

**PERKEMBANGAN REMAJA
(Suatu Tinjauan Psikologis)**

Oleh:
Sahadir Nasution¹

Abstract

Teenagers are period that need so many attentions on the scientist because they have characters and uniqueness and they do affect behaviors and actions. To them, we give hope and in the other hand they can be as the target goes to the problem. Those are depending on their environment. Edication in their family, schools and society must be covered in a good condition and positively and they must belong to the knowladge and action related to their religion.

Keywords: Teenegers and their Growing up.

¹ Sahadir Nasution adalah Dosen Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Padangsidempuan

Pendahuluan

Salah satu diantara faktor yang mendasari perbedaan tahap perkembangan yang sedang dilalui oleh manusia sesuai dengan periodisasi perkembangannya, periodisasi itu meliputi masa kanak-kanak, remaja, dewasa dan masa lanjut usia.

Remaja merupakan masa yang banyak mendapat perhatian para ahli karena mempunyai ciri-ciri dan keistimewaan yang sangat mempengaruhi sikap dan tindakannya, kepada remaja ditujukan berbagai harapan dan disisi lain remaja juga sering menjadi pembicaraan dan sasaran dalam hal terjadinya masalah-masalah sosial.

Disamping itu masa remaja merupakan masa yang strategis dalam pembinaan dan pengembangan nilai-nilai termasuk pembinaan agama dan kepribadiannya, salah satu upaya dalam pembinaan kepribadian itu adalah dengan melalui sistem dan metode yang sesuai dengan kondisi dan kebutuhannya.

Untuk mencapai keberhasilan tersebut khususnya di kalangan remaja diperlukan pemahaman yang lebih baik tentang remaja dalam berbagai aspek sesuai dengan tugas perkembangan yang sedang dilaluinya.

Ciri-Ciri dan Tugas Perkembangan Remaja

Masa remaja adalah masa peralihan yang menghubungkan masa anak-anak dengan masa dewasa, walaupun para ahli tidak sepakat tentang berapa lama masa remaja itu berlangsung namun pada umumnya diambil patokan bahwa remaja adalah dalam batas rentang umur \pm 13-21 tahun.

Pada masa remaja timbul perubahan-perubahan jasmani dan kecerdasan yang berjalan cepat secara umum dikatakan bahwa gejala-gejala perubahan fisik tersebut merupakan tanda-tanda pubertas yang

menunjukkan pula aktivitas hormon yang makin meningkat. Peningkatan aktivitas hormon ini memberikan pengaruh pada psikis anak yang ditandai dengan perasaan ingin tahu terhadap masalah-masalah seksual semakin intens dan timbulnya rasa tertarik pada lawan jenisnya.

Perubahan-perubahan fisik dan psikis yang dialami remaja menjadikan tingkah lakunya tidak stabil penuh gejolak emosi gelisah dan mudah terpengaruh oleh lingkungan. Perubahan-perubahan yang terjadi pada remaja secara umum terlihat sebagai berikut:

1. Perubahan jasmani yang demikian pesatnya yang jelas berbeda dengan masa sebelumnya
2. Perkembangan intelektualnya lebih mengarah ke pemikiran tentang dirinya refleksi diri
3. Perubahan-perubahan dalam hubungan antara anak-anak dan orang tua dan orang lain dalam lingkungan dekatnya
4. Perubahan dalam harapan dan tuntutan orang dewasa terhadap remaja
5. Timbulnya perubahan dalam perilaku dan kebutuhan seksual
6. Banyakna perubahan dalam penyesuaian diri dan usaha untuk memadukan perubahan tersebut.²

Perubahan-perubahan yang menyebabkan kegoncangan pada remaja dapat menjadikan remaja menjadi terombang ambing, remaja menginginkan sesuatu tapi dia sendiri kadang-kadang tidak mengerti apa yang diinginkannya. Ia juga merasa kesepian dan menganggap seolah-oleh orang lain tidak memahami perasaannya itu oleh karena itu remaja mudah terpengaruh lingkungan dan diombang ambingkan oleh keadaan karena munculnya beberapa hal dalam dirinya antara lain:

1. Kekecewaan dan penderitaan
2. Meningkatnya konflik pertentangan-pertentangan dan krisis penyesuaian
3. Impian dan khayalan
4. Pacaran dan percintaan
5. Keterasingan dari kehidupan dewasa dan norma kehidupan.³

² F.J. Monks, *Psikologi Perkembangan*, (Yogyakarta: Universitas Gajah Mada, 1987), hlm. 98.

Karena itulah pengertian dan bimbingan dari orang dewasa sangat diperlukan agar tugas-tugas perkembangan dapat dilaluinya dengan selama dan wajar.

Tugas-tugas perkembangan bagi remaja adalah :

1. Menerima keadaan fisinya

Pada masa remaja perubahan fisik berhubungan dengan pertumbuhan dan kematangan seksual disamping itu tampak perubahan yang pesat mengenai tinggi badan, perbedaan harapan remaja maupun lingkungan dengan keadaan fisiknya sendiri dapat menimbulkan masalah penyesuaian diri bagi remaja. Timbul kesulitan dalam menerima keadaan fisik ini, terutama mengenai ciri-ciri jenis kelamin dan yang berhubungan dengan tinggi badan. Remaja yang merasakan rintangan dalam menjalani pertumbuhan yang pesat itu dapat bersikap murung atau mengurung diri di kamar.

2. Memperoleh kebebasan emosional

Salah satu tugas perkembangan yang harus dijalani pada masa remaja adalah memperoleh kebiasaan emosional. Hal ini diperlukan agar pada masa dewasa kelak ia dapat menjadi orang yang mampu mengambil keputusan dengan bijaksana karena itu remaja perlu mendapatkan pengalaman berupa latihan untuk mengambil keputusan secara bertahap ini dilakukan dengan dimulainya merenggangkan ikatan emosional dengan orang tua agar dapat belajar meneliti dan mengambil keputusan sendiri.

Hanya saja dalam proses ini kadangkala disertai dengan perilaku menentang keinginan orangtua hal ini dapat menimbulkan konflik dengan orang tua atau keluarga lainnya, terutama bila orangtua tidak

³ D. Gunarsa Singgih, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*, (Jakarta: Gunung Mulia, 1983), hlm. 205.

memakai kondisi jiwa yang sedang dialami remajanya reaksi orangtua yang ingin menundukkan anaknya sering kali mengakibatkan remaja melarikan diri dari suasana konflik itu dengan cara meninggalkan rumah dan bergabung dengan teman-temannya. Oleh karena itu orang tua dan orang dewasa seyogyanya dapat memahami pentingnya kebebasan yang perlu diberikan secara bertahap disertai dengan bimbingan mengenai yang baik dan yang tidak baik berdasarkan nilai-nilai dan norma yang diyakini dengan demikian harapan remaja dapat menjalankan tugas perkembangan selanjutnya dengan baik.

3. Mampu bergaul

Memperluas pergaulan diperlukan bagi mempersiapkan diri menuju masa dewasa namun tugas perkembangannya ini selalu mendapat hambatan yang bersumber dari diri (remaja). Keadaan fisik yang pada mulanya tidak sesuai dengan harapan menyebabkan remaja kaku dalam pergaulannya, timbulnya perhatian untuk bergaul dengan teman lawan jenis menjadi motivasi untuk meningkatkan penampilan. Setelah remaja merasa terbiasa dengan keadaan fisiknya barulah timbulah penyesuaian diri dan kemudahan dalam pendekatan dengan teman-teman.

4. Menemukan model untuk identifikasi

Pada masa terjadi penemuan identitas diri agar pada masa dewasa kelak dapat menjadi manusia yang mempunyai kepribadian yang khas dengan identitas pribadi yang khas pula. Proses ini dimulai dengan timbulnya kecenderungan remaja untuk merenggangkan diri dari ikatan emosional dengan orang tua dan meninjau kembali landasan hidup yang telah diberikan orangtua sepanjang masa kanak-kanaknya. Remaja hidup dalam daerah perbataan secara bertahap ingin meninggalkan sosok pribadi kanak-kanaknya namun belum menemukan spesifikasi pribadinya yang baru secara bertahap remaja memiliki gaya

hidup dan memantapkan keyakinan hidup sesuai dengan pengalaman yang dilaluinya.

Untuk itu remaja tokoh identifikasi yang akan dijadikan model yang akan dicontoh baik tingkah laku maupun kepribadiannya. Biasanya seorang yang sukses dalam hidupnya di masyarakat menjadi idola remaja dan mudah menjadi model identifikasi.

Masalah yang perlu diperhatikan adalah bagaimana agar remaja dapat memilih model identifikasi yang tepat dalam upaya menumbuhkan pribadi yang utuh.

5. Mengetahui dan menerima kemampuan diri

Dengan tumbuhnya kemampuan berfikir abstrak remaja cenderung berfikir tentang kemungkinan-kemungkinan masa dewasa, dirinya sering dijadikan objek pemikiran dan menimbulkan penilaian terhadap dirinya sendiri baik positif maupun negatif.

Apabila remaja melihat realitas diri dan kemampuannya tidak sesuai dengan harapan dan angan-angan kekecewaan dan putus asa akan timbul begitu pula harapan dan tuntutan masyarakat yang tidak mampu sepenuhnya dapat menjadi sumber penyebab prustasi dan berpengaruh pada perilakunya.

Oleh karena itu perlu adanya imbingan agar remaja dapat menerima keadaan dirinya dengan wajar dan menyesuaikan aspirasinya dengan kemampuan dan realitas kehidupannya.

6. Memperlakukan penguasaan diri atas dasar skala nilai dan norma

Masa remaja merupakan fase yang paling penting dalam membentuk nilai merupakan proses yang sangat dipengaruhi oleh interaksi sosial. Dalam proses mencari nilai dan pandangan hidup ini khususnya nilai-nilai agama remaja mengamali kegoncangan karena dia tidak mau lagi terpaut pada sikap dan pandangan hidup kanak-kanaknya tetapi belum mempunyai padangan hidup baru yang mantap.

Proses pematangan nilai dan norma hidup ini melewati tahapan-tahapan sebagai berikut:

- a. Karena remaja belum mendapat pandangan hidup yang mantap maka ia merindukan sesuatu yang pantas dipuji sesuatu yang dianggap bernilai. Sedangkan sesuatu yang dianggap bernilai itu belum mempunyai betuk tertentu karena itulah seringkali remaja seperti menginginkan sesuatu yang sendiri tidak tahu apa yang diinginkannya.
- b. Pada tahap berikutnya objek yang dipuja itu sudah menjadi lebih jelas yaitu pribadi-pribadi yang dipandangnya mendukung suatu nilai (Jadi dalam hal ini adalah personifikasi daripada nilai) pada tahap ini remaja belum dapat memisahkan antara person dengan nilai.
- c. Pada tahap berikutnya remaja telah dapat menghargai nilai-nilai lepas dan pendukungnya, nilai sebagai hal yang mengikat pandangan atau pendirian hidupnya, penentuan atas pandangan hidup berdasarkan nilai dan norma ini tidak dapat terjadi sekaligus tetapi mengalami jatuh bangun. Apalagi bila remaja melihat realitas hidupnya adanya kesenjangan antara nilai dan perilaku orang terutama pemimpin masyarakat dapat menimbulkan kebingungan dan tidak tahu nilai moral mana yang seharusnya dapat menjadi pegangan hidup untuk itulah diperlukan interaksi sosial yang dapat membantu remaja menyelesaikan tugas perkembangan ini secara sehat dan wajar.⁴

7. Meninggalkan reaksi dan cara penyesuaian kekanak-kanakan

Salah satu ciri yang terdapat pada masa kanak-kanak adalah sifat ego sentis segala sesuatu dipandangnya dari sudut pandang sendiri berpusat pada keinginan dan kebutuhannya sendiri dan sangat emosional.

Pada masa remaja yang merupakan jembatan menuju masa dewasa sifat ego sentis secara bertahap akan dihilangkan dan remaja belajar menyesuaikan diri dengan pola hidup bersama dengan orang lain. Ia harus mempertimbangkan bahwa orang lain juga mempunyai kebutuhan pendapat dan kebiasaan yang belum tentu sama dengannya.

Dalam interaksi sosial dengan teman sebaya dan orang dewasa serta mungkin juga anak-anak remaja harus belajar mengindahkan orang lain

⁴ Sarlito Wirawan Sarwono, *Menuju Keluarga Bahagia*, (Jakarta: Bratara, 1982), hlm. 149.

tersebut dalam bersikap dan berperilaku. Oleh karena itu tidak selamanya kehendak dan keinginannya saja yang harus dilaksanakan. Bila remaja telah menemukan identitas diri dan sistem nilai yang mantap, remaja dapat menyesuaikan diri dan tangguh dalam menghadapi berbagai rintangan dan kesulitan dalam pelaksanaan tugas-tugas perkembangan ini selanjutnya dengan mudah pula dapat dilaksanakan tugas-tugas perkembangan pada fase-fase berikutnya.

Uluran tangan dan bimbingan dari orangtua dan orang dewasa memang sungguh sangat diperlukan sekalipun terkadang remaja seolah-olah menolak bantuan orang dewasa. Namun dengan penuh kesadaran dan pengertian orang tua hendaknya terus menerus memberikan bimbingan dan pengarahan agar remaja tidak terpeleset dan salah jalan dalam menjalani tugas-tugas yang kompleks ini.

Dengan demikian berkembangnya pengetahuan dan teknologi informasi dan berbagai dampak yang timbul dari proses globalisasi maka pengaruh yang melanda remaja semakin luas bila remaja tidak dibekali dengan prinsip-prinsip hidup dan nilai agama sulit bagi remaja untuk menemukan jati dirinya sebagai manusia yang mempunyai pendirian dan pandangan hidup yang mantap.

Perkembangan Agama Remaja pada Remaja

Perkembangan agama pada remaja tidak terlepas dari faktor-faktor yang turut berpengaruh pada perkembangannya secara menyeluruh. Pada awal masa remaja anak merasakan kesepian dan seolah-oleh orang disekitarnya tidak mengerti dan memahaminya, karena itu reaksi pertamanya adalah proses terhadap lingkungannya. Pengaruh ini nampak pada kehidupan agama yang mudah goyah, bimbang serta adanya keraguan dan konflik.

Langkah selanjutnya adalah kebutuhan akan adanya teman yang dapat memahami dan menolongnya serta dapat merasa suka dukunya. Disinilah mulai tumbuh dorongan untuk mencari sesuatu yang bernilai pantas dijunjung tinggi yaitu pedoman hidup. Remaja mulai menemukan pengalaman dan penghayatan Ketuhanan yang bersifat individual dan sukar digambarkan kepada orang lain. Keimanannya mulai otonom dan hbuungan dengan Tuhan mulai disertai kesadaran.

Perkembangan agama pada remaja yang mengalami gelombang pasang surut itu dipengaruhi oleh hal-hal yang bersumber dari dalam dirinya sendiri dan juga faktor dari luar (lingkungan). Disamping pertumbuhan dan perkembangan fisik yang berjalan cepat faktor-faktor lain yang turut mempengaruhi antara lain:

1. Perkembangan fikiran dan mental

Sejalan dengan perkembangan kecerdasan yang semakin meningkat dan kemampuan berfikir abstrak pada masa ini sifat kritis terhadap agama mulai timbul disamping itu remaja juga telah melalui dan mulai dapat memahami dan menerima simbol-simbol dan hal-hal abstrak.

2. Perkembangan emosi

Emosi erat hubungannya dengan pengalaman agama dalam diri remaja emosi tidak stabil dan akan terlihat pada perilakunya ibadahnya yang berkaitan dengan suasana emosinya. Kadang-kadang sangat tekun beribadah, kadang-kadang menjadi acuh tak acuh.

Ketidak stabilan emosi, kegoncangan dan kegelisahan yang dialaminya antara lain disebabkan:

- a. Pertentangan dan ketidakserasian dalam keluarga
- b. Pertentangan yang dirasakan remaja di sekolah ,terutama bila dirasakannya seolah-olah ada pertentangan agama dengan ilmu pengetahuan. Hal ini sebenarnya tidak terjadi kalau ajaran agama

disampaikan dengan bijaksana dan didasari dengan wawasan ilmu yang lebih luas.

- c. Konflik bathin karena melihat adanya pertentangan antara nilai agama dan moral dengan nilai agama dan moral dengan perilaku orang terutama pemimpin di tengah-tengah masyarakat.
- d. Konflik yang berasal dari dorongan seksual bertentangan terjadi dalam jiwa remaja untuk mempertahankan norma agama disatu sisi dan mengikuti dorongan itu disisi lain. Kondisi emosi pada saat-saat tertentu dan suasana hati banyak mempengaruhi perilaku, sikap dan pengalaman agama pada remaja. Dalam hal ini kepercayaan kepada Tuhan dan ibadah dirasakan sebagai penolong moral sebagai kebutuhan jiwa.

3. Perkembangan sosial

Kecenderungan yang terlihat pada remaja adalah bergerak menuju ke arah teman sebaya dan memisahkan diri dari orang tua, karena itu pengaruh teman sebaya sangat berarti terhadap perkembangannya dan pengalaman agama remaja.

Pergaulan dengan teman-teman sebaya/ kelompok yang taat beragama akan mendorong peningkatan aktivitas agama dan ibadahnya sebaiknya dalam pergaulan teman-teman yang tidak mengindahkan agama sering kali dapat menjadi sumber konflik dalam diri remaja. Keinginan agar tidak tersisih dari teman sebaya sering menyebabkan remaja bimbang apakah akan mengikuti tingkah laku teman-temannya atau akan mempertahankan nilai-nilai agama yang diyakininya selama ini.

Sehubungan dengan faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan agama pada remaja di atas akan terlihat sikap remaja pada agama antara lain:

- a. Percaya turut-turutan

- b. Percaya dengan kesadaran
- c. Percaya tapi agak ragu-ragu (bimbang)
- d. Tidak percaya sama sekali atau cenderung kepada atheis.⁵

Sikap mana yang akan berkembang terus kepada remaja sangat tergantung kepada lingkungan. Pendidikan dan pengalaman remaja baik dalam keluarga, sekolah maupun masyarakat. Karena itu perlu diupayakan kondisi yang dapat mendukung terbinanya sikap positif remaja yang ditandai dengan pengetahuan dan penghayatan agama yang lebih mantap dan selanjutnya disertai dengan pengalaman dalam kehidupan sehari-hari.

Upaya Pembinaan Agama pada Remaja

Pada dasarnya berupaya untuk mendorong, mengusahakan terjadinya perubahan perilaku. Perilaku adalah manifestasi keadaan mental atau jiwa. Bila kita menghadapi remaja yang acuh tak acuh atau tidak mau melakukan ajaran agama tindakan yang merugikan masyarakat maka perhatian tidak cukup hanya ditujukan kepada perlakuan atau tindakan itu saja tapi yang perlu diperhatikan adalah penggerak atau pendorong (motivasi) terjadinya perilaku itu.

Suatu tantangan lain adalah bagi remaja yang telah terbiasa dengan penilaian tertentu terhadap dirinya, maka sekalipun sudah ada perubahan dalam jiwanya artinya dia sudah dapat menerima ajaran Islam namun untuk merealisasikannya perubahan itu dalam sikap hidup dan tindakan positif dalam kehidupan sehari-hari masih diperlukan proses dan dorongan yang lebih kuat baik dari dirinya sendiri maupun lingkungan. Hal itu disebabkan pada diri remaja ada semacam kekhawatiran akan ditawarkan atau dikucilkan dari pergaulan dengan teman-teman selama ini. Keadaan ini berlaku pada remaja karena dalam perkembangannya

⁵ Zakiah Daradjat, *Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1979), hlm. 110.

remaja sangat memerlukan teman sebaya yang diharapkan dapat memberikan penghargaan kepadanya disamping itu remaja juga sangat peka dengan penilaian dan kritik yang ditujukan kepadanya.⁶

Penutup

1. Dalam melaksanakan pendidikan perlu ditunjukkan sikap penuh perhatian dan pengertian terhadap remaja, remaja erlu dihargai, diberi kepercayaan, bukan dicerca atau disalahkan.
2. Memperlihatkan sikap bersedia dan ketidak stabilan emoi seringkali menjadikan remaja cemas untuk itu mereka memerlukan bantuan agar kembali timbul rasa percaya diri dan rasa cemas itu dpat dihilangkan.
3. Memberikan penghargaan yang layak sekalipun aktivitas dan kreativitas yang dilakukan remaja sederhana namun bila diberikan penghargaan yang sepantasnya dapat menumbuhkan motivasi yang lebih baik
4. Memberikan kesempatan dan kepercayaan kepada remaja untuk berkembang. Aspirasi dan pendapat remaja perlu diperhatikan dan didukung agar timbul rasa percaya diri untuk melakukan hal-hal yang bermanfaat.

Referensi

- D. Gunarsa Singgih, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*, Jakarta: Gunung Mulia, 1983.
- F.J. Monks, *Psikologi Perkembangan*, (Yogyakarta: Universitas Gajah Mada, 1987.
- Sarlito Wirawan Sarwono, *Menuju Keluarga Bahagia*, Jakarta: Bratar, 1982.
- Zakiah Daradjat, *Ilmu Jiwa Agama*, Jakarta: Bulan Bintang, 1979.
-, *Pembinaan Remaja*, Jakarta: Bulan Bintang, 1982.

⁶ Zakiah Daradjat, *Pembinaan Remaja*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1982), hlm. 95.