

Psikologi Perkembangan Masa Remaja

Gatot Marwoko C A.

(Dosen STAI Ihyaul Ulum Gresik; Prodi Pendidikan Agama Islam)

Email: gatotmarwokogarwo@gmail.com

Abstrak

Masa remaja termasuk masa yang sangat menentukan karena pada masa ini anak-anak mengalami banyak perubahan pada psikis dan fisiknya. Terjadinya perubahan kejiwaan menimbulkan kebingungan dikalangan remaja, mereka mengalami penuh gejolak emosi dan tekanan jiwa sehingga menyimpang dari aturan dan norma-norma sosial yang berlaku dikalangan masyarakat.

Dalam proses perkembangan kematangan psikologis dan biologis, remaja kerap menghadapi ketegangan, kebingungan, dan kekhawatiran. Remaja menjadi gemar coba-coba dalam emosi labil sehingga mudah terpengaruh.

Kata Kunci: *Psikologi, Remaja, Perkembangan*

A. Pendahuluan

Masa remaja boleh dibilang masa peralihan, peralihan tidak berarti terputus dengan atau berubah dari apa yang telah terjadi sebelumnya, melainkan lebih – lebih sebuah peralihan dari satu tahap perkembangan ke tahap berikutnya. Artinya, apa yang telah terjadi sebelumnya akan meninggalkan bekasnya pada apa yang akan terjadi sekarang dan akan datang. Bila anak – anak beralih dari masa kanak – kanak ke masa remaja, anak – anak harus meninggalkan segala sesuatu yang bersifat kekanak – kanakkan dan juga harus mempelajari pola perilaku dan sikap baru untuk menggantikan perilaku dan sikap yang sudah ditinggalkan.

Psikologi remaja adalah bagian dari psikologi perkembangan yang secara khusus mempelajari kehidupan remaja. Disini remaja atau generasi muda adalah generasi penerus bangsa yang kelak menjadi penerus kehidupan untuk mewujudkan kedamaian dan ketenteraman umat manusia dimuka bumi ini. Jika generasinya rusak maka secara otomatis bangsanya pun akan ikut rusak, sehingga demi mewujudkan cita-cita kehidupan berbangsa dan bernegara, haruslah mampu mencetak generasi yang berkualitas sesuai harapan bangsa dan Negara. Tetapi pada kenyataannya banyak generasi muda atau remaja juga menjadi gudang permasalahan. Perkembangan sosial dan kepribadian remaja akan berimplikasi pada cara ia merespon pengetahuan

atau pengalamannya. Dalam pendidikan, perkembangan sosial pada remaja akan mendorong ia untuk senantiasa mentaati peraturan sekolah, menjalin interaksi yang baik dengan teman sekolah, menghargai pendidik atau temannya yang sedang menjelaskan pelajaran.

Adapun kriteria manusia yang baik, warga masyarakat yang baik, dan warga negara yang baik bagi suatu masyarakat atau bangsa adalah terdapatnya nilai-nilai moral tertentu, yang keberadaannya dipengaruhi oleh budaya masyarakat, lingkungan dan bangsanya.¹

Remaja juga sering melakukan sesuatu hal tanpa berpikir panjang terhadap akibat yang akan terjadi selanjutnya. Sehingga usaha untuk mewujudkan generasi penerus yang diharapkan akan sulit untuk diwujudkan. Maka dalam makalah ini akan dibahas tentang psikologi perkembangan masa remaja.

B. Pembahasan

1. Remaja

Kata “remaja” berasal dari bahasa latin yaitu *adolescere* yang berarti *to grow* atau *to grow maturity* yang artinya tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Istilah *adolescence* seperti yang dipergunakan saat ini, mempunyai arti yang lebih luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik.²

Menurut teori Piaget, mengemukakan bahwa masa remaja adalah: Secara psikologis, masa remaja adalah usia dimana individu bernitegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa dibawah tingkat orang – orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam memecahkan masalah.³

“Menurut hukum di Amerika Serikat saat ini, individu dianggap telah dewasa apabila telah mencapai usia delapan belas tahun, bukan dua puluh satu tahun seperti sebelumnya”. Perpangjangan masa remaja, setelah individu matang secara seksual dan sebelum diberi hak serta tanggungjawab orang dewasa mengakibatkan kesenjangan antara apa yang secara populer dianggap budaya remaja dan budaya dewasa. Budaya kawula mudah menekankan kesegaran dan kelengahan terhadap

¹ Muhamad Fatih Rusydi Syadzili, Peran Desain Pembelajaran dalam Pengembangan Moral Anak Didik, *At-Ta'dib: Jurnal Ilmiah Pendidikan Agama Islam*, (Vol.10 No.2, 2018), 128-134

² Elizabeth. B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan, Cet.5*, (Jakarta: Erlangga,2002), 206.

³ Elizabeth. B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan, Cet.5*....., 216.

tanggungjawab dewasa. Budaya ini memiliki hirarki sosialnya sendiri, keyakinannya sendiri, gaya penampilannya sendiri, nilai – nilai dan norma perilakunya sendiri.

2. Periodisasi Masa Remaja

Masa remaja dapat dibagi dalam 2 periode yaitu:

- 1) Periode Masa Puber usia 12-14 tahun. Masa Pra Pubertas: peralihan dari akhir masa kanak-kanak ke masa awal pubertas.

Ciri – cirinya:

- a. Anak tidak suka diperlakukan seperti anak kecil lagi.
- b. Anak mulai bersikap kritis dan merindu puja.

- 2) Masa Pubertas usia 14-16 tahun: masa remaja awal.

Ciri – cirinya:

- a. Mulai cemas dan bingung tentang perubahan fisiknya.
- b. Suka meyembunyikan isi hatinya.
- c. Memperhatikan penampilan.
- d. Sikapnya tidak menentu/plin-plan
- e. Suka berkelompok dengan teman sebaya dan senasib
- f. Perbedaan sikap pemuda dengan sikap gadis.

- 3) Masa Akhir Pubertas usia 17-18 tahun: peralihan dari masa pubertas ke masa adolesen.

Ciri – cirinya:

- a. Pertumbuhan fisik sudah mulai matang tetapi kedewasaan psikologisnya belum tercapai sepenuhnya.
- b. Proses kedewasaan jasmaniah pada remaja putri lebih awal dari remaja pria.⁴

3. Periode Remaja Adolesen usia 19-21 tahun

Merupakan masa akhir remaja. Beberapa sifat penting pada masa ini adalah:

- a. Perhatiannya tertutup pada hal-hal realistik.
- b. Mulai menyadari akan realitas.
- c. Sikapnya mulai jelas tentang hidup.
- d. Mulai nampak bakat dan minatnya.

4. Ciri – Ciri Masa Remaja

1. Pertumbuhan Fisik

Pertumbuhan fisik mengalami perubahan dengan pesat, lebih cepat dibandingkan masa kanak-kanak dan dewasa. Untuk

⁴ Elizabeth. B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan, Cet.5*, (Jakarta: Erlangga,2002), 206.

mengimbangi pertumbuhan yang cepat itu, remaja membutuhkan makan dan tidur lebih banyak.

2. Perkembangan Seksual

Pada anak laki-laki diantaranya: mengalami mimpi pertama (mimpi basah), pada lehernya tumbuh seperti buah jakun yang membuat suaranya seperti pecah, dan di sekitar bibir dan kemaluannya mulai tumbuh rambut.

Pada anak perempuan diantaranya: rahimnya sudah mulai bisa dibuahi atau sudah menstruasi (datang bulan), di bagian mukanya mulai tumbuh jerawat, penimbunan lemak membuat dadanya mulai tumbuh, pinggulnya mulai melebar, dan pahanya mulai membesar.

3. Cara Berfikir Kausalitas

Yaitu menyangkut hubungan sebab dan akibat, remaja mulai berfikir kritis sehingga dia akan melawan bila orang tua, guru, dan lingkungan masih menganggapnya sebagai anak kecil. Bila guru dan orang tua tidak tahu cara berpikir remaja, akibatnya timbulah kenakalan remaja.

4. Emosi Yang Meluap-Meluap

Keadaan emosi remaja masih labil karena erat hubungannya dengan keadaan hormon. Suatu saat ia bisa sedih sekali dan lain waktu bisa senang sekali. Hal ini terlihat pada remaja yang baru putus cinta atau remaja yang tersinggung perasaannya karena misalnya diplototi. Dan emosi remaja lebih kuat dan lebih menguasai diri mereka dari pada pikiran yang realitas.

5. Mulai Tertarik Pada Lawan Jenis

Secara biologis manusia terbagi atas dua jenis yaitu laki-laki dan perempuan. Dalam kehidupan sosial remaja mereka mulai tertarik pada lawan jenisnya dan mulai berpacaran. Jika dalam hal ini orang tua kurang mengerti, kemudian melarangnya, akan menimbulkan masalah, dan remaja akan cenderung tertutup dengan orang tuanya.

6. Menarik Perhatian Lingkungan

Pada masa ini remaja mulai mencari perhatian dalam lingkungannya, berusaha mendapatkan status dan peranan seperti kegiatan remaja di kampung-kampung yang diberi peranan, pasti ia akan melaksanakan dengan baik. Bila tidak diberi peranan maka ia akan melakukan perbuatan untuk menarik perhatian masyarakat, bila perlu maka akan melakukan perkelahian dan kenakalan lainnya. Remaja akan berusaha mencari peranan di luar rumah bila orang tua

tidak memberi peranan kepadanya karena menganggapnya sebagai anak kecil.

7. Terikat Dengan Kelompok

Remaja dalam kehidupan sosial sangat tertarik pada kelompok sebayanya dalam pengalaman pun mereka berusaha untuk berbuat yang sama misalnya, berpacaran, berkelahi, dan mencuri. Apa yang dilakukan pemimpin kelompoknya ditirunya, walaupun yang dilakukan itu tidak baik. Dalam kelompok itu bisa melampiaskan perasaan tertekan karena mungkin tidak dimengerti oleh orang tua dan kakak-kakaknya.

Kelompok atau *gang* sebenarnya tidak berbahaya asalkan saja kita bisa mengarahkannya. Karena dalam kelompok tersebut remaja hanya ingin memperoleh kebutuhannya untuk dianggap, dimengerti, mencari pengalaman baru, berprestasi, diterima statusnya, harga diri, rasa aman, yang semua itu belum tentu diperoleh di rumah maupun di sekolah.

5. Aspek – Aspek Perkembangan Masa Remaja

1. Perkembangan dan pertumbuhan fisik pada masa remaja

Perubahan-perubahan fisik merupakan gejala primer dalam pertumbuhan remaja, yang berdampak terhadap perubahan-perubahan psikologis. Pada mulanya, tanda-tanda perubahan fisik dari masa remaja terjadi dalam konteks pubertas. Baik anak laki-laki ataupun perempuan mengalami pertumbuhan yang cepat, yang di sebut “*growth spurt*” (percepatan pertumbuhan), di mana terjadi perubahan dan percepatan pertumbuhan di seluruh bagian dan dimensi badan.

Berikut ini akan dijelaskan beberapa perkembangan fisik⁵ berdasarkan pendapat Elizabeth B.Hurock bahwa yang terjadi selama masa remaja tersebut:

a. Perubahan tubuh selama masa remaja

a) Perubahan eksternal

✓ Tinggi badan

Rata – rata anak perempuan mencapai tinggi yang matang antara usis 17 tahun dan 18 tahun dan rata – rata anak laki – laki kira – kira setahun sesudahnya. Anak yang pada masa bayi diberi imunisasi biasanya lebih tinggi dari usia ke usia, dibandingkan dengan bayi yang tidak diberi imunisasi, yang

⁵ Elizabeth. B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan, Cet.5,*, 211

karena itu lebih banyak menderita sakit sehingga cenderung memperlambat pertumbuhan.

✓ Berat badan

Perubahan berat badan mengikuti jadwal yang sama dengan perubahan tinggi. Tetapi berat badan sekarang tersebar ke bagian – bagian tubuh yang tadinya hanya mengandung sedikit lemak atau tidak mengandung lemak sama sekali.

✓ Proporsi tubuh

Berbagai anggota tubuh lambat laun mencapai perbandingan tubuh yang baik. Misalnya, badan melebar dan memanjang sehingga anggota badan tidak lagi kelihatan terlalu pangjang.

✓ Organ seks

Baik organ seks pria maupun organ seks wanita, mencapai ukuran yang matang pada akhir masa remaja, tetapi fungsinya belum matang sampai beberapa tahun kemudian.

✓ Ciri – ciri seks sekunder

Ciri – ciri seks sekunder yang utama berada pada tingkat perkembangan yang matang pada akhir masa remaja.

b) Perubahan Internal

✓ Sistem pencernaan

Perut menjadi lebih panjang dan tidak lagi terlampau berbentuk pipa, usus bertambah panjang dan bertambah besar, otot – otot diperut dan dinding – dinding usus menjadi lebih tebal dan lebih kuat, hati bertambah berat dan kerongkongan bertambah panjang.

✓ Sistem peredaran darah

Jantung tumbuh pesat selama masa remaja, pada usia 17 tahun atau 18 tahun beratnya 12 kali berat pada waktu lahir. Panjang dan tebal dinding pembuluh darah meningkat dan mencapai tingkat kematangan bilamana jantung sudah matang.

✓ Sistem pernafasan

Kapasitas paru – paru anak perempuan hampir matang pada usia 17 tahun, anak laki – laki mencapai tingkat kematangan beberapa tahun kemudian.

✓ Sistem endokrin

Kegiatan gonad yang meningkat pada masa puber menyebabkan 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.

✓ Jaringan tubuh

Perkembangan kerangka berhenti rata – rata pada usia delapan belas. Jaringan, selain tulang, terus berkembang sampai tulang mencapai ukuran matang, khususnya bagi perkembangan jaringan otot.

2. Perkembangan emosi pada masa remaja

Secara tradisional masa remaja dianggap sebagai periode badai dan tekanan, suatu masa dimana ketegangan emosi meninggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan kelenjar. Pertumbuhan pada tahun – tahun awal masa puber terus berlangsung tetapi berjalan agak lambat. Pertumbuhan yang terjadi terutama bersifat melengkapi pola yang sudah terbentuk pada masa puber. Oleh karena itu, perlu dicari keterangan lain yang menjelaskan ketegangan emosi yang sangat khas pada usia ini.

Sikap, perasaan atau emosi seseorang telah ada dan berkembang semenjak ia bergal dengan lingkungannya. Timbulnya sikap, perasaan atau emosi itu (positif atau negatif) merupakan produk pengamatan dari pengalaman individu secara unik dengan benda-benda fisik lingkungannya, dengan orang tua dan saudara-saudara, serta pergaulan sosial yang lebih luas. Sebagai suatu produk dari lingkungan (lingkungan internal dan eksternal) yang juga berkembang, maka sudah tentu sikap, perasaan/emosi itu juga berkembang.

Bentuk-bentuk emosi yang sering nampak dalam masa remaja awal antara lain adalah marah, malu, takut, cemas, cemburu, iri-hati, sedih, gembira, kasih sayang dan ingin tahu. Dalam hal emosi yang negatif, umumnya remaja belum dapat mengontrolnya dengan baik. Sebagai remaja dalam bertingkah laku sangat dikuasai oleh emosinya.

Elizabeth B. Hurlock berpendapat bahwa:

*Pemuda remaja dapat menghilangkan “unek-unek” atau kekuatan-kekuatan yang ditimbulkan oleh emosi yang ada dengan cara mengungkapkan hal-hal yang menimbulkan emosi-emosi itu dengan seseorang yang dipercayainya. Menghilangkan kekuatan-kekuatan emosi terpendam tersebut disebut juga “emotional catharsis”.*⁶

⁶ Ibid, 213

Cara-cara yang dapat ditempuh dalam usaha menemukan dan membongkar kekuatan emosi yang terpendam itu dapat dilakukan dengan cara bermain, bekerja, dan lebih baik lagi adalah dengan mengatakannya kepada seorang yang dapat menunjukkan gambaran masalah-masalah yang dihadapi remaja yang bersangkutan. Peranan pendidik, guru terutama konselor sangat penting dalam hal ini, sebab mereka dapat melakukannya dengan penerimaan dan pemahaman dalam membantu kegiatan "*emotional catharsis*" tersebut.

3. Perkembangan intelegensi dan kognitif pada masa remaja

Remaja adalah suatu periode kehidupan dimana kapasitas untuk memperoleh dan menggunakan pengetahuan secara efisien mencapai puncaknya. Disamping itu, masa remaja ini juga terjadi reorganisasi lingkaran saraf frontal lobe. Frontal lobe ini berfungsi dalam aktivitas kognitif tingkat tinggi. Perkembangan frontal lobe tersebut sangat berpengaruh terhadap kemampuan kognitif remaja, sehingga mereka mengembangkan kemampuan penalaran yang memberinya suatu tingkat pertimbangan moral dan kesadaran sosial yang baru. Kemudian, dalam kekuatan baru dalam penalaran yang dimilikinya, menjadikan remaja mampu membuat pertimbangan dan melakukan perdebatan.

a. Perkembangan kognitif menurut teori Piaget

Ditinjau dari prespektif teori kognitif Piaget:

Maka pemikiran masa remaja telah mencapai tahap pemikiran operasional formal yakni suatu tahap perkembangan kognitif yang dimulai pada usia kira - kira antara 11 - 12 tahun dan terus berlanjut sampai remaja mencapai masa tenang atau dewasa.⁷

Disamping itu, remaja pada masa ini juga mampu berpikir secara sistematis, mampu memikirkan semua kemungkinan secara sistematis untuk memecahkan suatu permasalahan.

b. Perkembangan pengambilan keputusan

Remaja adalah masa dimana terjadi peningkatan pengambilan keputusan. Dalam hal ini, mulai mengambil keputusan - keputusan tentang masa depan, memilih teman, dll. Dalam hal pengambilan keputusan ini, remaja lebih tua ternyata lebih kompeten dibanding anak - anak. Apabila dibandingkan dengan remaja yang lebih tua, remaja yang lebih muda

⁷ Desmita, *Psikologi Perkembangan, Cet.8*, (Bandung: PT.Remaja Rosdakarya, 2013), 40.

mempunyai kemampuan yang kurang dalam ketrampilan pengambilan keputusan. Tidak jarang remaja terpaksa mengambil keputusan – keputusan salah oleh orientasi masyarakat.

c. Perkembangan kognisi sosial

Menurut Dacey dan Kenny, yang dimaksud dengan kognisi sosial adalah:

*Kemampuan untuk berpikir secara kritis mengenai isu – isu dalam hubungan interpersonal yang berkembang dalam usia dan sejalan dengan pengalaman serta berguna untuk memahami orang lain dan menentukan bagaimana melakukan interaksi dengan mereka.*⁸

Menurut sejumlah ahli psikologi perkembangan, ketrampilan – ketrampilan kognitif yang muncul pada masa remaja ini mempunyai pengaruh besar terhadap perubahan kognisi sosial mereka. Salah satu bagian penting dari perubahan perkembangan aspek kognisi sosial remaja ini adalah apa yang diistilahkan oleh Psikolog David Elkind dengan “egosentrisme, yaitu kecenderungan remaja untuk menerima dunia. Mereka menganggap semua mata terpaku pada penampilannya.”⁹

4. Perkembangan sosial remaja

Percepatan perkembangan dalam masa remaja yang berhubungan dengan pemasakan seksualitas, juga mengakibatkan suatu perubahan dalam perkembangan sosial remaja. Sebelum masa remaja sudah ada saling hubungan yang lebih erat antara anak – anak yang sebaya. Sering juga timbul kelompok – kelompok anak, perkumpulan – perkumpulan untuk bermain bersama atau membuat rencana bersama, misalnya untuk kemah, atau saling tukar pengalaman, merencanakan aktivitas bersama misalnya aktivitas terhadap suatu kelompok lain. Aktivitas tersebut juga dapat bersifat agresif, kadang – kadang kriminal seperti mencuri, penganiayaan, dll, dalam hal ini dapat dilakukan kelompok anak nakal.

Oleh karena itu, timbul masalah – masalah seperti:

a. Dorongan untuk dapat berdiri sendiri dan krisis originalitas

⁸ Ibid, 43.

⁹ Ibid, 45.

Dalam perkembangan sosial remaja, dapat dilihat adanya dua macam gerak: satu yaitu memisahkan diri dari orang tua dan yang lain adalah menuju ke arah teman – teman sebaya. Dua macam gerak ini tidak merupakan dua hal yang berturutan meskipun yang satu dapat terkait pada yang lain. Hal itu menyebabkan bahwa gerak pertama tanpa adanya gerak yang kedua dapat menyebabkan rasa kesepian. Anak – anak perempuan dan laki – laki betul – betul ada dalam situasi yang sama dalam status interim yang sama. Mereka sama – sama berusaha untuk mencapai kebebasan, mereka punya kecenderungan yang sama untuk menghayati kebebasan tadi sesuai dengan usia dan jenis seksnya. Adanya kesempatan yang berbeda antara laki – laki dan perempuan dalam masyarakat, bahwa perempuan juga ingin menduduki fungsi yang penting dalam masyarakat. Dorongan seperti ini yang memungkinkan adanya ingin berdiri sendiri.

b. Konformitas kelompok remaja

Dalam kelompok dengan kohesi yang kuat berkembanglah suatu iklim kelompok dan norma – norma kelompok tertentu.

*Ewert menyebutnya sebagai pemberian norma tingkah laku oleh pemimpin dalam kelompok itu. Juga meskipun norma – norma tersebut tidak merupakan norma – norma yang buruk, namun terdapat bahaya bagi pembentukan identitas remaja.*¹⁰

Dia akan lebih mementingkan perannya sebagai anggota kelompok daripada mengembangkan pola norma diri sendiri. Moral kelompok tadi dapat berbeda sekali dengan moral yang dibawa remaja dari keluarga yang sudah lebih dihayatinya karena sudah sejak kecil diajarkan oleh orang tua.

Di dalam sekolah, kelompok remaja sering juga dapat menimbulkan kesukaran bila para pemimpin nonformal dalam kelas bertentangan dengan pemimpin formal atau gurunya. Bila pelajaran yang diberikan dipandang tidak ada artinya maka situasi konflik sosial tersebut dengan mudah dapat terjadi. Di sini juga ketua kelas dapat memegang peranan yang tidak mudah. Ia secara setengah formal dan setengah tidak formal disertai tugas untuk mengatur kepentingan kelasnya. Ketua kelas dapat terjepit antar guru dan pimpinan kelompok.

¹⁰ F.J. Monks, A.M. Pknoers, Siti Rahayu Haditono, *Psikologi Perkembangan Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*, (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 2006), 282.

c. Remaja dalam waktu luang

Krisis originalitas remaja nampak paling jelas pada waktu luang yang sering disebut sebagai waktu pribadi orang (remaja) itu sendiri. Pengisian waktu luang dengan baik dengan cara yang sesuai dengan umur remaja, masih merupakan masalah bagi kebanyakan remaja. Kebosanan, segan untuk melakukan apa saja merupakan fenomena yang sering kita jumpai. Hal ini sering dinilai negatif sebagai tanda desintegrasi dalam diri remaja. Sebetulnya dapat pula dipandang positif. Yaitu bila hal tadi dipandang sebagai suatu tanda tidak puas terhadap tuntutan luar untuk melibatkan diri dengan aktivitas – aktivitas yang dianggapnya tidak ada artinya. Hal ini merupakan sikap penolakan terhadap tuntutan dunia luar untuk datang pada pendapat sendiri dan pada pilihan sendiri mengenai kesibukan – kesibukan yang baginya lebih berarti.

Menurut teori Wersfeld, bahwa:

*Banyak remaja menyukai olahraga. Disitu remaja dapat menunjukkan originalitasnya karena ia dalam tingkatan yang hampir profesional itu masih dapat bertindak secara main – main juga. Dengan begitu dalam berlatih olahraga ia dapat bermain tidak sebagai anak – anak lagi, namun juga belum sepenuhnya sebagai orang dewasa. Remaja dapat melepaskan kelbihan energinya dalam berolahraga, dan dalam menemukan identitasnya, dapat membandingkan kemampuan dengan teman – teman dalam mencari identitas dan dominansi yang dengan sifat atraktif dan inteligensi. Sebagai fungsi sampingan, maka dalam olahraga remaja juga dapat bergaul dengan teman – teman sebaya untuk menghayati masa mudanya.*¹¹

d. Hubungan dengan orang tua

Perubahan fisik, kognitif dan sosial yang terjadi dalam perkembangan remaja mempunyai pengaruh yang besar terhadap relasi orang tua remaja. Orang tua tidak dipandang sebagai otoritas yang serba tahu secara optimal mengembangkan pandangan – pandangan yang lebih matang dan realistis dari orang tua mereka. Dengan demikian, keterkaitan dengan orang tua selama masa remaja dapat berfungsi adaptif yang menyediakan landasan yang kokoh dimana remaja dapat menjelajahi menguasai lingkungan – lingkungan baru dan dunia sosial yang luas.

¹¹ Ibid, 285.

e. Seksualitas

Salah satu kehidupan yang sangat menonjol adalah terjadinya peningkatan minat dan motivasi terhadap seksualitas. Dorongan seksualitas remaja itu sangat tinggi dari dorongan seksualitas orang dewasa. Untuk melepaskan diri dari dorongan seksualitas tersebut, remaja berusaha mengekspresikan dorongan seksualnya dengan berbagai bentuk tingkah laku seksual, mulai dari melaksanakan aktivitas berpacaran, berkencan, dll. Meskipun seksualitas merupakan bagian normal dari perkembangan tapi perilaku seksual tersebut disertai resiko – resiko yang tidak hanya ditanggung oleh remaja tapi juga orang tua.

f. Perkembangan proaktivitas

Makna pertama yang terkandung dalam proaktivitas adalah kebebasan memilih. Menurut Convey, dalam kebebasan memilih terkandung unsur – unsur sebagai berikut:

- a) *Self awareness* (kesadaran diri)
- b) *Imagination* (imajinasi)
- c) *Conscience* (kata hati)
- d) *Independent will* (kehendak bebas).

6. Minat Remaja

Dalam masa remaja, minat yang dibawa dari masa anak – anak cenderung berkurang dan diganti oleh minat yang lebih matang. Juga karena tanggung jawab yang lebih besar yang harus dipikul oleh remaja yang lebih tua dan berkurangnya waktu yang dapat digunakan sesuka hati, maka remaja yang lebih besar terpaksa harus membatasi minatnya, terutama dibidang rekreasi..

Beberapa minat pada masa remaja, antara lain:

1. Minat rekreasi

Selama masa – masa remaja, remaja cenderung menghentikan aktivitas rekreasi yang menuntut banyak pengorbanan tenaga dan aktivitas permainan dari tahun – tahun sebelumnya beralih dan diganti dengan bentuk rekreasi yang lebih matang. Berangsur – angsur bentuk permainan yang kekanak – kanakan menghilang dan menjelang awal masa remaja, pola rekreasi individual hampir sama dengan pola akhir masa remaja dan awal masa dewasa.

Beberapa minat pada rekreasi menurut Elizabeth B. Hurlock, antara lain:

- a. Permainan dan Olah Raga

Permainan dan olah raga yang terorganisasi tidak menarik lagi dalam perjalanan masa remaja, dan remaja mulai menyukai olah raga tontonan. Permainan – permainan yang menuntut keterampilan intelektual seperti permainan kartu bertambah populer.

b. Bersantai

Remaja gemar bersantai – santai dan mengobrol dengan teman – teman. Mereka makan sambil membicarakan orang lain dan bergurau. Remaja yang beih besar merokok.

c. Bepergian

Remaja senang bepergian selama libur dan ingin pergi jauh – jauh dari rumah. Bagi banyak remaja hal ini dimungkinkan karena orang tua yang kaya dan adanya rumah – rumah penginapan khusus untuk remaja.

d. Membaca

Karena remaja telah membatasi waktunya untuk membaca sebagai rekreasi, mereka cenderung lebih menyukai majalah daripada buku – buku. Lama – kelamaan buku – buku komik tidak lagi menarik dan surat kabar semakin populer.

e. Menonton

Menonton film merupakan kegiatan yang digemari dan selanjutnya menjadi kegiatan berkencan yang populer. Anak perempuan lebih menyukai film yang romantis sedangkan anak laki – laki lebih menyukai film petualangan.

f. Televisi

Menonton televisi lama – kelamaan tidak menarik, sebagian karena remaja semakin kritis pada acara – acara televisi dan sebagian lagi karena mereka tidak dapat belajar atau membaca sambil menonton televisi.

g. Melamun

Dalam lamunan remaja yang khas, remaja membayangkan dirinya sebagai pahlawan yang dielu – elukan oleh kelompok sebaya karena prestasi yang tinggi. Melamun merupakan bentuk rekreasi yang populer diantara remaja apabila mereka merasa bosan atau kesepian.¹²

2. Minat sosial

¹² Ibid, 285. Elizabeth B.Hurlock[12], *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan,Cet.5,*, hlm. 218

Pada masa remaja, minat terhadap sosial meningkat pesat. Tetapi hal ini didasarkan hanya pada remaja yang mempunyai uang yang banyak sedangkan remaja yang tidak memiliki uang banyak, terbatas dalam melakukan minat – minat sosial.

3. Minat pribadi

Minat pada pribadi antara lain:

a. Minat pada penampilan diri

Minat pada penampilan diri tidak hanya mencakup pakaian tetapi juga mencakup perhiasan pribadi, kerapihan, daya tarik dan bentuk tubuh yang sesuai dengan gender mereka. Adanya hal ini akan membuat remaja lebih populer.

b. Minat pada prestasi

Prestasi yang baik dapat memberikan kepuasan pribadi dan keternaran. Inilah sebabnya mengapa prestasi, baik dalam olah raga, tugas – tugas sekolah maupun berbagai kegiatan sosial, menjadi minat yang kuat sepanjang masa remaja. Bila prestasi yang baik diharapkan memberi kepuasan bagi remaja, maka prestasi itu mencakup bidang – bidang yang penting bagi kelompok sebaya dan dapat menimbulkan harga diri dalam pandangan kelompok sebaya. Misalnya, dalam hal sekolah.

c. Minat pendidikan

Besarnya minat remaja terhadap pendidikan sangat dipengaruhi oleh minat mereka pada pekerjaan. Kalau remaja mengharapkan pekerjaan yang menuntut pendidikan tinggi, maka pendidikan akan dianggap sebagai batu loncatan. Biasanya remaja lebih menaruh minat pada pelajaran – pelajaran yang nantinya akan berguna dalam bidang pekerjaan yang dipilihnya.

d. Minat pada agama

Pada masa remaja, minat terhadap agama sangat penting karena remaja sudah menganggap agama sangat penting bagi kehidupan mereka. “Selain itu, adanya perpaduan antara agama dan akal memunculkan kepribadian yang tangguh. Sebab, akal yang selalu berkembang dan agama yang tidak mengenal kekeliruan menjadi faktornya”.¹³

¹³ Jamaluddin Mahfuzh, *Psikologi Anak dan Remaja Muslim, Cet.6*, (Jakarta: Pustaka Al – Kautsar, 2009), 223.

- e. Minat pada seks dan perilaku seks

Pada masa remaja terjadi peningkatan minat pada seks, remaja selalu berusaha mencari lebih banyak informasi mengenai seks. Mereka memperoleh pengetahuan tentang seks lewat orang tua, di sekolah, teman – teman, buku – buku, dll. Perempuan sangat ingin tahu tentang keluarga berencana, pil anti hamil, pengguguran, dan kehamilan. Dan laki – laki ingin mengetahui tentang penyakit kelamin, kenikmatan seks, hubungan seks, dan keluarga berencana.

7. Masa Kritis Pada Masa Remaja

Antara lain:

- 1) Bahaya – bahaya fisik

- a. Kematian

Akibat penyakit tidak banyak terjadi selama masa remaja dibandingkan dengan tahun – tahun sebelumnya, meskipun kematian yang disebabkan kecelakaan mobil semakin meningkat.

- b. Bunuh diri

Pada masa remaja, bunuh diri semakin meningkat. Hal ini disebabkan karena adanya depresi dari hubungan percintaan, masalah keluarga, dan sekolah.

- c. Cacat fisik

Adanya cacat fisik yang tidak bisa disembuhkan mungkin itu dari kecelakaan atau karena sejak lahir akan menimbulkan bahaya fisik sekaligus bahaya psikologis.

- d. Kecanggungan dan kekakuan

Bila perkembangan keterampilan dan perkembangan motorik tidak seperti perkembangan teman – teman, remaja tidak dapat turut serta dalam permainan dan olah raga yang berperan penting dalam kehidupan sosialnya.

- 2) Bahaya psikologis

Antara lain:

- a. Perilaku sosial

Di bidang perilaku sosial, ketidakmatangan ditunjukkan dalam perilaku lebih memilih pola pengelompokan yang kekanak – kanakan dan kegiatan sosial dengan teman – teman sebaya sesama jenis dan dalam kurang adanya dukungan oleh kelompok sebaya, yang memperkecil kesempatan remaja untuk mempelajari perilaku sosial yang lebih matang.

- b. Perilaku seksual

Ketidakmatangan sangat tampak dalam bidang perilaku seksual. Remaja yang tidak berkencan akan dianggap tidak sesuai dengan yang seharusnya oleh teman – teman sebaya, hal ini akan menimbulkan diskriminasi oleh teman – teman sebaya.

c. Perilaku moral

Ketidakmatangan moral juga jelas dalam kenakalan anak dari keluarga – keluarga kaya dibandingkan dengan remaja yang dibesarkan dalam lingkungan yang kurang baik yang patut menimbulkan sikap – sikap antisosial, namun justru patuh pada peraturan – peraturan.

d. Hubungan keluarga

Ketidakmatangan dalam hubungan keluarga seperti yang ditunjukkan oleh adanya pertengkaran dengan anggota – anggota keluarga, terus – menerus mengkritik atau membuat komentar – komentar yang merendahkan tentang penampilan atau perilaku anggota keluarga, sering terjadi selama tahun – tahun awal masa remaja. Pada saat ini hubungan – hubungan keluarga biasanya berada pada titik rendah.

C. Daftar Pustaka

- Desmita, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2013),
- Handayani, Wiji dan Purnami, Sri, *Psikologi Perkembangan*, (Yogyakarta: Teras, 2008),
- Hurlock, Elizabet B, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, (Jakarta: Erlangga, 2002),
- Mahfuzh, Jamaluddin, M, *Psikologi Anak dan Remaja Muslim*, (Jakarta: Pustaka Al – Kautsar, 2009).
- Monks F. J, Knoers A. M. P, Siti Rahayu Haditono, *Psikologi Perkembangan Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*, (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2006),
- Muhamad Fatih Rusydi Syadzili, Peran Desain Pembelajaran dalam Pengembangan Moral Anak Didik, *At-Ta'dib: Jurnal Ilmiah Pendidikan Agama Islam*, (Vol.10 No.2, 2018), 128-134