



PENGARUH DISTRESS PSIKOLOGIS TERHADAP PERUBAHAN PERILAKU MENYIMPANG PADA REMAJA DI DUREN MEKAR

Mutiara Hanum

Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Indonesia

Ati Kusmawati

Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Indonesia

Alamat: Jl. K.H. Ahmad Dahlan, Cireundeu, Kec. Ciputat Tim., Kota Tangerang Selatan,
Banten 15419.

Korespondensi penulis: mutiaranum40@gmail.com

Abstract. *Adolescence is a transitional phase in individual development, from childhood to adulthood. During this period, adolescents experience significant physical, emotional, and social events. The presence of psychological pressure, such as anxiety, and stress can be a factor in adolescent well-being and development. Stress can be triggered by something and will disappear after life events change. In real terms, it can affect emotional abilities that are unstable and physical conditions can be disturbed. The things they feel from sexual harassment (verbal) can also trigger psychological stress. Stress can trigger adolescents to commit other deviant acts. This study aims to determine changes in deviant behavior in adolescents in Duren Mekar Village who experience low or high levels of psychological distress. The research method used is a quantitative method with a data collection technique in the form of a questionnaire. The results of the study showed that between these variables at a relatively low level of 15.5%..*

Keywords: *3-5 words or phrases that reflect the contents of the article (alphabetically).
(Times New Roman, size 10 font Italic)*

Abstrak. Masa remaja merupakan fase peralihan dalam perkembangan individu, dari masa peralihan kanak – kanak menjadi dewasa. Selama periode ini, remaja mengalami peristiwa baik secara fisik, emosional, dan sosial yang signifikan. Adanya tekanan psikologis, seperti kecemasan, dan stress dapat menjadi faktor kesejahteraan dan perkembangan remaja. Stres dapat dipicu oleh suatu hal dan akan hilang setelah peristiwa hidup berubah. Secara nyata sehingga dapat berpengaruh pada kemampuan emosional tidak stabil serta keadaan fisikpun bisa terganggu. Hal – hal yang mereka rasakan dari pelecehan seksual (verbal) pun dapat memicu timbulnya stres psikologis. Stres dapat memicu remaja untuk melakukan tindakan – tindakan menyimpang lainnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perubahan perilaku menyimpang remaja di Kelurahan Duren Mekar yang mengalami tingkat distress psikologis yang rendah maupun tinggi. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan teknik pengumpulan data berupa kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan antar variabel tersebut berapa pada tingkat yang terbilang relatif rendah sebesar 15.5%.

Kata kunci: Distress Psikologis, Perilaku Menyimpang, Pelecehan Seksual, Remaja.

1. LATAR BELAKANG

Masa remaja merupakan masa yang penuh dengan rasa keingintahuan yang sangat besar untuk mencoba berbagai hal baru yang menjadi sebagian proses dalam pencarian jati diri dalam pembentukan konsep diri pada suatu individu. Cakupan lingkungan sosial mereka akan semakin luas dengan bertemu berbagai macam individu serta menemukan

lingkungan yang baik ataupun buruk, hal ini akan memberi dampak pada perkembangan individu itu sendiri. Lingkungan yang baik akan membawa individu di dalamnya menjadi positif begitu pula jika individu berada di lingkungan yang negatif maka akan memiliki dampak buruk hingga terjerumus ke hal yang menyimpang.

Sebagai remaja yang aktif bersosialisasi, mereka seringkali mendapat label atau julukan dari individu lain. Label tersebut dapat menjadi sebuah identitas yang melekat pada diri mereka. Hal ini juga akan berdampak pada berubahnya peran dan memiliki kecenderungan bersikap sesuai label yang diberikan. Dalam penelitian terdahulu oleh Meilanda (2020), label negatif pada suatu individu akan berdampak pada penilaian diri mereka dan konsep diri. Selain itu, individu akan melihat dirinya tidak berharga sehingga secara tidak langsung akan berpengaruh pada konsep diri mereka.

Konsep diri dapat terbentuk dari interaksi dan pengalaman yang dialami oleh suatu individu mencakup pandangan, pemikiran, dan perasaan tentang diri sendiri serta mencakup komponen gambaran diri, harga diri, peran diri, ideal diri, dan identitas diri pada suatu individu. Dalam proses interaksi, suatu individu akan mendapatkan timbal balik dari individu lain seperti menerima tanggapan atau persepsi mengenai dirinya dan hal tersebut akan menjadi penilaian tersendiri bagi konsep diri suatu individu. Pada usia remaja merupakan masa terbaik dalam pembentukan konsep diri suatu individu, karena dengan berbagai hal yang dilewatinya hingga tekanan dari masa transisinya menuju dewasa tersebut memungkinkan mereka untuk menemukan jati dirinya. Dalam masa tersebut remaja juga akan mengalami perubahan pada fisik yang dapat membentuk citra diri yang menjadi dasar terbentuknya konsep diri (Dongoran, 2020).

2. KAJIAN TEORITIS

Edwin M. Lemert memiliki gagasan dengan dua asumsi mengenai *labeling* yaitu label yang ditujukan bukan karena melawan norma dan dalam asumsi kedua mengenai label yang memang ditujukan karena adanya penyimpangan sehingga memperkuat keadaan dalam melawan norma yang ada. Suatu identitas yang diberikan untuk suatu individu atau kelompok sebagai hasil dari penilaian individu lain dapat disebut sebagai proses *labeling*. Tindakan *labeling* dapat ditemukan di mana saja salah satunya terdapat

di lingkungan sekolah. Para siswa yang sedang dalam masa remaja tentunya masih pada tahap pencarian jati diri dan mengeksplor berbagai hal baru dan masa remaja juga menjadi masa peralihan yang tentunya mereka akan menghadapi segala masalah dalam menuju kedewasaan.

Carl Rogers menjelaskan mengenai teori konsep diri atau *self concept* yaitu sebuah proses dari suatu individu dalam memenuhi keinginan, harapan, menyelesaikan permasalahan melalui proses aktualisasi diri yang didukung dengan lingkungan yang baik. Rogers menambahkan bahwa proses aktualisasi diri tersebut memerlukan perpaduan kedua hal, yaitu *real self (self image)* dan *ideal self* sehingga menjadi konsep kesesuaian (*congruence*). Jika kedua hal tersebut saling bertolak belakang ataupun tidak sejalan maka pada suatu individu tersebut akan mengalami ketidaksesuaian (*incongruence*). Menurut McLeod hal tersebut karena *real self* adalah suatu cara suatu individu melihat citra atau gambaran dirinya sendiri pada saat ini dan *ideal self* adalah cara suatu individu melihat dirinya untuk di masa depan (Nurhavina, 2022).

Dalam penelitian terdahulu mengenai *labeling* dan konsep diri oleh Hariandika dan Deswalantri pada tahun 2022 memiliki hubungan antara *labeling* terhadap pembentukan konsep diri siswa baik label positif maupun negatif yang cenderung menjadi bagian dari konsep diri siswa tersebut. Penelitian lain oleh Nurhavina tahun 2022, *labeling* memberikan dampak pada perilaku saat ini pada suatu individu. Bagi individu yang mendapat label, perilaku mereka cenderung menerima label tersebut karena adanya perasaan senasib dan pengaruh dari lingkungannya.

3. METODE PENELITIAN

Metode kuantitatif korelasional digunakan dalam penelitian ini yang menyatakan hubungan atau keterkaitan antar variabel. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Februari sampai dengan Maret 2024. Penelitian ini berlokasi di Duren Mekar tepatnya di Kecamatan Bojongsari Kota Depok. Populasi dari penelitian ini adalah dua komunitas dengan usia 15 - 24 tahun yang berjumlah 147 orang. Pada komunitas A berjumlah 107 orang dan pada komunitas B berjumlah 40 orang. Sampel diperoleh dengan menggunakan teknik sampel random (*Probability*) dengan jumlah sampel sebanyak 107 dengan rincian

sampel dari kedua komunitas tersebut. Pengumpulan data menggunakan kuesioner yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya sehingga berdistribusi normal terhadap variabel yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu distress psikologis sebagai variabel X atau variabel bebas dan perubahan perilaku menyimpang sebagai variabel Y atau variabel terikat. Sebanyak 15 item pernyataan kuesioner untuk variabel X dan 21 item pernyataan kuesioner untuk variabel Y, untuk mengetahui pengaruh distress psikologis terhadap perubahan perilaku menyimpang pada remaja.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian yang dilakukan di kedua komunitas yaitu komunitas A dan B di Duren Mekar. Mengenai pengaruh distress psikologis dan perilaku menyimpang remaja diketahui sebagai berikut:

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Gender					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Male	50	46.7	46.7	46.7.
	Female	57	53.3	53.3	100.0
	Total	107	100.0	100.0	

Sumber : Data primer peneliti (2024)

Berdasarkan tabel 1, jumlah responden berdasarkan jenis kelamin pada penelitian ini yaitu, laki – laki berjumlah 50 orang dengan persentase 46.7% sedangkan perempuan berjumlah 57 orang dengan persentase 53.3%.

Tabel 2. Karakteristik responden berdasarkan usia

		Age			Cumulative Percent
		Frequency	Percent	Valid Percent	
Valid	12 years	2	1.5	1.5	1.5
	13 years	25	18.5	18.5	20.0
	14 years	49	36.3	36.3	56.3
	15 years	54	40.0	40.0	96.3
	16 years	5	3.7	3.7	100.0
	Total	135	100.0	100.0	

Sumber : Data primer peneliti (2024)

Berdasarkan tabel 2, responden dengan usia 12 tahun (1.5%) dan 16 tahun (3.7%) memiliki jumlah yang sedikit dari responden usia 13 tahun (18,5%), 14 tahun (36.3%), dan 15 tahun (40%). Hal ini tidak menjadi masalah karena karakteristik usia yang diperlukan valid.

Tabel 3. Uji Hipotesis (Uji t)

		Coefficients ^a			
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	Sig.
Model		B	Std. Error	Beta	
1	(Constant)	18.945	4.434		.000
	labeling	.844	.083	.663	.000

a. Dependent Variable: self-concept

Sumber : Data primer peneliti (2024)

Berdasarkan hasil uji t pada tabel 3, dapat dilihat bahwa nilai t hitung sebesar 10,213 lebih besar dari nilai t tabel sebesar 1,978, maka H₀ ditolak dan H_a diterima, hal ini berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara *labeling* dengan konsep diri. Selain itu, dapat disimpulkan bahwa nilai Sig. (0,000) lebih kecil dari (0,05), yang berarti terdapat pengaruh *labeling* terhadap pembentukan konsep diri remaja di MTs. Miftahul Huda dan di MTs. Baitis Salmah secara signifikan.

Tabel 4. Uji Hipotesis (Uji F)

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	10009.191	1	10009.191	104.302	.000 ^b
	Residual	12763.209	133	95.964		
	Total	22772.400	134			

a. Dependent Variable: self-concept

b. Predictors: (Constant), labeling

Sumber : Data primer peneliti (2024)

Berdasarkan hasil uji F pada tabel 4 dapat diketahui bahwa nilai F hitung sebesar 104,302 dengan tingkat signifikansi sebesar ($0,000 < 0,05$) sehingga dapat diinterpretasikan bahwa secara simultan terdapat pengaruh *labeling* terhadap pembentukan konsep diri remaja di MTs. Miftahul Huda dan MTs. Baitis Salmah secara keseluruhan dari indikator variabel yang digunakan.

Tabel 5. Uji Regresi Linear Sederhana

Coefficients ^a					
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	
Model		B	Std. Error	Beta	t
1	(Constant)	18.945	4.434		4.273
	labeling	.844	.083	.663	10.213

a. Dependent Variable: self-concept

Sumber : Data primer peneliti (2024)

Koefisien regresi X sebesar 0,844, menyatakan bahwa setiap kenaikan 1% nilai labeling, maka nilai konsep diri meningkat sebesar 0,844. Koefisien regresi bernilai positif, sehingga dapat dikatakan bahwa arah pengaruh variabel X terhadap variabel Y adalah positif.

Tabel 6. Uji Koefisien Determinan

Model Summary^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.663 ^a	.440	.435	9.796
a. Predictors: (Constant), labeling				
b. Dependent Variable: self-concept				

Sumber : Data primer peneliti (2024)

Uji koefisien pada tabel 6, menunjukkan bahwa nilai korelasi atau hubungan (R) sebesar 0,663 dan nilai koefisien determinasi (R Square) yang diperoleh sebesar 0,440 yang menunjukkan bahwa labeling memberikan kontribusi yang signifikan terhadap pembentukan konsep diri pada remaja di MTs. Miftahul Huda dan MTs. Baitis Salmah sebesar 44% dan sisanya sebesar 56% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak berhubungan dengan penelitian ini.

B. Pembahasan

Salah satu dampak dari *labeling* adalah menurunnya tingkat kepercayaan diri seorang individu. Dalam penelitian Tasnim (2020) menurut Munawaroh, tindakan pelabelan memiliki empat aspek yang menjadi celah bagi para pelabel dalam memberikan label atau julukan pada seorang individu, yaitu aspek fisik, aspek latar belakang keluarga, aspek perilaku, dan aspek kecerdasan. Berbagai aspek tersebut dapat menjadi sumber pelabelan, karena para pelabel hanya melihat dari gambaran luar seorang individu. Hal ini didukung oleh temuan peneliti bahwa remaja telah diberi label berdasarkan keempat aspek tersebut dan label yang mereka dapatkan berasal dari lingkungan sekolah. Berdasarkan temuan peneliti, karena label yang diberikan oleh orang lain akan menjadi sebuah persepsi bagi remaja tersebut dalam melihat keadaannya saat ini. Label yang diberikan membuat remaja memiliki rasa percaya diri yang rendah, meragukan kemampuan yang dimiliki, dan membuat dirinya tertekan. Tidak selalu dalam label

negatif, namun label positif juga mempengaruhi konsep diri mereka. Konsep diri terbentuk dari interaksi dan timbal balik antara individu dengan lingkungannya.

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu oleh Hariandika (2022), Nurhavina (2022), dan Sri, Nugrahaeni dkk., (2019), menegaskan bahwa perilaku menyimpang pada remaja akan membentuk pelabelan sosial dan mempengaruhi konsep diri remaja. Namun, penelitian tersebut menyebutkan tindakan pelabelan dan pembentukan konsep diri pada remaja di sekolah umum. Dari hasil analisis penelitian ini mengungkapkan adanya temuan baru dari literatur sebelumnya, yaitu pengaruh *labeling* terhadap pembentukan konsep diri remaja juga dapat terjadi di lingkungan madrasah atau sekolah yang bernafaskan Islam.

Individu dengan konsep diri yang positif akan memiliki psikologi yang baik, sedangkan individu dengan konsep diri yang negatif akan memiliki masalah psikologis. Misalnya, individu yang dicap 'nakal' maka individu tersebut melihat dirinya sesuai dengan penilaian individu lain, hal ini mendukung teori konsep diri Rogers yang menyatakan bahwa konsep diri terbentuk dari pengalaman dan penilaian terhadap diri individu. Jadi temuan dalam penelitian ini adalah *labeling* berpengaruh signifikan terhadap pembentukan konsep diri dalam konteks psikologis remaja di madrasah tsanawiyah yang juga mendukung hasil teori *labeling* oleh Edwin M. Lemert dan teori konsep diri oleh Carl Rogers.

Dalam teori *labeling* menurut Edwin M. Lemert, terdapat dua asumsi, yaitu asumsi pertama, *labeling* ditujukan untuk perilaku menyimpang yang bukan merupakan hasil dari perlawanan terhadap norma. Temuan penelitian ini mendukung asumsi pertama Edwin, karena misalnya label 'pemalas' dapat terjadi bukan karena adanya kesengajaan untuk melakukan tindakan melawan norma, tetapi merupakan kondisi internal individu. Sementara itu, pada asumsi kedua, pelabelan dimaksudkan untuk memperkuat penyimpangan dan sudah bertentangan dengan norma. Temuan penelitian ini juga mendukung asumsi kedua dari Edwin, karena misalnya label 'nakal' memperkuat terjadinya penyimpangan terhadap norma yang terjadi dari pengaruh persepsi terhadap label tersebut. Selain itu, temuan ini terbukti dengan asumsi teori *labeling* Edwin dan

didukung oleh penelitian terdahulu oleh Burlian (2016) yang menunjukkan bahwa tindakan *labeling* dapat terjadi dalam situasi apapun pada individu.

Perlu adanya perpaduan antara kondisi dirinya saat ini (*real self*) dan kondisi yang diinginkan (*ideal self*) dalam mencapai proses aktualisasi diri menurut Carl Rogers, sehingga terciptalah konsep kongruensi, namun jika kedua struktur tersebut tidak saling berkaitan maka akan tercipta konsep inkongruensi. Temuan penelitian ini juga didukung oleh hasil penelitian Nurhavina (2022) yang mengatakan bahwa konsep inkongruensi terjadi karena adanya hambatan dalam proses aktualisasi diri seorang individu. Temuan penelitian ini juga mendukung hasil penelitian Nurhavina (2022) yang mengatakan bahwa *real self* seorang individu yang mendapatkan label negatif tidak mempengaruhi ideal self-nya sehingga dalam proses pencapaian aktualisasi diri.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengujian tersebut, dapat disimpulkan bahwa pengaruh *distress psikologis* terhadap perubahan perilaku menyimpang pada remaja di Depok, dan pengaruh antar variabel tersebut berapa pada tingkat yang terbilang rendah sebesar 15.5%. Stress yang dirasakan remaja masih dapat tersalurkan dengan baik. Karena remaja masih merasa tidak nyaman jika terkena paparan konten yang berbau seksual dan remaja masih mampu mengenali apa yang ia rasakan terkait perasaan sedih, senang, bahkan kecewa.

DAFTAR REFERENSI

Buku

- Berburg, Jon Gunnar. (2009). Labeling Theory. In: Marvin D. Krohn, Alan Lizotte & Gina Penly Hall (eds), *Handbook on Crime and Deviance*.
- Burlian, Paisol. (2016). Patologi sosial. Jakarta: *PT Bumi Aksara*
- Nurmawati, Dhea Kurniawati. (2021), *Pelecehan Seksual dari Aspek Mekanisme Pertahanan Diri*. Parusuan, Jawa Timur.
- Rahmadi, (2011). *Pengantar Metodologi Penelitian* . Kalimantan Selatan
- Rostiawati, Siti Nurwati H, Shanti A, Saherman, Dwi Ayu K, Dala Febri S, Deltani Nuzuli R, Anisa Dwintatri, Asmaul K. (2014). *Kekerasan Seksual*

Belajar dari Kebijakan Mancanegara. Jakarta.

Sunarto, Kamanto (1993). Pengantar Sosiologi. Jakarta.

Yusuf, Muri. (2014). Metode Penelitian : Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian
Gabungan. Jakarta

Artikel Jurnal

Ahyun, F. Q., Solehati, S., & Prasetya, B. (2022). Faktor penyebab terjadinya pelecehan seksual serta dampak psikologis yang dialami korban. *Al-ATHFAL:Jurnal Pendidikan Anak*, 3(2), 92-97. <https://doi.org/10.46773/ALATHFAL.V3I2.488>.

Anjani, D. A., Chusniyah, T., & Shanti, P. (2021). Distres Psikologis Sebagai Prediktor Perilaku Beresiko Kesehatan pada Remaja yang Mengalami Kekerasan Di Bojonegoro. *Flourishing Journal*, 1(1), 69-74. <https://doi.org/10.17977/um070v1i12021p69-74>.

Dongoran, D., & Boiliu, F. M. (2020). Pergaulan Teman Sebaya Dalam Pembentukan Konsep Diri Siswa. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 6(2), 381–388. <https://doi.org/10.31949/educatio.v6i2.560>

Hariandika, F. (2022). Hubungan Labelling terhadap Konsep Diri Siswa di SMK Negeri 1 Ampek Angkek. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(3), 13501–13512. <https://doi.org/10.31004/jptam.v6i3.4466>

Helminasari, S., & Pasulle, K. (2023). Peningkatan kesadaran publik terhadap Fenomena Sosial Sexting sebagai Kasus Kekerasan dan Pelecehan Seksual Anak Berbasis Gender Online di Kota Samarinda. *Masyarakat Berdaya dan Inovasi*, 4(1), 28-38.

Hendarto, W. T., & Ambarwati, K. D. (2020). Perfeksionisme dan distress psikologis pada mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 11(2). <https://doi.org/10.240473/bk.v11i1.37111>

Hidayat, A., & Setyanto, Y. (2019). Fenomena catcalling sebagai bentuk pelecehan seksual secara verbal terhadap perempuan di Jakarta. *Koneksi*, 3(2), 485-492.

Meilanda, A. Y. (2020). Bahaya Labeling Negatif Terhadap Pembentukan Konsep Diri Pada Anak Tunalaras Dengan Tipe Gangguan Perilaku (Conduct Disorder) Dalam Perspektif Konseling Lintas Budaya. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Borneo*, 2(1), 1–9. <https://doi.org/10.35334/jbkb.v2i1.1466>

Nurhavina, D. (2022). Labeling Siswa SMA Negeri Jurusan Bahasa di Kota Surabaya. *Biokultur*, 11(1), 15–27. <https://doi.org/10.20473/bk.v11i1.37111>

Sri, Nugrahaeni, D. E., Permana, S., Sayyida Hilmia, R., & Darmayanti, M. (2019). Fenomena Labelling Dan Self-Concept Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 18(3), 277–288. <https://doi.org/10.17509/e.v18i3.17546>

Undiksha, 11(2).