



## Peer Pressure Awareness: Efektivitas Psikoedukasi dan Diskusi Interaktif di MAN 2 Makassar

Resekiani Mas Bakar<sup>1</sup>, Adillah Afifah ZR<sup>2</sup>, Aisyah<sup>3</sup>, A Varah Padillah Pratiwi<sup>4</sup>, Ahmad Aرسال Saputra<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup> Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar

<sup>1</sup>[resekiani\\_masbakar@unm.ac.id](mailto:resekiani_masbakar@unm.ac.id), <sup>2</sup>[adillahafifah3006@gmail.com](mailto:adillahafifah3006@gmail.com), <sup>3</sup>[aisyahjumain1105@gmail.com](mailto:aisyahjumain1105@gmail.com),

<sup>4</sup>[avarahpadillapратиwi@gmail.com](mailto:avarahpadillapратиwi@gmail.com), <sup>5</sup>[ahmadarsal04@gmail.com](mailto:ahmadarsal04@gmail.com)

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas program psikoedukasi dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang tekanan teman sebaya (*peer pressure*) pada remaja, khususnya anggota Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R) di MAN 2 Makassar. Permasalahan tekanan teman sebaya diidentifikasi sebagai isu utama berdasarkan hasil survei data awal yang dilakukan terhadap anggota PIK-R. Penelitian ini menggunakan metode pemberian psikoedukasi yang disertai dengan pengambilan data melalui *pre-test* dan *post-test*. Sebanyak 50 peserta berusia 15–17 tahun mengikuti kegiatan yang terdiri atas *pre-test*, penyampaian materi psikoedukasi, diskusi interaktif, dan *post-test*. Materi yang disampaikan mencakup konsep dasar *peer pressure*, aspek dan jenisnya, bentuk bentuk *peer pressure* serta faktor faktor yang memengaruhi terjadinya *peer pressure*. Hasil analisis data menggunakan uji Wilcoxon menunjukkan perbedaan signifikan antara skor *pre-test* 3,1 dan *post-test* 9,2, dengan nilai  $p < 0,05$ . Temuan ini mengindikasikan bahwa kegiatan psikoedukasi yang dilakukan mampu meningkatkan pemahaman peserta terhadap dinamika tekanan teman sebaya (*Peer pressure*). Dengan demikian, kegiatan psikoedukasi ini terbukti efektif dalam membekali remaja dengan keterampilan untuk mengenali, mengevaluasi, dan mengatasi pengaruh negatif dari lingkungan sosialnya. Kegiatan ini juga mendorong terbentuknya peran aktif remaja sebagai agen perubahan positif di lingkungan sekolah.

**Kata Kunci:** Psikoedukasi, *Peer Pressure*, Remaja, PIK-R

### PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa (Rizkyta dan Fardana, 2017). Secara umum, usia remaja dibagi menjadi tiga tahap yakni remaja awal pada usia 12–15 tahun, remaja pertengahan pada usia 15–18 tahun, dan remaja akhir pada usia 18–21 tahun (Monks, Knoers, dan Haditono, 2006). Masa remaja merupakan fase krusial dalam kehidupan setiap individu, karena pada masa ini terjadi berbagai perubahan signifikan, baik secara fisik maupun emosional. Remaja mengalami berbagai perubahan perkembangan, yang mencakup kemunculan ciri-ciri fisik khas individu dewasa, percepatan pertumbuhan tubuh, serta perubahan dalam perilaku dan pola interaksi sosial dengan lingkungan sekitar (Manurung, 2021).

Masa remaja merupakan salah satu fase kehidupan yang penuh tantangan, di mana salah satu tantangan utamanya berasal dari lingkungan sosial. Berdasarkan hasil survey data awal yang telah dilakukan kepada seluruh anggota PIK-R MAN 2 Kota Makassar, peneliti menemukan berbagai masalah yang terjadi pada siswa siswi MAN 2 Kota Makassar, terkhusus anggota PIK-R. Permasalahan yang paling banyak ditemukan terkait tekanan dari teman sebaya atau yang dikenal dengan istilah *peer pressure*.

*Peer Pressure* merupakan tekanan sosial yang berasal dari suatu kelompok, yang mendorong individu untuk bersikap dan berpikir dengan cara tertentu agar bisa diterima dalam kelompok tersebut (Santrock, 2009). *Peer pressure* merupakan kondisi psikologis di mana individu terdorong untuk melakukan suatu aktivitas yang sebenarnya tidak diinginkan atau tidak sesuai harapan, akibat adanya tekanan dari teman sebaya. Tindakan ini dilakukan sebagai upaya untuk menyesuaikan diri dan memperoleh penerimaan dalam kelompok sosial yang diinginkan (Rihtric, Marina, dan Zeljka, 2013).

*Peer pressure* terbagi menjadi dua jenis, yaitu positif dan negatif. *Positive peer pressure* merupakan dorongan dari teman sebaya untuk melakukan hal-hal yang bermanfaat, seperti membangun hubungan sosial yang sehat, meningkatkan rasa tanggung jawab, serta menumbuhkan kepedulian. Remaja yang terpengaruh secara positif biasanya menunjukkan perilaku bertanggung jawab dan peka terhadap lingkungan sekitarnya. Sebaliknya, *negative peer pressure* mendorong individu untuk melakukan tindakan yang merugikan diri sendiri maupun orang lain. Remaja yang terpengaruh secara negatif cenderung bersikap impulsif, tidak bertanggung jawab, serta menunjukkan perilaku menyimpang yang bertentangan dengan norma sosial dan harapan keluarga (Temesgen, 2015).

Remaja perlu mendapatkan pendekatan yang tepat untuk membantu mereka mengenali lebih lanjut terkait pengaruh *peer pressure*, salah satunya melalui kegiatan psikoedukasi. Menurut Walsh, Psikoedukasi adalah penyampaian informasi dan membantu pengembangan keterampilan *coping* individu dan kelompok dalam menghadapi tantangan atau masalah hidup (Nainggolan dan Hamidah, 2019). Pelaksanaan kegiatan psikoedukasi dilakukan di MAN 2 Kota Makassar, yang dihadiri oleh seluruh anggota PIK-R MAN 2 Kota Makassar. Organisasi PIK-R (Pusat Informasi dan Konseling Remaja), merupakan organisasi yang dibentuk untuk mendukung kesehatan mental dan sosial siswa di sekolah. Melalui kegiatan Psikoedukasi ini, diharapkan organisasi PIK-R mampu berfungsi sebagai perantara penyebaran informasi dan penguatan keterampilan hidup, termasuk dalam menghadapi *peer pressure*.

## METODE

Metode pelaksanaan yang digunakan adalah pemberian psikoedukasi yang disertai dengan pengambilan data melalui *pre-test* dan *post-test*. Psikoedukasi merupakan bentuk intervensi yang berfokus pada peningkatan pemahaman peserta terhadap berbagai tantangan atau masalah hidup (Bangun dan Ningsih, 2021). Dalam program pengabdian kepada masyarakat, pendekatan psikoedukasi digunakan sebagai upaya untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis dan kemampuan individu dalam menghadapi masalah pribadi. Penyampaian materi yang mudah dipahami dan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari menjadikan metode psikoedukasi efektif dalam mencapai tujuan yang diinginkan (Moningka dan Soewastika, 2022).

Pemberian psikoedukasi diberikan kepada seluruh anggota PIK-R MAN 2 Kota Makassar, dengan memberikan *pre-test* terlebih dahulu sebelum memulai materi, dan pemberian *post-test* setelah materi diberikan, untuk mengukur pengetahuan siswa/siswi. Berikut ini tahapan-tahapan pelaksanaan kegiatan psikoedukasi:

1. Perencanaan dan identifikasi masalah

Pada tahap ini, dilakukan survey data awal untuk menentukan topik yang akan dibahas dalam kegiatan psikoedukasi. Pemberian survey data awal, diberikan melalui *google form* yang berisi pertanyaan terkait permasalahan yang banyak dialami oleh anggota PIK-R MAN 2 Kota Makassar. Berdasarkan hasil survey yang telah dilakukan, diperoleh bahwa partisipan kebanyakan menjawab terkait tekanan lingkungan sekitar dan pergaulan bebas. Oleh sebab itu, kami ingin memberikan edukasi terkait dengan tekanan teman sebaya atau biasa disebut dengan istilah *peer pressure*, sehingga kami pun mengangkat tema mengenai *Peer Pressure: Tekanan Tak Terlihat di Balik Pergaulan* sebagai topik utama dalam kegiatan psikoedukasi ini.

2. Persiapan kegiatan

Pada tahap ini, persiapan kegiatan berupa mencari dan menghubungi pemateri, membuat *rundown* acara, mensosialisasikan kepada anggota PIK-R dan guru, mengurus administrasi, dan menyiapkan tempat.

3. Pelaksanaan kegiatan

Pada tahap ini, kegiatan psikoedukasi berlangsung sesuai dengan *rundown* acara yang dibuat sebelumnya, kegiatan psikoedukasi ini berlangsung pada hari selasa, 13 Mei 2025, mulai pukul 09.00-12.00 WITA. Adapun rangkaian pelaksanaan Psikoedukasi yaitu sebagai berikut:

- a. Pembukaan

Pembukaan dilakukan oleh moderator dengan menjelaskan tujuan kegiatan dan memperkenalkan pemateri.

- b. Pemberian *pre-test*

Pemberian *pre-test* diberikan kepada seluruh peserta yang telah hadir untuk mengukur pemahaman peserta sebelum materi disampaikan.

- c. Pemberian Materi

Pemberian materi dilakukan oleh seorang yang sudah ahli dan berpengalaman dalam bidang ini. Materi yang diberikan meliputi definisi, aspek-aspek, jenis-jenis, bentuk-bentuk, faktor yang memengaruhi *peer pressure*, dan analisis kasus.

- d. Diskusi

Pada tahap ini, pemateri memberikan kesempatan kepada para peserta untuk menanyakan hal yang belum dipahami atau mendiskusikan terkait pengalaman peserta yang berkaitan dengan topik yang dibahas.

- e. Pemberian *post-test*

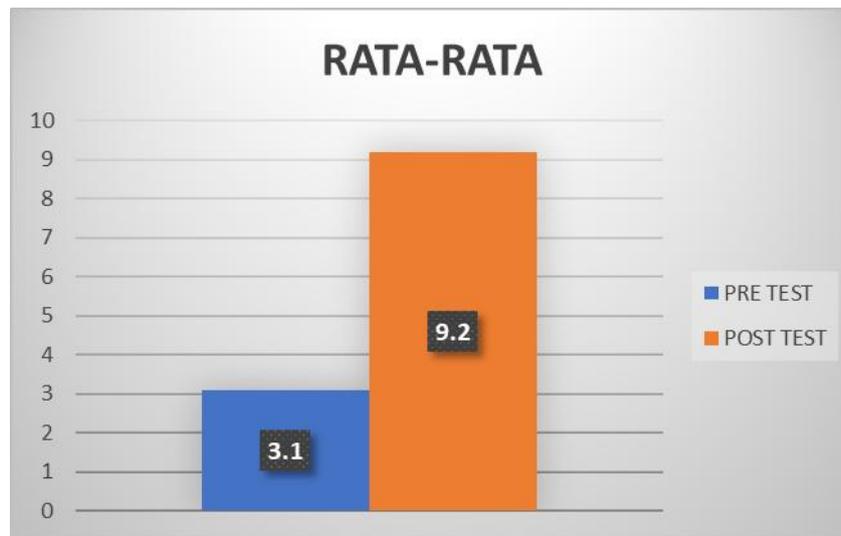
Setelah proses pemberian materi dan diskusi dilakukan, selanjutnya pemberian *post-test* kepada seluruh peserta untuk mengukur pemahaman peserta setelah materi diberikan.

- f. Penutup

Pada tahap akhir kegiatan, moderator menutup kegiatan dan mengucapkan terima kasih kepada pemateri, peserta dan guru-guru atas partisipasinya dalam kegiatan tersebut. Setelah itu pemberian sertifikat untuk pemateri.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Psikoedukasi dengan tema *Peer Pressure*: tekanan dibalik pergaulan dengan peserta seluruh anggota PIK-R (Pusat Informasi dan Konseling Remaja) MAN 2 Kota Makassar yang telah dilaksanakan pada tanggal 13 Mei 2025 yang dihadiri oleh 50 siswa/siswi MAN 2 Kota Makassar yang berusia 15-17 tahun. Dalam kegiatan psikoedukasi tersebut, kami meminta kepada seluruh peserta untuk mengisi *pre-test* sebelum penjelasan materi dan kembali meminta mengisi *post-test* setelah materi dijelaskan. Sebanyak 50 siswa/siswi yang telah mengisi *pre-test* dan *post-test*. Hasil pemberian psikoedukasi *Peer Pressure* menunjukkan adanya peningkatan dari *pre-test* dan *post-test* yang telah dibagikan. Dengan hasil *pre-test* sebanyak 3,1 dan hasil *post-test* sebanyak 9,2.



Grafik 1. Peningkatan rerata Pre dan Post-test pada Skor Total

Selanjutnya, Uji perbedaan dilakukan dengan program SPSS menggunakan Uji Non Parametrik. Teknik analisis ini digunakan setelah asumsi normalitas tidak terpenuhi dimana nilai signifikansi kedua kelompok (*pretest* dan *posttest*) < 0.05 sehingga dapat disimpulkan data tidak berdistribusi normal. Berikut adalah hasil Uji Non Parametrik Wilcoxon.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pre Test	,143	50	,012	,914	50	,001
Post Test	,352	50	,000	,631	50	,000

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan program SPSS menggunakan Uji Non Parametrik Wilcoxon, Teknik analisis ini digunakan setelah data tidak terdistribusi normal. Berikut adalah hasil Uji Non Parametrik Wilcoxon.

Tabel 2. Hasil Uji Non Parametrik

Ranks				
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post Test - Pre Test	Negative Ranks	1 <sup>a</sup>	1,50	1,50
	Positive Ranks	48 <sup>b</sup>	25,49	1223,50
	Ties	1 <sup>c</sup>		
Total		50		

Test Statistics <sup>a</sup>	
	Post Test – Pre Test
Z	-6,088 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	,000

Berdasarkan tabel diatas, diketahui nilai sig  $0.00 < 0.05$  maka terdapat perbedaan hasil *pre test* dan *post test*, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan pengetahuan peserta mengenai *Peer Pressure* melalui kegiatan Psikoedukasi bagi anggota PIK-Remaja MAN 2 Makassar.



Gambar 1. Dokumentasi Pelaksanaan Psikoedukasi

Psikoedukasi bertema “*Peer Pressure: Tekanan Tak Terlihat di Balik Pergaulan*” yang dilaksanakan bagi anggota PIK-R MAN 2 Makassar bertujuan untuk meningkatkan pemahaman peserta mengenai tekanan teman sebaya dan strategi menghadapinya. Melalui *pre-test*, diketahui bahwa sebagian besar peserta belum memahami konsep *peer pressure*. Setelah pemberian materi, hasil *post-test* menunjukkan peningkatan pemahaman peserta, menandakan efektivitas kegiatan dalam membekali remaja menghadapi tekanan sosial di lingkungan pergaulan.

Menurut Santrock (2009), *Peer Pressure* merupakan tekanan sosial yang berasal dari suatu kelompok, yang mendorong individu untuk bersikap dan berpikir dengan cara tertentu agar bisa diterima dalam kelompok tersebut. Tekanan ini dapat bersifat positif, namun lebih sering muncul dalam bentuk negatif, mendorong remaja untuk mengikuti perilaku yang tidak sejalan dengan nilai atau prinsip pribadi mereka. Remaja yang tidak memiliki kesadaran diri dan keterampilan penolakan (*refusal skills*) yang baik cenderung lebih rentan terhadap pengaruh ini (Brown, Clasen, dan Eicher, 1986).

Berdasarkan teori pembelajaran sosial yang dikembangkan oleh Bandura, perilaku individu sangat dipengaruhi oleh hasil observasi terhadap lingkungan sosialnya, termasuk teman sebaya (Hidayat dan Kurniawati, 2021). Jika remaja melihat bahwa perilaku tertentu dari kelompoknya mendapat pengakuan sosial, mereka cenderung menirukan perilaku tersebut, meskipun itu berpotensi negatif (Lestari, 2018). Oleh karena itu, peningkatan kesadaran melalui psikoedukasi menjadi penting agar remaja mampu berpikir kritis, mengenali tekanan sosial, dan membuat keputusan secara mandiri.

Berdasarkan Kuss dan Griffiths (2015), kesadaran akan tekanan teman sebaya merupakan langkah awal yang penting dalam membantu remaja membangun identitas diri yang sehat. Remaja yang mampu mengenali kapan dan bagaimana tekanan tersebut terjadi akan lebih siap untuk menolak pengaruh negatif dan menjaga integritas pribadi mereka. Selain itu, psikoedukasi yang dilakukan secara sistematis dapat membentuk pola pikir resilien pada remaja dan meningkatkan kemampuan mereka dalam mengelola tekanan sosial.

Kegiatan ini sejalan dengan upaya PIK-R MAN 2 Makassar dalam membekali anggotanya dengan pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan untuk menghadapi tantangan masa remaja. Melalui psikoedukasi ini, diharapkan anggota PIK-R dapat menjadi perantara perubahan yang mampu menyebarkan informasi dan memberikan dukungan kepada teman sebaya dalam mengatasi tekanan sosial.

## KESIMPULAN

Pelaksanaan psikoedukasi dengan tema “*Peer Pressure: Tekanan Tak Terlihat di Balik Pergaulan*” pada 13 Mei 2025 di MAN 2 Makassar menunjukkan efektivitas yang signifikan dalam meningkatkan pemahaman peserta mengenai tekanan dari teman sebaya. Melalui analisis uji Wilcoxon, diperoleh peningkatan nilai rata-rata dari *pre-test* sebesar 3,1 menjadi 9,2 pada *post-test*, dengan nilai signifikansi  $p < 0,05$ . Temuan ini mengindikasikan bahwa program psikoedukasi mampu memberikan pengaruh positif terhadap pengetahuan siswa tentang konsep *peer pressure*, termasuk jenis, bentuk, serta faktor-faktor yang melatarbelakanginya. Peserta juga menunjukkan peningkatan kemampuan dalam mengenali situasi tekanan sosial dan menyusun strategi adaptif dalam meresponnya. Dengan demikian, kegiatan psikoedukasi ini tidak hanya memperkaya pemahaman teoretis peserta, tetapi juga memperkuat aspek keterampilan sosial seperti pengambilan keputusan dan sikap asertif. Secara umum, kegiatan ini memberikan kontribusi yang berarti dalam mendukung peran PIK-R sebagai wadah penggerak dalam menciptakan lingkungan pergaulan yang sehat dan mendukung perkembangan psikososial remaja di lingkungan sekolah.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Tim BKP Asistensi Mengajar MAN 2 Makassar mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah mendukung pelaksanaan kegiatan Psikoedukasi “Peer Pressure: Tekanan di Balik Pergaulan”. Kami menghargai partisipasi aktif para siswa, dukungan dari kepala madrasah, guru, serta bimbingan dari dosen pembimbing lapangan Ibu Dr. Resekiani Mas Bakar S.Psi., M.Psi., Psikolog serta pemateri Ibu Novita Maulidya Jalal, S.Psi., M.Psi., Psikolog yang telah berkontribusi dalam keberhasilan kegiatan ini. Ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada seluruh anggota tim BKP Asistensi Mengajar yang telah bekerja sama dengan dedikasi tinggi. Semoga kegiatan ini memberikan dampak positif dan menjadi langkah awal dalam membekali remaja menghadapi tekanan sosial di lingkungan pergaulan.

### DAFTAR PUSTAKA

- Bangun, A. V., & Ningsih, F. (2021). Terapi psikoedukasi terhadap self care activity pada penderita diabetes mellitus. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 3(1).
- Brown, B. B., Clasen, D. R., & Eicher, S. A. (1986). Perceptions of peer pressure, peer conformity dispositions, and self-reported behavior among adolescents. *Developmental Psychology*, 22(4), 521–530. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.22.4.521>
- Hidayat, R., & Kurniawati, E. (2021). Hubungan antara Konformitas dengan Perilaku Menyimpang pada Remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 7(2), 99–107.
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2015). Social networking sites and addiction: Ten lessons learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 12(3), 1286–1306. <https://doi.org/10.3390/ijerph120201286>
- Lestari, N. D. (2018). Pengaruh Tekanan Teman Sebaya terhadap Perilaku Merokok Remaja di Sekolah Menengah. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 3(1), 45–52.
- Manurung, A. (2021). Hubungan karakteristik dosen, pola asuh orangtua, dan peer group dengan konsep diri self-esteem remaja. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ)*, 9(1), 61–68. <http://103.97.100.145/index.php/JKJ/article/view/6742/pdf>.
- Moningka, C., & Soewastika, A. W. (2022). Psikoedukasi untuk masyarakat melalui media sosial Info Bintaro. *KUAT: Keuangan Umum dan Akuntansi Terapan*, 4(1), 20-25.
- Monks, F.J., Knoers, A.M.P., & Hadinoto, S.R. (2006). *Psikologi perkembangan, pengantar dalam berbagai bagiannya*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Nainggolan, C. R. T., & Hamidah, H. (2019). Psikoedukasi Parenting untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu dalam Mengoptimalkan 1000 Hari Pertama Kehidupan. *ANALITIKA*, 11(2), 88. <https://doi.org/10.31289/analitika.v11i2.2799>.
- Rihtaric, L. Marina. Zeljka, K. (2013). *Susceptibility to Peer Pressure and Attachment to Friends*. *Psihologija*. 46. 111-126. 10.2298/PSI1302111L.
- Rizkyta, D. P., & Fardana, N. A. (2017). Hubungan Antara Persepsi Keterlibatan Ayah Dalam Pengasuhan Dan Kematangan Emosi Pada Remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*, 6(2), 1-13.
- Santrock, J. (2009). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Salemba Humanika