



## PSIKOEDUKASI KETAHANAN KELUARGA SEBAGAI SOLUSI PENANGANAN KENAKALAN REMAJA DI ERA DIGITAL

Rahmawati Syam<sup>1</sup>, Nur Fitriany Fakhri<sup>2</sup>, Novita Maulidya Jalal<sup>3</sup>, Syamsul Bakhri Gaffar<sup>4</sup>,  
Mitha Evalista<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,5</sup>Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar, Kota Makassar, Sulawesi Selatan, Indonesia

<sup>4</sup>Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar, Kota Makassar, Sulawesi Selatan, Indonesia

Email: rahmawatysyam@unm.ac.id

---

### Article History:

Received: May 10<sup>th</sup>, 2024

Revised: June 10<sup>th</sup>, 2024

Published: June 15<sup>th</sup>, 2024

**Abstract:** *Juvenile delinquency in the digital era has a broad and deep impact on various aspects of adolescent life, including mental health, social relationships and academic achievement. The aim of this service is to provide psychoeducation regarding the importance of resilience in the family as a solution for handling juvenile delinquency in the digital era. This program was carried out using psychoeducation methods for 30 parents from the Center for Gender and Child Studies (PSGA), the Institute for Research and Community Service (LP2M) IAIN Pare-Pare, and PIAUD IAIN Pare-Pare lecturers. Psychoeducation was given in the form of lectures and discussion sessions with participants. The results of the service show that resilient families tend to have open communication, strong emotional support, and clear values taught to their children. With good communication, parents can more easily detect changes in behavior in teenagers and provide the necessary guidance to overcome problems before they develop into delinquency. Psychoeducation programs can provide knowledge to parents regarding the role of parents, the characteristics of adolescents, the causes of juvenile delinquency, and how parents deal with juvenile delinquency through family resilience.*

**Keywords** - *Digital Era, Family Resilience, Juvenile Delinquency, Psychoeducation*

---

### Abstrak

Kenakalan remaja di era digital memiliki dampak yang luas dan mendalam pada berbagai aspek kehidupan remaja, termasuk kesehatan mental, hubungan sosial, dan prestasi akademik. Tujuan pengabdian ini adalah memberikan psikoedukasi terkait pentingnya ketahanan dalam keluarga sebagai solusi penanganan kenakalan remaja di era digital. Program ini dilakukan dengan menggunakan metode psikoedukasi kepada 30 orang tua yang berasal dari pusat studi gender dan anak (PSGA), Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LP2M) IAIN Pare-Pare, dan dosen PIAUD IAIN Pare-Pare. Psikoedukasi diberikan dalam bentuk ceramah dan sesi diskusi dengan peserta. Hasil pengabdian menunjukkan bahwa keluarga yang tangguh cenderung memiliki komunikasi yang terbuka, dukungan emosional yang kuat, dan nilai-nilai yang jelas yang diajarkan

kepada anak-anak mereka. Dengan adanya komunikasi yang baik, orang tua dapat lebih mudah mendeteksi perubahan perilaku pada remaja dan memberikan bimbingan yang diperlukan untuk mengatasi masalah sebelum berkembang menjadi kenakalan. Program psikoedukasi dapat memberikan pengetahuan kepada orang tua terkait peran orang tua, karakteristik remaja, penyebab kenakalan remaja, serta bagaimana orang tua menangani kenakalan remaja melalui ketahanan keluarga.

**Kata Kunci:** Era Digital, Ketahanan Keluarga, Kenakalan Remaja, Psikoedukasi

## **PENDAHULUAN**

Kenakalan remaja di era digital mencakup berbagai perilaku negatif yang terjadi atau diperparah oleh penggunaan teknologi dan internet, termasuk cyberbullying, kecanduan gadget, penyalahgunaan media sosial, dan terlibat dalam kegiatan ilegal online seperti hacking atau penyebaran konten terlarang. Cyberbullying, salah satu bentuk kenakalan yang paling umum, melibatkan penggunaan teknologi untuk melecehkan atau menakut-nakuti orang lain, yang dapat menyebabkan dampak psikologis serius pada korban, seperti depresi, kecemasan, dan bahkan pikiran untuk bunuh diri (Kowalski et al., 2014). Kecanduan gadget juga menjadi perhatian utama, dengan remaja menghabiskan waktu berlebihan di depan layar, yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, prestasi akademik, dan hubungan sosial mereka (Twenge & Campbell, 2018). Selain itu, media sosial sering digunakan untuk membagikan konten yang tidak pantas atau berpartisipasi dalam tantangan berbahaya, yang dapat mengakibatkan konsekuensi fisik dan hukum. Kurangnya pengawasan dan bimbingan dari orang tua, serta kemudahan akses ke teknologi, memperparah masalah ini, membuat remaja lebih rentan terhadap berbagai bentuk kenakalan digital. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang komprehensif, termasuk pendidikan digital yang baik, pengawasan ketat, dan intervensi berbasis komunitas untuk menangani kenakalan remaja di era digital secara efektif.

Kenakalan remaja di era digital memiliki dampak yang luas dan mendalam pada berbagai aspek kehidupan remaja, termasuk kesehatan mental, hubungan sosial, dan prestasi akademik. Salah satu dampak yang paling serius adalah pada kesehatan mental, di mana remaja yang terlibat dalam atau menjadi korban kenakalan digital seperti cyberbullying sering mengalami peningkatan tingkat kecemasan, depresi, rendahnya harga diri, dan bahkan pikiran untuk bunuh diri (Kowalski et al., 2014). Isolasi sosial dan penurunan keterampilan interpersonal juga menjadi masalah, karena interaksi yang sehat digantikan oleh komunikasi digital yang tidak selalu positif. Hal ini dapat mengurangi kemampuan remaja untuk membangun dan memelihara hubungan yang bermakna dalam kehidupan nyata (O'Reilly et al., 2018).

Selain itu, keterlibatan dalam aktivitas ilegal atau tidak pantas online, seperti hacking atau penyebaran konten berbahaya, dapat mengakibatkan konsekuensi hukum yang serius dan merusak reputasi mereka di masa depan (Marcum et al., 2014). Ketergantungan pada gadget dan media sosial juga berdampak negatif pada prestasi akademik, dengan banyak remaja mengalami penurunan konsentrasi dan waktu belajar yang berkurang akibat penggunaan teknologi yang berlebihan (Twenge & Campbell, 2018). Secara keseluruhan, kenakalan remaja di era digital tidak hanya merusak kesejahteraan individu tetapi juga menimbulkan tantangan signifikan bagi keluarga, sekolah, dan masyarakat dalam upaya menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi perkembangan remaja.

Ketahanan keluarga memainkan peran penting dalam meminimalisir kenakalan remaja, terutama dalam konteks pengaruh negatif yang dapat timbul di era digital. Ketahanan keluarga mengacu pada kemampuan keluarga untuk beradaptasi dan tetap berfungsi dengan baik meskipun menghadapi berbagai tantangan dan stresor. Keluarga yang tangguh cenderung memiliki komunikasi yang terbuka, dukungan emosional yang kuat, dan nilai-nilai yang jelas yang diajarkan kepada anak-anak mereka. Dengan adanya komunikasi yang baik, orang tua dapat lebih mudah mendeteksi perubahan perilaku pada remaja dan memberikan bimbingan yang diperlukan untuk mengatasi masalah sebelum berkembang menjadi kenakalan (Walsh, 2016). Dukungan emosional dari keluarga juga memberikan remaja rasa aman dan kepercayaan diri yang tinggi, sehingga mereka kurang rentan terhadap tekanan teman sebaya yang negatif atau pengaruh buruk dari media sosial. Selain itu, keluarga yang mempraktikkan nilai-nilai moral yang kuat dan memberikan teladan yang baik dapat membentuk karakter remaja yang lebih baik dan mengurangi kecenderungan mereka untuk terlibat dalam perilaku nakal (Taylor et al., 2015). Ketahanan keluarga juga melibatkan pengawasan yang tepat terhadap aktivitas remaja, baik di dunia nyata maupun di dunia maya, sehingga dapat mengurangi risiko keterlibatan dalam aktivitas yang berbahaya atau ilegal. Dengan demikian, memperkuat ketahanan keluarga adalah strategi yang efektif dalam upaya pencegahan kenakalan remaja.

Psikoedukasi penanganan kenakalan remaja di era digital adalah pendekatan yang mengkombinasikan pendidikan psikologis dan intervensi berbasis teknologi untuk membantu remaja dan orang tua menghadapi tantangan perilaku yang muncul akibat pengaruh digitalisasi. Kenakalan remaja, seperti cyberbullying, kecanduan gadget, dan penyalahgunaan media sosial, telah meningkat seiring dengan kemajuan teknologi. Program psikoedukasi ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman remaja tentang dampak negatif dari perilaku online yang tidak sehat, serta memberikan strategi untuk mengelola penggunaan teknologi secara bertanggung

jawab (Kowalski et al., 2014). Materi pendidikan biasanya mencakup informasi tentang keamanan internet, etika digital, dan pengenalan tanda-tanda perilaku bermasalah. Selain itu, orang tua diajarkan teknik-teknik untuk memantau dan membatasi penggunaan teknologi oleh anak-anak mereka, serta keterampilan komunikasi yang efektif untuk membangun hubungan yang suportif dan terbuka (Livingstone et al., 2017). Melalui sesi kelompok, konseling individu, dan alat digital interaktif, psikoedukasi ini juga membantu remaja mengembangkan keterampilan sosial dan emosional yang penting untuk menghadapi tekanan dan pengaruh negatif dari dunia maya. Pendekatan holistik ini tidak hanya menargetkan pengurangan perilaku bermasalah tetapi juga memperkuat ketahanan psikologis dan kesejahteraan remaja di era digital.

## **METODE**

Program psikoedukasi penanganan kenakalan remaja di era digital dilaksanakan dengan menggunakan metode psikoedukasi dalam bentuk ceramah dan diskusi. Psikoedukasi ini dilaksanakan di hari Selasa tanggal 07 Mei 2024 di Perpustakaan lantai 5 IAIN Pare-Pare. Psikoedukasi dilakukan pada pukul 08.00 - 12.00 wita. Peserta yang mengikuti psikoedukasi ini sejumlah 30 orang dari pusat studi gender dan anak (PSGA), Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LP2M) IAIN Pare-Pare, dan dosen PIAUD IAIN Pare-Pare. Psikoedukasi diberikan dalam bentuk ceramah dari Narasumber yakni Ibu Novita Maulidya Jalal, Psikolog, kemudian dilanjutkan dengan sesi diskusi dengan peserta.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Psikoedukasi adalah proses intervensi psikologis yang bertujuan untuk memberikan informasi dan edukasi kepada individu atau kelompok mengenai kondisi kesehatan mental mereka, termasuk penyebab, gejala, dan strategi penanganan yang efektif. Definisi psikoedukasi mencakup pendekatan sistematis untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan dalam mengelola kondisi mental melalui pendidikan yang terstruktur dan informatif (Lukens & McFarlane, 2004). Manfaat utama psikoedukasi meliputi peningkatan pengetahuan tentang kondisi kesehatan mental, yang dapat mengurangi stigma dan rasa malu terkait dengan gangguan mental. Selain itu, psikoedukasi membantu individu mengembangkan keterampilan coping yang lebih baik, meningkatkan kepatuhan terhadap pengobatan, dan memperkuat dukungan sosial dengan melibatkan keluarga dan pengasuh dalam proses pendidikan (Donker et al., 2009).

Tujuan utama dari pelaksanaan psikoedukasi adalah untuk memberdayakan individu agar dapat mengambil peran aktif dalam perawatan mereka sendiri, meningkatkan kualitas hidup, dan

mengurangi gejala gangguan mental melalui pemahaman dan pengelolaan yang lebih baik (Anderson et al., 2006). Dengan memberikan informasi yang akurat dan praktis, psikoedukasi juga bertujuan untuk membangun lingkungan yang mendukung dan responsif terhadap kebutuhan kesehatan mental individu. Psikoedukasi dalam program ini membahas terkait perkembangan remaja, kenakalan remaja, dan ketahanan keluarga sebagai solusi kenakalan remaja.



**Gambar 1.** Narasumber memberikan materi kepada para peserta dalam bentuk ceramah dan diskusi

### Kenakalan Remaja

Kenakalan remaja adalah perbuatan atau tingkah laku remaja dengan kisaran umur anak sekitar 10-18 tahun yang diketahui melawan norma-norma yang berlaku di lingkungan remaja

Kenakalanremaja(Juvenile Delinquency) mengacu pada suatu rentang yang luas, daritingkah lakuyang tidak diterima secara sosial(misal: bersikap berlebihan di sekolah) sampai pelanggaran status (seperti melarikandiri) hingga tindak kriminal (misalnyapencurian).



### Bentuk-Bentuk Kenakalan Remaja

- ◆ Kenakalan Berdampak Fisik (Pemakaian Narkoba, Pembunuhan, pemukulan,dll)
- ◆ Kenakalan Berdampak Material (Pencurian, pemerasan, pengrusakan,dll)
- ◆ Kenakalan Berdampak Sosial (seks bebas, tawuran, pengedaran narkoba, freesex,dll)
- ◆ Kenakalan Berdampak Status (membolos sekolah, mingsgat dari rumah,dll)



**Gambar 2.** Tayangan Materi Kenakalan Remaja

Ketahanan keluarga merupakan kemampuan sebuah keluarga untuk tetap bertahan, berfungsi dengan baik, dan berkembang meskipun menghadapi berbagai tantangan dan stresor dalam

kehidupan. Ketahanan keluarga bukan hanya tentang bertahan hidup, tetapi juga tentang kemampuan untuk beradaptasi secara positif dalam situasi sulit, serta memanfaatkan sumber daya yang tersedia untuk mendukung kesejahteraan anggotanya (Walsh, 2016). Faktor-faktor yang berkontribusi terhadap ketahanan keluarga meliputi komunikasi yang efektif, dukungan emosional, fleksibilitas dalam peran dan tanggung jawab, serta penerapan nilai-nilai dan keyakinan yang kuat. Keluarga yang tangguh seringkali memiliki kemampuan untuk mengatasi konflik dengan konstruktif, menjaga ikatan emosional yang erat, dan melibatkan seluruh anggota keluarga dalam pengambilan keputusan. Selain itu, hubungan yang saling mendukung antara anggota keluarga dapat menciptakan lingkungan yang aman dan stabil, yang penting untuk perkembangan emosional dan psikologis anak-anak (Patterson, 2002). Ketahanan keluarga juga terkait erat dengan kemampuan untuk mengakses dan memanfaatkan sumber daya eksternal seperti komunitas, layanan sosial, dan dukungan profesional. Melalui kombinasi dari faktor-faktor ini, keluarga yang tangguh dapat menghadapi dan mengatasi kesulitan dengan lebih baik, menjaga kesejahteraan individu dan kolektif, serta mendorong pertumbuhan dan perkembangan yang sehat.

Peserta bertanya terkait penyebab karakteristik remaja yang sulit diatur oleh orang tuanya. Narasumber menjelaskan bahwa Karakteristik remaja yang sulit diatur oleh orang tua sering kali disebabkan oleh kombinasi faktor biologis, psikologis, dan lingkungan yang kompleks. Secara biologis, masa remaja ditandai oleh perubahan hormonal yang signifikan yang dapat mempengaruhi emosi dan perilaku mereka, termasuk peningkatan dorongan untuk mencari kebebasan dan eksperimentasi (Steinberg, 2014). Psikologis, remaja berada dalam fase perkembangan di mana mereka berusaha membentuk identitas diri yang mandiri dari orang tua mereka, yang dapat menyebabkan pemberontakan terhadap aturan dan otoritas (Erikson, 1968). Selain itu, kehadiran masalah kesehatan mental seperti ADHD, depresi, atau gangguan kecemasan dapat memperburuk kesulitan dalam mengatur perilaku remaja (Barkley, 2006).

Dari sisi lingkungan, pola asuh yang tidak konsisten atau otoriter dapat berkontribusi pada perilaku sulit pada remaja. Ketika orang tua menerapkan aturan yang tidak jelas atau sering berubah, atau jika mereka terlalu keras tanpa memberikan penjelasan atau dukungan emosional, remaja mungkin merespons dengan ketidakpatuhan dan pemberontakan (Baumrind, 1991). Selain itu, pengaruh teman sebaya dan tekanan sosial dari media digital dapat memperparah situasi, di mana remaja lebih cenderung mengikuti perilaku kelompok dan tren yang mungkin bertentangan dengan nilai-nilai keluarga (Brown & Larson, 2009). Semua faktor ini menunjukkan bahwa mengelola perilaku remaja memerlukan pendekatan yang holistik, yang mencakup pemahaman

tentang perubahan perkembangan, dukungan emosional, komunikasi yang efektif, dan konsistensi dalam pola asuh.

## KESIMPULAN

Kenakalan remaja di era digital memiliki dampak yang luas dan mendalam pada berbagai aspek kehidupan remaja, termasuk kesehatan mental, hubungan sosial, dan prestasi akademik. Keluarga yang tangguh cenderung memiliki komunikasi yang terbuka, dukungan emosional yang kuat, dan nilai-nilai yang jelas yang diajarkan kepada anak-anak mereka. Dengan adanya komunikasi yang baik, orang tua dapat lebih mudah mendeteksi perubahan perilaku pada remaja dan memberikan bimbingan yang diperlukan untuk mengatasi masalah sebelum berkembang menjadi kenakalan. Program psikoedukasi dapat memberikan pengetahuan kepada orang tua terkait peran orang tua, karakteristik remaja, penyebab kenakalan remaja, serta bagaimana orang tua menangani kenakalan remaja melalui ketahanan keluarga.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anderson, C. M., Reiss, D. J., & Hogarty, G. E. (2006). *Schizophrenia and the Family: A Practitioner's Guide to Psychoeducation and Management*. New York: Guilford Press.
- Barkley, R. A. (2006). *Attention-Deficit Hyperactivity Disorder: A Handbook for Diagnosis and Treatment*. New York: Guilford Press.
- Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *Journal of Early Adolescence, 11*(1), 56-95.
- Brown, B. B., & Larson, J. (2009). Peer relationships in adolescence. In R. M. Lerner & L. Steinberg (Eds.), *Handbook of Adolescent Psychology* (pp. 74-103). New York: Wiley.
- Donker, T., Griffiths, K. M., Cuijpers, P., & Christensen, H. (2009). Psychoeducation for depression, anxiety and psychological distress: A meta-analysis. *BMC Medicine, 7*, 79.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: Norton.
- Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., & Lattanner, M. R. (2014). Bullying in the digital age: A critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth. *Psychological Bulletin, 140*(4), 1073-1137.
- Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., & Lattanner, M. R. (2014). Bullying in the digital age: A critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth. *Psychological Bulletin, 140*(4), 1073-1137.
- Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., & Lattanner, M. R. (2014). Bullying in the digital age: A critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth. *Psychological Bulletin, 140*(4), 1073-1137.
- Livingstone, S., Mascheroni, G., & Staksrud, E. (2017). European research on children's internet use: Assessing the past and anticipating the future. *New Media & Society, 20*(3), 1103-1122.
- Lukens, E. P., & McFarlane, W. R. (2004). Psychoeducation as evidence-based practice: Considerations for practice, research, and policy. *Brief Treatment and Crisis Intervention, 4*(3), 205-225.

- Marcum, C. D., Higgins, G. E., Freiburger, T. L., & Ricketts, M. L. (2014). Policing possession of child pornography: The impact of offender characteristics and rurality on dispositional outcomes. *Criminal Justice Policy Review*, 25(4), 388-405.
- O'Reilly, M., Dogra, N., Whiteman, N., Hughes, J., Eruyar, S., & Reilly, P. (2018). Is social media bad for mental health and well-being? Exploring the perspectives of adolescents. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 23(4), 601-613.
- Patterson, J. M. (2002). Understanding family resilience. *Journal of Clinical Psychology*, 58(3), 233-246.
- Steinberg, L. (2014). *Age of Opportunity: Lessons from the New Science of Adolescence*. Boston: Houghton Mifflin Harcourt.
- Taylor, R. J., Chatters, L. M., & Joe, S. (2015). Religious involvement and suicidal behavior among African Americans and Black Caribbeans. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 203(7),
- Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2018). Associations between screen time and lower psychological well-being among children and adolescents: Evidence from a population-based study. *Preventive Medicine Reports*, 12, 271-283.
- Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2018). Associations between screen time and lower psychological well-being among children and adolescents: Evidence from a population-based study. *Preventive Medicine Reports*, 12, 271-283.
- Walsh, F. (2016). Family resilience: A developmental systems framework. *European Journal of Developmental Psychology*, 13(3), 313-324
- Walsh, F. (2016). Family resilience: A developmental systems framework. *European Journal of Developmental Psychology*, 13(3), 313-324.