesehatan mata disampaikan oleh tim dosen D3 keperawatan yang memiliki kompetensi di bidangnya. Sebelum diberikan penyuluhan, siswa-siswi diberikan pretest tentang kecerdasan emosional. Kemudian setelah diberikan penyuluhan dilakukan kembali posttest, untuk mengetahui pemahaman siswa terhadap materi yang disampaikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa terhadap kecerdasan emosional. Terlihat dari hasil pretest dengan nilai rata-rata 60, setelah diberikan penyuluhan tentang kecerdasan emosional dilakukan kembali posttest, dimana hasilnya menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa dengan nilai rata-rata peserta menjadi 70. Kecerdasan emosional dapat diukur melalui kecakapan individu dalam menyadari emosinya, mengelola emosinya, memanfaatkan emosinya untuk memotivasi diri ke hal yang lebih baik, mampu memahami perasaan orang lain, dan terampil dalam relasi sosial (Goleman, 2016). Kecerdasan emosional mempunyai peranan penting, karena dapat memotivasi diri, bertahan menghadapi frustrasi, pengendalian dorongan hati, tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati, menjaga beban stress agar tidak melumpuhkan kemampuan berfikir, berempati, dan berdo'a (Goleman, 2016). Sebaliknya remaja dengan kecerdasan emosional yang rendah, maka remaja tidak mampu dalam mengatasi berbagai masalah dalam melakukan tugas perkembangannya yang membuat remaja sulit untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya, sehingga memicu remaja untuk berperilaku menyimpang atau perilaku kenakalan remaja (Yusuf, 2009). Sejalan dengan penelitian Aprilia (2014) yang membuktikan bahwa kecerdasan emosional memiliki korelasi dengan perilaku delinkuensi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Pentingnya remaja memiliki kecerdasan emosional yang baik dapat dijadikan sebagai bentuk pertahanan diri dalam menghadapi berbagai permasalahan. Karena Kecerdasan

emosional mempunyai peranan penting, karena dapat memotivasi diri, bertahan menghadapi frustrasi, pengendalian dorongan hati, tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati, menjaga beban stress agar tidak melumpuhkan kemampuan berfikir, berempati, dan berdo'a.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, S. R., & Yusri, F. (2023). Kecerdasan Emosi Pada Remaja. *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 2(1), 65–71. <https://doi.org/10.56248/educativo.v2i1.109>
- Goleman. (2016). *Kecerdasan emosional*. PT.Gramedia pustaka utama.
- li, B. A. B. (1977). *Kartini Kartono, Kenakalan Remaja (Jakarta : Rajawali, 1986), 93. 16. 16–82.*
- Maharani, A. P., & Panjaitan, R. U. (2019). The resilience and its relationship with stress levels of parents who have children with autism spectrum disorder. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 2(1), 47–54.
- Nisya Lidya sayidatun, & Sofiah, D. (2012). Religiusitas, Kecerdasan Emosional Dan Kenakalan Remaja. *Jurnal Psikologi*, 7(2), 562–584.
- Pondaag, R. A., Pardanus, R. H. W., & Togas, P. V. (2021). Pengaruh Minat Dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Kkpi Siswa Smk. *Edutik : Jurnal Pendidikan Teknologi Informasi Dan Komunikasi*, 1(3), 284–296. <https://doi.org/10.53682/edutik.v1i3.1790>
- Rahmasari, L. (2012). Pengaruh Kecerdasan Intelektual , Kecerdasan Emosi dan Kecerdasan Spiritual Terhadap Kinerja Karyawan. *Majalah Ilmiah INFORMATIKA*, 3(1), 1–20.
- Ramanda, R., Akbar, Z., & Wirasti, R. A. M. K. (2019). Studi Kepustakaan Mengenai Landasan Tasya Alifia Izzani, Selva Octaria, & Linda Linda. (2024). Perkembangan Masa Remaja. *JISPENDIORA Jurnal Ilmu Sosial Pendidikan Dan Humaniora*, 3(2), 259–273. <https://doi.org/10.56910/jjispondiora.v3i2.1578>
- Wildayanti. (2019). Pengembangan Kecerdasan Emosional Melalui Kegiatan Ekstrakurikuler Peserta Didik Di Smp Negeri 1 Cempa Kabupaten Pinrang. *Central Library Of State Of Islamic Institute Parepare*, 01(01), 1–112.
- Yunia, S. A. P., Liyanovitasari, & Saparwati, M. (2019). Hubungan kecerdasan emosional dengan kenakalan remaja pada siswa. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 2(1)