

Muhammad Al-Miftwar, M.Ag.

Penyakit jiwa, merupakan masalah kesehatan psikologis yang timbul pada seseorang disebabkan dari berbagai penyebab yang berbeda. Untuk dapat lebih memahami tentang penyakit jiwa, maka diperlukan pengetahuan tentang kesehatan jiwa. Kesehatan jiwa merupakan salah satu aspek kesehatan yang penting.



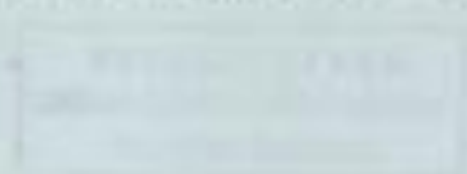
PSIKOLOGI REMAJA

Petunjuk bagi Guru dan Orangtua

Buku ini, berisi pengetahuan yang komprehensif tentang kesehatan perkembangan remaja, berbagai masalah yang berkaitan, serta yang dapat dan mungkin diharapkan dari masalah kesehatan remaja dan untuk pengetahuan orang tua dan keluarga untuk memahami remaja yang sedang tumbuh.



PT
RINEKE
CIPTA



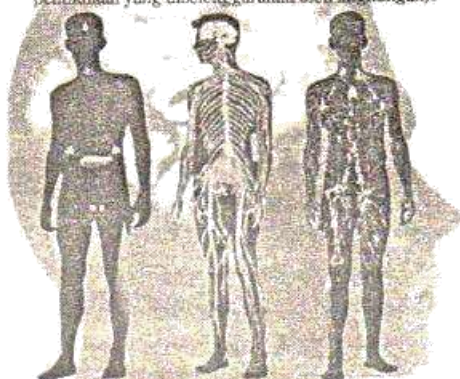
PSIKOLOGI

REMAJA

Petunjuk bagi Guru dan Orangtua

Muhammad Al-Mighwar, M.Ag.

Terbitnya buku ini, diharapkan menjadi masukan produktif dan korektif bagi pemegang kebijakan dan praktisi pendidikan usia remaja, baik pada jalur pendidikan formal maupun jalur pendidikan non formal (lembaga-lembaga kursus) maupun jalur pendidikan informal (pendidikan keluarga, atau pendidikan yang diselenggarakan oleh lingkungan).



PSIKOLOGI

REMAJA

Petunjuk bagi Guru dan Orangtua

Buku ini, berisi pengenalan yang komprehensif tentang fenomena perkembangan remaja, berbagai problema yang menimpanya, cara yang tepat dan kongkret mengatasinya; dari masalah belajarnya di rumah dan sekolah, pergaulannya dengan teman-temannya sampai kecenderungan seksualnya.



Penerbit Pustaka setia Bandung

Judul : **PSIKOLOGI REMAJA**
Karya : **Muhammad Al-Mighwar, M.Ag.**
Penerbit : **Pustaka Setia**

Copy Right 2006 © **PUSTAKA SETIA**, Bandung
Dilarang memperbanyak atau mengutip sebagian atau seluruh isi
buku ini tanpa izin penerbit.
Hak terjemahan dilindungi undang-undang.
All right reserved

Desain Cover : **Wandi**

Montase, Lay Out, Setting : **Tim Redaksi Pustaka Setia**

Cetakan I : **April 2006/Rabiul Awal 1427 H**

Diterbitkan oleh : **CV PUSTAKA SETIA**
Jl. BKR (Lingkar Selatan) No. 162-164
Telp. : (022) 5210588 - 5224105
Faks. : (022) 5224105
BANDUNG - 40253
(Anggota IKAPI Cabang Jawa Barat)

Pengantar Penulis



Saat ini, terjadi fenomena yang sangat memprihatinkan di kalangan remaja; seperti sikap arogan dengan menjadikan terminologi 'babe gue' sebagai senjata, suka berhura-hura, *chatting*, bergerombol, memberontak orangtua dan guru, melakukan penyimpangan seksual (*free sex, samen leven, married by accident*), mengonsumsi miras dan narkoba, dsb. Fenomena itu terbukti, antara lain dari hasil penelitian Badan Narkotika Nasional (BBN) dan Universitas Indonesia (UI) tahun 2004 yang menunjukkan, ada 10 kota yang tertinggi persentase penyalahgunaan narkoba; Palu (8,4 %), Medan (6,4 %), Surabaya (6,3 %), Maluku Utara (5,9 %), Padang (5,5 %), Bandung (5,1 %), Kendari (5 %), Banjarmasin (4,3 %), Yogyakarta (4,1 %), dan Pontianak (4,3 %), belum lagi Jakarta yang tidak dimasukkan dalam survei ini. Yang lebih mengejutkan, adalah biaya ekonomi terbesar di sepuluh kota itu, justru untuk pembelian narkoba, yang mencapai Rp 3,6 triliun, mayoritas penggunaanya adalah remaja, bahkan usia termudanya adalah umur 7 tahun. Penelitian lain dari LSM Partisan terhadap narapidana di 4 penjara di Jakarta dan sekitarnya, menunjukkan bahwa 60 % atau 6.180

dari 10.300 narapidana itu terkait secara langsung atau tidak langsung dengan kasus narkoba bahkan berpotensi relatif tinggi terjangkit HIV/AIDS. (Republika, 30 November 2005). Berdasarkan data UN-AIDS (United Nation for AIDS), Indonesia termasuk negara paling cepat penyebaran AIDS. Data ini diperkuat oleh data Komisi Penanggulangan AIDS Nasional, bahwa hingga medio 2005, di Indonesia terdapat 7.098 orang penderita HIV dan setengahnya positif mengidap AIDS. Jumlah tersebut tersebar di 31 provinsi; Jawa Barat, tertinggi, (57 AIDS dan 12 HIV), Papua (19 AIDS dan 1 HIV), Sumatra Utara (19 AIDS), Jawa Timur (15 AIDS), dan DKI Jakarta (10 AIDS) (Pikiran Rakyat, 1 Desember 2005).

Fenomena mengerikan itu ternyata banyak terjadi pada kalangan remaja. Mengapa remaja? Secara psikologis, masa remaja merupakan masa yang begitu unik, penuh teka-teki, dilematis dan sangat rentan. Unik karena pertumbuhannya banyak dipengaruhi oleh lingkungan sekitarnya sehingga karakter mereka berbeda-beda. Penuh teka-teki karena kepribadian mereka susah ditebak. Dilematis karena masanya merupakan peralihan dari masa anak-anak menuju usia dewasa sehingga cenderung coba-coba. Dan sangat rentan karena selalu berorientasi pada popularitas secara menggiatkan dan instan.

Bila fenomena mengerikan itu tak segera disikapi dengan cepat dan tepat, dan remaja dibiarkan berkembang sendiri tanpa arahan yang benar, apa jadinya masa depan mereka kelak? Tentunya berbagai generasi timpang akan bermunculan; pejabat korup, penindas, penipu, bandar judi, germo, pengedar miras dan narkoba, pemimpin perusahaan yang kejam, anggota masyarakat tak bermoral, dan profesi lain yang merugikan publik.

Orangtua atau guru mana pun pasti menginginkan anaknya menjadi saleh; tidak berperilaku dan berprofesi seperti di atas. Sebab, pada hakikatnya anak adalah investasi masa depan, baik di dunia maupun di akhirat. Tentu saja, hal itu sangat bergantung pada sikap orangtua, terutama pada masa remajanya; apakah orangtua atau guru memahami liku-liku

perkembangan mereka? Apakah orangtua atau guru mengetahui problema mereka, cara mengatasinya, dan melaksanakannya dengan baik dan benar? Apakah suasana rumah tangga/sekolah cukup harmonis hingga membuat mereka hidup tenang dan damai?

Atas dasar itu, pengetahuan yang komprehensif tentang dunia remaja sangatlah membantu orangtua atau guru sebagai penanggung jawab pendidikan, dalam menjaga, membimbing, dan menghantarkan anak remajanya pada masa depannya yang cerah dan menjadi harapan semua, dan potret buruk dunia remaja saat ini pun bisa diminimalisasi, bahkan dapat dihindarkan sama sekali, sesibuk apa pun orangtua bekerja.

Buku ini, berisi pengenalan yang komprehensif tentang fenomena perkembangan remaja, berbagai problema yang menyimpannya, cara tepat dan konkret mengatasinya; dari masalah belajarnya di rumah dan sekolah, pergaulannya dengan teman-temannya sampai kecenderungan seksualnya. Diharapkan, buku ini menjadi masukan produktif dan korektif bagi pemegang kebijakan dan praktisi pendidikan usia remaja, baik pada jalur pendidikan formal (SMP/MTS, SMA/MA, SMK/MAK), jalur pendidikan nonformal (Lembaga-lembaga kursus) maupun jalur pendidikan informal (pendidikan keluarga (khususnya orangtua) atau pendidikan yang diselenggarakan oleh lingkungan).

Kepada istri dan anak-anak tercinta; Fuji Dian Salehah A, Muhammad Al-Faiz A, dan Fidia Haulah Mutmainnah A, yang telah meringankan penggarapan buku ini, saya ucapkan banyak terima kasih. Demikian pula kepada penerbit Pustaka Setia yang telah menerbitkan buku ini. *Jazahumullahu khairal jaza*. Semoga, remaja kita menjadi generasi yang saleh, sebagaimana harapan semua.

18 Pebruari 2006

Daftar isi



PENGANTAR PENULIS -- 5

DAFTAR ISI -- 9

BAB I : MASA PUBER -- 17

1. Apa yang Terjadi pada Masa Puber? -- 18
2. Ciri Masa Puber -- 19
 - a. Masa transisi dan tumpang tindih -- 19
 - b. Masa yang relatif singkat -- 20
 - c. Bertahap -- 20
 - d. Masa pertumbuhan dan perubahan yang pesat -- 21
 - e. Masa negatif -- 22
 - f. Bisa terjadi kapan saja -- 23
3. Beberapa Kriteria Masa Puber -- 23
4. Apa Saja Penyebab Masa Puber? -- 24
5. Perkembangan Fisik Masa Puber -- 26
 - a. Perubahan ukuran tubuh -- 26
 - b. Perubahan bentuk tubuh -- 27
 - c. Perubahan ciri-ciri seks -- 28
 - d. Beberapa pengaruh perubahan masa puber -- 31
 - 1) Pengaruh pada kondisi fisik -- 31

- 2) Pengaruh pada sikap dan tingkah laku -- 32
- 3) Pengaruh pada kematangan -- 35
 - a) Matang lebih awal vs matang terlambat -- 35
 - b) Cepat matang vs lambat matang -- 37
- e. Hal-hal yang mengkhawatirkan -- 38
 - 1) Dari mana saja timbulnya kekhawatiran? -- 38
 - 2) Kekhawatiran terhadap kenormalan -- 38
 - 3) Kekhawatiran terhadap tuntutan seks -- 40
 - 4) Dua bahaya yang mungkin menimpa masa puber -- 40
 - a) Bahaya fisik -- 42
 - b) Bahaya psikologis -- 43
 - 5) Masa puber pun bisa tidak bahagia -- 49
 - a) Jenis-jenis ketidakbahagiaan masa puber -- 51
 - b) Ketidakbahagiaan masa puber itu masalah yang serius -- 52

BAB II : REMAJA: MASA YANG PERLU DIPAHAMI DENGAN BENAR -- 55

1. Apakah Fase Remaja itu? -- 55
2. Persepsi Umum tentang Remaja -- 56
3. Potensi Remaja -- 57
4. Bagaimana Memahami Remaja -- 58
5. Apa Saja yang Perlu Dipahami dari Remaja? -- 58

BAB VIII : BATASAN USIA DAN CIRI-CIRI REMAJA -- 59

1. Batasan Usia Masa Remaja -- 59
2. Apa yang Terjadi pada Tahun Masa Remaja? -- 62
3. Ciri-Ciri Umum Masa Remaja -- 63
 - a. Masa yang penting -- 63
 - b. Masa transisi -- 63
 - c. Masa perubahan -- 64
 - d. Masa bermasalah -- 65
 - e. Masa pencarian identitas -- 65

- f. Masa munculnya ketakutan -- 66
 - g. Masa yang tidak realistik -- 67
 - h. Masa menuju masa dewasa -- 67
4. Ciri-Ciri Khas Remaja Awal -- 68
- a. Tidak stabilnya emosi -- 69
 - b. Lebih menonjolnya sikap dan moral, terutama menjelang akhir remaja awal -- 69
 - c. Mulai sempurnanya kemampuan mental dan kecerdasan -- 69
 - d. Membingungkannya status -- 69
 - e. Banyaknya masalah yang dihadapi -- 70
 - f. Masa yang kritis -- 70
5. Ciri-Ciri Khas Remaja Akhir -- 71
- a. Mulai stabil -- 71
 - b. Lebih realistis -- 72
 - c. Lebih matang menghadapi masalah -- 73
 - d. Lebih tenang perasaannya -- 73

BAB IV : PERTUMBUHAN DAN PERKEMBANGAN REMAJA -- 75

1. Makna Pertumbuhan dan Perkembangan -- 75
2. Pertumbuhan dan Perkembangan Fisik -- 78
 - a. Pertumbuhan dan perkembangan fisik remaja secara umum -- 78
 - 1) Perubahan fisik yang variatif -- 80
 - 2) Pengaruh perubahan fisik -- 81
 - 3) Perubahan fisik yang mengkhawatirkan -- 81
 - 4) Peran seks -- 82
 - 5) Pengaruh penggolongan seks -- 84
 - 6) Bahaya fisik yang mungkin timbul -- 86
 - b. Pertumbuhan dan perkembangan fisik remaja awal -- 87
 - 1) Pertumbuhan kelenjar-kelenjar seks dan perkembangan seksual -- 87
 - 2) Pertumbuhan otak dan perkembangan kemampuan pikir -- 90

- c. Pertumbuhan dan perkembangan fisik remaja akhir -- 93
 - 1) Kurang perhatian tersendiri -- 93
 - 2) Lanjutan pertumbuhan dan perkembangan -- 93
 - 3) Pertumbuhan dan perkembangan fisik -- 93
 - 4) Pertumbuhan kelenjar-kelenjar seks dan perkembangan seksual -- 95
 - 5) Pertumbuhan otak dan perkembangan kemampuan pikir -- 97
- 3. Pertumbuhan dan Perkembangan Emosi Remaja -- 99
 - a. Pertumbuhan dan perkembangan emosi remaja secara umum -- 99
 - 1) Kematangan emosi -- 100
 - 2) Beberapa minat remaja -- 101
 - a) Minat rekreasi -- 102
 - b) Minat sosial -- 102
 - c) Minat pribadi -- 102
 - d) Minat terhadap pendidikan -- 104
 - e) Minat terhadap pekerjaan -- 105
 - f) Minat terhadap agama -- 107
 - g) Minat terhadap hal simbolik -- 108
 - b. Pertumbuhan dan perkembangan emosi remaja awal -- 110
 - 1) Pola emosi pada awal masa remaja -- 110
 - 2) Pertumbuhan dan perkembangan sikap, perasaan atau emosi -- 110
 - 3) Perkembangan minat atau cita-cita -- 113
 - c. Pertumbuhan dan perkembangan emosi remaja akhir -- 117
 - 1) Pertumbuhan dan perkembangan sikap, perasaan/ emosi -- 117
 - 2) Perkembangan minat/cita-cita -- 118
- 4. Pertumbuhan dan Perkembangan Kepribadian dan Sosial -- 121
 - a. Pertumbuhan dan perkembangan kepribadian dan sosial remaja secara umum -- 121

- 1) Perubahan kepribadian -- 121
 - 2) Berusaha memperbaiki kepribadian -- 122
 - 3) Proses penyesuaian pribadi dan sosial -- 122
 - 4) Dipengaruhi kelompok sebaya -- 123
 - 5) Perubahan dalam perilaku sosial -- 126
 - 6) Pengelompokan sosial baru -- 127
 - 7) Nilai baru dalam memilih teman -- 130
 - 8) Nilai baru dalam penerimaan sosial -- 132
 - 9) Nilai baru dalam memilih pemimpin -- 135
- b. Pertumbuhan dan perkembangan kepribadian dan sosial remaja awal -- 136
 - c. Pertumbuhan dan perkembangan kepribadian dan sosial remaja akhir -- 137
5. Pertumbuhan dan Perkembangan Moral -- 138
 - a. Pertumbuhan dan perkembangan kepribadian dan sosial remaja secara umum -- 138
 - 1) Perubahan konsep moral -- 139
 - 2) Kata hati yang mengendalikan tingkah laku -- 141
 - 3) Minat dan perilaku seks -- 142
 - 4) Perkembangan heteroseksual -- 142
 - b. Pertumbuhan dan perkembangan moral remaja awal -- 146
 - c. Pertumbuhan dan perkembangan moral remaja akhir -- 146

BAB V : TUGAS-TUGAS PERKEMBANGAN REMAJA DAN PEMENUHANNYA -- 149

1. Latar Belakang dan Makna Tugas-Tugas Perkembangan Remaja -- 149
2. Tugas-Tugas Perkembangan Manusia pada Umumnya -- 150
3. Tugas-Tugas Perkembangan Remaja pada Umumnya -- 152
4. Tugas-Tugas Perkembangan Remaja Awal -- 155
5. Pemenuhan Tugas-Tugas Perkembangan Remaja -- 156
6. Tugas-Tugas Perkembangan dan Pemenuhannya dalam Kehidupan Sosial -- 159

BAB VI : REMAJA MEMILIKI KEBUTUHAN TERSENDIRI -- 165

1. Proses Kerja dan Peranan Kebutuhan -- 165
2. Kebutuhan sebagai Penentu Pola Tingkah Laku Manusia -- 166
3. Kebutuhan Remaja Secara Umum -- 171
4. Kebutuhan Remaja yang Berkaitan dengan Kesehatan Mental di Sekolah -- 175
5. Kebutuhan Khas Remaja dan Urgensi Memenuhinya -- 183

BAB VII : REMAJA BERMASALAH DAN KESEHATAN JIWANYA -- 187

1. Remaja yang Bermasalah -- 187
2. Remaja yang Bahagia -- 193
3. Remaja dan Keluarganya -- 197
4. Perselisihan Keluarga dan Pengaruhnya pada Remaja -- 198
 - a. Keluarga yang otoriter -- 198
 - b. Keluarga yang terlalu toleran -- 199
 - c. Keluarga yang demokratis -- 199
5. Faktor-Faktor Lingkungan yang Memengaruhi Remaja -- 200
 - a. Suasana keluarga -- 201
 - b. Kondisi sosial ekonomi keluarga -- 203
 - c. Posisi remaja dalam keluarga -- 203
 - d. Perbedaan jenis kelamin -- 205

BAB VIII : UPAYA MENUMBUHKEMBANGKAN POTENSI REMAJA -- 207

1. Upaya Menumbuhkembangkan Fisik Remaja -- 207
2. Upaya Menumbuhkembangkan Emosi Remaja -- 209
3. Upaya Menumbuhkembangkan Sosial Remaja -- 212
4. Upaya Menumbuhkembangkan Moral Remaja -- 213
5. Upaya Menumbuhkembangkan Bakat Remaja -- 214
6. Upaya Menumbuhkembangkan Kemandirian Remaja -- 214
7. Upaya Menumbuhkembangkan Bahasa Remaja -- 215

8. Upaya Menumbuhkembangkan Kebutuhan Remaja -- 216
9. Upaya Menumbuhkembangkan Tugas-Tugas Remaja -- 216
10. Upaya Menumbuhkembangkan Penyesuaian Diri Remaja -- 217

DAFTAR PUSTAKA -- 219





Masa Puber

.....

Hurlock berpendapat bahwa masa puber adalah fase dalam rentang perkembangan ketika anak-anak berubah dari makhluk aseksual menjadi makhluk seksual. Adapun Root berpendapat, "Masa puber adalah suatu tahap dalam perkembangan saat terjadi kematangan alat-alat seksual dan tercapai kemampuan reproduksi. Tahap ini disertai dengan perubahan-perubahan dalam pertumbuhan somatis dan perspektif psikologis."

Secara etimologis, pubertas berasal dari bahasa Latin yang berarti "usia kedewasaan". Kata ini lebih mengindikasikan pada perubahan fisik daripada perubahan perilaku yang terjadi ketika individu secara seksual menjadi matang dan mampu memberikan keturunan.

Selama berabad-abad, mayoritas orang primitif mengenal masa puber sebagai masa yang penting dalam rentang kehidupan setiap orang. Terjadinya perubahan-perubahan tubuh pada seorang menunjukkan anak tersebut siap melangkah dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Begitu anak laki-laki dan perempuan mampu melewati beragam ujian dari semua ritual masa puber, mereka mendapatkan hak dan

keistimewaan sebagai orang dewasa dan diharapkan mampu mengemban tanggung jawab.

Menurut orang-orang Yunani kuno, masa puber adalah masa munculnya perubahan-perubahan fisik dan perilaku. Aristoteles berkata, "Sebagian besar laki-laki mulai memproduksi sperma setelah usia 14 tahun. Pada saat yang sama rambut kemaluan mulai tumbuh. Pada saat yang sama payudara wanita mulai membesar dan haid mulai mengalir. Cairan haid menyerupai darah segar. Pada umumnya haid terjadi bilamana payudara sudah tumbuh setinggi dua jari."

Berkaitan dengan perubahan-perubahan perilaku, Aristoteles menjelaskan bahwa anak perempuan yang sedang mengalami masa puber menjadi mudah marah, penuh gairah, sangat rajin. Akibat perkembangan dorongan-dorongan seksualnya, ia memerlukan pengawasan.

Masa ini disebut sebagai masa yang sulit karena anak memasuki tahap baru dalam kehidupannya. Di sinilah peran orangtua dan guru sangat penting untuk memahami mereka.

1. Apa yang Terjadi pada Masa Puber?

Hurlock mencatat bahwa di Amerika, sekitar 50% anak perempuan telah matang pada usia antara 12,5 dan 14,5 tahun, dengan kematangan rata-rata berusia 13 tahun, sedangkan anak laki-laki yang telah matang secara seksual rata-rata berusia antara 14 dan 16,5 tahun. 50% anak laki-laki yang matang antara 14 dan 15,5 tahun dan 50% kelompok terbesar merata antara anak yang matang lebih dulu dan matang setelah usia rata-rata, yaitu yang disebut cepat matang dan lambat matang.

Perbedaan seks antara usia 12 dan 14 tahun sangat menonjol, dengan kenyataan bahwa anak perempuan lebih matang daripada anak laki-laki. Perbedaan ini tampak dalam tubuh yang lebih besar dan lebih matang, dan perilaku yang lebih matang, lebih agresif, dan lebih sadar diri.

Hurlock menambahkan bahwa anak laki-laki dan anak perempuan di Amerika Serikat mencapai masa puber lebih

cepat daripada generasi yang lalu, sebagaimana yang terjadi di Eropa, terutama di negara Skandinavia. Alasannya adalah kesehatan, perawatan kedokteran sebelum dan sesudah kelahiran, serta gizi yang lebih baik.

Perlu waktu sekitar 3 tahun bagi anak perempuan untuk menjadi matang secara seksual dan 2 sampai 4 tahun bagi anak laki-laki. Pada anak laki-laki, diperlukan sekitar 1 sampai 2 tahun untuk perubahan awal dari keadaan aseksual menjadi seksual, tahap prapuber, dan diperlukan 1 sampai 2 tahun untuk menyelesaikan perubahan setelah matangnya organ-organ seks.

Anak yang pesat matang mempunyai kecepatan pertumbuhan yang lebih pesat, periode pertumbuhan dan periode berhentinya pertumbuhan pun lebih cepat, ia mencapai kedewasaan dengan sangat cepat. Perkembangan organ seks dan ciri-ciri seks sekunder yang dini dan perkembangan tulang pun lebih cepat dari rata-rata.

Usia dan tingkat kematangan seorang individu tidak selalu sama meskipun dalam satu keluarga, sebagaimana dijelaskan oleh Johnston, "Waktu yang menguasai proses perkembangan anak-anak adalah waktu individual."

2. Ciri Masa Puber

Masa puber adalah masa yang unik dan khusus yang ditandai oleh berbagai ciri tersendiri dari perubahan perkembangan yang tidak muncul pada tahap-tahap lainnya. Di antara ciri-ciri yang terpenting adalah berikut ini.

a. Masa transisi dan tumpang tindih

Masa puber merupakan periode transisi dan tumpang tindih. Dikatakan transisi sebab pubertas berada dalam peralihan antara masa kanak-kanak dengan masa remaja. Tumpang tindih sebab beberapa ciri biologis-psikologis kanak-kanak masih dimilikinya, sementara beberapa ciri remaja juga dimilikinya. Jadi, masa puber meliputi tahun-tahun akhir masa

kanak-kanak dan tahun-tahun awal masa remaja. Menjelang anak matang secara seksual, ia masih disebut "anak puber". Begitu matang secara seksual, ia disebut "remaja" atau "remaja muda."

b. Masa yang relatif singkat

Dilihat dari beragamnya perubahan yang terjadi di dalam maupun luar fisik, masa puber merupakan masa yang relatif singkat; yaitu sekitar 2 sampai 4 tahun. Anak yang mengalami masa puber selama 2 tahun atau kurang dianggap sebagai anak yang "cepat matang," sedangkan anak yang membutuhkan 3 sampai 4 tahun untuk merampungkan masa transisi menuju dewasa dianggap sebagai anak yang "lambat matang." Tidak sedikit anak perempuan yang cenderung lebih cepat matang daripada anak laki-laki, meskipun masih ada perbedaan yang menonjol.

c. Bertahap

Kendati relatif singkat, masa puber terjadi secara bertahap, yaitu tahap prapuber, tahap puber, dan tahap pascapuber. Adapun waktu dan ciri-ciri tahapan adalah:

Tahap prapuber

Tahap ini disebut juga tahap pematangan, yaitu pada 1 atau 2 tahun terakhir masa kanak-kanak. Pada masa ini anak dianggap sebagai "prapuber", sehingga ia tidak disebut seorang anak dan tidak pula seorang remaja. Pada tahap ini, ciri-ciri seks sekunder mulai tampak, namun organ-organ reproduksinya belum berkembang secara sempurna.

Tahap puber

Tahap ini disebut juga tahap matang, yaitu terjadi pada garis pembagi antara masa kanak-kanak dan masa remaja. Pada tahap ini, kriteria kematangan seksual mulai muncul. Pada anak perempuan terjadi haid pertama (*menarcho*) dan pada anak laki-laki terjadi mimpi basah pertama kali mimpi

polusi (*nocturnal emissions*). Pada tahap ini, ciri-ciri seks sekunder semakin berkembang dan sel-sel diproduksi dalam organ-organ seks.

Tahap pascapuber

Tahap ini menyatu dengan tahun pertama atau kedua masa remaja. Pada tahap ini, ciri-ciri seks sekunder sudah berkembang baik dan organ-organ seks pun berfungsi secara matang.

d. Masa pertumbuhan yang pesat

Dibanding dua masa sebelumnya, yaitu masa pranatal dan masa kehidupan pertama saat bayi tumbuh pesat, masa puber merupakan masa pesatnya pertumbuhan dan mencoloknya perubahan dalam proporsi tubuh.

Pesatnya berbagai perubahan itu memunculkan keraguan, perasaan tidak mampu dan tidak aman, dan sering menimbulkan tingkah laku yang kurang baik. Dunbar berpendapat, "Selama perubahan ini, anak yang sedang berkembang mengalami berbagai perubahan dalam tubuh, perubahan dalam status termasuk penampilan, pakaian, milik, jangkauan pilihan, dan perubahan dalam sikap terhadap seks dan lawan jenis. Kesemuanya meliputi hubungan orangtua-anak yang berubah dan perubahan dalam peraturan-peraturan yang dikenakan kepada remaja."

Pesatnya pertumbuhan dan perkembangan itu terjadi berbarengan dengan berbagai perubahan pada masa puber lainnya. Pesatnya pertumbuhan terjadi selama 1 atau 2 tahun sebelum aspek seksualnya matang dan terus berlangsung selama 6 bulan sampai 1 tahun kemudian. Dengan demikian, pesatnya pertumbuhan itu terjadi hampir 3 tahun; berarti 2,5 tahun lebih lama dari masa "bayi tumbuh pesat" yang hanya terjadi kurang dari setengah tahun.

Para psikolog sepakat bahwa pertumbuhan pesat bagi anak perempuan terjadi pada rentang usia 8,5 dan 11,5

tahun, dengan puncak rata-rata pada usia 12,5 tahun. Kemudian, tingkat pertumbuhan mulai menurun dan berhenti secara berangsur-angsur antara usia 17 dan 18 tahun. Bagi anak laki-laki, pertumbuhan pesat mulai terjadi pada rentang usia 10,5 dan 14,5 tahun, dan puncaknya terjadi antara 14,5 dan 15,5 tahun, selanjutnya menurun secara berangsur-angsur sampai usia 20 tahun atau 21 tahun.

Pesatnya pertumbuhan dan perkembangan itu, sebagiannya bergantung pada faktor keturunan yang memengaruhi kelenjar-kelenjar endokrin, dan sebagian lagi bergantung pada faktor lingkungan. Dan faktor lingkungan yang paling penting adalah gizi. Akibat buruknya gizi pada masa kanak-kanak adalah kurangnya produksi hormon pertumbuhan, sebaliknya gizi yang baik pada masa kanak-kanak akan memperbanyak hormon. Selain itu, gangguan emosional juga bisa memengaruhi pertumbuhan karena berakibat pada berlebihannya produksi *adrenal steroid* yang akan merugikan pertumbuhan hormon.

Anak-anak yang menderita jika pesatnya pertumbuhan masa puber bergantung pada penyakit, gizi buruk, atau ketegangan emosi akan mengalami penundaan penyatuan tulang-tulang sehingga tinggi tubuhnya tidak sempurna. Jika gangguan itu diketahui dan segera diatasi, proses pertumbuhannya dapat lebih cepat sampai 3 atau 4 kali lipatnya, dan kecepatan ini pun akan terus berlangsung sampai anak mencapai batas potensial bawaannya.

e. Masa negatif

Charlotte Buhler menyebut masa puber sebagai fase negatif karena periode ini berlangsung singkat dan terjadi sifat-sifat negatif yang belum terlihat dalam masa kanak-kanak.

Pendapat itu dapat dibuktikan sebab sikap dan perilaku negatif memang menjadi ciri awal masa puber, dan akan berakhir jika individu sudah matang secara seksual. Bukti lainnya adalah perilaku khas dari fase negatif masa puber

pada anak perempuan memang lebih menonjol daripada anak laki-laki.

f. Bisa terjadi kapan saja

Masa puber bisa terjadi kapan saja. Di Amerika, anak perempuan berusia 13 tahun sudah matang secara seksual, sedangkan pada anak laki-laki pada usia 14 tahun. Ini berarti kematangan seksual anak perempuan lebih singkat daripada anak laki-laki.

Bervariasinya usia kematangan masa puber akan mendatangkan beragam masalah pribadi maupun sosial, baik bagi anak laki-laki maupun anak perempuan. Perbedaan waktu kematangan inilah yang membuat masa puber menjadi sulit dipahami, meskipun hanya terjadi dalam waktu yang relatif singkat.

Pada masa puber, seorang anak dipersiapkan untuk mampu menjadi individu yang mampu mengemban tugas biologis berupa kegiatan berkembang biak. Untuk melaksanakan tugasnya itu, periode ini dibekali dengan perubahan-perubahan biologis, seperti mulai bekerjanya organ-organ reproduktif disertai perubahan-perubahan psikologis tertentu.

Seperangkat ciri dan gejala masa puber di atas merupakan sinyal-sinyal peringatan bagi orang tua dan guru bahwa si anak telah memasuki masa remaja. Dengan melihat sinyal-sinyal dimaksud, orangtua dan guru harus memberikan pengertian, penerimaan dan pemahaman kepada anak agar ia siap menghadapi keunikan remaja.

3. Beberapa Kriteria Masa Puber

Haid pertama menunjukkan kematangan seksual anak perempuan, namun ia bukan perubahan fisik pertama dan terakhir yang terjadi selama masa puber. Semua organ-organ seks dan ciri-ciri seks sekunder sudah berkembang, namun belum matang. Lebih tepatnya haid dianggap sebagai kriteria titik tengah masa puber.

Adapun pada anak laki-laki, gejala yang menunjukkan terjadinya masa puber adalah mimpi basah. Saat tidur, terkadang penis menjadi tegang, dan bibit cairan yang mengandung sperma dipancarkan. Gejala ini adalah normal bagi organ reproduksi laki-laki, tetapi tidak semua anak laki-laki mengalami dan menyadarinya.

Sedikitnya, ada dua cara untuk mengetahui awal masa puber, yaitu analisis medis pada air seni dan bagian tubuh. Air seni anak laki-laki yang pertama di pagi hari merupakan cara yang efektif untuk menentukan kematangan seksualnya. Demikian pula air seni anak wanita yang menentukan ada tidaknya estrogen, yaitu hormon gonadotropik wanita.

Bagian tubuh yang dapat mengindikasikan awal masa puber adalah terutama tangan dan lutut. Dari kedua bagian tubuh ini dapat diketahui apakah masa puber sudah mulai dan menunjukkan kemajuan pubertas. Analisis ini dilakukan melalui sinar-X yang dianggap sebagai metode yang dapat dipercaya untuk menentukan kematangan seksual. Sekalipun demikian, metode ini tidak mungkin digunakan secara luas dan mudah.

4. Apa Saja Penyebab Masa Puber

Terjadinya perubahan fisik pada masa puber masih merupakan teka-teki sampai sekarang. Memang telah banyak riset dilakukan tentang penyebab masa puber, tetapi para ahli endokrinologi belum mampu menjelaskan keberagaman masa puber dalam waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan perubahan-perubahan tersebut.

Berbagai riset medis menemukan bahwa sebelum anak matang secara seksual, pengeluaran hormon-hormon seks, baik pada anak laki-laki maupun anak perempuan, jarang terjadi. Akan tetapi, dengan semakin meningkatnya jumlah hormon yang dikeluarkan, struktur dan fungsi organ-organ seks pun akan semakin matang. Hubungan yang erat antara kelenjar

pituitary yang ada pada dasar otak telah terbentuk bersamaan dengan gonad (bibit atau sperma) atau kelenjar seks. Gonad laki-laki adalah testes dan gonad wanita adalah telur.

Jadi, ada tiga hal yang menjadi penyebab masa puber; yaitu peran kelenjar pituitary, peranan gonad, dan interaksi kelenjar pituitary dan gonad. Ketiga hal ini dinamai Hurlock dengan 'kondisi-kondisi yang menyebabkan perubahan masa puber'.

❖ *Peran Kelenjar Pituitary*

Kelenjar pituitary memproduksi dua hormon; hormon pertumbuhan yang berpengaruh dalam menentukan besarnya individu, dan hormon gonadotrofik yang merangsang gonad untuk meningkatkan aktivitasnya. Sebelum datangnya masa puber, jumlah hormon gonadotrofik bertambah secara bertahap, demikian pula kepekaan gonad terhadap hormon gonadotrofik. Dalam kondisi itulah terjadinya perubahan-perubahan pada masa puber.

❖ *Peranan Gonad*

Seiring pertumbuhan dan perkembangan gonad, bertambah besarlah organ-organ seks—yaitu ciri-ciri seks primer—dan fungsinya pun menjadi matang. Begitu pula ciri-ciri seks sekunder, seperti berkembangnya rambut kemaluan.

❖ *Interaksi Kelenjar Pituitary dan Gonad*

Hormon yang diproduksi gonad, yang telah dirangsang oleh hormon gonadotrofik yang diproduksi oleh kelenjar pituitary, kemudian bereaksi terhadap kelenjar ini dan secara berangsur-angsur mengakibatkan penurunan jumlah hormon pertumbuhan yang diproduksi sehingga menjadikan proses pertumbuhan terhenti. Interaksi antara hormon gonadotrofik dan gonad terus berlangsung sepanjang kehidupan reproduksi individu, kemudian berkurang secara perlahan saat laki-laki mendekati *climacteric* dan wanita mendekati *menopause*.

5. Perkembangan Fisik Masa Puber

Sepanjang masa puber, terjadi perubahan fisik, yaitu perubahan ukuran tubuh, perubahan bentuk tubuh, dan munculnya ciri-ciri seks.

a. *Perubahan ukuran tubuh*

Perubahan tinggi dan berat badan merupakan perubahan fisik mendasar yang pertama pada masa puber. Hurlock berpendapat bahwa penambahan tinggi badan anak-anak perempuan mencapai rata-rata 3 inci per tahun, dalam tahun sebelum haid, bahkan bisa saja mencapai 5 hingga 6 inci. Adapun dua tahun sebelum haid, peningkatan itu mencapai rata-rata 2,5 inci. Dengan demikian, peningkatan keseluruhan selama dua tahun sebelum haid adalah 5,5 inci. Pascahaid, tingkat pertumbuhan itu menurun sampai kira-kira 1 inci setahun dan berhenti pada saat ia berusia sekitar delapan belas tahun.

Pada anak laki-laki, permulaan periode pesatnya pertumbuhan tinggi tubuh dimulai rata-rata pada usia 13 tahun dan mencapai puncaknya pada usia 14 tahun. Peningkatan tinggi badan paling besar terjadi setahun setelah masa puber. Setelah itu, pertumbuhan menurun sampai usia 20 atau 21 tahun. Lebih lamanya periode pertumbuhan anak laki-laki, menyebabkan tubuhnya lebih tinggi daripada anak perempuan.

Peningkatan berat tubuh bukan hanya disebabkan lemak, tetapi juga semakin bertambah beratnya tulang dan jaringan otot. Pada anak perempuan, peningkatan berat tubuh yang paling besar terjadi sesaat sebelum dan sesudah haid. Setelah itu, penambahan berat tubuh hanyalah sedikit. Adapun pada anak laki-laki, peningkatan berat tubuh maksimum terjadi 1 atau 2 tahun setelah anak perempuan, dan mencapai puncaknya pada usia 16 tahun. Setelah itu, penambahan berat tubuhnya sedikit saja.

Bagi anak laki-laki dan anak perempuan puber, tidaklah aneh bila tampak gemuk pada rentang usia antara 10 dan 12

tahun. Pada awal terjadinya pertumbuhan pesat, lemak cenderung menumpuk, terutama di sekitar perut, puting susu, pinggul, paha, pipi, leher, dan rahang. Biasanya, lemak itu akan hilang dengan sendirinya pada saat akhir masa puber dan pesatnya pertumbuhan tinggi badan.

b. Perubahan bentuk tubuh

Perubahan bentuk tubuh merupakan perubahan fisik mendasar yang kedua. Akibat terjadinya kematangan yang lebih cepat dari daerah-daerah tubuh yang lain, sekarang daerah-daerah tubuh tertentu yang tadinya kecil menjadi besar. Gejala ini tampak jelas pada hidung, kaki, dan tangan. Namun demikian, semua bagian tubuh itu akan mencapai ukuran dewasa — walaupun perubahannya terjadi sebelum akhir masa puber — pada akhir masa remaja.

Bagian bahu dan punggung semakin melebar, pinggang tampak tinggi karena kaki menjadi lebih panjang daripada badan. Selanjutnya bersamaan dengan bertambahnya panjang tubuh, ukuran pinggang pun semakin berkurang. Perlu diketahui bahwa lebar bahu dan pinggul dipengaruhi oleh usia kematangan. Biasanya, anak laki-laki yang kematangannya lebih cepat mempunyai pinggul yang lebih lebar daripada anak perempuan yang tingkat kematangannya lebih lambat.

Sebelum masa puber, tungkai kaki lebih panjang daripada tubuh. Kondisi ini berlangsung hingga sekitar usia 15 tahun. Bagi anak yang kematangannya lambat, pertumbuhan tungkai kaki berlangsung lebih lama daripada anak yang kematangannya cepat, sehingga tungkai kakinya menjadi lebih panjang. Tungkai kaki anak yang kematangannya cepat cenderung pendek dan gemuk, sedangkan tungkai kaki anak yang kematangannya lambat biasanya justru lebih ramping.

Bentuk serupa juga terjadi pada pertumbuhan lengan, yang pertumbuhannya mendahului pertumbuhan tubuh, sehingga kelihatannya terlalu panjang. Sebagaimana halnya pertumbuhan tungkai kaki, pertumbuhan lengan pun dipengaruhi oleh usia. Anak-anak yang kematangannya cepat cenderung

bertangan lebih pendek daripada anak yang kematangannya lambat. Pada saat pertumbuhan lengan dan tungkai kaki hampir sempurna, keseimbangannya dengan tangan dan kaki mulai terlihat baik.

c. Perubahan ciri-ciri seks

1) Seks Primer

Pertumbuhan dan perkembangan ciri-ciri seks primer, yaitu organ-organ seks, merupakan perubahan fisik mendasar yang ketiga. Pada laki-laki, *gonad* atau *testes*, yang ada pada *scrotum*, atau *sac* di luar tubuh, mencapai 10 % ukuran kematangan pada usia 14 tahun. Setelah itu, selama 1 atau 2 tahun baru terjadi pertumbuhan pesat. Selanjutnya, pertumbuhan itu akan menurun. Pada usia 20 atau 21 tahun, testes sudah berkembang secara penuh.

Seperti halnya pertumbuhan *testes* yang pesat, pertumbuhan penis pun meningkat pesat. Diawali dengan penambahan panjang kemudian penambahan besarnya secara berangsur-angsur.

Jika fungsi organ reproduksi laki-laki telah matang, anak laki-laki akan mengalami mimpi basah. Bermimpi tentang seksual yang menggairahkan sehingga kandung kemihnya penuh atau mengalami sembelit. Tidak sedikit anak laki-laki yang belum menyadari hal tersebut hingga melihat bercak-bercak di tempat tidur atau celananya.

Organ-organ reproduksi wanita tumbuh selama masa puber, dengan tingkat kecepatan yang bervariasi. Berat uterus anak belasan atau 12 tahun berkisar 5,3 gram, dan pada usia 16 tahun mencapai rata-rata 43 gram. Pada saat itu, *tuba falopi*, telur-telur, dan vagina juga tumbuh dengan pesat.

Haid dianggap sebagai petunjuk pertama bahwa mekanisme reproduksi anak perempuan menjadi matang. Gejala ini merupakan awal dari serangkaian pengeluaran darah, lendir, dan jaringan sel yang hancur dari uterus secara berkala, dan akan berhenti saat wanita mencapai menopause, yaitu pada usia empat puluhan atau lima puluhan.

Periode haid berlangsung dalam jangka waktu yang sangat tidak teratur, dan lamanya pun bervariasi pada tahun-tahun pertama. Periode ini dinamai tahap kemandulan remaja. Pada tahap ini, ovulasi tidak terjadi, begitu pula pematangan atau pelepasan telur yang matang dari polikel dalam indung telur.

Anak perempuan puber biasanya menjadi lebih gemuk pada usia 16 dan 18 tahun, bertepatan dengan periode kemandulan remaja.

2) *Seks sekunder*

Perkembangan seks sekunder merupakan perubahan fisik mendasar yang keempat. Pada dasarnya, ciri seks ini tidak berkaitan langsung dengan reproduksi, melainkan memunculkan tanda-tanda yang membedakan antara laki-laki dan perempuan. Fenomena seperti ini tidak terjadi pada pertumbuhan organ-organ seks primer yang langsung berkaitan dengan reproduksi, sehingga penampilan tubuh masih seperti anak-anak yang tentunya tidak menimbulkan ada daya tarik seksual. Pada saat ciri-ciri seks sekunder muncul, timbul daya tarik dengan lawan jenis dan gairah seksual.

Ciri-ciri seks sekunder pada wanita antara lain;

1. pinggul yang membesar dan membulat sebagai akibat membesarnya tulang pinggul dan berkembangnya lemak bawah kulit;
2. buah dada dan puting susu semakin tampak menonjol, dan dengan berkembangnya kelenjar susu, payudara menjadi lebih besar dan lebih bulat lagi;
3. tumbuhnya rambut di kemaluan, ketiak, lengan dan kaki, dan kulit wajah. Semua rambut, kecuali rambut wajah mula-mula lurus dan terang warnanya, kemudian menjadi lebih subur, lebih kasar, lebih gelap dan agak keriting;
4. kulit menjadi lebih kasar, lebih tebal, agak pucat dan lubang pori-pori bertambah besar;
5. suara berubah dari suara kanak-kanak menjadi lebih

merdu (melodious), suara serak dan suara yang pecah jarang terjadi;

6. kelenjar keringat lebih aktif, dan kulit lebih menjadi kasar dibanding kulit anak-anak. Sumbatan kelenjar lemak dapat menyebabkan jerawat. Kelenjar keringat di ketiak mengeluarkan banyak keringat dan baunya menusuk sebelum dan selama masa haid;
7. otot semakin kuat dan semakin besar, terutama pada pertengahan dan menjelang akhir masa puber, sehingga memberikan bentuk pada bahu, lengan dan tungkai kaki.

Adapun ciri-ciri seks sekunder pada laki-laki antara lain;

1. otot-otot tubuh, dada, lengan, paha dan kaki tumbuh kuat;
2. tumbuh rambut di daerah alat kelamin yang pada mulanya hanya sedikit dan halus serta berwarna terang lalu menjadi gelap lebih kasar dan agak keriting, juga tumbuh bulu pada betis atau dada;
3. kulit menjadi lebih kasar, tidak jernih, warnanya pucat dan pori-pori meluas;
4. kelenjar lemak atau yang memproduksi minyak dalam kulit semakin membesar dan menjadi lebih aktif, sehingga menimbulkan jerawat. Kelenjar keringat di ketiak mulai berfungsi dan keringat bertambah banyak dengan berjalannya masa puber;
5. terjadi perubahan suara;
6. benjolan-benjolan kecil di sekitar kelenjar susu timbul sekitar usia 12 dan 14 tahun- Ini berlangsung selama beberapa minggu dan kemudian menurun jumlahnya maupun besarnya;

Pada umumnya anak perempuan yang berusia usia 11 atau 12 tahun lebih cepat pertumbuhannya dibanding anak laki-laki sehingga secara tak sadar anak laki-laki merasa iri hati terhadapnya. Alasan inilah yang menjadi penyebab seringnya anak laki-laki menjauhi bahkan memusuhi anak wanita pada usia ini (sex antagonisme). Namun demikian, dalam pertumbuhan biologis lebih lanjut, saat remaja wanita lebih memperlihatkan lekuk tubuhnya yang menarik dan

remaja laki-laki lebih memperlihatkan tubuh kekar, mulailah timbul perasaan saling tertarik antara keduanya, yang dipengaruhi oleh daya tarik seksual atau "sex appeal", sebagaimana dijelaskan sebelumnya.

Sebagian ciri pubertas ditunjukkan dalam sikap, perasaan, keinginan, dan perbuatan-perbuatan. Sikap yang paling menonjol antara lain adalah tidak tenang dan tidak menentu, hal yang dahulu dianggap menarik sekarang tidak lagi, mulai menantang pada orang dewasa atau orangtua, gemar membicarakan orang lain, cepat tersinggung, mudah curiga, dan sebagainya. Selain itu, ingin menangis dan marah meskipun penyebabnya "remeh", memusuhi jenis kelamin lain, bosan terhadap permainan yang pernah disenanginya, ingin menyendiri dan senang melamun tentang dirinya, malas bekerja, tampak selalu lelah, terkadang perilakunya "tidak sopan".

Dari gambaran di atas, dapat diketahui bahwa meskipun berbagai perubahan seks termasuk pertumbuhan dan perkembangan fisik atau biologis, secara langsung maupun tidak langsung, tetap berkaitan erat dengan aspek psikologis.

e. Beberapa pengaruh perubahan masa puber

Di samping memengaruhi semua bagian tubuh, baik internal maupun eksternal, perubahan fisik masa puber juga memengaruhi kondisi fisik dan psikologi remaja. Walaupun berlangsung sementara, pengaruh itu menimbulkan perubahan pada kepribadian, sikap, dan pola tingkah laku.

1) Pengaruh pada kondisi fisik

Pesatnya pertumbuhan dan perubahan-perubahan tubuh cenderung menimbulkan kecapean, kelesuan, dan gejala-gejala buruk lainnya. Dengan semakin bertambahnya tugas-tugas dan tanggung jawab, sedangkan individu tidak dapat melaksanakannya dengan baik, kondisi itu sering semakin memburuk.

Gejala yang sering terjadi antara lain gangguan pencernaan dan kurangnya nafsu makan. Anemia juga sering terjadi akibat kebiasaan makan yang tidak menentu.

Sepanjang periode haid awal, gejala yang sering dialami anak perempuan adalah sakit kepala, sakit punggung, kejang, dan sakit perut yang diiringi pingsan, muntah-muntah, gangguan kulit, pembengkakan tungkai kaki dan pergelangan kaki. Akibatnya, timbullah rasa lelah, tertekan dan gampang marah. Gangguan fisik dan psikologis itu akan hilang dengan sendirinya saat haid datang lebih teratur.

Anak laki-laki maupun perempuan sama-sama mengalami kondisi yang tidak mengenakkan itu. Seberapa sering intens dan beratnya penderitaan itu sangat bergantung pada seberapa cepat perubahan dan kondisi kesehatan pada saat dimulainya masa puber.

2) Pengaruh pada sikap dan tingkah laku

Luasnya pengaruh perubahan fisik masa puber juga berpengaruh pada sikap dan tingkah lakunya. Realita menunjukkan bahwa perubahan sikap dan tingkah lakunya saat itu lebih merupakan akibat dari perubahan sosial daripada akibat perubahan kelenjar yang berpengaruh pada keseimbangan tubuh. Bila orangtua, kakak-adik, guru-guru, dan teman-teman kurang memberikan pengertian dan simpati pada anak puber yang harapan-harapan sosialnya begitu besar, akibat psikologis yang ditimbulkan oleh perubahan-perubahan fisik itu semakin besar.

Secara umum, pengaruh perubahan paling serius dan kuat yang menimpa masa puber adalah sebagai berikut.

❖ *Suka menyendiri*

Terjadinya masa puber menyebabkan remaja menarik diri dari teman-teman dan berbagai aktivitas keluarga, sering bertengkar dengan teman-teman dan anggota keluarga, sering melamun dan mempertanyakan mengapa keinginannya tidak dimengerti dan ia diperlakukan dengan kurang baik.

❖ **Jemu**

Berbagai permainan yang dulu disenangi mulai ditinggalkan karena merasa jemu. Dia juga merasa jemu pada tugas-tugas sekolah, aktivitas sosial dan kehidupan lainnya. Akibatnya, dia malas hingga prestasinya menurun. Semakin seringnya timbul perasaan fisik yang tidak normal pada dirinya, keenggannya untuk berprestasi itu akan menjadi kebiasaannya.

❖ **Inkoordinasi**

Pesatnya pertumbuhan dan ketidakseimbangannya akan memengaruhi pola koordinasi gerak sehingga selama beberapa waktu, anak puber akan merasa janggal dan kaku. Koordinasi itu akan kembali membaik secara bertahap setelah masa puber berakhir.

❖ **Kontradiksi dengan sosial**

Sering kali anak puber kontradiksi dengan orang-orang di sekitarnya, seperti enggan bekerja sama, membantah dan menentang. Antara dua jenis seks yang berlainan sering terjadi permusuhan terang-terangan yang diaplikasikan dalam bentuk kritik dan komentar yang menjatuhkan. Akan tetapi, dia akan kembali menjadi lebih ramah, lebih bekerja sama, dan lebih sabar menghadapi orang lain seiring dengan perkembangan masa puber selanjutnya.

❖ **Beremosi tinggi**

Anak puber cepat murung, khawatir, cemas, marah dan menangis hanya karena hasutan yang sangat kecil. Selama masa pra-haid dan awal periode haid, sensitivitas emosi dan suasana hati yang negatif ini sering terjadi. Hal ini akan berkurang bila kondisi fisiknya semakin matang dan ia telah mampu mengendalikan emosinya.

❖ **Kurang percaya diri**

Rasa percaya diri yang dulu dimiliki anak puber, kini hilang akibat menurunnya daya tahan fisik dan datangnya

kritikan dari teman-teman dan orangtua. Tidak sedikit anak laki-laki dan perempuan yang mengalami perasaan kurang percaya diri ini setelah masa puber.

❖ Sangat sederhana

Pada masa ini, penampilan anak puber menjadi sangat sederhana karena khawatir akan perhatian dan komentar buruk tentang perubahan fisik yang dialaminya.

Pengaruh itu lebih banyak terjadi pada anak perempuan daripada anak laki-laki karena anak perempuan lebih cepat matang daripada anak laki-laki dan banyaknya hambatan sosial yang dibebankan pada tingkah laku anak perempuan ketika ia berusaha membebaskan diri dari beragam batasan.

Mengapa anak laki-laki tidak banyak terpengaruh oleh perubahan-perubahan masa puber seperti halnya anak perempuan? More berpendapat, "Masa puber rupanya lebih merupakan kejadian yang berlangsung secara bertahap. Tidak terjadi secara serentak dengan kepesatan perkembangan seperti yang dialami anak perempuan. Rangsangan yang timbul sama kuatnya atau lebih kuat bagi laki-laki, namun ia mempunyai kesempatan lebih banyak untuk menyesuaikan dirinya."

Dengan lebih dulunya pencapaian masa puber oleh anak perempuan, maka ia lebih cepat menunjukkan tanda-tanda tingkah laku yang mengganggu daripada anak laki-laki. Namun demikian, tingkah laku anak perempuan akan lebih cepat stabil daripada anak laki-laki, dan anak perempuan mulai bertingkah laku seperti sebelum masa puber.

Besar tidaknya pengaruh perubahan masa puber terhadap tingkah laku sangat bergantung pada kemampuan dan kemauan anak puber untuk mengungkapkan kekhawatiran dan kecemasannya kepada orang lain sehingga dia mendapatkan pandangan yang baru yang lebih baik. Dunbar menguatkan, "Reaksi efektif terhadap perubahan, terutama ditentukan oleh kemampuan untuk berkomunikasi. Komunikasi ditunjukkan untuk mengatasi kecemasan yang selalu terjadi disertai tekanan." Anak puber yang sulit berkomunikasi dengan

orang lain akan lebih berperilaku negatif daripada anak yang bisa berkomunikasi.

Timbulnya akibat psikologis lebih disebabkan kebingungan yang bersumber dari harapan sosial orangtua, guru, dan orang lain. Selain itu, tuntutan anak puber untuk melakukan hal-hal yang pantas dengan standar usia mereka. Hal ini terjadi karena kematangan mereka belum siap untuk memenuhi berbagai tuntutan sosial itu sehingga cenderung mengalami masalah. Bila telah mencapai tingkat perkembangan yang sesuai, maka segala tuntutan itu akan mereka anggap relatif mudah.

3) Pengaruh pada kematangan

Pengaruh perubahan fisik paling banyak terjadi pada masa puber, terutama pada anak yang kematangannya menyimpang. Penyimpangan kematangan anak puber tampak pada penyimpangan proses kematangan organ-organ seksnya selama satu tahun atau lebih dari yang normal. Kematangan seksual anak puber yang lebih cepat daripada kelompok seksnya dinamakan "Matang lebih awal" (*early maturers*), sedangkan kematangan seksual anak puber yang lebih lambat dari kelompok seksnya dinamakan "matang terlambat." (*late maturers*). Jika anak puber membutuhkan waktu lebih sedikit dari waktu yang normal untuk menyelesaikan proses kematangannya, anak itu disebut anak yang "cepat matang" (*rapid maturers*), sedangkan bila ia membutuhkan waktu lebih lama dari waktu yang normal disebut "lamban matang" (*slow maturers*).

a) Matang lebih awal vs matang terlambat

Matang lebih awal, sebenarnya menguntungkan bagi anak laki-laki, khususnya di bidang olahraga karena dia dapat meraih status sosial dan kedudukan yang lebih tinggi teman-teman laki-laki, bahkan di hadapan teman-teman perempuan. Buktinya, banyak anak laki-laki yang matang lebih awal diangkat sebagai pemimpin.

Anak laki-laki yang matang terlambat cenderung tegang, gelisah, memberontak dan mencari perhatian. Akibatnya, dia

kurang diperhatikan oleh teman-teman sebayanya dan orang-orang dewasa, sehingga jarang terpilih sebagai pemimpin. Weat Herley berpendapat, "Anak yang matang terlambat harus mengatasi perkembangan tuntutan dari periode sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas dengan pertanggungjawaban yang relatif kecil dan penampilan fisik yang tidak matang. Penampilannya mengundang berbagai reaksi karena penghinaan dan harapan bahwa ia hanya mampu berperilaku tidak matang lagi dan tidak berguna. Reaksi-reaksi ini membentuk lingkungan sosial yang mengakibatkan perasaan yang tidak mampu, tidak aman dan perilaku bertahan "anak kecil". Sekali perilaku ini dimulai ia akan menetap, karena cenderung memperkuat reaksi lingkungan yang negatif yang mula-mula menimbulkannya."

Bila matang lebih awal menguntungkan bagi anak laki-laki, tidak demikian halnya bagi anak perempuan. Anak perempuan yang matang lebih awal berperilaku lebih dewasa dan lebih berpengalaman, tetapi penampilannya terkesan genit. Selain itu, dia juga banyak salah langkah saat bersama teman-temannya dibandingkan dengan anak laki-laki yang matang lebih awal. Tentang masalah-masalah sosial yang mungkin dialami anak perempuan yang matang lebih awal, Jones dan Mussen berpendapat, "Anak perempuan yang matang lebih awal dengan sendirinya mempunyai minat yang lebih matang daripada anak laki-laki dan berbagai kegiatan sosial daripada kelompok usia kronologisnya. Tetapi laki-laki seusianya tidak memberikan reaksi, karena meskipun secara fisiologis, ia lebih cepat setahun atau dua tahun daripada teman-teman perempuan di kelasnya, tetapi ia tiga atau empat tahun lebih cepat dari anak laki-laki—suatu perbedaan tingkat perkembangan yang sangat besar dan mengerikan."

Secara psikologis, anak perempuan yang matang terlambat tidak banyak terbantu dibanding anak laki-laki yang matang terlambat. Perempuan tidak terlalu banyak melibatkan diri untuk mencari status sosial dibandingkan

anak laki-laki. Karena dia menganggap kedua sikap itu relevan dengan peran seksnya sehingga tidak mengganggu statusnya.

b) Cepat matang vs lambat matang

Ada masalah tertentu yang dialami oleh anak yang cepat matang. Berbagai pengaruh perubahan masa puber pada sikap dan perilaku, seperti disebutkan sebelumnya, cenderung berlebihan pada anak yang cepat matang. Hal ini terbukti dengan tidak adanya koordinasi dan janggalnya tingkah laku yang tampak sangat mencolok pada mereka akibat cepatnya pertumbuhan besar tubuh sehingga anak tidak memiliki cukup waktu untuk mengendalikannya. Sebaliknya, perubahan fisik pada anak yang cepat matang justru berjalan amat lambat sehingga anak memiliki cukup waktu untuk belajar mengendalikan perubahan fisiknya sehingga kekakuan atau kecanggungan tidak tampak dalam tingkah lakunya.

Selain itu, perubahan yang dialami anak yang cepat matang cenderung cepat letih dan berprestasi di bawah kemampuannya dalam segala bidang. Akibatnya, prestasinya cenderung rendah. Kondisi ini akan tetap, bahkan berlanjut bila langkah-langkah perbaikan tidak segera dilakukan.

Pada anak yang lambat matang, kecepatan dan kematangan seksual akan berpengaruh buruk. Walaupun secara emosional terkadang terganggu oleh kekakuan dan kejanggalannya, dan walaupun periode tingginya emosi lebih sering terjadi dibandingkan dengan anak yang lambat matang, dia tidak pernah merasa khawatir apakah akan menjadi dewasa atau tidak, karena kedewasaan itu dapat dilihatnya seiring dengan lajunya perkembangan selanjutnya.

Berbeda dengan anak yang lambat matang, yang sering merasa takut apabila tidak akan pernah menjadi dewasa, terlebih lagi bila teman-teman sebayanya telah mendekati kedewasaan sehingga orang-orang dewasa maupun teman-teman sebayanya memperlakukannya seperti anak kecil.

e. Hal-hal yang mengkhawatirkan

1) Dari mana saja munculnya kekhawatiran?

Sikap menerima perkembangan fisik yang baru dan kesadaran adanya ciri-ciri tertentu pada dirinya yang tidak dimiliki dan diubah oleh orang lain adalah salah satu tugas perkembangan untuk menjadi dewasa. Tidak sedikit anak yang baru memasuki masa puber membayangkan penampilan diri yang ideal bila telah dewasa kelak, karena dia jarang mempertimbangkan realitas fisik bawaan. Untuk itu, langkah perubahan terhadap persepsinya itu harus dilakukan.

Mayoritas anak yang baru memasuki masa puber tidak mengetahui berapa lama waktu yang dibutuhkan untuk menjadi matang atau bentuk kematangan apa yang sedang terjadi. Akibatnya, muncullah kekhawatiran bila melihat perubahan fisik yang begitu lambat, sehingga dia ragu apakah mungkin dia akan menjadi orang dewasa kelak. Kekhawatiran itu semakin besar saat berkembangannya kesadaran pentingnya aktualisasi diri dalam kehidupan sosial.

Biasanya, anak khawatir akan bagian fisik yang kelihatan berbeda. Dia melihat bahwa salah satu ciri fisik tertentu sangat kurang, tidak semestinya, atau tidak sesuai dengan kelompok seksnya, dan dia membesar-besarkan keadaan ini. Dalam hal ini, kekhawatiran anak perempuan lebih besar daripada anak laki-laki.

Kekhawatiran anak puber memang banyak, tetapi pada umumnya ada dua jenis, kekhawatiran terhadap kenormalan, dan kekhawatiran terhadap tuntunan seks.

2) Kekhawatiran terhadap kenormalan

Hvighurst berpendapat, "Hanya anak yang aneh yang dalam periode ini tidak merasa khawatir dan mengajukan pertanyaan, Apakah aku normal?" Sebab, semua perubahan yang terjadi pada fisiknya sangat disadarinya dan karena dia pun memiliki persepsi yang pasti tentang penampilan diri kelak. Dia khawatir bila dirinya tidak menarik atau bila penampilannya tidak sesuai dengan yang semestinya.

Adanya perubahan penampilan anak laki-laki dan anak perempuan menimbulkan kekhawatiran tentang kenormalan cir-ciri fisik yang berbeda pula.

Kekhawatiran anak laki-laki, antara lain:

1. *Basah malam.* Bila anak laki-laki tidak diberi tahu tentang hal ini, pengalamannya yang pertama itu dapat membuatnya trauma.
2. *Ciri-ciri seks sekunder.* Lambatnya pertumbuhan rambut wajah, suara yang pecah dan suara yang serak, dan perkembangan otot-otot yang lambat akan banyak mengganggu anak laki-laki;
3. *Kurangnya minat terhadap anak perempuan.* Anak laki-laki akan meragukan kenormalannya bila melihat teman sebayanya yang lebih besar atau yang lebih matang menunjukkan minat kepada anak perempuan.

Kekhawatiran anak perempuan, antara lain:

1. *Haid.* Gejala ini sering menjadi pengalaman yang traumatis, khususnya bila diiringi muntah-muntah dan kekejangan organ tubuh. Tidak sedikit anak yang khawatir bahwa banyak mengeluarkan darah akan berakibat pada kematian. Ada pula yang khawatir bila gejala kejang-kejang, sakit kepala, dan sakit punggung yang sering terjadi selama masa haid merupakan indikasi ketidaknormalannya.
2. *Ciri-ciri seks sekunder.* Anak perempuan akan mengkhawatirkan penampilannya bila perkembangan payudara awal berbentuk kerucut. Dia juga mengkhawatirkan pinggulnya, jangan-jangan menjadi terlampau besar untuk ukuran tubuhnya dan tumbuhnya kumis atau jenggot pada wajahnya.
3. *Kurangnya daya tarik seksual.* Tidak sedikit anak perempuan yang khawatir, apabila dia tidak dapat membuat laki-laki tertarik dan menyenangnya.

Adapun kekhawatiran yang dirasakan dan dialami oleh anak laki-laki dan anak perempuan, antara lain:

1. *Organ-organ seks.* Anak puber sering khawatir bila organ-organ seksnya yang membesar akan terlihat melalui pakaian atau bila keluarnya haid dan basah malam akan meninggalkan bekas pada pakaiannya.
2. *Disproporsi tubuh.* Ciri-ciri awal masa puber, seperti tangan, kaki dan hidung yang besar, lengan dan tungkai kaki yang panjang, bahu yang kecil dan mungkin dagu yang masuk ke dalam akan membuat anak puber khawatir tentang kenormalan tubuhnya.
3. *Kecanggungan.* Adanya rasa canggung dan kaku pada anak puber menyebabkan dia merasa akan khawatir karena keterampilan yang telah dimiliki sebelumnya dianggapnya hilang. Bila kecanggungannya itu terus dicemooh atau dikomentari, kekhawatiran itu akan semakin meninggi.
4. *Usia kematangan.* Anak yang matang lebih awal akan merasa minder, sedangkan anak yang matang terlambat akan malu karena tubuhnya yang belum berkembang dan khawatir akan kurangnya minat terhadap hal-hal yang sangat diminati oleh teman-teman sebayanya yang lebih matang.
5. *Masturbasi.* Ketegangan dan ketidaknyamanan akibat perkembangan organ-organ seks sering menyebabkan anak memegang organ tersebut. Mayoritas anak-anak diberi tahu bahwa masturbasi termasuk tindakan yang salah sehingga mereka merasa bersalah dan menjadi malu. Bila mendengar berbagai kisah masturbasi yang berakibat pada kegilaan, contohnya, kekhawatiran anak puber akan semakin meninggi.

3) Kekhawatiran terhadap tuntutan seks

Anak laki-laki dan anak perempuan telah digolongkan secara seksual sedemikian rupa sejak awal masa kanak-kanak sehingga masing-masing mempunyai tipe yang jelas tentang maskulin dan feminin. Konsep yang membentuk kedua tipe ini mereka saksikan dari film-film, acara-acara televisi, buku-

buku yang mereka baca, dan dari pengamatan terhadap orang-orang dewasa.

Meskipun kekhawatiran terhadap tuntutan seks itu dialami oleh setiap anak puber, hal itu hampir bersifat umum.

Selama pertumbuhan pesat masa puber, peningkatan ukuran fisik yang tiba-tiba akan cenderung mengganggu anak perempuan karena khawatir bila ukurannya itu tidak membuat laki-laki tertarik kepadanya. Anak laki-laki pun akan merasa terganggu bila ada anak perempuan yang sebaya ternyata lebih tinggi darinya.

1. *Kekhawatiran terhadap berat badan.* Pada awal masa puber, badan anak-anak sering bertambah berat, dan hal ini akan membuatnya gelisah. Berbadan gemuk dianggap kurang menarik.
2. *Kekhawatiran terhadap kegemukan.* Kegemukan di bagian paha, sekitar pinggang, dan dada, dianggap kurang sesuai bagi anak laki-laki. Sebenarnya, seiring dengan perkembangan masa puber, kegemukan itu akan hilang dengan sendirinya, namun tetap saja kondisi itu berpengaruh buruk bagi perkembangan kepribadian selanjutnya.
3. *Kekhawatiran terhadap alat kelamin.* Anak laki-laki sangat gelisah bila penisnya kecil. Selama berbulan-bulan dia merasa khawatir apabila organ tersebut tidak mampu berfungsi secara seksual. Padahal, pertumbuhan penis biasanya disertai pertumbuhan panjangnya.
4. *Kekhawatiran terhadap ciri-ciri seks sekunder.* Anak perempuan menjadi khawatir kalau-kalau penampilannya tidak feminin. Dia khawatir apabila payudaranya tidak melengkung dan berisi sebagai akibat perkembangan kelenjar susu dan jaringan di bawah kulit. Selain itu, tumbuhnya jerawat dan bulu-bulu di sekitar wajah membuatnya merasa gelisah. Adapun anak laki-laki mengkhawatirkan pinggul yang lebar, tumbuhnya jenggot dan kumis, perkembangan otot-otot bahu dan daerah lengan, dan perubahan suara yang terjadi pada akhir masa

puber. Tumbuhnya bulu di bagian tubuh yang lain, bukan di wajah menyebabkan anak laki-laki akan bertanya-tanya apakah dia memiliki kulit halus seperti anak perempuan, sehingga dia selalu ingin mencukurnya. Kekhawatiran lainnya adalah benjolan di dada yang berkembang pada awal masa puber yang kemudian menghilang secara berangsur-angsur.

4) Dua bahaya yang mungkin menimpa masa puber

Pada umumnya, bahaya yang menimpa masa puber tergolong gawat karena berakibat jangka panjang dan kontradiktif dengan tahap perkembangan sebelumnya. Sebagaimana halnya pada akhir masa kanak-kanak, bahaya psikologis pada masa puber lebih banyak dan berakibat lebih luas daripada bahaya fisiknya. Tidak banyak anak puber yang terpengaruh dengan bahaya fisik, tetapi banyak terpengaruh dengan bahaya psikologisnya walaupun dalam tingkat yang beragam.

a) Bahaya fisik

Bahaya fisik utama masa puber disebabkan fungsi kelenjar endoktrin yang mengendalikan pertumbuhan pesat. Bahaya ketidakseimbangan endoktrinik yang mungkin timbul pada masa puber adalah sebagai berikut:

- ❖ *Kekurangan hormon pertumbuhan.* Kurangnya jumlah hormon pertumbuhan pada akhir masa kanak-kanak dan awal masa puber menyebabkan anak puber lebih pendek dan lebih kecil dibandingkan pada masa selanjutnya.
- ❖ *Kekurangan hormon gonad.* Jika hormon gonad yang dikeluarkan tidak cukup banyak atau agak terlambat untuk mengawasi hormon pertumbuhan, pertumbuhan anggota tubuh akan berlangsung lama dan individu pun menjadi lebih besar dari rata-rata. Kekurangan hormon gonad juga memengaruhi perkembangan normal organ-organ seks dan ciri-ciri seks sekunder sehingga individu tetap bersifat kekanak-kanakan atau memiliki ciri-ciri lawan jenisnya.

Namun demikian, kapan terjadinya siklus perkembangan sangatlah menentukan.

- ❖ *Berlebihannya persediaan hormon gonad.* Fungsi kelenjar pituitary dan gonad yang tidak seimbang bisa mengakibatkan berlebihannya jumlah produksi hormon gonad pada usia yang sangat muda, sehingga mengakibatkan masa puber dimulai pada usia 5 atau 6 tahun. Fenomena ini dikenal sebagai masa puber yang terlalu awal atau *puberty precox*. Walaupun secara seksual anak tersebut matang, dalam arti bahwa organ-organ seks telah mulai berfungsi, bentuk tubuhnya masih kecil dan ciri-ciri seks sekundernya belum berkembang sebagaimana anak pada usia yang normal.

b) *Bahaya psikologis*

Bahaya psikologis yang terpenting adalah sebagai berikut:

- ❖ *Konsep diri yang kurang baik.* Banyak hal yang membuat anak puber memiliki konsep diri yang kurang baik, antara lain alasan pribadi dan lingkungan. Konsep diri yang tidak realistis mengenai penampilan dan kemampuan kelak bila sudah dewasa, hampir dialami oleh semua anak puber.

Konsep diri yang kurang baik sering menyebabkan anak puber menarik diri dalam kegiatan kelompok, menjadi agresif dan bersikap bertahan, balas dendam atas perlakuan yang dianggapnya kurang adil, serta menjadi rendah diri.

- ❖ *Rendahnya prestasi.* Pertumbuhan fisik yang cepat sering menyebabkan tenaga menjadi lemah. Kondisi ini mengakibatkan anak puber ingin bekerja sesegera mungkin dan cepat jemu pada setiap aktivitas yang melibatkan usaha individu.

Banyak anak perempuan yang beranggapan bahwa berprestasi membuatnya tidak feminin, terlebih lagi jika prestasinya melampaui prestasi anak laki-laki. Hal ini mendorongnya untuk bekerja di bawah kemampuannya

dan semakin cenderung berprestasi rendah akibat kekuatan fisiknya yang melemah.

Karena itu, tidak sedikit dari mereka yang menjadi dewasa dengan berprestasi rendah di bidang akademik maupun pekerjaan.

- ❖ *Persiapan yang kurang dalam menghadapi perubahan masa puber.* Thomas berpendapat, "Jarang ada anak yang mengerti (meskipun sedikit) tentang dasar perubahan yang terjadi pada dirinya dan pada teman-temannya." Jika anak tidak diberi informasi atau perubahan fisik dan psikologis yang terjadi pada masa puber itu tidak dipersiapkan dengan baik, pengalaman perubahan itu akan menjadi pengalaman yang traumatis. Salah satu penyebabnya adalah orang tua kurang berpengetahuan atau anak puber merasa enggan untuk bertanya tentang perubahan yang terjadi pada tubuhnya.

Apabila sekolah memberikan pelajaran tentang kesehatan seks atau keterangan tentang masa puber yang berkaitan dengan pelajaran kesehatan fisik, anak akan memiliki persiapan yang matang dalam menghadapi masa puber.

Hal yang menggelisahkan anak puber adalah perasaan berbeda dengan orang lain. Semakin menyimpang dari hal-hal yang terlihat dengan jelas, dia akan semakin khawatir dan merasa abnormal lalu merasa rendah diri.

- ❖ *Menerima perubahan tubuh.* Menerima kenyataan bahwa tubuhnya mengalami perubahan termasuk salah satu tugas perkembangan masa puber yang penting. Tidak banyak anak puber yang mampu menerima kenyataan ini, sehingga tidak puas dengan penampilannya. Dia sering menyalahkan penampilannya dan menganggap pentingnya penampilan untuk memperoleh dukungan sosial. Akibatnya, dia sering menyalahkan penampilannya sebagai penyebab kurangnya dukungan yang diharapkan.

Banyak alasan yang menyebabkan terjadinya hal ini. Dua di antaranya bersifat sangat umum sehingga hampir universal.

Pertama, hampir semua anak membentuk konsep diri fisik yang ideal berdasarkan konsep dari berbagai sumber individu ideal dalam kelompok seksnya. Sedikit sekali anak puber yang mampu mendekati keadaan fisik ideal ini.

Kedua, kepercayaan tradisional tentang penampilan yang pantas bagi jenis seks tertentu yang cenderung mewarnai sikap anak puber sedemikian rupa, akan mengganggu penerimaan terhadap perubahan tubuhnya. Contohnya, dada yang rata dianggap tidak menarik dan tidak feminin sehingga anak perempuan puber yang payudaranya berkembang lambat tidak hanya gelisah, tetapi juga cenderung menolak diri sendiri. Begitu juga dengan anak laki-laki yang menerima kepercayaan tradisional bahwa alat kelamin yang berkembang merupakan tanda kejantanan, juga akan gelisah dan menolak diri sendiri.

- ❖ *Menerima peran seks yang didukung secara sosial.* Sepanjang masa kanak-kanak, anak laki-laki mendapat tekanan kuat untuk memerankan peran seks maskulin untuk memperoleh dukungan sosial. Mayoritas anak laki-laki tidak saja menerima tipe laki-laki tradisional, bahkan peran seksnya terbentuk sedemikian rupa sehingga tipe ideal hampir dicapai. Oleh karena itu, bahaya psikologis tidak akan menimpa anak puber laki-laki yang mampu menerima peran seks yang mendekati peran seks orang dewasa.

Namun hal itu tidak terjadi pada anak puber perempuan. Selama masa kanak-kanak, anak puber perempuan yang mengalami penggolongan peran seks malah menghadapi masalah dalam menerima stereotip wanita tradisional. Bagi beberapa gadis puber, penggolongan peran seks mendatangkan sedikit masalah, bahkan merupakan bahaya psikologis utama dalam penyesuaian pribadi dan sosial yang baik. Mereka tidak saja lebih menyukai peran seks tradisional setingkat, tetapi juga

di rumah dan adakalanya dalam kelompok bermain, belajar memainkan peran ini. Selama masa puber, mereka diharapkan menerima peran yang tidak menyenangkan dan yang kurang bermanfaat dibandingkan dengan peran yang dilakukan selama masa kanak-kanak.

Realita anak laki-laki yang tidak mengalami ketidaknyamanan seperti dialami anak perempuan saat haid, membuat anak perempuan semakin menolak peran seks wanita tradisional. Sikap kurang menyenangkan terhadap haid sering diperbesar oleh sikap sosial yang kurang baik dari wanita-wanita yang lebih tua yang sering menganggap haid sebagai kutukan.

- ❖ *Perilaku menyimpang saat proses kematangan seksual.* Penyimpangan saat proses kematangan seksual termasuk salah satu bahaya psikologis masa puber yang paling serius. Seperti halnya tahun-tahun akhir masa kanak-kanak, sulit bagi anak puber untuk menerima hal-hal yang membuatnya berbeda dan yang mengakibatkannya merasa rendah diri. Thomas berpendapat, "Anak ini tidak saja berbeda dari teman-temannya sehingga mudah diasingkan, tetapi dia juga mengalami kesulitan dalam kegiatan akademik, sosial dan fisik yang tidak dapat memenuhi kebutuhan dan kemampuannya yang unik. Pengalaman ini hanya akan semakin memperbesar perasaan berbeda."

Penyimpangan dalam proses kematangan seksual apa pun bentuknya, merupakan bahaya psikologis yang serius. Kematangan seksual anak puber yang menyimpang dari teman-teman sebayanya membuatnya merasa ada sesuatu yang salah pada dirinya. Dia mencemaskan kenormalannya di masa depan. Contohnya, anak yang tinggi badannya tidak seperti teman-teman sebayanya pada masa puber, dia akan mencemaskannya pada usia dewasa kelak. Seperti ditunjukkan oleh Onat, "Tinggi badan pada usia matang benar-benar merupakan masalah bagi anak yang tingkat pertumbuhannya tidak biasa dan yang perkembangan

seksualnya terjadi pada usia yang tidak biasa. Anak yang tumbuh pesat atau yang matang lebih awal menjadi khawatir kalau-kalau dia akan tumbuh menjadi orang dewasa yang jangkung. Sebaliknya, anak yang pertumbuhannya lambat akan khawatir kalau-kalau dia akan menjadi orang dewasa yang pendek atau secara seksual tetap tidak berkembang.”

Anak yang matang lebih awal, menurut Schon Field, mempunyai keuntungan sosial dibandingkan anak yang matang terlambat. Namun demikian, anak yang matang terlalu dini dapat menunjukkan kesulitan kepribadian. Kesulitan itu timbul karena anak matang lebih awal yang tampak lebih tua dari usianya, biasanya diharapkan berperilaku sesuai dengan penampilannya dan bukan dengan usianya. Jika tidak berhasil melaksanakannya, dia akan dikritik. Kritikan ini akan menimbulkan rasa benci, dan rendah diri. Penelitian mengenai anak yang ke luar dari sekolah telah menunjukkan bahwa dia terpaksa ke luar karena matang lebih awal. Alasannya, guru-guru, seperti halnya orangtua, terlalu banyak mengharapkan sesuatu yang melebihi kemampuannya, sehingga anak menunjukkan sikap bermusuhan kepada sekolah lalu menolaknya. Jadi, semua akibat yang normal dari masa puber, seperti tingginya emosi, kecanggungan, dan sebagainya lebih banyak terjadi pada anak yang matang lebih awal.

Anak yang matang terlambat, yang tampak lebih muda dari usianya, diperlakukan oleh teman-teman sebayanya dan orang-orang dewasa sesuai dengan penampilannya. Perlakuan ini membuat dirinya meragukan kemampuannya untuk melakukan hal-hal yang bisa dilakukan oleh teman-teman sebayanya.

Anak yang matangnya lambat mempunyai waktu lebih banyak untuk menyesuaikan diri dengan perubahan fisik masa puber daripada anak yang matangnya lebih awal atau anak-anak yang matangnya pada kecepatan normal. Tetapi kegelisahannya adalah apakah dia akan

menjadi semakin bertentangan dengan akibat tadi dan mendorong adanya keyakinan bahwa ia lebih rendah daripada teman-teman sebayanya.

Walaupun akibat langsung dari penyimpangan kematangan seksual pada penyesuaian pribadi dan sosial cukup serius, namun ada yang lebih serius lagi, yaitu akibat jangka panjangnya. Di antara akibat jangka panjang pada perilaku, sebagai berikut.

Bagi anak yang matang terlambat, gangguan terjadi karena ia memerlukan waktu yang lebih lama untuk memperbaiki pola-pola perilaku yang kurang diinginkan sehubungan dengan masa puber, meskipun hal ini tidak selalu menimbulkan gangguan yang tetap.

Sebagian anak ada yang mengembangkan kebiasaannya dalam melamun, sebagian lagi mengembangkan sikap yang amat kritis, sikap yang kontradiksi dengan orang-orang lain, dan ada pula yang berkembang menjadi anak yang selalu gelisah dan sulit untuk memusatkan perhatian pada setiap tugasnya. Jika keinginan untuk memperoleh dukungan sosial sangat kuat dan jika mampu memperoleh motivasi sosial yang cukup, dia memiliki motivasi yang cukup untuk menghentikan kebiasaan itu dan menggantinya dengan perilaku yang lebih diterima secara sosial dengan baik.

Perlu digarisbawahi bahwa tidak semua anak yang mengalami penyimpangan akan terganggu oleh keadaannya, bahkan ada yang memperoleh keuntungan, tidak hanya pada masa puber, tetapi juga pada masa selanjutnya.

Biasanya, anak laki-laki yang matang lebih awal aktif dalam berbagai kegiatan sosial dan populer, serta menduduki peran pemimpin dalam kelompok sebaya. Dia mempunyai bekal modal yang pantas dihargai oleh teman-teman sebaya, dan karena sering diulang-ulang, timbul kebiasaan pola perilaku. Penelitian tidak lanjut pada orang-orang usia pertengahan atau awal usia tua menunjukkan bahwa pola-pola perilaku ini menetap. Akibatnya, anak yang matang lebih awal lebih berhasil

dalam bidang pekerjaan dan sosial pada waktu dewasanya. Keberhasilan anak muncul dari realitas bahwa dia memberikan kesan yang lebih baik kepada orang lain dibanding anak yang matangnya normal atau terlambat.

Sebaliknya, laki-laki usia pertengahan yang matangnya terlambat ternyata mempertahankan pola perilaku anak kecil sehingga dia tidak populer pada masa mudanya. Dia cenderung kurang aktif dalam keadaan sosial, kurang berhasil dalam dunia usaha, dan cenderung tidak terpilih sebagai pemimpin.

Dugaan tentang akibat jangka panjang dari penyimpangan pada anak perempuan melahirkan persepsi bahwa anak yang matang lebih awal, yang merasa malu karena lebih besar dari teman-temannya dan sering mengembangkan pola-pola perilaku yang agresif untuk menarik perhatian anak laki-laki, akan terus menunjukkan pola perilaku yang sama pada masa dewasanya. Demikian pula, anak perempuan yang matangnya terlambat, yang penyesuaian pribadi dan sosialnya lebih baik dalam masa puber, cenderung meneruskan perilakunya sepanjang masa dewasa, kecuali bila ada kondisi-kondisi yang tidak berkaitan dengan kematangan yang mengganggu.

5) Masa puber bisa tidak bahagia

Selama masa puber, unsur-unsur kebahagiaan berupa penerimaan kasih sayang dan prestasi, sering terganggu. Oleh sebab itu, apakah setiap anak puber berbahagia atau agak puas dengan kehidupan dan kondisi yang nyata, masih diragukan.

Penerimaan adalah faktor yang penting dalam kebahagiaan, baik penerimaan diri sendiri atau sosial. Anak puber yang tidak hanya menyukai diri sendiri, tetapi juga merasa diterima oleh orang lain, merasa puas dengan kehidupannya dan merasa bahagia.

Sebaliknya, anak puber yang merasa gelisah akan tubuhnya yang berubah dan merasa tidak puas dengan penampilan dirinya akan sulit baginya untuk menerima diri sendiri. Selain

itu, anggapannya bahwa penampilan semakin penting dalam kehidupan sosial akan membuat kekhawatirannya semakin bertambah. Terlebih bagi anak perempuan, penampilan memainkan peran penting dalam dukungan sosial dibandingkan dengan pada anak laki-laki.

Ketidakpuasan anak-anak puber dengan penampilan dirinya memberikan petunjuk tentang bidang-bidang yang sangat butuh perhatian. Contohnya, anak perempuan ingin memiliki bentuk tubuh yang indah. Anak laki-laki ingin menjadi tinggi karena menghubungkan tinggi badan dengan kejantanan, dan anak perempuan yang sangat tinggi ingin menjadi lebih pendek. Anak laki-laki ingin lebih berat, anak perempuan ingin lebih langsing. Anak laki-laki menginginkan bahu yang lebih lebar, dan lengan serta tungkai kaki yang lebih berisi, sedangkan anak perempuan menginginkan pinggul dan pinggang yang lebih kecil, lengan dan tungkai kaki yang lebih ramping dan payudara yang lebih besar. Biasanya, anak laki-laki tidak puas dengan dagunya, dan menginginkan dagu yang lebih menonjol, sedangkan laki-laki dan perempuan sama-sama menginginkan hidung yang mancung dan lebih baik bentuknya. Menurut Calden, "Wanita menginginkan perubahan dari pinggang ke bawah dan menginginkan bagian-bagian tubuh lainnya lebih kecil (kecuali payudara). Laki-laki merasa tidak puas dengan dimensi tubuh dan pinggang ke atas. Dia menginginkan bagian-bagian tubuh yang lebih besar."

Kekhawatiran akan peran penampilan diri dalam dukungan sosial bukan satu-satunya penyebab ketidakbahagiaan selama masa puber. Biasanya, kebanyakan anak puber tidak memedulikan lingkungan sosialnya sehingga orang-orang yang paling berarti dalam kehidupannya, seperti orangtua, guru-guru, saudara-saudara kandung, dan teman-teman sebayanya menolaknya. Hal ini diperparah dengan ledakan amarah dan gelisah yang menimbulkan kesan bahwa dia tidak bertingkah laku sesuai dengan usianya. Kesan ini akan membahayakan penerimaan diri sendiri dan dukungan sosial.

Kasih sayang dari orang lain adalah faktor kebahagiaan yang penting lainnya, sebab kasih sayang dan dukungan dari orang lain berjalan beriringan. Tidak seperti sebelumnya, anak puber tidak lagi menerima kasih sayang karena dia mulai bersikap kritis, merendahkan orang lain, mempunyai perilaku egosentris, dan tidak sosial dalam situasi sosial. Walaupun dia berusaha memberikan kesan tidak memedulikan, atau menganggap bahwa kasih sayang dari orang lain tidak berarti banyak bagi dirinya, dalam hatinya ada keinginan untuk memperoleh kasih sayang, seperti halnya semua anak, dan sering mendambakan kasih sayang yang lebih banyak dari sebelumnya, karena ketidakbahagiaan dan ketidakpuasan pada diri sendiri dan kehidupan pada umumnya juga dirasakannya.

Prestasi adalah faktor penting lainnya. Pada usia ini, prestasi berada pada tingkat yang rendah sehingga kurang menimbulkan kebahagiaan bagi anak. Seperti dijelaskan sebelumnya, prestasi anak puber tergolong rendah yang menyebabkan timbulnya keengganan bekerja akibat daya fisik dan kekuatan yang menurun serta penerimaan anak perempuan terhadap peran seks prestasi wanita yang berbeda di bawah prestasi laki-laki.

Terhadap prestasi yang berada di bawah kemampuannya, mayoritas anak puber menyadarinya dan merasa bersalah serta malu. Contohnya, jika nilai rapor sekolah menurun, anak sadar bahwa sebenarnya dia mampu mendapat nilai yang lebih baik. Akibatnya ia akan dihantui oleh rasa bersalah. Rasa bersalah akan semakin besar dan kebahagiaannya pun akan semakin menurun jika orangtua dan guru-guru mengkritik atau menegurnya.

a) Jenis-jenis ketidakbahagiaan masa puber

Pada setiap tahap masa puber, tingkat ketidakbahagiaan tidaklah sama. Fase negatif merupakan tahap yang paling tidak bahagia. Setelah terjadi kematangan seksual dan pertumbuhan menurun, anak puber mempunyai banyak tenaga. Hal ini mengakibatkan hubungan sosial dan prestasi

lebih baik sehingga dukungan sosial dan kasih sayang dari orang lain pun menjadi lebih besar.

Karena menyadari bahwa kondisi yang membuatnya gelisah ternyata bersifat sementara, anak puber kurang memerhatikan penampilan dirinya. Jika penampilan diri dan kepribadian semakin mendekati yang ideal dan sesuai dengan kelompok seks, beberapa kekhawatirannya akan berkurang.

b) Ketidakhahagiaan masa puber itu masalah yang serius

Tampaknya, ketidakhahagiaan masa puber relatif tidak penting karena masa puber merupakan periode yang singkat. Tetapi sebenarnya tidaklah demikian, sebab bentuk ketidakhahagiaan yang terbentuk pada saat ini bisa menguat sehingga menjadi kebiasaan dan menetap setelah berakhirnya masa puber. Alasan lainnya, kondisi yang menimbulkan ketidakhahagiaan pada masa puber cenderung menetap, kecuali jika diubah dengan langkah-langkah perbaikan. Contohnya, jika anak dimotivasi untuk mengembangkan konsep diri ideal yang lebih realistis, dia akan terus menolak bila ternyata keadaannya jauh dari ideal dan hanya sedikit kemajuan yang dicapainya.

Mengingat ketidakhahagiaan pada setiap usia merupakan hal yang serius, terutama bila berlangsung lama sehingga menjadi kebiasaan, orangtua dan guru, harus memberi tahu apa yang ingin dan perlu diketahui tentang proses kematangan sehingga anak tidak membayangkan adanya hal yang tidak beres pada dirinya jika berbeda dari teman-temannya, membantu memperbaiki penampilan dirinya, memperingan kerja selama pertumbuhan periode pesat, tidak mengomentari turunnya mutu pekerjaannya, memotivasinya untuk bercita-cita secara realistis sehingga tidak merasa kecewa terhadap prestasi yang diraihinya, dan menerima kekurangan dan kenakalannya sebagai keadaan yang bersifat sementara.

Biasanya, anak puber sangat mengharapkan masa-masa dewasa. Harapan ini bisa dipertahankan jika disertai langkah-langkah pencegahan dari terjadinya ketidakhahagiaan selama

masa púber. Hal ini memang penting demi kesehatan jiwanya, bahkan sangat penting dalam meningkatkan motivasinya untuk mempelajari tingkah laku orang dewasa.

Tugas perkembangan remaja memang tidak mudah, dan usaha untuk mempelajarinya banyak menyita waktu dan tenaga. Tetapi beban itu dapat diperingan, bahkan akan menjamin hasil yang baik jika dia terus dimotivasi untuk melakukan segala harapan yang menyenangkan guna mencapai status dewasa dalam masyarakat.





Remaja: Masa yang Perlu Dipahami dengan Benar

1. Apakah Fase Remaja itu?

Stilah *adolescence* atau remaja berasal dari kata Latin *adolescere* (kata bendanya, *adolescens* yang berarti remaja) yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa”. Bangsa primitif —demikian pula orang-orang zaman purbakala— memandang masa puber dan masa remaja tidak berbeda dengan periode-periode lain dalam rentang kehidupan; anak dianggap sudah dewasa dan mampu mengadakan reproduksi.

Dalam bahasa Inggris, *murahaqoh* adalah *adolescence* yang berarti *at-tadarruj* (berangsur-angsur). Jadi, artinya adalah berangsur-angsur menuju kematangan secara fisik, akal, kejiwaan dan sosial serta emosional. Hal ini mengisyaratkan kepada hakikat umum, yaitu bahwa pertumbuhan tidak berpindah dari satu fase ke fase lainnya secara tiba-tiba, tetapi pertumbuhan itu berlangsung setahap demi setahap. Ia juga bukan pertumbuhan pemuda atau permulaan *adolescence* yang memungkinkannya untuk dijadikan sandaran.

Dalam Islam, secara etimologi, kalimat remaja berasal dari *murahaqoh*, kata kerjanya adalah *raahaqo* yang berarti *al-iqtirab* (dekat). Secara terminologi, berarti mendekati kematangan

secara fisik, akal, dan jiwa serta sosial. Permulaan *adolescence* tidak berarti telah sempurnanya kematangan, karena di hadapan *adolescence*, dari 7-10 ada tahun-tahun untuk menyempurnakan kematangan.

Dalam Al-Quran, banyak terdapat istilah *murahaqoh*. Istilah itu menunjukkan makna dekat, sebagaimana dalam firman-nya, "*Bagi orang-orang yang berbuat baik, ada pahala yang terbaik (surga) dan tambahannya. Dan muka mereka tidak ditutupi debu hitam dan tidak (pula) kehinaan*" (Q.S. Yunus: 26). Maksudnya adalah debu itu tidak mendekati wajah mereka.

Murahaqoh juga berarti kepayahan dan usaha, sebagaimana firman Allah, "*Musa berkata, "Janganlah kamu menghukum aku karena kelupaanku dan janganlah kamu membebani aku dengan sesuatu kesulitan dalam urusanku."* (Q.S. Al-Kahfi: 83). Juga firman Allah, "*Dan bahwasanya ada beberapa orang laki-laki di antara manusia meminta perlindungan kepada beberapa laki-laki di antara jin, maka jin-jin itu menambah bagi mereka dosa dan kesalahan*" (Q.S. Al-Jin : 6).

Istilah *adolescence* juga mempunyai arti yang lebih luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik. Pandangan ini diungkapkan oleh Piaget, "Secara psikologis, masa remaja adalah usia saat individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia saat anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua, melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak Transformasi intelektual yang khas dari cara berpikir remaja ini memungkinkannya untuk mencapai integrasi dalam hubungan sosial orang dewasa, yang kenyataannya merupakan ciri khas yang umum dari periode perkembangan ini."

2. Persepsi Umum tentang Remaja

Ada yang berpendapat bahwa remaja merupakan kelompok yang biasa saja, tiada berbeda dengan kelompok manusia yang lain. Ada yang berpendapat bahwa remaja adalah kelompok orang-orang yang sering menyusahkan

orang-orang tua. Ada pula yang berpendapat bahwa remaja merupakan potensi manusia yang perlu dimanfaatkan. Akan tetapi, manakala remaja dimintai persepsinya, mereka akan berpendapat lain. Mungkin mereka berbicara tentang ketakacuhan atau ketidakpedulian orang-orang dewasa terhadap kelompok mereka. Mungkin juga berpersepsi bahwa kelompoknya adalah kelompok minoritas yang memiliki dunia sendiri yang sulit dijamah oleh orangtua. Ada juga yang berpersepsi bahwa kelompoknya adalah kelompok yang bertanggung jawab terhadap masa depan bangsa dan negara.

3. Potensi Remaja

Dari beragam persepsi umum tentang remaja tampaknya persepsi terakhir lebih benar. Lebih tepat lagi bahwa remaja merupakan kelompok manusia yang penuh potensi. Berdasarkan catatan sejarah, remaja Indonesia penuh vitalitas, semangat patriotisme, dan menjadi harapan penerus bangsa. Negara ini telah disusun di atas jerih payah, bahkan pengorbanan jiwa beberapa remaja tempo dulu. Remaja sekarang pun banyak berpartisipasi dalam pembangunan, maka tidak heran bila pemerintah mencanangkan bahwa pengembangan generasi muda diarahkan untuk mempersiapkan kader penerus perjuangan bangsa dan Pembangunan Nasional dengan memberikan bekal keterampilan, kepemimpinan, kesegaran jasmani, daya kreasi, patriotisme idealisme, kepribadian dan budi pekerti yang luhur. Untuk itu, perlu diciptakan iklim yang sehat, sehingga memungkinkan kreativitas generasi muda berkembang secara wajar dan bertanggung jawab. Dalam rangka itu, perlu ada usaha-usaha guna mengembangkan generasi muda untuk melibatkannya dalam proses kehidupan berbangsa dan bernegara serta pelaksanaan pembangunan nasional.

Beragam usaha untuk mencapai tujuan di atas haruslah dilakukan, baik melalui pendidikan formal, nonformal, ataupun informal. Misalnya, mengikutsertakan remaja dalam

pendidikan politik dan program-program teknis lainnya yang memerlukan keterlibatan banyak orang.

4. Bagaimana Memahami Remaja?

Sebelum dilakukannya pembinaan remaja, orangtua dan guru harus memahami kejiwaan dan dunia mereka. Bila tidak, akan timbul efek yang tidak diharapkan. Misalnya, timbulnya gejala emosi tak terkendali dalam bentuk demo besar-besaran, seperti terjadi saat ini di banyak tempat, yang didorong oleh vitalitas, semangat pemuda yang tak terkendali. Demikian pula, kenakalan remaja, yang mengkhawatirkan semua pihak, terutama orangtua.

5. Apa Saja yang Perlu Dipahami dari Remaja?

Setelah memahami apa dan bagaimana masa puber, sebagai bagian masa remaja yang tak terpisahkan, ada beberapa hal penting yang harus dipahami dari remaja.

1. Batasan usia dan ciri-ciri remaja.
2. Pertumbuhan dan perkembangan remaja, baik fisik, emosi, kepribadian, sosial hingga moral.
3. Tugas-tugas perkembangan remaja dan pemenuhannya.
4. Beberapa kebutuhan khas remaja, meliputi proses kerja dan peranan kebutuhan, pentingnya kebutuhan dalam menentukan tingkah laku manusia, kebutuhan remaja secara umum, kebutuhan remaja yang bersangkutan dengan kesehatan mental di sekolah, kebutuhan khas remaja dan urgensi memenuhinya.
5. Remaja bermasalah dan kesehatan jiwanya, faktor-faktor yang memengaruhinya, terutama kondisi keluarga.





Batasan Usia dan Ciri-Ciri Remaja

1. Batasan Usia Masa Remaja

Karena manusia itu termasuk unik, pemberian batasan terhadap beberapa hal yang berkaitan dengannya tidaklah mudah. Dan masa remaja termasuk dalam keunikan itu, sehingga berbagai pendapat tentangnya sering berbeda.

Para ahli psikologi berkebangsaan Belanda, seperti L.C.T. Bigot, Ph. Kohnstam dan B.G. Palland, membagi masa kehidupan¹, sebagai berikut:

1. Masa bayi dan kanak 0 - 7
 - a. Masa bayi : 0 - 1
 - b. Masa kanak: ☉ Masa vital : V 1 - 2
☉ Masa estitis: R 2 - 7
2. Masa sekolah/intelektuil : 7 - 13
3. Masa sosial : 13 - 21
 - a. masa pueral : 13 - 14
 - b. masa pra pubertas : 14 - 15

¹ B. Simanjuntak, *Latar Belakang Kenakalan Remaja*, Alumni, Bandung, 1979, h. 65.

- c. masa pubertas : 15 - 18
- d. masa adolescence : 18 - 21

Dari paparan di atas, tampak bahwa masa pubertas berada dalam usia antara 15 - 18 tahun, dan masa *adolescence* (masa remaja) dalam usia antara 18 - 21 tahun. Namun demikian, ada petunjuk bahwa usia antara 15 - 21 tahun disebut pula sebagai masa pubertas. Bigot, dkk. menganggap sama antara pubertas dan *adolescence*. Hal ini berarti bahwa menurutnya, rentang usia 15 - 21 tahun adalah usia remaja.

Jersild dkk. tidak memberikan batasan pasti rentangan usia masa remaja, tetapi dia mencatat bahwa masa remaja mencakup periode atau masa tumbuhnya seseorang dalam masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Singkatnya, masa remaja dapat ditinjau sejak seseorang menampakkan tanda-tanda pubertas dan berlanjut hingga tercapainya kematangan seksual, tinggi badan secara maksimum, dan pertumbuhan mentalnya secara penuh, yang dapat diketahui melalui pengukuran tes-tes inteligensi.² Atas dasar batasan itu, ada yang menyebutnya masa *preadolescence*, *early adolescence*, *middle and late adolescence*.²

Berdasarkan bentuk perkembangan dan pola perilaku yang tampak khas bagi usia-usia tertentu, menurut Elizabeth B. Hurlock³, ada 11 masa dalam rentangan kehidupan manusia, yaitu:

- Prenatal : sejak konsepsi sampai lahir.
- Masa neonatus : lahir sampai minggu kedua setelah lahir. Masa bayi akhir minggu kedua sampai akhir tahun kedua.
- Masa kanak-kanak awal : 2 sampai 6 tahun.
- Masa kanak-kanak akhir : 6 tahun sampai 10 atau 11 tahun.
- Pubertas/*preadolescence* : 10 atau 12 tahun sampai 13 tahun.
- Masa remaja awal : 13 atau 14 tahun sampai 17 tahun.

2. Arthur T. Jersild, Judith S. Brook, dan David W. Brook. *the Psychology of Adolescents*, (edisi ketiga), Macmillan Publishing Co., Inc, New York, 1978, h. 5.

Masa remaja akhir	: 17 tahun sampai 21 tahun.
Masa dewasa awal	: 21 tahun sampai 40 tahun.
Masa setengah baya	: 40 tahun sampai 60 tahun.
Masa tua	: 60 tahun atau lebih.

Dari rentangan usia versi Hurlock tersebut, tampak bahwa rentangan usia remaja antara 13-21 tahun, yang juga dibagi dalam masa remaja awal, antara usia 13/14 tahun sampai 17 tahun, dan remaja akhir 17 sampai 21 tahun.

Drs. M.A. Priyatno, S.H. yang membahas masalah kenakalan remaja dari segi agama Islam, menyebutkan rentangan usia masa remaja antara 13-21 tahun. Dra. Singgih Gunarsa, meskipun menemui beberapa kesulitan dalam penentuan batasan usia masa remaja di Indonesia, menetapkan bahwa masa remaja itu antara usia 12-22 tahun.³ Drs. Susilowinradini mencoba menghindari kesalahpahaman itu, dengan berpijak pada literatur Amerika dalam menentukan masa pubertas (11/12 - 15/16 tahun), kemudian menentukan 13-17 tahun sebagai masa remaja awal atau *early adolescence* dan 17-21 tahun sebagai remaja akhir atau *late adolescence*.⁴ Dr. Winarno Surachmad menentukan usia: ± 12-22 tahun adalah masa yang mencakup sebagian terbesar perkembangan *adolescence*.⁵

Adapun Kwee Soen Liang S.H. membagi masa puberteit sebagai berikut:⁶

1. Pra puberteit ; laki-laki : 13-14 tahun (fase negatif)
wanita : 12-13 tahun (*sturm und drang*)
2. Puberteit ; laki-laki : 14-18 tahun (merindu)
wanita : 13-18 tahun (puja)

3. Singgih D. Gunarsa dan Singgih D. Gunarsa, *Psikologi Remaja* BPK Gunung Mulia, Jakarta, h. 15-16.

4. Susilowidradini, *Psikologi Perkembangan II (Masa remaja)*, Fakultas Ilmu Pendidikan IKIP Malang, 1981, h. 1.

5. Winarno Surachmad, *Psikologi Pemuda*, Penerbit Jenmars, Bandung, 1977, h. 41-44

6. Kwee Soen Liang, *Masa Remaja dan Ilmu Jiwa Pemuda*. Jenmars, Bandung, 1980, h. 11

3. Adolescence ; laki-laki : 19-23 tahun
wanita : 18-21 tahun

Mencermati berbagai pendapat di atas, dapatlah disimpulkan bahwa secara teoritis dan empiris dari segi psikologis, rentangan usia remaja berada dalam usia 12 tahun sampai 21 tahun bagi wanita, dan 13 tahun sampai 22 tahun bagi laki-laki. Jika dibagi atas remaja awal dan remaja akhir, remaja awal berada dalam usia 12/13 tahun sampai 17/18 tahun, dan remaja akhir dalam rentangan usia 17/18 tahun sampai 21/22 tahun. Adapun periode sebelum masa remaja ini disebut sebagai ambang pintu masa remaja atau sering disebut sebagai periode pubertas. Meskipun bertumpang tindih dengan masa remaja awal, pubertas jelas berbeda dengan masa remaja.

2. Apa yang Terjadi pada Tahun Masa Remaja ?

Banyak hal yang terjadi selama rentang masa remaja, baik ketika masa awal, yaitu kematangan secara seksual dan masa akhir saat mencapai usia matang secara hukum. Misalnya, perubahan tingkah laku, sikap, dan nilai-nilai yang tidak hanya mengindikasikan perubahan yang lebih cepat pada awal masa remaja daripada tahap akhir masa remaja, tetapi juga mengindikasikan tingkah laku sikap dan nilai-nilai pada awal masa remaja. Atas dasar itulah, munculnya pembagian secara umum. Awal masa remaja dan akhir masa remaja merupakan alternatif yang dianggap mudah untuk menentukan dan memahami apa saja yang terjadi pada masa itu.

Sebagai contoh, pada usia 17 tahun yang menjadi garis pemisah antara awal masa dan akhir masa remaja, saat remaja duduk di bangku sekolah menengah tingkat atas, orangtua menganggapnya hampir dewasa dan menjelang masuk ke dunia kerja orang dewasa, melanjutkan ke perguruan tinggi, atau menerima pelatihan kerja tertentu. Pada usia itu, remaja juga disadarkan oleh status di sekolah, perannya di rumah dan masyarakat, yang membuatnya belajar bertanggung jawab sehingga memotivasinya menjadi lebih matang.

3. Ciri-Ciri Umum Masa Remaja

Setiap periode penting selama rentang kehidupan memiliki ciri-ciri tertentu yang membedakannya dengan periode sebelum dan sesudahnya. Ciri-ciri tersebut juga dimiliki oleh remaja, sebagaimana paparan berikut.

a. Masa yang penting

Semua periode dalam rentang kehidupan memang penting, tetapi ada perbedaan dalam tingkat kepentingannya. Adanya akibat yang langsung terhadap sikap dan tingkah laku serta akibat-akibat jangka panjangnya menjadikan periode remaja lebih penting daripada periode lainnya. Baik akibat langsung maupun akibat jangka panjang sama pentingnya bagi remaja karena adanya akibat fisik dan akibat psikologis.

Cepat dan pentingnya perkembangan fisik remaja diiringi oleh cepatnya perkembangan mental, khususnya pada awal masa remaja. Atas semua perkembangan itu diperlukan penyesuaian mental dan pembentukan sikap, serta nilai dan minat baru.

b. Masa transisi

Transisi merupakan tahap peralihan dari satu tahap perkembangan ke tahap berikutnya. Maksudnya, apa yang telah terjadi sebelumnya akan membekas pada apa yang terjadi sekarang dan yang akan datang. Jika seorang anak beralih dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, dia harus meninggalkan segala hal yang bersifat kekanak-kanakan dan mempelajari pola tingkah laku dan sikap baru.

Apa yang telah terjadi akan membekas dan memengaruhi pola tingkah laku dan sikap yang baru. Osterrieth menjelaskan, "Struktur psikis anak remaja berasal dari masa kanak-kanak, dan banyak ciri yang umumnya dianggap sebagai ciri khas masa remaja sudah ada pada akhir masa kanak-kanak." Perubahan fisik yang terjadi selama tahun awal masa remaja akan berpengaruh pada masa selanjutnya.

Pada setiap periode transisi, tampak ketidakjelasan status individu dan munculnya keraguan terhadap peran yang harus dimainkannya. Pada masa ini, remaja bukan lagi seorang anak dan bukan juga orang dewasa. Bila remaja bertingkah laku seperti anak-anak, maka dia akan diajari untuk bertindak sesuai dengan usianya. Di sisi lain, ketidakjelasan status itu juga menguntungkan karena memberi peluang kepadanya untuk mencoba gaya hidup yang berbeda dan menentukan pola tingkah laku, nilai, dan sifat yang paling relevan dengannya.

c. Masa perubahan

Selama masa remaja, tingkat perubahan sikap dan perilaku sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat selama masa awal remaja, perubahan perilaku dan sikap juga berlangsung pesat. Bila terjadi penurunan dalam perubahan fisik, penurunan juga akan terjadi pada perubahan sikap dan tingkah laku.

Perubahan yang terjadi pada masa remaja memang beragam, tetapi ada lima perubahan yang terjadi pada semua remaja:

- 1) Emosi yang tinggi. Intensitas emosi bergantung pada tingkat perubahan fisik dan psikologis yang terjadi, sebab pada awal masa remaja, perubahan emosi terjadi lebih cepat.
- 2) Perubahan tubuh, minat, dan peran yang diharapkan oleh kelompok sosial menimbulkan masalah baru. Dibandingkan dengan masalah yang dihadapi sebelumnya, remaja muda, tampaknya mengalami masalah yang lebih banyak dan lebih sulit diselesaikan. Sebelum mampu menyelesaikan menurut kepuasannya, dia akan terus merasa dijejali berbagai masalah.
- 3) Perubahan nilai-nilai sebagai konsekuensi perubahan minat dan pola tingkah laku. Setelah hampir dewasa, remaja tidak lagi menganggap penting segala apa yang dianggapnya penting pada masa kanak-kanak. Contohnya, dia

mulai mengerti bahwa kualitas lebih penting daripada kuantitas, dan tidak lagi menganggap bahwa banyaknya teman merupakan petunjuk popularitas yang lebih penting daripada sifat-sifat yang dikagumi dan dihargai oleh teman-teman sebaya.

- 4) Bersikap ambivalen terhadap setiap perubahan. Remaja menghendaki dan menuntut kebebasan, tetapi sering takut bertanggung jawab akan risikonya dan meragukan kemampuannya untuk mengatasinya.

d. Masa bermasalah

Meskipun setiap periode memiliki masalah sendiri, masalah masa remaja termasuk masalah yang sulit diatasi, baik oleh anak laki-laki maupun anak perempuan. Alasannya, *pertama*, sebagian masalah yang terjadi selama masa kanak-kanak diselesaikan oleh orangtua dan guru-guru, sehingga mayoritas remaja tidak berpengalaman dalam mengatasinya. *Kedua*, sebagian remaja sudah merasa mandiri sehingga menolak bantuan orangtua dan guru-guru. Dia ingin mengatasi masalahnya sendirian.

Banyak remaja yang menyadari bahwa penyelesaian yang ditempuhnya sendiri tidak selalu sesuai dengan harapannya. Hal ini relevan dengan pendapat Anna Freud, "Banyak kegagalan, yang sering disertai akibat yang tragis, bukan karena ketidakmampuan individu, tapi kenyataan bahwa tuntutan yang diajukan kepadanya justru saat semua tenaganya telah dia habiskan untuk mengatasi masalah pokok yang disebabkan oleh pertumbuhan dan perkembangan seksual yang normal."

e. Masa pencarian identitas

Penyesuaian diri dengan standar kelompok dianggap jauh lebih penting bagi remaja daripada individualitas. Contohnya, dalam hal pakaian, berbicara, dan tingkah laku, remaja ingin seperti teman-teman gengnya. Apabila tidak demikian, ia akan terusir dari kelompoknya.

Bagi remaja, penyesuaian diri dengan kelompok pada tahun-tahun awal masa remaja adalah penting. Secara bertahap, mereka mulai mengharapkan identitas diri dan tidak lagi merasa puas dengan adanya kesamaan dalam segala hal dengan teman-teman sebayanya.

Banyak cara yang dilakukan remaja untuk menunjukkan identitasnya, antara lain penggunaan simbol-simbol status dalam bentuk kendaraan, pakaian dan pemilikan barang-barang lain yang mudah dilihat. Melalui cara seperti ini, remaja berusaha menarik perhatian orang lain agar mereka memandangnya sebagai individu. Di samping itu, dia juga berusaha mempertahankan identitas dirinya terhadap kelompok sebaya.

f. Masa munculnya ketakutan

Majeres berpendapat, "Banyak yang beranggapan bahwa popularitas mempunyai arti yang bernilai, dan sayangnya, banyak di antaranya yang bersifat negatif." Persepsi negatif terhadap remaja seperti tidak dapat dipercaya, cenderung merusak dan berperilaku merusak, mengindikasikan pentingnya bimbingan dan pengawasan orang dewasa. Demikian pula, terhadap kehidupan remaja muda yang cenderung tidak simpatik dan takut bertanggung jawab.

Konsep diri dan sikap remaja terhadap dirinya sendiri juga dipengaruhi oleh stereotip populer, seperti pendapat Anthony, "Stereotip juga berfungsi sebagai cermin yang ditegakkan masyarakat bagi remaja, yang menggambarkan citra diri remaja sendiri, yang lambat laun dianggap sebagai gambaran yang asli dan remaja membentuk perilakunya sesuai dengan gambaran ini." Menyetujui stereotip ini dan meyakini bahwa orang dewasa mempunyai persepsi yang buruk tentang remaja mengakibatkan sulitnya peralihan ke masa remaja. Hal ini juga mengakibatkan munculnya banyak konflik antara orangtua remaja, serta adanya penghalang untuk saling membantu antara keduanya dalam mengatasi beragam masalah.

g. Masa yang tidak realistik

Pandangan subjektif cenderung mewarnai remaja. Mereka memandang-diri-sendiri dan orang lain berdasarkan keinginannya, dan bukan berdasarkan kenyataan yang sebenarnya, apalagi dalam hal cita-cita. Tidak hanya berakibat bagi dirinya sendiri, bahkan bagi keluarga dan teman-temannya, cita-cita yang tidak realistik ini berakibat pada tingginya emosi yang merupakan ciri awal masa remaja. Semakin tidak realistik cita-citanya, semakin tinggi kemarahannya. Bila orang lain mengecewakannya atau kalau dia tidak berhasil mencapai tujuan yang ditetapkannya dia akan sakit hati dan kecewa.

Selanjutnya, dia akan memandang diri sendiri, keluarga, teman-teman dan kehidupan pada umumnya secara realistik, sejalan dengan pengalaman pribadi dan sosial yang semakin meningkat serta kemampuan untuk berpikir rasional. Segi positifnya, dia tidak lagi banyak kecewa seperti saat sebelumnya. Kondisi inilah yang menimbulkan kebahagiaan bagi remaja.

Mendekati masa remaja akhir, biasanya remaja laki-laki dan perempuan seringkali merasa terganggu oleh berlebihannya idealisme dengan asumsi bahwa bila telah mencapai status orang dewasa, mereka harus segera menuju kehidupan yang bebas. Akan tetapi, bila telah mencapai usia dewasa, dia malah merasa bahwa periode remaja lebih membahagiakan daripada periode masa dewasa. Asumsi yang kontradiktif ini muncul karena pada masa dewasa ada tuntutan dan tanggung jawab, sehingga masa-masa remaja yang indah dan penuh kebebasan yang membahagiakan ternyata menjadi hilang saat dewasa.

h. Masa menuju masa dewasa

Saat usia kematangan kian dekat, para remaja merasa gelisah untuk meninggalkan stereotip usia belasan tahun yang indah di satu sisi, dan harus bersiap-siap menuju usia dewasa di sisi lainnya. Kegelisahan itu timbul akibat kebimbangan tentang bagaimana meninggalkan masa remaja dan

bagaimana pula memasuki masa remaja. Anak-anak yang kurang arahan atau bimbingan, tingkah laku mereka akan menjadi ganjil seperti berpakaian dan bertingkah laku meniru-niru orang dewasa merokok, minum minuman keras, menggecupkan obat-obatan dan terlibat dalam perilaku seks. Hal ini karena di satu sisi mereka ingin segera menyesuaikan diri dengan tipe orang dewasa yang sudah matang tetapi di sisi lain mereka masih belum lepas dari tipe remajanya yang belum matang.

4. Ciri-Ciri Khas Remaja Awal

Masa remaja awal dimulai ketika usia seorang anak telah lewat 12/13 tahun, dan berakhir pada usia 17/18 tahun. Anak usia belasan tahun sering ditunjukkan bagi remaja awal.

Gejala-gejala yang disebut gejala fase negatif biasa terjadi pada paruh akhir periode pubertas atau paruh awal masa remaja awal. Oleh karena itu, periode pubertas sering disebut sebagai fase negatif. Hurlock menguraikan cukup lengkap tentang gejala-gejala fase negatif, ini yang pokok-pokoknya sebagai berikut: *desire for isolation* (keinginan untuk menyendiri), *isolation* (kufangnya kemampuan untuk bekerja), *incoordination* (kufangnya koordinasi fungsi-fungsi tubuh), *irritation* (kejengutan), *restlessness* (kegelisahan), *intimism* (konflik sosial), *resistance to authority* (penantangan terhadap kewibawaan orang dewasa), *lack of self confidence* (kepercayaan diri yang rendah), *preoccupation with sex* (mula timbul minat pada lawan seks), *excessive modesty* (kepekaan perasaan susila), dan *day dreaming* (kesukaan berkhayal).

Selain ciri dan gejala fase negatif yang dimiliki bersama (pubertas dan remaja awal) itu, masa remaja awal juga memiliki ciri khas yang tidak dimiliki masa-masa yang lain. Di antaranya adalah berikut ini:

Book C, New York, 1968. Hurlock; h. 360-366.

a. Tidak stabilnya emosi

Menurut Granville Stanley Hall, perasaan masa ini sangatlah peka, yaitu perasaan dan emosinya laksana embusan badai dan topan dalam kehidupan. Karena itu, tidak heran bila sikap dan sifat remaja yang sangat antusias bekerja tiba-tiba menjadi lesu, dari sangat gembira menjadi sangat sedih, dari merasa percaya diri menjadi sangat ragu, termasuk dalam menentukan cita-cita. Dia belum bisa merencanakan dan menentukan pendidikan dan lapangan kerja lebih lanjut, terlebih lagi dalam persahabatan dan cinta; plin-plan dalam bersahabat dan memilih pasangan.

b. Lebih menonjolnya sikap dan moral

Matangnya organ-organ seks mendorong remaja untuk mendekati lawan seksnya, sehingga terkadang berperilaku berlebihan yang dinilai tidak sopan oleh sebagian masyarakat. Lebih dari itu, muncul keberaniannya untuk menonjolkan *sex appeal* dan melakukan hal-hal yang hampir membahayakan, sehingga masalah dengan orangtua atau orang dewasa lainnya seringkali terjadi.

c. Mulai sempurnanya kemampuan mental dan kecerdasan

Pada remaja awal, kemampuan mental atau kemampuan berpikirnya mulai sempurna. Gejala ini terjadi pada usia antara 12-16 tahun. Alfred Binet menjelaskan lebih jauh bahwa pada usia 12 tahun, kemampuan anak untuk mengerti informasi abstrak, baru sempurna. Dan pada usia 14 tahun, mulailah sempurna kemampuan untuk mengambil kesimpulan dan informasi abstrak, sehingga remaja awal suka menolak hal-hal yang tidak masuk akal. Bila dipaksa untuk menerima pendapat tanpa alasan rasional, mereka sering menentangnya, baik terhadap orangtua, guru, atau orang dewasa lainnya.

d. Membingungkannya status

Hal yang tidak hanya sulit ditentukan, tetapi membingungkan, adalah status remaja awal, sehingga orang dewasa

sering memperlakukannya secara berganti-ganti, karena masih ragu memberi tanggung jawab dengan alasan mereka masih kanak-kanak. Namun demikian, manakala remaja awal bertingkah laku kekanak-kanakan, dia sering mendapat teguran sebagai orang yang sudah besar, sehingga remaja awal pun semakin bertambah bingung.

e. Banyaknya masalah yang dihadapi

Banyak faktor yang menjadi masalah bagi remaja. Selain adanya ciri-ciri remaja tersebut di atas, sifat emosional remaja awal juga menjadikannya menghadapi banyak masalah. Karena emosionalitasnya lebih mendominasi kemampuan, dia kurang mampu untuk menyepakati pendapat orang lain yang kontradiktif dengan pendapatnya, sehingga seringkali muncul masalah baru, yaitu konflik sosial. Penyebab lain adalah semakin minimnya peran orangtua atau orang dewasa lain dalam membantu pemecahan masalahnya, meskipun hal itu terjadi karena ulahnya sendiri, yaitu menolak bantuan itu. Hal ini terjadi karena mereka menganggap bahwa orang dewasa terlalu tua untuk mengerti dan memahami perasaan, emosi, sikap, kemampuan pikir dan status, sedangkan dirinya lebih mampu untuk melakukan semua itu.

f. Masa yang kritis

Kebimbangan remaja dalam menghadapi dan memecahkan atau menghindari suatu masalah menjadi indikasi kritisnya masa ini. Bila remaja tidak mampu menghadapi dan menyelesaikan masalahnya, dia akan menjadi orang dewasa yang bergantung pada orang lain. Sebaliknya, apabila dia mampu menghadapi dan menyelesaikan masalahnya, hal itu akan menjadi bekal untuk menghadapi berbagai masalah selanjutnya hingga dewasa.

Scheinfield berpendapat tentang berbagai perubahan interaksi antara remaja laki-laki dan perempuan sepanjang periode pubertas dan masa remaja awal:⁸

8 Scheinfield, *Your Heredity and Environment*, Philadelphia, Lippin-Cott, 1965.

- Pada usia 9-11 tahun : anak laki-laki merasa bermusuhan atau tidak peduli terhadap teman perempuan, sedangkan anak perempuan mulai menunjukkan perhatiannya kepada teman sejenisnya.
- Pada usia 11-14 tahun : menjalin kerja sama dalam berbagai kelompok, dan ada pula yang mulai menjalin cinta.
- Pada usia 15-16/17 tahun : tidak sedikit di antara remaja laki-laki dan perempuan yang mulai berpacaran.

5. Ciri-Ciri Khas Remaja Akhir

Di Indonesia, batasan usia remaja akhir adalah antara 17 tahun sampai 21 tahun bagi wanita, dan 18 tahun sampai 22 tahun bagi laki-laki. Di antara batasan usia itu, terjadi proses penyempurnaan pertumbuhan fisik dan perkembangan aspek-aspek psikis yang telah dimulai sejak masa-masa sebelumnya, yang mengarah pada kematangan yang sempurna. Pada akhir masa ini hingga masa dewasa awal, pertumbuhan fisik dan perkembangan aspek-aspek psikis dan sosial terus berlangsung. Secara bertahap, selama masa remaja akhir, mereka tidak lagi dijuluki anak usia belasan tahun, tetapi menyandang julukan laki-laki muda atau wanita muda.

Pola-pola sikap, perasaan, pikir dan tingkah laku, remaja akhir memiliki ciri-ciri khas yang membedakannya dengan remaja awal, yaitu berikut ini.

a. *Mulai stabil*

Dalam aspek-aspek fisik dan psikis, laki-laki muda dan wanita muda menunjukkan peningkatan kestabilan emosi. Kesempurnaan pertumbuhan bentuk jasmani membedakannya dengan paruhan awal masa remaja awal. Pada masa ini

terjadi keseimbangan tubuh dan anggotanya. Begitu pula kestabilan dalam minat-minatnya; menentukan sekolah, jabatan, pakaian, pergaulan dengan sesama ataupun lain jenis. Kestabilannya juga terjadi dalam sikap dan pandangan, artinya mereka relatif tetap atau mantap dan tidak mudah berubah pendirian hanya karena dibujuk atau dihasut. Gejala ini mengandung sisi positif. Dibanding masa-masa sebelumnya, remaja akhir lebih dapat menyesuaikan diri dalam banyak aspek kehidupannya.

Sedikitnya, ada dua faktor yang berpengaruh terhadap proses kestabilan remaja akhir, yaitu sikap mendidik orangtua dan jarak tempat tinggal antara remaja dengan orangtuanya. Proses kestabilan remaja awal lebih cepat dicapai dalam keluarga yang orangtuanya bersikap demokratis dibanding remaja yang tinggal di keluarga yang orangtuanya terlalu melindungi. Demikian pula remaja yang tinggal jauh (merantau) dari orangtua biasanya lebih cepat stabil dibanding remaja yang tetap tinggal bersama orangtua. Gambaran ini bisa dipahami karena remaja yang tinggal di lingkungan keluarga yang demokratis dan remaja yang merantau memiliki banyak kesempatan untuk mandiri; menangani berbagai keperluannya, merencanakan dan membuat alternatif, mengambil keputusan dan bertanggung jawab atas segala apa yang diputuskannya.

b. Lebih realistis

Memandang diri lebih tinggi atau lebih rendah dari keadaan yang sebenarnya sering terjadi pada masa remaja awal. Contohnya, remaja awal memandang dirinya jelek, padahal sebenarnya tampan/cantik, atau berpandangan sebaliknya. Begitu pula pandangannya terhadap hal lainnya, seperti pakaian, teman-teman sebaya, benda-benda, dan keluarga. Biasanya, mayoritas pandangannya bersifat negatif, seperti merasa rendah, kurang, jelek dari keadaan sebenarnya. Inilah yang dinamakan tidak realistis, sebagai reaksi terhadap rasa tidak puas terhadap apa yang dimilikinya.

Berbeda halnya dengan masa remaja akhir, semua fenomena itu menjadi berkurang. Dia mulai menilai dirinya apa adanya, menghargai apa yang dimilikinya, keluarganya, orang-orang lain seperti keadaan yang sebenarnya. Pandangan realistik ini sangat positif karena akan menimbulkan perasaan puas, menjauhkan dirinya dari rasa kecewa, dan menghantarkannya pada puncak kebahagiaan.

c. Lebih matang menghadapi masalah

Masalah yang dihadapi remaja akhir relatif sama dengan masalah yang dihadapi remaja awal. Cara menghadapi masalah itulah yang membedakannya. Bila masa remaja awal menghadapinya dengan sikap bingung dan tingkah laku yang tidak efektif, remaja akhir menghadapinya dengan lebih matang. Kematangan itu ditunjukkan dengan usaha pemecahan masalah-masalah yang dihadapi; baik dengan cara sendiri maupun dengan diskusi dengan teman-teman sebaya. Langkah-langkah pemecahan masalah itu mengarahkan remaja akhir pada tingkah laku yang lebih dapat menyesuaikan diri dalam situasi perasaan sendiri dan lingkungan di sekitarnya.

Kemampuan berpikir remaja akhir yang telah lebih sempurna dan pandangan yang lebih realistik itulah yang menjadikan remaja akhir mampu memecahkan berbagai masalah secara lebih matang dan realistik, sehingga tidak heran bila mereka merasa tenang.

d. Lebih tenang perasaannya

Secara umum, pada paruh akhir masa remaja akhir, remaja lebih tenang dalam menghadapi masalah-masalahnya dibanding pada paruh awal masa remaja akhir. Remaja akhir, jarang memperlihatkan kemarahan, kesedihan dan kecewa, sebagaimana terjadi pada masa remaja awal. Mengapa? Karena remaja akhir telah memiliki kemampuan pikir dan kemampuan menguasai segala perasaannya dalam menghadapi berbagai kekecewaan atau hal-hal lain yang mengakibatkan kemarahan. Dia juga telah berpandangan realistik dalam menentukan sikap,

minat, cita-cita sehingga adanya berbagai kegagalan disikapinya dengan tenang.

Sikap positif itu menambah kebahagiaan pada diri remaja akhir. Adanya penghargaan dari orang dewasa, orangtua, guru dan pembimbing di sekolah terhadap diri dan usaha-usaha mereka semakin menambah kebahagiaan mereka.

Sikap positif itu juga memudahkannya untuk menuju kedewasaan. Figur orang dewasa yang dikaguminya adalah media paling utama yang dijadikan pijakan. Sifat, sikap, cara-cara berpikir orang-orang dewasa dan berbagai hal yang dikaguminya turut membentuk pribadi dewasa bagi dirinya.

Pada sebagian remaja yang bermasalah mungkin saja terjadi penyimpangan, yang kuantitas dan intensitasnya akan berpengaruh pada masalah yang dihadapinya. Jadi, ciri-ciri remaja akhir di atas bisa menyimpang atau berubah akibat adanya pengaruh yang tidak mendukungnya, seperti kondisi lingkungan keluarga dan masyarakat serta kelompok teman sebayanya, konflik-konflik dalam penilaian diri; antara penilaian dirinya dengan penilaian oleh orang lain di lingkungannya. Dengan demikian, bila ciri-ciri positif dari masa remaja akhir itu hendak dipertahankan atau ditumbuhkembangkan, segala pengaruh yang tidak mendukung dan membahayakan perkembangannya patut dihindari.



4

Pertumbuhan dan Perkembangan Remaja

Untuk mendapatkan pemahaman yang komprehensif tentang remaja, memahami pertumbuhan dan perkembangannya sangatlah mutlak, baik pertumbuhan dan perkembangan fisik, emosi, kepribadian, sosial, maupun moral. Kedua hal itulah yang akan dibahas dalam bab ini.

1. Makna Pertumbuhan dan Perkembangan

Banyak pendapat yang mengemukakan tentang makna pertumbuhan dan perkembangan, dan masing-masing memiliki alasan sendiri-sendiri.

Drs. H. M. Arifin, M.Ed. merangkum berbagai pendapat ahli biologi tentang makna pertumbuhan dan perkembangan sebagai berikut, "Pertumbuhan diartikan sebagai suatu penambahan dalam ukuran bentuk, berat atau ukuran demensif tubuh serta bagian-bagiannya. Adapun kata perkembangan menunjuk pada perubahan-perubahan dalam bentuk/bagian tubuh dan integrasi bagiannya ke dalam satu kesatuan fungsional bila pertumbuhan itu berlangsung."⁹ Dari

9 H.M. Arifin, *Psikologi dan Beberapa Aspek Kehidupan Rohaniah Manusia*, Bulan Bintang, Jakarta, (cet. Kedua), 1977, h. 102.

rangkuman ini, tergambar bahwa kedua istilah itu saling berkaitan. Pertumbuhan dapat diukur, sedangkan perkembangan dapat diamati gejala-gejalanya, yaitu adanya perubahan dan integrasi. Pertumbuhan merupakan syarat bagi perkembangan.

Menurut Boring, Langfeld, dan Welkd, istilah pertumbuhan dan perkembangan berkaitan dengan kematangan. Mereka beralasan bahwa manusia disebut matang jika fisik dan psikisnya telah mengalami pertumbuhan dan perkembangan sampai pada tingkat tertentu.¹⁰ Misalnya, tanpa diajari, seorang remaja sudah bisa berkencan ketika organ-organ seks telah tumbuh. Sikap, perasaan, serta pikiran mereka telah berkembang (telah ada ketertarikan dengan lawan jenis). Dari sini dapat disimpulkan, *pertama*, istilah pertumbuhan dan perkembangan mengacu pada perubahan sebagai akibat adanya pengaruh yang menimpa kehidupan organisme. *Kedua*, pertumbuhan lebih berkaitan dengan aspek fisik, sedangkan perkembangan lebih berkaitan dengan aspek psikis. *Ketiga*, meskipun terdapat perbedaan pengertian, keduanya tidak dapat dipisahkan.

H.C. Witherington menguraikan makna istilah pertumbuhan dan perkembangan beriringan dengan istilah pendewasaan, pendidikan, dan belajar. Menurutnya, perubahan struktur dan perbaikan tingkah laku merupakan fungsi-fungsi dari pertumbuhan organisme. Jadi pertumbuhan bukanlah pendewasaan lawan belajar, karena belajar bergantung pada pendewasaan. Pertumbuhan merupakan istilah yang bermakna luas, yang meliputi pendewasaan, belajar, dan perkembangan.¹¹ Dari pendapat Witherington ini dapat disimpulkan bahwa pertumbuhan lebih merupakan suatu sifat umum dari seluruh organisme, seluruh personalitas atau kepribadian, sedangkan perkembangan merupakan

10 E.G. Boring, H.S. Langfeld, dan H.P. Weld, *Foundations of Psychology*, New York, Wiley, 1948.

11 H.C. Whiterington, *Psikologi Pendidikan* (alih bahasa; M. Buchari), Aksara Baru, Jakarta, 1976, h. 141-144.

bagian dari pertumbuhan yang menunjuk pada perluasan fungsi-fungsi secara rinci.

Karl C. Garrison,¹² tidak menjelaskan secara jelas makna pertumbuhan (*development*) dan perkembangan. Kedua istilah ini digunakan untuk aspek-aspek fisik dan psikis, seperti *physiological growth and development, physical and motor development, intellectual development*, dan ada pula konsep *emotional and social growth*. Jadi, meskipun Garrison tidak menunjukkan secara jelas perbedaan kedua istilah tersebut, tersirat bahwa pertumbuhan berkaitan dengan adanya dan bertambahnya suatu aspek tertentu, sementara perkembangan bersifat sederhana, sedangkan perkembangan ditujukan pada kompleksitas dari pertumbuhan itu sendiri. Yang jelas, keduanya sama-sama berkaitan dengan aspek-aspek fisik dan psikis.

Menurut Crow & Crow, makna pertumbuhan terbatas pada perubahan-perubahan struktural dan psikologis, yaitu kerja fisik dalam pembentukan secara psikologis sejak lahir hingga konsepsional, melalui periode-periode sebelum kelahiran (*prenatal*) dan kelahiran (*postnatal*) hingga dewasa. Adapun perkembangan berkaitan erat dengan pertumbuhan dan kemampuan bawaan (*potensi*) dari tingkah laku yang peka (*sensitif*) terhadap pengalaman yang berlangsung. Bagi Crow & Crow, makna pertumbuhan dan perkembangan ditinjau dari segi prosesnya, bertumpang tindih. Pandangan serupa dengan Crow & Crow juga tampak dalam buku *Developmental Psychology* karya E.B. Hurlock. Dalam buku ini, istilah pertumbuhan dan perkembangan ditujukan pada aspek-aspek fisik dan psikis, serta bermakna bertumpang tindih dalam proses kerjanya.¹⁴

12 Karl. C. Garrison, *Psychology of Adolescence*, Englewood Cliffs, N.J. Prentice, Fifth Edition, 1958, h. 23-125.
13 Lester D. Crow & Alice Crow, *Child Developmental and Adjustment*, N.Y. 1962.
14 Elizabeth B. Hurlock, *op. cit.*

Dari berbagai pendapat di atas, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut.

- a. Pertumbuhan dan perkembangan bekerja dalam suatu proses perubahan yang berkaitan dengan aspek-aspek fisik dan psikis individu. Hal ini berarti berkaitannya antara satu fase pertumbuhan dan perkembangan dengan fase berikutnya, yaitu fase sebelumnya menjadi dasar bagi fase selanjutnya.
- b. Pertumbuhan dan perkembangan saling bertumpang tindih satu sama lain.
- c. Pertumbuhan lebih berkaitan dengan perubahan fisik individu, seperti kelenjar-kelenjar seks dan otak, sedangkan perkembangan lebih berkaitan dengan perubahan psikis yang tidak pernah lepas dari pengaruh lingkungan sekitar, seperti perilaku seksual, sikap, perasaan/emosi, minat, cita-cita, pribadi, sosial, moral.
- d. Dari segi hasilnya, pertumbuhan lebih mudah diukur secara langsung, sedangkan perkembangan lebih sulit karena hanya gejala-gejalanya saja yang dapat diukur.

2. Pertumbuhan dan Perkembangan Fisik

a. Pertumbuhan dan perkembangan fisik remaja secara umum

Saat masa puber berakhir, pertumbuhan fisik masih jauh dari sempurna, demikian pula pada akhir masa awal remaja. Secara umum, laju pertumbuhan dan perkembangan internal lebih menonjol daripada perkembangan eksternal. Akan tetapi, hal ini tidak mudah diamati sebagaimana halnya pertumbuhan tinggi dan berat tubuh atau perkembangan ciri-ciri seks sekunder.

Berikut ini gambaran singkat tentang perubahan tubuh eksternal dan internal yang penting selama masa puber dan sesudahnya. Perubahan-perubahan ini terjadi secara normal.

❖ *Perubahan eksternal*

1. Tinggi. Anak perempuan, rata-rata mencapai tinggi yang matang antara usia 17 dan 18 tahun, sedangkan anak laki-laki setahun setelahnya. Hal ini juga berkaitan dengan masalah imunisasi sejak bayi. Anak yang diberi imunisasi biasanya lebih tinggi tubuhnya dibandingkan bayi yang tidak diberi imunisasi.
2. Berat. Perubahan berat badan, biasanya bersamaan dengan perubahan tinggi badan. Namun demikian, berat badan tersebar ke bagian-bagian tubuh yang sebelumnya kurang atau sama sekali tidak mengandung lemak.
3. Proporsi tubuh. Secara perlahan, berbagai anggota tubuh mencapai proporsi yang sebanding. Contohnya, tubuh melebar dan memanjang sehingga anggota tubuh tidak tampak terlalu panjang.
4. Organ seks. Pada akhir masa remaja, organ seks pada laki-laki maupun wanita mencapai ukuran yang sama matang, tetapi sampai beberapa tahun kemudian fungsinya belum matang.
5. Ciri-ciri seks sekunder. Pada akhir masa remaja, ciri-ciri seks sekunder yang utama berada pada tingkat perkembangan yang matang.

❖ *Perubahan internal*

1. Sistem pencernaan. Secara umum, perut menjadi semakin panjang dan tidak lagi terlalu seperti pipa usus yang semakin lebih panjang dan besar. Otot-otot diperut dan dinding usus semakin tebal dan kuat; hati semakin berat dan kerongkongan pun semakin panjang.
2. Sistem peredaran darah. Selama masa remaja, jantung tumbuh pesat. Pada usia 17 atau 18 tahun, beratnya mencapai 12 kali dari waktu dilahirkan. Panjang dan tebal dinding pembuluh darah meningkat dan mencapai tingkat kematangan saat jantung sudah mati.
3. Sistem pernapasan. Mendekati usia 17 tahun, kapasitas paru-paru anak perempuan hampir matang, sedangkan

- anak laki-laki baru mencapai tingkat kematangannya beberapa tahun setelahnya.
4. Sistem endokrin. Akibat aktivitas gonad yang meningkat pada masa puber adalah ketidakseimbangan sementara dari seluruh sistem endokrin pada awal masa puber. Kelenjar-kelenjar seks berkembang pesat dan berfungsi, meskipun belum mencapai ukuran matang sampai akhir masa remaja atau awal masa dewasa.
 5. Jaringan tubuh. Pada usia 18 tahun, umumnya perkembangan kerangka berhenti. Jaringan, selain tulang, terus berkembang sampai matangnya ukuran tulang, terutama pada perkembangan jaringan otot.

Berkenaan dengan pertumbuhan dan perkembangan fisik remaja ini, ada hal-hal yang secara umum biasa terjadi dan penting diketahui dan dipahami, yaitu perubahan fisik yang variatif, pengaruh perubahan fisik, perubahan fisik yang mengkhawatirkan, peran seks, pengaruh penggolongan seks, dan bahaya fisik yang mungkin timbul.

1) Perubahan fisik yang variatif

Perubahan fisik yang variatif terjadi pada semua manusia, termasuk perbedaan individual, terutama perbedaan seks. Pesatnya pertumbuhan anak laki-laki memang lebih lambat daripada anak perempuan, tetapi pertumbuhan laki-laki berlangsung lebih lama sehingga biasanya laki-laki lebih tinggi daripada perempuan pada saat matang. Sebab, anak laki-laki tumbuh lebih besar daripada anak perempuan. Perbedaan ini terus meningkat, terutama setelah masa puber.

Usia kematangan juga memengaruhi perbedaan individual. Anak yang matangnya terlambat cenderung mempunyai bahu yang lebih lebar daripada anak yang matang lebih awal. Tungkai kaki anak yang matang lebih awal cenderung pendek gemuk, sedangkan tungkai kaki anak yang matang terlambat cenderung lebih ramping. Anak perempuan yang matang lebih awal biasanya lebih berat, lebih tinggi dan lebih gemuk dibanding dengan anak perempuan yang matangnya terlambat.

2) Pengaruh perubahan fisik

Seiring perubahan fisik yang semakin berkurang, kecanggungan pada masa puber dan awal masa remaja menghilang. Pada masa ini, remaja sudah mempunyai waktu tertentu untuk menguasai tubuhnya yang bertambah besar. Dia juga termotivasi untuk memanfaatkan apa yang baru diperolehnya, kemudian menjadi penolongnya dalam mengatasi setiap kecanggungan yang muncul.

Tumbuhnya bentuk otot mendatangkan kekuatan baru. Anak laki-laki menunjukkan kekuatan yang terbesar setelah usia 14 tahun, sedangkan anak perempuan menunjukkan kemajuan sampai usia ini dan kemudian melambat. Umumnya, anak laki-laki belum mencapai kekuatan maksimum sebelum usia 21 atau 22 tahun, sedangkan anak perempuan sudah mencapai kekuatan maksimum pada usia 17 tahun.

3) Perubahan fisik yang mengkhawatirkan

Di samping mendatangkan kesenangan, perubahan fisik juga terkadang mengkhawatirkan. Tidak sedikit remaja mengalami ketidakpuasan akan sebagian tubuhnya. Ketidakmampuan menyikapi ketidakpuasan ini akan menjadi salah satu yang menyebabkannya merasa rendah diri.

Kepuasan terhadap perubahan fisik terjadi ketika tubuh anak beralih menjadi dewasa. Dion dkk., menjelaskan, "Penampilan fisik seseorang beserta identitas seksualnya merupakan ciri pribadi yang paling jelas dan paling mudah dikenali oleh orang lain dalam interaksi sosial." Adanya ketidakpuasan remaja akan sebagian tubuhnya tidak hanya cukup diatasi dengan pakaian dan alat-alat kecantikan yang digunakan untuk menyembunyikan bentuk-bentuk fisik yang tidak disukai mereka dan untuk menonjolkan bentuk fisik yang dianggap menarik.

Kekhawatiran terhadap bentuk tubuh yang dihadapi remaja merupakan lanjutan dari berbagai kekhawatiran yang dialami pada masa remaja dan pada awal tahun-tahun remaja.

Adanya reaksi sosial terhadap berbagai bentuk tubuh mengakibatkan remaja khawatir akan pertumbuhan tubuhnya yang tidak sesuai dengan teman-teman sebayanya.

Mayoritas anak perempuan menganggap bahwa haid sebagai masalah yang serius, karena menimbulkan gejala seperti kejang, sakit kepala, sakit punggung, pembengkakan lutut, kehalusan payudara, dan menimbulkan perubahan emosi, seperti sedih, gelisah dan kecenderungan menangis tanpa alasan yang pasti.

Sumber kekhawatiran lainnya adalah tumbuhnya jerawat, terlebih lagi bila tumbuh subur, dan gangguan kulit lainnya, baik bagi anak laki-laki maupun anak perempuan. Tetapi anak laki-laki akan lebih khawatir daripada anak perempuan, karena mereka sadar bahwa jerawat mengurangi daya tarik fisik, sementara kosmetik yang biasa digunakan oleh anak perempuan, tidak mungkin digunakannya.

Pada tahun-tahun awal masa remaja, baik laki-laki maupun perempuan merasa khawatir menjadi gemuk. Akan tetapi, dengan meningkatnya tinggi badan dan kerasnya usaha untuk mengendalikan nafsu makan, mereka mulai mengurus diri. Selain itu, pemilihan pakaian yang tepat juga dapat membantu memberikan kesan bahwa mereka lebih langsing dari yang sebenarnya.

Kekhawatiran juga timbul akibat adanya kesadaran bahwa daya tarik fisik berperan penting dalam interaksi sosial. Dibandingkan anak-anak, remaja menyadari bahwa mereka yang menarik biasanya diperlakukan lebih baik daripada anak-anak yang kurang menarik. Mereka juga menyadari bahwa daya tarik fisik berperan penting dalam pemilihan pemimpin. Akibatnya, bila merasa dirinya tidak menarik seperti apa yang diharapkan, mereka akan mencari cara untuk memperbaiki penampilannya.

4) Peran seks

Masalah yang biasa timbul dalam seks adalah bagaimana memerankan peran seks.

Penggolongan peran seks atau belajar melakukan peran seks lebih mudah bagi anak laki-laki daripada bagi wanita. Sebab, sejak awal masa kanak-kanak, laki-laki telah disadarkan akan perilaku seksual yang seharusnya dilakukannya untuk upaya penyesuaian diri, peran laki-laki memberi martabat yang lebih terhormat daripada peran wanita dalam lingkungan sosial.

Sebaliknya, anak perempuan sering memasuki masa remaja dengan membawa konsep peran wanita yang kabur, Realita tersebut terjadi karena perempuan diperbolehkan tampil, bertindak dan merasa seperti laki-laki tanpa adanya dorongan yang bersifat feminin. Meskipun berusaha mempelajari tuntutan sosial, dorongan untuk membentuk perilaku sesuai dengan peran seks wanita yang tradisional sering melemah karena remaja sadar bahwa peran wanita kurang bergengsi daripada peran laki-laki dan anak-anak.

Pendidikan seks di sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas penting untuk membentuk konsep mengenai peran laki-laki dan wanita yang tradisional. Pendidikan ini menekankan bahwa peran feminin berorientasi pada keluarga dan bahwa wanita lebih dapat memperoleh kepuasan sebagai istri, ibu dan pengatur rumah tangga daripada keberhasilan dalam dunia usaha atau dunia profesional. Deutsch dan Gilbert berpendapat bahwa banyak remaja ditarik ke arah yang kontradiksi, yakni situasi mematangkan konflik, sebagai akibat pendidikan seperti ini dan adanya tekanan dari teman-teman sebaya, terlebih dari lawan jenis.

Gadis remaja yang tidak mau menjalani peran wanita tradisional, mereka tidak saja ditolak oleh lawan jenis, tetapi juga oleh gadis-gadis yang lain. Sebelum awal masa remaja berakhir, sebagian besar perempuan menerima stereotip peran wanita sebagai panutan bagi perilaku mereka sendiri dan berpura-pura menjadi sangat feminin, meskipun mereka lebih menyukai peran sederhana yang menggabungkan ciri-ciri peran laki-laki dan peran wanita.

Sikap pura-pura feminin ini dinamakan Rosen dan Aneshensel sebagai gejala bunglon (*chameleon syndrome*), yaitu kemauan untuk memainkan peran demi menikmati dukungan sosial bagi kedua kelompok seks tersebut dan menyesuaikan diri dengan pola-pola lingkungan yang diakui, tanpa mempertimbangkan perasaan-perasaan yang sebenarnya. Mereka mempertahankan bahwa ini adalah pola perilaku hasutan- keluarga; suatu hasil dari proses ketika orangtua memerintahkan anak gadisnya untuk berperilaku dan bersikap sesuai dengan seksnya.

5) Pengaruh penggolongan seks

Bagi anak laki-laki maupun anak perempuan, penggolongan seks akan memengaruhi perilaku dan sikap, meskipun dalam cara yang berbeda. Menurut Hurlock, "Di Amerika, mungkin juga berlaku secara umum di negara lain, bahwa sedikitnya ada empat gejala yang timbul dari pengaruh itu, yaitu:

1. *Laki-laki merasa superior.* Remaja laki-laki mempunyai perasaan lebih unggul, meskipun tidak lagi menggoda dan mengganggu lawan jenisnya, seperti yang mereka lakukan selama masa akhir masa kanak-kanak. Contohnya, mereka mulai menaruh minat pada anak perempuan dan ingin berkencan dengannya.

Biasanya, perasaan unggul itu diungkapkan dengan mengharapkan anak laki-laki menjadi pemimpin dalam kegiatan sosial, sekolah atau masyarakat yang terdiri dari dua kelompok seks. Meskipun anak perempuan dapat berperan sebagai pemimpin dalam kegiatan ini, peran laki-laki lebih penting dan lebih bergengsi.

Selain itu, perasaan unggul itu ditunjukkan anak laki-laki dalam pencapaian prestasi yang lebih tinggi daripada prestasi anak perempuan di bidang pelajaran, permainan, dan olah raga, atau dalam mencapai otonomi kehidupan yang lebih besar. Dalam semua bidang kehidupan, anak laki-laki lebih banyak menuntut kebebasan dibanding anak perempuan.

2. *Laki-laki berprasaangka seks.* Perasaan unggul pada laki-laki dalam hubungan dengan penggolongan peran seks membuat mereka merendahkan prestasi wanita, meskipun prestasi wanita menyamai atau melebihi prestasi mereka. Berbeda dengan usia berkelompok pada akhir masa kanak-kanak yang merendahkan prestasi wanita dengan cara mengkritik atau mencemoohkan atau dengan melebih-lebihkan prestasinya sendiri, remaja laki-laki lebih halus dengan cara pengungkapannya. Cara yang ditempuhnya, antara lain membesar-besarkan prestasi mereka sendiri atau mengabaikan prestasi anak perempuan. Tujuannya, remaja laki-laki berminat untuk berkencan dan menjalin hubungan pribadi yang lebih erat dengan anak perempuan.
- 3 *Berprestasi rendah.* Hingga periode masa remaja, pola perilaku yang ditandai dengan prestasi yang rendah dalam berbagai kegiatan yang melibatkan kedua kelompok seks sudah berkembang baik. Hal ini senada dengan pendapat Campbell, "Penurunan prestasi anak perempuan tampaknya karena ia menerima stereotip wanita yang antara lain beranggapan bahwa pandai bukanlah sifat feminin (wanita)."

Berkembangnya penilaian yang dimiliki anak laki-laki bagi pasangan kencan dan pasangan hidup mendorong anak perempuan untuk berprestasi rendah dalam setiap kegiatan yang melibatkan kedua kelompok seks. Hal ini dilakukan untuk menyesuaikan diri dengan stereotip tradisional tentang keunggulan laki-laki. Akan tetapi, dalam kegiatan-kegiatan yang hanya melibatkan anak perempuan, seperti sekolah-sekolah yang khusus untuk anak perempuan, tidak ada alasan untuk berprestasi rendah.

Banyak juga remaja laki-laki yang berprestasi rendah, bahkan lebih banyak daripada anak perempuan. Prestasi rendah yang dicapai laki-laki dalam bidang-bidang yang melibatkan kedua kelompok seks, seringkali merupakan

akibat-akibat dari rasa bosan atau pemberontakan terhadap tekanan-tekanan orangtua bukan karena adanya keinginan untuk menunjukkan bahwa ia lebih rendah daripada anak perempuan.

4. *Takut berhasil.* Pada anak perempuan, di balik prestasi yang rendah, terdapat pula rasa takut berhasil. Rasa takut ini muncul akibat adanya anggapan bahwa keberhasilan mereka akan menjadi penghalang yang sangat besar dalam proses mencari pasangan hidup. Walaupun bersifat sementara, yaitu sampai anak perempuan mendapatkan idamannya untuk menikah, ketakutan ini dapat membuat kecenderungannya untuk berprestasi rendah semakin kuat.

6) *Bahaya fisik yang mungkin timbul*

Hurlock, merinci sedikitnya lima bahaya yang mungkin timbul.

1. Kematian. Bahaya ini banyak terjadi selama masa remaja, misalnya semakin meningkatnya kecelakaan lalu lintas.
2. Bunuh diri. Peristiwa bunuh diri atau percobaan bunuh diri semakin meningkat pada masa remaja. Banyak remaja bunuh diri atau mencoba bunuh diri karena masalah keluarga atau sekolah.
3. Cacat fisik. Cacat fisik, seperti gigi yang bengkok, penglihatan kurang baik, atau kurang pendengaran, sering terjadi pada remaja, tetapi hal itu masih dapat diperbaiki sehingga remaja tetap bisa melakukan apa yang dilakukan teman sebaya, atau aktivitas kelompoknya.
4. Kecanggungan dan kekuatan. Kedua bahaya ini lebih serius dalam masa remaja dibandingkan dengan periode-periode dalam rentang kehidupan.
5. Bentuk tubuh yang tidak sesuai dengan seksnya. Gejala ini jauh lebih mengganggu bagi remaja daripada anak-anak. Alasannya, remaja dinilai melalui penampilan diri yang sesuai dengan kelompok seksnya dan mereka menyadari bahwa pertumbuhannya hampir berakhir.

Pada masa ini, baik remaja laki-laki maupun remaja wanita, pertumbuhan lebih ke arah memanjang dibanding melebar. Sering pula terjadi pertumbuhan anggota badan yang tidak seimbang, yang dapat mengakibatkan ketidakseimbangan badan atau ketidakharmonisan gerak. Dr. Zakiah Darajat berpendapat bahwa di antara hal yang kurang menyenangkan bagi remaja, adalah beberapa bagian tubuh yang sangat cepat pertumbuhannya, sehingga mendahului bagian lain, seperti kaki, tangan dan hidung yang membuat remaja merasa cemas sehingga mereka akan sering berdiri di muka kaca untuk melihat apakah pertumbuhannya itu wajar atau tidak.¹⁵ Dr. Winarno Surachmad berpendapat bahwa kesulitan-kesulitan khusus dalam arti gangguan kesehatan sebagai akibat perubahan-perubahan biologis pada remaja tidak terlalu besar. Mereka termasuk manusia yang segar, sehat, dan kuat. Pemikiran remaja tidak terlalu terfokus pada kesehatan mereka dibandingkan dengan kekhawatiran mereka.¹⁶ Kekhawatiran remaja awal adalah ketidaksempurnaan tubuh, bentuk badan yang terlalu gemuk, terlalu kurus, terlalu pendek, terlalu tinggi, wajah yang kurang tampan/cantik, ada jerawat, dan gejala lainnya.

b. Pertumbuhan dan perkembangan fisik remaja awal

1) Pertumbuhan kelenjar-kelenjar seks dan perkembangan seksual

Pertumbuhan kelenjar-kelenjar seks (*gonad*) remaja, sesungguhnya merupakan bagian integral dari pertumbuhan dan perkembangan jasmani secara menyeluruh. Bila pertumbuhan jasmani, sebagaimana disebutkan sebelumnya, tampak dari luar, pertumbuhan kelenjar-kelenjar seks ini merupakan suatu proses yang bekerja di dalam. Para ahli berpendapat bahwa pertumbuhan kelenjar-kelenjar seks inilah yang justru menimbulkan penonjolan perkembangan jasmani luar (terutama ciri-ciri seks sekunder).

15 Zakiah Darajat, *Pembinaan Remaja*, (cetakan Kedua), Bulan Bintang, Jakarta, 1976, h. 71

16 Winarno Surachmad *Op. Cit.* h. 71.

Lebih dari itu, kematangan seksual dalam usia remaja awal dan paruh pertama remaja akhir mempunyai korelasi positif dengan perkembangan sosial mereka. Hal ini ditunjukkan oleh hasil penelitian James dan Moore¹⁷ terhadap remaja berusia 12-21 tahun. Hasil penelitian itu menunjukkan adanya kegiatan-kegiatan heteroseksual remaja yang semakin maju, seiring dengan bertambahnya usia mereka. Remaja awal menunjukkan kegiatan-kegiatan secara sendiri-sendiri atau terpisah-pisah dengan teman mereka, misalnya membaca, mendengarkan radio, hobi seperti membuat kliping, koleksi prangko, dan sebagainya. Sering pula mereka bekerja secara berkelompok-kelompok dalam 2-5 orang dengan teman sebaya sejenis kelamin.

Sebenarnya, pertumbuhan kelenjar-kelenjar seks yang menimbulkan dorongan-dorongan seksual pada seseorang, mengalami proses yang cukup panjang, sebab kelenjar-kelenjar seks itu telah ada sejak masa kanak-kanak dan mengalami kematangan dalam usia remaja awal. Para ahli psikologi yang berpendapat demikian antara lain adalah S. Freud, D.M. Levy, H.L. Koch, dan A.C. Kinsey. D.M. Levy berpendapat bahwa bukanlah mustahil jika anak kecil melakukan masturbasi. Lebih lanjut, A.C. Kinsey berpendapat bahwa kanak-kanak pun sudah dapat mengalami orgasme.¹⁸ Pada umumnya, proses pematangan kelenjar-kelenjar seksual ini terjadi pada usia 11/12 tahun sampai 14/15 tahun. Dan pertumbuhan itu, biasanya lebih cepat pada remaja wanita dibanding remaja laki-laki.

Dalam masa remaja awal, perkembangan perilaku seksual yang merupakan akibat langsung dari pertumbuhan kelenjar-kelenjar seks, adalah hal yang sangat penting. Perlakuan dimaksud menunjukkan kekhasan remaja, baik dalam perlakuan seksual yang bersangkutan dengan dirinya sendiri maupun dengan orang lain.

17 H. E. O. James & F.T. Moore, *Adolescent Leisure in a Working Class District*, *Occupational Psychology*, Jilid 14, 1940, h. 132-145.

18 A.C. Kinsey, W.B. Pomeroy, dan C.E. Martin, *Sexual Behaviour in Human Male*, W.B. Saunders & Coy. New York. 1984.

Dalam pertengahan dan paruh akhir masa remaja awal, perkembangan perilaku seksual yang berkaitan dengan pergaulan sosial remaja, semakin kuat mendorong mereka untuk mendekati lawan jenis. Remaja laki-laki mulai termotivasi untuk mendekati remaja wanita. Demikian pula remaja wanita yang seolah-olah memiliki daya magnet menunjukkan perilaku penyerahan, bahkan keaktifan menanggapi pendekatan lawan jenisnya. Kondisi seperti ini tampak jelas dalam pergaulan remaja pada umumnya, yang walaupun dalam banyak tempat dan situasi, mereka dibatasi oleh peraturan-peraturan dari lingkungan sosial dan hati nurani mereka sendiri. Dalam hal ketegangan akibat adanya dorongan-dorongan seksual serta hubungannya dengan hati nurani mereka, Paul H. Landis melihat adanya perbedaan antara remaja laki-laki dan remaja wanita. Dia juga berpendapat, bahwa beberapa penelitian menunjukkan bahwa anak-anak (remaja) perempuan kurang mengalami ketegangan-ketegangan seperti yang dialami anak laki-laki. Mereka ingin dipeluk dan dicintai, tetapi ketegangan yang berkaitan dengan nafsu seks tidak terlalu menjadi persoalan bagi mereka. Pada umumnya, persoalan bagi para gadis adalah batas-batas dalam berhubungan dengan laki-laki, karena bagi mereka seks tentu menyangkut kehamilan dan kehormatan diri dan keluarga, bukan hanya menyangkut moral.¹⁹

Onani dan masturbasi adalah dua perilaku perkembangan perilaku seksual yang paling menonjol yang berkaitan dengan diri remaja. Banyak ahli psikologi remaja berpandangan bahwa perilaku onani atau masturbasi ini merupakan perbuatan yang banyak dilakukan remaja. P.H. Landis mencatat bahwa onani atau masturbasi pada masa remaja merupakan gejala yang umum atau universal.²⁰ Pernyataan serupa juga dikemukakan oleh Ralph G. Eckert, bahwa selama masa remaja, baik remaja

19 Paul H. Landis, "Coming of Age Problem of Teenagers," dalam *Public of Affair Pamphlet No. 204 A*, (sajian pusat Bimbingan Universitas Kristen Satya Wacana). t.t., h. 17.

20 *Ibid.*, h. 16.

laki-laki maupun wanita, bermain-main dengan alat kelamin untuk kenikmatan diri sudah umum terjadi.²¹

Pendapat bahwa masturbasi dapat menimbulkan kelainan fisik dan penyakit psikis. Pendapat lama ini dibantah oleh R.G. Eckert yang menyatakan bahwa dengan perkembangan ilmu pengetahuan mengenai penyakit, kelainan jiwa dan lemah mental, lambat laun orang memandang masturbasi sebagai akibat dan bukan sebagai penyebab.²² Dengan demikian, keburukan onani atau masturbasi yang banyak dilakukan oleh para remaja tidak perlu terlalu dipikirkan. Justru yang penting diketahui dan diperhatikan oleh pendidik dan pembimbing berkaitan dengan dorongan seks remaja asuhan ini, adalah pikiran dan perasaan yang mengiringinya. Karena, motivasi remaja awal untuk menikah dipengaruhi oleh pikiran mereka tentang seks dan merasakan tentang cinta, sekaligus tentang perkawinan yang sering timbul bagi remaja. Akhirnya, berpengaruh negatif pada minat mereka untuk sekolah atau belajar.

2) *Pertumbuhan otak dan perkembangan kemampuan pikir*

Telah banyak penelitian yang mengkaji tentang pertumbuhan otak dan perkembangan kemampuan pikir manusia.

Dari aspek biologisnya, mayoritas ahli sepakat bahwa berat otak seseorang anak yang berusia dua tahun telah menyamai berat otak orang dewasa, dan pertumbuhan ini masih terus berlangsung. Herman T. Epstein²³ berpendapat bahwa pertumbuhan otak berjalan secara berirama melalui saat-saat pertumbuhan yang lambat. Pertumbuhan otak secara cepat terjadi pada usia 3-10 tahun, 2-4 tahun dan 6-8 tahun; dan pada usia 10-12/13 tahun dan 14-16/17 tahun.

21 Ralph G. Eckert, "So You Think it's Love," Dalam *Public Affair Pamphlet No.161*. (Saduran Pusat Bimbingan Universitas Kristen Satya Wacana), Salatiga, tt., h. 24.

22 *Ibid*

23 Wayan Ardbana, "Hasil-Hasil Penelitian Otak dan Kemungkinan Pengaruhnya terhadap Praktek-praktek Pendidikan," dalam *Majalah Pendidikan*. Fakultas Ilmu Pendidikan, IKIP Malang, Juni-September, 1981, h. 19-25.

Tentang perbedaan pertumbuhan otak antara laki-laki dan wanita, pendapat-pendapat terbaru menyimpulkan bahwa pertumbuhan otak anak wanita meningkat lebih cepat dalam usia 11 tahun dibandingkan dengan pertumbuhan otak laki-laki. Namun, pertumbuhan otak anak laki-laki pada usia 15 tahun meningkat dua kali lebih cepat dibandingkan dengan kecepatan pertumbuhan anak wanita seusianya.

Adapun dari aspek psikologisnya, Jean Piaget merumuskan teori tentang perkembangan pikir anak. Dia berpendapat bahwa ada empat periode perkembangan pikir yaitu; periode sense motorik (0-2 tahun), periode pra-operasional (2-7 tahun), periode operasional konkret (7-11 tahun), dan periode operasional formal (11-14 tahun).²⁴ Ciri-ciri berpikir secara sistematis dan mencakup logika yang kompleks terdapat dalam periode operasional formal yang terakhir.

Sejalan dengan pandangan di atas Jean de Groef, menyatakan bahwa otak manusia sudah menunggu untuk diisi dengan keterangan-keterangan yang relevan supaya bisa dilatih beroperasi dengan kapasitas penuh.²⁵ Pendapat de Groef ini dapat dimengerti sebab dia sangat antusias dalam pembinaan inteligensi anak-anak dan sangat menekankan faktor kognitif (setidak-tidaknya dalam memimpin sekolahnya yang beraliran seperti gagasan Friedrich Froebel). Selain itu, de Groef juga sangat mengkhawatirkan kekurangan tenaga intelektual dalam zaman komputer di negaranya.

Dari pemaparan di atas, dapat dikatakan bahwa sepanjang remaja awal, terjadi pertumbuhan dan perkembangan otak, dan kemampuan pikir remaja dalam menerima dan mengolah informasi abstrak dari lingkungannya. Hal ini berarti bahwa remaja awal telah dapat menilai benar atau salahnya pendapat-pendapat orangtua atau pendapat orang dewasa lainnya. Akibat kuatnya pengaruh perasaan remaja yang

24 B. Inhelder dan J. Piaget. *The Growth of Logical Thinking from Childhood to Adolescence*, Basic Book, Inc. Publicers, N.Y. 1958

25 Artikel, "Mendidik Anak untuk Jaman Komputer" (dari International National Herald Tribune), *Intisari*, Juni, 1974, h. 84-87.

egosentris, dia jarang mempertimbangkan perasaan orang lain, bahkan sering membantah secara terang-terangan pendapat yang menurutnya tidak rasional. Sebagian remaja tidak menyetujui pendapat orang lain secara tidak langsung, misalnya diam sambil menggerutu dalam hati. Sejalan dengan perkembangan pikirnya itu, sering remaja mengajukan pertanyaan, 'mengapa'. Dalam masa ini, berbantahan dengan orangtua atau orang dewasa lainnya merupakan hal yang wajar. Dengan demikian, orangtua, guru, atau orang dewasa lainnya harus mengerti dan menerima bila sesekali dikritik oleh remaja karena menganggapnya tidak rasional, tidak adil, dan sebagainya; suatu anggapan yang berangkat dari kerangka pikir atau kerangka acuan remaja; Ketika yang terjadi malah sebaliknya, yaitu adanya penilaian orangtua, guru, atau pendidik lainnya, seperti pernyataan bahwa remaja tidak sopan, suka melawan, dan sebagainya, yang diketahui langsung oleh remaja, perbantahan remaja dengan orangtua dan orang dewasa akan semakin menjadi-jadi.

Ada pula bukti hasil penelitian yang menemukan bahwa pola dan cara berpikir remaja cenderung mengikuti orang-orang dewasa yang telah menunjukkan kemampuan berpikirnya. Hal ini mengindikasikan bahwa perkembangan kemampuan pikir remaja merupakan awal yang positif.

Pertumbuhan otak dan perkembangan kemampuan pikir remaja yang positif itu berimplikasi terhadap praktik-praktik pendidikan di sekolah; pengajaran dan bimbingan. Bila penyajian pengajaran diselaraskan dengan periode terjadinya pertumbuhan dan perkembangan otak secara cepat, informasi-informasi dalam kegiatan pengajaran akan sangat efektif dan efisien. Begitu juga dengan kegiatan bimbingan, terutama dengan menggunakan pendekatan rasional; misalnya dalam layanan-layanan informasi, layanan konseling, terutama dalam tahap membuat pilihan dan pengambilan keputusan. Untuk kepentingan praktik-praktik pendidikan; pengajaran dan bimbingan, tentu saja guru harus memerhatikan adanya beragam perbedaan individual, variasi tingkat sosial ekonomi

dan lainnya yang berkaitan erat dengan pertumbuhan dan perkembangan remaja awal ini.

c. Pertumbuhan dan perkembangan fisik remaja akhir

1) Kurang perhatian tersendiri

Pembahasan tentang kehidupan dalam masa remaja akhir kurang mendapat perhatian dari para ahli psikologi, karena beberapa alasan:

- a) Garis pemisah yang jelas antara masa remaja awal dan masa remaja akhir, masih sulit diketahui, sehingga sebagian ahli yang menyamakan atau memisahkan antara pubertas, remaja awal, dan remaja akhir.
- b) Masa remaja akhir yang menyangkut ciri-ciri dan sifat-sifat kelompok individu kurang menunjukkan intensitas kuat dalam persoalannya.
- c) Dibanding masa remaja awal yang banyak melandasi pertumbuhan dan perkembangan remaja akhir dan masa dewasa, masa remaja akhir hanya merupakan kelanjutan masa remaja awal.

2) Lanjutan pertumbuhan dan perkembangan

Mengingat pertumbuhan dan perkembangan merupakan pola yang teratur, masa remaja akhir merupakan lanjutan masa remaja awal yang sifatnya terefleksikan dalam masa remaja akhir. Salah satu sifat dan ciri penting rangkaian pertumbuhan dan perkembangan remaja akhir adalah sempurnanya beberapa aspek pertumbuhan dan perkembangan. Secara menyeluruh pertumbuhan dan perkembangan menunjukkan kesiapan untuk memasuki masa dewasa awal.

3) Pertumbuhan dan perkembangan fisik

Mendekati awal remaja akhir, pertumbuhan fisik remaja relatif berkurang, artinya tidak sepesat masa remaja awal. E.B. Hurlock menyatakan bahwa pada usia 18 bagi wanita dan 20 bagi remaja laki-laki, keadaan tinggi badan mengalami

pertumbuhan yang lambat. Pertambahan berat badan lebih banyak dibanding tinggi badan.²⁶ Menurut para ahli, dalam masa remaja akhir ini jadi penyempurnaan bentuk-bentuk tubuh. Berat badan yang bertambah dengan pesat ini mengimbangi pesatnya pertumbuhan tinggi badan yang terjadi pada masa remaja awal dan periode pubertas. Pertumbuhan fisik lain yang menjadi sempurna adalah antara lain wajah yang simetris, bentuk bahu yang berimbang dengan pinggul dan anggota badan yang lain. Singkatnya, bentuk tubuh serta anggota-anggota tubuh orang dewasa telah dicapai oleh remaja akhir.

* Bila timbul penyakit dalam masa remaja akhir ini, pada umumnya bukan lagi akibat pengaruh pertumbuhan fisiknya. Sakit perut, pusing-pusing, dan kepayahan yang sering dialami pada masa remaja awal sudah berkurang. Penyakit-penyakit yang dialami bahkan kematian remaja-remaja dalam masa ini lebih banyak merupakan akibat kecelakaan; misalnya kecelakaan lalu-lintas. Remaja akhir, pada saat-saat tertentu, juga sering menunjukkan rasa sakit, terutama bila ada tugas-tugas atau pekerjaan yang membebani mereka. Bagi mayoritas remaja akhir, penyakit seperti itu merupakan alasan pelarian dari ketidakmampuannya. Pada saat yang sama, mereka merasa takut dikatakan sebagai orang yang tidak mampu mengerjakan pekerjaan yang diabaikannya itu.

Bila dihubungkan dengan ciri diri, keadaan jasmani yang berimbang dalam masa remaja akhir ini mempunyai pengaruh positif terhadap penilaiannya terhadap diri sendiri. Pada umumnya, mereka merasa puas dengan keadaan dirinya sehingga lebih percaya diri dan berbahagia. Ada pula remaja akhir yang tidak dapat menerima keadaan dirinya. Untuk menghadapi kelompok remaja yang disebut terakhir ini, sangat diperlukan adanya bantuan pendidik dan pembimbing untuk menumbuhkan dan memantapkan rasa percaya dirinya agar mereka menyadari keadaan dirinya,

26 Elizabeth B. Hurlock; *Op. Cit.*, h. 470.

mengarahkan pemikirannya pada kelebihan-kelebihan yang dimiliki, serta berbuat dalam berbagai aktivitas yang dapat membuat orang lain bangga terhadapnya.

4) *Pertumbuhan kelenjar-kelenjar seks dan perkembangan seksual*

Berbagai penelitian biologis-psikologis membuktikan bahwa pertumbuhan kelenjar-kelenjar seks sampai pada taraf matang dicapai pada usia awal remaja akhir, bahkan ada yang mengalaminya dalam 1-2 tahun sebelum akhir remaja awal. Hal inilah yang menjadi salah satu faktor penyebab mengapa pertumbuhan atau perubahan kelenjar-kelenjar seks dalam masa remaja ini kurang menarik perhatian para ahli. Berbagai kajian biasanya lebih diarahkan pada perkembangan perilaku seksual dibandingkan pada pertumbuhan kelenjar-kelenjar seks itu sendiri.

Perkembangan perilaku seks remaja akhir merupakan akibat langsung dari matangnya kelenjar-kelenjar seks. Berakhirnya pertumbuhan kelenjar-kelenjar seks dalam usia 15/17 tahun, tidak berarti kegiatan kelenjar-kelenjar tersebut menjadi statis. Pada masa remaja akhir ini, proses produksi kelenjar-kelenjar seks (*gonads*) tetap aktif, bahkan sampai masa dewasa dan masa tua. Pada wanita, produksi hormon tersebut berakhir saat mengalami berhentinya menstruasi (*menopause*), sedangkan pada laki-laki, produksi hormon-hormon seks itu berhenti saat berkurangnya kemampuan seksual (*climateric*).

Sperma dihasilkan oleh organ seks laki-laki (*testes*), sedangkan ovum dihasilkan oleh organ seks wanita (*ovaries*). Dengan terus bekerjanya organ-organ seks itu, laki-laki dalam masa remaja akhir masih mengalami mimpi basah sebagai suatu bentuk pelimpahan sperma yang diproduksi oleh testes. Bentuk lain pelimpahan sperma remaja akhir ini adalah masturbasi. Kinsey, dkk.²⁷ serta Sorenson memberikan bukti-

27 A.C. Kinsey, W.B. Pomeroy, & C.E. Martin, *Op. Cit.* (1948); Lihat juga R.C. Sorenson, *Adolescence sexuality in contemporary America: Personal values and sexual behaviour*, age 13-19, World, New York, 1973.

bukti penelitiannya bahwa dalam tahun-tahun terakhir usia belasan (\pm 18-19 tahun), 90% remaja akhir laki-laki yang belum menikah di Amerika Serikat masih melakukan masturbasi, sekali atau lebih dalam seminggu. Adapun remaja akhir wanita melakukan masturbasi dalam persentase yang lebih kecil, sekitar 30-60%. Kinsey juga menemukan bahwa dari 2/5 remaja akhir yang mempunyai pengalaman masturbasi, hanya 1/2-nya yang masih melakukan dalam waktu-waktu tertentu.

Kehidupan moral remaja yang berkaitan dengan pengaruh kuat bekerjanya gonad, sering menimbulkan konflik dalam diri mereka sendiri. Antara dorongan-dorongan seks dengan pertimbangan-pertimbangan moral seringkali saling kontradiktif. Karena di satu sisi, moral dan etika telah demikian berkembang, dan di sisi lain masih adanya dorongan-dorongan seks. Bagi remaja yang ber-sekolah, khususnya remaja dalam paruh akhir masa remaja ini, soal-soal moral ini telah banyak diperhitungkannya secara matang. Mereka dapat mempertimbangkan adanya kemungkinan negatif kencan terhadap kelancaran studi mereka. Akibatnya, mayoritas mereka membatasi diri melakukan kencan yang terlalu jauh. Namun demikian, bila dorongan seks yang terlalu kuat itu mendorong mereka dalam konflik yang sangat kuat, mereka melakukan kegiatan seksual. Tentang hal ini Jersild, dkk. menyatakan, bahwa jika remaja bercerita tentang kegiatan seksualnya, mereka membela diri dengan mengatakan "*every body does it.*"²⁸

Kehidupan sosial remaja yang menonjol akibat pengaruh kuat bekerjanya gonad, berkaitan dengan minat-minat yang mengarah pada pergaulan sosial yang bersifat rekreatif. Banyak aspek positif yang diperoleh remaja akhir dalam berbagai aktivitas seperti itu, antara lain mendapatkan teman baru, menjalin cinta kasih, baik berdua-berdua maupun secara berkelompok.

28 Arthur T. Jersild, Judith S. Brook, Dan David W. Brook, *Op. Cit.*, h. 122.

5) *Pertumbuhan otak dan perkembangan kemampuan pikir*

Herman T. Epstein berpendapat bahwa pertumbuhan otak yang pesat terjadi dalam usia 14/16-17 tahun. Sementara itu, kemampuan berpikir hingga mencapai berpikir formal atau operasi formal dialami oleh beberapa remaja dalam usia 11-14 tahun, sebagaimana pendapat Jean Piaget. Akan tetapi, tidak semua anak dalam usia tersebut dapat mencapai kemampuan berpikir formal. Beberapa penelitian menunjukkan, ada yang mencapainya pada usia remaja akhir, atau dalam usia dewasa, bahkan ada pula yang tidak mencapainya sama sekali.

Tentang kemampuan berpikir formal, Piaget²⁹ menunjukkan sebelas ciri utamanya:

- a. Berpikir abstrak, yaitu mampu memikirkan suatu tanpa benda fisiknya.
- b. Berpikir hipotetik-deduktif; yaitu menyusun hipotesis dan menarik kesimpulan baru berdasarkan kebenaran umum.
- c. Berpikir silogistik, yaitu menarik kesimpulan baru berdasarkan premis benar -universal yang ada sebelumnya.
- d. Berpikir proporsional, yaitu satu bentuk silogisme yang lebih bervariasi -kompleks berdasarkan hipotesa kemungkinan.
- e. Memahami suatu keadaan yang utopia dan menerima anggapan dasar.
- f. Berpikir reflektif, yaitu cepat-cepat menarik kesimpulan akibat simpanan informasi.
- g. Memahami alegori, yaitu menangkap arti kias dan perumpamaan.
- h. Berpikir logis kombinatorial, yaitu menangkap dan menggunakan semua kemungkinan kombinasi.
- i. Berpikir dengan memakai proporsi dan rasio.
- j. Kemampuan mengontrol variabel, yaitu kemampuan mengendalikan faktor berpengaruh pada yang lainnya.

29 J. Piaget, *Antara Tindakan dan Pikiran*, (alih bahasa: Agus Cremers), Gramedia, Jakarta, 1988.

- k. Mempersoalkan kekuasaan dan menerima keputusan atas kesepakatan.

Perkembangan kemampuan berpikir atau intelek itu juga dipengaruhi antara lain oleh faktor-faktor lingkungan.³⁰ Hal ini sejalan dengan pendapat Piaget bahwa fungsi inteligensi termasuk proses adaptasi yang bersifat biologis, dan penambahan usia menyebabkan berkembangnya struktur inteligensi baru, sehingga terpengaruh pula pada adanya perubahan kualitatif. Tidaklah berlebihan bila ada yang berpandangan bahwa, *pertama*, bertambahnya informasi yang disimpan dalam otak seseorang akan berpengaruh pada kemampuan berpikir reflektif. *Kedua*, banyaknya pengalaman dan latihan-latihan memecahkan masalah akan berpengaruh pada kemampuan berpikir proporsional. *Ketiga*, adanya kebebasan berpikir akan berpengaruh pada keberanian seseorang dalam menyusun hipotesis-hipotesis yang radikal dan kebebasan menjajaki masalah secara komprehensif serta keberanian memecahkan masalah dan menarik kesimpulan yang baru dan benar.

Dengan ketiga pengalaman di atas, remaja diharapkan mampu menyusun beragam rencana, alternatif pilihan, membuat perhitungan untung-rugi dalam memilih, serta melakukan tawar-menawar dengan orang yang lebih tinggi statusnya darinya, sehingga dia dapat menetapkan pilihannya. Pilihan-pilihan yang diharapkan mampu dilakukan oleh remaja akhir ini, antara lain berkenaan dengan pemilihan jurusan, kelanjutan studi, pemilihan jabatan, atau teman hidup. Kemampuan serupa juga diharapkan berlaku dalam proses berpikirnya untuk memecahkan berbagai masalah yang dihadapinya.

Kenyataan di masyarakat menunjukkan bahwa tidak sedikit remaja akhir yang mengalami kesulitan dalam

30 David, "Misunderstanding About How Children Learn," dalam *Annual Edition, Reading in Education 1973-'74*, The Dushkin Publishing Group, Inc., Connecticut, 1973.

menyusun berbagai rencana dan menentukan pilihan. Begitu pula dalam memecahkan berbagai persoalan yang dihadapinya. Penyebabnya, antara lain berbagai kondisi sosial, ekonomi, atau aspek-aspek kejiwaan lainnya, seperti kondisi emosi dan sikapnya. Bagi remaja seperti ini, peran pendidik dan pembimbing di sekolah maupun di rumah, sangatlah membantu, tanpa mengabaikan peran teman-temannya. Selain itu, pendidik dan pembimbing juga perlu memerhatikan adanya perbedaan stabilitas mental seseorang di antara tingkat umur. Hal ini dibuktikan oleh penelitian Universitas California terhadap 252 anak usia 21 bulan sampai 18 tahun, yang menyimpulkan,³¹ bahwa kemampuan mental anak-anak usia 3-8 tahun tergolong tidak stabil, kemampuan mental anak usia 9-17 tahun tergolong kurang stabil, dan kemampuan mental remaja usia 18 tahun tergolong stabil. Dengan demikian, dapatlah dikatakan bahwa jika remaja pada tahun pertama remaja akhir dan seterusnya tidak mendapat berbagai gangguan lain, seperti gangguan sosial, emosi, dan sebagainya kemampuan mentalnya cenderung stabil. Atas dasar alasan ini, dan alasan kemampuan berpikir remaja akhir yang semakin matang, membimbing remaja akhir dengan pendekatan rasional akan lebih mudah dilakukan dibanding membimbing remaja awal.

3. Pertumbuhan dan Perkembangan Emosi Remaja

a. Pertumbuhan dan perkembangan emosi remaja secara umum

Periode badai dan tekanan seringkali dinisbatkan pada masa remaja karena emosi masa ini meninggi akibat perubahan fisik dan kelenjar. Pertumbuhan pada tahun-tahun awal masa puber terus berlangsung, meskipun berjalan agak lambat. Pertumbuhan emosi ini bersifat melengkapi pola yang telah terbentuk pada masa puber.

31 Karl c. Garrison, *Op. Cit.*, h. 81.

Tingginya emosi, terutama dikarenakan anak laki-laki dan perempuan berada di bawah tekanan sosial dan menghadapi kondisi baru, sedangkan pada masa kanak-kanak dia kurang siap menghadapi kondisi itu.

Mayoritas remaja mengalami ketidakstabilan akibat upaya penyesuaian diri pada pola perilaku baru dan harapan sosial yang baru. Contohnya, masalah yang berkaitan dengan percintaan serta menjelang akhirnya masa sekolah, remaja mulai mengkhawatirkan masa depannya.

Walaupun emosi remaja sering menguat, tidak terkendali dan tampak irasional, umumnya, dari tahun demi tahun, mengalami perbaikan perilaku emosional; Gesell, dkk., berpendapat bahwa remaja 14 tahun sering meledak-ledak, tidak bisa mengendalikan perasaannya. Sebaliknya remaja 16 tahun tidak khawatir sedikit pun. Dengan demikian, menjelang berakhirnya awal masa remaja, badai dan tekanan pada periode ini mulai berkurang.

1) *Kematangan emosi*

Bila pada akhir masa remaja tidak meledakkan emosinya di hadapan orang lain, melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih dapat diterima, sudah mencapai kematangan emosi. Bukti kematangan emosi lainnya adalah mereka menilai situasi secara kritis terlebih dulu sebelum bereaksi secara emosional, tidak lagi bereaksi tanpa berpikir sebelumnya seperti anak-anak atau orang yang belum matang. Mereka tidak menghiraukan segala rangsangan yang dapat menimbulkan ledakan emosi, reaksi emosionalnya yang stabil, tidak berubah-ubah dari suatu emosi atau suasana hati ke suasana hati yang lain, sebagaimana terjadi pada periode yang lalu.

Kematangan emosi itu bisa dicapai bila remaja memperoleh gambaran tentang berbagai kondisi yang dapat mengakibatkan reaksi emosional. Caranya, antara lain membicarakan berbagai

masalah pribadinya dengan orang lain. Sebab, keterbukaan dan perasaan serta masalah pribadi dipengaruhi oleh rasa aman dalam interaksi sosial dan tingkat penerimaan orang lain terhadapnya.

Selain itu, remaja juga harus belajar bagaimana menyalurkan emosinya. Caranya, antara lain melakukan latihan fisik yang berat, bermain atau bekerja, tertawa atau menangis. Walaupun cara-cara ini dapat mengatasi gejolak emosinya, tertawa dianggap lebih baik daripada menangis, kecuali bila tertawa hanya dilakukan saat adanya respons sosial.

2) *Beberapa minat remaja*

Hurlock mencatat bahwa dalam kebudayaan Amerika, tidak ada minat remaja yang bersifat universal, karena minat remaja bergantung pada seks, inteligensi, lingkungan terapan dia hidup, kesempatan untuk mengembangkan minat, minat teman-teman sebaya, status dalam kelompok sosial, kemampuan bawaan, minat keluarga dan faktor lainnya.

Sepanjang masa remaja, minat yang dibawa dari masa kanak-kanak cenderung berkurang dan diganti oleh minat yang lebih matang. Hal ini karena remaja akhir memiliki tanggung jawab yang lebih besar dan waktu yang dimilikinya untuk dirinya sendiri pun berkurang sehingga harus membatasi minatnya, terutama di bidang hiburan.

Selain itu, mayoritas remaja memperoleh nilai yang berbeda dan yang lebih matang. Hal ini tampak dalam beralihnya penekanan pada minat yang berbeda. Minat yang pada awal masa remaja dianggap sangat penting, seperti minat pada pakaian dan penampilan, pada masa remaja akhir menjadi kurang penting, sebab mereka lebih berminat pada masalah karier. Pengalaman juga membantu mereka untuk menilai minatnya secara lebih kritis dan mengetahui mana yang benar-benar penting. Penilaian kritis ini menjadikan remaja yang lebih besar memiliki minat yang stabil dan menghantarkannya pada gerbang kedewasaan.

Terdapat banyak minat pada remaja, tetapi ada minat-minat yang bersifat umum, seperti minat rekreasi, minat sosial, minat pribadi, minat terhadap pendidikan, minat terhadap pekerjaan, minat terhadap agama, dan minat terhadap hal simbolik.

a) Minat rekreasi

Kegiatan permainan yang biasa dilakukan pada tahun-tahun sebelumnya diubah dengan bentuk rekreasi yang baru dan lebih matang. Secara bertahap, bentuk permainan kekanak-kanakan itu menghilang, dan menjelang awal masa remaja, pola rekreasi individual hampir sama dengan pola akhir masa remaja dan awal masa dewasa.

Banyaknya tekanan dari tugas-tugas sekolah, tugas-tugas rumah, kegiatan ekstrakurikuler membuat mayoritas remaja tidak mempunyai banyak kesempatan untuk rekreasi seperti masa sebelumnya.

b) Minat sosial

Adanya minat remaja yang bersifat sosial bergantung pada kesempatan yang diperolehnya untuk mengembangkan minat tersebut. Remaja yang memiliki status sosial-ekonomi rendah, biasanya kurang memiliki kesempatan untuk mengembangkan minat di berbagai pesta dan dansa dibandingkan dengan remaja yang berstatus sosial-ekonomi lebih baik.

c) Minat pribadi

Minat yang terkuat adalah minat pada diri sendiri. Alasannya, mereka menyadari bahwa dukungan sosial sangat dipengaruhi oleh penampilan diri dan kesadaran bahwa kelompok sosial menilai dirinya berdasarkan benda-benda yang dimiliki, kemandirian, sekolah, keanggotaan sosial dan banyaknya uang yang dibelanjakan. Semuanya dianggap sebagai simbol-simbol yang bisa menjadikan wibawa remaja terangkat di antara teman-teman sebayanya dan besarnya kesempatan untuk meraih dukungan sosial yang lebih besar dari mereka.

Di antara minat pribadi yang terpenting antara lain :

Pertama, minat menampilkan diri. Minat menampilkan diri tidak hanya mencakup pakaian, tetapi juga perhiasan, kerapian, daya tarik dan bentuk tubuh yang sempurna. Cross & Cross beralasan bahwa kecantikan dan daya tarik fisik sangat penting bagi umat manusia. Dukungan sosial, ketenaran, pemilihan teman hidup dan karier dipengaruhi oleh daya tarik seseorang. Sementara Kernan menekankan nilai sosial dari penampilan diri sebagai berikut, "Dalam perkembangan anak-anak, penampilan diri terutama di hadapan teman-teman sebaya—merupakan petunjuk yang kuat dari minat remaja dalam sosialisasi" (83). Alasannya, hal itu merupakan bukti kebersamaannya dengan teman-teman sebayanya.

Kedua, minat pada pakaian. Karena penyesuaian diri dan penyesuaian sosial sangat dipengaruhi oleh sikap teman-teman sebaya terhadap pakaian, mayoritas remaja berusaha keras untuk menyesuaikan diri dengan apa yang diinginkan dan disetujui oleh kelompok itu.

Meskipun remaja laki-laki berpendapat bahwa pakaian tidak diminatinya, kerapian atau penampilan sangat berperan untuk meraih dukungan sosial. Ketika remaja mengakhiri masa sekolah dan mempersiapkan diri untuk memasuki dunia kerja, minat itu semakin besar. Sebab, remaja laki-laki mulai menyadari bahwa pekerjaan akan mudah diraih bila penampilannya menarik.

Ketiga, minat berprestasi. Kepuasan pribadi dan ketenaran dapat diraih dengan prestasi yang baik sehingga sepanjang masa remaja, prestasi dalam tugas sekolah, olah raga maupun berbagai aktivitas sosial menjadi minat yang kuat bagi mereka.

Prestasi itu bisa mencakup bidang-bidang yang dianggap penting oleh kelompok sebaya yang meningkatkan harga diri dalam pandangan kelompok sebaya. Contohnya, bila teman-temannya menaruh minat pada keberhasilan akademis, nilai-nilai akademis yang tinggi akan merupakan prestasi yang memuaskan. Sebaliknya, bila prestasi tidak dikaitkan dengan

nilai akademis yang baik, tetapi dikaitkan dengan keberhasilan dalam olahraga, prestasi akademis tidak bisa memuaskan bagi remaja.

Keempat, minat mandiri. Pada awal masa remaja, keinginan yang kuat untuk mandiri berkembang dan mencapai puncaknya saat berakhirnya periode ini. Hal ini menimbulkan konflik dengan orangtua dan orang dewasa lainnya. Sebab, dibanding anak laki-laki, anak perempuan diharapkan lebih banyak mengikuti keinginan orangtua, sehingga mereka lebih banyak memberontak. Itulah sebabnya, tidak sedikit remaja yang radikal dalam berpikir dan bertindak. Bila orangtua menyikapinya dengan santai sehingga para remaja bisa bebas dan mandiri meraih tujuannya, sekalipun terjadi konflik, tidak sampai pada sikap memberontak.

Kelima, minat pada uang. Cepat ataupun lambat, remaja akan mengetahui bahwa uang adalah kunci kebebasan. Biasanya, minat ini berkisar pada bagaimana caranya mendapatkan uang sebanyak mungkin, tanpa memper-timbangkan jenis pekerjaannya.

d) Minat terhadap pendidikan

Hal yang dikeluhkan oleh remaja umumnya adalah masalah sekolah dan pekerjaan rumah, kursus-kursus wajib, makan di kantin, dan cara pengelolaan sekolah. Mereka bersikap kritis terhadap guru-guru dan cara mereka mengajar. Namun demikian, mayoritas remaja akhir bisa menyesuaikan diri secara baik di sekolah, baik dengan masalah-masalah akademik maupun sosial.

Minat remaja pada pekerjaan sangat memengaruhi besarnya minat mereka terhadap pendidikan. Bagi mereka, pendidikan tinggi dianggap sebagai batu loncatan untuk meraih pekerjaan. Pada umumnya, remaja lebih menaruh minat pada pelajaran-pelajaran yang nantinya akan bermanfaat dalam bidang pekerjaan yang dipilihnya. Remaja yang lebih tua, sebagaimana remaja muda, memandang keberhasilan dalam olahraga dan kehidupan sosial sama

pentingnya dengan keberhasilan dalam tugas-tugas sekolah dan merupakan batu loncatan bagi keberhasilan masa depan.

Di antara remaja, ada juga yang tidak berminat pada pendidikan, bahkan membenci sekolah. *Pertama*, remaja yang orangtuanya memiliki cita-cita tinggi yang tidak realistis terhadap prestasi akademik atau prestasi sosial yang terus-menerus mendesak untuk mencapai tujuan yang dikehendaki. *Kedua*, remaja yang kurang diterima oleh teman-teman sekelas, yang tidak mengalami kegembiraan sebagaimana dialami teman-teman sekelas dalam berbagai kegiatan ekstrakurikuler. *Ketiga*, remaja yang matang lebih awal fisiknya jauh lebih besar dibandingkan teman-teman sekelasnya. Karena penampilannya lebih tua dari usia yang sesungguhnya, sering dia diharapkan berprestasi lebih baik melebihi kemampuannya.

Ketiga jenis remaja yang kurang berminat pada pendidikan itu biasanya menunjukkan ciri-ciri ketidaksenangannya. Misalnya, berprestasi rendah, bekerja di bawah kemampuannya dalam setiap mata pelajaran atau dalam mata pelajaran yang tidak disukainya, membolos dan berusaha memperoleh izin dari orangtua untuk berhenti sekolah sebelum waktunya, berhenti sekolah setelah duduk di kelas terakhir tanpa merasa perlunya ijazah. Gejala seperti ini sering tampak pada remaja yang matang lebih awal yang hanya memandang sekolah sebagai sesuatu yang tidak menyenangkan, bahkan memandangnya sebagai pengalaman yang merendahkan.

e) Minat terhadap pekerjaan

Remaja, terutama anak sekolah menengah atas, mulai memikirkan masa depan dengan bersungguh-sungguh. Biasanya, anak laki-laki lebih bersungguh-sungguh dalam hal pekerjaan dibandingkan anak perempuan yang memandang pekerjaan sebagai pengisi luang sebelum pernikahan.

Tanpa memerhatikan kemampuan yang dituntut oleh pekerjaan atau kesempatan yang ada untuk memperoleh pekerjaan, anak laki-laki menginginkan pekerjaan yang menarik dan menggairahkan. Mereka juga menginginkan pekerjaan

yang berkedudukan tinggi, meskipun bayarannya lebih sedikit daripada berbagai pekerjaan yang tidak terlalu bergengsi. Tidak sedikit anak laki-laki dari keluarga yang berstatus rendah, berharap mencapai status sosial yang lebih tinggi melalui pekerjaan. Berbeda halnya dengan anak perempuan, mereka memilih pekerjaan yang dapat memberikan rasa aman dan tidak menuntut banyak waktu. Pekerjaan yang menekankan pada kegiatan melayani orang lain, seperti mengajar atau merawat, merupakan jenis pekerjaan yang banyak dipilih oleh anak perempuan.

Minat pada karier sering menjadi sumber pikiran pada akhir masa remaja. Hal ini diperkuat oleh pendapat Thomas bahwa "Pada saat tersebut, remaja belajar membedakan antara pilihan pekerjaan yang lebih disukai dan pekerjaan yang dicita-citakan." Apa yang akan dan yang mampu dilakukan sering menjadi pikiran remaja akhir. Semakin sering mereka mendengar dan membicarakan berbagai jenis yang dilakukan, semakin kurang yakin mengenai apa yang dilakukan. Cara memperoleh pekerjaan yang diidamkan juga sering menjadi pikiran mereka.

Selain itu, mereka mulai menyadari betapa besar dan tingginya biaya hidup dan betapa kecilnya penghasilan seseorang yang baru selesai sekolah. Oleh sebab itu, mereka berusaha menyikapi masalah karir dengan sikap yang lebih praktis dan lebih realistis dibanding saat masa sebelumnya.

Sepanjang masa kanak-kanak dan awal masa remaja, banyak anak laki-laki dan perempuan menilai berbagai jenis pekerjaan seperti hukum dan kedokteran, sesuai dengan stereotip yang ada di media massa. Mendekati dewasa, remaja mulai memandang berbagai pekerjaan tersebut berdasarkan kemampuan, waktu dan biaya yang dibutuhkan untuk mengikuti latihan yang dibutuhkan untuk pekerjaan itu. Walaupun jabatan masih merupakan faktor penting dalam memilih pekerjaan, remaja akhir lebih memikirkan otonomi, kekuasaan, dan rasa aman yang diberikan oleh pekerjaan.

Lambat laun, sikap terhadap pekerjaan itu menjadi lebih realistik, sehingga mayoritas remaja sering mengubah pandangannya tentang pekerjaan. Maka tidak heran bila ada sebagian remaja yang bekerja sambil sesudah sekolah atau memilih pekerjaan tertentu yang dianggapnya dapat menjamin kehidupan. Berbagai pengalaman pekerjaan itu akan menjadi dasar bagi remaja untuk mengambil keputusan akhir dalam kariernya.

f) Minat terhadap agama

Sebagaimana halnya kebanyakan manusia, remaja juga memiliki potensi atau menaruh minat pada agama dan menganggap bahwa agama berperan penting dalam kehidupan. Hal ini tampak dengan keikutsertaan mereka untuk mengikuti pelajaran-pelajaran agama di sekolah dan perguruan tinggi, serta mengikuti berbagai upacara keagamaan.

Tidak sedikit remaja yang mulai meragukan konsep dan keyakinan agamanya yang dulu dianutnya pada masa kanak-kanak, karena itu periode remaja disebut sebagai periode keraguan agama. Wagner berpendapat bahwa keraguan agama itu sebenarnya merupakan tanya jawab agama. Dia menegaskan, "Banyak remaja menyelidiki agama sebagai suatu sumber dari rangsangan emosional dan intelektual. Mereka ingin mempelajari agama berdasarkan pengertian intelektual dan tidak menerima begitu saja. Mereka meragukan agama bukan karena ingin menjadi agnostik atau Atheis, tetapi karena mereka ingin menerima agama sebagai suatu yang bermakna berdasarkan keinginan mereka untuk mandiri dan bebas menentukan keputusan sendiri."

Dibanding generasi sebelumnya, remaja sekarang kurang mengikuti kegiatan-kegiatan sosial keagamaan. Perilaku ini terjadi bukan karena kurangnya minat terhadap agama, tetapi lebih karena kecewa terhadap agama yang terorganisasi.

Perubahan minat terhadap agama selama masa remaja lebih radikal. Pada dasarnya, konsep masa kanak-kanak tentang agama tidak realistik, sebagaimana halnya minat

pekerjaan masa kanak-kanak, tetapi remaja menjadi kritis terhadap keyakinan sebelumnya.

g) Minat terhadap hal simbolik

Tinggi-rendahnya status seseorang, yang menjadi ukuran prestisenya, biasanya digambarkan dengan hal-hal yang bersifat simbolik. Bagi remaja, hal-hal yang bersifat simbolik itu menunjukkan status sosial ekonomi yang lebih tinggi daripada teman-teman lain dalam kelompok, bahwa dia mencapai prestasi yang tinggi, bahwa dia bergabung dengan kelompok dan merupakan anggota yang diterima kelompok karena penampilan atau perbuatan yang sama dengan penampilan dan perbuatan anggota kelompok lainnya, dan bahwa dia mempunyai status yang hampir dewasa di dalam masyarakat.

Bila memiliki mobil sendiri, misalnya, dan bisa mengendarainya secara resmi, memiliki rumah yang besar dalam lingkungan yang elit, dan dapat membelanjakan uang tanpa harus bekerja, mereka merasa memiliki sosial ekonomi yang tinggi, dan diri mereka termasuk orang yang penting.

Hal-hal yang bersifat simbolik itu memiliki arti besar bagi semua remaja untuk mendekatkan dirinya ke usia dewasa, sehingga mereka selalu mencari simbol-simbol baru. Bila tanpa arahan dan bimbingan yang baik dan benar, aplikasi hal-hal yang bersifat simbolik itu bisa berlebihan, bahkan menyimpang, seperti berhubungan seks sebelum menikah, merokok, minum minuman keras, mengonsumsi berbagai jenis obat terlarang, tawuran dsb.

Di sekolah menengah pertama, merokok sudah dimulai dan menyebar di berbagai kegiatan sosial mereka. Remaja merasa dirinya harus lebih banyak menyesuaikan diri dengan norma-norma kelompok sebaya daripada norma-norma orang dewasa atau lembaga. Mereka ingin dianggap hampir dewasa, bukan anak-anak lagi.

Remaja sekarang, baik anak laki-laki maupun perempuan, tidak sedikit yang menganggap hal-hal simbolik dalam bentuk perilaku menyimpang atau kenakalan remaja sebagai prestise.

Bahkan fenomena itu sekarang dimulai lebih awal, yaitu di akhir sekolah dasar.

Minuman merupakan kegiatan kelompok, hanya sedikit remaja mau minum sendirian. Mengingat minum minuman keras terbatas pada kegiatan kelompok selama tahun-tahun masa remaja, jarang ada remaja yang menjadi kecanduan. Akan tetapi, rasa nikmat pada minuman keras terus berkembang selama masa remaja menimbulkan kecenderungan untuk menganggap minuman sebagai simbol yang penting bagi keanggotaan kelompok. Dalam kondisi seperti itu, bibit untuk menjadi pecandu mulai berkembang, baik bagi anak perempuan maupun anak laki-laki.

Demikian pula halnya dalam penggunaan obat terlarang, dimulai sebagai kegiatan kelompok sebaya. Bahkan, bagi anak-anak kelas terakhir sekolah dasar dan anak-anak sekolah menengah pertama, mariyuana bukanlah hal yang aneh. Di sekolah menengah atas dan perguruan tinggi, penggunaan obat-obatan dalam pesta-pesta dan dalam pertemuan-pertemuan lainnya menjadi lebih sering dan lebih meluas, baik pada anak perempuan maupun anak laki-laki. Awalnya, menyantap mariyuana itu merupakan kegiatan sesekali saja, selanjutnya berkembang menjadi kegiatan rutin. Selain itu, banyak remaja merasa tidak puas dengan mariyuana dan mulai menggunakan obat-obat terlarang lain.

Ada beberapa alasan mengapa remaja mulai mengonsumsi obat-obat terlarang. Selain alasan hal-hal yang bersifat simbolik, juga karena mereka terdorong untuk membebaskan diri dari segala larangan keluarga, keinginan untuk menambah dukungan sosial kelompoknya, atau karena ingin berpetualang. Fenomena penggunaan obat-obat terlarang, merokok, dan minum minuman keras, atau menjadi pemabuk, juga sering terjadi di pinggir kota karena tidak adanya pekerjaan.

Karena rasa ingin tahu atau ingin menyesuaikan diri dengan pola perilaku yang populer di lingkungannya, tidak sedikit remaja yang menggunakan obat terlarang. Ada remaja tertentu yang lebih dari sekadar mencoba, tetapi

karena merasa tidak puas dengan kondisi rumahnya, kurang memperoleh dukungan sosial dari kelompok besar di sekolah, dan mempunyai banyak masalah yang tidak mampu diatasinya. Remaja laki-laki yang membentuk gengnya sendiri, biasanya menjadi pecandu utama obat-obatan terlarang. Adapun remaja perempuan jarang sekali menggunakan obat-obatan, kecuali yang mempunyai geng sendiri. Kalaupun ada biasanya karena diajak oleh teman laki-lakinya dan hanya terbatas pada saat mereka berkumpul bersama dengan remaja laki-laki.

b. Pertumbuhan dan perkembangan emosi remaja awal

1) Pola emosi pada awal masa remaja

Pola emosi pada kanak-kanak tidak jauh berbeda dengan pola emosi awal remaja. Bedanya, hanya pada rangsangan yang membangkitkan emosi dan derajat, terutama dalam hal pengendalian latihan individu terhadap ungkapan emosinya.

Ungkapan kemarahan remaja tidak lagi meledak-ledak, tetapi dengan mengerutu, tidak berbicara, atau dengan suara keras yang mengkritik orang-orang yang menyebabkan amarah. Dia juga iri hati terhadap orang yang memiliki sesuatu yang lebih banyak daripadanya, tetapi jarang sekali mengeluh dan menyesalinya seperti halnya anak-anak. Untuk membeli barang yang diinginkan, remaja suka bekerja sambil, bahkan akan berhenti sekolah bila perlu.

2) Pertumbuhan dan perkembangan sikap, perasaan atau emosi

Secara umum, Gerungan memaknai sikap sebagai kesediaan individu untuk bereaksi terhadap sesuatu.³² Secara lebih terperinci, sikap berarti kecenderungan yang relatif stabil yang dimiliki seseorang dalam bereaksi, baik reaksi yang positif

32 W.A. Gerungan, *Psychology Sosial*, Fresco, Bandung Jakarta, 1977, h. 151.

maupun negatif, terhadap diri sendiri, orang lain, atau situasi yang berbeda sekitarnya. Makna ini membedakan sikap dengan perasaan atau emosi. Perasaan atau emosi mencakup rasa senang, benci, sayang, suka, tidak suka dan kondisi jiwa lainnya yang relatif cepat berubah.

Sejak bergaul dengan lingkungan, sikap, perasaan atau emosi seseorang telah ada dan berkembang. Timbulnya sikap, perasaan atau emosi itu, baik positif maupun negatif, merupakan hasil pengamatan dari pengalaman individu secara unik dengan benda-benda fisik lingkungannya, dengan orang tua dan saudara-saudaranya, serta pergaulan sosial yang lebih luas. Sebagai suatu hasil dari lingkungan yang berkembang, baik lingkungan internal maupun eksternal, sikap, perasaan atau emosi pun berkembang.

Sikap remaja awal yang berkembang lebih menonjol adalah sikap sosial, terlebih lagi sikap sosial yang berkaitan dengan teman sebaya. Setelah mengenal kepentingan dan kebutuhan yang sama, sikap positif remaja awal terhadap teman sebaya berkembang dengan pesat. Sikap setia kawan sangat dirasakan dalam kehidupan kelompok, baik yang dibentuk secara sengaja maupun yang terbentuk dengan sendirinya. Dalam usia remaja awal, simpati dan empati sudah mulai berkembang. Remaja berusaha bersikap sesuai dengan norma-norma kelompoknya. Sikap itu selalu dipertahankan remaja meskipun bisa menimbulkan berbagai konflik antara remaja dengan orang tuanya akibat perbedaan nilai. Strang menyimpulkan bahwa konformitas remaja, seperti dalam berpakaian, menunjukkan keinginan mereka untuk diterima masuk sebagai anggota dan rasa takut mereka dari ketidaksamaan atau dikucilkan. Bahkan, sejumlah hal yang bersifat lahiriah remaja itu berkaitan erat dengan konsep diri pribadi, berkolerasi dengan konformitas terhadap kelompok, tingkah lakunya, dan citra dirinya.³³

33 Rurh Strang, *The Adolescence Views Himself*; Mc Graw-Hill Book Company, Inc., New York, 1957, h. 234.

Perasaan yang ditakuti remaja, seperti takut dikucilkan atau terisolasi dari kelompoknya menyebabkan mereka sangat intim dan merasa terikat dengan teman sepergaulannya. Perasaan konformitas erat kaitannya dengan sumbangan yang diterima remaja dari teman sepergaulannya, sehingga dia merasa dibutuhkan dan merasa berharga dalam pergaulannya. Perasaan dibutuhkan dan berharga itu menimbulkan kerelaannya untuk memberikan sesuatu kepada teman sepergaulannya. Sebaliknya, teman sepergaulannya pun merasa dibutuhkan dan merasa berharga. Hal itu terus berlangsung, sehingga keintiman terjalin baik di antara mereka.

Perasaan sedih juga termasuk emosi remaja awal yang sangat menonjol. Mereka sangat peka terhadap segala ejekan yang diarahkan kepadanya. Bila ejekan-ejekan itu dari teman-teman sebaya, terutama yang berlainan jenis, kesedihannya semakin menjadi. Sebaliknya, saat mendapatkan pujian, terutama pujian terhadap diri atau hasil usahanya mereka merasa senang sekali. Ungkapan rasa senang itu berbeda-beda di antara para remaja, yang bergantung pada tipe kepribadian masing-masing. Rasa senang akan lebih kelihatan pada remaja yang membuka diri daripada remaja yang menutup diri.

Perasaan marah, malu, takut, cemas, cemburu, iri hati, sedih, gembira, kasih sayang dan ingin tahu termasuk bentuk-bentuk emosi yang sering tampak pada masa remaja awal. Pada umumnya, mereka belum mampu mengontrol emosinya yang negatif karena emosinya lebih mendominasi tingkah lakunya.

Mereka baru bisa mengontrol emosi dalam banyak situasi bila terbiasa dan terlatih menguasai emosi-emosi yang negatif. Kemampuan ini dicapai oleh remaja dalam tahapan akhir remaja awal. Tennyson berpendapat³⁴ bahwa kebahagiaan seseorang dalam hidup ini bukan karena tidak adanya bentuk-

34 K. C. Garrison, *Op. Cit.* h. 110.

bentuk emosi dalam dirinya, melainkan kebiasaannya memahami dan menguasai emosi-emosi atau nafsunya.

Hurlock³⁵ berpendapat bahwa remaja-remaja dapat menghilangkan unek-unek atau kekuatan-kekuatan yang ditimbulkan oleh emosi dengan cara mengungkapkan hal-hal yang menimbulkan emosi-emosi itu dengan seseorang yang dipercayainya. Menghilangkan kekuatan-kekuatan emosi terpendam tersebut disebut juga *emotional catharsis*. Kekuatan emosi yang terpendam itu dapat dilakukan dengan cara bermain, bekerja, dan mengatakannya kepada orang yang bisa menggambarkan segala masalah yang dihadapi remaja. Dalam hal ini, peran pendidik, baik guru maupun pembimbing sangatlah penting, karena mereka dapat melakukannya dengan penuh penerimaan dan pemahaman.

3) *Perkembangan minat atau cita-cita*

Minat adalah perasaan, harapan, pendirian, prasangka, rasa takut atau kecenderungan lain yang mengarahkan individu pada suatu pilihan tertentu. Adapun cita-cita merupakan perwujudan dari minat, yang berkaitan dengan masa depan yang direncanakan seseorang dalam menentukan pilihannya, baik yang berkaitan dengan masalah teman hidup, pekerjaan, jenjang pendidikan, atau hal lain yang berkaitan dengan dirinya kelak.

Selama masa remaja, minat dan cita-cita itu terus berkembang. Pilihan remaja pada suatu minat atau cita-cita tertentu terjadi dalam suatu jangka waktu, tetapi perasaan dan pikiran mereka terarahkan pada objek yang dimaksud. Dengan demikian, hal-hal lain yang bukan menjadi objek minat dan cita-citanya cenderung dikesampingkan. Selain itu, kondisi sosial berpengaruh dalam memantapkan minat remaja terhadap sesuatu. Contohnya, dorongan atau ejekan orang lain terhadap objek minat atau cita-citanya, dapat memperkuat atau memperlemah minat atau cita-citanya.

35 E.B. Hurlock, *Op. Cit.* h. 408.

Pada masa remaja awal, beberapa bentuk minat remaja akan melemah, bahkan ditinggalkan, padahal minat itu sangat kuat saat masa kanak-kanaknya. Penelitian Harold E. Jones³⁶ terhadap sejumlah remaja sekolah yang berusia 13 tahun, membuktikan merosotnya minat mereka terhadap permainan masa kanak-kanak, seperti bermain kelereng, bola bekel, dan lain-lain. Penelitian lain menunjukkan adanya perbedaan yang besar antara objek minat remaja laki-laki dengan objek minat remaja wanita, seperti dalam bentuk-bentuk permainan, pekerjaan yang ditekuninya, pengisian waktu luang dan lainnya. Perbedaan objek minat seperti ini juga tampak pada remaja kota dan desa.

Jenis minat remaja awal yang paling kuat adalah minat pribadi dan sosial. Minat pribadi sangat dipengaruhi oleh kesan menyeluruh yang diharapkan oleh remaja terhadap lingkungan sekitarnya. Hal itu juga dipengaruhi oleh adanya kesadaran remaja awal bahwa lingkungan sosial menilai dirinya dengan menilai apa yang dimilikinya, sekolahnya, keuangannya, benda-benda lain yang dimilikinya, teman-teman sepergaulannya. Pandangan teman sebaya dapat meningkat atau merosot terhadap dirinya hanya karena melihat apa yang dimilikinya. Karena erat kaitannya dengan keberhasilan, hal-hal yang bersifat pribadi seperti wajah, bentuk tubuh, pakaian, perhiasan dan hal lainnya menjadi sangat diminatinya. Minat seperti ini diaplikasikan dalam perilaku bersolek, merawat tubuh, pakaian atau perhiasan yang sesuai dengan penilaian kelompoknya. Kondisi seperti ini dapat dipahami, karena pada masa remaja awal, individu mulai berperan kembali dalam kehidupan sosial, bahkan akan merasa khawatir bila tidak mampu berpartisipasi dalam kelompoknya. Banyak hal yang memengaruhi perbedaan bentuk minat ini, antara lain perbedaan tempat tinggal antara kota dan desa, tingkat ekonomi, status sosial lain, dan jenis

36 Harold E. Jones, *Development in Adolescence*, Appleton Century-Crofts, New York, 1948, h. 104

kelamin. Sebagai contoh, remaja awal di desa lebih berminat pada pakaian yang bagus, perhiasan emas dan semacamnya, sedangkan remaja awal di kota lebih berminat pada mobil, dansa, dan aktivitas lainnya.

Pada masa remaja awal, minat berekreasi sangatlah kuat, tetapi mereka masih bersikap selektif akibat terbatasnya waktu, banyaknya tugas rumah dan sekolah. Antara remaja awal laki-laki dan wanita terdapat perbedaan yang mencolok dalam hal minat dan ketenaran yang cari di antara teman-temannya. Aktivitas olahraga yang banyak membutuhkan kekuatan fisik, seperti sepak bola, badminton, basket dan sejenisnya lebih diminati oleh banyak remaja laki-laki, sedangkan remaja awal wanita lebih menyukai olahraga renang, senam dan sejenisnya. Yang jelas, remaja awal laki-laki dan wanita menganggap olahraga hanya sebatas rekreasi saja.

Remaja awal mulai berminat terhadap agama. Mereka mulai mempertanyakan secara kritis masalah-masalah dogma agama yang telah diterimanya pada periode akhir masa kanak-kanak. Mereka mulai mendiskusikannya bersama teman-teman sebaya, tetapi hasilnya kurang begitu maksimal karena kurangnya memanfaatkan kemampuannya untuk menangkap informasi yang bersifat abstrak itu. Alasannya, karena mereka sendiri, akibat pengaruh perasaan atau emosinya, lebih memandang sesuatu dari segi praktis dan realitanya saja. Apa yang ideal dan apa yang tampak nyata dikomparasikannya, sehingga apa yang dahulu dipercayainya sebagai hal yang benar, kini dipertanyakan kebenarannya, seperti dosa dan neraka, pahala dan surga, sampai-sampai meragukan doa. Akibatnya, minat terhadap agama dapat melemah.

Minat atau cita-cita remaja awal terhadap sekolah dan jabatan banyak dipengaruhi oleh minat orangtua dan kelompoknya. Mereka akan berminat pada sekolah yang mengarah pada pekerjaan jika orangtua atau kelompoknya berorientasi ke sana. Remaja awal akan berminat pada sekolah-sekolah yang menghantarkannya ke perguruan tinggi dan menuju cita-cita jabatannya jika orangtua atau kelompoknya

berorientasi ke sana. Perbedaan yang tajam antara kedua orientasi ini akan menimbulkan permasalahan tersendiri bagi remaja awal.

Ane Roe³⁷ melihat besarnya pengaruh pola pendidikan orangtua dalam masa kanak-kanak terhadap pilihan jabatan anaknya di kemudian hari. Dia menyatakan bahwa pola pendidikan orangtua yang dialami anak sejak masa kanak-kanak akan memengaruhi pola kebutuhannya, yang kemudian berpengaruh terhadap jenis jabatan yang akan dipilihnya kelak. Adapun Donald Super, melihat besarnya peranan citra diri dalam memengaruhi pilihan jabatan seseorang. Ahli lainnya melihat bahwa cukup banyak faktor yang memengaruhi pemilihan jabatan seseorang, antara lain tingkat status sosial ekonomi, tingkat pendidikan, jenis kelamin, kebutuhan-kebutuhan, dan lain-lain.

Seiring perkembangan remaja awal, pengembangan minat atau cita-cita jabatan seseorang berproses dan berubah. Perubahan itu terjadi terutama pada paruh pertama masa remaja awal. Mendekati masa remaja akhir, minat atau cita-cita tersebut tampak lebih jelas, sehingga sejumlah remaja sudah mampu menentukan dan mengarahkan minat dan cita-cita pendidikan atau jabatan pekerjaannya. Eli Ginzberg membagi perkembangan pemilihan jabatan menjadi tiga periode; periode pemilihan fantasi (sebelum usia 11 tahun), periode pemilihan sementara (antara usia 11-17 tahun), dan periode pemilihan realistik (antara usia 17 tahun sampai masa dewasa), dan pilihan sudah mulai ditentukan, meskipun pengembangan lebih lanjut masih mungkin terjadi.³⁸

37 Anne Roe, "Early Determinant of Vocational Choice." Dalam H.J. Peters dan J.C. Hansen (eds), *Vocational Guidance and Career Development*. (edisi kedua), The Macmillan Company, New York, h. 129-131.

38 Eli Ginzberg, "Toward a Theory of Occupational Choice," dalam H.J. Peters, dan J.C. Hansen (eds), *Vocational Guidance and Career Development*, (edisi kedua), The Macmillan Company, New York, h. 108.

c. Pertumbuhan dan perkembangan emosi remaja akhir

1) Pertumbuhan dan perkembangan sikap, perasaan atau emosi

Para ahli menyepakati bahwa sikap remaja akhir relatif stabil. Artinya, senang atau tidak senangnya remaja, suka atau tidak sukanya terhadap suatu objek, didasarkan pada hasil pemikirannya sendiri, meskipun pendiriannya masih sering goyah oleh orangtua mereka sebagai akibat masih bergantungnya aspek ekonomi pada orangtua. Secara umum, dapat dikatakan bahwa pengaruh-pengaruh atau hasutan orang lain yang berusaha mengarahkan atau mengubah sikap pandangannya yang diyakininya benar akan dinilainya berdasarkan ukuran baik atau buruk, benar atau salah. Dia akan menghadapi secara tenang berbagai selisih pendapat dalam hal-hal tertentu.

Perasaan remaja akhir juga telah tenang, tetapi masih ada kemungkinan untuk berbenturan dengan orang lain. Perselisihan pendapat dengan orang lain kadang-kadang dihadapinya dengan perasaan yang lebih teratur dan dibatasi oleh norma-norma orang dewasa, terutama orang dewasa yang dijadikan figurinya.

Sikap tertutup kepada orang dewasa, terutama dalam memecahkan segala permasalahan yang dihadapinya, merupakan salah satu sikap yang kuat dalam masa remaja akhir, khususnya pada paruh awal masa. Hal ini terjadi akibat adanya keinginan mereka untuk menentukan sikap, dan menjadi independen, dan memecahkan segala permasalahannya sendiri. Umumnya, remaja terbuka terhadap kelompok teman-teman dekatnya dari yang sebaya. Dengan mereka, remaja berdiskusi sampai menghabiskan waktu berjam-jam. Permasalahan yang biasa mereka bicarakan seputar topik-topik filsafat, selain pandangan hidup hal-hal romantis, rekreasi dan terkadang perhiasan atau pakaian.

Tentang hal yang berkaitan dengan filsafat, Kwee Soen Liang³⁹ berpendapat bahwa secara sadar atau tidak, remaja menentukan sikap terhadap sekelilingnya. Meskipun bahannya berbeda-beda, formal pandangan hidup mereka mirip satu sama lain. Filsafat mereka adalah suatu filsafat hidup. Kemudian, Kwee Soen Liang mengklasifikasikan pandangan hidup remaja laki-laki dan perempuan menjadi tiga kategori:

- a) Kosmis organis, yaitu pandangan bahwa segala apa yang dialaminya, berupa perilaku yang baik atau buruk, merupakan takdir sebelum manusia diciptakan, sehingga dia tidak pernah menyesal.
- b) Pandangan pribadi, yaitu memikirkan apakah yang akan terjadi dengan masyarakat baru, bagaimana bentuk dan hukum yang terjadi saat itu.
- c) Rasional logis. Umumnya, sikap atau pandangan hidup remaja yang rasional dan logis ini belum dimiliki dalam masa remaja awal. Sikap inilah yang membedakannya secara mencolok dengan masa remaja awal.

2) *Perkembangan minat atau cita-cita*

Minat terhadap lawan jenis, minat terhadap rekreasi dan pesta, serta minat atau cita-cita terhadap pendidikan dan pekerjaan termasuk minat-minat yang berkembang dan dikuatkan dalam masa remaja akhir.

Minat remaja akhir terhadap lawan jenis semakin kuat, artinya remaja akhir tidak lagi menampakkan pemujaan secara berlebihan terhadap lawan jenis, dan cinta monyet pun tidak lagi tampak. Hati mereka benar-benar tertarik pada lawan jenis sehingga mereka terikat oleh kuatnya tali cinta. Seringkali mereka saling merindukan sehingga pergaulannya dengan kelompok teman sebaya menjadi berkurang. Sering pula ada remaja yang jatuh hati pada lebih dari satu orang. Umumnya,

39 Kwee Soen Liang, *Op. Cit.*, h. 58.

remaja akhir laki-laki lebih aktif dalam usaha menjalin cinta itu. Seringkali jalinan cinta itu menjadi guyanan orang dewasa, terutama yang tinggal di kota kecil, tetapi hal ini bisa menimbulkan benturan fisik bila terjadi pada remaja awal laki-laki.

Bila tidak terjadi persoalan serius, jalinan cinta remaja relatif tetap, tidak lagi berganti-ganti. Perilaku ini akan memengaruhi hubungan remaja dengan kelompok teman sebayanya dan tidak lepasnya pengawasan orangtua atau keluarga terhadap mereka. Adanya dua kehidupan sosial ini menuntut remaja untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Dalam hubungan dengan kelompok teman sebaya, seorang remaja yang berpacaran secara tetap bahkan sembunyi-sembunyi, akan mengakibatkan remaja itu terkucil dari kelompoknya. Jersild, dkk., berpendapat bahwa beberapa tantangan, kritik, cacian dari kelompok pergaulannya akan menghadang remaja yang secara tetap dan rahasia berpacaran dan hadangan ini membuat hubungan sosial bagi pasangan remaja dengan kelompok mereka semakin renggang.⁴⁰ Hadangan ini juga mengakibatkan timbulnya dua jenis hubungan remaja akhir laki-laki dan wanita dalam berpacaran. *Pertama* adalah tidak mengikat, yaitu menjalin cinta yang longgar yang sewaktu-waktu dapat berpisah tanpa merasakan patah hati. Hubungan ini dapat menjadi jalan tengah dari adanya tantangan teman-teman sekelompoknya. *Kedua* adalah komitmen, yaitu sepakat untuk mengarah pada jenjang pernikahan. Hubungan ini dianggap sebagai media untuk saling menjajaki dan memahami, sebagaimana sering terjadi pada remaja akhir. Hubungan mereka dengan orangtua, bergantung pada kondisi sosial kultural. Dari berbagai penelitian, Jersild juga menunjukkan bahwa ada orangtua yang memberlakukan peraturan-peraturan khusus, baik larangan maupun pembatasan, dan ada juga yang tidak demikian.

40 A. T. Jersild, J.S. Brook, Dan D. W. Brook, *Op. Cit.*, h. 385-390.

Minat terhadap rekreasi dan pesta sangat berkaitan dengan minat terhadap jenis kelamin lain. Pada umumnya, pesta dan rekreasi bagi remaja akhir ini merupakan media yang mempertemukannya dengan lawan jenis. Pesta dan rekreasi, bagi remaja wanita disengaja untuk kepentingan pergaulan dengan teman baru lawan jenis. Adapun bagi remaja laki-laki, kegiatan pesta dan rekreasi, untuk memperoleh situasi santai dan menenangkan pikiran menghadapi tugas-tugas atau pelajaran berikutnya. Kegiatan olahraga juga lebih diberatkan pada motif rekreatif. Seringkali remaja wanita menjadikan kegiatan olahraga sebagai forum untuk mendapatkan teman baru. Sementara remaja laki-laki lebih menitikberatkan olahraga untuk kepentingan kesehatan dan kesegaran jasmani.

Pada masa remaja akhir, terutama dalam paruh akhir masa remaja akhir, minat dan cita-cita pendidikan atau jabatan pekerjaan remaja telah mantap dalam pilihan. Hal ini sejalan dengan fase-fase perkembangan pemilihan jabatan, seperti yang dikemukakan oleh Ginzberg Associated⁴¹ dalam salah satu bukunya. Dalam pembagian fase-fase perkembangan, tergambar bahwa dalam masa remaja (awal dan remaja akhir), remaja melewati tahap-tahap pemilihan dan subtahap pemilihan jabatan. Pemilihan yang nyata terjadi pada masa ini, adalah memerhatikan semua faktor dalam usaha pemilihan pekerjaan. Tahap ini dibagi dalam subtahap penjajakan, pemusatan, kemudian penentuan pekerjaan yang dipilih. Tahap-tahap serupa yang dikemukakan oleh Ginzberg, dkk. itu dapat pula terjadi dalam pemilihan lapangan pendidikan; jenis sekolah, dan bahkan jurusan.

Dengan demikian, dapatlah dikatakan bahwa jenis sekolah, pekerjaan/jabatan yang dipilih seseorang remaja akhir dipengaruhi oleh minat dan aspirasinya sendiri, minat dan aspirasi orang tua, kesan-kesan (menyangkut gengsi) dari

41 Eli Ginzberg, et al. *Occupational Choice, An Approach to a General Theory*, Columbia University, New York, 1951.

teman-teman sebaya yang bersangkutan. Bedanya dengan masa remaja awal, remaja akhir telah melihat adanya peranan faktor kesempatan dalam memilih dan memasuki pendidikan dan pekerjaan atau jabatan tertentu. Fenomena ini mengurangi konflik-konflik yang terjadi dalam proses pemilihan jenis sekolah dan pekerjaan bagi mereka.

4. Pertumbuhan dan Perkembangan Kepribadian dan Sosial

a. Pertumbuhan dan perkembangan kepribadian dan sosial remaja secara umum

Penyesuaian sosial merupakan salah satu tugas perkembangan masa remaja yang paling sulit. Remaja, dituntut menyesuaikan diri dengan lawan jenis dan orang dewasa di luar lingkungan keluarga dan sekolah.

Agar target sosialisasi dewasa tercapai, berbagai bentuk penyesuaian baru harus ditempuh. Di antara bentuk penyesuaian baru yang paling penting dan paling susah antara lain penyesuaian diri dengan meningkatnya pengaruh kelompok sebaya, perubahan dalam perilaku sosial, nilai-nilai yang baru dalam seleksi persahabatan, nilai-nilai baru dalam dukungan dan penolakan sosial, dan nilai-nilai baru dalam seleksi pemimpin.

1) Perubahan kepribadian

Remaja awal laki-laki dan perempuan telah menyadari sifat-sifat yang baik dan buruk. Penilaian mereka terhadap sifat-sifat itu sesuai dengan teman-teman sebayanya.

Adapun remaja akhir, mereka yang lebih tua juga menyadari apa yang membentuk kepribadian yang menyenangkan. Mereka juga tahu sifat apa saja yang dikagumi teman sejenis dan lawan jenis. Kendati sifat-sifat yang dikagumi itu berbeda dari kelompok sosial, mereka cukup memahami apa yang dikagumi oleh kelompoknya.

2) *Berusaha memperbaiki kepribadian*

Usaha remaja dalam memperbaiki kepribadian yang bertanggung jawab sangat bergantung pada banyak faktor. *Pertama*, menentukan ide realistis yang mungkin bisa dicapai. *Kedua*, membuat penilaian yang realistis tentang kekuatan dan kelemahannya. *Ketiga*, mempunyai konsep diri yang stabil, karena hal ini akan meningkatkan harga dirinya dan meminimalisasi perasaan ketidakmampuannya. *Keempat*, merasa puas dengan apa yang mereka capai dan mau memperbaiki prestasi pada bidang yang mereka anggap kurang.

3) *Proses penyesuaian pribadi dan sosial*

Secara umum, artinya tanpa adanya batasan kelompok sosial, khususnya bagi masyarakat yang cepat berubah, penyesuaian pribadi dan sosial merupakan hal yang sangat penting. Sebab, perubahan sosial menuntut kemampuan-kemampuan individu dalam mengikuti perubahan tersebut. Tanpa kemampuan mengikuti perubahan yang sangat cepat, akan timbul berbagai masalah dan kesulitan yang bersifat pribadi dan sosial. Inilah kondisi masyarakat modern, terutama di Barat, yang cepat berubah.

Berbicara tentang penyesuaian pribadi dan sosial remaja Indonesia, alangkah menarik ditekankan dalam lingkup kelompok teman sebaya. Sebab, kelompok teman sebaya merupakan lingkungan sosial pertama tempat remaja belajar untuk hidup bersama orang lain yang bukan anggota keluarganya. Lingkungan teman sebaya merupakan suatu kelompok yang baru, yang memiliki ciri, norma, kebiasaan yang jauh berbeda dengan yang ada dalam lingkungan keluarganya. Di tengah teman sebaya, remaja dituntut memiliki kemampuan pertama dan baru dalam menyesuaikan diri dan bisa menjadi landasan untuk menjalin interaksi sosial yang lebih luas pada masa selanjutnya.

Awalnya, secara bertahap, remaja meninggalkan rumah dan bergaul secara lebih luas dalam lingkungan sosialnya. Luasnya pergaulan mereka dimulai dari terbentuknya

kelompok-kelompok teman sebaya sebagai suatu wadah penyesuaian diri, yang di dalamnya timbul persahabatan. Persahabatan inilah yang menjadi ciri khas pertama dan sifat interaksinya dalam pergaulan. Dalam kelompok yang lebih besar, persoalan semakin bertambah dengan adanya pemimpin dan kepemimpinan yang juga merupakan proses pembentukan, pemilihan, dan penyesuaian pribadi dan sosial. Dalam pergaulan ini, remaja mendapat pengaruh yang kuat dari teman sebaya, sehingga mereka mengalami perubahan-perubahan tingkah laku sebagai salah satu usaha penyesuaian diri. Selain itu, penerimaan dan penolakan teman sepeergaulan serta segala akibat yang ditimbulkannya juga menjadi hal yang sangat penting karena akan membentuk tingkah laku sebagai bekal di masa dewasa kelak.

Dengan demikian, penyesuaian pribadi dan sosial remaja itu tidak berlangsung sekaligus, tetapi melalui proses.

4) Dipengaruhi kelompok sebaya

Pengaruh teman-teman sebaya terhadap sikap, pembicaraan, minat, penampilan, dan tingkah laku lebih besar daripada pengaruh keluarga. Sebab, remaja lebih banyak berada di luar rumah bersama teman-teman sebaya sebagai kelompok. Contohnya, dengan alasan ingin diterima oleh kelompoknya, mayoritas remaja mengenakan model pakaian yang sama dengan pakaian anggota kelompok yang populer. Begitu juga bila anggota kelompok mencoba minum minuman keras, mengonsumsi obat terlarang atau merokok tanpa mempertimbangkan perasaannya sendiri, remaja cenderung mengikutinya.

Tentang pengaruh kelompok sebaya terhadap masa remaja, Horrocks Benimof menegaskan bahwa kelompok sebaya merupakan dunia nyata anak muda, yang menyiapkan panggung tempat dia menguji diri sendiri dan orang lain. Dalam kelompok sebaya, dia merumuskan dan memperbaiki konsep dirinya, karena dia dinilai oleh orang yang sejajar dengan dirinya dan yang tidak dapat memaksakan sanksi-

sanksi dunia dewasa yang justru ingin dihindarinya. Kelompok sebaya memberikan dunia tempat remaja muda bisa melakukan sosialisasi dalam suasana dimana nilai-nilai yang berlaku bukanlah nilai-nilai yang ditentukan oleh orang dewasa, tetapi oleh teman-teman seusianya. Dengan demikian, dalam masyarakat sebaya, remaja memperoleh dukungan untuk memperjuangkan emansipasi dan menemukan dunia yang memungkinkannya bertindak sebagai pemimpin bila mampu melakukannya. Selain itu, kelompok sebaya juga menjadi hiburan utama bagi anak belasan tahun. Jadi, tampak jelas bahwa kelompok sebaya terdiri dari anggota-anggota tertentu dari teman-temannya yang bisa menerimanya dan menjadi tempat ia bergantung.

Seiring majunya masa remaja, pengaruh kelompok sebaya pun mulai berkurang. Penyebabnya, *pertama*, sejumlah remaja ingin menjadi individu yang mandiri. Upaya penemuan identitas itu melemahkan pengaruh kelompok sebaya pada remaja. *Kedua*, remaja tidak beminat lagi pada berbagai kegiatan besar sebagaimana saat masa kanak-kanak. Mereka malah cenderung mengurangi jumlah teman, walaupun mayoritas remaja ingin menjadi anggota kelompok sosial yang lebih besar dalam berbagai aktivitas sosial.

Pada masa remaja, kuatnya pengaruh kuat teman sebaya atau sesama remaja tidak dapat diremehkan. Ada remaja yang menjalin kuatnya ikatan perasaan, sehingga untuk pertama kalinya mereka menerapkan prinsip-prinsip hidup bersama dan bekerja sama. Terbentuklah dalam jalinan yang kuat suatu norma, nilai, dan simbol tersendiri yang berbeda dengan yang ada di rumah mereka. Bahkan, semua hal itu sering berbeda di antara mereka, seperti memiliki berbagai kewajiban terhadap kelompok, memiliki kode-kode tingkah laku sendiri yang disepakati dan dihargai serta dipatuhi, dan mereka pun membuat kode-kode bahasa sendiri yang bersifat rahasia dan tidak boleh diketahui oleh siapa pun, termasuk orangtua.

Atas dasar itu, dapatlah disimpulkan bahwa di samping adanya pengaruh kuat dari orangtua, tingkah laku, minat

bahkan sikap dan pikiran remaja banyak dipengaruhi oleh teman-teman dalam kelompok mereka. Bila pola nilai dan norma kelompok remaja bergaul bersifat positif, misalnya kegiatan organisasi remaja, para orangtua tidak akan cemas.

Nilai dan norma kelompok remaja dengan nilai dan norma masa remaja sendiri sering menimbulkan konflik. Di satu sisi, remaja berusaha untuk tidak melanggar peraturan rumah tangga, tetapi di sisi lainnya dia merasa khawatir bila teman-teman sekelompoknya mengucilkannya. Menyikapi hal itu, biasanya remaja lebih cenderung mengorbankan kepatuhan pada orangtua. Sumber konflik biasanya terjadi dalam hal yang berkaitan dengan masalah keuangan, pakaian, pemanfaatan waktu, atau masalah teman bermain. Di sinilah remaja dituntut untuk pandai menyesuaikan diri.

Bila dibandingkan dengan konflik antara remaja dengan orangtua, konflik remaja dengan teman-teman kelompoknya tergolong lebih sengit. Penyesuaian diri remaja dalam kelompok teman sebaya, biasanya terjadi dalam kelompok besar yang heterogen; minat, sikap dan sifat, usia dan jenis kelamin yang berbeda. Dalam kelompok besar semacam itu, mereka menyesuaikan diri dengan cara lebih banyak mengabaikan kepentingan pribadi demi kepentingan kelompok. Hal ini dilakukan karena merasa takut atau menjauhi pengucilan dari kelompoknya. Jadi, sepanjang hal itu tidak merugikan dirinya, atau menjadikannya korban, kepentingan kelompok akan diutamakan. Namun demikian, bila konflik itu berkaitan dengan hal yang sangat prinsip, mereka akan melakukan penyesuaian diri dalam bentuk lainnya. Bagi remaja akhir, penyesuaian diri yang pertama kali ditempuhnya adalah berusaha memengaruhi teman-teman sepergaulannya. Bila gagal, remaja terpaksa menerima realita bahwa terdapat perbedaan yang tidak bisa disatukan antara dirinya dengan beberapa anggotanya. Akibatnya, interaksi dijalankan apa adanya. Masalah ini tetapi berkaitan dengan rasa puas atau tidak puas. Bila merasa tidak puas bergaul dengan orang yang tidak sependapat, dia akan cenderung membentuk kelompok kecil yang memiliki bentuk interaksi yang relatif sama.

Mengingat perubahan tingkah laku merupakan salah satu aspek penting dalam penyesuaian diri di tengah kelompok remaja, para ahli sepakat, *pertama*, perilaku yang tidak tenang berubah menjadi perilaku yang tenang. *Kedua*, aktif dalam banyak aktivitas berubah menjadi aktif pada sedikit aktivitas, namun mendalam. *Ketiga*, penyesuaian diri pada kelompok besar berubah menjadi penyesuaian diri pada kelompok kecil. *Keempat*, pemilihan teman bergaul tanpa melihat strata sosial ekonomi keluarga berubah menjadi pemilihan atas dasar penilaian strata sosial ekonomi keluarga. *Kelima*, pergaulan akrab dengan teman sejenis kelamin berubah menjadi pergaulan dengan lawan jenis. *Keenam*, kencan dengan lawan jenis yang berganti-ganti berubah menjadi kencan dengan satu teman lawan jenis yang tetap.

Dalam semua perubahan itu, remaja menyesuaikan diri ke arah yang lebih mantap, lebih stabil dan semakin percaya diri yang akan memudahkannya menuju kedewasaan. Tetapi gambaran positif ini sangat bergantung pada kemampuan remaja sendiri dalam mengatasi berbagai konflik yang dihadapinya, baik konflik remaja dengan orangtua atau dengan kelompoknya karena alasan nilai dan norma.

5) Perubahan dalam perilaku sosial

Hubungan heteroseksual merupakan perubahan paling menonjol dalam sikap dan perilaku sosial. Dalam waktu singkat, remaja dapat berubah dari tidak menyukai lawan jenis sebagai teman menjadi lebih menyukai teman lawan jenisnya daripada teman sejenis. Selama tahun sekolah menengah atas, berbagai aktivitas sosial, baik dengan sesama jenis maupun lawan jenis, biasanya akan mencapai puncaknya.

Luasnya kesempatan untuk ikut terlibat dalam berbagai aktivitas sosial menyebabkan wawasan sosial remaja semakin baik. Kini mereka mulai bisa menilai teman-temannya secara lebih baik, konflik semakin berkurang, dan penyesuaian diri dalam situasi sosial semakin baik.

Semakin sering terlibat dalam berbagai aktivitas sosial, seperti olahraga dan kesenian atau perilaku sosial, kompetensi sosial remaja pun semakin meningkat, dan kepercayaan dirinya pun semakin baik, sebagaimana terlihat dalam ketenangan dan keseimbangan sikapnya di berbagai situasi.

Perlu juga dicatat bahwa remaja sering bersikap menduga-duga dan pilih-pilih. Kedua sikap ini sangat dipengaruhi oleh lingkungan tempat remaja berada dan oleh sikap dan perilaku teman-teman baiknya. Buktinya, berbeda dari masa kanak-kanak, remaja sering memilih-memilih teman baiknya, atas dasar kesamaan masa lalunya, baik kesamaan latar belakang sosial, agama atau sosial ekonominya. Akibatnya, remaja cenderung mengabaikan teman-teman yang menurut dugaannya dianggap kurang cocok, tanpa mau mengungkapkan perasaannya.

6) Pengelompokan sosial baru

Pada masa puber dan awal masa remaja ketika minat individu beralih dari kegiatan bermain yang melelahkan menjadi minat pada kegiatan sosial yang lebih formal dan kurang melelahkan, pengelompokan sosial lama pada masa kanak-kanak menjadi hilang dan diganti dengan pengelompokan sosial baru.

Dalam perkembangan selanjutnya, pengelompokan sosial itu terus berubah bergantung pada intensitas pengawasan orang dewasa atau orangtua. Semakin ketat pengawasan, semakin menurun pula minat terhadap kelompok karena remaja yang lebih tua tidak mau diperintah. Sebaliknya, semakin minim intensitas pengawasan orang dewasa atau orangtua, semakin dinamis pula minat remaja itu.

Pada masa akhir remaja, kelompok yang terdiri dari banyak anggota cenderung bubar dan digantikan dengan kelompok-kelompok kecil yang hubungannya tidak terlalu akrab. Hal ini banyak terjadi pada remaja yang bekerja setelah menyelesaikan sekolah tingkat atas. Di tempat kerja, kelompok akan berhubungan dengan orang-orang dari

berbagai usia yang mayoritasnya mempunyai teman dan keluarga sendiri di luar pekerjaan. Terkecuali bila remaja mempunyai teman-teman lama sesekolah yang bekerja di tempat yang sama sehingga masih terjadi interaksi terbatas di antara mereka saja.

Selama masa remaja, pengaruh pengelompokan sosial cenderung meningkat, yang sering tampak dalam pelanggaran yang dilakukan anggota-anggotanya. Hal ini senada dengan pendapat Friedman dkk. bahwa kekuasaan yang memengaruhi anggota-anggota geng jalanan hampir menuntut pengawasan mutlak dari kelompok terhadap perilaku seseorang. Hanya diperlukan sedikit contoh untuk meyakinkan setiap anggotanya bahwa mereka harus mengikuti keputusan geng atau kalau tidak, mereka harus menanggung akibat yang lebih parah lagi.

Sejumlah ahli psikologi sepakat bahwa selama masa remaja terbentuk berbagai kelompok, yaitu sahabat karib, komplotan sahabat, kelompok banyak remaja, kelompok yang terorganisasi, dari geng.⁴²

Sahabat karib merupakan kelompok masa remaja yang memiliki ikatan persahabatan yang sangat kuat. Biasanya, beranggotakan 2-3 remaja dengan jenis kelamin, minat, kemampuan, dan kemauan yang sama. Kesamaan ini menjadikan mereka sangat akrab. Meskipun kadang-kadang terjadi perselisihan, dengan mudah dapat mereka lupakan.

Kelompok sahabat, biasanya terdiri dari 4-5 remaja yang memiliki minat, kemampuan, kemauan, dan jenis kelamin yang sama. Biasanya, kelompok sahabat ini timbul dari penyatuan dua pasang sahabat karib saat tahun-tahun pertama masa remaja awal. Pada pertengahan dan akhir remaja awal, terjadi kelompok sahabat dengan anggota yang berlainan. Dalam kelompok sahabat inilah, remaja banyak melakukan berbagai aktivitas secara bersama-sama; menonton, rekreasi, pesta, saling menelpon, dan sebagainya. Dalam semua aktivitas itu,

42 E.B Hurlock, *Op.Cit*, h 411-413.

para remaja ini banyak menghabiskan waktu, sehingga konflik dengan orangtua seringkali tidak bisa dihindari.

Kelompok banyak remaja, biasanya terdiri dari banyak remaja dari berbagai jenis kelamin, kemampuan, minat dan kemauan. Saking besarnya kelompok ini, jarak emosi antar-anggota agak renggang. Namun demikian, kelompok ini juga ada kesamaannya, yaitu rasa takut diabaikan atau tidak diterima oleh anggota kelompoknya.

Kelompok yang terorganisasi, terdiri dari para remaja, baik yang telah memiliki sahabat dalam kelompok terdahulu maupun belum mempunyai kelompok. Kelompok ini sengaja dibentuk dan diorganisasikan oleh orang dewasa melalui lembaga-lembaga khusus, seperti sekolah dan lembaga keagamaan. Biasanya, kelompok ini muncul atas dasar kesadaran orang dewasa bahwa remaja sangat memerlukan penyesuaian pribadi dan sosial, penerimaan dan berperan serta dalam suatu kelompok. Karena itu, kelompok yang diorganisasikan dan dibentuk secara sengaja ini terbuka bagi semua remaja.

Kelompok geng, biasanya terdiri dari berlainan jenis kelamin dan bisa pula sama. Kelompok ini terbentuk dengan sendirinya yang biasanya merupakan akibat pelarian dari empat jenis kelompok tersebut di atas. Pada empat jenis kelompok tersebut, mayoritas kebutuhan pribadi dan sosial remaja terpenuhi. Mereka belajar memahami teman-teman mereka dan berbagai peraturan yang ada. Bila ada remaja yang gagal memenuhi kebutuhannya, hal itu disebabkan adanya penolakan teman sepergaulannya, atau tidak mampu menyesuaikan diri dalam kelompok tersebut. Para remaja yang tidak puas itu lalu melarikan diri dan membentuk kelompok sendiri yang dikenal dengan geng. Mayoritas remaja dari geng ini banyak menghabiskan waktu untuk menganggur dan terkadang mengganggu remaja lain dalam kelompok tersebut karena balas dendam yang kurang disadarinya. Di samping ada juga geng yang tenang, mayoritasnya bersikap mengganggu dan agresif.

7) Nilai baru dalam memilih teman

Dalam memilih teman, para remaja tidak lagi seperti masa kanak-kanak yang memilih teman-teman atas dasar kemudahan dan kegemaran pada aktivitas yang sama, baik di sekolah maupun di lingkungan tetangga. Remaja menghendaki teman yang memiliki minat dan nilai yang sama, dapat mengerti, membuatnya merasa aman, dipercaya membahas masalah-masalah tidak dapat diceritakan pada guru atau orangtuanya.

Tentang keinginan remaja, Joseph menunjukkan bahwa mayoritas remaja menghendaki seseorang yang dapat dipercaya, yang bisa diajak bicara, dan yang bisa diandalkan. Sebab, teman selama masa kanak-kanak belum tentu menjadi teman pada masa remaja, akibat terjadinya perubahan nilai.

Teman-teman sejenis juga tidak diminati para remaja sebagai akibat semakin besarnya minat pada lawan jenis. Jadi, pada akhir masa remaja, mereka sering menyukai lawan jenis sebagai teman, walaupun beberapa teman sejenis masih tetap diakrabinya.

Mayoritas remaja beranggapan bahwa ketenaran berarti memiliki banyak teman, tetapi dengan semakin bertambah umurnya, jenis-jenis teman menjadi lebih penting daripada kuantitasnya. Tahun demi tahun, nilai yang dianut oleh kelompok akan memengaruhi perubahan nilai remaja.

Remaja memilih teman-teman tanpa campur tangan orang dewasa karena dia sudah mengerti apa saja yang diharapkan dari mereka. Hal ini sering menimbulkan dua akibat, yaitu *pertama*, terjadinya perselisihan akibat kurangnya pengalaman—terutama dengan lawan jenis—dalam memilih teman yang kurang cocok dan jauh dari harapan. *Kedua*, remaja cenderung tidak realistis dengan standar yang ditetapkannya bagi teman-temannya. Dia bersikap kritis bila temannya tidak memenuhi standar, kemudian berusaha memperbaikinya. Hal ini akan menimbulkan perselisihan yang dapat memutuskan persahabatan.

Banyak penelitian yang membuktikan bahwa dalam kelompok yang besar, masih juga terdapat 2-3 orang remaja yang sangat bersahabat, tetapi mereka tidak mengabaikan kelompok secara menyeluruh dalam hubungan persahabatannya. Mereka dituntut untuk menyesuaikan diri dengan teman-teman lain dalam kelompok, meskipun tidak selalu mampu memenuhinya.

Remaja yang masih bersekolah, biasanya tidak selalu memilih teman berdasarkan tingkat jenjang kelas atau teman sekelas. Masih ada faktor lain yang menjadi pertimbangannya, antara lain pola tingkah laku, minat atau kesenangan, ciri-ciri berpikir dan kepribadian, dan nilai-nilai yang dianutnya. Keserasian dan kesamaan menjadi standar pemilihan teman-teman sepergaulannya. Jadi, erat tidaknya persahabatan mereka bergantung pada banyak tidaknya keserasian dan kesamaan yang mereka miliki.

Problema yang baru dirasakan remaja, terutama remaja awal, adalah masalah persahabatan dengan teman sebaya lain jenis kelamin. Pada usia 13-14 tahun, kelompok remaja wanita mulai tertarik pada remaja laki-laki, tetapi remaja laki-laki masih belum tertarik. Problema ini sering menjadikan remaja wanita sungkan dan ragu-ragu. Hal ini berbeda dengan remaja laki-laki pada usia 14-16, karena pada usia ini, dia sudah tertarik pada wanita. Masalahnya hanya terletak pada kekurangtahuan perasaan masing-masing. Ketika datang orang ketiga, persahabatan dapat dijalin kembali. Tidak sedikit juga remaja yang menyadari bahwa persahabatan merupakan kebutuhan bersama. Tentang hal ini, Scheinfeld L. Cole⁴³ mengindikasikan hal berikut:

Usia \pm 8 tahun : anak suka bermain dalam kelompok sejenis kelamin (laki-laki dengan laki-laki, wanita dengan wanita).

43 Luella Cole, *Psychology of Adolescence* (edisi keempat), Rine-Cruze and Co., New York, 1954.

- Usia 10-12 tahun : saling mengejek antara dua kelompok (kelompok laki-laki melawan kelompok wanita).
- Usia 13-14 tahun : kelompok wanita mulai tertarik untuk bersahabat dengan kelompok laki-laki, tetapi kelompok laki-laki masih belum tertarik.
- Usia 14-16 tahun : kelompok laki-laki mulai tertarik untuk bersahabat dengan kelompok wanita.
- Usia 16-17 tahun : masing-masing remaja, laki-laki dan wanita menjadi senang berpasangan.

Pada masa ini juga muncul hal-hal yang bisa memutuskan persahabatan. Khususnya pada masa awal, mereka sangat mudah bertengkar. Kondisi seperti itu jarang terjadi pada masa remaja akhir.

Manfaat persahabatan pada masa remaja itu, yaitu saling bekerja sama untuk mencapai tujuan bersama dan mengisi waktu luang. Di samping itu, remaja merasa dihargai dan dibutuhkan sehingga merasakan adanya kepuasan dalam interaksi sosialnya.

8) Nilai baru dalam penerimaan sosial

Remaja juga mempunyai nilai baru dalam menerima atau tidak menerima anggota berbagai kelompok sebaya. Nilai ini didasarkan pada nilai kelompok sebaya yang digunakan untuk menilai anggotanya. Lalu, apa saja yang menimbulkan penerimaan atau penolakan teman sebaya dalam kelompok?

Penerimaan teman sebaya ditimbulkan oleh beberapa faktor yang bersifat pribadi, antara lain, *pertama*, penampilan dan tingkah laku yang atau paling tidak rapi serta aktif dalam urusan-urusan kelompok. *Kedua*, kemampuan berpikir, yang mencakup inisiatif, banyak memikirkan kepentingan kelompok dan menyampaikan pikiran. *Ketiga*, sikap, sifat, dan perasaan

yang mencakup sikap yang sopan, memerhatikan orang lain, sabar atau dapat menahan marah bila menghadapi hal yang tidak menyenangkan, suka berbagi ilmu dengan orang lain, khususnya terhadap anggota kelompok. *Keempat*, jujur, bertanggung jawab dan suka bekerja, menaati peraturan kelompok, bisa menyesuaikan diri secara tepat dalam berbagai pergaulan sosial. *Kelima*, aspek lain yang mencakup pemurah, suka berkerja sama dan menolong anggota kelompok.

Tampaknya, ciri-ciri individu yang diterima oleh kelompok teman sebaya mirip dengan ciri-ciri pemimpin yang mereka harapkan. Hanya saja, ciri-ciri yang diharapkan sebagai pemimpin kelompok sedikit lebih tinggi dari syarat-syarat penerimaan sebagai anggota kelompok. Ketenaran bisa diterima remaja bila menjadi anggota atau memenuhi persyaratan yang diterima kelompok, tetapi tidak dapat menjadi standar sebagai pemimpin kelompok.

Faktor-faktor yang menyebabkan seseorang remaja ditolak, antara lain, *pertama*, penampilan dan tingkah laku, seperti sering menantang, malu-malu, dan suka menyendiri. *Kedua*, kemampuan berpikir yang kurang. *Ketiga*, suka melanggar norma dan nilai-nilai kelompok, menguasai anak lain, curiga, dan mementingkan kemauan sendiri. *Keempat*, rumah yang terlalu jauh dari tempat teman sekelompok.

Sekalipun demikian, remaja yang tidak atau kurang memiliki ciri-ciri tersebut, tidak berarti bahwa dia akan ditolak oleh kelompok teman sebayanya. Ketiadaan ciri-ciri tersebut memang bisa menjadikan seseorang diabaikan atau kurang diterima dalam kelompok, terlebih lagi bila banyak ciri tersebut yang tidak dimilikinya.

Di samping itu, penerimaan dan penolakan itu juga mengandung urgensi dan akibatnya bagi remaja. Urgensinya adalah berpengaruh kuat terhadap pikiran, sikap, perasaan, tingkah laku, dan penyesuaian diri remaja. Sampai masa dewasa atau masa tua, pengaruh-pengaruh itu akan terus terjadi. Akibatnya adalah adanya rasa berharga dan berarti serta dibutuhkan oleh kelompoknya. Inilah yang akan

menimbulkan rasa senang dan puas, yang pada akhirnya memberi rasa percaya diri, keberanian, penuh inisiatif dalam menyumbangkan pikiran atau menolong teman-teman sekelompoknya sehingga mengangkat ketenarannya. Sampai masa dewasa, keadaan yang menguntungkan ini berpengaruh positif bagi perkembangan penyesuaian pribadi dan sosialnya.

Bagi remaja yang ditolak oleh kelompoknya, akan merasa frustrasi dan kecewa yang membuatnya bertindak kontradiktif, baik bersikap agresif maupun mengundurkan diri dari komunitas kelompoknya.

Tindakan agresif itu bisa berupa menantang orang lain, mengkritik, berdebat, menyebarkan gosip, memfitnah, dan sebagainya. Tindakan ini bisa membuatnya melakukan berbagai kekerasan bila intensitasnya semakin tinggi.

Tindakan mengundurkan diri bisa berupa melamun, menekuni hobi secara berlebihan, menyendiri, berlebihan dalam onani atau masturbasi, atau lebih suka bergaul dengan orang-orang yang lebih muda atau lebih tua darinya. Bisa juga bersikap positif dan produktif, seperti menulis puisi. Sekalipun demikian, kepuasan yang diraih dari tindakan mengundurkan diri dengan segala konsekuensinya akibat penolakan kelompok itu tidak sebanding dengan kepuasan yang didapat dari penerimaan kelompok. Meskipun kepuasan dalam penolakan itu tidak lebih dari kepuasan semu. Adanya penerimaan yang menimbulkan kepuasan itu melahirkan penyesuaian diri yang baik bagi kehidupan remaja kelak.

Penyesuaian remaja dengan masyarakat yang lebih luas pun tidak kalah pentingnya. Perlu diketahui bahwa saking kuatnya ketertarikan antara anggota kelompok teman sebaya, terkesan bahwa kelompok remaja merupakan kelompok tersendiri dalam masyarakat yang terkadang sulit ditembus oleh orang dewasa. Solusinya, pendidik dan pembimbing harus benar-benar memahami dan mengerti kondisi mereka. Perlu diketahui juga bahwa kelompok-kelompok remaja itu sangat dinamis, sehingga pendidik dan pembimbing juga harus dinamis dan kreatif dalam penggunaan pendekatan dan

tekniknya, sehingga bisa merangkul mereka dalam kondisi apa pun.

9) Nilai baru dalam memilih pemimpin

Pada umumnya, remaja menginginkan pemimpin yang pintar dan berwibawa serta energik karena pemimpin seperti ini akan menjadi wakil dan menguntungkan mereka.

Di samping itu, pemimpin mereka biasanya berasal dari keluarga yang berstatus sosial ekonomi lebih tinggi dibanding anggota kelompoknya. Kondisi ini tidak hanya memberikan prestise dalam pandangan teman-teman sebaya, bahkan bisa menyenangkan orang lain dan berpartisipasi dalam setiap aktivitas kelompok.

Umumnya, remaja lebih aktif berpartisipasi dalam kehidupan sosial, maka pemimpin mereka harus memiliki wawasan sosial dan wawasan diri yang lebih mendalam. Dia juga bisa menilai diri sendiri secara realistis dan dapat memperhitungkan minat serta kehendak anggota-anggota kelompok.

Kepribadian menjadi faktor utama dalam kepemimpinan. Pemimpin harus lebih bertanggung jawab, terbuka, lebih bersemangat, banyak akal, dan dapat mengambil inisiatif dan emosinya stabil, serta penyesuaian dirinya baik.

Pada dasarnya, persyaratan umum yang menjadi dasar pemilihan pemimpin di kalangan remaja, relatif sama, baik pada kelompok non/informal dan kelompok formal atau yang terorganisasi sebagai berikut:

- ❖ Persyaratan yang berkaitan dengan penampilan dan tingkah laku.
Berwajah tampan atau cantik lagi menyenangkan, sopan dan berpakaian menurut norma kelompok, sering membantu orang lain, cekatan dalam bekerja, dan cakap bergaul.
- ❖ Persyaratan yang berkaitan dengan kemampuan berpikir cerdas, berprestasi, berinisiatif, kreatif dan cepat mengambil keputusan.

- ❖ Persyaratan yang berkaitan dengan sikap atau perasaan
Lebih memerhatikan dan memahami orang lain, suka bergaul, suka humor, dan menunjang kerja sama.
- ❖ Persyaratan yang berkaitan dengan pribadi
Matang atau dewasa, memiliki rasa percaya diri yang tinggi, cepat menyesuaikan diri dalam banyak kondisi, mudah bekerja sama dengan siapa pun, sportif, dan jujur.

Pada komunitas remaja yang berusia antara usia 14-15 tahun, biasanya pemimpin laki-laki yang lebih banyak dipilih, karena kepemimpinan laki-laki lebih layak, terutama dalam masalah akademis.⁴⁴ Berbeda halnya bagi remaja yang berusia di atas 15 tahun, pemilihan pemimpin kurang memerhatikan jenis kelamin, tetapi lebih menekankan pada kemampuan khusus, ciri-ciri pribadi. Selain itu, remaja wanita juga mulai menghendaki perlakuan yang sama, baik dalam hak maupun kewajiban.

Proses memimpin dan dipimpin yang terjadi di antara remaja itu mengandung sisi positif, yaitu proses pendewasaan akibat adanya kerja sama dan penyesuaian diri di antara mereka. Pemimpin belajar bagaimana menyesuaikan diri dan memahami berbagai harapan dan perasaan remaja yang dipimpinnya, sedangkan yang dipimpin belajar bagaimana menyesuaikan diri terhadap segala harapan dan perencanaan yang digariskan pemimpinnya, sehingga berkembanglah sikap toleran dan berkuranglah ego demi kepentingan kelompok.

b. Pertumbuhan dan perkembangan kepribadian dan sosial remaja awal

Gardon W. Allport mendefinisikan pribadi sebagai organisme yang dinamis dalam sistem fisik psikis, yang

44 E.B. Hurlock, *Op. Cit.*, h. 418.

menentukan keunikan seseorang menyesuaikan diri terhadap lingkungannya.⁴⁵

Pribadi dikatakan dinamis karena pribadi itu memang berkembang sejalan dengan pertumbuhan dan perkembangan dalam segala aspeknya, baik biologis, psikologis maupun sosiologis. Bahkan, para ahli sepakat bahwa sifat pribadi itu tidak pernah statis. Dan dikatakan unik karena kepribadian itu sendiri merupakan bentukan dari faktor internal, seperti pembawaan yang melekat pada organisme dan citra diri, dan faktor eksternal, seperti pengaruh lingkungan, khususnya lingkungan sosial. Karena kualitas dan kuantitas kedua faktor yang memengaruhi ini berbeda-beda, kepribadian seseorang pun, termasuk remaja awal, menjadi unik.

c. Pertumbuhan dan perkembangan kepribadian dan sosial remaja akhir

E. L. Kelly berpendapat bahwa sepanjang masa remaja, setiap remaja berusaha mempersiapkan untuk memasuki masa dewasa. Kondisi pribadi, sosial, dan moral remaja akhir berada dalam periode kritis.⁴⁶ Perkembangan pribadi dan sosial remaja akhir yang mulai mantap akan menjadi landasan hidupnya pada masa dewasa, terutama dalam menilai diri dan lingkungan sosialnya.

Sebagaimana halnya remaja awal, kepribadian remaja akhir juga dipengaruhi oleh faktor internal, terutama citra diri dan rasa percaya diri, dan faktor eksternal, terutama lingkungan sosial.

Kedua faktor yang memengaruhi perkembangan kepribadian remaja akhir dapat dijabarkan berikut:

- ❖ Penampilan yang komprehensif, baik fisik maupun psikis, yang membuat remaja memiliki citra diri dan percaya diri

45 Gardon w. Allport, *Personality a Psychological Interpretation*, Henry Holt and Company, New York, 1954, h. 40.

46 E. L. Kelly, *Consistency of The Adult Personality*, Amer, Psychologist, 1955, h. 303-306.

yang tinggi. Sebaliknya, adanya hambatan fisik, seperti sering sakit, sangat pemalu atau berpikiran lemah akan membuat remaja akhir kurang percaya diri.

- ❖ Nama atau panggilan, yang sangat berpengaruh terhadap rasa percaya diri. Tidak sedikit remaja akhir yang mengganti nama aslinya atau menggunakan nama panggilan baru yang sesuai dengan kondisi teman-temannya. Selain itu, pakaian dan perhiasan juga menjadi standar penilaian remaja akhir, sehingga mereka selalu ingin tampil beda dengan teman gaungnya. Bila tidak, mereka akan menjauhkan diri dari komunitasnya.
- ❖ Teman sebaya, yang sangat berpengaruh terhadap citra diri dan adanya penilaian diri yang positif atau negatif. Citra diri dan penilaian diri yang positif diperkuat oleh adanya penerimaan teman sebayanya dan keikutsertaannya dengan mereka, sedangkan citra diri dan penilaian diri yang negatif diperlemah oleh adanya penolakan dari mereka.
- ❖ Kondisi keluarga, sikap mendidik orang tua, pergaulan dan bentuk interaksi anggota keluarga yang sangat berpengaruh terhadap perkembangan pribadi, citra diri yang sehat, dan adanya rasa percaya diri pada remaja.

Perkembangan kepribadian remaja akhir itu berkaitan erat dengan perkembangan sosialnya. Kuat-lemahnya kepribadian remaja akhir sangat memengaruhi persepsinya terhadap masyarakat. Remaja yang sebelumnya tidak dihargai oleh orang sekelilingnya sering melampiaskannya terhadap kondisi masyarakat, sehingga mereka banyak mengkritik berbagai ketimpangan sosial yang diketahuinya.

5. Pertumbuhan dan Perkembangan Moral

a. *Pertumbuhan dan perkembangan moral remaja secara umum*

Mempelajari apa yang diharapkan oleh kelompoknya lalu menyesuaikan tingkah lakunya dengan harapan sosial tanpa

bimbingan, pengawasan, motivasi, dan ancaman sebagaimana sewaktu kecil, termasuk tuntutan moral yang harus dilakukan remaja umumnya. Dia juga dituntut mampu mengendalikan tingkah lakunya karena dia bukan lagi tanggung jawab orangtua atau guru.

Piaget menyebutkan bahwa masa remaja laki-laki dan perempuan sudah mencapai tahap pelaksanaan formal dalam kemampuan kognitif. Dia mampu mempertimbangkan segala kemungkinan untuk mengatasi suatu masalah dari beberapa sudut pandang dan berani mempertanggungjawabkannya.

Kohlberg berpendapat bahwa perkembangan moral ketiga, moralitas pasca-konvensional harus dicapai selama masa remaja. Sejumlah prinsip diterimanya melalui dua tahap; *pertama* meyakini bahwa dalam keyakinan moral harus ada fleksibilitas sehingga memungkinkan dilakukannya perbaikan dan perubahan standar moral bila menguntungkan semua anggota kelompok; *kedua* menyesuaikan diri dengan standar sosial dan ideal untuk menjauhi hukuman sosial terhadap dirinya sendiri, sehingga perkembangan moralnya tidak lagi atas dasar keinginan pribadi, tetapi menghormati orang lain.

Upaya remaja untuk mencapai moralitas dewasa; mengganti konsep moral khusus dengan konsep moral umum, merumuskan konsep yang baru dikembangkan ke dalam kode moral sebagai pedoman tingkah laku, dan mengendalikan tingkah laku sendiri, merupakan upaya yang tidak mudah bagi mayoritas remaja. Tidak sedikit dari mereka yang gagal beralih ke dalam tahap moralitas dewasa, sehingga baru menyelesaikannya di awal masa dewasa. Selain itu, ada juga remaja tidak hanya gagal, bahkan berani membuat kode moral tidak diterima oleh lingkungan sosialnya.

1) *Perubahan konsep moral*

Perubahan konsep moral yang khusus terjadi pada remaja menjadi konsep yang berlaku secara umum tergolong sulit, baik yang berkaitan dengan benar — salah atau baik — buruk. Hal

ini dipengaruhi oleh dua keadaan. *Pertama*, remaja kurang mendapatkan bimbingan ketika mempelajari bagaimana konsep khusus itu bisa berlaku umum. Saat membina remaja, orangtua dan guru jarang menekankan adanya korelasi antara prinsip khusus yang dipelajari sebelumnya dengan prinsip umum yang penting untuk mengendalikan tingkah laku dalam kehidupan orang dewasa. Hanya dalam bidang-bidang tertentu yang dianggap baru saja, seperti masalah hubungan dengan lain jenis, yang menjadi perhatian orang dewasa dalam mendidik remaja. *Kedua*, orangtua beranggapan bahwa remaja sudah mengetahui mana yang benar, sehingga lebih menekankan disiplin, terutama hukuman, terhadap tingkah laku salah yang dilakukan dengan sengaja. Jarang sekali orangtua memberi penjelasan mengapa tingkah lakunya salah, apalagi sampai memberikan hadiah atas tingkah laku remaja yang benar.

Menginjak masa remaja, dia mulai ingin membentuk kode moral sendiri berdasarkan konsep tentang benar — salah yang sudah diubah dan diperbaikinya agar sesuai dengan tingkat perkembangan yang lebih matang dan telah dilengkapi dengan hukum-hukum dan peraturan-peraturan yang dipelajarinya dari orangtua dan guru. Jadi, remaja tidak lagi mudah menerima kode moral dari orangtua, guru, atau teman-teman sebaya. Bahkan, sejumlah remaja menjadikan agama sebagai pelengkap kode moralnya.

Sikap inkonsistensi remaja tentang konsep benar — salah yang ditemukan dalam kehidupannya membuat pembentukan kode moralnya terasa sulit. Sikap inkonsistensi membuat remaja bingung dan terhalang dalam proses pembentukan kode moral yang tidak hanya memuaskan, tetapi akan membimbingnya guna memperoleh dukungan sosial. Cepat atau lambat sejumlah remaja akan mengerti banyak hal, seperti bahwa kode moral orangtua dan guru sering lebih ketat daripada kode moral teman-teman sebaya, bahwa ada standar ganda yang jauh lebih lunak bagi laki-laki daripada perempuan, dan bahwa teman-teman dari latar

belakang sosial, ekonomi, agama atau suku yang beragam memiliki kode moral yang beragam pula tentang benar dan salah.

Anak laki-laki yang beranjak remaja terkadang berbohong untuk menghindari kemungkinan menyakiti hati orang lain, sedangkan remaja laki-laki yang lebih besar menganggapnya sebagai tingkah laku yang buruk. Contohnya, remaja yang lebih besar menganggap perilaku mencontek sebagai hal biasa dimana teman-teman akan memakluminya, terlebih lagi bila dituntut untuk mencapai nilai yang baik agar dapat diterima di sekolah tinggi dan yang menjamin masa depannya.

2) Kata hati yang mengendalikan tingkah laku

Tidak seperti masa anak-anak, remaja tidak bisa lagi diawasi secara intensif oleh orangtua dan guru, sehingga mau tidak mau, remaja harus bertanggung jawab untuk mengendalikan diri dan tingkah lakunya. Pengendali utama remaja memang bukan lagi terfokus pada orangtua atau guru, tetapi pada kata hatinya, yaitu perasaan khawatirnya dari hukuman dan penolakan sosial sehingga mencegahnya dari berbuat salah atau memotivasinya untuk berbuat baik.

Berbagai kajian membuktikan bahwa hukuman tidak hanya dapat mencegah perbuatan salah, tetapi sering menjadi motivasi untuk berbuat salah. Ketakutan remaja dari dipermalukan malah kurang efektif untuk mencegah perbuatan salahnya bila ternyata orang lain kurang mengetahuinya atau bila dia sendiri mempunyai alasan yang rasional atau menyalahkan orang lain, sehingga hukuman atau penolakan sosial dapat dihindarinya.

Berbagai kajian tentang perkembangan moral juga membuktikan bahwa cara yang efektif untuk mengawasi perilaku remaja adalah melalui pengembangan kata hati, yaitu kekuatan internal yang tidak membutuhkan pengendalian lahir. Remaja harus memiliki motivasi sendiri untuk bertingkah laku sesuai dengan standar kelompoknya jika ingin mengasosiasikan emosi yang menggembirakan dengan perilaku yang

didukung kelompok, dan emosi yang tidak menggembirakan dengan perilaku yang tidak didukung kelompok. Dalam keadaan seperti itu, remaja akan merasa bersalah bila menyadari bahwa harapan sosial kelompoknya tidak bisa dipenuhi oleh perilakunya, dan dia akan merasa malu bila sadar akan penilaian buruk kelompok terhadap perilakunya.

Rasa bersalah dan malu selalu ada pada diri seseorang yang bermoral secara matang. Untuk mengendalikan perilaku, bila pengendalian lahir tidak ada, rasa bersalah berperan lebih penting daripada rasa malu. Namun demikian, remaja yang mampu mencapai tahap perkembangan moral yang demikian masih relatif minim, sehingga sebutan orang yang matang secara moral belum bisa ditujukan kepada remaja.

3) Minat dan perilaku seks

Tekanan-tekanan sosial, terutama minat remaja pada seks dan keingintahuan tentang seks mendorong remaja untuk menjalin berbagai hubungan baru yang lebih matang dengan lawan jenis.

Karena minat pada seks yang semakin meningkat, remaja selalu berusaha mencari informasi yang lebih banyak tentang seks. Biasanya, mereka mencari sumber-sumber informasi seks itu bukan dari orangtuanya, tetapi dari lingkungannya, seperti sekolah, teman, buku-buku, bahkan melalui uji coba; bercumbu, bersenggama, atau masturbasi. Informasi tentang seks yang cukup itu guna memuaskan keingintahuan, diperoleh pada akhir masa remaja.

Berbagai kajian membuktikan bahwa minat seks remaja perempuan lebih terfokus pada keluarga berencana, pil anti hamil, pengguguran dan kehamilan. Sedangkan minat seks remaja laki-laki lebih terfokus pada keluarga berencana, penyakit kelamin, kenikmatan seks, dan hubungan seks.

4) Perkembangan heteroseksual

Mengingat pembentukan hubungan baru dan yang lebih matang dengan lawan jenis merupakan masalah yang serius

bagi remaja, ketika telah matang secara seksual, remaja mulai mengembangkan sikap yang baru pada lawan jenisnya dan juga mengembangkan minat pada berbagai kegiatan yang melibatkan kedua jenis kelamin itu. Apabila kematangan seksualnya telah tercapai, minat seks itu menjadi lebih romantis.

Terdapat pola tertentu dalam perkembangan heteroseksual, tetapi tergantung pada perbedaan usia dalam mencapai berbagai tahap perkembangannya sebagai akibat adanya perbedaan kesempatan untuk mengembangkan minat seks dan perbedaan dalam usia kematangan seksual. Pola minat komunitas teman-temannya juga ikut memengaruhi minat heteroseksual remaja. Misalnya, remaja harus mampu memelihara status dalam kelompok sebaya bila memang berminat dalam kegiatan yang melibatkan kedua jenis seks.

Dalam perkembangan heteroseksual juga terdapat dua aspek yang berbeda. *Pertama*, perkembangan pola perilaku yang melibatkan kedua jenis seks, dan *kedua* perkembangan sikap yang berhubungan dengan relasi antara kedua kelompok seks. Dulu, kedua aspek tersebut sangatlah kaku karena tradisi sangat menentukan dan remaja tidak berkesempatan untuk menyimpang dari pola perilaku dan sikap yang sudah ditentukan itu. Misalnya, remaja berpacaran yang menyimpang dari pola yang umum berlaku saat itu, pasti tidak akan memperoleh dukungan sosial. Laki-laki yang mencium pacarnya pada kencan pertama akan dianggap kurang ajar, perempuan yang membiarkan diri dicium atau meminta laki-laki untuk melakukannya, dia akan dianggap murahan.

Selain itu, sering juga muncul sikap tertentu remaja yang tidak realistis dan terlalu romantis dalam menjalin hubungan dengan lawan jenis. Misalnya, terlalu memuja-muja pacarnya secara berlebihan, dan memandang pacar laksana pahlawan.

Ada moral positif yang berkembang di masa lampau dalam hubungan dua jenis kelamin, seperti berkencan dengan berpakaian yang rapi, membawa berbagai bingkisan, bertemu hanya di rumah orangtua, dan pulang pada waktu yang

telah ditentukan, menganggap berciuman dan bercumbu sebagai perbuatan kurang baik dan salah, sekalipun sudah bertunangan.

Pada remaja modern, sikap-sikap moral itu mulai memudar, baik di pedesaan, terlebih lagi di perkotaan, apalagi didukung oleh mudahnya memperoleh alat-alat kontrasepsi dan legalisasi pengguguran.

Ada beberapa ciri yang membedakan perilaku heteroseksual remaja modern dari remaja tradisional, antara lain:

1. Perkembangan perilaku heteroseksual remaja modern cenderung lebih cepat daripada remaja tradisional. Berciuman saat berpacaran yang dianggap tabu pada remaja tradisional, dianggap biasa saja pada remaja modern.
2. Waktu berkencan remaja modern cenderung lebih cepat dimulai dibandingkan remaja tradisional dan cepat berkembang menjadi hubungan yang tetap. Dalam kehidupan remaja modern, berkencan mempunyai banyak tujuan, sehingga dapatlah dimengerti bila remaja menginginkan berbagai macam pasangan pada setiap jenis kencan yang berbeda. Tidak sedikit remaja muda yang lebih suka memiliki pasangan tetap daripada berganti-ganti, karena hal ini memberi rasa aman, mengetahui selalu ada teman untuk mengikuti berbagai kegiatan sosial.
3. Remaja modern tidak menganggap salah terhadap perubahan perilaku seksualnya, karena biasanya mereka hanya mempunyai satu pasang seksual yang dalam banyak kasus diharapkan akan dinikahinya kelak, meskipun orangtua menentangnya.
4. Remaja modern memiliki banyak alasan untuk mengikuti pola perilaku seksual yang baru itu, antara lain karena meyakini bahwa hal itu merupakan suatu keharusan dan orang lain pun melakukannya, tunduk pada tekanan kelompok sebaya bila ingin mempertahankan status di mata mereka, dan perilaku ini sebagai ungkapan dari hubungan yang penuh makna dan memenuhi kebutuhan

semua remaja, apalagi hal itu tidak dijumpai dalam hubungan keluarganya. Tidak demikian halnya pada remaja tradisional.

5. Perilaku seksual yang merupakan sesuatu yang tabu bagi remaja tradisional dan menimbulkan perasaan bersalah serta malu bila terjadi dalam kehidupan mereka sendiri, kini dibenarkan dan dianggap normal oleh remaja modern. Lebih dari itu, remaja modern beranggapan bahwa orang-orang yang saling mencintai dan saling terikat sudah sewajarnya berhubungan seks yang disertai kasih sayang.
6. Remaja tradisional perempuan yang bercumbu hebat dan bersenggama tidak dihargai lagi oleh remaja laki-laki meskipun mereka dikenal sebagai pasangan kencan. Adapun remaja modern beranggapan bahwa keperawanan bukanlah masalah yang penting dalam pernikahan, meskipun mereka tidak menghargai gadis-gadis yang sering berganti-ganti pasangan dan yang sangat lemah.
7. Remaja modern beranggapan bahwa segala ungkapan cinta itu baik sepanjang kedua pasangan remaja saling tertarik. Namun demikian, mereka menganggap salah hubungan seks yang dilakukan bukan atas dasar cinta, tetapi hanya ikut-ikutan perbuatan orang lain, begitu pula hubungan seks atas dasar paksaan salah satu pasangan. Berbeda halnya pada remaja tradisional, perbuatan itu dianggap tabu.
8. Remaja modern yang hamil di luar nikah seringkali diterima oleh orangtua, dinikahkan, bahkan orangtua ikut serta membesarkan dan menanggung biaya hidup anak itu. Adapun pada remaja tradisional, hal itu dianggap suatu aib yang sangat besar dan orangtua seringkali menghukum remaja yang berbuat menyimpang itu.
9. Kumpul kebo disikapi lunak, oleh remaja modern, terutama di kota besar dan di pinggiran kota, berbeda halnya dengan sikap remaja di kota-kota kecil atau di desa-desa.

b. Pertumbuhan dan perkembangan moral remaja awal

Konsep yang baik dan buruk, pantas dan tidak pantas pada remaja awal ditimbulkan oleh moral yang bersumber dari agama dan lingkungan sosialnya. Namun demikian, remaja awal tidak semudah itu menerima konsep-konsep tersebut, tetapi dipertentangkannya dengan citra diri dan struktur kognitif yang dimilikinya. Dengan bekal struktur kognitif, remaja awal menilai moral dengan kecenderungan praktis, sehingga menganggap bahwa yang benar adalah kesesuaian antara yang ideal dengan praktiknya. Antara apa yang seharusnya dilakukan dengan apa yang tampak real di lapangan, selalu diperbandingkan. Remaja awal kurang tertarik pada moral dan nilai-nilai yang tidak sesuai dengan kehidupan sehari-hari dalam pelaksanaannya, seperti adanya ketimpangan dan ketidakadilan di sekitarnya sehingga seringkali mendatangkan keresahan bagi remaja awal dan cenderung menyalahkan orang lain yang memimpinya.

Menanggapi kondisi seperti itu, remaja awal menjalin hubungan atau ikut andil dalam prosesnya dan dia dituntut beradaptasi dan mengembangkan diri, sikap yang ditempuh remaja awal, biasanya lebih banyak mengubah diri sendiri dibanding mengubah lingkungannya. Contohnya, dalam kasus minuman keras yang biasa dilakukan teman-teman sebaya, sikap remaja bisa beragam; ikut serta agar tidak dikucilkan, diam saja atau membiarkan perbuatan itu tanpa memberi kritik, atau berusaha memengaruhi temannya untuk menghindari perilaku negatif itu.

Jadi, remaja awal dituntut untuk menyesuaikan diri dengan teman-teman sepergaulannya dan moral yang berlaku. Namun demikian, pribadi, sosial dan moral remaja awal tetap berkembang seiring dengan perkembangannya secara menyeluruh dan perkembangan masyarakat yang melahirkan moral dan nilai-nilai lainnya.

c. Pertumbuhan dan perkembangan moral remaja akhir

Seiring dengan pola perkembangannya, remaja akhir

mengalami dua sikap. *Pertama*, menjadikan moral dan etis sebagai dasar dalam menilai tatanan masyarakat yang tidak memuaskannya atau berbagai ketimpangan yang kontradiktif dengan etika yang berlaku, seperti masalah minuman keras dan narkoba. Perilaku ini banyak terjadi di komunitas remaja bermasalah yang agresif. *Kedua*, ikut hanyut dalam kebobrokan praktik moral dan etika itu. Perilaku ini banyak terjadi pada komunitas remaja yang bermasalah.

Beruntunglah remaja awal yang mau memanfaatkan perkembangan positif mental dan pikirnya, serta pengembangan positif pribadinya sehingga dapat memandang tatanan dan situasi sosial dengan positif juga. Maksudnya, mereka dapat menerima dan memahami tatanan dan ketimpangan sosial itu sebagai sesuatu yang dapat diubah. Pandangan positif remaja semacam itu dapat menjaga kesehatan mental mereka.

Dari paparan di atas, dapatlah dikatakan bahwa dalam perkembangan pribadi, sosial dan moral remaja akhir terdapat tiga hal penting yang perlu diperhatikan oleh pendidik dan pembimbing, antara lain, *pertama*, masa remaja akhir merupakan masa yang kritis bagi pembentukan kepribadiannya sebelum memasuki masa dewasa. *Kedua*, penerimaan dan penghargaan yang baik dari orang-orang di sekitar remaja sangat memengaruhi kesehatan pribadi, citra diri positif dan rasa percaya diri remaja akhir yang kemudian menimbulkan persepsi positif terhadap masyarakat dan membuatnya mau berperan serta aktif dalam kehidupan sosial. *Ketiga*, timbulnya tingkah laku remaja akhir yang berlebihan dapat dicegah oleh kemampuan mengenal diri sendiri dan usaha memperoleh citra diri yang stabil.





Tugas-Tugas Perkembangan Remaja dan Pemenuhannya

1. Latar Belakang dan Makna Tugas-Tugas Perkembangan Remaja

Ada seperangkat hal yang harus dimiliki remaja dalam mempersiapkan diri memasuki kehidupan masa dewasa agar dia memiliki keutuhan pribadi dalam arti yang seluas-luasnya. Dari segi individu, apa yang harus dimilikinya itu dikaitkan dengan perkembangan pikir, sikap dan perasaan, kemauan, dan perbuatan nyata.

Banyak tuntutan dari faktor-faktor sosial, religius, serta nilai dan norma yang mendorong remaja memikul beban tugas dan tanggung jawab. Harapan dan tuntutan itulah yang melatarbelakangi lahirnya tugas-tugas perkembangan remaja, yang oleh R.J. Havighurst⁴⁷ dinamakan *developmental task*. Secara sederhana, makna tugas perkembangan dimaknai sebagai berikut:

- a. Tugas perkembangan adalah petunjuk yang memungkinkan seseorang untuk mengerti dan memahami harapan atau tuntutan masyarakat dan lingkungan lain terhadap

47 R.J. Havighurst, *Human Developmental Education*, New York Longman, 1953.

seseorang dalam usia tertentu. Arti ini mengandung makna; *pertama*; dari segi orang dewasa, dia dapat mengetahui hal-hal yang harus diajarkan kepada anak-anak sesuai dengan yang diharapkan oleh lingkungannya (khusus bagi masa kanak-kanak), dan mengetahui hal-hal yang harus ditanamkan dan dikuatkan dalam membimbing seorang anak dalam masa pubertas dan masa remaja. *Kedua*, dari segi anak yang sadar menuju kedewasaannya, dia dapat mengetahui hal-hal yang harus dipelajari dan dikuasai dalam masa kehidupan tertentu yang sesuai dengan tuntutan masyarakat dan lingkungannya yang lebih luas.

- b. Tugas perkembangan merupakan petunjuk bagi seseorang tentang harapan pada masa yang akan datang. Arti ini mengandung makna, dari segi pendidik, dia dapat mengetahui hal-hal yang harus dikuasai oleh anak didiknya (kelak dalam masa pubertas, masa remaja, masa dewasa dan masa tua) sehingga dapat hidup lebih "*well-adjusted*." Dari segi anak didik (dalam masa pubertas, remaja), dia dapat memandang jauh ke depan sehingga mengetahui bahwa dalam masa dewasa dan masa tuanya kelak terdapat seperangkat tugas perkembangan yang harus dikuasainya sehingga dia kelak dapat lebih "*well-adjusted*."

Sejumlah ahli, seperti Havighurst, Karl C. Garrison, William W. Wattenberg, dan lain-lain telah merumuskan tugas-tugas perkembangan itu dengan penekanan sendiri-sendiri.

2. Tugas-Tugas Perkembangan Manusia pada Umumnya

Havighurst merumuskan tugas perkembangan dengan pembagian masa perkembangan atas dasar asumsi:

- a. Pengetahuan tentang tugas perkembangan manusia secara menyeluruh, dan setiap masa kehidupan akan membawa *insight* (pemahaman) secara utuh terhadap tugas-tugas perkembangan manusia.

- b. Tugas perkembangan dalam suatu masa kehidupan dapat lebih dimengerti bila tugas perkembangan sebelumnya, paling tidak sebagai latar belakang, juga diketahui.
- c. Tugas perkembangan suatu masa kehidupan akan lebih jelas bila jelas pula adanya tugas perkembangan masa berikutnya yang menghadang dan menuntut untuk dipahami dan dijalankan, paling tidak dipahami sebagai arah perkembangan manusia.

Rumusan ini perlu dijadikan pijakan karena dua pertimbangan. *Pertama*, rumusan ini tergolong lengkap dan sistematis, sehingga banyak dicontoh dan dipertimbangkan oleh ahli-ahli setelahnya, termasuk ahli psikologi di Indonesia, dalam menyoroti perubahan perlakuan anak didik. *Kedua*, pendekatan ini dapat dijadikan pendekatan umum dalam melihat tugas perkembangan remaja di Indonesia, tentunya dengan mempertimbangkan aspek filsafat dan nilai-nilai sosio-kultural setempat.

Menurut Havighurst, rumusan tugas perkembangan manusia yang berlaku secara umum adalah sebagai berikut:

- a. Tugas perkembangan dalam masa bayi dan kanak-kanak awal:

- ⊗ Belajar makan makanan padat.
- ⊗ Belajar buang air kecil dan besar.
- ⊗ Belajar membedakan jenis kelamin.
- ⊗ Memperoleh keseimbangan psikologis.
- ⊗ Menyusun konsep-konsep sederhana tentang realita sosial dan realita fisik.
- ⊗ Belajar menjalin hubungan secara emosional antara dirinya dan orangtua, saudara dan orang lain.
- ⊗ Belajar membedakan antar hal yang benar dengan yang salah, dan mengembangkan "hati nurani."

- b. *Tugas-tugas perkembangan masa kanak-kanak akhir:*

- ⊗ Belajar tentang keterampilan fisik yang diperlukan dalam permainan ringan atau mudah.

- ⊗ Belajar bergaul dan bermain bersama dengan teman seusianya.
- ⊗ Belajar menyesuaikan diri dengan keadaan dirinya sebagai wanita atau laki-laki.
- ⊗ Mengembangkan keterampilan dasar dalam membaca, menulis dan menghitung.
- ⊗ Mengembangkan konsep-konsep yang diperlukan dalam kehidupan sehari-hari.
- ⊗ Mengembangkan kata hati, moral dan ukuran nilai-nilai.

3. Tugas-Tugas Perkembangan Remaja pada Umumnya

Karl C. Garrison⁴⁸ membagi tugas perkembangan menjadi enam kelompok berikut:

a. *Menerima kondisi jasmani*

Pada periode pra-remaja (periode pubertas), anak tumbuh cepat yang mengarahkannya pada bentuk orang dewasa. Pertumbuhan ini diiringi juga oleh perkembangan sikap dan citra diri. Mereka memiliki gambaran diri seolah-olah sebagai model pujaannya. Remaja Wanita sering mendambakan wajahnya secantik bintang film pujaannya, sementara remaja laki-laki sering berkhayal menjadi seorang pahlawan pujaannya. Mereka sering membandingkan dirinya dengan teman-teman sebayanya, sehingga akan cemas bila kondisinya tidak seperti model pujaannya atau teman-teman sebayanya. Pada masa remaja, hal itu semakin berkurang, dan mereka mulai menerima kondisi jasmaninya, serta memelihara dan memanfaatkannya seoptimal mungkin.

b. *Mendapatkan hubungan baru dengan teman-teman sebaya yang berlainan jenis*

Kematangan seksual yang dicapai sejak awal masa remaja mendorong remaja untuk menjalin hubungan sosial, terutama

48. Karl c. Garrison, *Op. Cit.*, hlm. 15-19.

dengan lawan jenis. Remaja diharapkan bisa mencari dan mendapatkan teman baru yang berlainan jenis. Mereka ingin mendapat penerimaan dari kelompok teman sebaya lawan jenis ataupun sesama jenis agar merasa dibutuhkan dan dihargai. Kematangan fisik dan psikis banyak memengaruhi penerimaan teman-teman sekelompok remaja dalam pergaulannya. Tanpa penerimaan teman sebaya, dia akan mengalami berbagai gangguan perkembangan psikis dan sosial, seperti membentuk geng sendiri yang berperilaku mengganggu orang lain.

c. Menerima kondisi dan belajar hidup sesuai jenis kelaminnya.

Sejak masa puber, perbedaan fisik antara laki-laki dan wanita tampak jelas lalu berkembang matang pada masa dewasa. Apabila bentuk tubuhnya tidak memuaskan, mereka menyesali diri sebagai laki-laki atau wanita. Padahal, mereka seharusnya menerima kondisinya dengan penuh tanggung jawab. Remaja laki-laki harus bersifat maskulin, lebih banyak memikirkan soal pekerjaan sedangkan remaja wanita harus bersifat feminin, memikirkan pekerjaan yang berkaitan dengan urusan rumah tangga dan pola asuh anak.

d. Mendapatkan kebebasan emosional dari orangtua dan orang dewasa lainnya

Bebas dari kebergantungan emosional merupakan tugas perkembangan penting yang dihadapi remaja. Apabila tidak memiliki kebebasan emosional, mereka akan menemui berbagai kesukaran dalam masa dewasa, tidak bisa membuat keputusan sendiri dan bertanggung jawab atas pilihan yang ditempuhnya.

e. Mendapatkan kemandirian berdiri sendiri dalam hal-hal yang berkaitan dengan masalah ekonomi

Tugas lainnya adalah kemandirian berdiri sendiri dalam masalah ekonomi karena kelak mereka akan hidup sebagai orang dewasa. Kemandirian di sini mencakup dua tugas,

pertama, mencari sumber keuangan atau pemasukan. Dalam hal ini, remaja diharapkan belajar untuk lepas dari bantuan orangtua dengan mendapat pekerjaan (jangka pendek) dan mempersiapkan diri untuk memasuki lapangan kerja tetap pada masa depan (jangka panjang). *Kedua*, pengelolaan keuangan. Dalam hal ini, remaja diharapkan mampu mengatur pengeluarannya.

f. Memperoleh nilai-nilai dan filsafat hidup

Sejumlah penelitian membuktikan bahwa masalah yang berkaitan dengan kehidupan dan falsafah hidup seperti tujuan hidup, perilaku dirinya, keluarganya dan orang lain, serta soal keagamaan menjadi daya tarik tersendiri bagi remaja. Para remaja memang diharapkan memiliki pola pikir, sikap perasaan, dan perilaku yang menuntun dan mewarnai berbagai aspek kehidupannya dalam masa dewasa kelak. Dengan demikian mereka memiliki kepastian diri, tidak mudah bingung, tidak mudah terbawa arus kehidupan yang terus berubah yang pada akhirnya tidak mendapatkan kebahagiaan.

Remaja seringkali sulit menerima kondisi fisiknya bila sejak kanak-kanak mereka telah mengagungkan konsep tentang penampilan diri pada waktu dewasa.

Bagi anak laki-laki, menerima peran seks dewasa yang diakui masyarakat tidaklah terlalu sulit karena sejak awal mereka telah didorong dan diarahkan ke sana. Berbeda halnya dengan anak perempuan, yang hanya diperbolehkan bahkan didorong untuk memainkan peran sebagai ibu rumah tangga.

Tidak sedikit lembaga pendidikan yang menekankan perkembangan keterampilan intelektual dan konsep yang penting bagi kecakapan sosial, tetapi tidak banyak remaja yang mampu menggunakan keterampilan dan konsep ini dalam situasi praktis, terkecuali yang aktif dalam berbagai aktivitas ekstrakurikuler. Banyak juga lembaga pendidikan dengan bantuan orangtua yang mencoba membentuk nilai-nilai yang sesuai dengan nilai-nilai dewasa, tetapi banyak juga remaja yang tetap tidak mampu bersikap dewasa bila

nilai-nilai tersebut kontradiktif dengan nilai-nilai teman sebayanya.

Tugas untuk mengembangkan perilaku sosial yang bertanggung jawab berkaitan erat dengan masalah pengembangan nilai-nilai yang selaras dengan dunia orang dewasa yang akan dimasuki. Mayoritas remaja ingin diterima oleh teman-teman sebaya, tetapi orang dewasa malah menganggapnya belum bisa bertanggung jawab.

Fenomena pernikahan dini juga berpengaruh dalam tahun-tahun remaja. Masalah ini menyangkut tugas dan tanggung jawab keluarga yang bila kurang dikuasai akan menjadi masalah serius dan berkepanjangan.

4. Tugas-Tugas Perkembangan Remaja Awal

Psikolog William W. Wattenberg membagi masa remaja atas remaja awal dan akhir. Menurutnya, tugas-tugas perkembangan masa remaja awal adalah sebagai berikut.

a. Mampu mengontrol diri sendiri seperti orang dewasa

Remaja awal diharapkan mampu mengontrol segala perbuatannya. Timbulnya tugas perkembangan ini akibat bertambahnya pekerjaan atau perbuatan remaja, baik yang boleh dilakukan atau yang tidak.

b. Mendapatkan kebebasan

Tugas perkembangan lainnya bagi remaja awal adalah mendapatkan kebebasan. Maksudnya, remaja awal diharapkan belajar dan berlatih untuk menentukan pilihan, membuat keputusan dan melaksanakan keputusannya serta berani mempertanggungjawabkannya. Dengan kebebasan ini remaja awal diharapkan tidak lagi bergantung pada orangtua dan orang dewasa lainnya.

c. Bergaul dengan teman lawan jenis

Rasa simpati, rasa tertarik untuk selalu bersama-sama dengan lawan jenisnya mulai disadari oleh remaja awal,

meskipun mereka masih meragukan apakah lawan jenisnya tertarik kepadanya, merasa malu untuk saling mendekat dan saling bergaul, merasa bimbang pada daya tarik dirinya sendiri bagi lawan jenisnya, sehingga tidak sedikit remaja yang tidak mau berpacaran.

d. Memiliki citra diri yang nyata

Remaja awal juga diharapkan mampu menilai kondisi dirinya secara apa adanya. Maksudnya, mampu mengukur kelebihan dan kekurangannya serta dapat menerima, memelihara dan memanfaatkannya semaksimal mungkin, dan mampu mengukur apa saja yang disenangi atau tidak disenangi oleh teman-teman sebayanya. Gambaran muluk-muluk yang mereka harapkan saat masa puber atau masa kanak-kanak harus ditinggalkan dan diganti dengan gambaran yang realistik.

5. Pemenuhan Tugas-Tugas Perkembangan Remaja

a. Pentingnya kelancaran pelaksanaan tugas-tugas perkembangan

Sedikitnya ada tiga kekuatan yang bekerja secara simultan dalam pelaksanaan tugas-tugas perkembangan. Kekuatan itu adalah kematangan posisi individu, berbagai tekanan berupa harapan dan tuntutan budaya masyarakat, dan nilai-nilai seseorang.⁴⁹ Tiga kekuatan yang bekerja secara simultan itu mendorong manusia untuk melaksanakan tugas-tugas perkembangan yang selaras dengan beragam usia di sekitarnya.

Kesuksesan dalam pelaksanaan tugas perkembangan dalam suatu masa kehidupan akan membawa kesuksesan pula dalam pelaksanaan tugas perkembangan selanjutnya. Tingginya intensitas masalah yang dihadapi remaja merupakan akibat banyaknya tugas-tugas perkembangan yang tidak

49. R.J. Havighurst; *Loc. Cit.*

dilaksanakan dengan baik, sekalipun demikian, remaja yang mengalami kegagalan atau keterlambatan dalam pelaksanaan tugas-tugas perkembangannya, tidak berarti tidak akan bahagia karena kesempatan layanan atau perawatan psikis bentuk lainnya masih terbuka lebar.

b. Faktor-faktor yang berpengaruh terhadap lancarnya pelaksanaan tugas-tugas perkembangan

Sukses atau gagalnya pelaksanaan tugas perkembangan remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor:

- 1) Pertumbuhan fisik remaja. Tugas perkembangan akan sukses bila pertumbuhan fisik remaja berjalan dengan sewajarnya.
- 2) Perkembangan psikis remaja. Tugas perkembangan akan sukses bila perkembangan psikisnya, seperti mental, sikap, perasaannya berkembang dengan wajar.
- 3) Posisi remaja dalam keluarga. Kelancaran tugas perkembangan juga banyak dipengaruhi oleh posisinya di tengah keluarga; sebagai anak tunggal atau bukan, anak kandung atau anak angkat, anak pertama atau terakhir. Sebagai contoh, remaja yang memiliki kakak atau adik cenderung lancar dalam melaksanakan tugas-tugas perkembangannya, berbeda halnya dengan anak tunggal.
- 4) Kesempatan remaja untuk mempelajari tugas-tugas perkembangan. Banyak sedikitnya kesempatan yang dimiliki remaja sangat berpengaruh pada pelaksanaan tugas perkembangan remaja.
- 5) Motivasi diri. Ada tidak adanya motivasi, kuat atau lemahnya, atau faktor pendorong yang ada dalam diri seorang remaja akan memperlancar atau menghambat pelaksanaan tugas-tugas perkembangan remaja. Motivasi dapat bersumber dari dalam diri remaja, seperti semangat dan obsesi, dan dari luar diri remaja, seperti penghargaan orangtua atau masyarakat terhadap remaja.

- 6) Lancarnya pelaksanaan tugas-tugas perkembangan pada masa sebelumnya. Kelancaran pelaksanaan tugas-tugas perkembangan remaja selama masa kanak-kanak atau masa puber akan berpengaruh terhadap kelancaran pelaksanaan tugas-tugas perkembangan pada masa berikutnya

c. Beragam variasi dalam pelaksanaan tugas-tugas perkembangan

Pelaksanaan tugas perkembangan remaja itu bervariasi. Variasi ini penting diketahui bila dijadikan bahan pertimbangan untuk menjelaskan pelaksanaan tugas perkembangan remaja. Adanya bahan pertimbangan itu membuat pendidik atau pembimbing lebih bersikap hati-hati, dalam menilai dan menetapkan kondisi seorang remaja; apakah lancar melaksanakan tugas-tugas perkembangannya atau gagal.

Dengan adanya perbedaan kepribadian individu, lingkungan sosial, kesempatan dan waktunya, serta kedinamisannya dalam menyikapi lingkungan, dan kesempatan serta waktu yang tersedia, variasi perkembangan remaja dapat dikategorikan menjadi beberapa bagian, yaitu antara lain:

- 1) Variasi yang berkaitan dengan tugas perkembangan itu sendiri. Misalnya, sejumlah remaja terlalu banyak melaksanakan tugas-tugas perkembangannya, sementara remaja lain bersikap biasa saja.
- 2) Variasi yang berkaitan dengan pelaksanaannya. Misalnya, sejumlah remaja sangat kuat melaksanakan tugas-tugas perkembangan tertentu, sementara remaja lainnya sangat lemah.
- 3) Variasi yang berkaitan dengan rentangan periode kehidupan remaja. Misalnya, sejumlah remaja pada rentangan periode kehidupan tertentu belum mampu atau belum memiliki kesempatan untuk melaksanakan tugas-tugas perkembangan tertentu, tetapi dia sudah berminat melaksanakannya. Sebaliknya, ada sejumlah

remaja pada rentangan periode lainnya yang sangat berminat, tetapi belum mampu melaksanakannya.

- 4) Variasi yang berkaitan dengan kondisi temporer. Misalnya, sejumlah remaja melaksanakan tugas-tugas perkembangan penuh kontrol diri, tetapi di lain waktu melaksanakannya secara tidak terkontrol.

6. Tugas-Tugas Perkembangan dan Pemenuhannya dalam Strata Sosial

Dengan pendekatan yang berbeda, sejumlah ahli sepakat dengan adanya kelas-kelas sosial, yang ciri-cirinya diketahui atas dasar beberapa faktor, seperti tingkat ekonomi, tingkah laku, tempat tinggal, dan lingkungan yang mencakup rumah dan peralatan serta simbol lainnya. Tingkatan kelas sosial yang banyak disepakati adalah kelas atas, kelas menengah, dan kelas bawah.

Tingkatan kelas sosial tidak hanya berpengaruh pada diri seseorang, tetapi juga terhadap segala aspek kehidupan. Warner dan kawan-kawan⁵⁰ menyimpulkan secara fungsional perilaku sosial remaja berkaitan erat dengan posisi keluarganya dalam struktur sosial. Misalnya, terdaptarnya murid-murid dalam berbagai kurikulum di sekolah menengah berkorelasi kuat dengan kedudukan sosial ekonominya.

Mengingat kuatnya korelasi dan pengaruh tingkat sosial ekonomi terhadap perilaku remaja, Dr. Munandir berpendapat bahwa *pertama*, para ahli tidak meragukan pengaruh kelas sosial terhadap perilaku anak, misalnya anak-anak membawa model-model kebudayaan kelasnya di sekolah. *Kedua*, kelas sosial dan pendidikan itu memotivasi peranan sekolah dalam mobilitas sosial.⁵¹ Selain itu, kelas-

50 W. Lloyd Warner, et al, *Who Shall be educated?* Harper & Brother, New York, 1951.

51 Munandir, *Penyebaran dan Arus Murid Sekolah Menengah Sebagai Fungsi Prestasi Akademis dan Status Sosial Ekonomi*, (Disertasi), IKIP Malang, 1973, hlm. 19-47.

kelas sosial terbukti berkorelasi dengan penyakit mental. Hollingshead dan Redlich⁵² membuktikan bahwa penyakit *neuroses* banyak diderita oleh tingkatan kelas sosial atas, sedangkan *psychoses* dan juga *schizophrenia* banyak menimpa tingkatan kelas sosial bawah.

Tingkatan kelas sosial itu juga berpengaruh terhadap pelaksanaan tugas-tugas perkembangan remaja. Berkaitan dengan tingkatan kelas sosial ini dan kaitannya dengan tugas perkembangan, Bernard,⁵³ yang melakukan penelitian di Amerika, merumuskan tugas-tugas perkembangan remaja dalam tiap-tiap tingkat kelas sosial. Rumusan Bernard memang bisa dikomparasikan dengan pelaksanaan tugas-tugas perkembangan remaja Indonesia karena adanya persamaan kelas-kelas sosial, tetapi masih diperlukan peninjauan ulang tentang tugas-tugas perkembangan remaja Indonesia yang khas yang sesuai dengan falsafah, sosio-kultural, nilai-nilai dan tujuan pendidikan nasional. Berikut rumusan Bernard tentang tugas-tugas perkembangan remaja.

a. Mencapai hubungan yang lebih matang dengan lawan jenis

Tingkatan kelas-kelas sosial melahirkan berbagai kelompok yang sangat bervariasi polanya dalam hubungan sosial, yang memengaruhi remaja. Komunitas kelas menengah berharap agar anaknya selalu berhasil dan diarahkan secara hati-hati dalam pengalaman yang mengandung pendidikan. Sebelum remaja benar-benar mencapai kematangan, hubungan dengan lawan jenis masih dibatasi. Remaja yang berstatus sosial rendah cenderung untuk segera menikah. Sebaliknya remaja

52. August B. Hollingshead, dan Frederick C. Redlich, "Social Stratification and Psychiatric Disorders," dalam Stephan P. Spitzer dan Norman K. Denzin (eds) *The Mental Patient: Studies in the Sociology of Deviance*, Mc Graw-Hill Book Company, New York 1968, hlm. 108-109.

53. Harold W. Bernard, *Mental Hygiene for Classroom Teachers*, (edisi kedua); Mc Graw-Hill Book Company, Inc., New York, 1961, hlm. 101-103.

yang berstatus sosial menengah dan atas cenderung mendahulukan karier.

b. Belajar menerima posisi dirinya sebagai laki-laki atau perempuan

Remaja wanita menerima ketergantungan mereka di bawah pengaruh tradisi atau adat, dan ada pula yang banyak memiliki kebebasan tanpa mengalami celaan dalam menentukan pilihan karier atau untuk menikah. Demikian juga remaja laki-laki.

c. Memanfaatkan kondisi fisiknya secara tepat dan mendayagunakannya sebagai modal kerja fisis

Pada semua tingkat kelas sosial, remaja diharapkan menyadari tingkat pertumbuhannya. Lembaga pendidikan dapat membantu remaja melalui perancangan program berbagai aktivitas fisik yang berbeda sesuai dengan perbedaan tahap-tahap pertumbuhan dan perubahan-perubahan fisik para remaja.

d. Mencapai kebebasan dengan mengurangi kebergantungan pada orang dewasa

Pada remaja kelas sosial bawah, tugas perkembangan ini lebih cepat dicapai, sebab mereka diharapkan cepat menghidupi keluarganya. Adapun remaja kelas sosial atas relatif mudah dalam melaksanakan tugas perkembangan ini, sebab orangtua tidak terlalu banyak ikut terlibat selama masalah ekonomi dapat mereka atasi sendiri. Adapun bagi remaja kelas menengah, tugas perkembangan ini dianggap sangat sukar karena mereka harus mempertahankan status mereka melalui studi lanjut, penangguhan pernikahan, dan pencarian pekerjaan.

e. Mengembangkan kepercayaan dalam kemampuan diri untuk berdiri sendiri dalam masalah finansial

Bagi kelas sosial menengah dan kelas sosial atas, tugas perkembangan ini relatif mudah selama ada waktu dan

pekerjaan sampingan. Mereka dapat membuktikan diri bahwa mereka mampu mandiri dalam hal finansial dan mereka tetap bersemangat melanjutkan sekolahnya. Adapun bagi remaja kelas sosial bawah, tugas perkembangan ini dirasakan berat karena beberapa alasan, seperti adanya tuntutan finansial sehingga mereka harus bekerja penuh, adanya tekanan-tekanan sosial untuk memperoleh penghasilan dalam hidup yang layak, dan adanya banyak faktor penghambat berupa diskriminasi dan konflik nilai.

f. Merencanakan dan mempersiapkan diri untuk memasuki lapangan kerja pada masa depan

Tugas perkembangan ini tidak dirasakan sulit oleh remaja kelas sosial atas karena mereka dituntut untuk meneruskan pekerjaan-pekerjaan orangtua mereka. Mereka juga bebas mempersiapkan diri dan memilih berbagai lapangan yang dikehendaki. Biasanya mereka memilih lapangan kerja bisnis dan keguruan yang cenderung bergengsi, sedangkan remaja kelas sosial bawah biasanya memilih lapangan kerja sederhana dan cepat menghasilkan uang sehingga mereka jarang yang bersekolah tinggi.

g. Menentukan sikap dan memperoleh pengalaman yang berguna untuk pernikahan dan hidup berkeluarga

Ada dua tipe pernikahan bagi kelas sosial atas. *Pertama*, stabil, yaitu pernikahan dan hidup berkeluarga sudah dipersiapkan secara matang. *Kedua*, tidak stabil, yaitu pernikahan dan hidup berkeluarga yang kurang dipersiapkan secara matang, seperti kurangnya komunikasi dengan calon pasangan.

Pada kelas sosial menengah, umumnya relatif stabil dan dilaksanakan atas persetujuan keluarga kedua belah pihak. Seringkali remaja diharapkan menunda pernikahan dan memperpanjang masa studi. Adapun pada kelas sosial bawah, pernikahan seringkali dilakukan pada usia muda dan tidak stabil. Penelitian Kinsey menguatkan penelitian

Hollingsheat bahwa remaja kelas sosial bawah banyak terlibat dalam uji coba perilaku seksual dini.

h. Mengembangkan berbagai keterampilan dan konsep yang dibutuhkan untuk berpartisipasi dalam hidup kenegaraan

Komunitas kelas sosial atas dan kelas sosial menengah memiliki banyak persyaratan untuk memenuhi kewajibannya sebagai warga negara yang baik, sedangkan kelas sosial bawah tidak demikian.

i. Merencanakan dasar-dasar untuk berperilaku yang bisa dipertanggungjawabkan secara sosial

Berbagai pengalaman yang diperoleh di luar rumah, terutama di lembaga pendidikan, akan memperluas wawasan dan menimbulkan kesetiaan remaja kelas sosial atas dan kelas sosial menengah. Adapun remaja kelas sosial bawah merasa mendapat tekanan dari remaja kelas sosial atas dan kelas sosial menengah sehingga kesetiaan mereka terarah pada keluarga, teman-teman sebayanya, dan kelompok sosial di bawahnya.

j. Mendapatkan nilai dan sikap yang menjadi pedoman berperilaku yang dapat diterima dan produktif

Remaja kelas sosial atas dan kelas sosial menengah, umumnya menghadapi masalah dalam pedoman hidupnya, tetapi siap menerima pandangan ilmu pengetahuan terhadap hal-hal materiel. Sedangkan remaja kelas sosial bawah biasanya tidak dipusingkan oleh masalah tersebut karena otoritas kebenaran atau dasar-dasar agama langsung diterimanya tanpa dipersoalkan lagi.





Remaja Memiliki Kebutuhan Tersendiri

1. Proses Kerja dan Peranan Kebutuhan

Banyak sekali kebutuhan manusia yang mendorongnya berbuat atau bertingkah laku tertentu, seperti kebutuhan biologis yang meliputi kebutuhan minum, makan, kebutuhan bernapas, dan sebagainya; kebutuhan individual yang mencakup kebutuhan aktif, berpikir, mengetahui dan sebagainya; kebutuhan religius yang mencakup berpuasa, mengunjungi rumah suci, bersedekah, dan sebagainya. Ada juga ahli yang membaginya atas tinjauan keberadaannya, yaitu kebutuhan primer dan kebutuhan sekunder.⁵⁴

Peranan kebutuhan manusia dapat ditinjau dari berbagai pendekatan, seperti pendekatan psikologi, sosiologi, dan antropologi. Dengan berbagai pendekatan itu dan ditinjau dari sifatnya, umumnya kebutuhan berperan untuk mendekatkan diri dalam pergaulan yang positif dan menghindarkan diri dari pergaulan yang negatif. Mengingat

54 Mustafa Fahmi, *Ash Shihah An Nafsiyyah: fi al-Ushrah wa al-Madrasah wa al-Mujtama*. (alih bahasa : Zakiyah Darajat, jilid I), Bulan Bintang, Jakarta, Cetakan I, 1977, hlm. 46-54.

semua manusia menginginkan terpenuhinya kebutuhan ini, tidak terpenuhinya kebutuhan itu akan melahirkan perilaku agresif, dan inilah yang disebut peran ketiga kebutuhan, yaitu membentuk pola perilaku baru. Ketiga peranan kebutuhan itu dapat disimpulkan dalam satu peranan, yaitu mempertahankan kelangsungan hidup, baik yang bersifat fisik maupun psikis.

Besarnya peranan kebutuhan ini tampak jelas dalam proses pemenuhannya yang dilakukan setiap manusia. Dan kesehatan mental seseorang sangat dipengaruhi oleh terpenuhi-tidaknya kebutuhan itu.

2. Kebutuhan sebagai Penentu Pola Tingkah Laku Manusia

Di antara pengaruh kebutuhan terhadap tingkah laku manusia, yaitu menimbulkan tingkah laku tertentu.⁵⁵ Dalam menyoroti pengaruh kebutuhan terhadap tingkah laku manusia, Stuart Palmer, Ph.D⁵⁶ menggabungkan teori-teori psikologi, sosiologi, dan antropologi sosial menjadi satu konsep, terutama yang berkaitan dengan jenis kebutuhan yang sangat peka bagi remaja, yaitu kebutuhan diterima kelompok. Konsep ini juga disepakati oleh banyak ahli psikologi, sosiologi, psikologi perkembangan, terutama psikolog remaja, seperti (Hurlock Robert F. Peck, Havighurst, Strang, Garrison, Stanley Hall, Winarno Surachmad, Zakiyah Darajat, dan lain-lain).

Model konsep dan pola tingkah laku yang dikemukakan oleh Palmer tidak saja membuktikan bahwa kebutuhan sangat berpengaruh pada tingkah laku manusia, tetapi juga berpengaruh terhadap aspek emosi. Jadi, gagasan Palmer ini bisa dijadikan pijakan, paling tidak dijadikan pertimbangan,

55 Winarno Surachmad, *Op. Cit.*, hlm. 87.

56 Stuart Palmer, *Understanding Other People*, A Facett Premier Book, Inc., Greenwich.

oleh pendidik dan pembimbing dalam pelaksanaan pendidikan dan bimbingan. Konsep itu dapat digambarkan sebagai berikut.

a. Anggapan dasar

Anggapan dasarnya adalah bahwa tingkah laku individu yang beragam selalu diarahkan pada pemenuhan kebutuhan tertentu, dan hampir seluruh tingkah laku individu itu bersumber dari hasil belajar. Meskipun tingkah laku itu beragam, pola-polanya masih dapat dipelajari dan dipahami. Hal ini karena prosesnya yang berasal pada suatu hukum belajar "*law of effect*" pada intinya mengandung pengertian, *pertama*, bila seseorang bertindak atau bereaksi atas beberapa kebutuhannya, keduanya akan menjadi kebiasaan kemudian membentuk pola tingkah laku tertentu. *Kedua*, bila tindakan atau reaksi itu berhasil akan timbul kepuasan atas pemenuhan kebutuhan. Sebaliknya, bila gagal maka akan timbul frustrasi sehingga tindakan atau reaksi tidak akan diulangi lagi.

b. Konsep memahami tingkah laku individu

Berdasarkan hukum belajar dalam anggapan dasar di atas dirumuskan suatu konsep dalam memahami tingkah laku seseorang. Pada umumnya, tingkah laku manusia didorong oleh dua kebutuhan yang saling berkaitan sebagai implementasi dari banyaknya tuntutan sosial. Dua kebutuhan itu, *pertama*, diterima oleh kelompok atau orang-orang di sekelilingnya. *Kedua*, menghindari penolakan kelompok atau orang lain di sekitarnya.

Individu banyak belajar dari lingkungan sosial di sekitarnya yang memberinya berbagai pengalaman belajar, dengan tujuan memenuhi berbagai kebutuhannya. Pengalaman belajar itu bisa berupa pergaulan dengan orangtua, saudara, keluarga lain, guru dan teman-teman sebayanya. Dari sana, individu memahami tingkah laku apa saja yang disenangi dan tidak disenangi oleh kelompok sosial sehingga terbentuklah pola tingkah laku untuk memenuhi dua kebutuhan di atas.

Mengingat lingkungan sosial individu tidak selalu memberinya pengalaman yang menyenangkan sehingga dua kebutuhannya di atas tidak selalu dapat terpenuhi. Hal itu membuat individu menjadi frustrasi dan mendapatkan cemoohan orang lain. Akibatnya, muncullah kebutuhan ketiga, yaitu bertindak agresif terhadap orang lain.

c. Pola dan ciri tingkah laku individu

Sebagai implementasi dari kebutuhan terkuat dan menonjol dalam diri individu, muncullah lima pola tingkah laku individu dengan ciri-cirinya yang khas:

- 1) Pola tingkah laku yang terarah untuk memuaskan kebutuhannya sehingga orang lain menerimanya. Ciri-ciri pola tingkah laku ini antara lain:
 - a) Selalu berusaha menjadi pusat perhatian
 - b) Suka menyombongkan diri
 - c) Suka menonjolkan ketampanan/kecantikan
 - d) Suka menunjukkan kekurangan yang ada pada dirinya
 - e) Suka berbohong
 - f) Berusaha meningkatkan status sosialnya
 - g) Rajin bekerja keras
 - h) Suka dianggap kreatif
 - i) Suka beramal demi kemanusiaan
 - j) Baik hati dan suka memberi pertolongan

Ciri-ciri tingkah laku di atas mengilustrasikan sikap dan perasaan individu yang sangat menonjol kebutuhannya agar orang lain menerimanya dalam interaksi sosial. Pengalamannya dalam interaksi sosial masa lalu membuatnya berasumsi bahwa penerimaan orang lain telah memberinya kepuasan tersendiri. Akibatnya, individu cenderung mengulangi tingkah laku tertentu yang membuatnya puas dan menghindari tingkah laku lainnya yang membuatnya tidak puas sehingga terbentuklah pola tingkah lakunya.

- 2) Pola tingkah laku yang terarah untuk memuaskan dan memenuhi kebutuhannya agar orang lain menerimanya dan terhindar dari penolakan. Ciri-ciri pola tingkah laku ini antara lain:
- a) Terlalu banyak bicara
 - b) Suka berbicara yang sulit dimengerti orang lain dan berbelit-belit
 - c) Terlalu disiplin
 - d) Congkak dan sombong
 - e) Sok pintar
 - f) Suka mengagungkan nilai-nilai lama yang lebih baik
 - g) Sok sebagai warga negara yang baik
 - h) Terlalu teliti
 - i) Jujur
 - j) Menolong orang lain secara berlebihan

Pada pola tingkah laku tersebut, ada individu yang dirinya telah gagal mendapatkan penerimaan orang lain dan dia tidak bisa menerima kenyataan itu. Dia berpikir bahwa perasaan ditolak itu harus ditutup rapat-rapat, sehingga lahirlah tingkah laku untuk memenuhi kebutuhan diterima sekaligus menutupi perasaan gagalanya. Bila tingkah laku itu berhasil, dia akan mengulangnya di masa mendatang, sehingga jadilah pola tingkah lakunya yang khas.

- 3) Pola tingkah laku yang terarah untuk memenuhi kebutuhannya dan menghindari penolakan orang lain. Ciri-ciri pola tingkah laku ini antara lain:
- a) Pemalu
 - b) Penyendiri
 - c) Pemalas
 - d) Pencemas
 - e) Sulit membuat keputusan
 - f) Pecandu rokok
 - g) Suka makan secara berlebihan

- h) Menderita penyakit psikosomatis
- i) Menderita penyakit Fobia, takut secara berlebihan
- j) Perfeksionist, berlebihan dalam kesempurnaan
- k) Pemabuk
- l) Homoseks

Pada pola ini, individu mengalami frustrasi, kecewa, sedih, bahkan mungkin putus asa karena pengalaman interaksi sosialnya di masa lalu. Hal itu terjadi, karena pendidikan orangtua yang acuh tak acuh, saudara yang mengabaikannya, atau kondisi dirinya sehingga kelompok tidak menghargainya. Akibatnya, individu selalu merasa bahwa orang lain menolaknya, sehingga bertingkah laku yang membuat dirinya terhindar dari penolakan itu.

- 4) Pola tingkah laku yang terarah untuk memuaskan kebutuhan agresif yang mengiringi kebutuhan penerimaan, serta menghindari penolakan orang lain. Ciri-ciri tingkah laku ini sebagai berikut:
- a) Suka mendebat
 - b) Suka mengeluh
 - c) Suka bergosip
 - d) Tidak merasakan tenang
 - e) Menjadi remaja nakal
 - f) Suka mencuri
 - g) Suka membunuh
 - h) Ingin bunuh diri
 - i) Suka humor
 - j) Suka mencampuri urusan orang lain
 - k) Bersikap rasialis yang ekstrem
 - l) Sangat pencemburu
 - m) Garang dan kejam

Pada pola ini, individu mempunyai tiga kebutuhan yang secara simultan menonjol dan menuntut pemenuhan sebagai akibat kesalahan sikap mendidik dalam lingkungan keluarga, seperti adanya penolakan dan perlakuan

kejam terhadap anak dan sering menghukum fisik, suka membohongi anak, atau saudara-saudara yang pemarah. Akibatnya, individu merasa merasa ditolak dalam lingkungan keluarga, kemudian bersikap agresif. Kondisi seperti itu membuat individu mempunyai tiga kebutuhan, yaitu kebutuhan untuk diterima, menghindari penolakan, dan kebutuhan untuk agresif.

- 5) Pola tingkah laku yang diarahkan hanya untuk memenuhi kebutuhan agresif. Ciri-ciri tingkah laku ini sebagai berikut:
- a) Pamerkosa
 - b) Bersikap sadis
 - c) Suka menimbulkan dan melihat kebakaran
 - d) Sangat pemarah
 - e) Menjadi suami yang kejam dan suka memukul istri

Pada pola ini, individu cenderung menutup diri dari kebutuhan diterima dan kebutuhan menghindari penolakan orang lain, tetapi yang lebih menonjol adalah kebutuhan untuk agresif. Hal ini muncul akibat sangat frustrasi atas kegagalannya mendapat penerimaan dari orang lain dan kegagalan menghindari penolakan orang lain, sehingga dia tidak lagi memerhatikan kedua kebutuhan itu. Akibatnya, muncullah kebutuhan pengganti, yaitu kebutuhan agresif untuk memperoleh kepuasan lain, dalam bentuk pelampiasan terhadap kelompok-kelompok atau orang lain yang menjadi sumber frustrasinya.

3. Kebutuhan Remaja Secara Umum

Dalam mengetahui dan memahami kebutuhan remaja, haruslah dilihat posisi remaja dan pentingnya posisi itu dari beberapa aspek; mulai remaja sebagai individu, remaja sebagai anggota keluarga, remaja sebagai anggota masyarakat, dan

remaja sebagai warga negara. Atas dasar itu, kebutuhan remaja dapat dikategorikan sebagai berikut.⁵⁷

a. Semua remaja membutuhkan pengembangan keterampilan untuk bekerja

Mengingat beragamnya lapangan kerja yang menuntut keterampilan tertentu dan ketatnya persaingan, remaja perlu membekali diri dengan berbagai keterampilan yang sesuai dengan bakat dan minatnya agar berhasil meraih pekerjaan yang dapat mendatangkan penghasilan.

b. Semua remaja membutuhkan untuk berkembang dan memelihara kesehatan dan kesegaran fisik

Mengingat selama masa remaja, individu sedang tumbuh dan berkembang dengan pesat, terutama selama masa remaja awal ketika perasaan yang tidak enak sering muncul, dan mereka memunculkan berbagai kekuatan yang mendorongnya untuk aktif, remaja membutuhkan pengarahannya tentang pemeliharaan kesehatan yang baik dan membutuhkan pengetahuan tentang latihan-latihan fisik dan pemenuhan akan gizi. Tujuannya, agar mereka tetap prima dalam proses perkembangannya.

c. Semua remaja membutuhkan untuk mengerti tentang hak-hak dan kewajiban dalam masyarakat demokratis

Remaja harus mengerti dan menerima apa saja yang diperbolehkan baginya dan yang diharuskan atasnya sebagai anggota masyarakat, seperti pemanfaatan pemeliharaan jalan sebagai sarana publik. Di satu sisi, dia berhak menggunakan jalan itu, tetapi di sisi yang lain, dia juga berkewajiban untuk memeliharanya dari kerusakan. Dengan demikian, dia bisa menyenangkan diri sendiri dan juga orang lain.

57 Educational Policies Commission Of NEA; Planning for America Youth; National Association of Secondary-school Principals, (edisi revisi), 1951.

d. Semua remaja membutuhkan untuk mengerti pentingnya keluarga bagi individu dan masyarakat

Keluarga sangatlah berarti bagi kehidupan individu dan masyarakat. Remaja merasakan bahwa keluarganya mengandung nuansa hubungan yang penuh penyesuaian dan kedamaian serta ketenangan. Suasana positif yang diperoleh remaja dalam keluarganya diharapkan memberikan nuansa positif pula bagi masyarakat, begitu juga sebaliknya.

e. Semua remaja membutuhkan untuk mengerti cara mendapatkan, memanfaatkan, dan memelihara barang dengan baik

Remaja harus mengetahui asal usul, pemanfaatan dan cara pemeliharaan suatu barang sebelum membelinya, sehingga mereka mendapatkan berbagai keuntungan itu, mendapatkan kepuasan batin, bersikap hemat dan berpola hidup sederhana.

f. Semua remaja membutuhkan untuk mengerti peranan ilmu pengetahuan bagi hidup manusia

Remaja harus mengetahui peranan ilmu-ilmu pengetahuan yang dipelajarinya di lembaga pendidikan untuk kehidupannya sehari-hari. Hal ini mengingat, tidak sedikit ilmu pengetahuan yang dipelajari remaja tidak bisa diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, atau kontradiktif dengan realita keyakinan yang berkembang di tengah masyarakatnya. Dengan semakin bertambah dan mendalamnya pengetahuan remaja tentang peran ilmu pengetahuan bagi kehidupan, mereka tidak akan mudah terombang-ambing oleh perilaku masyarakat yang terkadang tidak bisa dipertanggungjawabkan.

g. Semua remaja membutuhkan apresiasi terhadap seni, musik, dan keindahan alam

Remaja membutuhkan rasa, pikir, sikap, dan tingkah laku yang positif dalam membaca informasi atau objek seni yang berupa bacaan-bacaan atau panorama alam yang indah, sehingga dia bisa menikmati dan menghargai nilai seni. Semua

itu memberikan berbagai manfaat bagi remaja, antara lain memunculkan kreativitas dalam pekerjaan atau yang membuatnya merasa puas dan santai, memberinya kesempatan untuk memanfaatkan dan melatih emosi dan sikap serta pikirnya secara positif, terutama di waktu senggang.

h. Semua remaja membutuhkan untuk memanfaatkan waktu senggang dengan baik

Mengisi waktu senggang dengan berbagai kegiatan yang positif sangatlah diharapkan pada remaja, terlebih lagi apabila kegiatan itu ditempuhnya dengan bekal keterampilan, ketekunan dan sikap yang bertanggung jawab. Terpenuhnya kebutuhan ini akan mendatangkan banyak manfaat, baik bagi remaja maupun orang lain, antara lain menghindarkan remaja dari perilaku yang negatif di waktu senggang, seperti melamun atau pergaulan bebas, dan membentuk kemandirian remaja yang berguna bagi masa dewasa dan masa tuanya.

i. Semua remaja membutuhkan untuk mengembangkan rasa hormat terhadap orang lain

Remaja membutuhkan pengetahuan tentang tata cara menghormati orang lain, baik dalam sikap, perkataan maupun perbuatan. Sebab, kemampuannya menghormati orang lain sangat menentukan kesuksesannya dalam suatu kegiatan sosial penerimaan orang lain terhadapnya, bahkan akan menciptakan saling percaya dan saling membantu di antara teman-teman atau komunitas tempat remaja berada.

j. Semua remaja membutuhkan kemampuannya untuk berpikir secara rasional

Mengingat remaja menghadapi banyak masalah, untuk menumbuhkan kemampuan melihat berbagai masalah itu secara jernih dan mampu menentukan keputusan yang tepat atas dasar pertimbangan akal sehat dan cerdas, dibutuhkan kemampuan berpikir yang rasional, meskipun aspek emosi tidak dapat diabaikan.

4. **Kebutuhan Remaja yang Berkaitan dengan Kesehatan Mental di Sekolah**

Menurut Bernard,⁵⁸ ada tujuh kebutuhan remaja yang berkaitan dengan kesehatan mentalnya di sekolah, yaitu penyesuaian diri remaja dalam kelompok teman sebaya, penyesuaian diri terhadap guru, penyesuaian diri dalam hubungan orangtua-guru-murid, ketentuan tujuan (masa depan), kemantapan rasa harga diri, memahami diri sendiri, dan persiapan untuk pernikahan.

a. Penyesuaian diri dalam kelompok teman sebaya

Kebutuhan remaja ini muncul akibat adanya keinginan bergaul dengan teman sebayanya. Di sini, sering timbul persoalan yang harus dihadapi remaja dan membuatnya kecewa, yaitu adanya penolakan teman sebaya terhadap kehadirannya dalam pergaulan. Namun demikian, penolakan yang membuatnya kecewa itu bisa dihindari bila remaja memiliki sikap, perasaan, dan keterampilan yang membuat kelompok teman sebayanya mau menerimanya.

b. Penyesuaian diri terhadap guru

Kebutuhan remaja ini muncul setelah remaja melepaskan diri dari keterikatan dengan orangtua dan menginginkan orang dewasa lain untuk menjadi pembimbing atau sahabatnya. Remaja akan kecewa bila tidak mampu menyesuaikan diri dan meraih keuntungan yang lebih banyak dari pembimbing dan gurunya. Mengapa? Karena mereka tidak bisa merealisasikan segala dorongannya untuk menunjukkan kemampuannya bergaul dengan orang-orang dewasa. Mereka juga akan merasa rendah diri, bila orang dewasa menolak mereka.

c. Penyesuaian diri dalam hubungan orangtua-guru-murid

Kebutuhan remaja ini muncul akibat remaja ingin berkembang tanpa harus bergantung lagi pada orangtuanya, ingin

58 Harold W. Bernard, *op. cit.*, hlm. 64-73.

diakui sebagai individu yang memiliki hak-hak sendiri dan sebagai orang yang mampu memecahkan masalahnya sendiri, sehingga remaja tidak benar-benar menyadari bahwa dirinya membutuhkan bantuan orang dewasa, khususnya orangtua. Baginya, orangtua sangat merintangi untuk meraih pengakuan dan kemerdekaan. Dalam kondisi seperti ini, para pembimbing dan guru di sekolah membantu remaja, karena dua alasan; *pertama*, pembimbing dan guru lebih akrab dengan remaja; *kedua*, peranan pembimbing dan guru sangat berpengaruh, sehingga tidak jarang remaja aktif beribadah di hadapan mereka dibanding di hadapan orangtuanya sendiri. Demikian pula bila timbul masalah pada diri remaja, dia lebih suka mendiskusikannya dengan pembimbing dan guru di sekolah, bahkan akan curiga bila orangtuanya datang ke sekolah karena menganggap ada sesuatu yang diperbincangkannya dengan pihak sekolah. Menghadapi semua kondisi itu, remaja perlu menyesuaikan diri tentang cara berinteraksi dengan mereka; orangtua dan guru.

d. Ketentuan atau kejelasan tujuan-tujuan

Kebutuhan remaja ini seringkali mendapat penekanan para psikologi tentang urgensinya. Tujuan yang jelas sangatlah dibutuhkan bagi remaja yang memiliki mental sehat, yang menginginkan kenikmatan hidup, dan ingin menjauhkan diri dari kondisi yang tidak menentu. Untuk itu, para guru seringkali menjelaskan tujuan kurikulum, tujuan instruksional umum dan khusus, makna pelajaran bagi kepentingan pribadi remaja itu, baik dalam lapangan kerja serta lapangan kehidupan yang lebih luas maupun dalam kepentingan sekarang dan yang akan datang, sehingga mangkirnya remaja yang tanpa tujuan dapat dihindari semaksimal mungkin.

e. Kemantapan rasa harga diri

Kebutuhan remaja ini sangatlah dibutuhkan, karena kompleksnya masalah yang dihadapinya. Untuk tujuan itu, pergaulan dengan kelompok teman sebaya diperlukan dalam

rangka menambah pengalaman dan menemukan kemantapan dirinya. Bila interaksi itu menimbulkan akibat negatif maka rasa harga dirinya akan rendah sebaliknya bila interaksi itu menimbulkan akibat positif harga dirinya semakin mantap dan kematangan serta kedewasaan akan cepat diraihinya.

f. Mengerti dan memahami diri sendiri

Kebutuhan remaja ini berkaitan erat dengan kemantapan rasa harga diri di atas. Kebutuhan ini mencakup pengertian dan pemahaman tentang sikap, sifat, kemampuan, baik kelemahan dan kelebihanannya. Dengan demikian, remaja bisa merencanakan masa depannya ; mengarahkan dan mengaktualisasikan dirinya secara matang.⁵⁹

g. Persiapan untuk hidup pernikahan

Kebutuhan remaja ini muncul akibat kompleksnya masalah dalam melangsungkan pernikahan dan hidup berumah tangga. Umumnya, remaja menginginkan suatu ikatan pernikahan untuk mendapatkan rasa aman, rasa damai, saling mencintai. Namun realitanya, remaja tidak secara khusus dipersiapkan untuk menjalani hidup pernikahan itu. Memang, persiapan itu membutuhkan waktu yang cukup lama; mulai dari pengenalan antara dua jenis kelamin, kencan, pacaran, tukar cincin, sampai pada pelaksanaan pernikahan dan kehidupan berumah tangga. Meskipun bisa terjadi pernikahan yang bahagia tanpa melalui semua tahapan itu, kebahagiaan itu akan lebih mudah diraih melalu proses yang lebih terencana dan matang karena mengandung nilai-nilai positif yang berguna kelak, seperti keterampilan penyesuaian diri, sikap menerima apa adanya, sikap saling memahami, memberi dan menerima, pengetahuan seksual, memelihara anak, hidup sehat, dan seterusnya.

Sebagai bahan perbandingan dan pertimbangan tentang kebutuhan remaja, ada baiknya pula dicermati klasifikasi yang

59 Itulah konsep konseling *self-centered* yang antara lain dipelopori oleh Carl Rogers

cukup sistematis dengan pendekatan agama dari Dr. Akrim Ridha Mursi yang dinamai *Sepuluh Kebutuhan Psikologis Remaja*. Dia berkata, "Pelajarilah anak-anak kalian sebelum berinteraksi dengan mereka. Ada beberapa kebutuhan yang harus dipenuhi oleh mereka agar bisa hidup normal dan mampu memanfaatkan energinya dengan sebaik-baiknya. Bila kebutuhan itu tidak terpenuhi, mereka akan terus mencarinya dan tidak akan berpikir secara baik. Kebutuhan-kebutuhan tersebut dapat dirinci sebagai berikut:

a. Kebutuhan fisiologis

Yaitu kebutuhan jasmani yang vital yang akan menjamin keberadaan individu atau keberlangsungan spesies seperti makanan dan minuman. Dalam kebutuhan ini ada yang harus diutamakan, orang yang belum terpenuhi kebutuhannya ini tidak akan mampu berpikir untuk memenuhi kebutuhan lainnya. Imam An-Nasai meriwayatkan dari Abu Hurairah yang berkata, "Rasulullah SAW. bersabda, "Ya Allah, aku berlindung kepada-Mu dari rasa lapar karena hal ini adalah sejelek-jelek teman tidur."

b. Kebutuhan akan rasa aman

Sejak seorang anak tumbuh dia sudah merasakan rasa aman dengan kehadiran orang-orang dewasa, dan merasa cemas bila tinggal sendirian dan dalam kegelapan. Dia akan merasa aman ketika mendapatkan orang yang merangkulnya dan menyayanginya, sedangkan orang dewasa merasa takut pada hal-hal yang tidak diketahui dan masa depan. Rasa takut ini bisa diperingan dengan meningkatkan keimanan kepada Allah.

Takwa kepada Allah dan tidak berbuat aniaya kepada diri sendiri merupakan salah satu jalan untuk mencapai rasa aman. Dan keimanan yang diiringi dengan perbuatan baik adalah jalan untuk menuju rasa aman yang sempurna.

Barang siapa yang kebutuhannya akan rasa aman tidak terpenuhi, dia akan menjadi pribadi yang negatif dan pasif.

Sekalipun bersalah, dia tetap tidak akan berusaha untuk mengubah dirinya untuk berperilaku baik. Terkadang juga dia bersifat memusuhi dan dendam kepada masyarakat yang tidak memberinya rasa aman.

c. Kebutuhan akan cinta

Remaja membutuhkan cinta dari orang lain. Dia akan merasa bahagia bila ada orang yang dicintainya. Dia juga ingin merasakan kecintaan Allah kepadanya sebagaimana dia ingin merasakan kecintaan manusia.

Hendaknya mereka memahami bahwa manusia harus menjalin hubungan dengan Allah yang menguasai dunia dengan cinta dan rahmat-Nya. Di antara tanda-tanda cinta kepada Allah adalah mengikuti Rasul-Nya, seperti:

Allah SWT. berfirman, "*Katakanlah hai Muhammad kalau seandainya mereka mencintai Allah maka ikutilah aku maka Allah akan mencintai kalian dan mengampuni dosa-dosa kalian dan Allah Maha Pengampun lagi Maha Pemurah.*" (Q.S. Ali Imran: 31).

Dan tanda-tanda lemahnya keimanan adalah menyamakan kecintaan kepada Allah dengan makhluk-Nya. Allah SWT. berfirman, "*Dan di antara manusia ada yang menjadikan selain Allah tuhan-tuhan, mereka mencintainya seperti kecintaan mereka kepada Allah. Dan orang-orang yang beriman sangat besar kecintaannya kepada Allah.*" (Q.S. Al-Baqarah: 165)

d. Kebutuhan akan penghargaan

Seorang remaja akan mencurahkan segala kemampuan dan usahanya agar dihargai oleh orang lain. Penghargaan ini diwujudkan dalam bentuk pemberian pujian dan sanjungan dari orang lain. Penghargaan ini juga bisa berdasarkan ilmunya, keberhasilannya dalam pekerjaan, pergaulannya, kesesuaian antara perkataan dan perbuatannya, atau kesesuaian usahanya untuk berbuat kebaikan atau ketaatan. Langkah yang harus dilakukan orangtua adalah menghargai

usahanya dan mensyukurinya serta memberitahukan kepadanya bahwa dia mampu melakukan hal yang lebih besar. Tidak terpenuhinya kebutuhan itu akan menimbulkan perasaan rendah diri dan mencela diri sendiri.

e. Kebutuhan akan pengetahuan

Yaitu kebutuhan akan pengetahuan, pemahaman dan bertambahnya ilmu, memperdalam pengetahuan, merumuskan permasalahan dan memecahkannya. Hendaknya mereka memahami bahwa Allah menghargai ilmu dan mengangkat derajat pemiliknya di dunia dan akhirat. Allah SWT. berfirman, "*Allah mengangkat derajat orang yang beriman di antara kalian dan yang berilmu beberapa derajat dan Allah Maha Mengetahui atas apa yang kamu kerjakan.*" (QS. Al-Maidah: 11).

Allah SWT. menghargai setiap usaha yang timbul dari manusia dalam mencari ilmu, dan memberinya balasan yang setimpal. Imam Muslim meriwayatkan dari Abu Hurairah bahwa Rasulullah SAW. bersabda, "*Barang siapa yang menempuh jalan untuk mencari ilmu maka Allah akan memudahkannya baginya jalan ke surga.*" Imam At-Tirmidzi meriwayatkan dari Anas bin Malik, Rasulullah bersabda, "*Barang siapa yang menuntut ilmu, dia berada di jalan Allah sampai dia kembali.*"

f. Kebutuhan akan keberhasilan dan keinginan untuk unggul

Perasaan remaja akan keberhasilan dalam melaksanakan suatu pekerjaan akan memotivasinya untuk menambah ilmu dan merasa percaya diri serta berani menghadapi masalah baru. Mereka tidak hanya berusaha mencapai keberhasilan, bahkan memaksimalkan usahanya sehingga pelaksanaannya lebih utama dari orang lain. Pemenuhan kebutuhan ini harus dilakukan secara perlahan-perlahan, misalnya memberi mereka pekerjaan yang mudah. Setelah itu, pekerjaan yang diberikan semakin meningkat sehingga remaja dapat berpindah-pindah dari satu kesuksesan ke kesuksesan lainnya, lalu mendorongnya untuk mencapai keunggulan.

g. *Kebutuhan akan persaudaraan*

Seseorang akan merasa kuat dan aman ketika dia bersatu dengan kelompoknya. Remaja membutuhkan latihan yang banyak untuk bekerja secara kelompok atau bekerja kolektif.

Oleh karena itu, orangtua dan pendidik harus mengajari remaja bahwa,

- ❖ Bekerja kolektif akan melepaskan diri dari sifat egois, sombong serta pamer yang kemampuan.
- ❖ Agama kita adalah agama yang bersifat kolektif, Islam menyeru kolektivitas dalam melaksanakan shalat yang merupakan kepala semua ibadah. Rasulullah SAW. selalu menyukai pekerjaan kolektif. Imam At-Tirmidzi meriwayatkan dari Ibnu Abbas bahwa Rasulullah SAW. bersabda, "Tangan Allah bersama jamaah."
- ❖ Sikap saling menolong, saling mencintai dan saling menasihati adalah baik Imam At-Tirmidzi meriwayatkan dari Umar bahwa Rasulullah SAW. bersabda, "*Hendaklah kalian berjamaah dan jauhilah bercerai berai, karena setan bersama orang yang jauh dari salah seorang dari keduanya. Barang siapa ingin masuk surga maka hendaknya dia hidup berjamaah.*" Rasulullah SAW. memperingatkan tentang tercelanya meninggalkan jamaah di tengah jalan, seperti diriwayatkan oleh Abu Dawud dari Abu Dzar bahwa Rasulullah bersabda, "*Barang siapa meninggalkan jamaah walaupun sejenak, dia telah meninggalkan ikatan Islam dari lehernya.*"
- ❖ Bersandar kepada kelompok membutuhkan rasa cinta dan percaya. Dan rasa cinta itu harus dimiliki setiap anggota dan pemimpinnya.
- ❖ Kelompok yang baik akan menyelamatkan individu dari sifat-sifat yang buruk dan membekalinya dengan sifat-sifat yang terpuji, baik secara langsung maupun tidak langsung. Karena ketika dia melihat orang lain berbuat baik, dia pun berharap bisa seperti itu, dan ketika memerhatikan kebencian orang-orang yang baik kepada orang yang jahat

maka dia pun menjauhi kejelekan mereka. Kelompok juga bisa memotivasinya untuk bekerja, berprestasi, mengisi waktu kosongnya dengan segala perbuatan yang bermanfaat dan membantunya mendapatkan pekerjaan atau melakukan perdagangan dan memasarkan produksinya dengan bantuan pemikiran yang baru lagi bermanfaat.

h. Kebutuhan akan motivasi

Manusia perlu ketenangan dan ketentraman. Ketika merasa bosan mereka mencari objek-objek yang membuatnya sibuk.

Para orangtua dan pendidik hendaknya mengetahui,

- ⊗ Ketika seseorang dimotivasi, besarlah kekuatannya untuk bekerja dan memfungsikan akalinya sebatas kemampuannya.
- ⊗ Tantangan apa pun merupakan motivasi baik berupa permasalahan yang memerlukan pemecahan, kompetisi untuk mencapai suatu tujuan, bahaya yang menimpa seseorang, kehidupannya, kehidupan kelompok, umat, atau agama yang dianutnya. Yang penting adalah manusia tetap merasa tertantang. Setiap kali mampu mengalahkan satu tantangan akan muncul tantangan yang lainnya. Dan tantangan itu banyak sekali.

i. Kebutuhan terhadap kebebasan

Remaja ingin bebas memilih teman-temannya, bebas mengungkapkan pemikiran, saran, dan pendapatnya. Mengekang kebebasan ini akan menjadikan mereka pasif dalam pergaulannya dengan orang lain. Ketika diberi kebebasan untuk bersikap dan mengambil keputusan, mereka akan menunjukkan jati diri dan kepribadiannya serta bersandar pada dirinya sendiri dalam segala hal.

j. Kebutuhan terhadap koreksi

Remaja membutuhkan koreksi dan arahan yang tidak merintangikan kebebasannya.

Orangtua harus mengetahui bahwa remaja akan lebih patuh pada kelompoknya daripada orang-orang dewasa.

5. Kebutuhan Khas Remaja dan Urgensi Memenuhinya

Pada umumnya remaja juga memiliki kebutuhan baik kebutuhan yang bersifat fisik, psikis, sosial maupun religius. Kebutuhan primer, seperti makan, minum, tidur, dan lain-lain, maupun kebutuhan sekunder, seperti kebutuhan penghargaan, pujian, kedudukan, menghasilkan sesuatu, dan sejenisnya. Di samping kebutuhan yang bersifat umum, ada juga kebutuhan yang khas.

a. Kebutuhan-kebutuhan khas remaja

Disepakati para ahli bahwa kebutuhan khas remaja berkaitan erat dengan perilakunya yang khas juga, baik yang bersifat psikologis maupun sosiologis. Garrison merinci 7 kebutuhan khas remaja, tetapi pembagiannya tersebut tidak berlaku bagi seluruh remaja, karena kebutuhan khususnya terdiri dari berbagai tingkat intensitas. Intensitas masing-masing kebutuhan dibatasi oleh berbagai faktor, antara lain faktor individual, faktor sosial, kultural dan faktor religius, termasuk nilai. Tujuh kebutuhan versi Garrison adalah sebagai berikut.⁶⁰

- 1) Kebutuhan kasih sayang. Kebutuhan ini menjadi penting saat mereka hendak berkeluarga.
- 2) Kebutuhan keikutsertaan dan diterima oleh kelompok merupakan hal yang sangat penting. Sejak remaja melepaskan diri dari keterikatan keluarga dan berusaha memantapkan hubungan-hubungan lawan jenis.
- 3) Kebutuhan untuk berdiri sendiri sejak remaja awal menjadi sangat penting ketika remaja dituntut untuk menentukan berbagai pilihan dan mengambil keputusan.

60 Karl C. Garrison, *Op. Cit.*, hlm. 234-235.

- 4) Kebutuhan untuk berprestasi menjadi sangat penting dan pasti sejalan dengan pertumbuhan individualnya yang mengarah pada kematangan atau kedewasaan.
- 5) Kebutuhan pada pengakuan dari orang lain sangat penting sejak mereka bergantung pada hubungan dan penerimaan teman sebaya.
- 6) Kebutuhan dihargai dirasakannya berdasarkan pandangan atau ukurannya sendiri yang dianggapnya pantas bagi dirinya secara realistis, dan menjadi semakin penting sejalan dengan pertambahan kematangan.
- 7) Kebutuhan memperoleh falsafah hidup yang utuh, terutama tampak dengan bertambahnya kematangan dan kedewasaan. Falsafah hidup ini sangat dibutuhkan remaja untuk dijadikannya petunjuk atau dasar dalam menentukan berbagai keputusan.

Bila diringkas, ketujuh kebutuhan khas remaja itu dapat menjadi dua kebutuhan khas yang mendasar:

- 1) Kebutuhan yang pemenuhannya dituntut dari kelompok teman sebaya. Hal ini relevan model konsep Palmer yang merinci kebutuhan ini menjadi kebutuhan untuk diterima oleh kelompok teman sebaya dan kebutuhan untuk menghindari penolakan mereka.
- 2) Kebutuhan yang pemenuhannya dituntut dari orangtua. Kebutuhan ini mencakup pengakuan sebagai orang yang mampu untuk menjadi dewasa, perhatian, dan kasih sayang.

Lebih lanjut, Palmer menjelaskan bahwa kedua kelompok kebutuhan tersebut, menuntut pemenuhannya secara simultan dengan mewujudkan diri dalam berbagai tingkah laku remaja yang menonjol dan unik, antara lain,⁶¹ pertama, banyak kebutuhan yang dapat melahirkan berbagai wujud

61 Rm Thomas dan Roachman Natawidjaya, Modul Latihan Penyuluh : Pelajaran III, Memperkirakan Kesulitan Belajar, BP3 K, Dept. P & K, Jakarta, 1977, hlm. 5.

perbuatan yang sama; *kedua*, banyak wujud perbuatan yang dilahirkan oleh berbagai kebutuhan yang sama; *ketiga*, kebutuhan-kebutuhan itu saling berkaitan satu sama lain.

b. Urgensi memenuhi kebutuhan khas remaja

Pemenuhan kebutuhan pribadi yang bersifat psikologis-sosiologis itu sama urgennya dengan pemenuhan kebutuhan biologis. Tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis-sosiologis, seperti frustrasi dan terlambatnya pertumbuhan serta perkembangan sikap positif terhadap lingkungan masyarakat dan dirinya sehingga merasa tidak berarti dalam hidup, akan menyebabkan hilangnya keinginan untuk hidup, meskipun tidak akan mempercepat kematian. Demikian pula tidak terpenuhinya kebutuhan biologis seperti kebutuhan makan, minum atau bernapas akan mengakibatkan kematian. Sebaliknya, bila kebutuhan fisik dan psikis cukup terpenuhi, akan terjadi keseimbangan dan keutuhan pribadi, seperti merasa gembira, harmonis, aktif dan produktif demi kepentingan diri sendiri dan masyarakat.





Remaja Bermasalah dan Kesehatan Jiwanya

.....

Selama proses pertumbuhan dan perkembangan, remaja bisa bermasalah dan bisa pula berbahagia. Kedua kondisi ini banyak bergantung pada pengalaman yang positif atau negatif. Kedua kondisi ini sangat berpengaruh terhadap kesehatan jiwanya. Berikut penjelasan keduanya, menurut Andi Mappiare⁶² dan Syaikh M. Jamaluddin Mahfuzh,⁶³ dengan beberapa adaptasi.

1. Remaja yang Bermasalah

Bila remaja tidak mencapai kebahagiaan, dia mengalami masalah yang serius. Menurut intensitasnya, rentangan remaja bermasalah dapat digambarkan dalam tiga kategori utama; bermasalah wajar yang berkaitan dengan ciri-ciri masa remaja, bermasalah menengah yang berkaitan dengan tanda-tanda bahayanya, dan bermasalah taraf kuat yang mencakup bermasalah yang pasif dan bermasalah yang agresif.

62. Andi Mappiare, *Psikologi Remaja*. Usaha Nasional, Surabaya, 1982.

63. Syaikh M. Jamaluddin Mahfuzh, *Psikologi Anak dan Remaja Muslim*. (alih bahasa: Abdul Rosyad Shiddiq dan Ahmad Vathir Zaman). Pustaka Al-Kautsar, Jakarta, 2001.

a. *Perilaku bermasalah yang wajar*

Secara psikologis, perilaku bermasalah yang wajar adalah perilaku yang masih ada dalam batas ciri-ciri pertumbuhan dan perkembangan sebagai akibat adanya perubahan fisik dan psikis, dan masih bisa diterima selama dirinya dan masyarakat di sekitarnya tidak dirugikan.

Perilaku ini akan lebih jelas bila melihat pembagian masalah berikut:

- 1) Masalah yang berkaitan dengan pribadi remaja itu sendiri, seperti dalam bentuk:
 - ⊗ Perasaan dan pikiran mengenai fisiknya. Kondisi ini terutama muncul pada masa remaja awal dan hilang secara perlahan pada masa remaja akhir. Dia mendambakan dan memikirkan bentuk tubuh tertentu, seperti bentuk tubuh atau wajah bintang film dalam poster atau majalah, kemudian mengomparasikannya dengan kondisi dirinya. Hal ini membuatnya cemas karena dirinya tidak selalu menyamai dambaannya itu. Dia mengarahkan pikirannya untuk memiliki wajah itu sehingga tidak heran bila dia sering sikap bersolek.
 - ⊗ Sikap dan perasaan mengenai kemampuannya. Kondisi ini terjadi pada masa remaja awal dan akhir. Dia berkeinginan kuat untuk bisa sukses mengerjakan sesuatu, tetapi sering mengalami kegagalan di rumah dan di sekolah. Akibatnya, dia bersikap apatis dan merasa telah gagal. Bantuan pendidik dan pembimbing berupa motivasi maupun pujian atas keberhasilan kecil yang dicapai remaja diharapkan bisa membentuk rasa percaya dirinya.
 - ⊗ Tanggapan terhadap nilai. Di lingkungan sekitar remaja sering muncul ketidaksesuaian nilai ideal dengan implementasinya. Dengan semakin berkembangnya kemampuan berpikir, remaja mulai memikirkan nilai-nilai yang benar dan salah, baik dan buruk, patut dan tidak patut untuk dijadikannya pegangan dalam masa dewasanya.

- 2) Masalah yang berkaitan dengan teman sebaya dan peranannya sebagai laki-laki atau wanita, seperti dalam bentuk:
- ✳ Pergaulan dengan teman sebaya akan menimbulkan masalah tersendiri bagi remaja. Sejak awal, remaja mulai mencari kelompok teman sebaya dan dia memikirkan bagaimana cara agar diterima, tenar dan dapat menunjukkan segala kemampuannya di tengah kelompoknya.
 - ✳ Pergaulan dengan teman sebaya lain jenis, menimbulkan masalah yang cukup banyak pada remaja awal dan akhir. Di antara masalah itu berkaitan dengan cara membuat lawan jenis tertarik, menghilangkan rasa malu, berkencan dan sebagainya. Namun demikian, masalah ini akan semakin berkurang pada masa remaja akhir.
 - ✳ Peranan diri sebagai laki-laki atau perempuan akan menimbulkan pertanyaan dalam diri remaja itu, seperti apakah sebenarnya peranan perempuan dan laki-laki, tidakkah aku berbuat yang salah, sebagai wanita tidakkah aku terlalu terbuka, sebagai laki-laki tidakkah aku terlalu cengeng, siapa yang pantas menjadi teman hidupku? Untuk menghilangkan keraguannya, remaja menanyakannya kepada orang dewasa.
- 3) Masalah yang berkaitan dengan orangtua, seperti dalam bentuk:
- ✳ Pelaksanaan tugas perkembangan untuk meraih kebebasan emosional dari orangtua. Di saat orangtua masih merasa takut untuk memberikan tanggung jawab, remaja malah menginginkan kebebasan dan menentukan tujuan hidupnya sendiri. Di saat orangtua masih belum melepaskan mereka karena dianggap belum cukup, remaja malah ingin diakui sebagai orang dewasa.

- ⊗ Kebutuhan-kebutuhan akan perhatian dan kasih sayang dari orangtua seringkali tidak terpenuhi akibat kesibukan orangtua bekerja.
 - ⊗ Keinginan bebas yang kontradiktif dengan kebergantungan secara finansial, terutama dalam kelangsungan pendidikan.
- 4) Masalah yang berkaitan dengan masyarakat luas, seperti dalam bentuk:
- ⊗ Pergaulan sehari-hari dalam masyarakat luas menimbulkan masalah sejak remaja ke luar dari ikatan keluarga dan memperluas pergaulannya dari kelompok teman sebaya. Dia berpikir untuk berperilaku yang wajar dalam bergaul dengan orang dewasa di sekitarnya. Sedikitnya ada dua masalah yang sering mengganggu pikiran dan perasaannya, yaitu sikap berlebihan atau terlalu menarik diri dari orang dewasa dan rasa rendah diri dalam masyarakat.
 - ⊗ Persiapan hari depan dan sekolah serta jabatan sering menjadi bahan pemikirannya. Sepanjang masa remaja, meskipun pada masa remaja awal intensitasnya lebih kuat dibanding pada masa remaja akhir, remaja sering mempertanyakan kaitan sekolah dengan dunia kerja, status sosial ekonomi, dan prestise sosialnya kelak.

Agar semua masalah itu tidak semakin tajam dan tidak berkembang pada tahap masalah selanjutnya, remaja perlu diberi pemahaman dan penjelasan yang memadai dan memuaskan, baik dari pendidik maupun pembimbing.

b. Perilaku bermasalah menengah

Secara psikologis, perilaku bermasalah menengah adalah perilaku remaja yang masih merupakan akibat dari adanya berbagai perubahan fisik dan psikis dalam pertumbuhan dan perkembangan, tetapi telah menunjukkan berbagai tanda yang mengarah pada adanya penyimpangan yang cenderung merugikan dirinya sendiri dan lingkungannya. Perilaku ini

juga merupakan pengembangan-pengembangan negatif berbagai masalah wajar sebelumnya yang semakin menguat yang diakibatkan oleh tiga hal; *pertama*, dirinya kurang mampu menyesuaikan diri dengan pertumbuhan dan perkembangannya serta tidak mampu menerima apa yang diraihinya. *Kedua*, adanya berbagai tekanan lingkungan, seperti dari orangtua dan teman sebaya serta masyarakat yang lebih luas. *Ketiga*, tidak mampu menyesuaikan diri dengan berbagai tekanan yang ada.

Perilaku bermasalah menengah ini juga dinamakan tanda-tanda bahaya, baik yang agresif, pasif atau pengunduran diri, atau netral. Perilaku yang menunjukkan tanda-tanda bahaya yang agresif, antara lain sikap selalu ingin menguasai dan menyerang orang lain. Perilaku yang menunjukkan tanda-tanda bahaya yang pasif, antara lain merasa tidak aman sehingga remaja merendahkan diri dan rela dijajah oleh siapa saja di dalam maupun di luar rumah, selalu melamun sebagai kompensasi bagi kekurangpuasannya dalam kehidupan sehari-hari, dan berusaha menarik perhatian dengan berbuat kekanak-kanakan. Adapun perilaku yang menunjukkan tanda-tanda bahaya yang netral, antara lain remaja mengabaikan tugas-tugasnya demi bersenang-senang karena tidak adanya tanggung jawab, dan terlalu malu bila berada jauh dari rumahnya.

Sebagaimana perilaku bermasalah wajar, perilaku bermasalah menengah pun membutuhkan perhatian yang serius dari pendidik dan pembimbing. Dan mengabaikannya akan mengakibatkan pengembangan pada perilaku yang semakin salah dan semakin menyimpang.

c. Perilaku bermasalah yang kuat atau penyimpangan perilaku

Perilaku bermasalah yang kuat adalah perilaku yang muncul akibat adanya rasa tidak enak, rasa tercekam, rasa tertekan yang didorong oleh faktor-faktor yang kontradiktif

dalam diri seseorang, yang secara kuat pula menimbulkan berbagai tindakan mengundurkan diri secara berlebihan atau agresif yang berlebihan. Perilaku itu dianggap menyimpang dari kewajaran karena cenderung ada rasa putus asa, tidak aman, atau merusak, melanggar berbagai peraturan.

Sebagaimana perilaku bermasalah menengah, perilaku bermasalah yang kuat ini pun terdiri dari dua sifat; *pertama*, yaitu agresif, dan *kedua*, pasif. Perilaku menyimpang yang agresif adalah bentuk-bentuk tingkah laku sosial yang menyimpang dan cenderung merusak, melanggar peraturan dan menyerang. Banyak aspek yang menjadi objek penyimpangannya, misalnya hak milik orang lain, seks, dan sebagainya. Gejala umum yang biasa tampak dari penyimpangan ini antara lain menyakiti hati orang lain, suka berkelahi, membuat kegaduhan dalam masyarakat atau sekolah, mengolok-olok secara berlebihan, tidak mengindahkan perintah, melanggar peraturan, sering berbohong, sering memerintah, mementingkan diri sendiri, suka menyakiti hati anak yang lebih kecil, pendendam, melanggar kehormatan seks lawan jenis, dan sejenisnya. Penyimpangan ini terjadi karena remaja tidak memiliki sikap, perasaan dan keterampilan tertentu yang dituntut dalam tugas-tugas perkembangannya sehingga mereka cenderung tidak memedulikan norma-norma masyarakat, dan sikap tidak peduli ini menimbulkan semua pelanggaran tersebut. Kondisi inilah yang dikenal dengan istilah kenakalan remaja.

Adapun perilaku menyimpang yang pasif atau pengunduran diri adalah bentuk perilaku yang menunjukkan kecenderungan putus asa dan merasa tidak aman sehingga menarik diri dari aktivitas dan takut memperlihatkan usahanya. Gejalanya tampak jelas pada remaja yang lebih tertarik atau senang menyendiri atau mengasingkan diri, apatis terhadap aktivitas masyarakat atau sekolah, sangat sensitif dan mudah terluka, cepat tersinggung dan membesar-besarkan kekurangannya sendiri, dan merasa khawatir terhadap dirinya sendiri, memperlihatkan kebingungan, suka

melamun pada sebagian besar waktunya. Dalam intensitas yang lebih tinggi, remaja yang bermasalah jenis ini cenderung menjadi peminum, pecandu narkotik, morfinis, bahkan bunuh diri.

Untuk meminimalisasikan atau menghindari semua perilaku menyimpang itu, peran pendidik dan pembimbing sangatlah diperlukan agar mereka tidak merugikan perkembangan kepribadian mereka sendiri dan merugikan masyarakat pada umumnya.

2. Remaja yang Bahagia

Berdasarkan intensitasnya, kebahagiaan masa remaja dapat dikategorikan menjadi tiga; kebahagiaan sesaat; kebahagiaan pertengahan, kebahagiaan yang relatif atau konstan. Berikut ini penjelasan tentang tiga kategori kebahagiaan remaja tersebut.

a. *Bahagia sesaat*

Remaja tidak selamanya bahagia, tetapi bersifat sesaat. Kondisi itu sangat dipengaruhi oleh pengalaman dan hasil belajar setiap remaja, yang tentunya berbeda-beda.

Hasil penelitian Jersild⁶⁴ terhadap anak-anak dan remaja dengan tingkatan usia 6 sampai 9 tahun (laki-laki 363 orang, wanita 331 orang), usia 9 sampai 12 tahun (laki-laki 309 orang, wanita 343 orang), remaja usia 12 sampai 15 tahun (laki-laki 282 orang, wanita 290 orang), dan remaja usia 15 sampai 18 tahun (laki-laki 159 orang, wanita 171 orang) memberikan petunjuk adanya keragaman hal-hal yang menyebabkan mereka bahagia. Hasil penelitian ini bisa dijadikan acuan untuk mencermati atau bahan pertimbangan pendidik atau pembimbing dalam memahami remaja di mana pun, termasuk di Indonesia. Pertanyaan yang diajukan Jersild adalah, "apa yang membuat saya bahagia dalam hidup sehari-hari?" Hal-hal yang membuat remaja bahagia dalam

64 A.T. Jersild, J.S. Brook, dan D.W. Brook, *Op. Cit.*, h. 250.

kehidupan sehari-hari tampak jelas dalam hasil penelitian Jersild berikut:

- 1) Pada remaja yang berusia 12 sampai 15 tahun, hal-hal yang paling membuat mereka bahagia adalah:
 - a) Mendapatkan hubungan baik dengan orang lain, memperoleh teman yang pasti, dan sebagainya (laki-laki 10,5%; perempuan 22,0%).
 - b) Terjadi berbagai peristiwa yang berkaitan dengan sekolah pada hari-hari akhir (Sabtu), seperti libur panjang, dan sebagainya (laki-laki 14,0%; perempuan 11,1%).
 - c) Berekreasi ramai-ramai, kemping, menempuh perjalanan jauh, mengunjungi cagar alam atau taman bunga (laki-laki 9,7%; perempuan 13,9%).
 - d) Dalam permainan-permainan (games), berburu, bersepeda (ramai-ramai), dan lain-lain (laki-laki 12,4%; perempuan 5,8%).
 - e) Memperoleh/memiliki materi, barang-barang, permainan, uang atau meraih hadiah, dan lain-lain. (laki-laki 10,1%; perempuan 4,5%).
- 2) Pada remaja yang berusia 15 sampai 18 tahun, hal-hal yang paling membuat remaja bahagia adalah:
 - a) Berekreasi ramai-ramai, kemping, menempuh perjalanan jauh, mengunjungi cagar alam, taman bunga. (laki-laki 30,2%; perempuan 6,9%).
 - b) Meraih peningkatan diri, berhasil di sekolah, berkesempatan meraih pendidikan (lanjutan), merasa penting dalam jabatan, mendapatkan lapangan kerja (laki-laki 13,6%; perempuan 15,9%).
 - c) Mendapatkan hubungan baik dengan orang lain, bersahabat karib, meraih teman yang pasti, dan sebagainya. (laki-laki 8,7%; perempuan 19,9%).
 - d) Dalam permainan-permainan (games), berburu,

bersepeda (ramai-ramai), dan sebagainya. (laki-laki 13,0%; perempuan 7,3%).

- e) Merasa berguna bagi orang lain atau kemanusiaan pada umumnya, termasuk bila mampu menyelesaikan perselisihan (laki-laki 7,9% perempuan 9,7%).

b. Bahagia pertengahan

Bahagia jenis ini sangat bergantung pada sikap remaja dalam menolak atau menerima diri dan segala apa yang dimilikinya. Jersild memaparkan hal-hal yang membuat remaja bahagia, yaitu sebagai berikut:

- 1) Pada remaja awal, hal-hal yang paling membuatnya bahagia adalah:
 - a) Tampang yang memuaskan dan selaras dengan harapan.
 - b) Diterima dan tenar dalam kelompoknya.
 - c) Mempunyai teman baru, meskipun teman baru lawan jenis kelamin cenderung lebih lama dalam membuat remaja bahagia.
 - d) Meraih kesuksesan, seperti dalam berkarya (seni), hasil belajar dan kerja kelompok, meskipun penghargaan orang lain cenderung lebih lama dalam membuat remaja bahagia.
 - e) Status sosial ekonomis keluarga yang memuaskan atau selaras dengan harapan, meskipun kebahagiaan yang dicapainya lebih lama.
- 2) Pada remaja akhir, hal-hal yang membuatnya bahagia relatif sama dengan remaja awal, tetapi ada sejumlah hal yang paling membuatnya bahagia, yaitu:
 - a) Terpenuhinya kebutuhan akan kasih sayang (terutama dari lawan jenis).
 - b) Penerimaan lingkungan sekitar (teman-teman sebaya atau orang-orang dewasa).
 - c) Berprestasi dalam peranannya.

Penelitian Lunneborg dan Rosenwood (1972)⁶⁵ menyimpulkan bahwa hal-hal yang membuat remaja akhir, baik laki-laki maupun perempuan, bahagia pertengahan adalah:

- a) Kesuksesan.
- b) Karier yang mendatangkan balasan untuk tetap aktif.
- c) Mendapatkan identitas diri.
- d) Mengembangkan kesadaran diri.

c. *Bahagia yang relatif tetap atau konstan*

Secara psikologis, kebahagiaan jenis ini bisa dicapai oleh seorang remaja, sebagai hasil dari proses pertumbuhan dan perkembangan yang matang. Hal ini bisa dipahami karena dalam kondisi matang ini, remaja dapat menjalani hal-hal berikut:

- 1) Tugas-tugas perkembangannya secara baik
Kesuksesan menjalankan tugas-tugas perkembangan pada setiap masa perkembangan membuat remaja mudah memenuhi pelaksanaan tugas-tugas perkembangan berikutnya, mendatangkan kelegaan, kepuasan dan rasa percaya diri.
- 2) Dapat memenuhi berbagai kebutuhannya
Terpenuhinya berbagai kebutuhan membuat remaja pada semua tingkatannya merasa puas dan bahagia. Sebaliknya, tidak terpenuhinya kebutuhan organik, pribadi, sosial, dan religius dapat mengurangi semangat hidup, bahkan mengakibatkan kematian.
- 3) Dapat melakukan penyesuaian pribadi dan sosial secara baik
Kemampuan melakukan penyesuaian diri dan sosial dengan baik ini dapat menunjang penyesuaian diri dalam lingkungan yang lebih luas, rasa percaya diri dan pengembangan diri, sehingga dia mendapatkan kepuasan untuk mencapai kebahagiaan.

65 *Ibid* hlm. 249.

Selain hal-hal di atas, penerimaan dan penolakan sosial juga memengaruhi kebahagiaan remaja. Jadi, remaja juga bisa bahagia bila menerima keadaan yang diraihinya atau mampu menyesuaikan diri dengan kemampuan dan lingkungannya, meskipun pertumbuhan dan perkembangan atau pelaksanaan tugas-tugas perkembangan atau pemenuhan kebutuhannya kurang maksimal.

Sebutan remaja bermasalah atau menyimpang dapat dihindari bila remaja telah mencapai tiga jenis kebahagiaan di atas.

3. Remaja dan Keluarganya

Psikologi modern berpandangan bahwa remaja adalah fase perkembangan alami. Sepanjang perkembangan itu berjalan secara wajar dan alami, sejalan dengan berbagai kecenderungan emosi dan sosial, remaja tidak akan mengalami krisis apa pun.

Hubungan remaja dengan orang yang lebih dewasa, khususnya orangtua, dan perjuangannya secara bertahap untuk membebaskan diri dari dominasi mereka agar sampai pada tingkatan orang dewasa, menjadi masalah yang paling serius sepanjang kehidupannya dan membuatnya sulit beradaptasi. Keinginan untuk bebas pada diri remaja ini tidak dibarengi oleh kemampuannya untuk beradaptasi yang baik, sehingga orangtua seringkali mengintervensi dunianya. Lalu, bagaimana jalan keluarnya? Rumah yang baik adalah alternatifnya yang paling efektif.

Para ahli kesehatan mental berpendapat bahwa rumah yang baik adalah rumah yang memperkenalkan segala kebutuhan remaja berikut tantangannya agar bisa bebas, lalu membantu dan memotivasinya secara maksimal, dan memberinya kesempatan serta nasihat yang mengarah pada kebebasan. Lebih dari itu, remaja juga harus dimotivasi agar berani bertanggung jawab, mengambil keputusan, dan merencanakan masa depannya. Semua itu harus dilakukan

keluarga melalui berbagai upaya positif dan konstruktif, secara sengaja dan terencana, sehingga remaja berusaha sebaik-baiknya dan semaksimal mungkin untuk memperkuat kematangan dirinya. Menghormati kecenderungannya untuk bebas merdeka tanpa mengabaikan perhatiannya dianggap sebagai strategi paling bagus dan tepat, karena selain bisa menimbulkan saling percaya antara orang tua dan anak, juga dapat membukakan jalan ke arah adaptasi yang sehat.

4. Perselisihan Keluarga dan Pengaruhnya pada Remaja

Arahan orangtua dan suasana psikologi dan sosial yang mewarnai rumah tangga sangat memengaruhi intensitas adaptasi dan perkembangan remaja. Realita menunjukkan bahwa terdapat perbedaan suasana rumah tangga tempat remaja berada, sehingga intensitas pembinaannya pun berbeda pula.

a. *Keluarga yang otoriter*

Bouldwin berpendapat bahwa rumah tangga yang diktator (otoriter) merupakan rumah tangga yang di dalamnya tidak ada adaptasi; artinya penuh konflik, pergumulan, dan perselisihan antara orangtua dan anak-anaknya. Padahal, anak sangat membutuhkan hubungan-hubungan sosial yang bagus, baik antaranggota keluarga atau dengan lingkungannya. Pada keluarga seperti ini, remaja merasakan bahwa kepentingan dan hobinya tidak dipedulikan, atau dianggap tidak penting. Manakala remaja berusaha menarik perhatian kedua orangtuanya, atau berusaha mengukuhkan dirinya, ternyata sosok otoriterlah yang dihadapinya, bahkan terkadang sanksilah yang didapatnya. Karena orangtuanya tidak kunjung memerhatikan dan memahami dirinya, dia pun bersikap acuh tak acuh terhadap keduanya, bahkan terhadap semua anggota keluarganya.

Sedikitnya terdapat dua sikap otoriter orangtua terhadap anaknya; *pertama*, otoriter yang memang sudah ada sejak awal,

dan orangtua tidak punya rasa cinta kepada anak-anaknya, yang disebut Bouldwin sebagai otoriter permanen. Akibatnya, anak cenderung bersikap radikal dan memberontak. *Kedua*, otoriter yang tidak mau kompromi dengan segala keinginan anak-anaknya; artinya orangtua bersikap masa bodoh dan tidak mau bekerja sama dengan anak-anaknya. Akibatnya, remaja berkeinginan kuat untuk bebas dan merdeka, meskipun tindakannya tidak seradikal yang pertama; seperti menghabiskan waktunya di luar rumah untuk berkumpul dengan teman-temannya yang dewasa.

b. Keluarga yang terlalu toleran

Hart Hawk berpendapat bahwa remaja yang mendapat perhatian berlebihan di rumah, perilakunya cenderung menyerupai perilaku anak-anak. Hal ini sejalan dengan pandangan para pakar bahwa pengembangan perilaku kebebasan remaja akan sulit bila rumah tangga menerapkan pola-pola toleran yang berlebihan. Artinya, remaja akan mengalami banyak kesulitan dalam beradaptasi dengan dunia luar, mendorong mereka untuk mencari perhatian dan bantuan kepada orang lain, yang lambat laun akan dianggapnya sebagai hak dirinya. Akibat lainnya, mereka menjadi sangat tergantung pada orangtua, hingga setelah menikah, mereka tidak mau tinggal jauh dari orangtua, kurang mampu menyelesaikan berbagai masalahnya, atau bersikap cengeng atau serba pesimis.

c. Keluarga yang demokratis

Adaptasi yang baik mudah dicapai oleh rumah tangga jenis ini. Sebab, prinsip kebebasan dan demokrasi dijalankan dalam segala aspek kegiatan rumah tangga. Orangtua benar-benar menghormati remaja sebagai individu yang utuh lahir batin, dan tidak sedikit pun mengarahkannya secara otoriter. Remaja diberi segala hal yang mengarahkannya pada kedewasaan yang mandiri dan mengambil keputusan sendiri. Selain itu, remaja juga berkesempatan untuk mengupayakan kemerdekaannya sendiri.

Ada beberapa cara untuk merealisasikan rumah tangga yang demokratis, antara lain:

- 1) Menghormati pribadi remaja dalam rumah tangga.
- 2) Berusaha mengembangkan kepribadiannya, menganggapnya sebagai pribadi unggulan yang memiliki kemampuan dan berbagai kecenderungan tersendiri, dan harus memberinya kesempatan untuk berkembang sejauh mungkin.
- 3) Memberikan kebebasan berpikir, berekspresi dan memilih jenis pekerjaan. Namun demikian, kebebasan itu masih dalam koridor kebaikan bersama dan tujuan-tujuan yang bersifat umum. Maksudnya, kebebasan itu bukan tanpa batas, tetapi masih dibatasi oleh ketentuan-ketentuan sosial.

Jadi, keluarga yang demokratis itu kental dengan nuansa kebersamaan, menimbulkan hal yang positif dan terus bergerak, kasih sayang, serta saling membantu, sedangkan keluarga yang otoriter itu kental dengan kekerasan, ketakutan, dan pelarangan. Pola-pola yang diterapkan dalam rumah tangga yang demokratis akan mendorong lahirnya sosok-sosok remaja yang sanggup memikul beban dan tanggung jawab kehidupan, remaja-remaja ideal yang mampu berpikir secara sehat, mau saling menolong, dan bangkit bersama-sama dengan masyarakat. Tujuan-tujuan mulia tersebut hanya akan terealisasi oleh rumah tangga yang penuh nuansa demokrasi yang sehat, dan didukung oleh pengertian individu-individu yang menginginkan keharmonisan kehidupan sosial.

5. Faktor-Faktor Lingkungan yang Memengaruhi Remaja

Ada beberapa faktor lingkungan yang berpengaruh pada tingkat adaptasinya. Di antara faktor-faktor itu ada yang berkaitan erat dengan suasana keluarga, kondisi sosial dan ekonomi keluarga, posisi remaja dalam keluarganya, dan perbedaan jenis kelamin. Berikut penjelasan singkat tentang keempat faktor itu.

a. Suasana keluarga

1) Hubungan keluarga yang baik

Ketidakharmonisan hubungan remaja dengan anggota-anggota keluarga diakibatkan oleh kesalahan keduanya. Misalnya, di satu sisi orangtua mengharapkan remaja berperilaku sesuai usianya, tetapi di sisi lain orangtua malah memperlakukannya seperti anak kecil. Begitu pula remaja, di satu sisi menginginkan kebebasan, tetapi di sisi lain dia kurang memerhatikan norma keluarganya sehingga terkadang bertindak melampaui batas.

Dengan adanya konflik antara orangtua dan remaja, orangtua tidak dapat dipersalahkan sepenuhnya, karena apa yang dilakukannya memiliki tujuan yang positif bagi remaja. Hanya saja caranya yang terkadang kurang mengena. Remaja pun juga tidak dapat dipersalahkan sepenuhnya, karena apa yang dilakukannya merupakan tuntutan tugas perkembangannya. Hanya saja, cara yang ditempuhnya terkadang terlalu radikal. Misalnya, orangtua tidak mau terima bila anak/remajanya tidak mematuhi dan tidak sabar menghadapi kegagalan remaja dalam memikul tanggung jawabnya. Remaja juga merasa bahwa orangtua tidak dapat memahami dunianya sehingga menganggap kuno perilaku orangtuanya. Bila konflik ini tidak segera diatasi, kesenjangan antara keduanya akan semakin tajam dan berlangsung lama.

Seiring dengan perkembangan masa remaja, konflik itu akan berkurang dan hubungan orangtua dan remaja pun menjadi lebih menyenangkan dan penuh kasih sayang. Hubungan ini semakin membaik, terutama saat orangtua mulai menyadari bahwa anaknya bukan lagi anak kecil, dan remaja pun menyadari bahwa keinginannya untuk bebas tidak harus bersikap negatif terhadap orangtua. Dengan saling menyesuaikan diri, hubungan orangtua-remaja akan lebih santai dan rumah pun menjadi tempat yang lebih menyenangkan.

Bentuk hubungan itu juga terjadi antara remaja dengan saudara kandung, kakek, nenek dan saudaranya yang lain.

Konflik di antara mereka akan berkurang bila remaja menyadari saudaranya berbeda dengan dirinya, seorang kakak bersikap seperti terhadap adik-adiknya, kakek dan nenek serta keluarga yang lain pun remaja dapat menerima dengan lapang dada, keberadaan remaja tanpa banyak mengkritik perilaku dan penampilan remaja.

Jadi, suasana keluarga yang tenang dan penuh curahan kasih sayang dari orang-orang dewasa yang ada di sekelilingnya, akan menjadikan remaja dapat berkembang secara wajar dan mencapai kebahagiaan.

2) *Suasana keluarga yang retak*

Ketidakharmonisan hubungan antara remaja dan keluarga menjadi sebab terjadinya rumah tangga yang retak. Suasana ini dipengaruhi oleh banyak faktor, antara lain perceraian, orangtua terlalu sibuk bekerja, salah satu orangtua sudah tiada, orangtua dan anggota keluarga lainnya tidak mau mengerti tugas perkembangan remaja, atau remaja sendiri tidak mau peduli terhadap tugas-tugas yang seharusnya dipikulnya dalam keluarga. Suasana inilah yang menjadikan keluarga itu retak, atau lebih dikenal dengan sebutan *broken home*.

Dalam keluarga *broken home*, remaja lebih cenderung mengalami banyak masalah emosional, moral, medis, dan sosial. Misalnya, remaja yang ditinggal mati oleh orangtuanya atau orangtuanya bercerai, umumnya suka murung, mudah marah dan tersinggung, kurang peka pada tuntutan sosial, dan kurang mampu mengontrol dirinya.

Menurut Halley, faktor terpenting terjadinya berbagai penyimpangan remaja adalah adanya konflik perselisihan berkepanjangan dalam sebuah rumah tangga, khususnya bila kedua orangtua sengaja menjadikan anak sebagai sumber konflik.

Jadi, suasana rumah tangga yang penuh konflik, akan berpengaruh negatif terhadap kepribadian dan kebahagiaan remaja, yang pada akhirnya mereka melampiaskan perasaan

jiwanya dalam berbagai pergaulan dan perilaku yang menyimpang.

b. Kondisi sosial ekonomi keluarga

Kondisi sosial ekonomi keluarga yang tidak memungkinkan remaja untuk memiliki simbol-simbol status sosial yang sama dengan yang dimiliki teman-teman sebayanya, seperti pakaian, kendaraan, HP, dan hal lainnya akan membuat remaja merasa rendah diri atau minder dalam pergaulan sosial, bahkan menghambat perkembangan dan kemajuannya. Sebaliknya, kondisi sosial ekonomi keluarga yang mapan akan membuat remaja sangat percaya diri dan cepat berkembang mencapai kemajuan yang diharapkan. Akan tetapi, gambaran ini tidak selamanya demikian, karena terkadang ada juga remaja yang berada dalam kondisi sosial ekonomi kurang malah terpacu untuk memperbaiki kondisinya dan tidak pernah berhenti berusaha sebelum mencapai keberhasilan. Sebaliknya, ada pula remaja yang tinggal dalam keluarga berstatus sosial ekonomi mapan malah tidak mengalami kemajuan apa-apa, bahkan berperilaku menyimpang, karena dia merasa bahwa segala kebutuhannya sudah terpenuhi sehingga tidak perlu lagi usaha keras untuk meraih kesuksesan.

c. Posisi remaja dalam keluarga

Meskipun pada tingkatan usia yang berbeda-beda, umumnya antara adik perempuan dengan kakak laki-laki atau sebaliknya, atau antara adik laki-laki dan kakak laki-laki terjalin hubungan yang sangat kuat. Terkadang, anak yang lebih besar yang berperan sebagai pelindung ikut campur dalam proses kebebasan adiknya, sehingga terjadi pula konflik di antara keduanya, meskipun tidak setajam konflik dengan orang tuanya.

Adler berpendapat, "Dari aspek perkembangan psikologis, terdapat perbedaan yang cukup signifikan antara anak pertama dan anak kedua, karena anak pertama memiliki posisi

khusus dalam keluarga. Sejak lahir, anak pertama menjadi pusat perhatian dan kasih sayang karena merupakan anak satu-satunya.“

Pendapat Adler tersebut bisa dipahami, mengingat posisi anak pertama dalam suatu keluarga memang memberikan kesempatan yang baik untuk bisa berkembang dan menambah kemampuannya sebagai pemimpin bagi adik-adiknya, baik yang laki-laki maupun yang perempuan. Adapun posisi anak kedua merupakan posisi yang tidak perlu diirikan, karena beberapa alasan; *pertama*, eksistensi anak pertama dalam keluarga memberikan pengaruh pada anak kedua, khususnya bila usia keduanya relatif jauh; *kedua*, anak kedua berkembang dan mulai mengerti lingkungan sekitarnya dan yang ditemukannya bukan saja kedua orang tuanya, tetapi juga kakaknya yang lebih dahulu lahir, lebih kuat, dan lebih besar fisiknya. Kedua alasan inilah yang membuatnya menempati posisi kedua, baik dalam hal pemberian alat permainan atau pakaian. Masalah anak kedua akan bertambah lagi saat orang tuanya memiliki anak ketiga, karena perhatian orang tua dan kakaknya tidak lagi hanya terkonsentrasi kepadanya, tetapi terbagi, bahkan terfokus pada anak ketiga atau adiknya.

Adapun anak bungsu, umumnya orangtua memperlakukannya berbeda/khusus dibanding kakak-kakaknya, baik yang laki-laki maupun yang perempuan, karena anak bungsu dianggap masih kecil. Meskipun perlakuan khusus itu bisa berubah seiring berkembangnya usia, dalam situasi-situasi tertentu, terkadang anak bungsulah yang menjadi pusat perhatian serta kasih sayang bahkan dimanja oleh kedua orangtuanya. Perlakuan ini membuat kakak-kakaknya merasa cemburu dan dengki, seperti dialami Nabi Yusuf a.s.

Ada juga sebuah keluarga yang mempunyai anak tunggal. Kesempatan anak seperti ini untuk beradaptasi sangatlah terbatas. Memahami tingkah laku anak tunggal termasuk sulit, karena tidak ada interaksi sosial yang bisa dijadikan perbandingan. Bousard berpendapat bahwa perkembangan anak tunggal mengalami beberapa kendala,

antara lain membutuhkan orang lain yang bisa diajak bermain bersama, memiliki akses sentimental yang kuat dari kedua orangtuanya, orangtua selalu mengkhawatirkannya saking sayangnya, sehingga perhatian serta kasih sayang yang berlebihan tercurahkan untuknya. Perlakuan orangtua ini bisa mengganggu perkembangan emosi dan perkembangan alaminya serta kematangan jiwanya yang ideal, seperti menjadi orang yang keras kepala, sombong, kaku, sensitif, suka menyendiri, ragu-ragu, terlalu bergantung pada orangtuanya, dan kurang mampu mandiri dan beradaptasi dengan lingkungan sosialnya.

d. Perbedaan jenis kelamin

Pada masa remaja, tampak berbagai fenomena perbedaan antara laki-laki dan perempuan, yang tidak banyak terjadi saat mereka masih kanak-kanak. Perbedaan yang tampak itu antara lain:

- 1) Anak laki-laki ingin menguasai anak perempuan, sehingga anak perempuan merasa benci terhadapnya.
- 2) Orangtua membuat standar tertentu bagi anak laki-laki yang berbeda dengan standar anak perempuan. Orang tua tidak suka bila perempuan melakukan apa-apa yang dilakukan oleh anak laki-laki. Perbedaan ini memengaruhi hubungan mereka, seperti munculnya rasa cemburu anak perempuan terhadap saudaranya yang laki-laki.
- 3) Orang tua lebih suka bila kakak perempuan mengalah pada adik laki-lakinya. Tentu saja, perlakuan ini akan menimbulkan kecemburuan tersendiri pada kakak perempuan.

Ketiga perbedaan perlakuan itu akan menghambat perkembangan kepribadian anak perempuan yang masih remaja, bahkan bisa membuatnya merasa rendah diri dalam beradaptasi. Biasanya, hubungan keluarga dengan remaja perempuan kurang begitu baik dibandingkan dengan remaja laki-laki. Hal ini karena orangtua, terutama ibu, banyak

membatasi kebebasan remaja perempuan sehingga konflik di antara keduanya cenderung lebih tajam sampai akhir masa remaja. Belum lagi adanya sikap kakak perempuan terhadap adik perempuannya yang sering mengkritisi penampilan dan perilakunya. Fenomena ini juga terkadang terjadi pada remaja laki-laki, tetapi intensitasnya tidak sebesar remaja perempuan.

Namun demikian, bila keluarga memberikan kesempatan yang luas kepada anak perempuan untuk mengekspresikan kebebasannya dan memperlakukannya secara adil dengan anak laki-laki atau saudara perempuan lainnya, remaja perempuan akan mampu beradaptasi dengan baik dan merasa punya kedudukan dan peranan sosial dalam keluarganya. Jadi, perkembangan kepribadian remaja terbentuk sesuai dengan suasana keluarga dan posisi sosial yang diraihinya di dalam keluarga dan lingkungan sosialnya.





Upaya Menumbuhkan Potensi Remaja

Sebagaimana dipaparkan pada bab-bab terdahulu, bahwa semua remaja mengalami pertumbuhan dan perkembangan pada berbagai aspeknya, baik fisik, emosi, kepribadian, sosial, dan moralnya, serta potensi lainnya yang berharga untuk menjalani kehidupannya, seperti bakat, kemandirian, bahasa, kebutuhan, tugas-tugas, dan upaya penyesuaian dirinya.

Meskipun intensitasnya berbeda antara satu remaja dengan yang lainnya, sebagai akibat dari faktor-faktor yang memengaruhinya, upaya edukatif yang sistematis dapat dilakukan guna membantu kelancaran pertumbuhan dan perkembangan semua aspek dan potensi itu.

1. Upaya Menumbuhkembangkan Fisik Remaja

Kelancaran pertumbuhan dan perkembangan remaja, dapat didorong oleh berbagai bantuan sistematis, antara lain:⁶⁶

1. Penjagaan kesehatan tubuh. Mengingat kesehatan tubuh berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan fisik,

66 Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik*. Bumi Aksara, Jakarta, 2004, hlm. 22-24.

upaya preventif seperti membiasakan hidup sehat, bersih dan berolahraga secara teratur, dan upaya kuratif seperti segera menyembuhkan atau mengobati penyakit, akan banyak membantu dalam menjaga kesehatan tubuhnya.

2. Pemberian makanan yang baik. Mengingat remaja mengalami pertumbuhan dan perkembangan fisik yang cepat, mereka memerlukan zat-zat pembangun, seperti makanan yang banyak mengandung gizi, segar dan sehat, tidak tercemari kotoran dan penyakit.
3. Sarana dan prasarana yang baik. Artinya, sarana dan prasarana yang tidak mengganggu kesehatannya, seperti ruangan yang tidak sempit dan tidak kotor, tidak gelap dan disiplin yang tidak terlalu kaku.
4. Istirahat yang cukup. Kemampuan berkonsentrasi dipengaruhi oleh stamina tubuh, sehingga istirahat yang cukup untuk menghilangkan kelelahan dan kepenatan dari bekerja atau belajar sangatlah penting untuk mengumpulkan tenaga dan kekuatan baru yang lebih segar.

Adapun cara menumbuhkembangkan kemampuan pikir (kognitif) remaja, dapat ditempuh langkah-langkah berikut:⁶⁷

1. Memperlakukan positif antara remaja yang ber-IQ tinggi, sedang, dan rendah, dan menjelaskan kepada mereka bahwa pada dasarnya setiap orang memiliki potensi untuk mengembangkan IQ-nya secara maksimal.
2. Tidak memberikan penilaian yang mencolok dan berlebihan kepada remaja yang ber-IQ tinggi, sedang, dan rendah, karena hal itu akan menimbulkan kesombongan bagi yang ber-IQ lebih dan mendatangkan kecemburuan dan kecemasan bagi yang ber-IQ kurang. Hendaknya, penilaian diberikan secara proporsional dan mengarah pada kompetisi yang sehat.
3. Memahami pemikiran, perasaan dan perilaku remaja yang berbeda-beda, sesuai dengan keterbatasannya

67. *Ibid.*, hlm. 36.

masing-masing, sehingga tidak canggung atau mandeg dalam mengungkapkan ide, gagasan atau pemikirannya.

Dalam implementasinya, hendaknya proses penumbuhkembangan aspek fisik ini tidak bersifat kaku dan dipaksakan, karena akibatnya akan fatal yaitu potensi fisik remaja bukannya meningkat, tetapi malah terhambat, bahkan menurun.

2. Upaya Menumbuhkembangkan Emosi Remaja

Daniel Goleman mengajukan 13 cara penumbuhkembangan emosi, yaitu:⁶⁸

1. Belajar mengembangkan kesadaran diri, dengan cara mengamati diri sendiri dan mengenali perasaan sendiri, menghimpun kosakata untuk mengungkapkan perasaan, serta mamahami hubungan antara pikiran, perasaan, dan respons emosional.
2. Belajar mengambil keputusan pribadi, dengan cara mencermati tindakan-tindakan dan akibat-akibatnya, memahami apa yang menguasai suatu keputusan, pikiran, atau perasaan, serta menerapkan pemahaman ini ke masalah-masalah yang cukup berat, seperti masalah seks dan obat terlarang.
3. Belajar mengelola perasaan, dengan cara memantau pembicaraan sendiri untuk menangkap pesan-pesan negatif yang terkandung di dalamnya, menyadari apa yang ada di balik perasaan (seperti sakit hati yang mendorong amarah), menemukan cara-cara untuk menangani rasa takut, cemas, amarah, dan kesedihan.
4. Belajar menangani stres, dengan cara mempelajari pentingnya olahraga, perenungan yang terarah, dan metode relaksasi.
5. Belajar berempati, dengan cara memahami perasaan dan masalah orang lain, berpikir dengan sudut pandang

68 Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, *Op.Cit.*, hlm. 73-75. Lihat pula Daniel Goleman, *Emotional Intelligence*. New York, Scientific American, 1995.

orang lain, serta menghargai perbedaan perasaan orang lain mengenai sesuatu.

6. Belajar berkomunikasi, dengan cara berbicara mengenai perasaan secara efektif, yaitu belajar menjadi pendengar dan penanya yang baik, membedakan antara apa yang dilakukan atau yang dikatakan seseorang dengan reaksi atau penilaian sendiri tentang sesuatu, serta mengirimkan pesan yang sopan, bukannya mengumpat.
7. Belajar membuka diri, dengan cara menghargai keterbukaan dan membina kepercayaan dalam suatu hubungan serta mengetahui situasi yang aman untuk membicarakan tentang perasaan diri sendiri.
8. Belajar mengembangkan pemahaman, dengan cara mengidentifikasi pola-pola kehidupan emosional dan reaksi-reaksinya serta mengenali pola-pola serupa pada orang lain.
9. Belajar menerima diri sendiri, dengan cara merasa bangga dan memandang diri sendiri dari sisi positif, mengenali kekuatan dan kelemahan diri sendiri.
10. Belajar mengembangkan tanggung jawab pribadi, dengan cara belajar rela memikul tanggung jawab, mengenali akibat-akibat dari keputusan dan tindakan pribadi, serta menindaklanjuti komitmen yang telah dibuat dan disepakati.
11. Belajar mengembangkan ketegasan, dengan cara mengungkapkan keprihatinan dan perasaan sendiri.
12. Mempelajari dinamika kelompok, dengan cara mau bekerja sama, memahami kapan dan bagaimana memimpin, serta memahami kapan harus mengikuti.
13. Belajar menyelesaikan konflik, dengan cara memahami bagaimana melakukan konfrontasi secara jujur dengan orang lain, orangtua, atau guru, serta memahami contoh penyelesaian *win-win solution* untuk merundingkan atau menyelesaikan suatu konflik.

Senada dengan pendapat Goleman, W.T. Grant Consortium berpendapat bahwa penumbuhkembangan emosi remaja bisa dilakukan melalui langkah-langkah berikut.⁶⁹

1. Mengembangkan keterampilan emosional, dengan cara:
 - a. mengidentifikasi dan memberi nama atau label perasaan
 - b. mengungkapkan perasaan
 - c. menilai intensitas perasaan
 - d. mengelola perasaan
 - e. menunda pemuasan
 - f. mengendalikan dorongan hati
 - g. mengurangi stres
 - h. memahami perbedaan antara perasaan dan tindakan
2. Mengembangkan keterampilan kognitif, dengan cara:
 - a. belajar melakukan dialog batin sebagai cara untuk menghadapi dan mengatasi masalah atau memperkuat perilaku diri sendiri.
 - b. belajar membaca dan menafsirkan isyarat-isyarat sosial, misalnya mengenali pengaruh sosial terhadap perilaku dan melihat diri sendiri dalam perspektif masyarakat yang lebih luas.
 - c. belajar menggunakan langkah-langkah penyelesaian masalah dan pengambilan keputusan, misalnya mengendalikan dorongan hati, menentukan sasaran, mengidentifikasi tindakan-tindakan alternatif, dan memperhitungkan akibat-akibat yang mungkin timbul.
 - d. belajar memahami sudut pandang orang lain (empati)
 - e. belajar bersikap positif terhadap kehidupan, belajar mengembangkan kesadaran diri, misalnya mengembangkan harapan-harapan yang realistis tentang diri sendiri.

69 *Ibid.*

- 3) Mengembangkan keterampilan perilaku, dengan cara:
 - f. mempelajari pandangan mata, ekspresi wajah, gerak-gerik, posisi tubuh, dan sejenisnya.
 - g. mempelajari keterampilan komunikasi verbal, misalnya mengajukan permintaan dengan jelas, mendeskripsikan sesuatu kepada orang lain dengan jelas, menanggapi kritik secara efektif, menolak pengaruh negatif, mendengarkan orang lain, dan ikut serta dalam kelompok-kelompok kegiatan positif yang banyak menggunakan komunikasi verbal.

Meskipun terdapat titik tekan yang berbeda di antara kedua pendapat di atas tentang penumbuhkembangan emosi remaja, pada prinsipnya potensi emosi remaja tersebut dapat dioptimalkan, tentunya dengan mempertimbangkan aspek prioritas; mana yang terlebih dahulu harus didahulukan dan ditingkatkan.

3. Upaya Menumbuhkembangkan Sosial Remaja

Hoffman,⁷⁰ mengajukan tiga pola untuk menumbuhkembangkan potensi interaksi sosial remaja, yaitu:

- a. *Induction* (pola asuh bina kasih), yaitu pola asuh yang dilakukan orangtua atau orang dewasa lainnya dalam mendidik anak dan remaja melalui pemberian penjelasan yang rasional terhadap segala sikap dan keputusan yang akan diterapkan terhadapnya.
- b. *Power assertion* (pola asuh unjuk kuasa), yaitu pola asuh yang dilakukan orangtua atau orang dewasa lainnya dalam mendidik anak dan remaja melalui pemaksaan kehendak, sekalipun anak kurang bisa menerimanya.
- c. *Love withdrawal* (pola asuh lepas kasih), yaitu pola asuh yang dilakukan orangtua atau orang dewasa lainnya dalam

70 *Ibid.*, hlm. 102. Lihat juga, M.I. Hoffman, *Empathy, Its Limitations, and Its Role in A Comprehensive Moral theory*, dalam W.M. Kurtines and J.L. Gewirtz, *Morality, Moral Behavior, and Moral Development*, New York, Jhon Wiley, 1989.

mendidik anak dan remaja melalui penarikan atau pengurangan kasih sayangnya bila anak tersebut tidak mematuhi kehendaknya, kemudian memberikannya kembali ketika anak sudah mematuhi.

Dengan menerapkan ketiga pola itu secara tetap, dalam arti disesuaikan dengan situasi dan kondisi yang berkembang, diharapkan remaja belajar bagaimana seharusnya bersikap yang benar dalam menghadapi orang lain, apa yang membuat orang lain senang dan tidak senang, dan apa konsekuensi yang diterimanya bila perilakunya tidak sesuai dengan harapan dan tuntutan orang lain. Dari proses belajar itu, lambat laun interaksi sosial remaja akan semakin baik.

4. Upaya Menumbuhkembangkan Moral Remaja

Pada umumnya, keluarga ingin kuat agar anaknya tumbuh dan berkembang menjadi orang yang menjunjung tinggi moral; bisa membedakan mana yang benar dan yang salah, baik dan buruk, pantas dan tidak pantas, sesuai dan tidak sesuai dengan nilai agama dan sosial.

Untuk mencapai harapan mulia itu, Blatt dan Kohlberg mengajukan konsep *induksi konflik-kognitif*: sebagaimana telah berhasil diujicobakannya dan berhasil membuat moral remaja semakin membaik hari demi hari.⁷¹ Caranya, para remaja dibentuk menjadi berbagai kelompok yang masing-masing terdiri sepuluh orang. Mereka diberi tema-tema dilema moral yang bisa menciptakan konflik kognitif, kemudian diaktifkan untuk berdiskusi secara terbuka. Guru mendukung argumentasi kelompok tertentu kemudian mendukung argumentasi kelompok lainnya secara bergiliran hingga terjadinya konflik para remaja diuji untuk mengetahui sejauh mana perkembangan dan konsistensi moralnya.

71 Kohlberg, *Tahap-tahap Perkembangan Moral*, (alih bahasa: John de Santo dan Agus Cremers), Kanisius, Yogyakarta, 1995.

5. Upaya Menumbuhkembangkan Bakat Remaja

Conny Semiawan dkk.,⁷² berpendapat bahwa remaja yang memiliki bakat khusus, perlu ditumbuhkembangkan secara optimal, agar bakat itu diunggulkan dan dibanggakan, baik oleh dirinya maupun lingkungan sosialnya. Cara-cara yang dapat ditempuh untuk itu, antara lain:⁷³

- a. Mengembangkan situasi dan kondisi yang memberikan kesempatan bagi anak-anak dan remaja untuk mengembangkan bakat khususnya dengan mengusahakan dukungan, baik psikologis maupun fisik.
- b. Berupaya menumbuhkembangkan minat dan motif berprestasi tinggi di kalangan anak dan remaja, baik dalam lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat.
- c. Meningkatkan kegigihan dan daya juang pada diri anak dan remaja dalam menghadapi berbagai tantangan dan kesulitan.
- d. Mengembangkan program pendidikan berdiferensi di sekolah dengan kurikulum berdiferensiasi pula guna memberikan pelayanan secara lebih efektif kepada anak dan remaja yang memiliki bakat khusus.

6. Upaya Menumbuhkembangkan Kemandirian Remaja

Karena merupakan faktor penting bagi remaja, terutama saat menjalani kehidupan masa dewasa kelak, kemandirian perlu ditumbuhkembangkan secara maksimal, antara lain dengan langkah-langkah:⁷⁴

- a. Menciptakan partisipasi dan keterlibatan remaja dalam keluarga. Caranya, saling menghargai antar anggota

72 Conny Semiawan, A.S. Munandar, dan S.C.U. Munandar, *Memupuk Bakat dan Kreativitas Siswa Sekolah Menengah: Petunjuk Bagi Guru dan Orang Tua*, Gramedia, Jakarta, 1984.

73 Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, *Op.Cit.*, hlm. 83.

74 Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, *Op.Cit.*, hlm. 119-120.

keluarga dan keterlibatan dalam memecahkan masalah remaja atau keluarga.

- b. Menciptakan keterbukaan. Caranya, bersikap toleran terhadap perbedaan pendapat, memberikan alasan terhadap keputusan yang diambil bagi remaja, bersikap terbuka terhadap minat remaja, mengembangkan komitmen terhadap tugas remaja, dan adanya kehadiran dan keakraban interaksi dengan remaja.
- c. Menciptakan kebebasan untuk mengeksplorasi lingkungan. Caranya, mendorong rasa ingin tahu remaja, menjamin rasa aman dan kebebasan untuk mengekspresikan lingkungan, membuat peraturan yang tidak mengancam bila ditaati.
- d. Menerima secara positif tanpa syarat. Caranya, menerima apa pun kelebihan atau kekurangan yang dimiliki remaja, tidak membedakan remaja yang satu dengan yang lain, menghargai ekspresi potensi remaja dalam bentuk kegiatan produktif apa pun meskipun hasilnya kurang memuaskan.
- e. Empati terhadap remaja. Caranya, memahami dan menghayati pikiran dan perasaan mereka, melihat berbagai persoalan remaja dengan menggunakan perspektif atau sudut pandang remaja, dan tidak mudah mencela karya remaja meskipun kurang bagus.
- f. Menciptakan kehangatan hubungan dengan remaja. Caranya, berinteraksi akrab tetapi tetap saling menghargai, menambah frekuensi interaksi dan tidak bersikap dingin terhadap mereka, dan membangun suasana humor dan komunikasi ringan (santai) dengan mereka.

7. Upaya Menumbuhkembangkan Bahasa Remaja

Mengingat kemampuan berbahasa merupakan perpaduan dari faktor bawaan dan proses belajar dari lingkungannya,

upaya penumbuhkembangannya yang terencana dan sistematis diperlukan. Caranya, antara lain:⁷⁵

- a. Sejak dini, lingkungan keluarga dan lembaga pendidikan memperkenalkan kemampuan bahasa yang variatif.
- b. Lingkungan keluarga, lembaga pendidikan dan masyarakat menciptakan suasana yang mendorong remaja untuk berani mengomunikasikan segala gagasan atau apa saja yang dipikirkannya.

8. Upaya Menumbuhkembangkan Kebutuhan Remaja

Mengingat remaja akan berusaha maksimal untuk memenuhi segala kebutuhannya untuk mencapai kepuasannya, dan tidak terpenuhinya akan menimbulkan kondisi yang negatif bagi dirinya dan orang lain, penumbuhkembangannya secara optimal sangatlah diperlukan.

Upaya yang mungkin dilakukan, baik oleh guru atau orangtua, menurut Maslow,⁷⁶ adalah:

- a. Memberikan kemerdekaan kepada remaja untuk berbicara.
- b. Memberikan kemerdekaan kepada remaja untuk melakukan segala apa yang diinginkannya selama tidak merugikan dirinya sendiri dan orang lain.
- c. Memberikan kemerdekaan kepada remaja untuk mengeksplorasi lingkungan.
- d. Memberikan keadilan kepada mereka.
- e. Menerapkan kejujuran.
- f. Memerhatikan kewajaran.
- g. Menerapkan ketertiban.

9. Upaya Menumbuhkembangkan Tugas-Tugas Remaja

Untuk memperlancar dan menyelesaikan tugas-tugas perkembangan remaja, terdapat beberapa cara yang dapat

75 *Ibid.*, hlm. 132.

76 A.H. Maslow, *Toward A Psychology of Being*, New York, Van Nostrand, 1962. Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, *Op.Cit.*, hlm. 162.

dilakukan oleh orangtua dan lembaga pendidikan, yaitu:⁷⁷

- a. Memberi banyak kesempatan kepada remaja untuk aktif dalam berbagai aktivitas sosial, seperti olahraga dan seni.
- b. Membantu mengarahkan peran remaja sesuai dengan tugasnya, seperti laki-laki lebih berkonsentrasi pada studi dan karier, sedang perempuan lebih berkonsentrasi pada persiapan menjadi seorang ibu.
- c. Membantu remaja yang lambat perkembangannya melalui penjelasan bahwa hal itu biasa terjadi dalam perubahan jasmani yang bersifat variatif dan membuka peluang diskusi.
- d. Membantu remaja untuk memilih lapangan kerja yang tepat dan sesuai dengan bakat dan keinginannya, serta mengarahkannya pada jenis pendidikan yang harus dimasukinya sebagai persiapan memasuki lapangan kerja itu.

10. Upaya Menumbuhkembangkan Penyesuaian Diri Remaja

Ketika remaja mampu merespons berbagai persoalan secara matang, efisien, memuaskan dan sehat, dia dianggap telah memiliki kemampuan penyesuaian diri yang baik.

Untuk menumbuhkembangkannya, orangtua dan guru dapat menempuh cara-cara berikut:

- a. Menciptakan interaksi edukatif yang membuat remaja merasa aman untuk mengaktualisasikan dirinya dalam berbagai aktivitas keluarga atau sekolah, sehingga dia terlatih menyesuaikan diri dalam interaksi yang berguna bagi dirinya
- b. Menghilangkan, atau minimal menghindari perilaku negatif di hadapan remaja, karena akan menimbulkan kesan negatif yang cenderung ditiru oleh remaja, sehingga proses penyesuaian dirinya ke arah yang lebih baik akan terganggu atau terhambat.

77 Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, *Ibid...* hlm. 170.

- c. Mencegah peranan yang kontradiktif dengan jenis kelamin remaja, seperti laki-laki memerankan tugas perempuan atau sebaliknya, karena hal itu akan berakibat buruk pada penyesuaian dirinya kelak.



Daftar Pustaka

1. A.C. Kisney, W.B. Pomeroy, dan C.E. Martin, *Sexual Behaviour in Human Male*, W.B. Saunders & Coy, New York, 1984.
2. A.H. Maslow, *Toward a Psychology of Being*, New York, Van Nostrand, 1962.
3. Akrim Ridha Mursi, *Puber Tanpa Masalah*, Pustaka Hidayah, Bandung, 2000.
4. Andi Mappiare, *Psikologi Remaja*, Usaha Nasional, Surabaya, 1982.
5. Anne Roe, "Early Determinant of Vocational Choice." Dalam H.J. Peters dan J.C., Hansen (eds), *Vocational Guidance and Career Development*. (edisi kedua), The Macmillan Company, New York.
6. Artikel, "Mendidik Anak untuk Jaman Komputer" (dari International National Herald Tribune), *Intisari*, Juni, 1974.
7. Arthur T. Jersild, Judith S. Brook, dan David W. Brook; *The Psychology of Adolescence*, (edisi ketiga), Macmillan Publishing Co., Inc, New York, 1978.

8. August B. Hollingshead, dan Frederick C. Redlich, "Social Stratification and Psychiatric Disorders," dalam Stephan P. Spitzer dan Norman K. Denzin (edds), *The Mental Patient; Studies in the Sociology of Deviance*, Mc. GrawHill Book Company, New York, 1968.
9. B. Inhelder dan J. Piaget; "The Groeth of Logical Thinking from Childhood to Adolescence, Basic Book, Inc. Publicers, N. Y. 1958.
10. B. Simanjuntak, *Latar Belakang Kenakalan Remaja*, Alumni, Bandung 1979.
11. Cole Luella, *Psychology of Adolesence*, (edisi keempat), Rine Cruze and co., Inc., New York, 1948.
12. Daniel Goleman, *Emotional Intelegence*, New York, Scientific American, 1955.
13. David, "Misunderstanding about How Children Learn," dalam Annual Edition, Reading in Education 1973-74, The Duskin Publishing Group, Inc., Connecticut, 1973.
14. Davis, Allison, dan Havighurst, R.J. "Social Class and Color Difference in Child- Rearing, dalam Raymond G. Kuhlen & George G. Thomson (eds), *Psychological Studies of Human Development*; Appleton-century-crofts, Inc., New York, 1952.
15. Donald Super, et. al., *Vocational Development; A frame Work for Research*, Columbia University, New York., 1957.
16. Eli Ginberg, "Toward a Theory of Occuptional Choice," dalam H.J. Peters, dan J.C.Hansen (eds), *Vocational Guidance and Career Development*, (edisi kedua), The Macmillan Company, New York.
17. Eli Ginberg, et. al. *Occupational Choice, un Approach to a General Theory*, Columbia University, New York, 1951.
18. E. L. Kelly; *Consistency of The Adult Personality*, Amer. Psychologist, 1955.

19. Educational Policies Commission of NEA; *Planing for American Youth*, National Association of Secondary Scholl Principals, (edisi revisi), 1951.
20. E. G. Boring, Langfeld H.S., dan Weld H.P., *Foundation of Psychology*, Wiley, New York, 1948.
21. Elizabeth B. Hurlock, *Developmental Psychology*, (edisi ketiga), Mc Graw Hull Book C, New York, 1968.
22. Gardon W Allport, *Personality a Psychological Interpretion*, Henry and Company, New York, 1954.
23. H.C. Whiterington, *Psikology Pendidikan* (alih bahasa; M. Buchari), Aksara Baru, Jakarta, 1976.
24. H.E.O. James & F.T. Moore, *Adolecent Leisure in a Working Class District*, Occupational Psychology, Jilid 14, 1940.
25. H.M Arifin, *Psikologi dan Beberapa Aspek Kehidupan Rohaniyah Manusia*, Bulan Bintang, Jakarta, (cet. Kedua), 1977.
26. Harold E. Jones; *Development in Adolescence*, Appleton Century-Crofts, New York, 1948.
27. Harold W. Bernard, *Mental Hygiene for Classroom Teachers* (Edisi kedua), McGraw-Hill Book Company, Inc.. New York, 1961.
28. Karl C. Garrisin, *Psychology of Adolesence*, Englewood Clifts, N.J, Prentice-Hall, (edisi kelima), 1958.
29. Kohlberg, *Tahap-Tahap Perkembangan Moral*, (alih bahasa: John de Santo dan Agus Cremers), Kanisius, Yogyakarta, 1995.
30. Kwee Soen Liang, *Masa Remaja dan Ilmu Jiwa Pemuda*, Jenmars, Bandung, 1980.
31. Lester D. Crow & Crow Alice, *Child Development and Adjusment*, a study of child psychology, The Mac Millan Company, New York, 1962.
32. M.L. Hoffman, *Empathy, Its Limitations, and Its Role ini a Comprehensive Moral Theory*, dalam W.M. Kurtines

- and J.L. Gewitz, *Morality, Moral Behavior, and Moral Develepment*, New York, Jhon Wiley, 1989.
33. Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik*, Bumi Aksara, Jakarta, 2004.
 34. Mustapa Fahmi, *Ash Shihah An-Nafsiyyah: fi al-usrah wa al-Madrasah wa al-Mujtama'* (alih bahasa; Zakiyah Daradjat, jilid 1), Bulan Bintang, Jakarta, cet. I. 1977.
 35. Munandir, *Penyebaran dan Arus Murid Sekolah Menengah sebagai Fungsi Prestasi Akademis dan Status Sosial Ekonomi*, (Disertasi), IKIP Malang, 1973.
 36. W.A. Gerungan, *Psycology Social*, Eresco, Bandung, Jakarta, 1977.
 37. Winarno Surachmad, *Psikologi Pemuda*, Penerbit Jenmars, Bandung, 1977.
 38. W. Liloyd Warner, at, al, *Who Shall Be educated?*, Harper & Brother, New York, 1951.



INDEKS

A

Abu Dawud · 181
Abu Dzar · 181
Adler · 203, 204
Agama · 181
Akrim Ridha Mursi · 178, 219
Alfred Binet · 69
Allah · 56, 178, 179, 180, 181
Anas bin Malik · 180
Andi Mappiare · 186, 187, 219
Anna Freud · 65
Aristoteles · 18
Arthur T. Jersild · 96

B

Bahasa · 14, 215, 219, 221, 222
Bakat · 14, 214
Batasan usia · 58
Bernard · 160, 175, 221
Blatt · 213
Bouldwin · 198, 199

C

Charlotte Buhler · 22
Ciri-ciri · 29, 39, 40, 63, 79, 91,
168, 169, 170
Cole Luella · 220
Conny Semiawan · 214

D

David · 60, 96, 98, 219, 220
Dunbar · 21, 34

E

Eckert · 89, 90
Elizabeth B. Hurlock · 94
Emosi · 12, 14, 64, 99, 209

F

Faktor-faktor · 133, 157
Fase · 10, 51, 55
Fisik · 9, 11, 14, 26, 78, 207

G

Garrison · 77, 99, 112, 150, 152,
166, 183
Guru · 213, 214

H

Halley · 202
Harold E. Jones · 114, 221
Hart Hawk · 199

Havighurst · 149, 150, 151, 156,
166, 220
Hollingsheat · 163
Horrocks Benimof · 123
Hurlock · 17, 18, 25, 26, 60, 61,
68, 84, 86, 93, 94, 101, 113,
128, 136, 166, 221
Hvighurst · 38

I

Imam An-Nasai · 178
Imam At-Tirmidzi · 180, 181
imam Muslim · 180
Islam · 55, 61, 181

J

James dan Moore · 88
Jersild · 60, 96, 119, 193, 194,
195, 219
Johnston · 19

K

Kebutuhan · 14, 15, 165, 166,
171, 175, 176, 177, 178, 179,
180, 181, 182, 183, 184, 190,
216
Kelly · 137, 220
Kemandirian · 14, 214
Kepribadian · 12, 121, 135
Kesehatan · 14, 175, 186
Kinsey · 88, 95, 96, 162

Kohlberg · 139, 213, 221
Kwee Soen Liang · 61, 118, 221

L

Landis · 89
Lunneborg · 196

M

Maslow · 216, 219
Menumbuhkembangkan · 14, 15,
207, 209, 212, 213, 214, 215,
216, 217
Moral · 13, 14, 138, 212, 213,
221, 222
Munandir · 159, 222
Mustapa Fahmi · 222

O

Onat · 46
Orangtua · 6, 62, 119, 139, 183,
199, 205

P

Palmer · 166, 184
Peck · 166
Penyesuaian diri · 65, 125, 175
Petunjuk · 214
Piaget · 56, 91, 97, 98, 139, 220
Potensi · 10, 57, 207

Psikologi · 61, 76, 187, 197, 219,
221, 222
Puber · 9, 18, 19, 23, 24, 26, 219

R

Rasul · 178
Rasulullah · 178, 180, 181
Remaja · 10, 11, 12, 13, 14, 15,
55, 56, 57, 58, 59, 61, 62, 63,
65, 68, 71, 73, 75, 84, 87, 88,
89, 94, 99, 102, 104, 105,
108, 110, 111, 115, 121, 130,
131, 132, 138, 141, 144, 145,
146, 149, 152, 153, 154, 155,
156, 160, 161, 163, 165, 171,
172, 173, 174, 175, 178, 181,
182, 183, 186, 187, 193, 197,
198, 199, 200, 201, 207, 209,
212, 213, 214, 215, 216, 217,
219, 220, 221, 222
Rosenwood · 196

S

Scheinfield · 70
Schon Field · 47
Sosial · 12, 13, 14, 121, 159,
212, 222
Stanley Hall · 69, 166
Strang · 111, 166
Syaiikh M. Jamaluddin Mahfuzh
· 186, 187

T

Takwa · 178
Thomas · 44, 46, 106, 184
Tugas-tugas · 58, 151
Tugas-tugas perkembangan · 58,
151

W

Warner · 159, 222
Wattenberg · 150, 155
Weat Herley · 36
Winarno Surachmad · 61, 87,
166, 222

Z

Zakiyah Darajat · 165, 166, 222



PSIKOLOGI REMAJA

Petunjuk bagi Guru dan Orangtua

Saat ini, terjadi fenomena yang sangat memprihatinkan dikalangan remaja; seperti sikap arogan dengan menjadikan terminologi '*babe gue*' sebagai senjata, suka berhura-hura, chatting, bergerombol, memberontak orang tua dan guru, melakukan penyimpangan seksual (*free sex, samen leve, married by accident*), mengkonsumsi miras dan narkoba, dsb.

Fenomena mengerikan itu ternyata banyak terjadi pada kalangan remaja. mengapa remaja? secara psikologis, masa remaja merupakan masa yang begitu unik, penuh teka-teki, dilematis dan sangat rentan. Unik karena pertumbuhannya banyak dipengaruhi oleh lingkungan sekitarnya sehingga karakter mereka berbeda-beda. Penuh teka-teki karena kepribadian mereka susah ditebak. Dilematis karena masanya merupakan peralihan dari masa anak-anak menuju usia dewasa sehingga cenderung coba-coba. Dan sangat rentan karena selalu berorientasi pada popularitas secara menggilas dan instan.

Bila fenomena ini tak segera di sikapi dengan cepat dan tepat, dan remaja dibiarkan berkembang dengan sendiri tanpa arahan yang benar, apa jadinya masa depan mereka kelak? tentunya berbagai generasi timpang akan bermunculan; pejabat korup, penindas, penipu, bandar judi, gerombolan, pengedar miras dan narkoba, pemimpin perusahaan yang kejam, anggota masyarakat tak bermoral, dan profesi lain yang merugikan publik.

ISBN 979-730-816-4

