

PROFIL REMAJA

Aspek	Karakteristik	Implikasi Pendidikan/Bimbingan
Self secara Fisik (The Physical Self)	<ul style="list-style-type: none"> • Ditandai dengan pertumbuhan fisik dan pencapaian kematangan seksual secara signifikan yang memiliki implikasi-implikasi psikologis. • Kebanyakan remaja, khususnya perempuan, mereaksi proses kematangan seksual tersebut dengan perasaan campur dan cemas tentang penampilan fisik dan kapabilitas. • Kematangan lebih awal cenderung memberi keuntungan pada remaja laki-laki, tetapi tidak menguntungkan bagi remaja perempuan. Bagi remaja perempuan, yang terbaik adalah matang tepat waktu, yakni ketika teman-temannya mengalami perubahan-perubahan yang sama. 	<ul style="list-style-type: none"> • Layanan informasi yang tepat dan memadai tentang pertumbuhan fisik dan kematangan seksual remaja.
Persepsi	<ul style="list-style-type: none"> • Keterampilan-keterampilan perseptual dan atensional disempurnakan selama masa remaja. • Remaja lebih baik daripada anak-anak dalam mempertahankan atensi dan menggunakannya secara selektif dan strategik untuk memecahkan masalah yang dihadapi. 	<ul style="list-style-type: none"> • Pemanfaatan keterampilan perceptual ini untuk pemecahan masalah.
Kognisi	<ul style="list-style-type: none"> • Remaja sering menunjukkan tanda-tanda operasi formal pertama pada sekitar usia 11 atau 12 tahun dan secara bertahap menguasai keterampilan-keterampilan nalar deduktif-hipotetis yang diperlukan untuk memecahkan masalah-masalah ilmiah. • Perubahan-perubahan kognitif mengakibatkan keuntungan-keuntungan perkembangan lainnya dan bisa berkontribusi terhadap confusion, rebellion (revolution), idealism, dan 	<ul style="list-style-type: none"> • Stimulasi kemampuan kognisi melalui aktivitas-aktivitas yang mengarah ke penguasaan nalar deduktif-hipotetis.

	egocentrism remaja.	
Memori dan Pemrosesan Informasi	<ul style="list-style-type: none"> • Remaja mampu menggunakan strategi-strategi memori yang lebih canggih, walaupun mereka sering bersandar pada strategi <i>rehearsal</i> yang melayani mereka ketika masalah anak-anak. • Basis-basis pengetahuan dan keterampilan metamemori remaja juga meningkat dan berkontribusi terhadap kinerja memori dan abilitas pemecahan masalah. 	<ul style="list-style-type: none"> • Latihan penggunaan memori dan pemrosesan informasi dalam pemecahan masalah.
Intelligensi dan Kreativitas	<ul style="list-style-type: none"> • Skor IQ terus stabil sebagai performans intelektual mencapai hampir level orang dewasa. • Skor-skor IQ terbukti berguna untuk memprediksi prestasi akademik remaja. 	<ul style="list-style-type: none"> • Menggunakan IQ untuk prediksi dan penilaian prestasi siswa.
Bahasa dan Pendidikan	<ul style="list-style-type: none"> • Motivasi berprestasi cenderung menurun ketika anak memasuki SMP-SMA (<i>middle and high school</i>). Berbagai hal bisa menyebabkan hal ini, termasuk karakteristik keluarga, perkembangan kognitif, <i>feedback</i> guru yang lebih negatif, tekanan-tekanan teman sebaya, pubertas, dan pribadi yang miskin—kecocokan lingkungan. • Skor murid-nurid di AS dalam matematika dan sains mendekati rata-rata internasional tetapi di bawah beberapa negara. Penelitian lintas budaya menyatakan bahwa keberhasilan sekolah-sekolah di Asia berakar pada: <ul style="list-style-type: none"> - Waktu kelas yang lebih banyak dihabiskan untuk kegiatan akademik - Lebih banyak PR - Keterlibatan orang tua yang lebih - Lebih banyak dukungan teman sebaya 	<ul style="list-style-type: none"> • Perlunya upaya-upaya untuk menjaga motivasi berprestasi dan prestasi belajar remaja melalui: <ul style="list-style-type: none"> - Keterlibatan orang tua yang bersifat mendukung. - Perlakuan dan balikan guru yang lebih positif. - Pembentukan dan pengembangan kelompok-kelompok siswa secara positif (melalui kelompok-kelompok remaja yang terkait dengan aktivitas tertentu yang diminati mereka). - Intensifikasi dan pembiasaan kultur belajar yang hakiki, bukan

	<ul style="list-style-type: none"> - Keyakinan yang kuat bahwa kerja keras memberikan hasil yang baik. 	<p>sekadar formalitas memenuhi tugas dan tuntutan sekolah.</p>
Self and Personality	<ul style="list-style-type: none"> • Selama remaja, kesadaran diri (<i>self-awareness</i>) meningkat dan konsep diri (<i>self-concept</i>) menjadi lebih psikologis, abstrak, dan terintegrasi. Harga diri (<i>self-esteem</i>) bisa menurun secara temporer pada awal remaja, khususnya di antara remaja yang menghadapi transisi sekolah dan banyak stressor. • Menyelesaikan krisis identitas vs kebingungan peran (Erikson) berarti mengalami kemajuan dari status <i>diffusion</i> and <i>foreclosure</i> ke status pencapaian <i>moratorium</i> dan <i>identitas</i>, suatu proses yang berlanjut ke masa remaja akhir dan dewasa awal serta difasilitasi oleh: <ul style="list-style-type: none"> - Perkembangan kognitif - Perlakuan orang tua yang hangat dan demokratis - Kesempatan untuk mengeksplorasi. • Dalam membangun identitas vokasional, remaja mengalami kemajuan dari tahap-tahap fantasi, tentatif, dan realistik (Ginzberg) dan berusaha mencari kecocokan antara self dan pekerjaan, tetapi pilihan-pilihan pekerjaan bagi anak muda dan perempuan yang rendah penghasilan sering menjadi hambatan. 	<ul style="list-style-type: none"> • Kesempatan untuk eksplorasi secara memadai. • Modeling dari para pendidik (OT, guru, dan guru BK—perlu menampilkan diri sebagai pribadi-pribadi yang terintegrasi). • Perlakuan pendidik yang hangat dan demokratis. • Pemberian informasi pendidikan dan karir yang memadai. • Pengalaman magang sudah bisa diinisiasi.
Peran Gender dan Seksualitas	<ul style="list-style-type: none"> • Teori biososial (Money & Ehrhardt) menekankan perkembangan biologis prenatal dan menekankan pentingnya bagaimana anak diberi label dan diperlakukan selama periode kritis untuk informasi identitas gender. • Dari perspektif psikoanalitik Freud, perkembangan peran 	<ul style="list-style-type: none"> • Pemberian peran yang tepat • Pemberian label yang tepat • Model dari orang dewasa

gender merupakan hasil dari identifikasi anak dengan orang tua yang berjenis kelamin sama.

- Teori-teori belajar sosial berfokus pada penguatan diferensial dan belajar observasional.
- Perspektif kognitif menekankan pemahaman gender dan sosialisasi diri aktif: Teori perkembangan kognitif Kohlberg menekankan bahwa anak menguasai peran gender ketika mereka menguasai konsep identitas gender, stabilitas gender, dan konsistensi gender.
- Teori skema gender memandang bahwa anak mensosialisasikan diri mereka secepat mereka memiliki identitas gender dasar dan dapat mengkonstruksi skema gender.
- Masing-masing teori memiliki suatu dukungan, tetapi tak ada yang sepenuhnya benar.

Kognisi sosial dan perkembangan moral

- Normalnya, remaja mengalami peralihan dari nalar malar prakonvensional ke konvensional dan menggabungkan nilai-nilai moral ke dalam rasa identitasnya (*sense of identity*) yang muncul.
- Namun, perilaku antisosial yang berat (yang ditunjukkan oleh sebagian remaja) tidak sekadar merupakan masalah ketidakmatangan nalar moral (walaupun banyak remaja nakal yang berada pada level prakonvensional, Kohlberg). Perilaku antisosial dapat juga ditelusuri ke defisiensi dalam keterampilan pemrosesan informasi sosial yang, menurut Dodge dan kolega-koleganya, membuat anak-anak muda cepat menentukan maksud-maksud jahat kepada orang lain

- Pentingnya pengembangan nalar dalam pendidikan moral (bukan hanya dogmatis).
- Pelatihan keterampilan pemrosesan informasi sosial.

dan meyakinkan mereka untuk melakukan agresi tersebut.

Gaya pemrosesan informasi ini bisa berasal dari:

- *Traits* temperamental yang dipengaruhi secara genetik yang menyebabkan kuatnya emosi-emosi negatif dan lemahnya kontrol emosi.
- Pengalaman-pengalaman belajar dalam keluarga, pengaruh-pengaruh kelompok sebaya yang negatif dan penolakan sebaya, serta pengaruh-pengaruh sekolah, tetangga, dan factor budaya yang lebih luas.

Attachment dan Hubungan Sosial

- Selama remaja, hubungan dengan sesama jenis kelamin dan kemudian dengan lawan jenis semakin melibatkan keintiman emosional dan pengungkapan diri (*self-disclosure*). Menurut model Dunphy, kelompok sebaya ditransformasi dari kelompok sesama jenis kelamin, ke kelompok campuran, dan akhirnya ke hubungan kencan, dengan tipe kelompok yang remaja miliki berimplikasi pada harga diri dan perkembangannya. Menurut Brown, hubungan kencan mengalami kemajuan melalui fase-fase:
 - Inisiasi
 - Status
 - Afeksi
 - Pembentukan ikatan.
- Walaupun konformitas terhadap orang tua menurun selama remaja, dan konformitas terhadap pengaruh-pengaruh sebaya yang negatif mengalami puncak sekitar usia 14 atau 15 tahun, orang tua terus menjadi kekuatan yang penting dalam kehidupan anak yang mempengaruhi pilihan-pilihan dan
- Bimbingan pergaulan yang sejalan dengan nilai dan norma yang berlaku.
- Pembentukan kelompok-kelompok sebaya yang lebih positif.
- Perlakuan pendidik (khusus OT) yang hangat dan tegas.

nilai-nilai hidup serta (jika orang tua hangat dan tegas) menjamin bahwa anak-anak mereka diperkenalkan ke pengaruh-pengaruh sebaya yang positif.

Keluarga

- Kebanyakan orang tua dan anak belasan tahun mereka dapat bekerja dengan sedikit konflik dan mempertahankan perasaan-perasaan positif untuk masing-masing yang lain sementara menegosiasikan kembali hubungan mereka untuk memungkinkan anak lebih bebas. Dengan bantuan gaya keorangtuaan yang otoritatif, banyak remaja mampu mencapai otonomi dan beralih ke hubungan yang lebih mutual dengan orang tua.
- Pentingnya penerapan gaya keorangtuaan yang otoritatif.

Psikopatologi Developmental

- Walaupun kebanyakan remaja tidak mengalami *storm & stress*, angka gangguan psikologis melonjak dari sekitar 10% pada masa anak ke 20% pada masa remaja.
- Dua masalah yang meningkat selama remaja—gangguan makan dan depresi—lebih banyak menyerang perempuan daripada laki-laki. Perempuan dengan anorexia nervosa dipengaruhi secara genetik tetapi juga cenderung untuk mengalami suatu budaya yang diobsesi dengan kekurusan, suatu keluarga yang terganggu, dan stress yang sangat kuat. Depresi dan bunuh diri juga berhubungan dengan kelemahan dan kekuatan stressors.
- Kebanyakan remaja, walaupun mereka bisa *diet* atau berpikir depresif atau bahkan berpikir bunuh diri, muncul dari periode ini sebagai orang muda yang *well-adjusted* dan kompeten.
- Komunikasi yang terbuka dengan remaja.
- Pentingnya kondisi kehidupan yang comfortable secara psikologis bagi remaja.

Tantangan Final:

- Pada saat anak mencapai remaja, mereka telah mencapai kematangan dan konsep kematian yang lebih abstrak,
- Informasi konsep kematian yang tepat sesuai dengan nilai-nilai agama yang

Kematian dan Meninggal

memahaminya sebagai akhir kehidupan final yang pasti, universal.

dianut.

- Sementara anak sering mengekspresikan kesedihannya secara tidak langsung melalui perilaku mereka, anak yang lebih tua dan remaja mengekspresikan pikiran dan perasaan sedih secara lebih langsung.
- Pada masing-masing period, reaksi-reaksi anak terhadap kesedihan atau pengetahuan bahwa mereka akan meninggal merefleksikan kebutuhan perkembangan dan tugas-tugas developmental yang mereka hadapi. Dengan demikian, ketika suatu serangan penyakit yang mengancam kehidupan dialami:
 - Kebanyakan anak dini bisa menginginkan penjaminan kembali cinta dan proteksi orang tua.
 - Kebanyakan anak usia SD bisa menginginkan untuk bersama dengan teman-teman di sekolah.
 - Kebanyakan remaja bisa menginginkan untuk mencapai sense of identity dan otonomi.

Sigelman, C.K. & Rider, E.A. (2006). *Life-Span Human Development*. 5th Ed. Belmont, CA: Thomson Wadsworth.