

DOI: <https://doi.org/10.70285/e11scm97>

Pengabdian kepada Masyarakat dalam Pencegahan Kenakalan Remaja: Pendekatan Komunitas Berbasis Kesehatan Mental di Kota Depok

Shelby Virby¹, Abdan Maulana Hidayat², Kania Risvanti³, Muhammad Alfathan Ricelyano⁴Fakultas Ekonomi Dan Bisnis, Universitas Pamulang^{1,2,3,4}dosen01364@unpam.ac.id¹, abdanmaulana5@gmail.com², kaniarisvanti@gmail.com³,fathanricelyano@gmail.com⁴

Received 2 Juli 2025 | Revised 07 Juli 2025 | Accepted 20 Juli 2025

*Korespondensi Penulis

Abstrak

Kenakalan remaja merupakan fenomena kompleks yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah kondisi kesehatan mental. Penelitian pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk mengatasi akar masalah kenakalan remaja dengan berfokus pada penguatan kesehatan mental melalui intervensi berbasis komunitas. Program ini dirancang untuk memberikan pemahaman dan keterampilan kepada remaja, orang tua, dan guru dalam mengelola emosi dan mengidentifikasi tanda-tanda gangguan mental. Metode pelaksanaan menggunakan pendekatan kualitatif dengan model penelitian aksi partisipatif. Kegiatan utama meliputi lokakarya interaktif, sesi konseling kelompok, dan penyebaran materi edukasi yang komprehensif. Partisipan terdiri dari 50 remaja, 25 orang tua, dan 10 guru di Kelurahan Pondok Cabe Ilir, Kota Depok. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pemahaman peserta mengenai pentingnya kesehatan mental, serta peningkatan kesadaran tentang cara-cara efektif untuk mencegah kenakalan remaja. Para peserta juga menunjukkan perubahan sikap yang lebih positif terhadap isu kesehatan mental dan merasa lebih siap untuk mencari bantuan profesional jika diperlukan. Kesimpulan dari program ini adalah bahwa intervensi yang berfokus pada kesehatan mental dapat menjadi strategi yang efektif dan berkelanjutan dalam pencegahan kenakalan remaja. Manfaat jangka panjang program ini adalah terciptanya lingkungan sosial yang lebih suportif dan berempati, yang akan berdampak positif pada kesejahteraan seluruh masyarakat.

Kata Kunci: Kesehatan Mental; Kenakalan Remaja; Pengabdian Masyarakat; Pencegahan; Remaja.

Abstract

Juvenile delinquency is a complex phenomenon influenced by various factors, including mental health conditions. This community service research aims to address the root causes of juvenile delinquency by focusing on strengthening mental health through community-based interventions. The program is designed to provide understanding and skills to adolescents, parents, and teachers in managing emotions and identifying signs of mental disorders. The implementation method uses a qualitative approach with a participatory action research model. Key activities include interactive workshops, group counseling sessions, and the distribution of comprehensive

educational materials. Participants consisted of 50 adolescents, 25 parents, and 10 teachers in Pondok Cabe Ilir Village, Depok City. The results show a significant increase in participants' understanding of the importance of mental health, as well as increased awareness of effective ways to prevent juvenile delinquency. Participants also showed a more positive change in attitude towards mental health issues and felt more prepared to seek professional help if needed. The conclusion of this program is that interventions focused on mental health can be an effective and sustainable strategy in the prevention of juvenile delinquency. The long-term benefit of this program is the creation of a more supportive and empathetic social environment, which will have a positive impact on the well-being of the entire community.

Keywords: Mental Health; Juvenile Delinquency; Community Service; Prevention; Adolescents.

PENDAHULUAN

Fenomena kenakalan remaja di Indonesia merupakan permasalahan sosial yang terus mengalami peningkatan kompleksitas. Berbagai studi menunjukkan bahwa faktor psikologis, sosial, dan lingkungan memainkan peran krusial dalam perkembangan perilaku menyimpang pada remaja. Namun, salah satu faktor yang sering terabaikan namun memiliki pengaruh signifikan adalah kondisi kesehatan mental (Sari, 2023). Masalah seperti depresi, kecemasan, gangguan perilaku, dan kurangnya regulasi emosi dapat menjadi pemicu utama bagi remaja untuk terlibat dalam tindakan-tindakan destruktif, seperti penyalahgunaan narkoba, tawuran, atau vandalisme (Mawaddah & Prastya, 2023; Jatmiko, 2023). Ketidakmampuan remaja dalam mengelola tekanan dan emosi negatif seringkali mendorong mereka untuk mencari pelarian dalam perilaku yang tidak sehat, yang pada akhirnya merugikan diri sendiri dan masyarakat.

Tantangan ini diperparah dengan stigma sosial yang masih melekat pada isu kesehatan mental di Indonesia. Banyak keluarga dan sekolah yang cenderung mengabaikan atau tidak memiliki pengetahuan yang cukup untuk mengenali dan menangani masalah mental pada remaja. Akibatnya, remaja yang membutuhkan bantuan sering kali tidak mendapatkan dukungan yang adekuat. Kesenjangan antara kebutuhan akan dukungan kesehatan mental dan ketersediaan sumber daya yang terjangkau dan mudah diakses menjadi masalah serius yang harus segera diatasi (Purnomosid et al., 2023). Hal ini sejalan dengan penelitian Wirawan (2023) yang menyoroti betapa kuatnya stigma menghambat akses layanan.

Berangkat dari permasalahan tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk menjembatani kesenjangan ini dengan pendekatan holistik. Berdasarkan konsep teori ekologis yang dikembangkan oleh Bronfenbrenner (1979), kenakalan remaja tidak bisa dilihat hanya dari sisi individu, tetapi juga dari interaksi mereka dengan berbagai sistem, termasuk keluarga, sekolah, dan komunitas. Hal ini diperkuat oleh penelitian Candra (2022) dan Suhartono (2022) yang menekankan peran penting lingkungan sosial. Oleh karena itu, tujuan pengabdian ini adalah:

1. Meningkatkan literasi kesehatan mental di kalangan remaja, orang tua, dan guru.
2. Memberikan keterampilan praktis kepada remaja dalam mengelola stres dan emosi negatif secara positif.

3. Membangun sistem dukungan sosial yang kuat di tingkat keluarga dan komunitas untuk pencegahan kenakalan remaja.

Dengan mengaplikasikan pendekatan ini, kami berharap dapat membantu remaja membangun masa depan yang lebih stabil, berdaya, dan positif dalam masyarakat, sejalan dengan tujuan dari program pendidikan dan sosial yang komprehensif (Wibowo, 2024).

METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini mengadopsi metode penelitian aksi partisipatif (participatory action research) yang berfokus pada pemecahan masalah secara kolaboratif (Mawaddah & Prastya, 2023). Model ini dipilih untuk memastikan bahwa intervensi yang dilakukan relevan dengan kebutuhan spesifik komunitas dan mendorong partisipasi aktif dari semua pihak yang terlibat, sejalan dengan prinsip-prinsip penelitian yang berorientasi pada masyarakat (Zulkifli, 2022). Kegiatan dilaksanakan di Kelurahan Pondok Cabe Ilir, Kota Depok, dengan target peserta 50 remaja berusia 13-18 tahun, 25 orang tua, dan 10 guru sekolah setempat.

Tahapan pelaksanaan kegiatan ini dibagi menjadi empat fase:

1. Fase Persiapan: Tim pelaksana melakukan survei awal dan wawancara informal dengan perwakilan komunitas untuk mengidentifikasi kebutuhan dan tantangan utama terkait kenakalan remaja dan kesehatan mental. Berdasarkan data ini, kami menyusun kurikulum lokakarya yang mencakup materi tentang identifikasi emosi, manajemen stres, komunikasi efektif, dan cara mencari bantuan profesional, dengan mempertimbangkan literasi yang relevan (Firmansyah, 2023). Kami juga berkoordinasi dengan kepala kelurahan dan kepala sekolah untuk mendapatkan dukungan dan perizinan.
2. Fase Implementasi: Kegiatan inti dilaksanakan dalam dua hari. Hari pertama difokuskan pada lokakarya untuk remaja, dengan materi yang disampaikan melalui sesi interaktif, permainan peran, dan diskusi kelompok. Hari kedua adalah sesi terpisah untuk orang tua dan guru, di mana kami memberikan panduan praktis tentang bagaimana menciptakan lingkungan yang suportif di rumah dan sekolah. Sesi focus group discussion (FGD) juga diadakan untuk memungkinkan para peserta berbagi pengalaman dan tantangan yang mereka hadapi.
3. Fase Evaluasi: Untuk mengukur efektivitas program, kami menyebarkan kuesioner pasca-kegiatan kepada seluruh peserta. Kuesioner ini dirancang untuk menilai peningkatan pengetahuan, perubahan sikap, dan tingkat kepuasan mereka terhadap program.
4. Fase Keberlanjutan: Sebagai bagian dari program, kami membentuk tim kecil dari perwakilan remaja, orang tua, dan guru yang akan berfungsi sebagai "agen perubahan" di komunitas. Tim ini dibekali dengan modul lanjutan dan dukungan dari tim pengabdian untuk melanjutkan inisiatif ini secara mandiri setelah program selesai, memastikan program ini berkelanjutan (Yuliandri, 2018).

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat ini berhasil mencapai tujuannya, yang tercermin dari data kuantitatif dan kualitatif. Berdasarkan hasil kuesioner pasca-kegiatan, para peserta menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman dan sikap positif terhadap isu kesehatan mental. Secara kualitatif, observasi dan diskusi kelompok menunjukkan adanya perubahan signifikan dalam persepsi peserta. Remaja kini lebih terbuka untuk membicarakan perasaan mereka dan mencari dukungan dari orang tua atau guru. Di sisi lain, orang tua dan guru menyatakan bahwa mereka kini merasa lebih berdaya dalam memahami dan merespons kebutuhan emosional remaja. Sesi permainan peran tentang cara mengatasi konflik juga menunjukkan peningkatan keterampilan komunikasi yang signifikan di antara para remaja, sesuai dengan temuan Herdiyanto & Putri (2022).

Data kuantitatif yang dikumpulkan dari kuesioner pasca-kegiatan menunjukkan tingkat kepuasan yang tinggi terhadap seluruh aspek program. Penilaian tertinggi diberikan untuk materi dan fasilitator, mengindikasikan bahwa konten yang disampaikan relevan dan mudah dipahami, serta fasilitator berhasil menciptakan lingkungan belajar yang nyaman dan interaktif. Hal ini menunjukkan bahwa metode partisipatif yang diterapkan efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan mental dan keterampilan praktis. Sebagai contoh, salah satu peserta remaja menyatakan, "Sebelumnya saya tidak tahu harus bicara ke siapa kalau sedang ada masalah. Sekarang saya tahu bahwa ada tempat untuk mencari bantuan." Hal ini menunjukkan bahwa program ini berhasil memenuhi salah satu tujuan utamanya, yaitu membuka jalur komunikasi dan akses ke sumber daya.

Hasil ini sejalan dengan temuan Firmansyah (2023) yang menunjukkan bahwa intervensi psikologis dini dapat menjadi prediktor kuat dalam pencegahan kenakalan remaja. Partisipasi aktif peserta membuat mereka merasa memiliki dan bertanggung jawab terhadap pengetahuan yang didapat. Peningkatan keterampilan komunikasi dan manajemen emosi, seperti yang ditunjukkan dalam hasil, adalah bukti nyata dari efektivitas metode ini. Dampak positif ini juga selaras dengan temuan Jatmiko (2023) yang menekankan perlunya kolaborasi jangka panjang untuk perubahan sosial.



Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat di Sekolah

PEMBAHASAN

Hasil positif yang ditemukan dalam program pengabdian ini menegaskan relevansi dan urgensi intervensi berbasis komunitas dalam mengatasi isu kenakalan remaja, yang tidak dapat dipisahkan dari kondisi kesehatan mental. Pendekatan ini sejalan dengan teori ekologis Bronfenbrenner (1979) yang menyatakan bahwa individu berkembang dalam interaksi dengan berbagai sistem, seperti keluarga, sekolah, dan komunitas. Dengan memberdayakan ketiga elemen ini secara serentak, program ini berhasil menciptakan ekosistem yang suportif bagi remaja.

Keterkaitan erat antara kesehatan mental dan kenakalan remaja, sebagaimana diungkapkan oleh Mawaddah & Prastya (2023) dan Bobyanti (2023), menjadi landasan utama keberhasilan program ini. Dengan menangani masalah emosional dan psikologis di akarnya, program ini secara tidak langsung mengurangi pemicu-pemicu perilaku menyimpang. Peningkatan literasi kesehatan mental yang dialami peserta merupakan kunci keberhasilan, karena masyarakat kini lebih mampu mengenali gejala dan memberikan pertolongan pertama, mengurangi stigma yang sering menghalangi remaja untuk mencari bantuan.

Selain itu, program ini juga membuktikan bahwa pendekatan praktis seperti lokakarya dan sesi diskusi interaktif lebih efektif daripada penyuluhan satu arah. Partisipasi aktif peserta membuat mereka merasa memiliki dan bertanggung jawab terhadap pengetahuan yang didapat. Peningkatan keterampilan komunikasi dan manajemen emosi, seperti yang ditunjukkan dalam hasil, adalah bukti nyata dari efektivitas metode ini. Dampak positif ini juga selaras dengan temuan Firmansyah (2023) yang menunjukkan bahwa intervensi psikologis dini dapat menjadi prediktor kuat dalam pencegahan kenakalan remaja.

Manfaat dan Dampak Keberlanjutan untuk Masyarakat Sekitar

Program pengabdian ini tidak hanya memberikan manfaat jangka pendek, tetapi juga menciptakan fondasi yang kuat untuk keberlanjutan.

Dampak Jangka Pendek: Peningkatan kesadaran tentang kesehatan mental di kalangan remaja, orang tua, dan guru merupakan pencapaian signifikan. Ini mengurangi stigma, mendorong komunikasi yang lebih terbuka, dan memberikan keterampilan praktis untuk manajemen emosi sehari-hari.

Dampak Jangka Panjang: Program ini telah menanamkan "bibit" perubahan dalam komunitas. Pembentukan tim "agen perubahan" dari perwakilan komunitas memastikan bahwa inisiatif ini tidak berhenti setelah program selesai. Mereka akan menjadi duta kesehatan mental yang akan terus mengedukasi dan membimbing orang lain, menciptakan efek domino yang positif di seluruh komunitas. Dampak ini sejalan dengan studi Jatmiko (2023) yang menekankan perlunya kolaborasi jangka panjang untuk perubahan sosial.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berfokus pada pencegahan kenakalan remaja melalui penguatan kesehatan mental telah berhasil dilaksanakan dengan sukses. Program ini membuktikan bahwa pendekatan yang

melibatkan remaja, orang tua, dan guru secara bersama-sama sangat efektif dalam menciptakan lingkungan yang suportif dan berdaya. Hasilnya menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan, sikap, dan keterampilan peserta, yang mengindikasikan bahwa intervensi yang komprehensif dapat menjadi kunci untuk mengatasi masalah sosial yang kompleks.

Simpulan ini didasari oleh fakta bahwa partisipan menunjukkan perubahan perilaku positif dan merasa lebih siap untuk menghadapi tantangan. Implikasi dari kegiatan ini adalah pentingnya mengintegrasikan pendidikan kesehatan mental ke dalam kurikulum sekolah dan program komunitas. Program ini diharapkan dapat menjadi model bagi inisiatif serupa di wilayah lain, menciptakan dampak keberlanjutan yang akan bermanfaat bagi seluruh lapisan masyarakat dan menciptakan sumber daya manusia yang lebih sehat secara mental dan sosial.

PENGHARGAAN

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Rektor Universitas Pamulang, Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis, dan Ketua Program Studi Manajemen S-1 atas dukungan dan fasilitas yang diberikan. Apresiasi juga kami sampaikan kepada Kepala Kelurahan Pondok Cabe Ilir dan kepala sekolah setempat atas kerja sama yang luar biasa dalam memfasilitasi kegiatan ini. Tidak lupa, kami mengucapkan terima kasih kepada seluruh peserta, baik remaja, orang tua, maupun guru, yang telah berpartisipasi secara aktif dan antusias.

DAFTAR PUSTAKA

- Bobyanti, F. (2023). Kenakalan Remaja. *Journal of Education Religion Humanities and Multidisciplinary*, 1(2), 476-478.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design on the Developing Human*. Harvard University Press.
- Candra, S. (2022). Peran Sekolah dalam Mencegah Kenakalan Remaja melalui Pendekatan Pendidikan Karakter. *Jurnal Pendidikan Islam*, 11(2), 121-135.
- Firmansyah, A. (2023). Kesehatan Mental sebagai Prediktor Kenakalan Remaja di Era Digital. *Jurnal Psikologi Remaja*, 4(1), 50-65.
- Herdiyanto, W., & Putri, S. (2022). *Program Pelatihan Keterampilan Sosial untuk Remaja*. Pustaka Media.
- Jatmiko, R. (2023). Faktor Psikologis dan Lingkungan dalam Pembentukan Perilaku Menyimpang Remaja. *Jurnal Studi Sosial*, 8(3), 210-225.
- Mawaddah, N., & Prastya, A. (2023). Upaya Peningkatan Kesehatan Mental Remaja Melalui Stimulasi Perkembangan Psikososial Pada Remaja. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 115-116.
- Purnomosid, F., Ernawati, S., Riskiana, D., & Indriyani, A. (2023). Kesehatan Mental Pada Remaja. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 2.

Rahayu, L. (2024). Pengaruh Dukungan Keluarga terhadap Kesehatan Mental Remaja. *Jurnal Ilmu Keluarga*, 10(1), 45-58.

Sari, E. (2023). Kesehatan Mental dan Kenakalan Remaja: Tinjauan Komprehensif. *Pustaka Cendekia*.

Suhartono, A. (2022). Peran Komunitas dalam Menciptakan Lingkungan Positif untuk Remaja. *Jurnal Komunitas*, 7(4), 301-315.

Wibowo, T. (2024). Model Intervensi Berbasis Sekolah untuk Pencegahan Kenakalan Remaja. *Jurnal Pendidikan & Kesehatan*, 15(1), 88-102.

Wirawan, B. (2023). Stigma Sosial Terhadap Gangguan Mental di Masyarakat Urban. *Jurnal Sosiologi Kontemporer*, 5(2), 150-165.

Yuliandri, E. (2018). Kesehatan Mental dan Problematika Remaja. *Pustaka Pelajar*.

Zulkifli, H. (2022). Efektivitas Program Konseling Kelompok dalam Menurunkan Perilaku Agresif pada Remaja. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 11(2), 90-105.