

Received: 29 April 2023

Accepted: 27 Mei 2023

Published: 31 Mei 2023

Article DOI:

## **Budaya Olahraga Untuk Menekan Tingkat Kenakalan Remaja di SMP Tunas Utama Karawang**

*Muhammad Aditya<sup>1</sup>*

*Universitas Singaperbangsa Karawang*

[Ybee56207@gmail.com](mailto:Ybee56207@gmail.com)

*Putri Junita<sup>2</sup>*

*Universitas Singaperbangsa Karawang*

[Putrijunita.922@gmail.com](mailto:Putrijunita.922@gmail.com)

### **Abstrak**

Observasi ini bertujuan untuk mencegah tingkat kenakalan pada remaja dengan cara membudidayakan olahraga di SMP Tunas Utama Karawang, hal ini dilakukan karena maraknya kenakalan remaja yang sedang terjadi belakangan ini. Kegiatan ini dilaksanakan dengan mempresentasikan materi mengenai Bagaimana peran olahraga dalam mencegah tingkat kenakalan dan Efek dari sebuah kenakalan remaja. Penelitian ini dilakukan di salah satu sekolah di wilayah Karawang yaitu SMP Tunas Utama Karawang. Metode yang dilakukan adalah sosialisasi atau observasi langsung, dengan memaparkan materi yang sudah di siapkan. Budaya olahraga bisa menjadi alternatif untuk menekan tingkat kenakalan remaja sedang marak belakangan ini. Karena dengan olahraga setiap orang bisa memanfaatkan waktu luang dengan tidak melakukan kegiatan di luar norma seperti kenakalan remaja. Budaya olahraga terbukti sangat efektif dalam mencegah tingkat kenakalan remaja seperti seharusnya ketika para remaja memiliki waktu luang dari pada mereka melakukan kegiatan yang tidak-tidak, mereka memanfaatkan kegiatan olahraga seperti melakukan olahraga favorit. Mudah-mudahan dengan adanya kegiatan sosialisasi ini siswa atau pembaca bisa terhindar dari perbuatan kenakalan remaja.

**Kata Kunci:** Kenakalan Remaja, Sosialisasi, Olahraga

### **Pendahuluan**

Melihat situasi remaja saat ini, harapan remaja sebagai penerus bangsa yang menentukan kualitas Negara di masa yang akan datang sepertinya bertolak belakang dengan kenyataan yang ada. Perilaku nakal dan menyimpang dikalangan remaja saat ini cenderung mencapai titik kritis. Remaja yang terjerumus kedalam kehidupan yang dapat merusak masa dengan sangat banyak.

Rentang waktu kurang dari satu dasawarsa terakhir, kenakalan remaja semakin menunjukkan trend yang amat memprihatikan. Kenakalan remaja yang diberitakan dalam berbagai forum dan media dianggap semakin membahayakan. Akhir-akhir ini seperti tawuran individu, tawuran kelompok, tawuran di sekolah, mabuk-mabukan, kebebasan berhubungan seks sebelum menikah semakin meningkat.

Masa remaja adalah saat seseorang berusia sepuluh tahun. Di masa remaja, seseorang tidak bisa disebut dewasa, tetapi juga tidak bisa disebut anak-anak. Masa remaja merupakan masa peralihan bagi seseorang dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Masa remaja merupakan masa transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa dimana, seperti yang ditemukan Monks (2002), perkembangan kognitif remaja berdampak pada perkembangan sosial.

Dalam kehidupan sosial remaja, orang melihat dua jenis gerakan, yaitu gerakan keluar dari keluarga dan gerakan menuju teman sebaya. Gerakan ini merupakan respon terhadap keadaan tindakan yang dialami oleh remaja, yang menandakan usaha remaja untuk memasuki lingkungan sosial yang lebih luas. Hal senada diungkap oleh Santrock (2003) bahwa remaja (*adolescence*) diartikan sebagai masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional. Batasan usia remaja yang umum digunakan oleh para ahli antara 12 hingga 21 tahun. Rentang waktu usia remaja ini biasanya dibedakan atas tiga, yaitu : 1) 12-15 tahun, Masa remaja awal; 2) 15-18 tahun, Masa remaja pertengahan; 3) 18-21 tahun, Masa remaja akhir.

Karakteristik Pertumbuhan dan Perkembangan Remaja

1. Pertumbuhan Fisik

Pertumbuhan meningkat cepat dan mencapai puncak kecepatan. Pada fase remaja awal (12-15 tahun) karakteristik seks sekunder mulai tampak, seperti penonjolan payudara pada remaja perempuan, pembesaran testis pada remaja laki-laki, pertumbuhan rambut ketiak, atau rambut pubis. Karakteristik pada tahap remaja pertengahan (15-18 tahun) dan pada tahap remaja akhir (18-21 tahun) struktur dan pertumbuhan reproduksi hamper komplit dan remaja telah matang secara fisik.

2. Kemampuan Berpikir

Pada tahap awal remaja mencari-cari nilai dan energi baru serta membandingkan normalitas dengan teman sebaya yang jenis kelaminnya sama. Sedangkan pada remaja tahap akhir, mereka telah mampu memandang masalah secara komprehensif dengan identitas intelektual sudah terbentuk.

3. Identitas

Pada tahap awal ketertarikan terhadap teman sebaya ditunjukkan dengan penerimaan atau penolakan. Remaja mencoba berbagai peran, mengubah citra diri, kecintaan pada diri sendiri meningkat, mempunyai banyak fantasi kehidupan, idealistis. Stabilitas harga diri dan definisi terhadap citra tubuh peran jender hamper menetap pada remaja di tahap akhir.

4. Hubungan dengan Orang Tua

Keinginan yang kuat untuk tetap bergantung pada orang tua adalah ciri yang dimiliki oleh remaja pada tahap awal. Dalam tahap ini, tidak terjadi konflik utama terhadap control orang tua. Remaja pada tahap pertengahan mengalami konflik utama terhadap kemandirian dan control. Pada tahap ini terjadi dorongan besar untuk emansipasi dan pelepasan diri. Perpisahan emosional dan fisik dari orang tua dapat dilalui dengan sedikit konflik ketika remaja akhir.

5. Hubungan dengan Teman Sebaya

Remaja pada tahap awal dan pertengahan mencari afiliasi dengan teman sebaya untuk menghadapi ketidakstabilan yang diakibatkan oleh perubahan yang cepat; pertemanan lebih dekat dengan jenis kelamin yang sama, namun mereka mulai mengeksplorasi kemampuan untuk menarik lawan jenis. Mereka berjuang untuk mengambil tempat

didalam kelompok; standar perilaku dibentuk oleh kelompok sebaya sehingga penerimaan oleh sebaya adalah hal yang sangat penting. Sedangkan pada tahap akhir, kelompok sebaya mulai berkurang dalam hal kepentingan yang berbentuk pertemanan individu. Mereka mulai menguji hubungan antara pria dan wanita terhadap kemungkinan hubungan yang permanen.

Manfaat berolahraga dan berolahraga dalam kehidupan sehari-hari, khususnya bagi generasi muda dan remaja. Peralihan dari masa remaja ke masa dewasa awal secara signifikan membentuk kebiasaan di masa tua. Selanjutnya, remaja aktif secara fisik. Mereka cenderung tetap aktif sepanjang hidup mereka, jadi menjaga rutinitas aktivitas fisik secara teratur itu penting.

### **Metode**

Metode yang digunakan dalam menekan tingkat kenakalan remaja ini adalah sosialisasi kepada para siswa untuk memberikan pengetahuan tentang peranan olahraga untuk menekan tingkat kenakalan pada remaja, metode ini di laksanakan secara langsung di smp tunas utama karawang pada 19 Desember 2022 yang terdiri dari beberapa tahapan berikut:

1. Tahap persiapan

Tahapan persiapan yang di lakukan untuk melakukan kegiatan ini antara lain:

- a. Penyusunan panitia
- b. Mencari sekolah smp/mts di sekitar karawang
- c. Meminta surat tugas ke kampus
- d. Menyiapkan materi
- e. Mempersiapkan alat dan kebutuhan yang di perlukan

2. Tahap pelaksanaan

Tahap pelaksanaan terdiri dari 4 pemateri, yang masing masing menyampaikan materi secara langsung untuk menambah pengetahuan mengenai peran olahraga untuk menekan tingkat kenakalan, sasarannya yaitu anak remaja agar bisa terhindar dari kenakalan remaja yang sedang marak terjadi belakangan ini, bukan hanya materi yang di sampaikan di kesempatan ini juga kami mengadakan sedikit permainan agar anak-anak tidak bosan. Ketika sedang menyimak materi setelah game kami pun memberikan hadiah kepada anak yang telah mengikuti game sekaligus mengapresiasi, tak hanya memberikan hadiah kepada anak, kami juga memberikan sedikit cendra mata berupa sertifikat sebagai rasa terimakasih kepada pihak sekolah karena telah membantu dan memberikan izin untuk pelaksanaan kegiatan sosialisasi ini.

3. Tahap evaluasi

Evaluasi di lakukan setelah kegiatan sosialisasi di SMP tunas utama Karawang di lakukan, evaluasi di lakukan untuk membahas hasil mengenai kurang dan lebihnya kegiatan yang di lakukan, setelah kegiatan selesai kita tetap menjalin komunikasi antara pihak sekolah dan anak-anak melalui sosial media dan sebagainya.

## Hasil dan Pembahasan

Kegiatan dilaksanakan pada satu yaitu pada tanggal 19 desember 2022. Sosialisasi Budaya Olahraga untuk Menekankan Kenakalan Remaja sepenuhnya dilaksanakan secara luring di SMP Tunas Utama Karawang. Dalam mempersiapkan kegiatan tersebut sebelumnya mempersiapkan surat perizinan kepada SMP Tunas Utama Karawang.

Objek Sosialisasi Budaya Olahraga untuk Menekakan Kenakalan Remaja yaitu siswa/siswi SMP Tunas Utama Karawang. Kegiatan dilakukan dengan cara mengsosialisasikan apa itu budaya olahraga serta apa saja kenakalan yang dilakukan remaja yang akan di sampaikan oleh mahasiswa PJKR FKIP Unsika tahun 2022 kelas 1D.

Pembahasan yang disampaikan mengenai kenakalan remaja yang disertai ciri-ciri umum ataupun karakteristik, macam-macam kenakalan remaja, penyebab kenakalan remaja, kasus kenakalan remaja, dan pencegahan agar terhindar dari kenakalan remaja, serta peran olahraga bagi remaja. Kegiatan ini berjalan dengan lancar, siswa/I antusias pada saat pemaparan materi.



Gambar 1. Pemberian hadiah kepada siswa SMP Tunas Utama Karawang



Gambar 2. Pemberian piagam kepada Kepala Sekolah SMP Tunas Utama Karawang



Gambar 3. Foto Bersama setelah selesai rangkaian seminar

### **Simpulan dan rekomendasi**

Kegiatan olahraga bisa menjadi solusi bagaimana cara mencegah tingkat kenakalan remaja yang sangat marak pada masa sekarang ini, seperti seharusnya ketika para remaja memiliki waktu luang dari pada mereka melakukan kegiatan yang tidak baik, mereka bisa memanfaatkan kegiatan olahraga seperti melakukan olahraga favorit.

### **Daftar Pusaka**

Kecamatan, K. B., Jaya, B., Karawang, K., & Resita, C. (n.d.). *Pelatihan Senam Ceria ABK Untuk Down Syndrom di Wilayah Desa*. <http://journal.unsika.ac.id/index.php/maroones> Karlina, L.

(2020). Fenomena Terjadinya Kenakalan Remaja. *Edukasi Nonformal*, 1(2), 147–158.

<https://ummaspul.e-journal.id/JENFOL/article/view/434>

Unayah, N., & Sabarisman, M. (2016). Fenomena Kenakalan Remaja Dan Kriminalitas. *Sosio Informa*, 1(2), 121–140. <https://doi.org/10.33007/inf.v1i2.142>

Pendidikan, S., Kesehatan, J., & Oleh, R. (n.d.). *PERAN GURU PENJASORKES DALAM UPAYA MENANGGULANGI KENAKALAN REMAJA PADA SISWA SMK DR. TJIPTO AMBARAWA SKRIPSI Diajukan dalam rangka penyelesaian studi Strata 1 untuk mencapai gelar.*

Sarjana Sosial Dalam Bidang Bimbingan Konseling Islam Oleh, G. (2018). *PERAN ORANG TUA DALAM MENGURANGI TINGKAT KENAKALAN REMAJA DI DESA SURO BARU KECAMATAN UJAN MAS KABUPATEN KEPAHANG SKRIPSI Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh.*

Karlina, L. (2020). Fenomena Terjadinya Kenakalan Remaja. *Edukasi Nonformal*, 1(2), 147–158. <https://ummaspul.e-journal.id/JENFOL/article/view/434>

Unayah, N., & Sabarisman, M. (2016). Fenomena Kenakalan Remaja Dan Kriminalitas. *Sosio Informa*, 1(2), 121–140. <https://doi.org/10.33007/inf.v1i2.142>

(Gusti & Sriasih,t.t.; Penelitian & Edwar Daulay, 2022;

Pertumbuhan Perkembangan Remaja dan Implikasinya Terhadap Masalah Kesehatan Dan Keperawatannya Ade Wulandari & Wulandari Program studi DIII Keperawatan Bima, t.t.)