

MODUL PERKEMBANGAN MASA REMAJA

(KIP 112)

Materi 12

PERKEMBANGAN MASA REMAJA

Disusun Oleh

Prayogo Hadi Sulistio, M.Pd

UNIVERSITAS ESA UNGGUL

2018

**Perkembangan Masa Remaja**

1. **Pendahuluan**

Dalam modul ini menyajikan pembahasan tentang perkembangan masa remaja. Modul ini akan mengantarkan pembaca mempelajari hal-hal yang menjadi fokus perhatian dalam bidang psikologi. Kita sebagai manusia dari hari kehari selalu mengalami perkembangan yang akan terus berlanjut dari tahap ke tahap dan akan selalu berkesinambungan antara satu masa ke masa lainnya.perkembangan adalah suatu proses differensiasi, organogenesis dan diakhiri dengan terbentuknya individu baru yang lebih lengkap dan dewasa.perkembangan lebih bersifat kualitatif, dimana suatu organisme yang sebelumnya masih belum matang dalam sistem reproduksinya (dewasa), menjadi lebih dewasa dan matang dalam sistem reproduksinya sehingga dapat melakukan perkembangbiakan. perkembangan menunjukkan suatu proses tertentu, suatu proses menuju ke depan dan tidak begitu saja dapat diulang kembali selain itu perkembangan juga mencerminkan sifat-sifat yang khas mengenai gejala psikologis yang nampak dan berhubungan dengan proses belajar. Masa remaja merupakan masa dimana timbulnya berbagai kebutuhan dan emosi serta tumbuhnya kekuatan dan kemampuan fisik yang lebih jelas dan daya fikir menjadi matang. Namun masa remaja penuh dengan berbagai perasaan yang tidak menentu, cemas dan bimbang, dimana berkecambuk harapan dan tantangan, kesenangan dan kesengsaraan, semuanya harus dilalui dengan perjuangan yang berat, menuju hari depan dan dewasa yang matang.Peningkatan emosional yang terjadi secara cepat pada masa remaja awal yang dikenal dengan sebagai masa storm & stress.Peningkatan emosional ini merupakan hasil dari perubahan fisik yang terjadi pada masa remaja. Dari segi kondisi sosial, peningkatan emosi ini merupakan tanda bahwa remaja berada dalam kondisi baru yang berbeda dari masa sebelumnya.

Pada masa ini banyak tuntutan atau tekanan yang ditujukan pada remaja, misalnya mereka diharapkan untuk tidak lagi bertingkah seperti anak-anak, mereka harus lebih mandiri dan bertanggung jawab. Kemandirian dan tanggung jawab ini akan terbentuk seiring berjalannya waktu, dan akan nampak jelas pada remaja akhir yang duduk di awal-awal masa kuliah. Perubahan dalam hal yang menarik bagi dirinya dan hubungan dengan orang lain. Selama masa remaja banyak hal-hal yang menarik bagi dirinya dibawa dari masa kanak-kanak digantikan dengan hal menarik yang baru dan lebih matang. Hal ini juga dikarenakan adanya tanggung jawab yang lebih besar pada masa remaja, maka remaja diharapkan untuk dapat mengarahkan ketertarikan mereka pada hal-hal yang lebih penting. Perubahan juga terjadi dalam hubungan dengan orang lain. Remaja tidak lagi berhubungan hanya dengan individu dari jenis kelamin yang sama, tetapi juga dengan lawan jenis, dan dengan orang dewasa. Perubahan nilai, dimana apa yang mereka anggap penting pada masa kanak-kanak menjadi kurang penting karena sudah mendekati dewasa. Kebanyakan remaja menginginkan kebebasan, tetapi di sisi lain mereka takut akan tanggung jawab yang menyertai kebebasan tersebut, serta meragukan kemampuan mereka sendiri untuk memikul tanggung jawab tersebut.

**Kompetensi Dasar**

Mengetahui tentang perkembangan masa remaja dalam psikologi.

1. **Kemampuan Akhir yang Diharapkan**

1. Mensintesisikan perkembangan masa remaja yang mencakup pengertian, tahun-tahun masa remaha, tahap pubertas, tahap remaja putri, remaja masa kini dan aspek perkembangan.

1. **Kegiatan Belajar 1**

**Perkembangan Masa Remaja**

* 1. **Uraian dan contoh**

a. Perkembangan Masa Remaja

Seringkali orang mendefinisikan remaja sebagai periode transisi antara masa anak anak ke masa dewasa atau masa usia belasan tahun atau jika seseorang menunjukan tingkah laku seperti susah tidur, mudah teransang perasaannya dan sebagainya.tetapi mendefinisikan remaja tidaklah semudah itu, mendefinisikan remaja untuk masyarakat indonesia sama sulitnya dengan menetapkan definisi remaja secara umum.masalahnya adalah indonesia terdiri dari berbagai macam suku, adat dan tingkatan sosial ekonomi maupun pendidikan.jadi dapat dikatakan bahwa tidak ada profil remaja indonesia yang seragam dan berlaku secara nasional.

Kita bisa menggunakan batasan usia 11-24 tahun dan belum menikah untuk remaja indonesia dengan pertimbangan sebagai berikut : Usia 11 tahun adalah usia ketika tanda tanda seksual sekunder mulai tampak dan pada usia 11 tahun sudah dianggap akil balig baik menurut adat maupun menurut agama sehingga masyarakat tidak memperlakukan mereka lagi seperti anak anak serta pada usia tersebut sudah ada tanda penyempurnaan perkembangan jiwa seperti tercapainya identitas diri, tercapainya fase genital dari perkembangan psikoseksual dan tercapainya puncak perkembangan kognitif maupun moral sedangkan batas akhirnya adalah 24 tahun merupakan batas maksimal untuk memberikan mereka peluang sampai usia tersebut masih menggantungkan diri pada orang tua, belum mempunyai hak penuh sebagai orang dewasa.dengan kata lain orang orang yang sampai batas usia 24 tahun belum dapat memenuhi persyaratan kedewasaan secara soaial maupun psikologis masih dianggap seebagai remaja.Status perkawinan juga sangat menentukan, orang yang sudah menikah dapat diperlakukan sebagai orang dewasa penuh berapapun usianya baik secara hukum, masyarakat dan juga keluarga.jadi yang bisa dikatakan remaja disini adalah orang yang belum menikah

Sebagai seseorang yang dikatakan remaja ada sebuah tanggung jawab yang harus dilakukan remaja, harus adanya penyesuaian diri sebagai berikut :menerima dan mengintegrasikan pertumbuhan badannya dalam kepribadiannya**,** menentukan peran dan fungsi seksualnya yang adekuat (memenuhi syarat) dalam kebudayaan dimana ia berada**,** mencapai kedewasaan dengan kemandirian, kepercayaan diri dan kemampuan untuk menghadapi kehidupan, mencapai posisi yang diterima oleh masyarakat**,** mengembangkan hati nurani, tanggung jawab, moralitas dan nilai nilai yang sesuai dengan lingkungan dan kebudayaan**,** memecahkan problem problem nyata dalam pengalaman sendiri dan dalam kaitannya dengan lingkungan (Sarlito Wirawan Sarwono, 2010: 19).

Jadi setelah anak anak tumbuh menjadi remaja ada tanggung jawab dan ada norma norma yang harus mereka sesuaikan dengan usia mereka.mereka menyesuaikan bergantung kepada keadaan masyarakat sekitar dan apa yang masyarakat harapkan dari umur mereka yang sudah beranjak remaja itu.mereka diharapkan bisa menjadi lebih mandiri, menyesuaikan sifat dan prilakunya sesuai dengan usianya, mampu memikirkan nilai yang baik dimasyarakat yang tentang apa yang boleh dilakukan dan apa yang tidak boleh yang melanggar norma masyarakat setempat.

**B.**      **CIRI CIRI MASA PERKEMBANGAN REMAJA**

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa anak menuju masa dewasa.pada masa ini individu mengalami beberapa perubahan baik fisik maupun psikis.perubahan yang tampak jelas adalah perubahan fisik dimana tumbuh berkembang pesat mencapai bentuk tubuh orang dewasa yang disertai pula berkembangnya kapasitas refroduktif.selain itu remaja juga berubah secara kognotif dan mulai mampu berpikir abstrak seperti orang dewasa.pada periode ini pula remaja mulai melepaskan diri secara emosional dari orang tua dalam rangka menjalankan peran sosialnya yang baru sebagai orang dewasa.

Selain perubahan yang terjadi dalam diri remaja terdapat pula perubahan dalam lingkungan seperti sikap orang tua atau anggota keluarga lain, guru, teman sebaya, maupun masyarakat pada umumnya.kondisi ini merupakan reaksi terhadap pertumbuhan remaja.remaja dituntut untuk mampu menampilkan tingkah laku yang dianggap pantas atau sesuai bagi orang orang seusianya.ada perubahan baik didalam maupun diluar dirinya itu membuat kebutuhan remaja semakin meningkat terutama kebutuhan sosial dan kebutuhan psikologisnya.untuk memenuhi kebutuhan tersebut remaja memperluas lingkungan sosialnya diluar lingkungan keluarga, seperti lingkungan teman sebaya dan lingkungan masyarakat lain.

Seseorang bisa dikatakan sudah remaja jika ada sebuah perubahan atau perkembangan dalam diri manusia tersebut, perkembangan tersebut pasti mempunyai ciri ciri yang khusus baik itu berkembang dalam faktor biologis, psikologis maupun fisiologis. Zulkifli (2006: 65-67) mengemukakan bahwa ciri ciri seseorang sudah beranjak menjadi remaja adalah :

1)   Pertumbuhan fisik, Pertumbuhan fisik pada remaja mengalami perubahan dengan cepat, lebih cepat dibandingkan dengan masa anak-anak dan masa dewasa.

2)   Perkembangan seksual, Remaja mengalami perkembangan seksual yang kadang kadang menimbulkan masalah dan menjadi penyebab timbulnya perkelahian, bunuh diri, dan sebagainya. Tanda-tanda perkembangan seksual pada anak laki-laki di antaranya : alat produksi spermanya mulai berprodiksi, ia mengalami masa mimpi yang pertama, yang tanpa sadar mengeluarkan sperma. Sedangkan pada anak perempuan bila rahimnya sudah bisa dibuahi karena ia sudah mendapatkan menstruasi (datang bulan) yang pertama.

3)   Cara berpikir kausatif, yaitu cara pikir yang menyangkut hubungan sebab dan akibat. Remaja telah berfikir kritis sehingga ia akan melawan bila orang tua, guru, lingkungan, masih menganggapnya sebagai anak kecil.

4)   Emosi yang meluap-meluap, Keadaan emosi remaja masih labil karena erat hubungannya dengan keadaan hormon. Suatu saat ia bisa sedih sekali, di lain waktu ia bisa marah sekali, bahkan sedang senang-sengannya mereka mudah lupa diri. Sehingga emosi remaja lebih kuat dan lebih menguasai diri mereka daripada pikiran yang realistis.

5)   Mulai tertarik kepada lawan jenis, Secara biologis manusia terbagi atas dua jenis, yaitu laki-laki dan perempuan. Dalam kehidupan social remaja, mereka mulai tertarik pada lawan jenisnya dan mulai berpacaran.

6)   Menarik perhatian lingkungan, Pada masa ini remaja mulai mencari perhatian dari lingkungannya, berusaha mendapatkan status dan peranan seperti kegiatan remaja di kampung-kampung yang diberi peranan. Misalnya mengumpulkan dana atau sumbangan kampong, pasti ia akan melaksanakannya dengan baik. Bila ia tidak diberi peranan, ia akan melakukan perbuatan yang menarik perhatian masyarakat, bila perlu melakukan perkelahian atau kenakalan lainnya

7)   Terikat dengan kelompok, Remaja dalam kehidupan sosial sangat tertarik kepada kelompok sebayanya sehingga tidak jarang orang tua dinomorduakan sedangkan kelompoknya dinomorsatukan. Karena mereka merasa tidak dimengerti orang tuanya, dan lebih kepada sekelompok sebayanya yang lebih mengerti ia apalagi dalam pengalaman yang sama.

Jadi seseorang sudah bisa dikatakan remaja jika telah mengalami perubahan perubahan dan gejala gelaja seperti adanya perubahan pada bentuk fisik yang menonjol, adanya perubahan pada hasrat seksualitas, perubahan cara pikir yang lebih kritis yang sudah menggunakan sebab akibat, kondisi emosional yang masih labil, sudah mulai untuk jatuh cinta kepada lawan jenisnya, lebih cendurung ingin menarik perhatian masyarakat lebih ingin menjadi menonjol dan menjadi pusat perhatian dan ciri yang terakhir adalah mulai membentuk kelompok kelompok dengan teman sebayanya dengan tujuan agar bisa saling mengerti dan saling berbagi pengalaman.

**C.**      **FASE FASE MASA REMAJA**

Perkembangan remaja itu mengalami fase fase tertentu yang terus berlanjut dari masa ke masa yang akan terus berlanjut secara berkesinambungan yang didasarkan pada umur dan perubahan gejala gejala lainnya.menurut Hendriati Agustiani (2009:29) menyebutkan bahwa fase remaja dibagi menjadi tiga bagian yaitu :

1)   Masa Remaja Awal (12-15 tahun)

Pada masa ini individu mulai meninggalkan peran sebagai anak anak dan mulai berusaha mengembangkan diri sebagai individu yang unik dan tidak tergantung kepada orang tua.fokus dari tahap ini adalah penerimaan terhadap bentuk dan kondisi fisik serta adanya konformitas yang kuat dengan teman sebaya.

2)   Masa Remaja Pertengahan (15-18 tahun)

Masa ini ditandai dengan berkembangnya kemampuan berpikir yang baru.teman sebaya masih memiliki peran yang penting namun individu sudah mulai mampu mengarahkan diri sendiri (self-directed).pada masa ini remaja mulai mengembangkan kematangan tingkah laku, belajar mengendalikan implusivitas dan membuat keputusan keputusan awal yang berkaitan dengan tujuan vokasional yang ingin dicapai.selain itu penerimaan dari lawan jenis menjadi penting bagi individu.

3)   Masa Remaja Akhir (19-22 tahun)

Masa ini ditandai oleh persiapan akhir untuk memasuki peran peran orang dewasa.selama periode ini remaja berusaha memantapkan tujuan vokasional dan mengembangkan sense of personal identity.keinginan yang kuat untuk menjadi matang dan diterima dalam kelompok teman sebaya dan orang dewasa, juga menjadi ciri dari tahap ini.

Jadi masa remaja juga terbagi menjadi fase fase tertentu semua fase itu dibedakan dari perubahan dalam cara pikir dan bersikap ada yang membedakan antar cara berpikir anak remaja awal, anak remaja pertengahan dan anak remaja akhir.pada masa remaja awal adalah perubahan dari seorang anak beranjak menjadi seorang remaja yang nantinya seorang anak itu akan meninggalkan perannya dan mulai menjadi pribadi yang lebih unik.sedangkan remaja pertengahan adalah ciri yang yang khusus adalah adanya perkembangan dalam cara berpikir, mulai mengembangkan kematangan tingkah laku serta akan mulai menetukan tujuan apa yang harus dia capai untuk hidupnya dan masa yang terakhir adalah masa remaja akhir, remaja akhir sudah siap dalam memasuki peran peran orang dewasa dan sudah memantapkan tujuan hidupnya serta sudah mengembangkan kemampuannya agar dapat diterima dilingkungan masyarakat.jadi itulah pembagian masa masa remaja dengan perubahan perubahan pola pikir yang mereka miliki.

Selain dibagi dalam fase remaja awal, remaja pertengahan dan juga remaja akhir.setiap fase mempunyai sebuah ciri khas yang sangat mencolok seperti yang dikemukakan oleh (Muhammad Al-Mighwar, 2006: 68-74) bahwa ciri ciri khas remaja awal adalah tidak stabilnya emosi, lebih menonjolnya sikap dan moral, mulai sempurnanya kemampuan mental dan kecerdasan, serta masih membingungkan status, banyaknya masalah yang dihadapi dan sebagai masa yang kritis sedangkan remaja akhir cirinya adalah mulai stabil dalam emosi maupun mental, lebih realistis dalam segala hal, lebih matang dalam menghadapi masalah dan lebih tenang perasaannya.

Jadi dapat ditarik kesimpulan perbedaan yang sangat menonjol antara masa remaja awal dan akhir adalah dalam hal kestabilan emosinya, remaja awal sangat masih belum stabil baik dalam kestabilan emosi, sikap dan juga mental sangat berbeda dengan masa remaja akhir yang emosi, sikap dan juga mentalnya mulai stabil.remaja akhir menjadi lebih matang dan juga lebih tenang dalam menghadapi semua masalahnya.

**D.  Perkembangan Masa Remaja**

Faktor-faktor yang mempengaruhi proses perkembangan individu :

**1.    Faktor- faktor Endogen (internal)**

Faktor endogen ini sudah ada sejak saat kelahiran, bahkan sejak permulan pertumbuhan benih menjadi janin, sehingga disebut faktor hereditas (keturunan) yang langsung diwarisi anak dari orag tua.

Faktor endogen akan memperlihatkan hubngan baik individuan ataupun ontologis.

a.       Faktor endogen individual : semua sifat, bakat, kemampuan dalam bentuk potensi, proses perkembangan dan kcepatannya ditentukan oleh susunan gen (pembawa keturunan) didalam kromosom.

Setiap gen menentukan suatu ciri khas misalnya rambut keriting asli, bentuk hidung, warna kulit. Variasi kromosom yang menyebutkan terbentuknya sifat diluar garis keturunan, mungkin menyebabkan cacat tubuh atau mental yang disebut cacat kongenital (bawaan)

Bakat-bakat kemampuan intelegensi dan potensi lainnya sebagai pembekalan dasar merubahan bahan mental. Pengolahan bahan mentah ini ditentukan oleh faktor krturunan individu dan faktor berasal dari luar individu yakni lingkungan.

b.      Faktor endogen umum yang bersifat ontologis dan individul adalah faktor kematangan. Faktor ini berada pada manusia dan hewan. Proses prencanaan kematangan menentukan saat timbulnya suatu percakapan baru, tanpa adanya proses blajar dan latihan sebelumnya misalnya bayi dapat berjalan bila sudah mencapai saat kematangan berjalan.

Bertumbuhan fisik sebagian besar bergantung dari faktor kematangan : misalnya seorang anak diberi makanan banyak nilai gizi ternyata ia tetap bertubuh kecil. Tetapi pada waktu ia mencapai umur kematangan tertentu, ia mengalami penambahan tinggi dan berat badan yang tidak disangka-sangka.

**2.    Faktor Eksogen ( eksternal)**

Faktor eksogen dpat dibagi menjadi :

a.       Lingkungan (*enviroment)* : lingkungan disekitar individu turut mempengaruhi proses perkembangan remaja, lingungan dalam proses perkembangan diantaranya adalah lingkungan keluarga, lingkungan sosial, lingkungan geografis dan lingkungan sekolah.

b.      Makanan : secara tidk langsung makanan mempengaruhi kepribadian.

Makanan mempengaruhi perkembangan fisik dan penampilannya, secara khusus pada masa remaja kebutuhan makanan meningkat sesuai dengan pertubuhan fisiknya. Pandangan dan penilaian orang lain terhadap keadaan fisik remaja akan menyebabkan remaja membentuk gambaran mengenai dirinya.

Penilaian orang lain yang dapat diterima tidak menimbulkan perasaan kurang pada dirinya, hingga berusaha menutupi kekurangannya dengan berbagai cara mekanisme pertahanan (*defence mechanism)* yang diwujudkan dalam kepribadiannya misalnya penilain mengenai benuk hidung, pinggul, buah dada dan lain sebagainya.

c.       Belajar

Belajar dapat mempengaruhi perkembangan seseorang remaja. Belajar yang sistematik dipersiapkan bergantung dari banyak faktor, antara lain : faktor-faktor pengalaman dan kesempatan, makin luas kesempatan dan pengalaman makin banyak di pelajarinya dan memperbaiki hasil perkembangannya.

Masa remaja meupakan suatu masa belajar yang luas meliputi bidang intelegentif, sosial maupun lain-lain yang berhubungan dengan kepribadiannya. Tugas perkembangan berinti belajar harus dimulai sedini mungkin untuk diteruskan pada masa-masa berikutnya supaya dia siap memasuki masa dewasa. Yang dimaksud dengan perkembangan adalah perubahan yang terjadi pada rentang kehidupan. Perubahan itu dapat terjadi secara kuantitatif dan kualitatif. Perkembangan dalam kehidupan manusia terjadi pada aspek yang berbeda. Ada 3 aspek perkembangan yaitu : perkembangan fisik, perkembangan kognitif, dan perkembangan kepribadian dan sosial. Perkembangan fisik yang dimaksud adalah perubahan-perubahan pada tubuh, otak, kapasitas sensoris dan ketrampilan motorik. Perubahan pada tubuh ditandai dengan pertambahan tinggi dan berat tubuh, pertumbuhan tulang dan otot dan kematangan organ seksual dan fungsi reproduksi. Tubuh remaja mulai beralih dari tubuh anak-anak yang cirinya adalah pertumbuhan menjadi tubuh orang dewasa yang cirinya adalah kematangan.

Perkembangan kognitif, menurut Piaget seorang remaja termotivasi untuk memahami dunia karena perilaku adaptasi secara biologis mereka. Remaja sudah mampu membedakan antara hal-hal atau ide-ide yang lebih penting dibanding ide lainnya. Perkembangan kognitif adalah kemampuan mental seperti belajar, memori, menalar, berfikir dan bahasa. Piaget mengemukakan bahwa pada masa remaja terjadi kematangan kognitif yaitu interaksi dari struktur otak yang telah sempurna dan lingkungan sosial yang semakin luas untuk eksperimentasi remaja berfikir abstrak. Tahap ini, disebut sebagai tahap operasi formal. Perkembangan kepribadian dan sosial. Yang dimaksud dengan perkembangan kepribadian adalah perubahan cara individu berhubungan dengan dunia dan menyatakan emosi secara unik, sedangkan perkembangan sosial berarti perubahan dalam berhubungan dengan orang lain. Perkembangan kepribadian yang penting pada masa remaja adalah pencarian identitas diri. Perkembanagan sosial pada masa remaja lebih melibatkan kelompok teman sebaya disbanding orang tua. Pada diri remaja, pengaruh lingkungan dalam menentukan perilaku diakui cukup kuat. Kebanyakan penentuan diri remaja dalam berperilaku dipengaruhi oleh kelompok teman sebaya.

**E.    Tugas-Tugas Perkembangan Remaja**

Robert Y. Havighurst menyebutkan bahwa tugas perkembangan remaja yaitu:

1. Mencapai hubungan sosial yang matang dengan teman-teman sebayanya, baik dengan teman-teman sejenis maupun jenis kelamin lain.
2. Dapat menjalankan peranan-peranan sosial menurut jenis kelamin masing-masing.
3. Menerima kenyataan jasmaniah serta menggunakannya seefektif mungkin dengan perasaan puas.
4. Mencapai kebebasan emosional dari orangtua atau orang dewasa lainnya.
5. Mencapai kebebasan ekonomi.
6. Memilih dan mempersiakan diri untuk pekerjaan atau jabatan artinya belajar memilih satu jenis pekerjaan sesuai dengan bakat dan mempersiapkan diri untuk pekerjaan tersebut.
7. Mengembangkan kecakapan intelektual serta konsep-konsep yang diperlukan untuk kepentingan hidup bermasyarakat.

Pendapat lain diungkapkan oleh William Kay bahwa tugas-tugas dari perkembangan remaja yang lainnya yaitu:

1. Menerima fisiknya sendiri dan keragaman kualitasnya
2. Mencapai kemandirian emosional dari orangtua atau figur-figur yang mempunyai otoritas.
3. Mengembangkan ketrampilan komunikasi interpersonal dan bergaul dengan taman sebaya atau orang lain, baik secara individual maupun kelompok.
4. Memperkuat *self control*.

**F.    Masalah dan Bahaya Pada Masa remaja**

Problema remaja adalah masalah-masalah yang dihadapi oleh para remaja sehubungan dengan adanya kebutuhan-kebutuhan mereka dalam rangka penyesuaian diri terhadap lingkungannya. Problema remaja ada yang mudah dan dapat dipecahkan sendiri, ada juga masalah yang timbul sulit dipecahkannya, sehingga dalam penyelesaiannya memerlukan bantuan para pendidik dan orang tua. Secara garis besar, masalah yang dihadapi oleh kaum remaja sebagai berikut:

**1.    Masalah yang menyangkut jasmani**

Pada permulaan masa remaja (13-16 th), terjadi pertumbuhan jasmani yang cepat dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, tubuhnya segera menyerupai orang dewasa dalam masa yang relatif singkat. Salah satu masalah yang menyangkut jasmani adalah perubahan badan luar dan dalam yang terjadi cepat menyebabkan remaja tersebut perlu menambah porsi makannya agar badannya tetap sehat, bertumbuhnya secara wajar dan sehat. Akan tetapi terkadang para orang tua tidak mengerti akan hal ini, sehingga menyebabkan orang tua marah. Bila makanan ekstra tidak di dapatnya dirumah, maka ia tentu menambahnya di luar dengan cara jajan. Perubahan tersebut apabila tidak dipahami oleh remaja akan menimbulkan keresahan dan ketakutan pada dirinya. Ia akan berprasangka, jangan-jangan ia akan tumbuh menjadi tidak tampan atau tidak cantik dan berkelainan.

**2.    Masalah hubungan dengan orang tua**

Yang sering menimbulkan kekecewaan remaja terhadap orang tuanya adalah, kurangnya pengertian orang tua terhadap perubahan yang dilaluinya. Orang tua cenderung masih memperlakukannya seperti anak-anak, yaitu memerintah, melarang, mencampuri urusannya, terlalu banyak memperingati dan menasehati. Kadang-kadang orang tua juga memperlakukannya seperti orang dewasa, karena tubuhnya telah menyerupai orang dewasa. Selain itu, kerukunan dan keharmonisan keluarga juga mempengaruhi perkembangan remaja.

**3.     Masalah hari depan**

Setelah pertumbuhan jasmani cepat mereda dan pertumbuhan kecerdasan dapat dikatakan telah selesai pada umur 16 atau 17 th, maka remaja merasa bahwa tubuhnya seperti orang dewasa dan kemampuan untuk berfikir logis telah matang. Dia mulai memikirkan hari depannya. Sering kita dengar remaja mengeluh menyatakan bahwa hari depannya suram, tidak jelas, mau jadi apa ia nantinya, dimana ia akan bekerja dan sebagainya.

**4.    Masalah sosial**

Remaja, terutama bagi remaja akhir (17-21) tahun perhatiannya terhadap kedudukannya dalam lingkungan masyarakat khususnya dilingkungan remaja itu sangat besar. Ia ingin diterima oleh kawan-kawannya dan merasa sedih bila dikucilkan dari kelompok temannya. Oleh karena itu ia meniru tingkah laku, pakaian, sikap dan tindakan teman-temannya. Kadang-kadang remaja dihadapkan pada pilihan yang sangat berat, apakah ia mematuhi orang tuanya dan meninggalkan pergaulannya dengan teman-temannya, ataukah hanyut dalam pergaulan yang menyenangkan dan meninggalkan orang tuanya.

**5.    Masalah akhlak**

Belakangan ini kita melihat kelakuan remaja semakin mencemaskan. Disana-sini terdengar macam-macam kenakalan, perkelahian, penyalah gunaan narkoba, kehilangan semangat untuk belajar dan ketidakpatuhan terhadap orang tua serta peraturan. Keadaan seperti ini dapat dikatakan tidak adanya ketenangan jiwa, kegoncangan jiwa akibat kekecewaan, kecemasan atau ketidakpuasan terhadap kehidupan.demi mencari ketenangan jiwa atau untuk mengembalikan kestabilan jiwanya mereka menempuh berbagai model kelakuan seperti diatas.

**G. Ciri-Ciri Perkembangan Remaja**

Perkembangan remaja terlihat pada ciri-ciri sebagai berikut (Widyastuti, 2009) :

1. **Perkembangan Biologis**

Perubahan fisik pada pubertas merupakan hasil aktifitas hormonal dibawah pengaruh sistem saraf pusat. Perubahan fisik yang sangat jelas tampak pada pertumbuhan peningkatan fisik dan pada penampakan serta perkembangan karakteristik seks sekunder.

1. **Perkembangan Psikologis**

Teori psikososial tradisional menganggap bahwa kritis perkembangan pada masa remaja menghasilkan terbentuknya identitas. Pada masa remaja mereka mulai melihat dirinya sebagai individu yang lain.

1. **Perkembangan Kognitif**

Berfikir kognitif mencapai puncaknya pada kemampuan berfikir abstrak. Remaja tidak lagi dibatasi dengan kenyataan dan aktual yang merupakan ciri periode konkret, remaja juga memerhatikan terhadap kemungkinan yang akan terjadi.

1. **Perkembangan Moral**

Anak yang lebih muda hanya dapat menerima keputusanatau sudut pandang orang dewasa, sedangkan remaja, untuk memperoleh autonomi dari orang dewasa mereka harus menggantikan seperangkat moral dan nilai mereka sendiri.

1. **Perkembangan Spiritual**

Remaja mampu memahami konsep abstrak dan menginterpretasikan analogi serta simbol-simbol. Mereka mampu berempati, berfilosofi dan berfikir secara logis.

1. **Perkembangan Sosial**

Remaja harus membebaskan diri mereka dari dominasi keluarga dan menetapkan sebuah identitas yang mandiri dari kewenangan keluarga. Masa remaja adalah masa dengan kemampuan bersosialisasi yang kuat terhadap teman dekat dan teman sebaya.

**3.2. Aspek-Aspek Perkembangan Pada Masa Remaja**

1.   Perkembangan Fisik

Sebagaimana yang dikutip oleh Desmita, menurut Sarwono, perubahan-perubahan fisik merupakan gejala primer dalam pertumbuhan masa remaja, yang berdampak terhadap perubahan-perubahan psokologis. Selain itu, Zigler dan Stevenson berpendapat bahwa, “Baik anak laki-laki maupun anak perempuan mengalami pertumbuhan fisik yang cepat, yang disebut growth spurt atau percepatan pertumbuhan, di mana terjadi perubahan dan percepatan pertumbuhan di seluruh bagian dan dimensi badan.” Dan menurut Diamond yang juga dikutip oleh Desmita, pertumbuhan cepat bagi anak perempuan terjadi dua tahun lebih awal dari anak laki-laki. Umumnya anak perempuan mulai mengalami pertumbuhan cepat pada usia 10,5 tahun dan anak laki-laki pada usia 12,5 tahun.

Bagi keduanya, pertumbuhan ini berlangsung selama kira-kira dua tahun.

**Perkembangan fisik pada remaja meliputi beberapa hal, yaitu:**

a.    Perubahan dalam Tinggi dan Berat Badan

Menurut Zigler dan Stevenson sebagaimana yang dikutip oleh Desmita, tinggi rata-rata anak laki-laki dan perempuan pada usia 12 tahun adalah sekitar 59 atau 60 inci. Akan tetapi, pada usia 18 tahun tinggi rata-rata remaja lelaki adalah 69 inci, sedangkan tinggi rata-rata remaja perempuan hanya 64 inci. Tingkat pertumbuhan tertinggi terjadi pada usia sekitar 11 atau 12 tahun untuk anak perempuan dan dua tahun kemudian untuk anak laki-laki. Sedangkan menurut Malina sebagaimana yang juga dikutip oleh Desmita, percepatan pertumbuhan badan juga terjadi dalam penambahan berat badan, yakni sekitar 13 kg bagi anak laki-laki dan 10 kg bagi anak perempuan. Meskipun berat badan juga mengalami peningkatan selama masa remaja, namun ia lebih mudah dipengaruhi, seperti melalui diet, latihan dan gaya hidup umumnya. Oleh karena itu, perubahan berat lebih sedikit dapat diramallkan dibandingkan dengan tinggi.

b.    Perubahan dalam Proporsi Tubuh

Seiring dengan pertambahan tinggi dan berat badan, percepatan pertumbuhan selama masa remaja juga terjadi pada proporsi tubuh. Bagian-bagian tubuh tertentu yang sebelumnya terlalu kecil, pada masa remaja menjadi terlalu besar. Hal ini terlihat jelas pada pertumbuhan tangan dan kaki, yang sering terjadi tidak proporsional. Selain itu perubahan juga terjadi pada ciri-ciri wajah, di mana wajajh anak-anak mulai menghilang, seperti dahi yang semula sempit menjadi lebih, mulut melebar dan bibir menjadi lebih penuh. Di samping itu, dalam perubahan struktur kerangka, terjadi percepatan pertumbuhan otot, sehingga mengakibatkan terjadinya pengurangan jumlah lemak dalam tubuh. Perkembangan otot dari kedua jenis kelamin terjadi denganc cepat ketika tinggi meningkat. Akan tetapi, perkembangan otot anak laki-laki lebih cepat dan mereka memiliki lebih banyak jaringan otot, sehingga anak laki-laki lebih kuat dari anak perempuan.

c.    Perubahan Pubertas

Pubertas adalah suatu peride di mana kematangan kerangka dan seksual terjadi dengan pesat terutama pada awal masa remaja. Kematangan seksual merupakan suatu rangkaian dari perubahan-perubahan yang terjadi pada masa remaja yang ditandai dengan perubahan pada ciri-ciri seks primer dan sekunder.

d.    Perubahan Ciri-ciri Seks Primer

Ciri-ciri seks primer menunjuk pada organ tubuh yang secara langsung berhubungan dengan proses reproduksi. Ciri-ciri ini berbeda antara anak laki-laki dan perempuan. Ciri-ciri pada anak laki-laki ditandai dengan mimpi basah sedangkan pada anak perempuan ditandai dengan menstruasi.

e.    Perubahan Ciri-ciri Seks Sekunder

Ciri-ciri sekunder adalah tanda-tanda jasmaniah yang tidak langsung berhubungan dengan proses reproduksi, namun merupakan tanda-tanda yang membedakan antara laki-laki dan perempuan. Contoh perubahan ciri-ciri seks sekunder pada anak laki-laki, yakni tumbuh kumis dan suara menjadi berat, sedangkan pada anak perempuan contohnya seperti pinggul membesar.  
Kelima perubahan fisik tersebut merupakan perubahan yang bersifat eksternal. Namun perkembangan fisik pada remaja tidak hanya bersifat eksternal saja, melainkan secara internal pun juga mengalami perubahan. Perubahan internal ini meliputi:

a.    Sistem Pencernaan

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

b.    Sistem Peredaran Darah

Jantung tumbuh pesat selama masa remaja. Pada usia 17 atau 18 tahun, berat jantung menjadi 12 kali lipat beratnya dari waktu lahir. Selain itu, panjang dan tebal dinding pembuluh darah meningkat dan mencapai tingkat kematangan bilamana jantung sudah matang.

c.    Sistem Pernapasan

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

d.    Sistem EndokrinKegiatan gonad yang meningkat pada masa puber menyebabkan ketidakseimbangan sementara dari seluruh sistem endokrin pada awal masa puber.

e.    Jaringan Tubuh

Perkembangan kerangka berhenti rata-rata pada usia 18 tahun. Jaringan, selain tulang terus berkembang sampai tulang mencapai ukuran matang, khususnya bagi perkembangan jaringan otot.

2.   Perkembangan Kognitif

Dalam bukunya yang berjudul Psikologi Perkembangan, Desmita mengutip beberapa pendapat dari para ahli. Di antaranya Mussen, Conger dan Kagan, yang menyatakan bahwa masa remaja adalah suatu periode kehidupan di mana kapasitas untuk memperoleh dan menggunakan pengetahuan secara efisien mencapai puncaknya. Kemudian Carol dan David R menambahkan bahwa hal tersebut dikarenakan selama periode remaja ini, proses pertumbuhan otak mencapai kesempurnaan. Sistem saraf yang berfungsi memproses informasi berkembang dengan cepat. Di samping itu, pada masa remaja juga terjadi reorganisasi lingkaran saraf prontal lobe (belahan otak bagian depan sampai pada belahan atau celah sentral).

Prontal lobe ini berfungsi dalam aktivitas kognitif tingkat tinggi, seperti kemampuan mengambil keputusan. Sejalan dengan hal tersebut, Myers pun menambahkan bahwa perkembangan prontal lobe sangat berpengaruh terhadap kemampuan kognitif remaja, sehingga meraka mengembangkan kemampuan penalaran yang memberinya suatu tingkat pertimbangan moral dan kesadaran sosial yang baru. Di samping itu, sebagai anak muda yang telah memiliki kemampuan memahami pemikirannya sendiri dan orang lain, remaja mulai membayangkan apa yang dipikirkan oleh orang tentang dirinya. Ketika kemampuan kognitif mereka mencapai kematangan, kebanyakan anak remaja mulai memikirkan tentang apa yang diharapkan dan melakukan kritik terhadap masyarakat mereka, orang tua mereka dan bahkan teradap kekurangan diri mereka sendiri.

Kemudian, dengan kekuatan baru dalam penalaran yang dimilikinya, menjadikan remaja mampu membuat pertimbangandan melakukan perdebatan sekitar topik-topik abstrak tentang manusia, kebaikan dan kejahatan, kebenaran dan keadilan. Kalau masa awal anak-anak (ketika mereka baru memiliki kemampuan berpikir simbolik) Tuhan dibayangkan sebagai seseorang yang berada di awan, maka pada masa remaja mereka mungkin berusaha mencari sebuah konsep yang lebih mendalam tentang Tuhan dan eksistensi.

3.   Perkembangan Emosi

Masa remaja merupakan puncak emosionalitas, yaitu perkembangan emosi yang tinggi. Pertumbuhan fisik, terutama organ-organ seksual mempengaruhi berkembanganya emosi atau perasaan-perasaan dan dorongan-dorongan baru yang belum pernah dialami sebelumnya, seperti perasaan cinta, rindu dan keinginan untuk berkenalan lebih intim dengan lawan jenis. Pada usia remaja awal, perkembangan emosinya menunjukkan sifat yang sensitif dan reaktif yang sangat kuat terhadap berbagai peristiwa atau situasi sosial, emosinya bersifat negatif dan temperamental (mudah tersinggung atau marah serta mudah sedih atau murung), sedangkan remaja akhir sudah mampu mengendalikan emosinya.

4.    Perkembangan Kognisi Sosial

Pada masa remaja berkembang “social cognition”, yaitu kemampuan untuk memahami orang lain. Remaja memahami orang lain sebagai individu yang unik, baik menyangkut sifat-sifat pribadi, minat nilai-nilai maupun perasaannya. Pemahamannya ini, mendorong remaja untuk menjalin hubungan sosial yang lebih akrab dengan mereka (terutama teman sebaya), baik melalui jalinan persahabatan maupun percintaan. Sedangkan menurut Dacey dan Kenny sebagaimana yang dikutip oleh Desmita, yang dimaksud dengan kognisi sosial adalah kemampuan untuk berpikir secara kritis mengenai isu-isu dalam hubungan interpersonal, yang berkembang sejalan dengan usia dan pengalaman , serta berguna untuk memahami orang lain dan menentukan bagaimana melakukan interaksi dengan mereka.

5.    Perkembangan Moral

Melalui pengalaman atau berinteraksi sosial dengan orang tua, guru, teman sebaya atau orang dewasa lainnya, tingkat moralitas remaja sudah lebih matang jika dibandingkan dengan usia anak. Mereka sudah lebih mengenal tentang nilai-nilai moral atau konsep-konsep moralitas, seperti kejujuran, keadilan, kesopanan dan kedisiplinan.  
Pada masa ini muncul dorongan untuk melakukan perbuatan-perbuatan yang dapat dinilai baik oleh orang lain. Remaja berperilaku bukan hanya untuk memenuhi kepuasan fisiknya, tetapi psikologis (rasa puas dengan adanya penerimaan dan penilaian positif dari orang lain tentang perbuatannya).

6.    Perkembangan Kepribadian

Fase remaja merupakan saat yang paling penting bagi perkembangan dan integrasi kepribadian. Di mana kepribadian merupakan sistem yang dinamis dari sifat, sikap dan kebiasaan yang menghasilkan tingkat konsistensi respons individu yang beragam. Sifat-sifat kepribadian mencerminkan perkembangan fisik, seksual, emosional, sosial, kognitif dan nilai-nilai. Masa remaja merupakan saat berkembangnya identity (jati diri). Perkembangan “identity” merupakan isu sentral pada masa remaja yang memberikan dasar bagi masa dewasa.  Dalam psikologi, konsep identitas pada umumnya merujuk kepada suatu kesadaran akan kesatuan dan kesinambungan pribadi, serta keyakinan yang relatif stabil sepanjang rentang kehidupan sekalipun terjadi berbagai perubahan. Dalam psikologi perkembangan, pembentukan identitas merupakan tugas utama dalam perkembangan kepribadian yang diharapkan tercapai pada akhir masa remaja. Selama masa remaja ini, kesadaran akan identitas menjadi lebih kuat, karena itu ia berusaha mencari identitas dan mendefinisikan kembali “siapakah” ia saat itu dan akan menjadi “siapakah” atau menjadi “apakah” ia pada masa yang akan datang.

7.    Perkembangan Kesadaran Agama

Kemampuan berpikir abstrak remaja memungkinkannya untuk dapat mentransformasikan keyakinan beragamanya. Dia dapat mengapresiasi kualitas keabstrakan Tuhan sebagai Maha Adil, Maha Kasih Sayang. Berkembangnya kesadaran atau keyakinan beragama, seiring dengan mulainya remaja menanyakan atau mempermasalahkan sumber-sumber otoritas dalam kehidupan, seperti pertanyaan “Apakah Tuhan Maha Kuasa, mengapa masih terjadi penderitaan dan  kejahatan di dunia ini?”

**2. Latihan**

a. Jawablah latihan soal di bawah ini sesuai petunjuk!

1. Jelaskan ciri-ciri masa perkembangan remaja?
2. Jelaskan aspek-aspek perkembangan masa remaja ?
3. Jelaskan fase-fase remaja?

b. Petunjuk Latihan

Untuk menjawab latihan a silahkan membaca kegiatan belajar 1 butir a tentang pengertian filsafat menurut asal katanya,sedangkan latihan b dan c dapat dijawab dengan mempelajari kegiatan belajar 1 butir b.Latihan d dapat diselesaikan dengan memahami delapan jalan kebenaran menurut Sidharta seperti diuraikan pada kegiatan belajar butir c.

**3. Rangkuman**

Siapakah remaja itu, Kita bisa menggunakan batasan usia 11-24 tahun dan belum menikah untuk remaja indonesia dengan pertimbangan usia 11 tahun adalah usia ketika tanda tanda seksual sekunder mulai tampak serta pada usia tersebut sudah ada tanda penyempurnaan perkembangan jiwa seperti tercapainya identitas diri, tercapainya fase genital dari perkembangan psikoseksual dan tercapainya puncak perkembangan kognitif maupun moral sedangkan batas akhirnya adalah 24 tahun merupakan batas maksimal untuk memberikan mereka peluang sampai usia tersebut masih menggantungkan diri pada orang tua, belum mempunyai hak penuh sebagai orang dewasa.dengan kata lain orang orang yang sampai batas usia 24 tahun belum dapat memenuhi persyaratan kedewasaan secara sosial maupun psikologis masih dianggap sebagai remaja.Status perkawinan juga sangat menentukan, orang yang sudah menikah dapat diperlakukan sebagai orang dewasa penuh berapapun usianya baik secara hukum, masyarakat dan juga keluarga.jadi yang bisa dikatakan remaja disini adalah orang yang belum menikah

Seseorang bisa dikatakan remaja jika mengalami ciri ciri seperti adanya pertumbuhan dalam fisik , perkembangan seksual, perkembangan emosi , perkembangan dalam cara pikir, emosi yang masih labil dan meluap luap, mulai adanya ketertarikan dengan lawan jenisnya, sudah mulai ingin menonjol dan ingin menarik perhatian lingkungan agar bisa menjadi pusat perhatian dan muai terikat dengan kelompok kelompok atau persatuan persatuan dengan tujuan agar bisa saling mengerti dan saling berbagi pengalaman dan juga mencari pengalaman pengalaman baru.

Sedangkan masa remaja di bagi menjadi tiga masa yaitu masa remaja awal, masa remaja pertengahan dan masa remaja akhir.setiap fase itu mengalami perubahan yang berbeda beda terutama pada perkembangan cara pikir dan tindakan.masa remaja akhir merupak seorang anak yang baru akan mulai beranjak menjadi orang dewasa yang merupakan permulaan dan dia akan mulai mengembangkan dirinya menjadi lebih unik lagi.setelah masa remaja awal dilanjutkan dengan masa remaja pertengahan, masa remaja pertengahan ditandai dengan mulai berkembangnya kemampuan berpiki yang baru, mampu mengarahkan diri sendiri dan juga sudah memiliki kematangan dalam tingkah laku serta sudah membuat keputusan keputusan awal tentang tujuan yang ingin ia capai dalam hidupnya.masa remaja akhir, anak remaja akhir sudah mulai mempersiapkan diri dalam memasuki peran orang dewasa, mereka mulai memantapkan tujuan dan mengembangkan kemampuan diri mereka.tujuan akhi dari masa remaja akhir adalah agar mereka bisa diterima dilingkungan masyarakat baik itu keluarga maupun teman sebaya.

**4. Tes Formatif**

Pilihlah salah satu jawaban yang paling benar!

1. Aspek-aspek perkembangan masa remaja?

A. Perkembangan emosi

B. Perkembangan Kebahagiaan

C. Perkembangan Kasmaran

D. Perkembangan Kegelisahan

2. Aspek perkembangan fisik remaja pada laki-laki ?

A.Terjadi awal perubahan nada suara

B.Bulu badan menjadi berwarna putih

C.Bau badan

D.Bau mulut

3. Aspek perkembangan fisik remaja pada wanita ?

A. Terjadi haid/menstruasi

B. Bau badan

C. Bau mulut

D. Beruban

4. Asal kata remaja berasal dari bahasa?

A.latin

B.inggris

C.london

D.jawa

5. adolescence artinya adalah ?

A.tumbuh kearah kematangan

B.tidak berkembang

C.menyimpang

D.emosi

**5. Umpan Balik dan Tindak Lanjut**

Cocokkan jawaban diatas dengan kunci jawaban tes formatif 1 yang ada dibagian akhir modul ini.Ukurlah tingkat penguasaan materi kegiatan belajar 1 dengan rumus sebagai berikut:

Tingkat penguasaan= (Jumlahjawabanbenar:6)x100%

Arti tingkat penguasaan yang diperoleh adalah:

Baik Sekali = 90-100%

Baik = 80 - 89 %

Cukup = 70 – 79 %

Kurang = 0 – 69 %

Bila tingkat penguasan mencapai 80 % ke atas, silahkan melanjutkan ke Kegiatan

Belajar 2.Bagus. Namun bila tingkat penguasaan masih di bawah 80 % harus mengulangiKegiatan Belajar 1 terutama pada bagian yang belum dikuasai.

1. **Kegiatan Belajar 2**
   1. Uraian dan contoh

text

* 1. Latihan

text

* 1. Rangkuman

text

* 1. Tes Formatif

text

* 1. Umpan Balik dan Tindak Lanjut

text

1. **Kegiatan Belajar 3**
   1. Uraian dan contoh

text

* 1. Latihan

text

* 1. Rangkuman

text

* 1. Tes Formatif

text

* 1. Umpan Balik dan Tindak Lanjut

text

1. **Kunci Jawaban**
   1. Tes formatif 1

1) a

2) a

3) a

4) a

5) a

* 1. Tes formatif 2

Text

* 1. Tes formatif 3

text

1. **Daftar Pustaka**

Agustian, Hendriati. (2009). *Psikologi Perkembangan (Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri pada Remaja).* Bandung: Refika Aditama.

Mighwar, Muhammad. (2006). *Psikologi Remaja.* Bandung: Pustaka Setia

Sarwono, W Sarlito. (2010).  *Psikologi Remaja.* Jakarta: Raja Grafindo Persada

Zulkifli. (2006). *Psikologi Perkembangan.* Bandung: Remaja Rosdakarya

<https://sutisnadoank.wordpress.com/tag/perkembangan-masa-remaja/> diakses 09 oktober 2018

https://www.trendilmu.com/2015/09/pengertian-tahapan-ciri-ciri-remaja.html# diakses 09 oktober 2018

<http://ranahpai.blogspot.com/2015/11/aspek-aspek-perkembangan-anak-usia.html> diakses 09 oktober 2018