

PERJANJIAN

PELAKSANAAN KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT PROGRAM PKM100 PLUS 2022 – Periode 1

Nomor: PKM100Plus-2022-1-100-SPK-KLPPM/UNTAR/V/2050

1. Pada hari Rabu tanggal 25 bulan Mei Tahun 2022, yang bertanda tangan di bawah ini:

I Nama : Ir. Jap Tji Beng, Ph.D.
Jabatan : Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat
Universitas Tarumanagara

Selanjutnya disebut sebagai **Pihak Pertama**.

II Nama : Dr.Heryanti Satyadi, M.Si., Psikolog
NIDN/NIDK : 8860680018
Fakultas : Fakultas Psikologi

Bertindak untuk diri sendiri dan Anggota Tim Pengusul:

1. Nama : Ilham Ramadhan Prayogo
NIM : 705180156
2. Nama : -
NIM : -
3. Nama : -
NIM : -

Selanjutnya disebut sebagai **Pihak Kedua**.

2. Pihak Pertama menugaskan Pihak Kedua untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat atas nama Universitas Tarumanagara dengan:

Judul kegiatan : Webinar Membina Kebiasaan Remaja Yang Efektif

Nama mitra : I Love My Psychologist

Tanggal kegiatan : 04 Juni 2022

dengan biaya **Rp1,000,000 (Satu Juta Rupiah)** dibebankan kepada anggaran Universitas Tarumanagara.

3. Lingkup pekerjaan dalam tugas ini adalah kegiatan sesuai dengan yang tertera dalam usulan Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat yang diajukan oleh Pihak Kedua, dan telah disetujui oleh Pihak Pertama yang merupakan bagian yang tidak terpisahkan dalam surat tugas ini.

4. Pihak Kedua wajib menyerahkan laporan kegiatan dan luaran kegiatan selambat-lambatnya tanggal 31 Juli 2022, sesuai prosedur dan peraturan yang berlaku dengan format sesuai ketentuan.

Pihak Pertama



Ir. Jap Tji Beng, MMSI., Ph.D.

Pihak Kedua



Dr.Heryanti Satyadi, M.Si., Psikolog

Lembaga

- Pembelajaran
- Kemahasiswaan dan Alumni
- Penelitian & Pengabdian Kepada Masyarakat
- Penjaminan Mutu dan Sumber Daya
- Sistem Informasi dan Database

Fakultas

- Ekonomi dan Bisnis
- Hukum
- Teknik
- Kedokteran
- Psikologi
- Teknologi Informasi
- Seni Rupa dan Desain
- Ilmu Komunikasi
- Program Pascasarjana

MEMBINA KEBIASAAN

ANAK REMAJA YANG EFEKTIF

WEBINAR
SERI 1/7

14 SABTU
MEI 2022

10.00 WIB



HABIT 1 BE PROACTIVE

PEMBICARA:

Dr. **Heryanti Satyadi**, M.Si., Psikolog

Psikolog Senior di I Love My Psychologist
Berpengalaman dalam Konseling Keluarga & Terapi Perilaku

Edwin Nathaniel, M.Psi., Psikolog

Psikolog di I Love My Psychologist
Berpengalaman dalam training, seminar
& konseling remaja

MODERATOR:

Sarah Alfiyah Hasjim

Mahasiswi Psikologi
Universitas Tarumanagara

GRATIS!

registrasi :

linktr.ee/ILMP.id

0 8888 901 954 @ilovemypsychologist

SCAN ME



Diselenggarakan oleh :



Didukung oleh :





UNTAR
Universitas Tarumanagara



UNTAR untuk INDONESIA

SERTIFIKAT

No: 100/D/PKM100Plus/VI/2022

DIBERIKAN KEPADA

Dr.Heryanti Satyadi, M.Si., Psikolog

sebagai:

NARASUMBER

Program Pengabdian kepada Masyarakat

KEGIATAN PKM 100 PLUS

dengan tema:

Webinar Membina Kebiasaan Remaja Yang Efektif

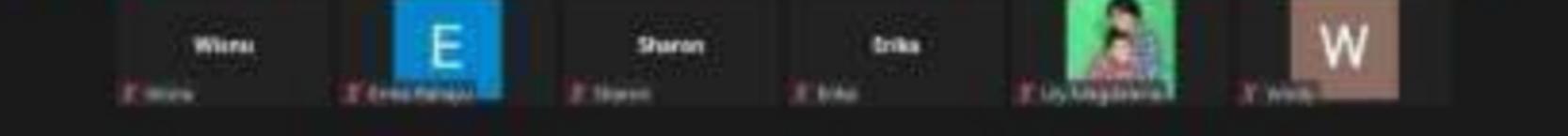
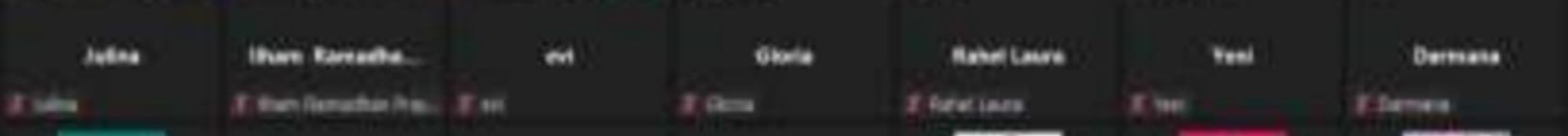
yang telah dilaksanakan pada tanggal:

4 Juni 2022

Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat,



Ir. Jap Tji Beng, Ph.D.



LAPORAN AKHIR
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT YANG DIAJUKAN KE LEMBAGA
PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT



MEMBINA KEBIASAAN REMAJA EFEKTIF
(Be Proactive)

Disusun oleh:

Dr. Heryanti Satyadi M.Si., Psikolog
[8860680018/10717002]

Gracia Mayuni Semeru, M.Psi., Psikolog

Anggota:

Sarah Alfiyah Hasjim – NIM : 705170223

PRODI SARJANA
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA
MEI 2022

**Halaman Pengesahan
Laporan Pengabdian kepada Masyarakat**

1. Judul PKM : Membina Kebiasaan Remaja Efektif (Be Proactive)
2. Nama Mitra PKM : I Love My Psychologist dan Mindskill Mom Community
3. Ketua Tim Pelaksana : Dr. Heryanti Satyadi M.Si., Psikolog
B. NIDN/NIK : 8860680018/10717002
C. Jabatan/Gol. : Dosen Tetap dengan perjanjian
D. Program Studi : Sarjana
E. Fakultas : Psikologi
F. Bidang Keahlian : Psikologi Klinis
G. Alamat Kantor : Komplek GBI Kelapa Gading Kirana Barat Raya blok i no. 9-10 Jakarta 14240
H. Nomor HP/Tlp : 08121100212
3. Anggota Tim PKM
A. Jumlah Anggota (Psikolog) : 1 orang
B. Nama Anggota/Keahlian : Gracia Mayuni Semeru, M.Psi., Psikolog/
Psikolog Klinis
C. Jumlah Mahasiswa : 1 orang
D. Nama & NIM Mahasiswa 1 : Sarah Alfiyah Hasjim 705170223
4. Lokasi Kegiatan Mitra : Kelapa Gading
A. Wilayah Mitra : Kepala Gading
B. Kabupaten/Kota : Jakarta Utara
C. Provinsi : DKI Jakarta
5. Metode Pelaksanaan : Luring/Daring
5. Luaran yang dihasilkan : Artikel di Kolom Pintar UNTAR
6. Jangka Waktu Pelaksanaan : Januari-Juni/~~Juli-Desember~~* (pilih salah satu)
7. Pendanaan : Rp. 1.000.000,-
Biaya yang disetujui

Jakarta, 17 Mei 2022

Menyetujui,
Ketua LPPM



Ir. Jap Tji Beng, Ph.D.

NIK:10381047

Ketua Pelaksana

Dr. Heryanti Satyadi M.Si., Psikolog

[8860680018/10717002]

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Analisis Situasi

Remaja adalah individu yang sedang berada dalam tahap transisi dari kanak-kanak menuju dewasa yang dimulai dari umur 12 tahun dan berakhir di umur belasan akhir atau awal dua puluhan (Papalia, Olds & Feldman, 2009). Masa remaja dibagi menjadi tiga yaitu masa remaja awal 12-15 tahun, masa remaja pertengahan 15-18 tahun, dan masa remaja akhir 18-21 tahun (Monks, Knoers, & Haditono, 2004). Menurut Erikson (1982 dalam Plotnik, 2008), masa remaja berada dalam tahap pencarian jati diri. Seorang yang berada dalam tahap pencarian jati diri akan berusaha mencari tahu siapa dirinya dan apa yang diinginkannya pada masa depan (Suls, 1989 dalam Coon, 2004). Hal ini bisa terjadi karena pada masa remaja, ada banyak perubahan yang terjadi pada diri seseorang baik dalam segi fisik, kognitif, maupun hubungannya dengan orang lain sehingga individu tersebut akan berusaha memahami siapa dirinya (Grotevant & Cooper, 1998 dalam Desmita, 2006).

Banyaknya perubahan ini menimbulkan kebingungan bagi diri remaja sehingga masa remaja disebut juga sebagai periode “badai-topan”. Perubahan-perubahan tersebut bagi remaja kadang-kadang merupakan situasi yang tidak menyenangkan dan sering menimbulkan masalah. Permasalahan-permasalahan tersebut menuntut suatu penyelesaian agar tidak menjadi beban yang dapat mengganggu perkembangan selanjutnya (Hurlock, 2007). Oleh sebab itu dibutuhkan suatu kondisi lingkungan yang dapat memperhatikan dan membimbing perkembangan karakter, sikap, perilaku remaja sehingga dapat melewati masa-masa ini dengan baik.

Seorang remaja berasal dari keluarga. Keluarga merupakan unit terkecil yang semestinya memiliki kedekatan yang kuat dengan diri remaja. Melalui keluarga, remaja akan diajari dengan pelbagai macam nilai-nilai kehidupan, yang kelak (secara langsung atau tidak langsung) akan mempengaruhi kehidupan remaja. Itu sebabnya keluarga memegang peran signifikan dalam menentukan bagaimana remaja bersikap terhadap tantangan maupun tuntutan dari lingkungan. Meski demikian, seiring dengan bertambahnya tanggung jawab dan kemandirian, remaja biasanya sudah lebih banyak beraktivitas dengan lingkungan di luar keluarga.

Interaksinya dengan dunia luar ini membuat remaja berhadapan dengan beragam nilai, pandangan, dan ide-ide yang mungkin berbeda dengan yang selama ini diketahuinya dan membuatnya mempertanyakan kembali segala hal yang selama ini diajarkan oleh orangtua sebagai suatu kebenaran (Desmita, 2006). Remaja pun mulai lebih mementingkan relasi dengan temannya daripada orangtua sehingga banyak orangtua yang mengeluhkan perubahan sikap anak remajanya. Pengaruh orangtua terhadap remaja tersebut pun semakin merenggang. Meski demikian, remaja sebenarnya masih membutuhkan pengarahan dari orangtuanya asalkan orangtua dapat memosisikan diri dengan benar untuk memperkuat kembali pengaruhnya dalam diri remaja. Orangtua membutuhkan pendampingan psikologis yang memberi edukasi bagaimana memosisikan diri saat berinteraksi dengan remaja agar tetap dapat membimbing anaknya melewati masa remaja ini dengan baik.

Di sisi lain, remaja membutuhkan metode penanaman nilai, karakter, dan sikap yang cukup sederhana untuk dilakukan namun efektif. Metode ini adalah dengan menjadikan nilai, karakter, dan sikap yang ingin ditanamkan ini sebagai suatu kebiasaan. Sebuah kebiasaan akan terbentuk dalam respon-respon ketika menghadapi sebuah keadaan atau stimulus yang datang berulang-ulang (Gardner, 2016).

Pembentukan perilaku dan membina sampai menjadi sebuah kebiasaan membutuhkan waktu yang panjang dan proses pengulangan. Anak-anak yang dibiarkan berlama-lama dengan gawainya akan mengalami pembentukan perilaku yang penuh dengan frustrasi karena terjadi banyak pengulangan sampai ia berhasil melewati prosesnya untuk kemudian beradaptasi dan menguasai sebuah kebiasaan. Sebuah contoh perilaku bermain *game*, mulai dari *trial and error*, kalah berulang-ulang dan mengalami frustrasi, namun diberi *reward* oleh permainan itu untuk mencoba lagi. Ketika proses belajar terjadi, ia mampu beradaptasi dengan aturan dan tuntutan permainan, anak berhasil membina sebuah keterampilan bermain *game*. Proses menguasai sebuah keterampilan dapat diterapkan pada macam-macam pembentukan sebuah kebiasaan.

Terkait dengan penanaman nilai dan karakter, terdapat seorang tokoh bernama Stephen R. Covey yang memiliki konsep mengenai bagaimana kebiasaan-kebiasaan baik dapat membuat remaja menjadi seorang yang lebih efektif dalam menjalani kehidupannya. Covey menyatakan dalam kehidupan manusia terdapat prinsip-prinsip yang bersifat universal. Prinsip merupakan hukum alam yang sifatnya eksternal diluar diri manusia dan pada dasarnya yang mengendalikan perbuatan manusia. Covey juga

menemukan hubungan korelatif antara kebiasaan efektif dan tingkat aktualisasi kemampuan dasar manusia berdasarkan prinsip untuk membentuk manusia yang berkarakter.

B. Permasalahan Mitra dan Solusinya

Tim pelaksana menyelenggarakan webinar series bersama pusat layanan psikologis I Love My Psychologist (ILMP) dan komunitas ibu-ibu pembelajar Mindskill Mom Community (MMC) sebagai mitra. Berdasarkan kasus-kasus yang dialami, ada banyak sekali orangtua yang mengkonsultasikan anak remajanya karena merasa anak remajanya berubah. Anaknya yang dulu penurut sekarang sering membantah, bahkan tidak jarang juga akhirnya hubungan antara orangtua dengan anak remajanya menjadi merenggang. Di sisi lain, remaja juga merasa kebingungan dengan kondisi dirinya saat ini. Remaja merasa dirinya menjadi lebih sensitif secara emosional, mudah sedih berkepanjangan, frustrasi, bahkan juga mudah tersinggung dan melampiaskannya dengan cara yang agresif sehingga relasi dengan lingkungan menjadi tidak harmonis. Memang, pada dasarnya masa remaja adalah masa yang cukup krusial karena terjadi banyak perubahan signifikan pada diri remaja yang bila tidak dipahami dan dikelola dengan baik, berpotensi mengganggu kesejahteraan psikologis orang-orang yang terlibat, baik remaja sendiri maupun keluarga dan orangtuanya.

Berdasarkan permasalahan yang dihadapi, terdapat dua hal yang perlu diperhatikan, yakni orangtua perlu mendapatkan pengetahuan bagaimana cara yang tepat untuk berinteraksi dengan remaja supaya tetap memiliki pengaruh dan dapat membimbing anak remajanya melewati masa-masa ini dengan efektif. Selain itu, remaja juga perlu mendapatkan pengetahuan mengenai apa yang terjadi pada dirinya dan bagaimana mengelola perubahan dan rasa tidak nyaman yang terjadi agar tidak sampai berdampak pada perkembangan dirinya di kemudian hari. Remaja juga perlu ditanamkan karakter, nilai, dan sikap yang tepat untuk meresponi berbagai situasi yang mungkin terjadi dalam kesehariannya sebagai remaja sehingga ia dapat melewati masa-masa ini dengan efektif. Hal-hal ini perlu dilatih dan diasah terus menerus. Cara paling efektif adalah dengan menjadikannya kebiasaan. Oleh karena itu ILMP dan MMC ingin memberikan edukasi kepada remaja dan orangtua mengenai bagaimana membina kebiasaan remaja yang efektif.

Acara ini melibatkan remaja serta orangtua dengan tema “Membina Kebiasaan Anak Remaja yang Efektif”. Kebiasaan-kebiasaan yang dipilih untuk digunakan dalam membina remaja, diambil dari buku pengembangan karakter dengan judul Tujuh Kebiasaan Remaja yang Efektif (Covey, 2014). Tema-tema yang diangkat untuk membina remaja memiliki kebiasaan yang berdampak positif dan hidup lebih efektif. Prinsip-prinsip yang dipelajari adalah bertanggung jawab, membuat perencanaan, menghormati orang lain, bekerja sama, dan menjaga keseimbangan.

Berpedoman pada prinsip kebiasaan yang perlu dilakukan berulang-ulang dan terus-menerus, acara ini diadakan dalam bentuk webinar yang membahas mengenai kebiasaan baik yang perlu ditanamkan pada diri remaja. Kebiasaannya yaitu menjadi proaktif, memulai dengan visi, mendahulukan yang utama, berpikir menang menang, berusaha memahami terlebih dulu-baru dipahami, mewujudkan sinergi, dan yang terakhir adalah menjaga keseimbangan fisik, jiwa dan rohani di dalam diri.

BAB 2

PELAKSANAAN

A. Deskripsi Kegiatan

Kegiatan diawali dengan permintaan dari Mindskill Mom Community kepada I Love My Psychologist (ILMP) untuk mengadakan acara untuk orangtua terkait dengan pengasuhan remaja, yang ditindaklanjuti dengan diskusi internal pihak ILMP, yakni mengenai rencana kegiatan PKM yang meliputi tujuan, manfaat, waktu dan media pelaksanaan kegiatan. Pihak ILMP kemudian mengajukan proposal kegiatan ke LPPM UNTAR.

Kegiatan ini merupakan sesi ke-satu dari serangkaian webinar yang akan diadakan untuk membina kebiasaan remaja efektif. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 14 Mei 2022 dari pukul 10.00 – 12.00 melalui aplikasi *zoom meeting conference*. Kegiatan ini berupa webinar dengan judul acara “MEMBINA KEBIASAAN REMAJA YANG EFEKTIF”. Kebiasaan-kebiasaan yang digunakan diambil dari buku *7 Habits of Highly Effective Teens* yang ditulis oleh Sean Covey berisi kebiasaan-kebiasaan positif yang membentuk remaja yang efektif.

Kegiatan diawali dengan pembukaan dan perkenalan narasumber yang dimoderatori oleh pihak ILMP. Kegiatan kemudian dilanjutkan dengan pembekalan dari narasumber pertama dari Dr. Heryanti Satyadi, M.Si mengenai tahapan perkembangan remaja, tema hidup saat pra remaja sampai remaja, juga bagaimana meningkatkan hubungan anak-anak dan orang tua. Kemudian pembekalan dari narasumber ke-dua dari Edwin Nathaniel, M.Psi., Psikolog mengenai kebiasaan, paradigma dan membahas mengenai kebiasaan pertama yang hari ini akan diajarkan yakni *Be Proactive*. Kegiatan ini difokuskan untuk remaja. Berikutnya, peserta diberikan kesempatan untuk memberikan pertanyaan baik dengan mengetikkan pertanyaan di kolom chat maupun secara lisan. Pertanyaan-pertanyaan ini kemudian dijawab oleh Ibu Heryanti Satyadi dan Bapak Edwin Nathaniel. Untuk menutup kegiatan, moderator memberikan kesimpulan yang terkait dengan topik yang dipaparkan pada hari tersebut. Kegiatan kemudian diakhiri dengan foto bersama.

B. Metode Pelaksanaan

Webinar “MEMBINA KEBIASAAN REMAJA YANG EFEKTIF” telah dilaksanakan secara online pada:

Hari, tanggal : Sabtu, 14 Mei 2022
Waktu : Pukul 10.00 – 12.00 WIB
Tempat : Daring (*Zoom Meeting Conference*)

Adapun garis besar pembekalan yang diberikan oleh Ibu Heryanti Satyadi dan Bapak Edwin Nathaniel selaku pembicara adalah sebagai berikut :

1. Tahap Perkembangan Remaja
2. Tema Hidup Saat Praremaja-Remaja
3. Meningkatkan Relasi Orangtua dengan Remaja
4. Kebiasaan
5. Cara Pandang (Paradigma)
6. Kebiasaan-kebiasaan yang Perlu Dibina
7. Apa itu Proaktif
8. Mengapa Perlu Menjadi Proaktif
9. Bagaimana Cara Menjadi Proaktif

C. Luaran

Luaran yang dihasilkan melalui program ini adalah pembuatan artikel yang akan diterbitkan pada media massa online.

BAB III

KESIMPULAN

Salah satu kebiasaan yang perlu dibina untuk menjadi remaja yang efektif adalah kebiasaan proaktif. Proaktif adalah sikap mengambil tanggung jawab untuk melakukan sesuatu sebelum terdesak oleh keadaan. Memiliki kebiasaan proaktif membantu kita berpikir sebelum bertindak sehingga kita memegang kendali atas keadaan, bukan dikendalikan oleh keadaan. Kebiasaan perlu dikembangkan dengan melakukannya dalam bentuk perilaku sehari-hari. Selayaknya otot yang perlu terus dilatih, begitu pula kebiasaan. Remaja perlu secara rutin melatih kebiasaan proaktif, barulah hasilnya dapat terlihat. Untuk membantu remaja mengembangkan kebiasaan, perlu keterlibatan orangtua seperti menyadari dan memberi afirmasi positif terhadap usaha anak remajanya mengembangkan kebiasaan proaktif.

Daftar Pustaka

- Coon, D. (2004). *Introduction to psychology: Gateways to mind and behavior*. Australia: Wadsworth.
- Covey, S. (2014). *Seven Habits of Highly Effective Teens*. New York : Simon & Schuster
- Desmita. (2006). *Psikologi perkembangan*. Bandung: Rosda.
- Gardner, Benjamin. (2016). Memahami kebiasaan: Menerapkan ilmu pembentukan kebiasaan ke dunia nyata. Psikologi Kesehatan Praktikal.
<https://practicalhealthpsychology.com/id/2016/01/getting-into-the-habit-applying-the-science-of-habit-formation-to-the-real-world/>
- Hurlock, E. (2007). *Psikologi Perkembangan : Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Monks, F. J., Knoers, A., & Haditono, S. (2004). *Psikologi perkembangan : Pengantar dalam berbagai bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Papalia, D. E., Olds, S., & Feldman, R. (2009). *Human development*. New York: McGraw-Hill.
- Plotnik, R., & Kouyoumdjian, H. (2008). *Introduction to psychology*. Belmont, CA : Wadsworth.

Lampiran

1. Materi PPT

Tahap Perkembangan Remaja

Kanak-kanak akhir	Pra-remaja	Remaja awal	Remaja akhir	Dewasa
12-14	15-17	18-20	21-24	25-30
Perubahan sekunder sudah tampak, tinggi badan meningkat, perkembangan organ reproduksi sudah selesai.	Perubahan sekunder sudah selesai, tinggi badan sudah mencapai maksimum, perkembangan organ reproduksi sudah selesai.	Perubahan sekunder sudah selesai, tinggi badan sudah mencapai maksimum, perkembangan organ reproduksi sudah selesai.	Perubahan sekunder sudah selesai, tinggi badan sudah mencapai maksimum, perkembangan organ reproduksi sudah selesai.	Perubahan sekunder sudah selesai, tinggi badan sudah mencapai maksimum, perkembangan organ reproduksi sudah selesai.

Tema hidup saat pra-remaja sampai remaja

Rujukan dan minat yang luas terjadi di masa perkembangan ini mulai dari fiksi (Moby Dick), sains-pelajaran (geologi), sampai kepada hubungan dengan keluarga dan pertemanan (santai).

Waktu	Waktu	Waktu
• Pergi ke sekolah • Tidur • Bermain dengan teman • Bermain musik • Bermain komputer	• Perubahan sekunder sudah selesai • Tinggi badan sudah mencapai maksimum • Perkembangan organ reproduksi sudah selesai • Perubahan sekunder sudah selesai • Tinggi badan sudah mencapai maksimum • Perkembangan organ reproduksi sudah selesai	• Perubahan sekunder sudah selesai • Tinggi badan sudah mencapai maksimum • Perkembangan organ reproduksi sudah selesai • Perubahan sekunder sudah selesai • Tinggi badan sudah mencapai maksimum • Perkembangan organ reproduksi sudah selesai

Perubahan ini terjadi setiap hari dan memicu sebuah pola adaptasi dalam hidup anak remaja...

ENHANCED RELATIONSHIP

Mengapa perlu ada peningkatan dalam hubungan?



APA ITU KEBIASAAN?

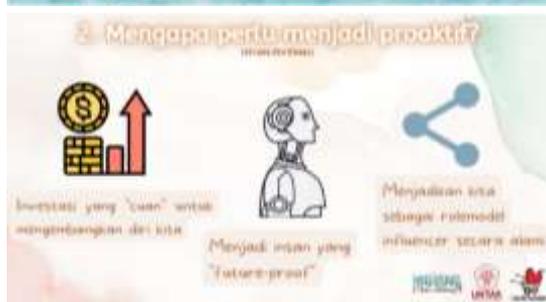
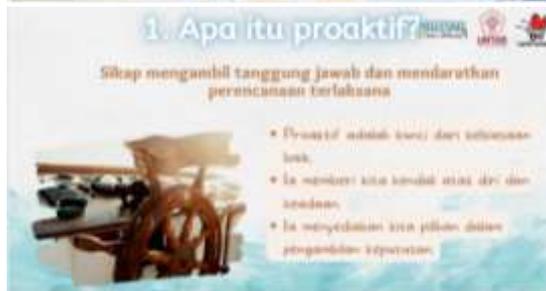
Adalah hal yang kita lakukan secara berulang. Seringkali kita luput memerhatikannya karena berjalan otomatis. Kebiasaan menurut sifatnya dapat dibagi menjadi:

 GOOD HABIT	 BAD HABIT
--	---

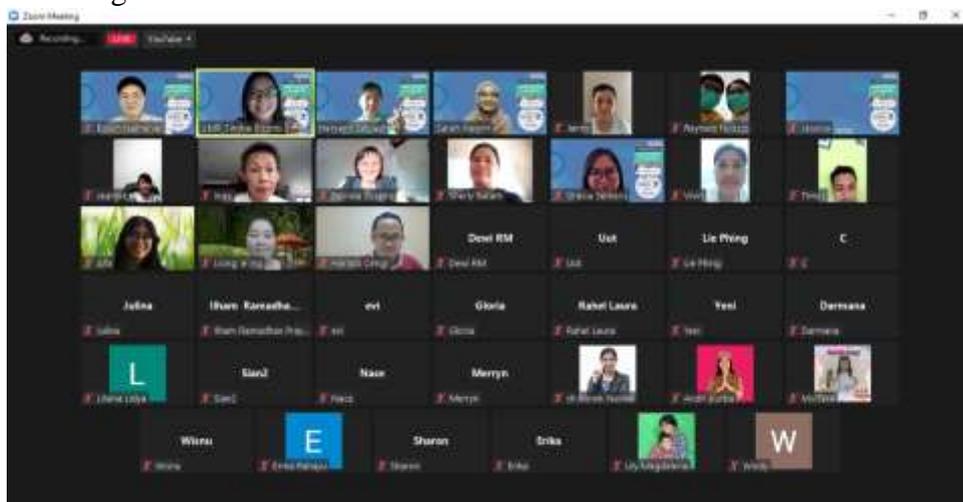
APA ITU PARADIGMA?

Serupa dengan sebuah kacamata. Paradigma yang tidak lengkap atas diri sendiri atau kehidupan, seperti menggunakan resep ukuran kacamata yang keliru. Semua jadi terlihat aneh!

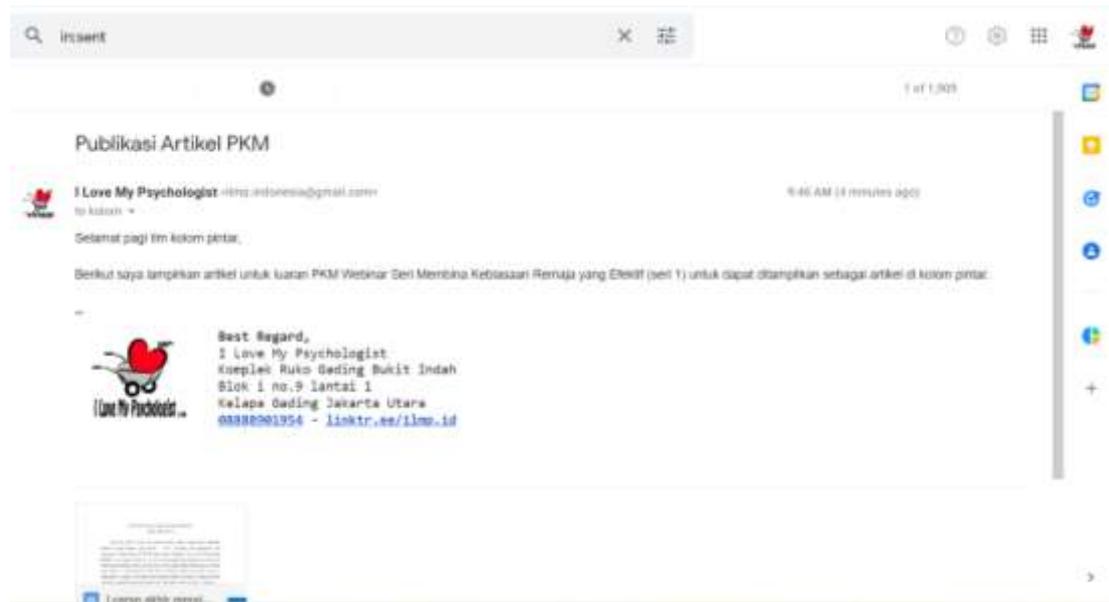
 of Self	 of others	 of life
---	---	---



2. Foto Kegiatan



Bukti Submit Luaran ke Kolom Pintar UNTAR



KWITANSI PEMBAYARAN

Nomor : 6
Telah Terima dari : LPPM Untar
Terbilang : # Satu Juta Rupiah #
Untuk Pembayaran : Biaya Pelaksanaan Kegiatan 100 PKM Plus

Tanggal: 16 Juni 2022



Dr. Heryanti Satyadi, M. Si, Psikolog