



## Dinamika Perkembangan Remaja: Menelusuri Jalan Perkembangan Diri, Kemandirian, dan Aspek Psikososial

Abdul Rohman Al Atsari

UIN Sunan Kalijaga

Ichsan

UIN Sunan Kalijaga

Jl. Laksda Adisucipto, Papringan, Caturtunggal, Kec. Depok, Kabupaten Sleman,  
Daerah Istimewa Yogyakarta 55281

Korespondensi penulis: [ramaalatsary102@gmail.com](mailto:ramaalatsary102@gmail.com)

**Abstract.** *During adolescence, especially in the school environment, very rapid growth occurs. This growth refers to an increase in the child's physical size which is quantitative in nature as well as psychological development which is qualitative in nature. Adolescence is an important phase in a person's life that marks the process of transition from child to adult. This period is marked by major changes. The process of recognizing and understanding oneself is often referred to as self-concept. This study focuses on the dynamics of adolescent development both from the aspects of self-development, independence and psychological aspects. This study method is descriptive qualitative with secondary data sources from relevant literature studies. The object of this study is children aged between 13-16 years. Adolescent development is like a butterfly transformation. From the cocoon of childhood, they begin to spread their wings into a colorful adolescence. With the right guidance and support, they will emerge as strong, independent individuals who are ready to contribute to the world. Remember every child is unique and has his or her own pace of development. Provide appropriate love, encouragement and guidance so that they can develop optimally and reach their full potential.*

**Keywords:** teenagers, self-development, independence, psychology

**Abstrak** Pada masa remaja, terutama di lingkungan sekolah, terjadi pertumbuhan yang sangat pesat. Pertumbuhan ini merujuk pada peningkatan ukuran fisik anak yang bersifat kuantitatif maupun berkembang psikologis yang bersifat kualitatif. Masa remaja adalah fase penting dalam kehidupan seseorang yang menandai proses peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Periode ini ditandai oleh perubahan-perubahan besar, Proses untuk mengenali dan memahami diri sendiri sering disebut sebagai konsep diri. Kajian ini berfokus pada dinamika perkembangan remaja baik dari aspek perkembangandiri, kemandirian, maupun aspek psikologis. Metode kajian ini berupa deskriptif kualitatif dengan sumber data sekunder dari kajian literatur relevan. Objek kajian ini adalah anak-anak pada usia remaja antara 13-16 tahun. Perkembangan Remaja bagaikan transformasi kupu-kupu. Dari kepompong masa kanak-kanak, mereka mulai melebarkan sayap menuju masa remaja yang penuh warna. Dengan bimbingan dan dukungan yang tepat, mereka akan menjelma menjadi individu yang tangguh, mandiri, dan siap berkontribusi bagi dunia. Ingatlah setiap anak unik dan memiliki kecepatan perkembangannya sendiri. Berikan kasih sayang, dorongan, dan bimbingan yang sesuai agar mereka dapat berkembang dengan optimal dan mencapai potensi penuh mereka.

**Kata kunci:** remaja, perkembangan diri, kemandirian, psikologis.

### Pendahuluan

Pertumbuhan merupakan proses bertambahnya ukuran dan jumlah yang dapat diukur, seperti peningkatan tinggi badan, berat badan, lingkar pinggang, dan perkembangan fisik lainnya. Sedangkan perkembangan adalah proses perubahan psikis anak yang cenderung bersifat kualitatif, meskipun seringkali disertai dengan aspek kuantitatif. Kedua proses ini saling berkaitan dan tidak dapat dipisahkan; anak yang mengalami pertumbuhan pasti mengalami perkembangan, demikian pula sebaliknya. Pertumbuhan dan perkembangan dibagi menjadi beberapa fase: anak-anak, remaja, dan dewasa, dengan karakteristik dan porsi masing-masing yang berbeda di setiap fase tersebut. Kali ini, kita akan membahas fase pertumbuhan dan perkembangan pada usia

remaja, yaitu sekitar 13-16 tahun. Fase ini merupakan periode kritis di mana anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang signifikan.<sup>1</sup>

Masa remaja, terutama di lingkungan Sekolah, adalah saat pertumbuhan yang sangat pesat. Pertumbuhan di sini adalah peningkatan ukuran individu yang bersifat kuantitatif. Menurut desmita<sup>2</sup>. Anak usia remaja mengalami perubahan signifikan, seperti peningkatan tinggi badan dan ukuran tubuh lainnya. Anak-anak pada usia ini cenderung mengalami fase pubertas, yaitu transisi dari anak-anak menuju dewasa. Pada fase ini, hormon bekerja lebih aktif, sehingga proses tumbuh kembang menjadi lebih dominan. Selain pertumbuhan fisik, anak-anak usia remaja juga mengalami perkembangan. Misalnya, saat siswa masuk ke lingkungan baru di SMP, mereka menghadapi perubahan signifikan dibandingkan dengan masa sekolah dasar, baik dari segi pengajaran, pertemanan, maupun sistem pembelajaran yang berbeda drastis. Dibandingkan dengan sekolah dasar, perkembangan peserta didik juga mencakup perubahan emosional untuk menghadapi hal-hal baru. Pendidikan sendiri adalah sarana yang melalui proses pembelajaran bertujuan untuk meningkatkan pola pikir dan kecerdasan peserta didik. Pendidikan adalah usaha untuk membina peserta didik agar dapat mengembangkan pengetahuan, sikap, moral, dan tata cara berperilaku sehingga mereka memiliki kepribadian yang sesuai dengan nilai-nilai dalam masyarakat.

Lembaga pendidikan adalah institusi yang menyediakan wadah untuk menjalani proses pembelajaran. Pendidikan umumnya memiliki berbagai tingkatan, mulai dari Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), hingga Sekolah Menengah Atas (SMA), dan masih banyak lagi. Tingkatan-tingkatan ini biasanya diatur berdasarkan usia peserta didik serta minat dan kebutuhan pembelajarannya. Anak usia 13-16 tahun biasanya berada di tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP). Pembelajaran di tingkat SMP akan lebih kompleks dibandingkan dengan tingkatan sebelumnya.

#### **A. Konsep Diri Dalam Perkembangan peserta didik**

Masa remaja adalah masa transisi dari anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan biologis dan psikologis. Banyak remaja saat ini kurang memahami diri mereka sendiri, termasuk kemampuan dan harga diri mereka. Dalam kehidupan sehari-hari, remaja perlu mengatur diri mereka untuk menjalankan tugas-tugas perkembangan. Saat ini, masih banyak remaja yang memiliki pandangan rendah terhadap diri mereka sendiri. Proses memahami dan mengenal diri sendiri dikenal sebagai konsep diri.

Menurut Hurlock, konsep diri terdiri dari dua aspek utama: (1) Fisik. Aspek fisik meliputi pandangan individu tentang penampilan mereka, kesesuaian dengan jenis kelamin, arti penting tubuh dalam kaitannya dengan perilaku, dan perasaan bangga atau malu di hadapan orang lain karena kondisi fisik mereka. (2) Psikologis. Aspek psikologis mencakup pandangan individu tentang harga diri, hubungan dengan orang lain, serta kemampuan dan ketidakmampuan mereka.<sup>3</sup>

Konsep diri yang dimiliki oleh peserta didik bergantung pada cara mereka memandang diri mereka sendiri. Konsep diri terbentuk dari bagaimana orang lain menilai kita dan bagaimana kita menilai diri kita sendiri. Atwater menjelaskan bahwa "Konsep

---

<sup>1</sup> Utamayasa, *pertumbuhan dan perkembangan peserta didik*, ed. oleh abdul rofiq, pertama (surabaya).

<sup>2</sup> Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik: Panduan Bagi Orang Tua Dan Guru Dalam Memahami Psikologi Anak* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2019.).

<sup>3</sup> Hairina Novilita dan Suharnan, "Konsep Diri AQ dan Kemandirian Belajar Siswa," *Jurnal Psikologi*, 8.1 (2013), 619–32 <<https://jurnal.unmer.ac.id/index.php/jpt/article/view/218>>.

diri adalah gambaran keseluruhan tentang diri seseorang, termasuk persepsi, keyakinan, perasaan, dan nilai-nilai yang terkait dengan dirinya”<sup>4</sup>

Setiap peserta didik pasti memiliki konsep diri, baik itu positif maupun negatif. Peserta didik dengan konsep diri positif mampu mengenali dan memahami diri mereka sendiri, sehingga dapat berperilaku secara efektif dalam berbagai situasi dan memiliki dorongan mandiri yang lebih kuat. Sejalan dengan pandangan Rakhmat, individu dengan konsep diri positif mampu bertindak berdasarkan penilaian yang baik, memiliki keyakinan pada kemampuan mereka untuk mengatasi masalah, merasa setara dengan orang lain, serta dapat menerima diri mereka apa adanya.<sup>5</sup>

Konsep diri rendah dimiliki oleh peserta didik yang memiliki pandangan negatif tentang diri mereka, merasa tidak memiliki kelebihan apapun. Menurut Burns, konsep diri negatif adalah penilaian diri yang buruk, kebencian terhadap diri sendiri, perasaan rendah diri, serta kurangnya penghargaan dan penerimaan terhadap diri. Peserta didik dengan konsep diri negatif sering merasa kurang dibandingkan dengan orang lain, sehingga menunjukkan perilaku yang mencerminkan perasaan tersebut. Mereka cenderung melihat, menilai, dan merasakan diri mereka sendiri sebagai lebih buruk dibandingkan orang lain.<sup>6</sup>

Semakin rendah atau negatif konsep diri seseorang, semakin sulit baginya untuk mencapai kesuksesan. Konsep diri yang rendah atau negatif menimbulkan rasa tidak percaya diri, ketakutan akan kegagalan, dan ketidakberanian untuk mencoba hal-hal baru dan menantang. Orang dengan konsep diri negatif sering merasa diri mereka paling kurang, pesimis, rendah diri, merasa tidak berguna, dan memiliki berbagai perasaan serta perilaku inferior lainnya. Konsep diri bukan hanya gambaran deskriptif, tetapi juga mencerminkan bagaimana individu menilai dirinya sendiri.

Konsep diri memainkan peran yang sangat penting dalam menentukan perilaku seseorang. Cara individu memandang atau menilai dirinya akan terlihat jelas dari keseluruhan perilakunya. Hurlock membagi konsep diri menjadi empat bagian. Berikut adalah jenis-jenis konsep diri tersebut yang akan diuraikan lebih lanjut.

1. Konsep diri dasar mencakup persepsi tentang penampilan, kemampuan, peran dalam kehidupan, nilai-nilai, keyakinan, dan aspirasi seseorang. Konsep diri dasar cenderung merefleksikan kenyataan sejati di mana individu melihat dirinya sesuai dengan keadaan yang sebenarnya, bukan seperti yang diharapkannya. Pandangan ini tetap konsisten dalam diri individu meskipun dalam tempat dan situasi yang berbeda.
2. Konsep diri sementara adalah konsep diri yang hanya digunakan sebagai patokan sementara. Ketika tempat dan situasi berubah, konsep ini bisa hilang. Konsep diri sementara terbentuk dari interaksi dengan lingkungan dan sangat dipengaruhi oleh suasana hati, emosi, dan pengalaman baru yang dialami.
3. Konsep diri sosial muncul berdasarkan bagaimana seseorang percaya bahwa orang lain memandang dirinya. Dengan kata lain, konsep ini tergantung pada sikap dan tindakan orang lain terhadap dirinya. Konsep diri sosial diperoleh melalui interaksi sosial dengan orang lain.

---

<sup>4</sup> Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik: Panduan Bagi Orang Tua Dan Guru Dalam Memahami Psikologi Anak*. hal. 163.

<sup>5</sup> Jalaluddin Rakhmat, *Psikolog Komunikasi* (Simbiosis Rekatama Media, Bandung, 2018)., hal. 104.

<sup>6</sup> Ratna D. Astuti, "Identifikasi Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Konsep Diri Siswa Sekolah Dasar Negeri Mendungan I Yogyakarta, 2014, 140.

4. Konsep diri ideal adalah persepsi dan keyakinan remaja tentang diri mereka yang diharapkan atau yang ingin mereka capai dan miliki.<sup>7</sup>

Berdasarkan penjelasan sebelumnya mengenai jenis-jenis konsep diri, terlihat bahwa Hurlock mengklasifikasikan konsep diri menjadi empat bagian: konsep diri dasar, konsep diri sementara, konsep diri sosial, dan konsep diri ideal.

### **B. Kemandirian Dan Tanggung Jawab dalam Perkembangan**

Kemandirian adalah kekuatan internal individu yang dikembangkan melalui proses individuasi. Individuasi merupakan proses di mana seseorang mencapai kemandirian dan menuju puncak kesempurnaan diri.<sup>8</sup> Kemandirian adalah evolusi pribadi untuk mencapai tingkat mandiri yang lebih tinggi. Kemandirian dalam pembelajaran mencakup jenis belajar di mana pembelajar memiliki kebebasan untuk menentukan tujuan, sumber, dan metode pembelajaran sesuai dengan kebutuhan mereka sendiri. Dalam proses belajar, pembelajar aktif berpartisipasi dalam menentukan materi yang akan dipelajari serta cara untuk memahaminya.<sup>9</sup> Kemandirian belajar merujuk pada pengaturan program pembelajaran yang disusun sedemikian rupa sehingga setiap pembelajar dapat memilih dan mengatur sendiri materi serta kemajuan belajar mereka. Ini menggambarkan sebuah proses belajar yang dipacu oleh inisiatif, pilihan, dan tanggung jawab pribadi dari pembelajar.

Kemandirian belajar memberikan kebebasan, tanggung jawab, dan kewenangan yang luas kepada pembelajar dalam merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi proses pembelajarannya. Berdasarkan definisi ini, kemandirian belajar adalah sikap individu yang berkembang secara bertahap, di mana individu terus belajar untuk mandiri dalam menghadapi berbagai situasi, serta mampu berpikir dan bertindak secara mandiri tanpa perlu bergantung pada bantuan orang lain. Dalam membentuk kemandirian, peran orang tua sangat penting untuk mengembangkan kemandirian pada anak dengan menjalin komunikasi yang baik, memahami karakteristik dan tingkat perkembangan anak. Hal ini membantu membangun hubungan yang baik antara orang tua dan anak. Selain itu, sebagai orang tua, penting untuk memberikan kesempatan kepada anak untuk melatih kemampuan mereka dalam membuat pilihan sendiri dan mengatasi tantangan yang dihadapi. Pendekatan ini juga membiasakan anak untuk bertanggung jawab terhadap keputusan yang mereka buat.<sup>10</sup>

Belajar mandiri, menurut Hasan Basri, memiliki karakteristik yang meliputi kemampuan untuk menerima realitas kehidupan, berpikir secara jernih dan progresif, mampu membuat orang lain bahagia atau senang, mengambil keputusan berdasarkan pertimbangan rasional tanpa terpengaruh emosi, bersifat fleksibel, patuh pada aturan yang berlaku, memiliki kemampuan kerja sama dan negosiasi yang baik, bekerja secara aktif dan efisien, serta memiliki integritas dan konsistensi dalam pendiriannya.<sup>11</sup> Sementara itu, aspek kualitas dari belajar mandiri mencakup pengembangan kegiatan belajar peserta didik secara detail dan hati-hati. Proses belajar berlangsung dengan teratur dan terstruktur, di mana rencana yang telah disusun menjadi langkah-langkah terinci yang

---

<sup>7</sup> Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi perkembangan : suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (Erlangga, 1976). Elizabeth B. Hurlock, hal. 76.

<sup>8</sup> Mohammad Asrori Mohammad Ali, *Psikologi remaja : perkembangan peserta didik* (Jakarta : Bumi Aksara, 2008, 2008), hal. 114.

<sup>9</sup> Belle dan William Kozma, Kozma, hal. 61. "Teori kemKozma, kemandirian belajar."

<sup>10</sup> Enung Fatimah, *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*, hal. 146. (Bandung: Pustaka Setia, 2006) <[https://opac.iainbengkulu.ac.id/index.php?p=show\\_detail&id=16502](https://opac.iainbengkulu.ac.id/index.php?p=show_detail&id=16502)>.

<sup>11</sup> Hasan Basri, *Keluarga sakinah : tinjauan psikologi dan agama* (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 1995.), hal. 108.

memecah setiap konsep materi yang diajarkan. Meskipun langkah-langkah ini bisa bervariasi dalam kompleksitasnya, urutannya harus diperhatikan dengan seksama. Penggunaan kegiatan dan sumber belajar dipilih secara selektif sesuai dengan tujuan pembelajaran yang ditetapkan. Setiap langkah dinilai sebelum melanjutkan ke tahap berikutnya dan harus dikuasai dengan baik. Jika ada hambatan, peserta didik diberi kesempatan untuk mengulang materi yang telah dipelajari. Dengan demikian, peserta didik diberdayakan secara terus-menerus untuk menyelesaikan tugas-tugas mereka, memperoleh umpan balik langsung terhadap hasil belajar atau usaha mereka, dan mencapai keberhasilan dalam segala hal yang mereka lakukan.<sup>12</sup>

### **C. Resiliensi dalam Perkembangan Remaja**

Resiliensi adalah kemampuan untuk menghadapi tantangan dan kesulitan yang memungkinkan individu untuk terus berkembang, seperti yang dikemukakan oleh Connor dan Davidson. Menurut Luthar dan Cicchetti, resiliensi merupakan bentuk adaptasi positif terhadap pengalaman-pengalaman yang sulit, bahkan yang dapat menyebabkan trauma, melalui proses yang dinamis.<sup>13</sup>

Rinaldi mengatakan bahwa resiliensi adalah prestasi individu dalam mengatasi tekanan yang muncul dalam kehidupannya.<sup>14</sup> Lebih jauh, Reivich & Shatte menyatakan bahwa resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi dan menyesuaikan diri dengan masalah-masalah yang muncul dalam kehidupan individu yang penuh tantangan.<sup>15</sup>

Menurut Reivich dan Shatte dalam Sri Mulyani Nasution ada tujuh kemampuan yang membentuk resiliensi, yakni :<sup>16</sup>

1. Regulasi emosi merupakan keterampilan kunci dalam memahami dan mengelola emosi, baik pada diri sendiri maupun orang lain. Fokus dan ketenangan membantu individu merasakan efek relaksasi yang memungkinkan pengendalian emosi yang lebih baik.
2. Pengendalian impuls adalah kemampuan untuk mengelola tekanan dan menahan keinginan yang timbul. Individu dengan kemampuan impuls rendah cenderung sulit mengatur pikiran, perilaku, dan perubahan emosi.
3. Optimisme adalah sikap yang dimiliki individu resilien terhadap harapan masa depan. Tingkat produktivitas tinggi dan kecenderungan rendah terhadap depresi seringkali terkait dengan tingginya tingkat optimisme.
4. Kemampuan analisis masalah memungkinkan individu untuk mengidentifikasi dengan tepat akar permasalahan yang dihadapi, sehingga mereka tidak mengarahkan kesalahan kepada orang lain secara semena-mena. Ini membantu mereka memulai proses penyelesaian masalah secara efektif.
5. Empati adalah kemampuan untuk merasakan dan memahami secara mendalam perasaan dan pengalaman pribadi orang lain. Melalui empati, terjalin hubungan yang kuat dan pengertian yang lebih baik antar individu.

---

<sup>12</sup> Jerrold E. Kemp, *Proses perancangan pengajaran* (Penerbit ITB, 1994). hal. 155.

<sup>13</sup> Ardina Sulha Putri dan Qurotul Uyun, "Hubungan tawakal dan resiliensi pada santri remaja penghawal Al Quran di Yogyakarta," *Jurnal Psikologi Islam*, 4.1 (2017), 77–87.

<sup>14</sup> R. Rinaldi, "Resiliensi Pada Masyarakat Kota Padang Ditinjau dari Jenis Kelamin," *Jurnal Ilmiah Psikologi Gunadarma*, 3.2 (2010), 100.

<sup>15</sup> SALSABILA WAHYU HADIANTI, NUNUNG NURWATI, dan RUDI SAPRUDIN DARWIS, "Resiliensi Remaja Berprestasi Dengan Latar Belakang Orang Tua Bercerai," *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, (2017), 225 <<https://doi.org/10.24198/jppm.v4i2.14278>>.

<sup>16</sup> Sri Mulyani Nasution, *Resiliensi daya pegas menghadapi trauma kehidupan* (Medan USU Press 2011). *Resiliensi daya pegas menghadapi trauma kehidupan*, 18-24

6. Keyakinan pada efikasi diri adalah keyakinan individu bahwa mereka memiliki kemampuan untuk mengatasi tantangan yang dihadapi dalam hidup mereka.
7. Pencapaian mencerminkan kemampuan individu untuk melihat masalah sebagai tantangan hidup yang bisa diatasi, bukan sebagai ancaman yang menakutkan. Hal ini memungkinkan individu untuk mengadaptasi diri dan berhasil menyelesaikan masalah yang mereka hadapi.

#### **D. Hubungan Interpersonal Peserta Didik**

Hubungan interpersonal merujuk pada interaksi antara individu yang melibatkan komunikasi baik secara lisan maupun non-verbal. Kemampuan dalam hubungan interpersonal merupakan kemampuan individu untuk membangun dan menjaga hubungan yang positif dengan orang lain dalam berbagai konteks sosial.<sup>17</sup>

Menurut Knapp, interaksi sosial dapat membangun kedekatan dan rasa kebersamaan, tetapi juga dapat menyebabkan seseorang merasa jauh dan terasing dari hubungan interpersonal. Bagi peserta didik, interaksi sosial pertama kali terjadi di lingkungan keluarga, terutama dengan orang tua. Seiring dengan perkembangan sosial mereka, interaksi sosial meluas ke lingkungan yang lebih luas, seperti sekolah dan interaksi dengan teman-teman mereka.

- a. Karakteristik interaksi anak usia sekolah dengan keluarga, Masa usia sekolah dilihat sebagai waktu di mana anak mulai terlibat dalam kehidupan sosial yang lebih luas daripada hanya keluarga. Meskipun begitu, orangtua tetap memainkan peran penting dalam adaptasi anak terhadap perubahan ini, karena mereka tetap menjadi titik pusat dalam kehidupan anak. Hubungan yang baik antara orangtua dan anak akan terjalin lebih baik jika ada saling keterbukaan.

Dengan perkembangan kognitif yang semakin matang, anak usia sekolah mulai belajar lebih banyak tentang sikap dan motivasi orangtua mereka, serta memahami aturan-aturan keluarga. Hal ini membantu mereka dalam mengontrol perilaku mereka dengan lebih baik. Perubahan ini memiliki dampak signifikan terhadap kualitas hubungan antara anak-anak usia sekolah dan orangtua mereka.

- b. Karakteristik hubungan remaja dengan keluarga, Perubahan fisik, kognitif, dan sosial yang terjadi selama masa remaja memiliki pengaruh besar terhadap hubungan antara remaja dan orangtua. Salah satu ciri khas dari remaja yang mempengaruhi hubungan mereka dengan orangtua adalah upaya untuk mencapai otonomi, baik secara fisik maupun psikologis. Karena remaja menghabiskan waktu lebih sedikit bersama orangtua dan lebih banyak dengan dunia sosial yang lebih luas, mereka mulai mengeksplorasi berbagai nilai dan ide. Hal ini sering kali menyebabkan remaja menantang pandangan orangtua dan mengembangkan identitas dan gagasan mereka sendiri.

Beberapa teori dan penelitian kontemporer menunjukkan bahwa otonomi yang sehat berkembang dari hubungan positif dan mendukung dengan orangtua. Ini memberikan ruang bagi remaja untuk menyatakan perasaan mereka, baik yang positif maupun negatif, yang pada gilirannya mendukung pengembangan keterampilan sosial dan otonomi yang bertanggung jawab. Dengan demikian, keterlibatan dengan orangtua selama masa remaja dapat berfungsi secara adaptif, memberikan fondasi

---

<sup>17</sup> Bayu Febrianto, "Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Kemampuan Hubungan Interpersonal Pada Anggota Ub ( Universitas Brawijaya ) Fitness Center," 2013,.

yang stabil bagi remaja untuk mengeksplorasi dunia sosial yang baru dan kompleks secara psikologis dengan cara yang sehat.

- c. Hubungan dengan Teman sebaya, memiliki peran yang serupa dengan orangtua bagi anak usia sekolah. Mereka dapat memberikan dukungan emosional dan rasa aman saat anak mengalami kecemasan. Sering kali, anak yang cenderung penakut dapat berubah menjadi lebih berani berkat pengaruh positif dari teman sebaya. Berbagai aspek perkembangan hubungan peserta didik dengan teman sebaya dapat diamati dalam konteks ini.
- d. Karakteristik hubungan anak usia sekolah dengan teman sebaya Menurut Barker dan Wright.<sup>18</sup> pada usia 2 tahun, anak-anak menghabiskan sekitar 10% dari waktu siang mereka untuk berinteraksi dengan teman sebaya. Pada usia 4 tahun, proporsi waktu ini meningkat menjadi 20%. Di usia 7 hingga 11 tahun, anak-anak bahkan menghabiskan lebih dari 40% waktunya untuk berinteraksi dengan teman sebaya.
- e. Pembentukan kelompok, Interaksi teman sebaya dari kebanyakan anak usia sekolah ini terjadi dalam grup atau kelompok, sehingga periode ini sering disebut “usia kelompok”. Pada usia ini, anak tidak lagi puas bermain sendirian di rumah, atau melakukan kegiatan-kegiatan dengan anggota keluarganya. Hal tersebut membuktikan bahwa anak memiliki keinginan untuk diterima sebagai anggota kelompok, serta merasa tidak puas bila tidak bermain bersama teman-temannya. Dalam pembentukan kelompok ini tercatat adanya perubahan sifat dari kelompok teman sebaya pada usia sekolah.
- f. Popularitas, penerimaan sosial dan penolakan, Pada anak usia sekolah ini mulai terlihat adanya usaha untuk mengembangkan suatu penilaian terhadap orang lain dengan berbagai cara. Kemudian pemilihan teman dari anak-anak ini terus meningkat dengan lebih mendasarkan pada kualitas pribadi, seperti kejujuran, kebaikan hati, humor, dan kreativitas.
- g. Hubungan antara Remaja dengan Sekolah, Sekolah merupakan suatu lingkungan buatan yang disusun dengan tujuan utama untuk mendidik dan membentuk generasi muda menuju tujuan tertentu, terutama dalam hal memberikan pengetahuan dan keterampilan hidup yang esensial untuk masa depan. Pengaruh sekolah terhadap perkembangan anak dan remaja sangat signifikan, mengingat mereka menghabiskan sebagian besar waktunya di sana, yakni hampir sepertiga dari hari mereka. Menurut Santrock.<sup>19</sup> Interaksi dengan guru dan teman sebaya di sekolah memberikan peluang besar bagi remaja untuk mengembangkan kemampuan kognitif dan sosial, memperoleh pengetahuan tentang dunia, serta membentuk konsep diri yang lebih positif. Sekolah berperan penting dalam mempengaruhi perkembangan anak, terutama dalam aspek identitas, melalui dua kurikulum utama: kurikulum formal yang mencakup pembelajaran akademis dan intelektual, serta kurikulum non formal yang mencakup nilai-nilai seperti prestasi akademis, motivasi belajar, tanggung jawab, kepemimpinan, dan otoritas.

## **E. Moral dan Spiritual**

Perkembangan kehidupan spiritual pada remaja tidak dapat dipisahkan dari pembentukan kepribadiannya secara menyeluruh. Kehidupan spiritual remaja merupakan bagian integral dari eksistensinya sendiri, di mana sikap dan tindakannya mencerminkan

---

<sup>18</sup> Desmita, *PERKEMBANGAN PESERTA DIDIK Panduan Bagi Orang Tua dan Guru dalam memahami Psikologi Anak Usia SD, SMP, dan SMA* ((PT REMAJA ROSDAKARYA Bandung 2014)), hal. 224.

<sup>19</sup> Santrock, J.W., *Adolences. Boston: McGraw-Hill*, 1998.

perkembangan pribadinya yang dimulai sejak ia berada dalam kandungan.<sup>20</sup> Semua pengalaman yang dialami sejak dalam kandungan memiliki dampak yang signifikan terhadap pertumbuhan pribadi seseorang. Bahkan, beberapa ahli psikologi berpendapat bahwa kepribadian seseorang pada dasarnya merupakan hasil dari akumulasi pengalaman-pengalaman masa lalu mereka.<sup>21</sup>

Masa remaja merupakan periode kritis di mana individu tidak hanya menghadapi tantangan psikologis yang signifikan tetapi juga fluktuasi emosional yang kuat. Penting untuk dicatat bahwa masa remaja bukanlah pemutusan total dari ciri-ciri masa sebelumnya. Pada periode ini, remaja mungkin rentan terhadap perasaan putus asa, keputusasaan, bahkan pemikiran untuk bunuh diri jika menghadapi rintangan yang sulit, Umar Hasyim melukiskan sebagai berikut ; *“Masa ini bisa dikatakan sebagai masa transisi, dan ini bisa merupakan masa yang berbahaya baginya, sebab ia mengalami hidup dua alam, yakni antara alam khayalan dan alam kenyataan, dimana banyak ditemukan gejala jiwa dan fisik. Transisi merupakan pindahan dalam khayalan ke dalam alam nyata, yang mana banyak kaum remaja berkhayal bahwa dirinya merupakan sefr hero dalam segala hal.....* Gejala emosional yang tidak terkendali akan membawanya ke alam yang khayal dan nyatanya tidak.<sup>22</sup>

Disinilah kita sering melihat banyak remaja yang menjadi nakal karena ingin membuktikan bahwa mereka telah dewasa, padahal kenyataannya masih jauh dari itu. Kedewasaan tidak hanya terbatas pada aspek fisik, tetapi juga mencakup kematangan mental, jiwa, dan spiritual. Selain itu, pada masa remaja, seseorang belum memiliki kestabilan emosi dan perasaan yang cukup. Ketidakstabilan ini tercermin dalam berbagai sikap mereka, yang kadang-kadang membuat mereka sulit menentukan arah masa depan, memilih karier sesuai dengan minat dan bakat, atau bahkan merencanakan pendidikan lanjutan dengan jelas. Dalam hal ini seorang ahli Granville Hall Mengemukakan ; *Masa ini sebagai perasaan yang sangat peka, remaja mengalmi badai dan topan dalam kehidupan perasaan dan emosinya Keadaan semacam ini diistilahkan sebagai “storm and stress. Tidak aneh lagi bagi orang yang mengerti kalau melihat sikap dan sifat remaja yang sesekali sangat bergairah dalam berkerja tiba-tiba berganti lesuh, kegembiraan yang meledak bertukar rasa sedih yang sangat, rasa yakin diri berganti rasa ragu yang berlebihan.*<sup>23</sup>

Dari uraian di atas, kita dapat memahami bahwa pada masa remaja, individu mengalami ketidakstabilan emosional dan perasaan yang kadang-kadang memuncak dalam situasi kritis. Remaja dihadapkan pada pertanyaan-pertanyaan yang menentukan, apakah mereka mampu mengatasi tantangan yang dihadapi atau tidak. Kemampuan remaja untuk mengatasi masalah ini mempengaruhi bagaimana mereka melanjutkan kehidupannya ke depan. Mereka yang berhasil menyelesaikan masalah tersebut sering kali dapat mengembangkan kemandirian, sementara yang tidak dapat melakukannya cenderung mengandalkan bantuan orang lain. Oleh karena itu, memahami masalah-masalah ini sangat penting untuk memahami sikap dan perilaku spiritual remaja. Banyak orang tua merasa frustrasi ketika anak remaja mereka menjadi keras kepala, sulit diatur, mudah tersinggung, dan melanggar aturan moral atau norma yang berlaku. Tidak sedikit

---

<sup>20</sup> Akmal Hawi, *seluk beluk ilmu jiwa agama, Analytical Biochemistry*, 2018, xi  
<<http://link.springer.com/10.1007/978-3-319-59379-1%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/B978-0-12-420070-8.00002-7%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.ab.2015.03.024%0Ahttps://doi.org/10.1080/07352689.2018.1441103%0Ahttp://www.chile.bmw-motorrad.cl/sync/showroom/lam/es/>>.

<sup>21</sup> Akmal Hawi, xi.

<sup>22</sup> Sudarsono, *Etika Islam tentang kenakalan remaja* (Jakarta : Rineka Cipta, 1991)Sudarsono, hal. 14..

<sup>23</sup> Sudarsono.



pula remaja yang merasa tidak diterima oleh masyarakat dewasa sehingga mereka mencari jalan mereka sendiri untuk menemukan dan mempertahankan harga diri mereka. Hal ini sering kali menimbulkan konflik dengan nilai-nilai yang dijunjung oleh masyarakat.

### **Kesimpulan**

**Konsep Diri:** Pada masa Remaja, yaitu mengalami perubahan fisik dan psikologis yang signifikan. Mereka mulai membangun konsep diri yang lebih jelas dan stabil. Proses ini melibatkan eksplorasi identitas diri, harga diri, dan penerimaan diri. Dukungan dari lingkungan sekitar sangat penting untuk membantu mereka mengembangkan konsep diri yang positif. **Kemandirian dan Tanggung Jawab:** Remaja mulai mengembangkan kemandirian dan tanggung jawab dalam berbagai aspek kehidupan. Mereka belajar mengatur waktu, mengerjakan tugas sekolah, dan bertanggung jawab atas keputusan dan tindakan mereka. Tantangan utama adalah mencapai keseimbangan antara kemandirian dan ketergantungan pada orang tua atau pengasuh. **Resiliensi:** Remaja sering diwarnai dengan tantangan dan tekanan, seperti tuntutan akademik, perubahan sosial, dan transisi ke masa remaja. Pengembangan resiliensi, atau kemampuan untuk bangkit kembali dari kesulitan, menjadi kunci untuk mengatasi tantangan ini dengan sukses. Dukungan dari keluarga, teman, dan lingkungan sekolah sangat penting dalam membangun resiliensi. **Hubungan Interpersonal:** Pada masa Remaja, hubungan interpersonal dengan teman sebaya menjadi sangat penting. Peserta didik belajar membangun dan memelihara persahabatan, mengelola konflik, dan mengembangkan keterampilan komunikasi yang efektif. Penerimaan dari teman sebaya dan kemampuan untuk bersosialisasi dengan baik sangat mempengaruhi perkembangan sosial dan emosional mereka. **Moral dan Spiritual:** Perkembangan moral dan spiritual pada masa Remaja melibatkan eksplorasi nilai-nilai, keyakinan, dan prinsip-prinsip etika. Peserta didik mulai mempertanyakan dan membangun sistem nilai mereka sendiri, serta mengembangkan pemahaman tentang spiritualitas dan makna hidup. Bimbingan dan teladan dari orang dewasa sangat penting dalam proses ini.

Perkembangan Remaja bagaikan transformasi kupu-kupu. Dari kepompong masa kanak-kanak, mereka mulai melebarkan sayap menuju masa remaja yang penuh warna. Dengan bimbingan dan dukungan yang tepat, mereka akan menjelma menjadi individu yang tangguh, mandiri, dan siap berkontribusi bagi dunia. Ingatlah: Setiap anak unik dan memiliki kecepatan perkembangannya sendiri. Berikan kasih sayang, dorongan, dan bimbingan yang sesuai agar mereka dapat berkembang dengan optimal dan mencapai potensi penuh mereka.

### **Daftar Pustaka**

- Akmal Hawi, *seluk beluk ilmu jiwa agama, Analytical Biochemistry*, 2018, XI  
<<http://link.springer.com/10.1007/978-3-319-59379-1%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/B978-0-12-420070-8.00002-7%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.ab.2015.03.024%0Ahttps://doi.org/10.1080/07352689.2018.1441103%0Ahttp://www.chile.bmw-motorrad.cl/sync/showroom/lam/es/>>
- Astuti, Ratna D., "Identifikasi Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Konsep Diri Siswa Sekolah Dasar Negeri Mendungan I Yogyakarta," *Skripsi*, 2014, 140  
<<https://eprints.uny.ac.id/14425/1/Skripsi.pdf>>
- Basri, Hasan, *Keluarga sakinah : tinjauan psikologi dan agama* (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 1995.)

- Desmita, *PERKEMBANGAN PESERTA DIDIK Panduan Bagi Orang Tua dan Guru dalam memahami Psikologi Anak Usia SD, SMP, dan SMA* ((PT REMAJA ROSDAKARYABandung 2014))
- , *Psikologi Perkembangan Peserta Didik: Panduan Bagi Orang Tua Dan Guru Dalam Memahami Psikologi Anak* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2019.)
- Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi perkembangan : suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (Erlangga, 1976)
- Enung Fatimah, *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)* (Bandung: Pustaka Setia, 2006)  
<[https://opac.iainbengkulu.ac.id/index.php?p=show\\_detail&id=16502](https://opac.iainbengkulu.ac.id/index.php?p=show_detail&id=16502)>
- Febrianto, Bayu, “Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Kemampuan Hubungan Interpersonal Pada Anggota Ub ( Universitas Brawijaya ) Fitness Center,” 2013, 1–30
- HADIANTI, SALSABILA WAHYU, NUNUNG NURWATI, dan RUDI SAPRUDIN DARWIS, “Resiliensi Remaja Berprestasi Dengan Latar Belakang Orang Tua Bercerai,” *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 4.2 (2017), 223–29 <<https://doi.org/10.24198/jppm.v4i2.14278>>
- Jalaluddin Rakhmat, *Psikologi Komunikasi* (Simbiosis Rekatama Media, Bandung, 2018)
- Jerrold E. Kemp, *Proses perancangan pengajaran* (Penerbit ITB, 1994)
- Kozma, Belle dan William, “Teori kemandirian belajar”
- Mohammad Ali, Mohammad Asrori, *Psikologi remaja : perkembangan peserta didik* (Jakarta : Bumi Aksara, 2008, 2008)
- Novilita, Hairina, dan Suharnan, “Konsep Diri AQ dan Kemandirian Belajar Siswa,” *Jurnal Psikologi*, 8.1 (2013), 619–32  
<<https://jurnal.unmer.ac.id/index.php/jpt/article/view/218>>
- Putri, Ardina Sulha, dan Qurotul Uyun, “Hubungan tawakal dan resiliensi pada santri remaja penghapal Al Quran di Yogyakarta,” *Jurnal Psikologi Islam*, 4.1 (2017), 77–87
- Rinaldi, R., “Resiliensi Pada Masyarakat Kota Padang Ditinjau dari Jenis Kelamin,” *Jurnal Ilmiah Psikologi Gunadarma*, 3.2 (2010), 100812
- Santrock, J.W., *Adolences*. Boston: McGraww-Hill, 1998
- Sri Mulyani Nasution, *Resiliensi daya pegas menghadapi trauma kehidupan* (Medan USU Press 2011)
- Sudarsono, *Etika Islam tentang kenakalan remaja* (Jakarta : Rineka Cipta, 1991)
- Utamayasa, *pertumbuhan dan perkembangan peserta didik*, ed. oleh abdul rofiq, pertama (surabaya)