

WAKTU LUANG REMAJA : KAJIAN FENOMENOLOGIS

Eny Purwandari*, Rini Lestari, Usmi Karyani, Setia Asyanti

Fakultas Psikologi - Universitas Muhammadiyah Surakarta

*eny.purwandari@ums.ac.id

ABSTRAK

Kegiatan dan aktifitas rutin yang dilakukan seseorang seakan mengarah pada kegiatan yang mekanis. Oleh karena itu banyak orang berharap mempunyai waktu luang dengan harapan sebagai *release time, free time*. Waktu luang menjadi berharga bagi seseorang, termasuk pada remaja. Usia dengan ciri utama pencarian identitas diri. Fenomena waktu luang remaja menjadi kajian yang penting untuk diketahui. Penelitian ini adalah penelitian kualitatif fenomenologis. Sebanyak 2004 orang usia remaja awal terlibat di dalam pengisian angket terbuka. Data dianalisis secara konten dengan pemberian koding. Hasil menunjukkan bahwa waktu luang remaja didominasi oleh bentuk kegiatan kesenangan yang cenderung tidak produktif (35,9%). Namun kegiatan olah raga cukup menjadi pilihan remaja dalam mengisi waktu luang (29,2%), menyusul kegiatan kesenangan yang produktif. Kegiatan ekstrakurikuler sekolah sama sekali tidak menjadi pengisi waktu luang, termasuk kegiatan kemasyarakatan, keagamaan, dan seni. Berdasarkan fenomena ini akan menjadi rekomendasi yang bisa ditindaklanjuti baik oleh pemegang kebijakan, sekolah, keluarga, maupun kelompok-kelompok komunitas yang anggotanya didominasi remaja.

Kata kunci : waktu luang, kesenangan, kegiatan produktif, kemasyarakatan, ekstrakurikuler.

ABSTRACT

Activities and routine activities that someone does as if lead to a mechanical activity. Therefore many people expect to have spare time in hope as a release time, free time. Leisure time becomes valuable to someone, including teenagers. Age with the main characteristics of identity search. The phenomenon of teenage leisure is an important study to know. This research is a qualitative phenomenological research. A total of 2004 early adolescents were involved in an open questionnaire. Data were analyzed content with coding. The results show that teenage leisure is dominated by a form of pleasure activity that tends to be unproductive (35.9%). However, sports activities are enough to be a choice of teenagers in leisure time (29.2%), following a productive leisure activity. The school's extracurricular activities are by no means a leisure entrant, including civic, religious, and artistic activities. Based on this phenomenon will be an activity that can be followed up by policyholders, schools, families, and community groups whose members are predominantly teenagers.

Keywords: *leisure time, enjoy, productive activities, community, extracurricular.*

PENDAHULUAN

Pola pemanfaatan waktu luang yang dimiliki remaja menjadi potensi dalam pengembangan kepribadian sehingga mempunyai mental yang sehat. Oleh karena itu program studi perlu melakukan kajian sebagai kontribusi pengembangan keilmuan dan langkah strategis yang memiliki nilai kontributif bagi pengembangan kebijakan sehingga dapat memperkuat posisi Prodi di masyarakat dan pemerintah

Berkembangnya ilmu pengetahuan dan teknologi (iptek) sampai saat ini dapat berdampak positif maupun negatif. Dampak positif dari iptek dapat dirasakan untuk meningkatkan kesejahteraan hidup, misalnya komunikasi akan mampu terjalin meski terpisah jarak yaitu dengan menggunakan handphone. Namun handphone itu sendiri juga mempunyai dampak negatif. Perkembangan yang sangat cepat fitur yang ditawarkan dari jenis hp menjadi daya tarik tersendiri. Akhirnya fenomena sekarang anak mampu bertahan berlama-lama hanya ditemani hp. Waktu luang dihabiskan dengan hp di sela-sela tugas dan kewajibannya yang harus diselesaikan.

Waktu luang menjadi sesuatu yang berharga bagi seseorang, termasuk pada usia remaja. Tidak jarang pemanfaatan waktu luang menjadi kesempatan emas untuk membangun *softskill* maupun

hardskill yang akan menunjang keberhasilan mereka. Jenis pengembangan diri pada saat ini menjadi sebuah segregasi yang kurang seimbang. Target kemampuan kognitif menjadi lebih dominan dibandingkan dengan komitmen, tanggung jawab, kerjasama tim, integritas, kepemimpinan, empati, komunikasi efektif, semangat mencapai target, kemandirian, serta bentuk *softskill* lainnya. Namun apabila ada kesempatan di dalam pemanfaatan waktu luang dipakai untuk kegiatan yang kurang positif akan menjadikan permasalahan di dalam mewujudkan kesehatan mental remaja, misalnya terbentuk perilaku yang tidak matang dan maladaptif, seperti penyalahgunaan NAPZA, gengster, komunitas anak pank, dan lainnya.

Dimensi keterlibatan yang dipakai oleh Drapela (2006) & Giordano (2012) berkaitan dengan pemanfaatan waktu seperti: terlibat dengan aktivitas keagamaan, olah raga dan kelompok sosial di dalam masyarakat. Drapela (2006) dengan *cronbach alpha* sebesar 0.62 dan menunjukkan hubungan yang signifikan antara keterlibatan kegiatan dalam mengisi waktu luang, meskipun sumbangannya sangat kecil.

Keterlibatan yang diukur oleh Lin & Dembo (2008) adalah (a) kegiatan kemasyarakatan, seperti: yang diikuti oleh remaja dalam setahun terakhir, berapa kali mengikuti kegiatan kemasyarakatan, menjadi sukarelawan, ikut kegiatan olah raga, klub remaja lain; (b) kegiatan keagamaan, seperti pergi ke gereja/tempat ibadah, perjalanan religius, kelompok keagamaan, (c) kegiatan kesenian dan olah raga, seperti les piano, les gitar, les menari, karate, futsal. Kegiatan mengisi waktu luang ini berpengaruh secara konsisten berdasarkan rentang usia dan ras. Mempertimbangkan hal tersebut yang bias terhadap ras, maka dimensi keterlibatan juga akan diangkat dalam penelitian ini.

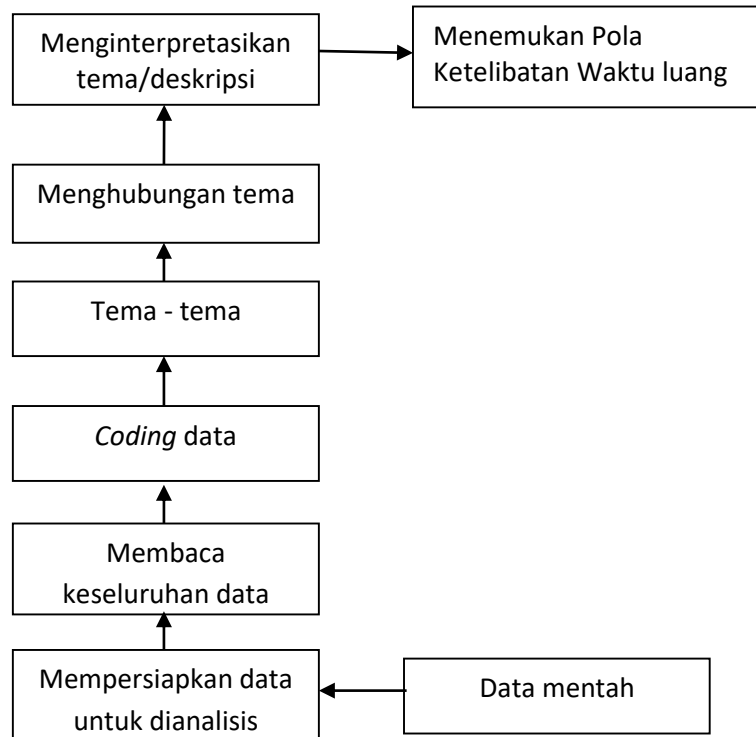
Fife, McCreary, Brewer, Adegoke (2011); Hadaway, Elifson, & Petersen (1984) sebuah mekanisme kontrol sosial yang dilakukan dengan melibatkan diri dengan kegiatan keagamaan berhubungan negatif dengan penyalahgunaan NAPZA. Studi ini membandingkan keterlibatan kegiatan keagamaan antara remaja yang memakai NAPZA dan yang tidak memakai NAPZA. Remaja yang tidak memakai NAPZA lebih menunjukkan keterlibatan yang tinggi daripada remaja yang memakai NAPZA. Lembaga keagamaan yang dikutip oleh Hadaway, *et al.* (1984) ini merupakan lembaga informal yang mempunyai peran kontrol sosial. Sedangkan Fife, *et al.* (2011) keterlibatan kegiatan keagamaan sebagai faktor protektif penyalahgunaan NAPZA dalam studi eksperimennya pada 141 wanita penyalahguna NAPZA.

Chriss (2007) menyebutkan bahwa dimensi keterlibatan merupakan dimensi yang membutuhkan aksi, perilaku nyata, dan tuntutan untuk belajar adaptasi. Durkin, *et al.* (1999); Wiatrowski, *et al.* (1981) juga menyebutkan kerja paruh waktu juga termasuk keterlibatan, selain kegiatan ekstrakurikuler pada paparan sebelumnya. Pada penelitian ini memasukan dimensi keterlibatan, meskipun beberapa penelitian sebelumnya (Akers & Lee, 1999; Krohn & Massey, 1980; Marcos, *et al.*, 2001) tidak memasukkan dimensi ini secara eksplisit dengan alasan terjadi tumpang tindih. Keterlibatan pada kajian ini lebih fokus pada kegiatan keagamaan, kemasyarakatan, dan kerja paruh waktu.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif fenomenologis. Fenomena yang diambil yaitu waktu luang remaja. Waktu luang adalah waktu yang dimiliki oleh remaja diluar waktu sekolah dan tugas belajar di tempat lain sebagai tugas kewajiban utama sebagai seorang remaja. Partisipan yang akan dijadikan subjek penelitian ini adalah siswa kelas VII, VIII, IX yang berasal dari sekolah kategori atas, sedang, dan rendah, baik sekolah negeri maupun swasta di wilayah Surakarta. Masing-masing jenis sekolah diwakili oleh 1 sekolah yang diambil secara acak. Siswa yang menjadi subjek adalah siswa yang pada saat pengambilan data hadir di sekolah dan bersedia menjadi subjek penelitian. Informasi penelitian akan dikumpulkan dengan metode survei dengan angket terbuka kepada siswa.

Informasi dari informan penelitian akan dianalisis melalui tahap-tahap yang tampak pada gambar 3.



Gambar 1. Alur proses penelitian

Analisis kualitatif yang dilakukan dengan menemukan tema-tema utama yang muncul akan dilihat berdasarkan tipologi yang membentuk pola mengisi waktu luang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data terkumpul dari 2004 siswa dengan karakteristik sebagai berikut :

Tabel 1. Karakteristik subjek (N = 2004)

NO	Karakteristik	Kategori	Persentase
1	Jenis kelamin	Laki-laki	56,8 %
		Perempuan	43,2 %
2	Pendidikan ayah	Tidak sekolah	12,9 %
		SD	13,6 %
		SMP	18,6 %
		SMA	40,3 %
		Diploma	2,5 %
		S1	9,8 %
		PascaSarjana	2,2 %
3	Pendidikan ibu	Tidak sekolah	12,8 %
		SD	16,7 %
		SMP	20,9 %
		SMA	37,5 %
		Diploma	3,0 %

S1	7,6 %
PascaSarjana	1,6 %

Pada tabel 1 dapat menunjukkan bahwa tingkat pendidikan orang tua, baik ayah maupun ibu prosentase besar pada kategori pendidikan menengah ke bawah. Emi (2017) menemukan hasil yang berkaitan dengan tingkat pendidikan orang tua bahwa tingkat pendidikan orang tua berpengaruh pada pola asuh. Apabila diterapkan pada penelitian ini berarti bahwa pendidikan orang tua diharapkan untuk mampu mengarahkan pemanfaatan waktu luang anak-anaknya agar menjadi waktu luang yang bermanfaat. Paparan lain tentang pengasuhan orang tua ditemukan oleh Tavassolie, Dudding, Madigan, Thorvardarson, & Winsler (2016) yang menyatakan bahwa pengasuhan antara ayah dan ibu saling mempengaruhi. Selain itu pengasuhan dengan otoritas akan menimbulkan permasalahan perilaku anak. Kemampuan pengasuhan orang tua, ayah dan ibu akan menjadi modal dalam mengarahkan perilaku anak.

Perbedaan jenis kelamin dalam berperilaku juga menunjukkan ketidaksamaan. Koh, Shao, & Wang (2009) menemukan adanya pengaruh yang berbeda antara ayah dan ibu di dalam pola berinteraksi serta pembentukan identitas diri anak-anak. Perbedaan jenis kelamin anak juga berpengaruh di dalam merespon sosialisasi nilai dari orang tuanya. Jadi antara ayah dengan anak perempuan, ayah dengan anak laki-laki, ibu dengan anak perempuan, dan ibu dengan anak laki-laki. Pola berinteraksi ini sangat dipengaruhi budaya. Namun di dalam penelitian ini peneliti tidak melakukannya.

Piko & Vazsonyi (2004) mengkategorikan kegiatan mengisi waktu luang menjadi empat, yaitu bersifat komersial/orientasi pertemanan (chating dengan teman, berpesta, mendengarkan musik, jalan-jalan di mall, duduk-duduk di tepi jalan); estetika (nonton film, melihat konser musik, membaca); konvensional (membaca, olah raga, hobi, mengerjakan pekerjaan rumah, melakukan kegiatan ibadah); sensasi (menggunakan komputer, melihat TV atau video). Di antara jenis kegiatan mengisi waktu luang tersebut yang sifatnya konvensional dapat digunakan sebagai “benteng” terhadap permasalahan perilaku, dalam hal ini risiko penyalahgunaan NAPZA. Keterlibatan mengisi waktu luang yang bersifat komersial berpotensi lebih besar terhadap munculnya masalah perilaku remaja. Temuan pada penelitian ini terhadap fenomena remaja mengisi waktu luang di table 2.

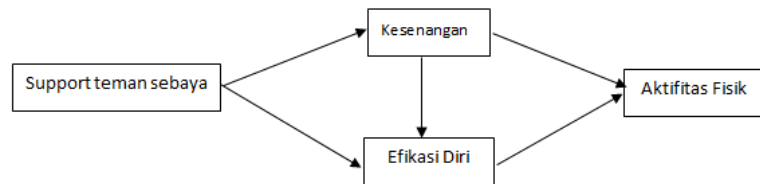
Tabel 2. Jenis kegiatan waktu luang remaja (N = 2004)

No	Jenis	Jumlah	Prosentase
1	Kegiatan kemasyarakatan/sosial	23	1,1%
2	Kegiatan keagamaan	50	2,5%
3	Ekstrakurikuler sekolah	0	0
4	Kegiatan seni	127	6,3%
5	Kegiatan olah raga	586	29,2%
6	Kegiatan kekeluargaan	155	7,7%
7	Kegiatan kesenangan yang tidak produktif	720	35,9%
8	Kegiatan kesenangan yang produktif	336	16,8%
9	Kosong	7	0,8%

Pada usia remaja, prosentase besar mengisi waktu luang dengan tujuan pemenuhan kebutuhan kesenangan. Namun kesenangan yang dipilih dalam mengisi waktu luang remaja harus diperhatikan, karena temuan Rusdiana (2017) menyatakan bahwa 59% remaja memiliki kebahagiaan yang negatif. Hal ini memungkinkan remaja menghadapi permasalahan-permasalahan, baik personal, interpersonal, dan sosial. Diperkuat temuan Purwandari (2015) yang menyatakan bahwa ketelibatan remaja dalam mengisi waktu luang berpengaruh signifikan terhadap perilaku risiko penyalahgunaan NAPZA.

Kegiatan mengisi waktu luang berikutnya adalah kegiatan olah raga. Hal ini sesuai dengan karakteristik usia remaja, dimana energi fisiknya masih prima sehingga kegiatan olah raga menjadi pilihan dalam mengisi waktu luang. Kegiatan yang bersifat fisik menjadi penting pada usia remaja

sesuai dengan temuan Chen, Sun, & Dai (2017) yang menemukan pola seperti tergambar pada gambar 2.



Gambar 2. Pola remaja mengisi waktu luang dengan aktifitas fisik

Kegiatan untuk mendapat kesenangan yang dilakukan remaja mengawali kegiatan fisik. Selain itu kesenangan yang diperoleh remaja akan membangun efikasi diri. Hadirnya teman sebaya yang membentuk kesenangan pada remaja muncul karena remaja lebih senang menghabiskan waktu luang bersama dengan teman-teman sebayanya dibandingkan dengan bersama keluarganya (Purwandari, 2015). Oleh karena itu temuan dalam penelitian ini menjadi pola yang hampir sama dengan temuan Chen, Sun, & Dai (2017) tersebut. Penyaluran energi fisik remaja yang lebih menjadi kebutuhan penting untukantisipasi munculnya permasalahan. Sehingga program pemerintah membangun sarana fisik olah raga menjadi sebuah kebutuhan yang perlu diprioritaskan, apalagi sebagai public area yang merupakan fasilitas umum dan gratis.

Selain dua tema terpapar di tabel 2, juga muncul kegiatan beersama keluarga. Szabo (2014) menemukan bahwa keterlibatan kegiatan waktu luang yang dilakukan bersama dengan keluarga akan menjadi pelindung terhadap perilaku risiko penyalahgunaan NAPZA. Namun pilihan ikut kegiatan ekstrakurikuler di sekolah tidak muncul apabila tidak diwajibkan. Remaja lebih memilih kegiatan kesenangan. Padahal Rivera & McCorry (2007) menyatakan bahwa dengan melakukan eksperimen kegiatan mengisi waktu luang setelah sekolah dapat mengurangi perilaku kenakalan dan penyalahgunaan NAPZA.

Pada penelitian ini belum memilah secara spesifik mengisi waktu luang antara remaja laki-laki dan perempuan. Fourie, Slabbert, & Saayman (2011) menemukan bahwa keterlibatan kegiatan mengisi waktu luang antara laki-laki dan perempuan berbeda. Oleh karena itu di dalam pemanfaatan waktu luang remaja jenis kelamin perlu dicermati untuk memudahkan pemberian intervensi atau mengambil kebijakan.

KESIMPULAN

Berdasarkan data dan kajian literature yang telah dilakukan, kesimpulan penelitian ini adalah : Remaja mengisi waktu luang dengan kegiatan yang menyenangkan. Posisi selanjutnya melakukan olah raga sebagai aktifitas fisik. Hal ini perlu ditindaklanjuti dalam pemenuhan fasilitas-fasilitas infra struktur agar kebutuhan remaja terpenuhi dan menyalurkan energy fisik yang dimiliki secara positif.

Faktor-faktor yang mendukung aktifitas remaja dalam mengisi waktu luang, khususnya dalam konteks budaya di wilayah Surakarta adalah variabel proksimal yang ditemukan yaitu pendidikan orang tua yang tergolong rendah.

DAFTAR PUSTAKA

Akers, R. L. & Lee, G .(1999). Age, Social Learning, and Social Bonding in Adolescent Substance Use. *Deviant Behavior : An Interdisciplinary Journal*, 20(1), 1 – 25. doi: 10.1080/016396299266579

- Cassidy, T. (2005). Leisure, coping and health: the role of social, family, school and peer relationship factors. *British Journal of Guidance & Counselling*, Vol. 33, No. 1, 51 – 66. DOI: 10.1080/03069880412331335830
- Chen, H., Sun, H., & Dai, J. (2017). Peer Support and Physical Activity: The Mediating Roles of Self Efficacy and Enjoyment. *Journal of Pediatric Psychology*, 42(5) : 566 – 577. Doi: 10.1093/jpepsy/jsw103
- Chriss, J. J. (2007). The function of the social bond. *Sociological Quarterly*. 48 (4), 687 – 712. doi:10.1111/j.1533-8525.2007.00097.x
- Drapela, L.A. (2006). Investigating The Effects of Family, Peer, and School Domains on Postdropout Drug Use. *Youth & Society*. 37(3), 316 – 347. doi: 10.1177/0044118X05278264
- Durkin, K., Wolfe, S. E., & Clark, G. (1999). Social bond theory and binge drinking among college students: A multivariate analysis. *College Student Journal*, 33, 450-462.
- Emi, S. (2017). Korelasi Antara Pendidikan Orang Tua dan Pola Asuh terhadap Kemandirian Anak dalam Keluarga. *Skripsi*. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jogyakarta.
- Fife, J. E., M., McCreary, M., Brewer, T., Adegoke, A. A. (2011). Family Rituals, Religious Involvement, and Drug Attitudes among Recovering Substance Abusers. *North American Journal of Psychology*. 13 (1) : 87-98
- Fourie, J., Slabbert, E., & Saayman, L. (2011). The Leisure and Sport Participation Patterns of High School Learner in Potchefstroom. *South African Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation*, 2011, 33(1): 65-80. doi: 10.4314/sajrs.v33i1.65488
- Giodarno, A. L. (2012). Social interest and social bonding : Understanding collegiate hazardous drinking and marijuana use. *Dissertation*. University of North Carolina.
- Hertinjung, W.S dan Karyani, U. (2012). Bullying di Sekolah Dasar. *Laporan Penelitian LPPM Universitas Muhammadiyah Surakarta*. Tidak diterbitkan.
- Koh, J.B.K., Shao, Y., & Wang, Q. (2009). Father, Mother and Me: Parental Value Orientations and Child Self-identity in Asian American Immigrants. *Sex Roles*, 60(7-8), 600–610. doi: 10.1007/s11199-008-9550-z
- Krohn, M. B. & Massey, J. L. (1980). Social Control and Delinquent Behavior: An Examination of the Elements of the Social Bond. *The Sociological Quarterly*, Autumn 1980, 21(4), 529-543. doi: 10.1111/j.1533-8525.1980.tb00634.x
- Lin, W. H. & Dembo, R. (2008). An Integrated Model of Juvenile Drug Use: A Cross-Demographic Groups Study. *Western Criminology Review*, 9(2), 33–51.
- Lin, T. & Pao, T. (2011). Leisures Activities' Selection and Motivation. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, October 2011, 1(3), 308 – 320.
- Marcos, A. C., Bahr, S. J., & Johnson, R. E. (1986). Test of a bonding/association theory of adolescent drug use. *Social Force*, 68 (1) : 135 – 160. doi: 10.1093/sf/65.1.135
- Purwandari, E. (2015). Model Kontrol Sosial Perilaku Risiko Penyalahgunaan Remaja. *Disertasi*. Universitas Gadjah Mada Yogyakarta. Tidak diterbitkan.
- Purwandari, E. (2011). Keluarga, Kontrol Sosial, dan "Strain" : Model Kontinuitas Delinquency Remaja. *Humanitas*. Jurnal Psikologi Indonesia. Vol. VIII, No. 1, Januari 2011.
- Rivera, F.J. & McCorry, T.A. (2007). An Evaluation of an After-School Program's Effectiveness in Preventing Juvenile Delinquency and Substance Use: A Test of the Social Development Model. *The New York Sociologist*, 2, 65 – 81.
- Rusdiana, I. (2017). Konsep Authentic Happiness pada Remaja dalam Perspektif Teori Myers. *Jurnal Kependidikan Dasar Islam Berbasis Sains*. Vo.2, No. 1, 37 – 44.
- Setiyani, A. (2012). Mengisi Waktu Luang Siswa SMA Negeri 1 Ngemplak. *Skripsi*. Universitas Negeri Yogyakarta. eprints.uny.ac.id/9557/4/cover%20-NIM%2005104241015.pdf
- Tavassolie, T.; Dudding, S.; Madigan, A.; Thorvardarson, E.; Winsler, A. (2016). Differences in Perceived Parenting Style Between Mothers and Fathers: Implications for Child Outcomes and Marital Conflict. *Journal of Child & Family Studies*. Vol. 25 Issue 6, 2055-2068. DOI: 10.1007/s10826-016-0376-y.

-
- Videnovic, M., Pesic, J., & Plut, D. (2010). Young People's Leisure Time: Gender Differences. *PSIHOLOGIJA*, 43 (2), 199 – 214. doi:10.2298/PSI1002199V
- World Health Organization. (2014). Mental health: a state of well-being. Diakses pada 20 Agustus 2016 pukul 18.30 WIB dari http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/en/
- Szabo, C. (2014). The influence of social protective and risk factors on adolescents' substance use. *Sky Journal of Educational Research*. Vol. 2(5): 037 - 042, May, 2014. Available online <http://www.skyjournals.org/SJER>. ISSN 2354-4406.