

## PENDEKATAN KOGNITIF UNTUK MENURUNKAN KECENDERUNGAN PERILAKU DELINKUEN PADA REMAJA

Sri Hartati

### ABSTRAK

Masa remaja adalah masa yang rawan oleh pengaruh negatif, dan remaja yang terpengaruh akan melakukan tindakan yang melanggar aturan atau berperilaku delinkuen: seperti tawuran, narkoba, dan kriminal. Untuk mengatasinya perlu diberikan pemahaman dan pengetahuan kepada remaja mengenai perilaku delinkuen dan cara mengatasinya. Penelitian di fokuskan pada perilaku delinkuen dan bagaimana cara mengatasi perilaku tersebut. Penelitian ini dilakukan dalam rangka pendekatan kognitif untuk remaja. Pendekatan bertujuan untuk membantu remaja agar lebih mampu dalam menilai dan mengkritik diri yang negatif, sehingga remaja bisa mengetahui hal negatif yang ada dalam dirinya, dan kemudian bisa merubahnya menjadi positif. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian adalah pendekatan kognitif untuk melihat pengaruh kecenderungan perilaku delinkuen pada remaja. Rancangan penelitian menggunakan desain eksperimen ulang non-random (*non-randomized pre-test post-test, control group design*) dengan *follow-up*. Subjek berjumlah 10 orang remaja laki-laki dan perempuan berusia 13-15 tahun yang memiliki nilai kecenderungan perilaku delinkuen tinggi dan sedang, lima orang pada kelompok eksperimen dan lima orang pada kelompok kontrol. Saat intervensi subjek diberikan materi mengenai perilaku delinkuen dan pendekatan kognitif, setelah itu subjek diminta menuliskan kritik negatif tentang diri mereka. Intervensi dilakukan sebanyak lima kali pertemuan, dan diukur menggunakan skala kecenderungan perilaku delinkuen pada pertemuan pertama (*pre-test*), pertemuan ke lima (*post-test*), dan pada *follow-up*. Hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* menunjukkan adanya penurunan kecenderungan perilaku delinkuen subjek setelah pendekatan kognitif, yaitu pada saat *pre-test* ke *post-test* dengan nilai  $Z = -1.753$  dan taraf signifikansi 0,04 ( $p < 0,05$ ). Saat *post-test* ke *follow-up*, dengan nilai  $Z = -0,944$  dan taraf signifikansi 0,173 ( $p > 0,05$ ). Saat *pre-test* ke *follow-up* dengan nilai  $Z = -0,677$  dan taraf signifikansi 0,249 ( $p > 0,05$ ). Hasil yang didapatkan memperlihatkan bahwa menuliskan kritik negatif tentang diri dalam pendekatan kognitif mampu untuk menurunkan kecenderungan perilaku delinkuen pada remaja.

Kata kunci: Pendekatan kognitif, kecenderungan perilaku delinkuen

### PENDAHULUAN

Masa remaja adalah suatu tahap kehidupan yang bersifat peralihan dan tidak mantap. Di samping itu, masa remaja adalah masa yang rawan oleh pengaruh-pengaruh negatif, seperti narkoba, kriminal, dan lain sebagainya. Remaja mempunyai berbagai kebutuhan yang menuntut untuk dipenuhi. Hal itu merupakan sumber timbulnya berbagai problem pada remaja. Problem remaja adalah masalah yang dihadapi para remaja sehubungan dengan adanya kebutuhan-kebutuhan dalam rangka penyesuaian diri terhadap lingkungan tempat remaja itu hidup dan berkembang (Willis, 2005).

Remaja yang terpengaruh oleh pengaruh-pengaruh negatif tersebut akan melakukan tindakan yang melanggar aturan atau berperilaku delinkuen. Sarwono (2002) mengungkapkan delinkuen pada remaja sebagai tingkah laku yang menyimpang dari norma hukum pidana, sedangkan Fuhrmann (1990) menyebutkan bahwa delinkuen pada remaja adalah suatu tindakan anak muda yang dapat merusak dan mengganggu, baik terhadap diri sendiri maupun orang lain. Santrock (1999) juga menambahkan delinkuen pada remaja sebagai kumpulan dari berbagai perilaku, dari perilaku yang tidak dapat diterima secara sosial sampai tindakan kriminal.

Berdasarkan pendapat-pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kecenderungan delinkuen pada remaja adalah kecenderungan remaja untuk melakukan tindakan yang

melanggar aturan yang dapat mengakibatkan kerugian dan kerusakan baik terhadap dirinya sendiri maupun orang lain yang dilakukan remaja.

Turgay (2009) mengungkapkan beberapa ciri remaja delinkuen adalah perilaku yang bertahan lama, tidak kooperatif, pemberontak, dan perilaku bermusuhan terhadap orang yang memiliki otoritas pada dirinya, namun tidak melakukan perilaku antisosial yang berat. International Classification of Diseases-Tenth Edition (ICD-10) menambahkan bahwa klasifikasi dari perilaku menentang sebagai bentuk ringan dari perilaku delinkuen atau gangguan perilaku, dan diperkirakan 60 % dari anak-anak yang mengalami perilaku menentang akan berkembang menjadi perilaku delinkuen atau *gangguan perilaku*. Atas dasar itulah perlu dilakukan penelitian tentang remaja yang berperilaku delinkuen serta mencari cara untuk mengatasi masalah tersebut.

Penelitian ini akan dilakukan pada sebuah SMP swasta di Yogyakarta yang siswanya melakukan kecenderungan perilaku delinkuen. Hasil wawancara awal yang dilakukan pada tanggal 4 Maret 2010 terhadap guru BP di sekolah tersebut mengatakan bahwa beberapa siswanya disekolah itu sering melakukan perilaku delinkuen. Hal ini diperkuat dari hasil observasi oleh beberapa orang guru di sekolah tersebut yang sering mengamati dan melihat perilaku siswanya, seperti merokok, bolos sekolah, bolos pada jam pelajaran tertentu, berpenampilan tidak rapi, tidak mengikuti PBM dengan baik, dan berkata kasar. Beberapa fenomena diatas memperlihatkan tingginya kecenderungan siswa melakukan perilaku delinkuen. Oleh sebab itu perlu dilakukan penanganan psikologis dengan intervensi yang tepat untuk mengurangi perilaku tersebut.

Untuk mengurangi kecenderungan perilaku delinkuen pada remaja, maka alternatif yang diberikan adalah intervensi melalui pendekatan kognitif. Penelitian ini difokuskan pada faktor kognisi yang diasumsikan sebagai salah satu penyebab perilaku delinkuen. Perspektif kognitif mengungkapkan bahwa manusia memiliki potensi untuk menyerap pemikiran yang rasional dan irasional. Pemikiran yang irasional dapat mendorong timbulnya gangguan emosi dan perilaku. Pendekatan kognitif efektif untuk mengembangkan perilaku positif dan mengurangi pemikiran irasional yang menimbulkan perilaku kriminal (Pearson, dkk., 2002).

Pendekatan kognitif adalah suatu rancangan konseling atau pendekatan yang berfokus pada berpikir dan proses mental dalam modifikasi atau mengubah tingkah laku dan sering melibatkan pelatihan, pengembangan keterampilan, kontrol pikiran, serta proses-proses dan teknik-teknik yang berorientasi kognitif lainnya (Mappiare, 2006).

Berdasarkan uraian diatas penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh pendekatan kognitif untuk menurunkan kecenderungan perilaku delinkuen pada remaja.

## PEMBAHASAN

Menurut Burns (1988), ada beberapa teknik pendekatan kognitif, diantaranya:

1. Teknik tiga kolom dapat digunakan untuk menyusun cara berpikir diri sendiri sewaktu melakukan suatu kesalahan. Tujuannya adalah untuk menggantikan pemikiran yang tidak logis dan kritik diri yang keras, yang otomatis ada di pikiran individu ketika peristiwa negatif terjadi, dengan pemikiran lain yang lebih rasional obyektif. Bentuk teknik tiga kolom dapat dilihat pada gambar 1.

Pemikiran otomatis (Kritik-diri)	Distorsi kognitif	Tanggapan rasional (Pembelaan-diri)

Gambar 1: Proses Pemikiran tiga kolom (Burns, 1988,hal.47)

2. Teknik pikiran otomatis

Teknik ini mirip dengan teknik tiga kolom, hanya saja tidak menggunakan distorsi kognitif yang terdapat pada pemikiran otomatisnya. bentuk teknik pikiran otomatis dapat dilihat pada gambar 2.

Pikiran-pikiran otomatis	Tanggapan rasional

(Kritik-diri)	(Pembelaan-diri )

Gambar 2 : pikiran otomatis (Burns, 1988,hal.57)

## 2. Teknik anak panah vertikal

Teknik ini mengungkap “pengandaian diam-diam” yang menyebabkan munculnya pemikiran negatif dan otomatis. Anak panah yang mengarah ke bawah adalah kependekan dari pernyataan berikut: “jika pemikiran itu benar, mengapa mengecewakan saya? Apa artinya bagi saya?” proses ini menimbulkan sebuah rantai pemikiran otomatis yang akan memperlihatkan akar penyebab masalah tersebut. Bentuk anak panah vertikal dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel1: Anak panah vertikal (Burns, 1988, hal.202)

No	Pemikiran otomatis	Tanggapan rasional
1	↓ “jika pemikiran itu benar, → mengapa mengecewakan saya? Apa artinya bagi saya?”	

Penelitian ini mendasarkan pada teori kognitif menurut Burns. Teknik yang digunakan adalah teknik tiga kolom. Hal ini bertujuan untuk melatih kemampuan mengenali dan menguji apakah cara berpikir terhadap suatu kejadian sudah benar dan realistis, serta mengubah cara berpikir kearah yang lebih sehat.

Berdasarkan serangkaian proses penelitian yang telah dilakukan hasil yang diperoleh menunjukkan adanya penurunan skor kecenderungan perilaku delinkuen dari hasil *pre-test* ke *post-test* ( $Z=-1,753$   $p= 0,04$  dengan taraf signifikansi  $p<0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa hasil yang didapat signifikan. Pemaparan di atas menandakan bahwa pendekatan kognitif dapat menurunkan kecenderungan perilaku delinkuen pada remaja, yang dibuktikan dengan adanya penurunan skor dari hasil *pre-test* ke *post-test*.

Selanjutnya berdasarkan data kuantitatif didapatkan hasil skor rerata kecenderungan perilaku delinkuen yang didapatkan oleh kelompok eksperimen pada saat *pre-test* yaitu 78,4, kemudian rerata *post-test* 69,4 dan rerata saat *follow-up* 74,2. Untuk kelompok kontrol rerata yang didapatkan pada saat *pre-test* 78,8, kemudian pada saat *post-test* 85,6 dan pada saat *follow-up* 82,0. Hal ini menunjukkan adanya penurunan kecenderungan perilaku delinkuen pada saat *post-test*, namun pada saat *follow-up* meningkat lagi.

Burns (1988), mengatakan tujuan yang hendak dicapai dengan pendekatan kognitif, yaitu Membangkitkan pikiran-pikiran klien, dialog internal atau bicara dengan diri sendiri dan melakukan interpretasi terhadap kejadian-kejadian yang dialami”. Dengan demikian pendekatan kognitif dapat digunakan untuk memperbaiki pola pikir yang menjadi penyebab perilaku delinkuen.

Berdasarkan rerata skor pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol terlihat bahwa pada saat *pre-test* rerata skor kelompok eksperimen dan kelompok kontrol tidak jauh berbeda, sedangkan pada saat *post-test* rerata skor kelompok kontrol lebih tinggi bila dibandingkan dengan kelompok eksperimen. Hal yang sama terjadi pada fase *follow-up* yang memperlihatkan bahwa rerata skor untuk kelompok kontrol juga lebih tinggi bila dibandingkan dengan kelompok eksperimen. Berdasarkan paparan diatas dapat diartikan bahwa pendekatan kognitif mampu menurunkan kecenderungan perilaku delinkuen pada remaja.

Berdasarkan analisis data kuantitatif yang didapat selama penelitian menunjukkan bahwa subjek mengalami perubahan kecenderungan perilaku delinkuen. Perbandingan pengukuran setelah pendekatan menunjukkan bahwa hampir semua subjek mengalami perubahan ke yang lebih rendah kecenderungan perilaku delinkuen ketika *post-test* dan efek tersebut relatif stabil pada saat *follow-up* tidak ada perubahan. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan yang diberikan efektif untuk mereka dan adanya pengaruh positif dari pendekatan terhadap subjek dan selama proses pendekatan tidak ada variabel lain dialami subjek yang mengakibatkan tingkat kecenderungan perilaku delinkuen pada subjek meningkat. Hanya ada satu subjek yang ketika *post-test* mengalami perubahan yaitu peningkatan dan menurun setelah

*follow-up* yaitu subjek C, hal ini berarti efek pendekatan dirasakan subjek setelah dilakukan pengabaian.

Hasil penelitian pada saat *follow-up* memperlihatkan tidak ada perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Beberapa faktor penyebab yang memungkinkan terjadinya sekor yang tidak signifikan pada saat *follow-up* diantaranya perbedaan karakteristik subjek dan gangguan dalam validitas internal dari desain ini (Millsap and Olivares, 2009), sehingga tidak ada perbedaan dari hasil pengukuran pada saat *follow-up* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Selain itu faktor penyebabnya tidak hanya karena efek dari perlakuan, akan tetapi juga karena efek dari perbedaan karakteristik subjek. Meskipun penelitian membandingkan dua kelompok yang berbeda di awal (saat *pre-test*), hasil yang didapatkan setelah pengukuran berikutnya belum tentu sama dengan pengukuran saat *pre-test*, karena efek lain di luar perlakuan yang kita amati sebelum perlakuan dan setelah perlakuan diberikan memungkinkan perubahan yang terjadi pada subjek, variabel lain di luar perlakuan yang sulit untuk diamati dinamakan efek hubungan sebab akibat. Selain itu pemberian pengukuran pada saat *pre-test* belum menjamin akan terjadi perubahan yang signifikan pada saat pengukuran *follow-up* karena efek bias sangat potensial untuk mempengaruhi perbedaan karakteristik subjek (Millsap and Olivares, 2009).

Perbedaan karakteristik yang dimiliki oleh subjek yaitu adanya antusiasme yang berbeda diantara mereka, dan penelitian ini menggunakan satu skala. Hal senada dikatakan oleh Leedy and Ormrod (2005) yang menyatakan bahwa untuk mengurangi efek bias dari *pre-test* dengan cara memberikan pengukuran awal sebelum diberikan perlakuan dengan memberikan lebih dari satu alat ukur, sehingga dinamika subjek akan lebih terlihat dari pemberian *pre-test* yang berbeda-beda.

Hasil penelitian ini memang menunjukkan skor perbedaan *pre-test* dan *post-test*, namun perubahan ini tidak memadai untuk terjadinya perubahan yang signifikan antara *pre-test* dan *post-test*.

Penelitian yang senada mengenai pendekatan kognitif dilakukan oleh Mayasari (2008), penelitian yang dilakukan bertujuan untuk menurunkan pola pikir negatif dan emosi marah pada remaja di LAPAS. Dari hasil penelitian didapat bahwa adanya penurunan pola pikir negatif dan emosi marah yang kurang signifikan. setelah dilakukan *repeated measure* didapatkan hasil yang signifikan, hal ini berarti adanya perbedaan yang sangat signifikan pada pola pikir negatif pada subjek sebelum diberi perlakuan (*pre-test*) dibandingkan sesudah diberi perlakuan (*post-test*).

Teknik yang digunakan dalam pendekatan ini adalah memberikan pemahaman kepada subjek mengenai perilaku delinkuen, kenakalan remaja dan mengenai pendekatan kognitif. Selanjutnya subjek diminta untuk menuliskan pikiran-pikirannya melalui lembar tiga kolom untuk melihat kesalahan-kesalahan berfikir apa saja yang di alami oleh subjek. Terakhir subjek diminta mendiskusikan contoh kasus untuk melihat bagaimana pendapat subjek mengenai perilaku delinkuen.

Berdasarkan materi pertama yaitu perilaku delinkuen dapat disimpulkan bahwa Secara keseluruhan subjek mampu menuliskan contoh dan proses pembentukan perilaku delinkuen. Akan tetapi subjek D juga bisa menuliskan pengertian perilaku delinkuen. Kemudian materi kedua yaitu kenakalan remaja dapat disimpulkan bahwa Secara keseluruhan subjek bisa menuliskan jenis-jenis dan penyebab dari kenakalan remaja, akan tetapi subjek E juga menuliskan contoh-contoh dari kenakalan remaja tersebut. Sedangkan subjek D lebih banyak lagi bisa menuliskan, subjek D bisa menuliskan pengertian dan dampak dari kenakalan remaja.

Selanjutnya, materi ketiga mengenai pendekatan kognitif dapat disimpulkan bahwa Subjek mampu menuliskan aspek dari psikologi, pengertian pendekatan, pengertian kognitif dan pengertian pendekatan kognitif. Selain itu subjek juga menuliskan hal apa saja yang meliputi dari pendekatan kognitif, dan tujuan dari pendekatan kognitif. Namun subjek B, C tidak menuliskan tujuan dari pendekatan kognitif, dan partisipan A tidak menuliskan aspek dari psikologi, pengertian pendekatan, dan tujuan dari pendekatan. Pada materi keempat subjek

diminta untuk menuliskan pikiran-pikiran negatifnya mayoritas subjek mengalami kesalahan berfikir seperti “*saya selalu berperilaku buruk*”, “*saya selalu terlambat*”, “*saya sering bolos pada waktu pelajaran*”, “*saya tidak pernah berbuat baik*”, “*saya tidak pernah menepati janji*”, “*saya sering membolos sekolah*”, “*saya selalu berfikiran negatif*”, “*saya memiliki sifat posesif*”, “*kata orang saya pandai*”, “*saya tidak bakal naik kelas*”, “*mengapa saya sangat jelek*”, “*aku sangat kejam*”, “*kata orang sifatku seperti anak cowok*”, “*nasib saya memang kurang baik*”, “*saya sering dibicarakan guru mengenai hal buruk*”, “*kata orang-orang saya naka*”<sup>1</sup>. Kesalahan berfikir yang banyak dialami subjek adalah over generalisasi yaitu semua subjek, penalaran emosional 1 subjek dan memberi cap 3 subjek. Dari pemikiran-pemikiran negatif subjek dapat dilihat ada beberapa yang berfikiran abstrak, diantaranya “*saya selalu berfikiran negatif*”, “*saya memiliki sifat posesif*”, dan “*aku sangat kejam*” (Lampiran 2 hal 241).

Subjek yang mengalami over generalisasi berarti ia menampilkan proses mental ala svengali (Burnss, 1988), yaitu secara sembarangan menyimpulkan bahwa satu hal yang pernah terjadi pada dirinya akan terjadi lagi berulang-ulang kali, dan akan merasa terganggu karenanya. Subjek yang mengalami emosional menggunakan bukti sebagai bukti untuk kebenaran. Salah satu akibat yang bisa terjadi pada penalaran emosional ini adalah penundaan. Kemudian memberi cap berarti menciptakan sebuah gambaran diri yang negatif, yang didasarkan pada kesalahan diri sendiri. Ini merupakan bentuk ekstrim dari over generalisasi. Memberi cap pada diri sendiri bukan hanya mengalahkan dan merusak diri, tetapi juga irasional (Burnss, 1988).

Pikiran-pikiran negatif yang dialami subjek seperti over generalisasi dan memberi cap akan mengakibatkan subjek memiliki perilaku delinkuen. Hal tersebut bisa disebabkan oleh proses sosialisasi yang tidak sempurna. Nilai dan norma adalah suatu pedoman untuk mengatur perilaku manusia. Dalam internalisasi nilai dan norma ini, terjadi proses sosialisasi dengan baik dan ada pula yang tidak dapat melakukan proses sosialisasi dengan baik. penyimpangan juga bisa disebabkan oleh penyerapan nilai dan norma yang tidak sesuai dengan tuntutan masyarakat. Kedua hal tersebut cukup berpengaruh terhadap pembentukan kepribadian seseorang sehingga menghasilkan perilaku yang menyimpang (Waluya, 2007).

Pada materi kelima yaitu contoh kasus dapat disimpulkan bahwa subjek sudah mampu memberikan pendapat mengenai kasus yang berhubungan dengan perilaku delinkuen.

Menurut Santrock (2002), pemikiran masa remaja merupakan pemikiran operasional formal yang berlangsung antara usia 11 hingga 15 tahun. Dimana pemikiran ini lebih abstrak daripada pemikiran seorang anak. Dimana remaja tidak terbatas lagi pada pemikiran konkret aktual sebagai dasar pemikiran. Sebaliknya, mereka dapat membangkitkan situasi-situasi khayalan, kemungkinan-kemungkinan hipotesis, atau dalil-dalil dan penalaran yang benar-benar abstrak. Selain itu pikiran remaja juga idealis, remaja mulai berfikir tentang ciri-ciri ideal bagi mereka sendiri dan orang lain, kemudian membandingkan diri mereka dan orang lain dengan standar-standar ideal ini. kemudian remaja juga dapat berfikir lebih logis (Santrock, 2002). Remaja mulai berfikir seperti ilmuan, yang menyusun rencana- rencana untuk memecahkan masalah-masalah dan mengucui pemecahan masalah-masalah secara sistematis. Tipe pemecahan masalah ini diberi nama penalaran deduktif hipotesis (Santrock, 2002).

Masa remaja awal merupakan masa ketika emosi remaja naik turun secara lebih sering. Remaja awal menjadi lebih sering merajuk, tidak tau bagaimana mengekspresikan perasaan mereka secara tepat, ataupun memproyeksikan perasaan tidak senang kepada orang lain. Perubahan emosi adalah pengalaman yang normal dialami oleh setiap siswa SLTP dan bertambah ketika mereka merasa bingung terhadap perubahan diri mereka dan posisi mereka dalam kelompok sosial (Santrock, 2003).

Emosi-emosi remaja kuat dan tidak stabil, dan apabila mereka merasa tertekan maka mereka menjadi murung. Emosi yang meningkat pada masa ini disebabkan oleh perubahan-perubahan kelenjer, terutama kelenjer-kelenjer seks dan kekangan-kekangan orang tua secara

berlebihan. Sementara itu, remaja berusaha membuang cara-cara lama dari masa kanak-kanak dan membentuk cara-cara baru. Masa remaja merupakan masa yang benar-benar sulit tidak hanya bagi perkembangan emosi, tetapi juga bagi penyesuaian diri dalam masyarakat (Semiun, 2006).

Berdasarkan hasil observasi dapat disimpulkan bahwa subjek sering berbicara dan tertawa dengan teman lain sehingga terlihat kurang serius mengikuti proses pendekatan. Meskipun demikian subjek mampu menjawab pertanyaan dari terapis dengan benar, namun ada sebagian subjek yang menjawab tidak tau sewaktu pendekatan bertanya. Subjek mau mengikuti, memperhatikan, materi yang diberikan dan mampu memahaminya. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil tugas yang diberikan kepada subjek setiap sesi pendekatan selesai diberikan, subjek diminta untuk menuliskan apa yang mereka pahami dari pendekatan yang diberikan (Lampiran 2 hal 217).

Berdasarkan hasil wawancara, dapat disimpulkan bahwa subjek mengatakan pendekatan yang mereka ikuti bagus, bermanfaat dan dapat menambah wawasan dan pengalaman subjek, dan subjek lebih mengetahui perbuatan baik dan buruk (Lampiran 2 hal 247).

Untuk memperkaya pembahasan, maka peneliti mendapatkan informasi dari guru BP yang telah melakukan observasi kepada subjek selama penelitian berlangsung. Dari hasil observasi terlihat bahwa ada beberapa subjek yang mengalami penurunan dan peningkatan kecenderungan perilaku delinkuen di sekolah. subjek yang mengalami penurunan kecenderungan berperilaku delinkuen pada saat *post-test* ada tiga orang yaitu B, D, E dan dua orang tidak mengalami penurunan atau peningkatan, nilainya tetap yaitu A, C. Kemudian pada saat *follow-up* subjek mengalami penurunan kecenderungan berperilaku delinkuen sebanyak dua orang yaitu A, C, yang mengalami peningkatan dua orang yaitu B, D dan tetap satu orang yaitu E (Lampiran 2 hal 172).

Subjek A dan subjek C baru merasakan efek pendekatan saat *follow-up* yaitu 7 hari setelah *post-test*, sedangkan subjek B dan subjek D saat *post-test* mengalami penurunan, namun saat *follow-up* kembali meningkat. Hal itu bisa terjadi karena adanya variabel lain yang mendukung meningkatnya perilaku delinkuen tersebut. Kemudian subjek E menunjukkan penurunan saat *post-test* dan pada saat *follow-up* tetap menurun. Hal ini berarti efek pendekatan dirasakan subjek setelah diberi perlakuan.

Berdasarkan proses dan hasil penelitian yang telah dilakukan pada sepuluh subjek di SMP swasta Yogyakarta, disimpulkan bahwa pendekatan kognitif dapat menurunkan kecenderungan perilaku delinkuen pada subjek penelitian ini, yaitu anak kelas VIII SMP, berusia 13 sampai 15 tahun dan melakukan perilaku delinkuen yaitu bolos sekolah, bolos pada jam pelajaran sekolah, merokok, berpakaian tidak rapi, tidak mengikuti PBM dengan baik dan komunikasi yang tidak baik.

## SIMPULAN

Masa remaja adalah suatu tahap kehidupan yang bersifat peralihan dan tidak mantap. Di samping itu, masa remaja adalah masa yang rawan oleh pengaruh-pengaruh negatif, seperti narkoba, kriminal, dan lain sebagainya. Remaja mempunyai berbagai kebutuhan yang menuntut untuk dipenuhi. Hal itu merupakan sumber timbulnya berbagai problem pada remaja. Problem remaja adalah masalah yang dihadapi para remaja sehubungan dengan adanya kebutuhan-kebutuhan dalam rangka penyesuaian diri terhadap lingkungan tempat remaja itu hidup dan berkembang (Willis, 2005).

Remaja yang terpengaruh oleh pengaruh-pengaruh negatif tersebut akan melakukan tindakan yang melanggar aturan atau berperilaku delinkuen. Sarwono (2002) mengungkapkan delinkuen pada remaja sebagai tingkah laku yang menyimpang dari norma hukum pidana, sedangkan Fuhrmann (1990) menyebutkan bahwa delinkuen pada remaja adalah suatu tindakan anak muda yang dapat merusak dan mengganggu, baik terhadap diri sendiri maupun orang lain. Santrock (1999) juga menambahkan delinkuen pada remaja sebagai kumpulan dari

berbagai perilaku, dari perilaku yang tidak dapat diterima secara sosial sampai tindakan kriminal.

Untuk mengurangi kecenderungan perilaku delinkuen pada remaja, maka alternatif yang diberikan adalah intervensi melalui pendekatan kognitif. Penelitian ini difokuskan pada faktor kognisi yang diasumsikan sebagai salah satu penyebab perilaku delinkuen.

Berdasarkan proses dan hasil penelitian yang telah dilakukan pada sepuluh subjek di SMP swasta Yogyakarta, disimpulkan bahwa pendekatan kognitif dapat menurunkan kecenderungan perilaku delinkuen pada subjek penelitian ini, yaitu anak kelas VIII SMP, berusia 13 sampai 15 tahun dan melakukan perilaku delinkuen yaitu bolos sekolah, bolos pada jam pelajaran sekolah, merokok, berpakaian tidak rapi, tidak mengikuti PBM dengan baik dan komunikasi yang tidak baik.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Aziz, R. (1996). *Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dengan Penyesuaian Diri Dan Kecendrungan Berperilaku Delinkuen Pada Remaja*. Tesis Program studi psikologi jurusan ilmu-ilmu sosial. UGM Yogyakarta.
- Bagot, S.K., Berarducci, M.J., Franken, H.F., Frazier, J.M., Ernst, M. & Moolchan, T.E. (2007). Adolescents with Conduct Disorder: Early Smoking and Treatment Requests. *Journal of The American Journal on Addictions* 16: 62–66, 2007. diakses tanggal 9 Maret 2010. <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1080/10550490601080100/pdf>
- Barker, C., Pistrang, N. & Elliot, R. (2002). *Research Methods in Clinical Psychology An Introduction for Student and Practitioners 2ND Edition*. USA: John Willey and Sons, LTD
- Basri, H. (1996). *Remaja Berkualitas Problematika Remaja dan Solusinya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Boehnke, K & Winkels, D.B. (2002). Juvenile Delinquency Under Conditions of Rapid Social Change. *Journal of Sociological forum*, vol, 17. No 1 (Mar 2002), 57-79. diakses tanggal 14 Januari 2010. <http://www.jstor.org/stable/685087>.
- Burns, D. (1988). *Terapi Kognitif. Pendekatan Baru Bagi Penanganan Depresi*. Jakarta: Erlangga.
- Elfida, D. (1995). *Hubungan antara Mengontrol Diri dan Kecendrungan Berperilaku Delinkuen pada Remaja*, (Skripsi). Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Enam Orang Pelajar dirazia. diakses tanggal 25 Januari 2010. <http://www.Beritajatim.com>.
- Enam Siswa SMP Ketahuan Merokok dan Ngelem. diakses tanggal 8 Oktober 2010. <http://www.Kompas.com>.
- Fuhrmann, B.S. (1990). *Adolescence*. London: Foresman and Company.
- Greenberger, D & Padesky, C.A. (2004). *Manajemen pikiran :Metode Ampuh Menata Pikiran Untuk Mengatasi Depresi, Kemarahan, Kecemasan, dan Perasaan Merusak Lainnya*. Alih bahasa dari Mind Over Mood : Change How You Feel by Changing the Way You Think. Bandung: Kaifa.
- Hurlock, B.E. (1978). *Perkembangan Anak*. Jilid 2. Edisi Keenam alih bahasa: Tiandra, M. Jakarta: Erlangga
- Inten, M.S. (2007). *Terapi Kognitif Untuk Meningkatkan Kesadaran Emosi Pada Penderita Hipertensi Esensial Di Puskesmas Depok II*. Tesis. Program Studi Psikologi Minat Utama Profesi Psikologi Klinis. UGM Yogyakarta.
- Jensen, L.C. (1985). *Adolescence: Theories, Research, Applications*. <http://www.google.co.id/search?hl=id&tbo=1&tbs=bks%3A1&q=adolescence+theorie+s+jensen&aq=f&aqi=&aql=&oq>. diakses tanggal 17 Januari 2011.
- Kartono, K. (2006). *Patologi Sosial 2. Kenakalan Remaja*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Latipun. (2004). *Psikologi Eksperimen*. Edisi Kedua. Yogyakarta: UGM Press
- Lazarus, R.S. (1994). *Emotional and Adaptation*. New York: Oxford University Press.

- Leedy, D.P & Ormrod E.J. (2005). *Practical Research, International Editor, Planning and design 8th edition*. Pearson Prentice Hall.
- Loeber, R., Burke, J. & Pardini, A.D. (2009). Perspectives on Oppositional Defiant Disorder, Conduct Disorder and Psychopathic Features. *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 50:1-2, pp 133–142. diakses tanggal 30 Maret 2010. <http://web.ebscohost.com/ehost/pdf?vid=1&hid=107&sid=66eb5fc5-0c6c-47ef-927b-dc10dd53e35c%40sessionmgr104>.
- Mallett, A. C., Dare, P.S. & Seck, M.M. (2009). Predicting Juvenile Delinquency : The Nexus of Childhood maltreatment, Depression, and Bipolar Disorder. *Journal of Criminal Behaviour and Mental Health*, (19: 235–246. diskses tanggal 9 Maret 2010. <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/cbm.737/pdf>
- Mappiare. A.T. (2006). *Kamus Istilah Konseling dan Terapi*. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.
- Mayasari, D. (2008). *Program Terapi Kognitif Untuk Menurunkan Pola Pikir Negatif Dan Emosi Marah Pada Remaja di Lembaga Permasalahatan (LAPAZ)*. Tesis Program Studi Psikologi Bidang Ilmu-ilmu Sosial Minat Utama Psikologi Terapan. UGM Yogyakarta.
- Millsap, E R & Olivares, M.A. (2009). *The Sage Handbook of Quantitative Methods in Psychology*. Sage Publications Ltd.
- Pearson, F.S., Lipton, D.S., Cleland, S.M.& Yes D.S. (2002). The Effect of Behavioral/Cognitive-Behavioral Programs on Recidivism. *Crime & Delinquency*, 48, 476-496.
- Pemerintah Kota Tangerang Merazia Para Pelajar yang Keluyuran Saat Jam Belajar. diakses tanggal 8 Oktober 2010. <http://www.Kompas.com>.
- Purwanto, N. (2003). *Psikologi Pendidikan*. Bandung:PT Remaja Rosdakarya
- Safaria, T. (2004). *Terapi Kognitif-Perilaku untuk Anak*. Yogyakarta:Graha Ilmu
- Slamet. S. & Markam. S. (2005). *Pengantar Psikologi Klinis*. Jakarta : UI-Press
- Santrock, J.W. (1999). *Life Span Development*. Boston: Mac Graw-Hill.
- Santrock, J.W. (2002). *Perkembangan Masa Hidup. Jilid 2*. Edisi Kelima alih bahasa: Damanik, J & Chusairi,A. Jakarta : Erlangga.
- Santrock, J.W. (2003). *Adolescence Perkembangan Remaja*. Edisi Keenam. Alih bahasa: Adelan,B.S & Saragih.S.Jakarta : Erlangga.
- Sarwono, S.W. (2002). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Semiun, Y. (2006). *Kesehatan Mental. Jilid 3*. Yogyakarta: Kanisius.
- Sterm B.S & Smith A.C. (1995). Family Processes and Delinquency in an Ecological Context. *Journal The Social Service Review*, Vol. 69, No. 4 (Dec., 1995), pp. 703-731 diakses tanggal 14 Januari 2010. <http://www.jstor.org/stable/30012875>.
- Turgey, A. (2009). Psychopharmacological Treatment of Oppositional Defiant Disorder, *Journal ADHD Toronto Clinic University of Toronto, Toronto, Ontario, Canada, CNS Drugs* 2009; 23 <1>: 1.171172.7047/09AXXH.0001/S4W5/0. diakses tanggal 30 Maret 2010.<http://web.ebscohost.com/ehost/pdf?vid=1&hid=107&sid=ddf02357-f88b-4615-91dd-9f2d958cd67d%40sessionmgr112>
- Waluya, B. (2007). *Sosiologi. Menyelami Fenomena di Masyarakat*. Bandung: PT Setia Purna Invest.
- Wilhelm, S., Steketee, G., Fama, M.J., Buhlmann, U., Teachman, A.B. & Golan, E. (2009). Modular Cognitive Therapy for Obsessive-Compulsive Disorder: A Wait-List Controlled Trial. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly* Volume 23, Number 4 – 2009. diakses tanggal 30 Maret 2010. <http://web.ebscohost.com/ehost/pdf?vid=1&hid=107&sid=385dce9a-fd74-45b4-98b3-29839de20a94%40sessionmgr113>
- Willis, S.S.(2005). *Remaja dan Permasalahannya*. Bandung: CV Alfabeta.
- 31 Pelajar Kena Razia. (2010, 9 Oktober). Yogyakarta: Kedaulatan Rakyat.