

PENYULUHAN STIMULASI PERKEMBANGAN PSIKOSOSIAL REMAJA PUTRI DI PESANTREAN ALISYAF KABUPATEN PEKALONGAN

Aisyah Dzil Kamalah^{1*}, Dafid Arifiyanto², Ayesha Nur Salma³

^{1,2} Prodi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Ners, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan,

³ Prodi Ekonomi Syariah, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

* Aisyah Dzil Kamalah

Email : aisyah.kamalah@umpp.ac.id
Alamat: Jalan Raya Ambokembang
no. 8, Pekalongan

History Artikel

Received: 11-08-2022

Accepted: 30-08-2022

Published: 31-08-2022

Abstrak.

Masalah psikososial yang sering terjadi pada remaja putri adalah kurang percaya diri, merasa malu, mudah tersinggung dan marah. Hal ini akan menghambat remaja putri untuk tumbuh, berkembang dan mengeksplorasi kemampuannya. Sehingga perlu dilakukan penyuluhan tentang stimulasi perkembangan psikososial pada remaja putri di Pesantren Alisyaf Kabupaten Pekalongan. Kegiatan diikuti oleh 66 remaja putri / santriwati. Kegiatan yang dilakukan dibagi mejdai dua sesi. Sesi pertama adalah dengan penyampaian materi terkait perkembangan psikososial dan sesi kedua adalah dengan konsultasi secara langsung. Kegiatan penyampaian materi disampaikan menggunakan media power point yang ditampilkan dalam layar proyektor dilakukan selama 30 menit. Sesi kedua adalah konsultasi dilakukan selama 90 menit. Perlu adanya tindak lanjut terkait peningkatan kesehatan jiwa remaja putri untuk mengatasi masalah psikososial yang terjadi pada remaja putri di lingkungan pesantren Alisyaf Kabupaten Pekalongan.

Kata Kunci: Konsultasi, Remaja Putri, Penyuluhan, Perkembangan Psikososial.

Abstract

Psychosocial problems that often occur in girls are lack of confidence, feeling embarrassed, irritable and angry. This will prevent girls from growing, developing and exploring their abilities. So it is necessary to conduct counseling about the stimulation of psychosocial development in adolescent girls at the Alisyaf Islamic Boarding School, Pekalongan Regency. The activity was attended by 66 girls. The activities carried out were divided into two sessions. The first session is with the delivery of material related to psychosocial development and the second session is with direct consultation. The activity of delivering material was delivered using power point media which was displayed on the projector screen for 30 minutes. The second session is a 90 minute consultation. There is a need for follow-up related to improving mental health of adolescent girls to overcome psychosocial problems that occur in girls in the Alisyaf Islamic Boarding School, Pekalongan Regency.

Keywords: *Consultation, girls, Counseling, Psychosocial Development.*

Pendahuluan

Pesantren Alisyaf putri merupakan sebuah pesantren di kabupaten pekalongan

tepatnya di kecamatan kedungwuni yang merupakan tempat untuk remaja putri menimba ilmu tentang agama islam. Pesantren merupakan model pendidikan karakter Indonesia dengan adanya unsur kiai, santri, masjid, pondok dan kitab (Zuhriy, 2011)

Para santriwati akan dibekali dengan ilmu agama dan ilmu – ilmu pengetahuan yang dibutuhkan dalam mempersiapkan diri menjadi seorang muslimah dengan ahlak mulia dan ilmu yang baik.

Pesantren merupakan tempat berkumpulnya para santri untuk mendapatkan ilmu agama dari kiai/ guru. Pada perkembangannya, pesantren menjadi lembaga pendidikan untuk menimba ilmu, baik ilmu agama maupun ilmu umum (Alam, sosial, bahasa dll)(Krisdiyanto, Muflikha, Sahara, & Mahfud, 2019).

Kegiatan pesantren yang padat dapat membuat santriwati sibuk dengan segala kegiatan proses pembelajaran. Sehingga kadang melalaikan kebutuhan fisik dan psikologisnya. Masalah fisik yang sering dialami oleh santriwati adalah magh. Masalah ini berhubungan erat dengan pola makan yang kurang baik (Monika, Wibowo, & Yudono, 2021). Selain itu masalah psikososial yang sering dialami oleh remaja putri adalah kurang percaya diri, merasa malu, mudah tersinggung dan marah (Setiowati & Unissula, 2012).

Masalah psikososial ini dapat menghambat remaja putri untuk tumbuh dan berkembang menjadi pribadi yang sempurna. Kurang percaya diri akan menyebabkan seseorang ragu – ragu mengambil keputusan atau melakukan tindakan sesuai dengan keinginan dirinya. Mudah tersinggung hingga menjadi marah dapat menyebabkan seseorang tidak mampu mengontrol emosi dan dapat berakibat merugikan.

Remaja Putri di Pondok Pesantren perlu mengetahui Pentingnya perkembangan remaja khususnya perkembangan psikososial. Hal ini bertujuan untuk

meningkatkan kemampuan remaja putri tumbuh dan berkembang dengan baik secara normal.

Metode

Metode yang dilakukan pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah dengan memberikan pendidikan kepada masyarakat dan konsultasi. Pada sesi pertama, remaja putri mendapatkan ceramah terkait stimulasi perkembangan psikososial pada remaja selama 30 menit kemudian dilanjutkan dengan tanya jawab 30 menit. Kemudian, dilanjutkan konsultasi pribadi untuk beberapa remaja putri yang merasa memiliki masalah psikososial.

Metode yang digunakan merupakan metode yang tepat untuk memberikan pengetahuan terkait stimulasi perkembangan psikososial pada remaja dan mencoba menggali masalah psikososial yang sedang dihadapi oleh remaja putri.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan ini telah dilakukan pada hari kamis, tanggal 12 Agustus 2021 digedung serbaguna Pesantren Alisyaf paesan kedungwuni. Pada kegiatan ini, didapatkan hasil 66 santri mengikuti kegiatan stimulasi perkembangan yang disampaikan menggunakan media power point yang ditampilkan dalam layar proyektor.

Kegiatan pertama adalah penyampaian materi tentang perkembangan psikososial pada remaja selama 30 menit (gambar 1). Materi yang disampaikan adalah tentang pengertian dari perkembangan remaja yang saat ini remaja putri sedang lalui, ciri perkembangan remaja yang normal, apa saja yang dapat dilakukan keluarga agar remaja dapat berkembang dengan normal, ciri penyimpangan perkembangan remaja dan apa yang harus dilakukan jika terjadi penyimpangan.



Gambar 1. Ceramah Perkembangan Psikososial pada Remaja Putri

Perkembangan remaja tidak hanya terjadi pada fisik yang memasuki pubertas, akan tetapi secara psikologis dan emosi terjadi perubahan (Batubara, 2016).

Ciri remaja yang normal diantaranya adalah remaja mampu menilai dirinya sendiri apakah yang dia lakukan sudah sesuai dengan norma aturan yang ada di masyarakat. Remaja akan memperlihatkan kemampuannya untuk mendapatkan penghargaan. Remaja yang normal adalah remaja yang menyukai dirinya dengan segala sifat, hobi, kesukaan, dan ketidaksukaan serta tujuan hidupnya.

Ciri normal yang lainnya adalah remaja memiliki rencana tentang masa depannya tentang pekerjaan, teman dan sekolahnya. Remaja dapat mengambil keputusan. Secara kognitif remaja telah mampu memikirkan apa yang akan dilakukan untuk masa depannya dan secara afektif remaja sudah bisa menimbang benar dan salah sehingga remaja cenderung akan menilai dari sisinya dan memilih sesuatu yang benar dari sisi perspektif remaja.

Ketika remaja tidak dapat berkembang secara normal, keluarga dapat melakukan tindakan sehingga remaja dapat berkembang sesuai tahap perkembangannya. Dukungan dari orang-orang terdekat dapat meningkatkan pengetahuan remaja dalam proses menjadi remaja yang resilien (Pramasdwita & Erawan, 2020).

Keluarga dapat menyarankan remaja untuk bergaul dengan yang nyaman untuk mencurahkan perasaan. Perasaan remaja mudah mengalami pergantian secara drastis. Remaja mudah marah, sedih, ragu – ragu dan tidak mengetahui harus apa. Orang yang tepat seperti keluarga, teman yang dipercaya dan profesional.

Selain itu, keluarga dapat menganjurkan remaja mengikuti organisasi dengan kegiatan yang meningkatkan moral dan nilai – nilai kehidupan remaja. Organisasi yang positif akan berdampak positif pada perkembangan remaja. Baik dampak kognitif afektif dan psikomotornya. Salah satunya adalah organisasi remaja masjid. Kegiatan – kegiatan yang dilakukan oleh organisasi remaja masjid dapat membangun kepribadian remaja (Nuwairah, 2015).

Orang tua harus berperan sebagai model interaksi sosial yang baik. Orang yang pertama dilihat dan selalu dilihat dalam keseharian remaja adalah orang tua. Secara alami remaja akan mencontoh yang dilakukan oleh orang tuanya. Ketika orang tua mengajarkan nilai – nilai yang baik, remaja akan secara tidak langsung mengikuti. Begitu pula sebaliknya.

Keluarga / orang tua harus menciptakan lingkungan rumah yang nyaman bagi remaja dalam melakukan aktivitas bersama kelompoknya. Sehingga remaja merasa betah di rumah dengan segala kegiatannya dengan teman – temannya. Hal ini dapat meminimalisir terjadinya kenakalan remaja yang notabene sering terjadi diluar rumah.

Kegiatan kedua (gambar 2) yang dilakukan adalah konsultasi yang dilakukan oleh remaja putri terkait masalah perkembangan psikososial yang dihadapi selama 90 menit. Remaja putri harus mengetahui ciri penyimpangan perkembangan yang saat ini mungkin dihadapinya. Misalnya remaja putri merasa sama dengan temannya yang lain tanpa ciri khas yang berarti dalam dirinya. Seperti hal – hal yang disukai dan hal yang tidak disukai. Misalnya hobi melakukan sesuatu.



Gambar 2. Konsultasi Remaja putri tentang Perkembangan Psikososial yang dihadapi

Sering merasa bimbang, tidak mampu berinteraksi, sulit mengambil keputusan dan tidak mandiri pada remaja merupakan ciri penyimpangan perkembangan remaja. Remaja perlu mendapatkan pengetahuan terkait penyimpangan perkembangan agar remaja mampu mengidentifikasi dalam dirinya apakah ada penyimpangan atau tidak. Masalah – masalah remaja yang tidak terselesaikan akan menyebabkan remaja mengalami konsep diri yang negatif.

Konsep diri negatif pada remaja dapat menyebabkan kenakalan pada remaja (Unayah & Sabarisman, 2015). Remaja dengan konsep diri negatif biasanya memiliki sifat memberontak, curiga, impulsif dan memiliki kontrol yang lemah pada dirinya. Remaja perlu diajari bagaimana menjadi remaja dengan konsep diri positif dan bagaimana menghadapi masalah.

Beberapa hal yang perlu dilakukan oleh remaja putri ketika menyadari terdapat penyimpangan dalam perkembangannya yaitu mendiskusikan kelebihan yang dimiliki dengan profesional atau orang yang dipercaya (Muhith, 2015). Ketika remaja menuliskan kelebihannya, akan membangkitkan rasa percaya diri remaja. Sehingga remaja lebih bisa tampil menyelesaikan masalahnya dengan baik.

Remaja juga perlu diajari untuk melakukan yang terbaik, sehingga nantinya dalam kehidupannya yang akan datang akan selalu melakukan yang terbaik untuk dirinya, orang lain ataupun lingkungannya. Remaja juga perlu diberi pujian atas pencapaian nya. Hal ini bertujuan untuk

meningkatkan motivasi (Durrotunnisa & Hanita, 2022). Sehingga remaja semakin semangat melakukan hal – hal positif. Remaja perlu diajari untuk memberikan reinforcement positif atas pencapaiannya sehingga remaja dapat memotivasi diri sendiri agar terus berkarya.

Kesimpulan

Penyuluhan peningkatan stimulasi perkembangan psikososial sangat diperlukan bagi remaja putri guna mengetahui apakah remaja mengalami masalah perkembangan psikososial. Kemudian dapat dilakukan tindakan bagi yang mengalami masalah psikososial dengan berkonsultasi dengan profesional. Sehingga, perlu dilakukan kegiatan keberlanjutan terkait peningkatan kesehatan jiwa bagi remaja putri di lingkungan pesantren. Guna menjaga kestabilan kesehatan jiwa remaja putri.

Ucapan Terimakasih

Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan.

Daftar Pustaka

- Batubara, J. R. (2016). Adolescent development (perkembangan remaja). *Sari pediatri*, 12(1), 21-29.
- Durrotunnisa, D., & Hanita, R. N. (2022). Konseling Kelompok Teknik Reinforcement Positif untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Broken Home. *Jurnal Basicedu*, 6(1), 315-323.
- Muhith, A. (2015). *Pendidikan keperawatan jiwa: Teori dan aplikasi*. Penerbit Andi.
- Nuwairah, N. (2015). Peran Keluarga dan Organisasi Remaja Masjid dalam Dakwah Terhadap Remaja. *Al-Hiwar: Jurnal Ilmu dan Teknik Dakwah*, 3(6).
- Pramasdwita, A., & Erawan, E. (2020). Gambaran resiliensi pada remaja dengan adventitious visual impairment.

- EXPERIENTIA: Jurnal Psikologi Indonesia*, 6(2), 33-44.
- Unayah, N., & Sabarisman, M. (2015). Fenomena kenakalan remaja dan kriminalitas. *Sosio Informa: Kajian Permasalahan Sosial dan Usaha Kesejahteraan Sosial*, 1(2).
- Batubara, J. R. (2016). Adolescent development (perkembangan remaja). *Sari pediatri*, 12(1), 21-29.
- Durrotunnisa, D., & Hanita, R. N. (2022). Konseling Kelompok Teknik Reinforcement Positif untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Broken Home. *Jurnal Basicedu*, 6(1), 315-323.
- Krisdiyanto, G., Muflikha, M., Sahara, E. E., & Mahfud, C. (2019). Sistem Pendidikan Pesantren dan Tantangan Modernitas. *Tarbawi: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 15(1), 11-21.
- Monika, K., Wibowo, T. H., & Yudono, D. T. (2021). *Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Remaja di SMA N 1 Paguyangan*. Paper presented at the Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat.
- Muhith, A. (2015). *Pendidikan keperawatan jiwa: Teori dan aplikasi*: Penerbit Andi.
- Nuwairah, N. (2015). Peran Keluarga dan Organisasi Remaja Masjid dalam Dakwah Terhadap Remaja. *Al-Hiwar: Jurnal Ilmu dan Teknik Dakwah*, 3(6).
- Pramasdwita, A., & Erawan, E. (2020). Gambaran resiliensi pada remaja dengan adventitious visual impairment. *EXPERIENTIA: Jurnal Psikologi Indonesia*, 6(2), 33-44.
- Setiowati, E. A., & Unissula, F. P. (2012). Studi Kasus: Dampak Psikososial Enuresis Pada Remaja Putri. *Jurnal Proyeksi*, 7(1).
- Unayah, N., & Sabarisman, M. (2015). Fenomena kenakalan remaja dan kriminalitas. *Sosio Informa: Kajian Permasalahan Sosial dan Usaha Kesejahteraan Sosial*, 1(2).
- Zuhriy, M. S. (2011). Budaya pesantren dan pendidikan karakter pada pondok pesantren salaf. *Walisongo: Jurnal Penelitian Sosial Keagamaan*, 19(2), 287-310.