REMAJA DAN PERMASALAHANNYA DALAM TINJAUAN PSIKOLOGIS

Cl. Pattinama

Dosen Fakultas Teologi UKIM

Email: hanakastanya@yahoo.co.id

ABSTRAK:

Berbicara tentang Remaja dan permasalahannya dalam tinjauan psikologis, berarti remaja tsb perlu dilihat keberadaannya mulai dalam keluarga, lingkungan sekolah dan juga lingkungan pergaulannya. Hal ini disebabkan karena lingkungan keluarga, sekolah dan lingkungan pergaulannya serta orang-orang yang berinteraksi dengan remaja turut memberi kontribusi terhadap munculnya permasalahan yang harus dihadapinya. Penyelesaian permasalahan remaja itupun perlu dipahami konteks awal pemicu masalah dan cara menghadapi, juga memulihkan atau menyelesaikan permasalahan tersebut.

Kata Kunci: Remaja, Permasalahan, Lingkungan, Tinjauan Psikologis.

I. Remaja dan Perkembangannya, serta Permasalahan yang Dihadapinya.

Perkembangan kepribadian seorang remaja mempunyai arti khusus, sekalipun masa remaja dikatakan tidak mempunyai tempat yang jelas. Remaja tidak termasuk golongan anak, tetapi juga tidak termasuk golongan dewasa. Remaja ada di antara anak dan orang dewasa. Remaja umumnya masih belum mampu untuk menguasai fungsi-fungsi fisik maupun psikhisnya. Remaja umumnya masih belajar di sekolah Menengah dan Perguruan Tinggi tingkat awal. Menurut (Calon, 1953) dalam Siti Rahayu dkk (2002) menjelaskan bahwa masa remaja menunjukkan dengan jelas sifat-sifat masa *transisi* atau peralihan, karena remaja belum memperoleh status orang dewasa, tetapi tidak lagi memiliki status anak-anak.

Dipandang dari segi sosial, menurut penelitian Roscoe dan Peterson (1984) bahwa remaja mempunyai posisi marginal. Artinya remaja belum memiliki peran-peran penting dan menentukan perkembangan serta perubahan suatu masyarakat. Hal ini disebabkan karena remaja belum termasuk golongan dewasa yang memiliki andil untuk menentukan kebijakan yang berkaitan dengan perubahan atau perkembangan masyarakat. Sekalipun demikian remaja menjadi bagian penting dalam suatu masyarakat yang perlu dipersiapkan secara baik oleh orang dewasa seperti guru di sekolah dan orang-tua di rumah. Dengan kata lain orang dewasa yakni orang-tua, dan guru, memiliki tanggungjawab yang menentukan keberhasilan perkembangan remaja ke depan.

Menurut para ahli psikologi, bahwa analisis yang cermat mengenai semua aspek perkembangan dalam masa remaja secara global berlangsung antara usia 12 - 21 tahun dengan pembagian sebagai

berikut : 12 - 15 tahun dapat disebut sebagai masa remaja awal. 15 - 18 tahun masa remaja pertengahan dan usia 18 - 21 tahun masa remaja akhir. Siti Rahayu H. dkk. mengutip Hill/Monks, menyatakan bahwa dijumpai adanya pemisahan antara masa adolensensi (12 - 18 tahun) dan masa pemuda (19 - 24 tahun). Masa remaja sering pula disebut *adolensensi* yang berarti dalam perkembangan menjadi dewasa.

Bagi remaja perkembangan fisik dan seksual dibicarakan secara bersama yang menunjukkan pemasakan seksualitas genital dan harus dipandang dalam hubungan dengan pertumbuhan fisik seluruhnya. Bila ditinjau dari hubungan antara perkembangan psikososial dan perkembangan fisik, dapat dikatakan bahwa perkembangan fisik memberikan impuls-impuls baru pada perkembangan psikososial. Jadi hubungan "kausalitas" ini berjalan dari aspek fisik ke aspek psikososial (Hill & Monks, 1977). Pertumbuhan fisik atau badan selama masa remaja menyebabkan tanggapan masyarakat yang berbeda pula. Remaja diharapkan dapat memenuhi tanggungjawab orang dewasa, tetapi karena pertumbuhan fisik dan pematangan psikisnya masih berjarak yang cukup lebar, maka kegagalan yang sering dialami remaja dalam memenuhi tuntutan sosial menyebabkan frustrasi dan konflik-konflik bathin pada remaja terutama bila tidak ada pengertian dari pihak orang dewasa.

Para remaja menaruh perhatian dan penilaian penting terhadap pertumbuhan dan bentuk tubuh mereka. Menurut Hill dan Monks (1977) perhatian remaja terhadap penampilan dirinya menjadi penting. Penyimpangan dari bentuk tubuh khas perempuan atau khas laki-laki dapat menimbulkan kegusaran bathin yang

cukup mendalam. Tetapi bila remaja menilai pertumbuhan dan bentuk tubuh mereka yang memenuhi persyaratan seperti yang ditentukan oleh masyarakat, berakibat positif terhadap penilaian dirinya. Bila terdapat cacat pada tubuh akan sangat mempengaruhi penilaian diri remaja sedemikian rupa sehingga dapat menghambat perkembangan kepribadian yang sehat.

Perkembangan seksualitas remaja putri ditandai dengan menstruasi diikuti dengan pertumbuhan ukuran pinggul dan buah dadanya. Pada menstruasi pertama, remaja putri sering merasa takut, aneh dan gelisah. Sekalipun ia sudah tahu dari pelajaran sekolah bahwa ia akan menghadapi realitas pertumbuhan seperti itu. Dari pengamatan penulis, ada remaja putri ketika menstruasi tidak mengekspresikan keceriaan, tetapi menjadi pendiam atau murung dan kelihatan lesu. Ketika ditanya mengapa ada perubahan sikap atau perilakunya seperti itu, yang bersangkutan menyatakan kalau lagi menstruasi ia merasa tidak bersemangat.

Bagi remaja putera perkembangan seksualitasnya ditandai dengan pertumbuhan kerangka tubuh, seperti bertambah lebar ukuran dada dan perubahan suara serta "mimpi basah". Pada masa perkembangan seksualitas remaja putera, maupun remaja putri sangat diharapkan peranan orang tua untuk mendampingi, memberi pengertian dan pengarahan yang baik agar remaja bersyukur dan menjalani aktifitas mereka secara baik dan bertanggungjawab. Bila tidak demikian remaja akan lebih memilih berbagi cerita tentang pengalamannya itu dengan teman sebayanya. Perlu diingat bahwa jika teman sebayanya memiliki hubungan yang baik dengan keluarga atau orang tuanya, dan mereka menanamkan

nilai-nilai didikan yang baik, maka ia dapat memberi pandangan dan arahan yang baik dan benar terhadap temannya. Tetapi jika temannya itu dibesarkan dalam keluarga yang tidak menaruh perhatian dan kasih sayang kepadanya, dan ia lebih dipengaruhi oleh kelompok sebaya yang kurang dikontrol orang dewasa/ orang tua, bisa saja terjadi temannya itu akan memberi pandangan atau masukan yang keliru dan menyesatkan.

Menurut Monks, dkk. (2002), Perkembangan sosial remaja dapat dilihat melalui dua macam gerak. Pertama, remaja cenderung memisahkan diri dari orang-tua. Kedua, remaja lebih senang berkumpul dan bergaul dengan teman-teman sebayanya. Jika mereka tidak berkumpul atau bergaul dengan teman sebaya, hal ini menyebabkan rasa kesepian. Kesepian remaja jika dibarengi dengan sikap orang tua, misalnya ayah yang otoriter dan kasar tidak memiliki pengertian serta ibu yang tidak peduli dan tidak memperhatikan anak remajanya, maka hal ini bisa berakibat fatal bagi anak remajanya. Selain itu menurut pengamatan penulis, dalam kelompok sebaya ada remaja yang dominan bertindak sebagai pemimpin kelompoknya. Jika karakter sang pemimpin baik, ia akan mempengaruhi teman-temannya untuk melakukan hal-hal yang berguna, misalnya belajar bersama, mengembangkan minat dan bakat teman-temannya. Tetapi kalau karakter sang pemimpin kurang baik, ia akan mempengaruhi teman-teman dalam kelompok untuk melakukan tindakan yang mengganggu ketertiban umum, misalnya balapan liar di malam hari. Menurut Ausubel (1965) dalam Monks, dkk. (2002) menyatakan bahwa rasa kesepian remaja karena tidak memiliki teman sebaya, kadang dalam keadaan ekstrim hal itu dapat menyebabkan

usaha-usaha untuk bunuh diri. Karena itu, menurut De Wuffel (1986) bahwa kualitas hubungan orang tua dengan anak remajanya memegang peranan yang sangat penting. Dalam hal ini sifat kedekatan atau kelekatan anak terhadap orang-tua sangat menentukan. Kedekatan atau kelekatan anak terhadap orang tua yang menentukan adalah kedekatan yang aman yang menjamin stabilitas psikologis anak remajanya. Menurut (Yzendoorn, 1982) dalam Monks dkk (2002) menyatakan bahwa bila kelekatan tidak aman bersamaan dengan ketergantungan menimbulkan orientasi konformistis atau isolasi penuh kecemasan.

Dari pandangan para ahli di atas dapat dimengerti bahwa keluarga dalam hal ini orang tua memiliki peranan penting dalam membangun relasi dan komunikasi yang baik dengan anak-anak remajanya. Komunikasi yang baik antara remaja dan orang tua menjadi modal utama dalam membentuk kepribadian remaja yang berkualitas. Komunikasi dan relasi remaja dan orang tua bukan saja mesti dibangun secara baik ketika anak menjadi remaja, tetapi sejak masa anak kecil. Karena sejak masa anak, semua pengalaman hidup dengan orang tuanya tersimpan baik dalam ingatannya, dan menjadi kenangan sepanjang hidupnya.

Komunikasi dalam bahasa yang mengandung penghargaan dan sopan antara orang tua terhadap anak dan remaja, atau sebaliknya memberi kenangan yang nyaman dan menyenangkan. Pengalaman baik dan menyenangkan ini, akan mempengaruhi remaja dalam berkomunikasi dan berelasi dengan orang lain termasuk teman sebayanya. Dengan kata lain mau ditegaskan bahwa relasi dan komunikasi yang baik antara orang tua dan anak remajanya terutama orang

tua memberi nilai-nilai didikan moral dan etika yang baik sebagai rambu-rambu bagi perjalanan hidup remaja ke depannya.

Bila remaja yang mendapat penghargaan, didikan dan pengarahan dan perhatian yang baik terus – menerus dari orang tuanya akan mendorong remaja menghargai hidupnya serta berprestasi di sekolah. Sebaliknya jika orang tua tidak mendidik, menghargai dan menaruh perhatian terhadap anak remajanya, maka mereka akan menjalani hidup apa adanya. Remaja memperoleh banyak informasi dan nilai-nilai melalui sekolah juga dari keluarga dan lingkungan pergaulannya. Dari sinilah remaja menemukan nilai-nilai menarik yang ingin dimilikinya, untuk itu dalam hal-hal tertentu perlu ada jarak dengan lingkungan dan keluarganya sendiri.

Menurut Erikson, remaja berusaha untuk melepaskan diri lingkungan orang tua dengan maksud untuk menemukan dirinya. Erikson (1968) menamakan proses ini sebagai proses mencari identitas ego. Pembentukan identitas, yaitu perkembangan ke arah individualitas yang mantap, merupakan aspek yang penting dalam perkembangan untuk berdiri sendiri. Pada tahapan ini seorang remaja dapat mengeksplorasi dan menghayati semua nilai yang diperoleh dari lingkungan sekolah, keluarga dan teman sebayanya, sebagai nilai yang terbaik bagi dirinya.

Menurut Marcia dan Archer (1993) perkembangan identitas itu terjadi selain dari mencari secara aktif atau mengeksplorasi, juga tergantung dari adanya "*commitments*". Menurut Marcia & Archer bahwa dalam proses perkembangan identitas, maka seseorang dapat berada dalam status yang berbeda-beda. Marcia & Archer membedakan

antara menemukan identitas sesudah mengadakan eksplorasi yang disebut "*achievement*", dan status "*moratorium*" yang menggambarkan remaja masih sedang sibuk-sibuknya mencari identitas; status "*foreclosure*" yaitu menemukan identitas tanpa mengalami krisis atau eksplorasi lebih dulu, dan keadaan ini dapat disebut sebagai tanpa bisa menemukan identitas sesungguhnya (*identity diffusion* atau *role-confusion*). Dari dua macam status yang disebutkan di atas, maka orang tua diharapkan dapat memberi dukungan yang kuat untuk anak remajanya mencari dan mendapatkan status "*achievement*". Jika keluarga atau orang tua tidak memberi perhatian dan kasih sayang yang memadai serta tidak memperhatikan perkembangan anak remajanya, maka jangan heran kalau anak remaja berada pada status "*foreclosure*" atau "*identity diffusion*". Menurut pengamatan penulis remaja pada status ini bisa saja melakukan tindakan-tindakan yang dapat mengecewakan keluarga dan orang lain. Misalnya saja remaja putera suka miras, berkelahi, dan ngebut-ngebut liar, tidak tekun belajar dan kurang atau tidak berprestasi di sekolah dsb. Sedangkan remaja puteri suka berdandan, kadang berpakaian yang seronok, senang dengan pesta-pesta, tidak senang dengan urusan kerja di rumah, juga tidak suka belajar atau mengerjakan tugas-tugas sekolahnya dll. Perilaku remaja putera dan puteri yang disebutkan ini, menurut penulis sebetulnya juga dipengaruhi kualitas perhatian, pengertian dan kasih-sayang orang-tua.

Pilihan terhadap identitas remaja yang baik "*achievement*" sangat bergantung pada perkembangan kognitif remaja tersebut. Artinya remaja dapat berpikir, menilai atau menganalisis kemungkinan-kemungkinan yang terjadi

atas pilihannya, dan ia dapat memutuskan yang terbaik bagi dirinya. Pilihan tersebut tentu atas eksplorasi yang mendalam. Remaja yang cerdas dan memiliki orang tua atau keluarga yang memberi perhatian dan dukungan yang baik tentu tidak akan salah memilih status identitasnya. Dengan kata lain peran orang tua atau keluarga turut memberi kontribusi terhadap pilihan status remaja anaknya.

Bagi remaja yang memiliki perkembangan kepribadian dan kognitif yang baik tentu saja akan memiliki motivasi dan "*commitment*" yang kuat ketika diperhadapkan dengan pilihan-pilihannya, entah itu berkaitan dengan sekolah, juga aktifitas-aktifitas lain dalam kehidupannya. Penelitian Bosma terhadap 300 remaja berusia 13 – 21 tahun (1983), menemukan adanya "*commitments*" dengan sekolah, relasi dengan orang tua, persahabatan, persoalan sosial, penampilan dan kebahagiaan hidup, juga pekerjaan. Menurut Marcia & Archer (1993) remaja yang memiliki status "*achievement*" memiliki "*commitments*" yang kuat berkaitan dengan pilihan sekolah, pekerjaan, sahabat, dll. Menurutny, pilihan-pilihan tersebut sesuai dengan kemampuan kognitif dan mereka merasa cocok, setelah melakukan eksplorasi atas pilihan-pilihannya itu.

II. Penanganan Masalah Remaja.

Peran keluarga atau orang tua sangat mempengaruhi keberadaan status anak remaja mereka. Orang tua (ayah dan ibu) perlu menampilkan relasi cinta-kasih harmonis diantara mereka. Karena orang tua akan menjadi kebanggaan bagi anak-anaknya, terutama anak remajanya. Ayah dan ibu tentu memiliki hubungan atau relasi yang khusus dengan anak remajanya. Terutama ibu yang dianggap sebagai orang yang lebih

mengenal seluk-beluk perkembangan anak remajanya. Ibu dikenal sebagai orang yang penuh pengertian, bersikap terbuka dan kooperatif dengan anak remajanya. Dengan kata lain ayah dan ibu kadang mesti menjadikan anak remajanya sebagai teman atau sahabat ketika berdiskusi tentang persoalan yang mereka hadapi. Jangan terlalu keras dalam hal mempersalahkan atau menyudutkan mereka. Akan sulit bagi orang tua yang tidak membangun relasi dan komunikasi yang baik dengan anak remaja, untuk mengenal dan mengatasi permasalahan yang dialami dalam perkembangan mereka.

Model pendidikan otoriter dari orang tua terhadap anak maupun remaja tidak cocok dengan perkembangan dunia masa kini. Perkembangan teknologi informasi masa kini, membuat anak dan remaja belajar dari informasi yang didapatkan dari internet/dunia maya. Kadang orang tua dianggap gaptek (gagap teknologi) dibanding anak dan remaja yang mahir dalam penggunaan *IT*. Berdasarkan realita ini orang tua perlu memberi waktu dan perhatian kepada anak remajanya.

Kadang ketika remaja menghadapi persoalan dan ingin disampaikan atau diceriterakan kepada orang tua tapi orang tua menganggap sepele dan tidak mau mendengarkan remajanya karena sibuk dengan pekerjaan atau karena capek dan ingin menenangkan pikirannya sendiri. Karenanya orang tua diharapkan untuk menerapkan model pendidikan dalam keluarga yang lebih bersifat demokratis. Pikiran dan pendapat remaja perlu juga didengar atau dipertimbangkan jika orang tua benar-benar ingin mengenal anak remajanya dengan baik.

Menyangkut pendidikan remaja, orang tua dan guru perlu membangun kerja sama yang baik. Pendidikan remaja tidak hanya menjadi tanggungjawab guru di sekolah, karena orang tua adalah pendidik pertama dan utama di rumah. Remaja dan semua permasalahan pendidikan dan perkembangannya perlu ditangani secara bersama orang tua dan guru. Guru bertanggungjawab terhadap upaya mentransfer ilmu dan pengetahuan, termasuk etika dalam berperilaku. Orang tua memiliki peran yang lebih dari itu, karena waktu remaja di rumah jauh lebih lama dari waktu di sekolahnya.

Orang-tua perlu mengenal dan mengetahui teman-teman kelompok sebayanya. Paling tidak orang-tua juga mesti mengetahui aktifitas atau kegiatan kelompok sebaya anaknya. Lebih lanjut orang tua perlu mengenal dan membangun komunikasi dan relasi dengan orang-tua-orang-tua dari teman-teman kelompok sebaya anaknya. Komunikasi yang terbangun diantara orang-tua-orang-tua teman sebaya remaja menjadi hal penting dalam rangka mengontrol keberadaan dan aktifitas anak-anak remaja. Peran orang-tua diharapkan dapat menjadi sahabat yang menularkan nilai-nilai etika dan

moral yang baik dalam pendampingan terhadap anak remaja dan teman-teman dalam kelompok sebayanya. Selain peran orang-tua dan guru, diperlukan juga peran dari lembaga-lembaga agama dalam rangka pendidikan dan pendampingan terhadap remaja.

Komunitas masing-masing agama memiliki wadah untuk pendidikan anak remaja, misalnya pada komunitas Kristen Protestan khususnya Gereja Protestan Maluku, wadah untuk pendidikan anak dan remaja dikenal dengan Sekolah Minggu dan Tunas Pekabaran Injil (SMTPI). SMTPI adalah wadah yang disiapkan Gereja sebagai institusi dalam perannya untuk mendidik dan membina anak dan remaja sebagai generasi penerus gereja. Muatan pendidikan dan pembinaannya lebih terarah untuk pembentukan karakter anak dan remaja yang memiliki spiritualitas, etika dan moral yang baik. Dengan begitu anak dan remaja disiapkan juga untuk mewujudkan cita-cita bangsa. Sebagai anggota masyarakat anak dan remaja diharapkan memiliki kontribusi positif untuk pembangunan masyarakat dan bangsa Indonesia yang berkualitas ketika mereka menjadi dewasa.

DAFTAR KEPUSTAKAAN

1. Erikson, E.H. *Identity, Youth and crisis*. New York: Norton & Company, 1968.
2. Hill, J.P. & Monks, F.J. (eds.). *Adolescence and youth in prospect*. Guilford: IPC Science and Technology Press, 1977.
3. Marcia, J.E. & Archer, S.L. *Ego Identity: Handbook for Psychosocial Research*. New York: Springer Verly, 1993.
4. Monks, F.J., Knoers, A.M.P., Haditono, S.R. *Psikologi Perkembangan: Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 2001