

Nama Kursus : Pembinaan Iman Remaja
 Nama Pelajaran : Perkembangan Remaja
 Kode Pelajaran : PIR-P03

Referensi PIR-R03c diambil dari:

Judul Buku : Pengantar Psikologi 'Edisi kedelapan - Jilid 1'
 Penulis : Rita L. Atkinson, dkk.
 Penerbit : Erlangga, Jakarta
 Halaman : 135 - 141

REFERENSI PELAJARAN 03c - PERKEMBANGAN REMAJA

MASA REMAJA (ADOLESCENCE)

Masa remaja menunjukkan masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Batas umurnya tidak dirinci dengan jelas, tetapi secara kasar berkisar antara umur 12 sampai akhir belasan tahun, ketika pertumbuhan jasmani hampir selesai. Dalam masa ini, remaja itu berkembang ke arah kematangan seksual, memantapkan identitas sebagai individu yang terpisah dari keluarga, dan menghadapi tugas menentukan cara mencari mata pencaharian.

Beberapa generasi yang lalu, masa remaja yang kita kenal sekarang itu tidak ada. Banyak remaja belasan tahun bekerja selama 14 jam sehari dan beralih dari tanggung jawab masa kanak-kanak ke tanggung jawab orang dewasa dalam masa transisi yang singkat. Dengan adanya pengurangan akan kebutuhan pekerja yang tidak terlatih serta adanya peningkatan waktu pendidikan yang diperlukan untuk memasuki suatu jabatan, jarak antara kematangan jasmani dan status sebagai orang dewasa telah bertambah panjang. Tanda-tanda kematangan seperti ketidaktergantungan keuangan dari orang tua dan penyelesaian pendidikan sekolah dicapai pada usia-usia kemudian. Para remaja belum diberi banyak hak istimewa orang dewasa sampai mereka menginjak usia belasan lebih lanjut, di sebagian besar negara bagian, mereka tidak dapat bekerja secara penuh, tidak dapat menandatangani dokumen resmi, minum-minuman beralkohol, menikah, atau memberi hak suara.

Suatu tahap transisi menuju ke status orang dewasa mempunyai beberapa keuntungan. Tahap transisi memberi remaja itu suatu masa yang lebih panjang untuk mengembangkan berbagai keterampilan serta untuk mempersiapkan masa depan, tetapi masa itu cenderung menimbulkan masa pertentangan (konflik) kebimbangan antara ketergantungan dan kemandirian. Sulit untuk merasakan sepenuhnya kemampuan memenuhi kebutuhan sendiri jika masih tinggal di rumah atau menerima bantuan keuangan dari orang tua.

A. Perkembangan Seksual

Pada awal masa remaja, sebagian besar anak muda mengalami suatu masa perkembangan jasmani yang sangat cepat (Lonjakan pertumbuhan masa remaja) diiringi dengan perkembangan bertahap dari organ-organ reproduksi serta karakteristik seks kedua (perkembangan buah dada pada anak perempuan, tumbuhnya janggut pada anak laki-laki, dan munculnya bulu-bulu kelamin pada anak perempuan dan laki-laki). Perubahan-perubahan ini terjadi kira-kira selama dua tahun dan memuncak pada masa pubertas, yang ditandai oleh menstruasi pada anak perempuan dan munculnya sel-sel sperma hidup dalam urine anak laki-laki.

Terdapat berbagai ragam usia pada saat mencapai masa pubertas. Beberapa anak perempuan mendapat haid pada awal usia 11, dan yang lainnya sampai usia 17 - rata-rata adalah pada usia 12 tahun 9 bulan. Anak laki-laki menunjukkan ragam usia yang sama dalam pencapaian kematangan seks, tetapi rata-rata mereka mengalami pancaran perkembangan dan menjadi matang dua tahun lebih lambat dari anak perempuan (lihat Gambar 3-12). Anak laki-laki dan perempuan rata-rata mencapai tinggi dan berat badan yang sama sampai kira-kira usia 11 tahun, pada waktu secara tiba-tiba anak perempuan melonjak dalam kedua dimensi. Anak perempuan bertahan pada perbedaan ini selama kira-kira dua tahun, pada titik mana anak laki-laki melesat maju secara pasti, dan tetap demikian sepanjang hidup. Perbedaan kecepatan perkembangan fisik tersebut sangat mencolok dalam ruang kelas sekolah menengah pertama, di mana dapat diamati para remaja putri yang sudah matang duduk berdampingan dengan anak laki-laki yang belum matang.

Meskipun anak perempuan umumnya menjadi matang lebih awal daripada anak laki-laki, terdapat perbedaan individual yang besar. Beberapa anak perempuan menjadi matang lebih lambat daripada beberapa anak laki-laki.

Telah banyak studi yang menyelidiki apakah ada perbedaan kepribadian antara anak-anak yang cepat matang dengan anak-anak yang lambat matangnya. Bagaimana perasaan seorang anak laki-laki yang lambat matangnya jika ia lebih pendek daripada sebagian besar teman sekelasnya? Bagaimana perasaan seorang anak perempuan yang cepat matang jika tinggi badannya melebihi sebagian besar anak laki-laki?

Anak laki-laki yang terlambat matang menghadapi kesulitan utama dalam penyesuaian yang disebabkan oleh pentingnya kekuatan dan keunggulan fisik dalam kegiatan sesama teman. Selama mereka lebih pendek dan kurang kuat dibandingkan dengan teman sekelas, mereka mungkin kehilangan kesempatan berlatih keterampilan permainan dan mungkin tidak akan dapat menyamai mereka yang cepat matang yang memegang tampuk pimpinan dalam setiap kegiatan fisik. Studi yang pernah dilakukan menunjukkan bahwa anak laki-laki yang lambat mencapai pubertas, cenderung menjadi kurang populer dibandingkan dengan teman sekelas mereka dan memiliki konsep diri yang jelek, serta lebih banyak terlibat dalam perilaku yang lebih tidak matang yaitu mencari perhatian. Mereka merasa ditolak dan didominasi oleh teman sebaya. Sebaliknya mereka yang cepat matang, cenderung lebih mempunyai kepercayaan diri dan mandiri. Beberapa perbedaan kepribadian antara yang cepat dan yang lambat matang tetap ada pada masa dewasa, lama sesudah perbedaan fisik menghilang (Mussen dan Jones, 1958).

Akibat dari kecepatan masa pubertas kurang berpengaruh pada anak perempuan. Beberapa anak perempuan yang cepat matang mungkin berbeda dalam keadaan yang kurang menyenangkan karena mereka lebih besar daripada teman sekelas mereka di tahun terakhir sekolah dasar, tetapi pada waktu menginjak masa di sekolah lanjutan pertama, mereka yang cepat matang cenderung memiliki lebih banyak prestise di antara teman sekelas dan memegang pimpinan dalam berbagai kegiatan sekolah. Pada tahap ini, anak perempuan yang terlambat matang, seperti halnya anak laki-laki kurang memiliki konsep diri dan mempunyai hubungan yang jelek dengan orang tua dan teman sebaya mereka (Weatherly, 1964).

B. Standar dan Perilaku Seksual

Dalam masa 20 tahun terakhir ini telah disaksikan adanya perubahan yang sangat besar dalam sikap terhadap kegiatan seksual. Pandangan mengenai hubungan seks sebelum kawin, homoseksualitas, hubungan seks di luar perkawinan, serta perilaku seks tertentu mungkin sekarang lebih terbuka dan bebas dibandingkan dengan pandangan masa lalu. Para remaja mendapat tontonan seks yang merangsang dalam majalah, televisi, dan bioskop, tanpa ada batasnya. Metode pencegahan kelahiran yang berhasil dan adanya sarana menggugurkan mengurangi perasaan takut hamil. Semua perubahan ini sekarang memberi lebih banyak kebebasan kepada individu yang baru matang. Perubahan ini mungkin juga mengakibatkan lebih banyak konflik, karena patokan bagi perilaku "yang sesuai" kurang jelas dibandingkan dengan patokan masa lalu. Pada beberapa keluarga, perbedaan antara standar remaja dengan standar orang tua mengenai moralitas seks mungkin besar.

Apakah sikap yang lebih pesimis terhadap seks telah dibarengi dengan perubahan dalam perilaku yang sesungguhnya? Pada mulanya, beberapa ahli mempertahankan pendapat bahwa anak-anak muda semata-mata bersikap lebih terbuka dalam kegiatan yang oleh para pendahulunya dilakukan secara sembunyi-sembunyi. Tetapi data tersebut menunjukkan perubahan yang pasti dalam hal perilaku seksual remaja. Suatu survei nasional terhadap remaja usia 13 sampai 19 tahun dalam tahun 1973 menemukan bahwa 59 persen remaja pria dan 45 persen remaja wanita sudah mendapat pengalaman seks - sebagian besar sebelum mereka mencapai usia 16 tahun (Sorensen, 1973). Suatu survei dalam tahun 1976 menemukan bahwa 55 persen dari remaja wanita berusia 19 tahun yang diinterview sudah mendapat pengalaman seks (Zelnik dan Kantner, 1977).

Meskipun data dari masa sebelumnya yang dapat dijadikan bahan perbandingan secara tepat tidak ada, studi yang dijalankan oleh Alfred Kinsey kira-kira 35 tahun yang lalu menemukan bahwa kurang dari 20 persen dari kaum wanita dan sekitar 40 persen dari kaum laki-laki dilaporkan telah mengalami hubungan seks pada waktu mereka menginjak usia 20 tahun. Remaja masa kini terlibat dalam kegiatan seksual pada usia yang lebih muda dibandingkan dengan para orang tua mereka. Perubahan yang paling besar terjadi pada anak perempuan, yang kini hampir menyamai anak laki-laki dalam hal mengalami hubungan seks pada waktu mereka masih berusia belasan tahun.

Perubahan standar seks nampaknya tidak mengarah ke arah promiskuitas yang lebih besar. Meskipun menurut sebagian anak laki-laki mereka mengalami hubungan seks dengan beberapa pasangan, sebagian besar anak perempuan melaporkan bahwa mereka membatasi hubungan seks mereka dengan seorang laki-laki saja yang pada waktu itu mereka cintai. Mereka mengira bahwa seks adalah bagian dari cinta dan bagian dari hubungan intim serta tidak selalu perlu dibatasi pada kehidupan perkawinan.

C. Mencari Identitas

Tugas penting yang dihadapi para remaja ialah mengembangkan persepsi identitas dari (sense of individual identity) - untuk menemukan jawaban terhadap pertanyaan "siapakah saya?" dan "kemanakah saya akan pergi?". Mencari identitas diri mencakup hal memutuskan apa yang penting dan patut dikerjakan serta memformulasikan standar tindakan dalam mengevaluasi perilaku dirinya dan juga perilaku orang lain. Hal ini mencakup juga perasaan harga diri dan kompetensi diri.

Persepsi identitas para remaja berkembang secara perlahan-lahan melalui berbagai identifikasi masa kanak-kanak. Nilai dan standar moral anak-anak sebagian besar merupakan nilai dan standar orang tua mereka; perasaan harga diri terutama berasal dari pandangan orang tua terhadap mereka. Pada waktu para remaja beralih ke dunia sekolah menengah yang lebih luas, nilai-nilai kelompok sebaya menjadi bertambah penting, seperti juga halnya kata-kata pujian dari guru dan orang dewasa lainnya. Para remaja mencoba mensintesis (menggabungkan) nilai dan kata pujian tersebut dalam suatu gambaran yang konsisten (ajeg). Sepanjang para orang tua, guru, dan teman-teman sebaya memproyeksikan nilai-nilai yang konsisten, pencarian identitas menjadi lebih mudah.

Jika pandangan dan nilai orang tua sangat berbeda dengan nilai teman sebaya serta tokoh penting lain, kemungkinan akan adanya konflik itu besar dan remaja tersebut mungkin mengalami apa yang disebut kebingungan peran (role confusion): remaja mencoba peran yang satu bergantian dengan peran lain dan menghadapi kesulitan mensintesis berbagai peran yang berbeda menjadi satu identitas. Seperti apa yang diungkapkan seorang remaja wanita:

"Saya seorang yang cukup bermoral dan sopan di rumah karena orang tua saya mempunyai pandangan yang tegas mengenai bagaimana seharusnya perilaku seorang remaja wanita. Di sekolah, saya mengikuti peraturan itu secara ketat, meskipun saya tidak ragu-ragu mengeluarkan pendapat. Ketika saya bersama teman-teman perempuan, saya merasa santai dan bertindak agak konyol; biasanya saya yang pertama mengusulkan mengisap ganja atau berbuat sesuatu yang gila. Dalam berkencan, saya cenderung bersikap tak berdaya dan mudah diatur. Siapakah saya sebenarnya?"

Dalam masyarakat yang sederhana di mana model identifikasi hanya sedikit dan peran sosial terbatas, tugas pembentukan identitas relatif mudah. Dalam masyarakat yang sama kompleksnya dan cepatnya berubah seperti masyarakat kita, ini merupakan tugas yang sulit dan panjang bagi banyak remaja. Mereka dihadapkan pada sekelompok kemungkinan yang hampir tak terbatas mengenai bagaimana cara berperilaku dan apa yang harus dikerjakan dalam hidup.

Satu cara pendekatan terhadap masalah identitas ialah dengan mencoba berbagai peran dan cara berperilaku. Banyak ahli percaya bahwa masa remaja sebaiknya merupakan masa bereksperimen peran pada waktu mana anak muda dapat bereksplorasi dengan ideologi dan minat yang berbeda. Para ahli itu khawatir akan adanya kompetisi (persaingan) akademis dan tekanan karier yang merenggut kesempatan para remaja untuk bereksplorasi. Akibatnya, sebagian remaja "putus sekolah" sementara waktu untuk memikirkan apa yang mereka ingin perbuat dalam hidupnya dan untuk bereksperimen dengan berbagai identitas. Gerakan pemuda, baik bersifat politis maupun agama, sering memberikan tuntutan sementara terhadap pilihan gaya hidup; gerakan itu memberikan kepada anak-anak itu suatu kelompok untuk mengidentifikasi diri dan waktu untuk memformulasikan perangkat kepercayaan yang lebih permanen.

Pencarian identitas dapat dipecahkan dengan berbagai cara. Beberapa anak muda, setelah suatu kurun waktu bereksperimen dan pencarian jiwa, mengikatkan diri mereka pada suatu tujuan hidup dan bertindak terus ke arah itu. Bagi beberapa remaja, "krisis identitas" mungkin sama sekali tidak terjadi, mereka ini adalah remaja yang menerima nilai-nilai orang tua tanpa pertanyaan dan mereka yang bertindak ke arah peran orang dewasa yang konsisten dengan pandangan orang tua mereka. Dalam satu hal, identitas mereka tercermin sejak awal penghidupan.

Tetapi ada anak-anak muda yang menganut identitas menyimpang - yaitu identitas yang bertentangan dengan nilai-nilai dalam masyarakat. Misalnya, seorang anak laki-laki yang seumur hidupnya selalu ditekan untuk masuk fakultas hukum yang kemudian bergabung dengan perusahaan keluarga, mungkin akan berontak dan memutuskan menjadi seorang gelandangan. Beberapa remaja "perkampungan kumuh", daripada menanggung risiko gagal dalam usaha meningkatkan kondisi sosial mereka, mungkin menganut identitas menyimpang dan merasa bangga tidak menjadi "apa-apa".

Remaja lain mungkin melalui masa kebingungan identitas yang lebih panjang dan mengalami kesulitan "menemukan diri mereka". Dalam beberapa hal, definisi identitas pada akhirnya didapat setelah melalui berbagai uji-coba. Dalam hal lain, orang itu tidak pernah memiliki kesadaran identitas pribadi yang kuat bahkan sebagai seorang dewasa. Mereka adalah orang-orang yang tidak dapat mengembangkan keikatan (komitmen) ataupun loyalitas.

Sekelompok mahasiswa yang berada dalam keadaan kebingungan identitas menemukan bahwa kebanyakan dari mereka tidak puas terhadap cara hidup orang tua mereka tetapi tidak dapat ikut sepenuhnya dalam membentuk identitas diri mereka sendiri.

D. Diungkapkan dalam kata-kata seorang subjek:

"Katakanlah saya sedang memperdalam psikologi, saya tidak mempunyai bayangan apa yang akan saya kerjakan kelak. Saya berusaha untuk tidak merencanakan lebih lama dari seminggu sebelumnya. Orang tua saya menginginkan saya untuk hidup mapan dan menikah. Nampaknya hal itu sekarang masih jauh. Ibu akan senang jika saya tinggal di rumah ... Rencana saya akan pergi ke Afrika musim panas ini, pergi ke Eropa sendiri dalam musim gugur yang akan datang. Sesudah itu tak tahulah saya (Waterman dan Waterman, 1974)."

Studi yang sama menemukan bahwa sebagian besar mahasiswa perguruan tinggi tahun pertama masih berjuang dengan masalah pembentukan identitas, tetapi dalam tahun terakhir banyak masalah yang dapat diatasi.

Identitas pribadi seseorang, sekali terbentuk, tidak selalu statis. Orang dapat memperoleh minat, ide, dan keterampilan baru selama masa dewasa mereka yang mungkin mengubah persepsi mereka mengenai diri mereka. Wanita yang sudah menikah misalnya, sering menemukan persepsi identitas baru sewaktu kewajiban mereka untuk merawat anak telah selesai dan mereka mempunyai waktu untuk mengembangkan minat baru atau mengejar suatu karier.