
REMAJA DAN TUGAS-TUGAS PERKEMBANGANNYA DALAM ISLAM

Miftahul Jannah¹

¹Dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, Banda Aceh

ABSTRAK

Perkembangan remaja penting untuk dikaji ulang, karena setiap individu melewati usia remaja dalam rentang kehidupannya. Remaja harus mampu mengembangkan seluruh potensi baik yang ada dalam dirinya sehingga mampu melewati perkembangannya tanpa stres dan penuh kebingungan. Sehingga teori yang mengatakan usia remaja adalah identik dengan usia badai dan stress adalah keliru. Saat ini semakin banyak remaja mengalami hambatan dalam melaksanakan tugas perkembangannya padahal remaja dituntut agar mampu beradaptasi dengan perkembangan zaman dengan tetap menjaga keimanan yang kokoh, tidak terlibat narkoba, aktif terhadap pornografi, melakukan seks bebas, dan menjadi korban pelecehan seksual. Adapun tujuan yang hendak dicapai adalah bagaimana perkembangan remaja mampu melewati fase kritis dengan tidak mengalami tekanan yang berat, sehingga berdampak pada perilaku negatif. Studi ini menelaah beberapa kajian teori dan menyesuaikan dengan fenomena yang terjadi saat ini, dan menunjukkan bahwa remaja saat ini sulit menjalankan tugas-tugas perkembangannya jika tidak didukung oleh lingkungan yang sehat. Penyelesaian masalah remaja memerlukan kajian ulang dengan mengkaji pengetahuan yang integratif dan komprehensif tentang bagaimana konsep remaja yang mampu membangkitkan kesadaran mereka sebagai makhluk Allah yang paling berharga di dunia dan menjadi harapan bangsa dan negara.

Kata Kunci: remaja, tugas-tugas perkembangan

ADOLESCENCE'S TASK AND DEVELOPMENT IN ISLAM

Miftahul Jannah¹

ABSTRACT

Adolescent development is important to be re-examined, because each individual pass through adolescence in their life span. Adolescent should be able to develop all their potential in theirselves so they can pass their development and tasks without stress and skepticism. So the theory that states adolescence is synonymous with the age of the storm and stress is wrong. Nowadays many teenagers have problems in carrying out their development tasks at the same time they must be succeed to adapt with the current development in maintaining their belief, not involved in drugs, addictive to pornography, sex, and become victims of sexual abuse. The goals to be achieved is how the development of adolescents are capable of passing through a critical phase without stress and pressure and has impact in negative behavior. Completion of adolescent problems require comprehensive review by assessing the integrative and comprehensive knowledge of how the concept of adolescent able to raise their awareness of being a creature of God's most precious in the world and the hope of the nation.

Keywords: adolescence, task in development

Pendahuluan

Penulis menganggap tulisan ini penting untuk dikaji kembali, meski sangat biasa namun persoalan tentang remaja tidak pernah selesai. Tulisan ini mencoba mengkombinasikan antara teori barat dan mencoba mengintegrasikan dengan kajian keislaman. Tanpa mengintegrasikan teori barat dan Islam dalam kajian perilaku manusia, maka akan mengalami kegelisahan yang tidak akan selesai pembahasannya dan tidak akan menemukan konsep manusia seutuhnya. Mengkaji persoalan remaja berarti mengkaji permasalahan remaja baik dari perilaku positif dan negatif. Perilaku positif disebabkan karena remaja telah mampu menyelesaikan tugas perkembangan sesuai dengan tahapan usianya dan perilaku negatif diduga berbanding lurus dengan permasalahan konflik dan perceraian orang tua, krisis identitas diri, pola pengasuhan *permissive* (membiarkan) tanpa kontrol dari orang-orang terdekat yakni orang tua atau *significant others* lainnya, atau tidak menerapkan nilai-nilai keislaman, contoh remaja mulai diperkenalkan alat kontrasepsi tanpa diajarkan apa itu alat kontrasepsi, siapa yang boleh menggunakan benda tersebut, dan alat kontrasepsi haram hukumnya jika digunakan oleh orang yang belum menikah. Di dalam buku-buku perkembangan Hurlock, Sunrock, dijelaskan bahwa perkembangan remaja menurut Havighurst memperkenalkan alat kontrasepsi pada remaja masuk dalam tugas-tugas perkembangan yang harus diketahui oleh remaja, tapi dalam tulisan ini penulis menghilangkan tugas perkembangan ini karena menganggap remaja saat ini sangat tidak matang dalam menerima informasi untuk diproses menjadi informasi yang baik.

Remaja adalah seseorang individu yang baru beranjak selangkah dewasa dan baru mengenal mana yang benar dan mana yang salah, mengenal lawan jenis, memahami peran dalam dunia sosial, menerima jati diri apa yang telah dianugerahkan Allah *Subhanahu wa Ta'ala* pada dirinya, dan mampu mengembangkan seluruh potensi yang ada dalam diri individu. Remaja saat ini dituntut harus siap dan mampu dalam menghadapi tantangan kehidupan dan pergaulan. Usia remaja adalah usia yang paling kritis dalam kehidupan seseorang, rentang usia peralihan dari masa kanak-kanak menuju remaja dan akan menentukan kematangan usia dewasa.

Pada usia remaja terjadi perubahan hormon, fisik, dan psikis yang berlangsung secara berangsur-angsur. Tahapan perkembangan remaja (*adolescent*) dibagi dalam 3 tahap yaitu *early* (awal), *middle* (madya), dan *late* (akhir). Masing-masing tahapan memiliki karakteristik dan tugas-tugas perkembangan yang harus dilalui oleh setiap individu agar perkembangan fisik dan psikis tumbuh dan berkembang secara matang, jika tugas perkembangan tidak dilewati dengan baik maka akan terjadi hambatan dan kegagalan dalam menjalani fase kehidupan selanjutnya yakni fase dewasa. Kematangan fisik dan psikis remaja sangat dipengaruhi oleh lingkungan keluarga yang sehat dan lingkungan masyarakat yang mendukung tumbuh kembang remaja ke arah yang positif.

Pengertian Remaja

Salah satu periode dalam rentang kehidupan individu adalah masa remaja. Fase ini merupakan segmen kehidupan yang penting dalam siklus perkembangan individu, dan merupakan masa transisi yang dapat diarahkan pada perkembangan masa dewasa yang sehat (Konopka dalam Pikunas, 1976). Masa remaja atau "*adolescence*" berasal dari bahasa latin "*adolescere*" yang berarti "tumbuh" menjadi dewasa". Apabila diartikan dalam konteks yang lebih luas, akan mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik (Piaget dalam Hurlock, 1976:206). Masa remaja menurut Hurlock (1997) diartikan sebagai suatu masa transisi atau peralihan, yaitu periode dimana individu secara fisik maupun psikis berubah dari masa kanak-kanak ke masa dewasa.

Psikolog G. Stanley Hall "*adolescence is a time of "storm and stress"*. Artinya, remaja adalah masa yang penuh dengan "badai dan tekanan jiwa", yaitu masa di mana terjadi perubahan besar secara fisik, intelektual dan emosional pada seseorang yang menyebabkan kesedihan dan kebingungan (konflik) pada yang bersangkutan, serta menimbulkan konflik dengan lingkungannya (Seifert & Hoffnung). Dalam hal ini, Sigmund Freud dan Erik Erikson meyakini bahwa perkembangan di masa remaja penuh dengan konflik. Menurut pandangan teori kedua, masa remaja bukanlah masa yang penuh dengan konflik seperti yang digambarkan oleh pandangan yang pertama. Banyak remaja yang mampu beradaptasi dengan baik terhadap perubahan yang terjadi pada dirinya, serta mampu beradaptasi dengan baik terhadap perubahan kebutuhan dan harapan dari orang tua dan masyarakatnya. Bila dikaji, kedua pandangan tersebut ada benarnya, namun sangat sedikit remaja yang mengalami kondisi yang benar-benar ekstrim seperti kedua pandangan tersebut (selalu penuh konflik atau selalu dapat beradaptasi dengan baik). Kebanyakan remaja mengalami kedua situasi tersebut (penuh konflik atau dapat beradaptasi dengan mulus) secara bergantian (fluktuatif).

"Selanjutnya Monks, dkk, (1999:262) membatasi masa remaja yang berkisar dari usia 12 sampai 21 tahun yakni sampai selesainya pertumbuhan fisik. Pada masa remaja ini individu mencapai pertumbuhan fisik yang maksimal, dan pada masa ini pula mencapai kematangan kemampuan reproduksi. Kematangan ini menyebabkan remaja mempunyai perhatian terhadap lawan jenisnya, dan remaja akan berusaha untuk memikat lawan jenisnya tersebut. Selain pertumbuhan fisik, pada masa ini akan terjadi juga perkembangan fungsi-fungsi psikologis yang ditandai dengan peningkatan kekuatan mental, kemampuan berpikir, kemampuan dalam memahami, dan kemampuan dalam mengingat. Dengan adanya peningkatan dalam kemampuan tersebut maka remaja mempunyai perhatian terhadap lingkungan sosial dan intelektual. Dengan memperhatikan pengertian remaja yang dikemukakan diatas, dapat disimpulkan bahwa masa remaja merupakan suatu fase pertumbuhan dari anak yang belum matang menuju orang dewasa yang matang, suatu

periode transisi secara biologis, psikologis, dan sosial. Perubahan ini terjadi dengan sangat cepat dan terkadang tanpa kita sadari.

Perubahan fisik yang menonjol adalah perkembangan tanda-tanda seks sekunder, serta perubahan perilaku dan hubungan sosial dengan lingkungannya. Perubahan-perubahan tersebut dapat mengakibatkan kelainan maupun penyakit tertentu bila tidak diperhatikan dengan seksama. Maturasi seksual terjadi melalui tahapan-tahapan yang teratur yang akhirnya mengantarkan anak siap dengan fungsi fertilitasnya, laki-laki dewasa dengan spermatogenesis, sedangkan anak perempuan dengan ovulasi. Di samping itu, juga terjadi perubahan psikososial anak baik dalam tingkah laku, hubungan dengan lingkungan serta ketertarikan dengan lawan jenis. Perubahan-perubahan tersebut juga dapat menyebabkan hubungan antara orangtua dengan remaja menjadi sulit apabila orangtua tidak memahami proses yang terjadi. Perubahan perkembangan remaja ini yang dapat diatasi jika kita mempelajari proses perkembangan seorang anak menjadi dewasa. Diperlukan teknik komunikasi klinik khusus untuk melakukan anamnesis terhadap remaja, sedangkan pada pemeriksaan fisik diperlukan ruangan khusus terutama untuk melakukan penilaian pubertas. Untuk melakukan pengobatan yang efektif tentunya. *Adolescent* atau remaja merupakan periode kritis peralihan dari anak menjadi dewasa. Pada remaja terjadi perubahan hormonal, fisik, psikologis maupun sosial yang berlangsung secara sekuensial. Pada anak perempuan pubertas terjadi pada usia 8 tahun sedangkan anak laki-laki terjadi pada usia 9 tahun. Faktor genetik, nutrisi, dan faktor lingkungan lainnya dianggap berperan dalam pubertas. Perubahan fisik yang terjadi pada periode pubertas ini juga diikuti oleh maturasi emosi dan psikis. Secara psikososial, pertumbuhan pada masa remaja (*adolescent*) dibagi dalam 3 tahap yaitu *early*, *middle*, dan *late adolescent*. Masing-masing tahapan memiliki karakteristik tersendiri. Segala sesuatu yang mengganggu proses maturasi fisik dan hormonal pada masa remaja ini dapat mempengaruhi perkembangan psikis dan emosi sehingga diperlukan pemahaman yang baik tentang proses perubahan yang terjadi pada remaja dari segala aspek.

Dalam perkembangan kepribadian seseorang maka remaja mempunyai arti khusus, namun begitu masa remaja tidak jelas statusnya dalam rangkaian proses perkembangan seseorang. Monks, dkk, (1999:259) lebih lanjut mengatakan bahwa sesungguhnya remaja tidak mempunyai tempat yang jelas, ia tidak termasuk golongan anak, tetapi tidak termasuk golongan dewasa atau golongan tua. Remaja masih belum mampu menguasai fungsi-fungsi fisik maupun psikisnya. Gejala psikologis yang mencirikan remaja adalah sifat-sifat masa transisi atau peralihan, dimana remaja belum memperoleh status sebagai orang dewasa, akan tetapi mereka tidak lagi memiliki status masa kanak-kanak.

Ausbel (1965) dalam Monks, dkk (1999:260) menyebut status orang dewasa sebagai status *primer*. Hal ini berarti bahwa status tersebut di peroleh berdasarkan kemampuan dan usaha

sendiri. Status anak adalah status yang di peroleh (*derived*), artinya tergantung dari apa yang diberikan oleh orangtua dan anggota masyarakat lainnya. Remaja berada dalam status “*interim*” sebagai akibat dari posisi yang sebagian diberikan oleh orangtua dan sebagian diperoleh melalui usaha sendiri yang selanjutnya memberikan prestise tertentu pada masa remaja tersebut. Status *interim* berhubungan dengan masa peralihan yang muncul setelah kematangan seksual (pubertas).

Dalam Islam usia remaja adalah usia yang paling dibanggakan, bukan hanya memperhatikan pertumbuhan, perkembangan serta perubahan biologis remaja saja, namun yang lebih penting mempersiapkan remaja menjadi generasi yang paham dalam mengintegrasikan nilai-nilai akhlak, iman, dan pengetahuan. Remaja harus sadar bahwa ketika terjadi perubahan hormon dan fisik bukan berarti mereka boleh melakukan apa yang orang dewasa lakukan. Memperkenalkan alat kontrasepsi pada remaja adalah salah besar jika tidak diberi pengetahuan bahwa alat tersebut hanya untuk pasangan yang sudah menikah. Berbeda dengan beberapa teori perkembangan remaja dari non muslim yang mengajarkan bahwa tugas perkembangan remaja salah satunya adalah memperkenalkan bagaimana etika dalam berhubungan seks dengan menggunakan alat kontrasepsi, seolah-olah ketika anak beranjak usia remaja mereka boleh melakukan hubungan seks bebas. Sekarang konsep ini mulai meracuni remaja kita di Indonesia dan Aceh pada khususnya.

Islam sangat memperhatikan remaja, ada hal-hal yang boleh dilakukan dan tidak, misalnya remaja tidak boleh lagi meninggalkan shalat, tidur terpisah dengan orang tua, meminta izin kalau masuk ke kamar orang tua, menjaga aurat meskipun di dalam rumah dan ketika keluar dari kamar mandi tidak boleh telanjang, menjaga pergaulan bebas laki-laki dan perempuan, mengenal akibat dan bahaya menonton pornografi. Remaja dianjurkan dekat dengan Allah dalam melaksanakan rutinitas keagamaan seperti shalat berjamaah, mengaji, berkumpul dengan teman sebaya (*peer group*) dalam hal-hal positif dalam mengembangkan kreatifitas dan keterampilan yang mereka miliki, menumbuhkan sikap peduli dan empathy kepada orang lain. Remaja harus selalu dalam kontrol dan bimbingan dari orang tua mereka, karena masih sangat labil dan cepat terpengaruh dengan hal-hal yang belum mereka pahami dan kenali.

Remaja harus sadar bahwa manusia adalah ciptaan Allah yang paling sempurna, dan seluruh ciptaan Allah di dunia ini adalah wujud kebesaran Allah Swt dan seluruh isi bumi dipersembahkan hanya untuk kesejahteraan dan kebahagiaan manusia, (Al Baqarah:29). Remaja harus memiliki jiwa-jiwa yang sempurna dengan menggunakan seluruh potensi kebaikan yang ada dalam diri ke arah yang positif, (as-Syams 8-10). Remaja harus memiliki pengetahuan bahwa ciptaan Allah yang paling bernilai di dunia ini adalah mereka, yang mampu menjaga dan melindungi seluruh isi jagad raya yang ada di bumi, dan pada akhirnya hanya untuk mengabdikan kepada Allah Swt.

Perubahan Fisik pada Pubertas

Perubahan yang paling dirasakan oleh remaja pertama kali adalah perubahan fisik. Pada masa remaja ditandai dengan adanya pertumbuhan fisik yang cepat, dan hal ini dipandang sebagai suatu hal yang penting sehingga berdampak pula pada aspek psikologis. Tanda-tanda perubahan fisik dari masa remaja terjadi dalam konteks pubertas, yang mana dalam konteks ini kematangan organ-organ seks dan kemampuan reproduktif bertumbuh dengan cepat. Menurut Zigler dan Severson (dalam Desmita, 2008) secara garis besar perubahan fisik pada masa remaja dapat dikelompokkan dalam dua kategori yaitu perubahan-perubahan yang berhubungan dengan pertumbuhan fisik dan perubahan-perubahan yang berhubungan dengan perkembangan karakteristik seksual. Beberapa dimensi perkembangan fisik pada masa remaja akan diuraikan dalam ulasan berikut. Pada fase pubertas terjadi perubahan fisik sehingga pada akhirnya seorang anak akan memiliki kemampuan bereproduksi. Terdapat lima perubahan khusus yang terjadi pada pubertas yaitu, penambahan tinggi badan yang cepat, perkembangan seks sekunder, perkembangan organ-organ reproduksi, perubahan komposisi tubuh serta perubahan sistem sirkulasi dan sistem respirasi yang berhubungan dengan kekuatan dan stamina tubuh. Perubahan fisik yang terjadi pada periode pubertas berlangsung dengan sangat cepat dalam sekuens yang teratur dan berkelanjutan. Tinggi badan anak laki-laki bertambah kira-kira 10 cm per tahun, sedangkan pada perempuan kurang lebih 9 cm per tahun.

Perubahan Tinggi dan Berat Badan

Tinggi rata-rata anak laki-laki dan perempuan pada usia 12 tahun adalah sekitar 59 atau 60 inci (± 150 cm). Pada usia 18 tahun, tinggi rata-rata remaja laki-laki adalah 69 inci, sedangkan tinggi rata-rata remaja perempuan hanya 64 inci. Untuk anak perempuan tingkat pertumbuhan tertinggi terjadi pada usia sekitar 11 atau 12 tahun dan 13 dan 14 tahun untuk anak laki-laki. Dalam tahun itu tinggi kebanyakan anak perempuan bertambah sekitar 3 inci dan tinggi kebanyakan anak lelaki bertambah lebih dari 4 inci (Zigler dan Severson, dalam Desmita, 2008). Faktor yang menyebabkan laki-laki rata-rata lebih tinggi dari perempuan adalah karena laki-laki memulai pertumbuhan mereka dua tahun lebih lambat dibandingkan dengan anak-anak perempuan. Dengan demikian anak laki-laki mengalami penambahan pertumbuhan selama dua tahun pada masa anak-anak. Tinggi rata-rata anak perempuan terjadi pada saat ia memulai masa percepatan pertumbuhan, yakni sekitar 54 atau 55 inci, sedangkan bagi laki-laki sekitar 59 atau 60 inci. Karena penambahan tinggi anak laki-laki dan perempuan selama masa remaja sekitar 9 atau 10 inci maka perempuan pada akhirnya lebih pendek dibanding dengan rata-rata laki-laki. (Seifert dan Hoffnung, dalam Desmita, 2008).

Perubahan Proporsi Tubuh

Pertambahan tinggi dan berat badan berhubungan juga dengan proporsi tubuh. Misalnya bagian-bagian tubuh tertentu yang dulunya kecil saat masa anak-anak, pada masa remaja berubah menjadi besar. Hal ini dapat dilihat dengan jelas pada pertumbuhan tangan dan kaki, yang kadang tidak proporsional. Perubahan lain dalam proporsi tubuh juga terlihat pada perubahan ciri-ciri wajah, di mana wajah anak-anak mulai menghilang. Terjadi perubahan struktur kerangka, pertumbuhan otot. Pertumbuhan otot ini berkembang seiring dengan bertambahnya tinggi badan. Pertumbuhan otot laki-laki lebih cepat karena mereka memiliki lebih banyak jaringan otot.

Kematangan Seksual

Kematangan seksual terjadi dengan pesat pada awal masa remaja. Periode ini disebut masa pubertas. Kematangan seksual sebagai suatu rangkaian perubahan fisik pada masa remaja ditandai dengan perubahan ciri-ciri seks primer (*primary sex characteristics*) dan ciri-ciri seks sekunder (*secondary sex characteristics*).

Perubahan Ciri-Ciri Seks Primer

Yang dimaksud dengan ciri-ciri seks primer adalah ciri-ciri fisik yang secara langsung menunjuk pada proses reproduksi yang khas membedakan laki-laki dan perempuan. Dengan demikian antara laki-laki dan perempuan terdapat perbedaan ciri-ciri seks primer. Pada remaja pria, perubahan ciri-ciri seks primer dapat dilihat pada pertumbuhan yang cepat pada penis dan skrotum dan mengalami mimpi basah untuk pertama kalinya. Perubahan ini sangat dipengaruhi oleh hormon perangsang yang diproduksi oleh kelenjar bawah otak (*pituitary gland*). Hormon ini merangsang testis yang terdapat pada skrotum sehingga testis menghasilkan hormon testosteron dan androgen serta spermatozoa. Sperma yang diproduksi ini memungkinkan untuk mengadakan reproduksi. Pada remaja wanita, perubahan ciri-ciri seks primer ditandai dengan *menarche* atau munculnya periode menstruasi untuk pertama kalinya. Munculnya peristiwa menstruasi sangat dipengaruhi oleh perkembangan indung telur (*ovarium*), yang berfungsi memproduksi sel-sel telur (*ovum*) serta hormon estrogen dan progesteron. Hormon progesteron bertugas mematangkan sel telur sehingga siap untuk dibuahi. Sementara hormon estrogen berfungsi membantu pertumbuhan ciri kewanitaan pada tubuh seseorang seperti pembesaran payudara dan pinggul serta mengatur siklus haid. Ketika percepatan pertumbuhan mencapai puncaknya ciri-ciri seks primer pada wanita meliputi ovarium, uterus, vagina, labia dan klitoris mengalami perkembangan pesat.

Perubahan Ciri-Ciri Seks Sekunder

Ciri-ciri seks sekunder merupakan tanda-tanda fisik yang tidak berhubungan secara langsung dengan proses reproduksi namun menjadi penanda khas yang membedakan seorang laki-

laki dan perempuan; merupakan konsekuensi dari bekerjanya hormon-gormon pria dan wanita. Pada anak lelaki, ciri-ciri seks sekunder yang terjadi antara lain tumbuhnya kumis dan janggut, jakun, suara menjadi berat, bahu dan dada melebar, tumbuh bulu di ketiak, dada, kaki, tangan dan daerah kelamin serta otot-otot menjadi kuat. Pada anak perempuan tanda-tanda fisik ini berupa payudara dan pinggul membesar, suara menjadi halus, tumbuh bulu di ketiak dan sekitar organ reproduksi. Pada fase pubertas terjadi perubahan fisik sehingga pada akhirnya seorang anak akan memiliki kemampuan untuk bereproduksi.

Karakteristik Masa Remaja

Sebagaimana halnya dengan semua periode yang penting selama rentang kehidupan, masa remaja mempunyai karakteristik atau ciri-ciri tertentu yang membedakannya dengan periode sebelum dan sesudahnya. Ciri-ciri tersebut secara singkat dikemukakan oleh Hurlock (1997) sebagai berikut :

1) Masa Remaja sebagai Masa Peralihan

Suatu peralihan tidak terputus dengan atau berubah dari apa yang telah terjadi sebelumnya, akan tetapi lebih merupakan sebuah peralihan dari satu tahap perkembangan ke tahap berikutnya. Hal ini berarti bahwa apa yang telah terjadi sebelumnya akan meninggalkan bekasnya pada apa yang terjadi sekarang dan waktu yang akan datang, yang mempengaruhi pola prilaku dan sikap baru. Osterrieth (dalam Hurlock,1997:207) lebih lanjut mengatakan bahwa struktur psikis anak remaja berasal dari masa kanak-kanak, dan banyak ciri yang umumnya dianggap sebagai ciri yang khas remaja sudah ada pada akhir masa kanak-kanak. Perubahan fisik yang terjadi selama tahun awal masa remaja mempengaruhi tingkat perilaku individu. Dalam setiap periode peralihan, status individu tidak jelas dan terdapat keraguan akan peran yang harus dilakukan. Pada masa ini, remaja bukan lagi seorang anak dan juga bukan orang dewasa. Dalam situasi seperti pada masa ini akan memberi keuntungan bagi remaja, karena status memberi waktu padanya untuk mencoba gaya hidup yang berbeda dan menentukan pola perilaku, nilai dan sifat yang paling sesuai bagi dirinya.

2) Masa Remaja sebagai Masa Perubahan

Tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku selama masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Selama awal masa remaja, ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat, perubahan perilaku dan sikap juga berlangsung dengan pesat. Ada empat perubahan yang sama yang hampir bersifat universal, yakni: *pertama*, meningginya emosi, yang intensitasnya bergantung pada tingkat perubahan fisik dan psikologi yang terjadi. Perubahan informasinya biasanya berlangsung lebih

cepat selama awal masa remaja, maka meningginya emosi lebih menonjol pada masa awal periode akhir masa remaja, *Kedua*, perubahan tubuh, minat dan peran yang diharapkan oleh kelompok sosial untuk diperankan, menimbulkan masalah baru. Bagi remaja muda masalah baru yang timbul tampaknya lebih banyak dan sulit diselesaikan dibandingkan dengan masalah sebelumnya. Remaja akan tetap merasa ditimbuni masalah, sampai ia sendiri dapat menyelesaikannya menurut kepuasannya, *Ketiga*, dengan berubahnya minat dan pola perilaku, maka nilai-nilai juga berubah. Sesuatu yang pada masa kanak-kanak dianggap penting, sekarang setelah hampir dewasa tidak penting lagi. Misalnya, sebagian remaja tidak lagi menganggap bahwa banyaknya teman merupakan merupakan petunjuk popularitas yang lebih penting daripada sifat-sifat yang dikagumi dan dihargai oleh teman-teman sebaya. Sekarang mereka mengerti bahwa bahwa kualitas lebih penting dari kuantitas, *Keempat*, sebagian besar remaja bersifat ambivalen terhadap setiap perubahan. mereka menginginkan dan menuntut kebebasan, tetap mereka sering takut bertanggung jawab akan akibatnya dan meragukan kemampuan mereka untuk dapat mengatasi tanggung jawab tersebut.

3) Masa Remaja sebagai Usia Bermasalah

Setiap periode mempunyai masalahnya sendiri-sendiri, akan tetapi masalah remaja sering menjadi masalah yang sulit diatasi baik oleh anak laki-laki maupun anak perempuan. Terdapat dua alasan bagi kehidupan tersebut. *Pertama*, sepanjang masa kanak-kanak, masalah anak-anak sebagian besar diselesaikan oleh orang tua dan guru-guru, sehingga kebanyakan remaja tidak berpengalaman dalam mengatasi masalah. *Kedua* karena para remaja merasa diri mandiri, sehingga mereka ingin mengatasi masalahnya sendiri, menolak bantuan orang tua dan guru-guru.

4) Masa Remaja sebagai Usia yang Menimbulkan Ketakutan

Banyak anggapan populer tentang remaja yang mempunyai arti yang bernilai, namun sayang banyak diantaranya yang bersifat negatif (Majeres, dalam Hurlock, 1997:208). Anggapan *stereotip* budaya bahwa remaja adalah anak-anak yang tidak rapih, yang tidak dapat di percaya cenderung merusak dan berperilaku merusak, menyebabkan orang dewasa yang harus membimbing dan mengawasi kehidupan remaja muda takut bertanggung jawab dan bersikap tidak simpatik terhadap perilaku remaja yang normal. *Stereotip* cukup dikenal juga mempengaruhi konsep diri dan sikap remaja terhadap dirinya sendiri. Berkaitan dengan masalah *stereotip* budaya remaja, Antony (1969:78) menjelaskan bahwa, “ *stereotip* juga berfungsi sebagai cermin yang ditegakkan masyarakat bagi remaja, yang menggambarkan citra diri remaja sendiri yang lambat laun dianggap sebagai gambaran yang asli dan remaja membentuk perilakunya sesuai dengan gambaran ini”. Menerima *stereotip* ini dan adanya keyakinan bahwa orang dewasa mempunyai pandangan buruk

terhadap remaja, membuat peralihan mereka ke masa dewasa menjadi sulit. Hal ini menimbulkan banyak pertentangan dengan orang tua, dan antara orang dengan anak terjadi jarak yang menghalangi anak untuk meminta bantuan orang tua untuk mengatasi masalahnya.

5) Masa Remaja sebagai Masa yang Tidak Realistis

Remaja cenderung memandang kehidupan sesuai dengan keinginannya. Remaja melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang ia inginkan dan bukan sebagaimana adanya, terutama dalam hal cita-cita. Cita-cita yang tidak realistis bukan hanya bagi dirinya sendiri tetapi juga berlaku untuk keluarga dan teman-temannya, yang menyebabkan meningginya emosi sebagai ciri awal masa remaja. Semakin tidak realistis cita-citanya menjadi marah. Remaja akan sakit hati dan kecewa apabila orang lain mengecewakannya, atau apabila tujuan yang ditetapkan tidak tercapai. Dengan bertambahnya pengalaman pribadi dan pengalaman sosial, dan meningkatnya kemampuan untuk berpikir rasional, remaja yang lebih besar memandang diri sendiri, keluarga, teman-teman dan kehidupan pada umumnya secara realistis.

6) Masa Remaja sebagai Ambang Masa Dewasa

Dengan semakin mendekatnya usia kematangan yang sah, para remaja menjadi gelisah untuk meninggalkan *stereotip* belasan tahun, untuk memberikan kesan bahwa mereka sudah hampir dewasa. Namun berpakaian dan berperilaku seperti orang dewasa ternyata belum cukup. Oleh karena itu, remaja mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan dengan status dewasa, yaitu merokok, minum-minuman keras, mengkonsumsi narkoba, dan melakukan perbuatan seks. Remaja menganggap bahwa perilaku tersebut akan memberikan citra sesuai yang mereka inginkan.

Tugas-Tugas Perkembangan Masa Remaja dalam Islam

Islam mengajarkan manusia hidup secara berkesinambungan dan semua ajaran Islam harus diperkenalkan mulai sejak dini, agar ketika anak beranjak dewasa tidak berat untuk melaksanakannya. Semua punya proses dalam hidup ini, misalnya Islam menyuruh anak shalat mulai usia tujuh tahun dan usia sepuluh tahun sudah boleh diberi pelajaran, Hadits Rasulullah SAW dari Al-Hakim dan Abu Daud dari Ibnu Amr bin Al-Ash ra, *Perintahkan anak-anakmu menjalankan ibadah shalat jika mereka sudah berusia tujuh tahun. Dan jika mereka sudah berusia sepuluh tahun, maka pukullah mereka jika tidak mau melaksanakannya dan pisahkanlah tempat tidur mereka (HR Hakim)*. Memukul yang dimaksud dalam hadits ini adalah memukul dalam bingkai mendidik dan tidak menyiksa anak, anak masih mudah untuk dibentuk hanya dengan pukulan dan hukuman ringan asalkan orang tua mampu menjadi *uswah hasanah* bagi anak-anaknya.

Beberapa riwayat yang tertera di dalam buku-buku sejarah dan kesusasteraan, bahwa Al Fadhlal bin Zaid pernah melihat putra seorang wanita Arabi, dan ia sangat mengaguminya, wanita Arab itu bercerita cara mendidik anaknya. Ketika ia sudah berumur lima tahun, maka aku menyerahkannya kepada seorang pendidik. Pendidik itu mengajari membaca dan menghafal al-Quran, syair serta meriwayatkannya. Ia juga dihibur dengan kejayaan kaumnya, serta diajari meneladani perbuatan terpuji bapak dan kakeknya. Setelah ia menginjak masa remaja, maka aku mengajaknya naik ke punggung kuda, agar ia berlatih menjadi penunggang kuda, menanggul senjata, berkelana ke berbagai wilayah dan mau mendengarkan perintah.(Abdullah Nashih Ulwan hal 169). Imam al Ghazali dalam syairnya, *Pemuda-pemuda akan tumbuh sesuai dengan dengan apa yang telah dibiasakan oleh bapaknya, pemuda itu tidak hidup dengan daya nalarnya, tetapi dengan agamanya, maka dekatkanlah ia kepada agama.*

Menurut Havighurst (Elizabeth E.Hurlock,1997:9) menyatakan bahwa tugas-tugas perkembangan adalah “tugas yang muncul pada saat atau sekitar suatu periode tertentu dalam kehidupan tertentu dalam kehidupan individu, yang jika berhasil akan menimbulkan rasa bahagia dan membawa ke arah keberhasilan dalam melaksanakan tugas-tugas berikutnya. Akan tetapi gagal menimbulkan rasa tidak bahagia dan kesulitan dalam menghadapi tugas-tugas berikutnya.

Tugas-tugas perkembangan remaja berkaitan dengan tuntutan terhadap perubahan yang dialaminya, dimana perubahan tersebut ada hubungannya dengan sikap dan perilaku sebagai persiapan memasuki usia dewasa. Menurut Havighurst (dalam Siti Rahayu Haditono, 1999) lebih lanjut mengemukakan bahwa tugas-tugas perkembangan remaja adalah: 1) Perkembangan aspek-aspek biologis; 2) Menerima peranan orang dewasa berdasarkan pengaruh kebiasaan masyarakat sendiri; 3) Mendapatkan kebebasan emosional dari orang tua dan / atau orang dewasa yang lain; 4) Mendapatkan pandangan hidup sendiri; 5) Merealisasi suatu identitas sendiri dan dapat mengadakan partisipasi dalam kebudayaan pemuda itu sendiri. Secara lebih rinci tugas-tugas perkembangan remaja sebagai berikut:

Tugas Perkembangan Remaja Awal atau Usia Pubertas

(Usia 10-14 tahun)

Dalam bahasa arab usia pubertas (*teenager*) disebut dengan usia *murahaqah*, *murahaqah* berasal dari kata *raahaqa* yang berarti usia yang mendekati baligh, verb/fiil *raahaqa* berasal dari isim mashdar berupa *murahaqah* artinya seorang anak yang mendekati usia baligh dan *murahaqah* sendiri berarti fase dimulai perkembangan menuju kematangan seksual (dalam kamus *al Muhiith*).di sisi lain kata *al-murahaqah* dalam kamus bahasa Arab bermakna kedunguan dan kebodohan, kejahatan dan kedhaliman, serta gemar melakukan kesalahan, (al-Jin:13). Ada perselisihan dalam hal ini, Rasulullah SAW tidak pernah menggunakan istilah *muraahaqah* kepada remaja beliau

menggunakan kata *Assyabaab*, yakni pemuda karena kata ini lebih membawa dampak positif kepada remaja dibanding istilah *murahaqah* yang selama ini banyak digunakan dalam tulisan psikologi islam tentang remaja. Pada usia ini tugas perkembangan remaja yang harus dijalani adalah: 1) bantu anak memahami masa pubertas, 2) memberikan penjelasan soal menstruasi bagi anak perempuan serta mimpi basah bagi anak laki-laki sebelum mereka mengalaminya, dengan begitu anak sudah diberi persiapan tentang perubahan yang bakal terjadi pada dirinya, 4) hargai privasi anak, 4) dukung anak untuk melakukan komunikasi terbuka, 5) tekankan kepada anak bahwa proses kematangan seksual setiap individu itu berbeda-beda, 6) beri pemahaman kepada remaja bahwa cinta kepada lawan jenis punya batas dan aturan, dan pada saat yang tepat remaja akan menjalani bagaimana mencurahkan kasih sayang dan cinta kepada lawan jenis dalam bingkai pernikahan. 7) diskusikan tentang perasaan emosional dan seksual.

Tugas Perkembangan Remaja Madya (Usia 14-17 tahun)

Tugas perkembangan pada usia ini adalah 1) dukung anak untuk mengambil keputusan sambil memberi informasi berdasarkan apa seharusnya ia mengambil keputusan itu, 2) diskusikan dengan anak tentang perilaku seks yang tidak sehat dan ilegal, 3) Perkembangan aspek-aspek biologis, 4) menerima peranan orang dewasa berdasarkan pengaruh kebiasaan masyarakat sendiri, 5) mendapatkan kebebasan emosional dari orang tua dan / atau orang dewasa yang lain, 6) mendapatkan pandangan hidup sendiri, dan merealisasi suatu identitas sendiri dan dapat mengadakan partisipasi dalam kebudayaan pemuda itu sendiri, dengan tetap kontrol dari orang tua. Sementara William Kay (dalam Syamsu Yusuf, 2000:72) mengemukakan tugas-tugas sebagai berikut: 1) menerima fisiknya sendiri berikut keragaman kualitasnya, 2) mencapai kemandirian emosional dari orang tua atau figur-figur yang mempunyai otoritas, 3) mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal dan belajar bergaul dengan teman sebaya atau orang lain, baik secara individual maupun secara kelompok, 4) Menemukan manusia model yang dijadikan identitasnya, 5) menerima dirinya sendiri dan memiliki kepercayaan terhadap kemampuannya sendiri, 6) memperkuat *self-control* (kemampuan mengendalikan diri) atas dasar skala nilai, dan prinsip-prinsip atau falsafah hidup, 7) mampu meninggalkan reaksi dan penyesuaian diri (sikap/perilaku) yang kekanak-kanakan.

Penutup

Usia remaja adalah usia yang paling banyak mengalami perubahan baik fisik dan psikis seseorang, jika individu tumbuh dan berkembang sesuai dengan tahap dan tugas perkembangan maka ia akan menjadi remaja yang tangguh tanpa merasa ada yang terlewat dan kehilangan fase yang sangat indah, dan mampu menjalani tugas kehidupan selanjutnya yakni usia dewasa yang

paling panjang dalam rentang kehidupan manusia. Perubahan dan pertumbuhan fisik dan psikis remaja adalah wujud kebesaran Allah SWT yang tak ternilai harganya yang harus dijaga sesuai dengan nilai-nilai keislaman.

Daftar Pustaka

- Abdullah Nasikh Ulwan, *Tarbiyatul al-Aulad fi al-Islam*, Beirut: Dar al-Salam, 1981
- Desmita, *Psikologi Perkembangan*, Universitas Padjadjaran, 2008
- Hurlock, Elizabeth.B, *Psikologi Perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (edisi kelima), (Jakarta: Erlangga,1993)
- Hurlock, Elizabeth. B., *A Life-Span Approach*, (Jakarta: Erlangga, 1980)
- Imam Ahmad al-Ghazali, *Ihya' Ulum ad-Din*, Juz VII, Beirut: Dar al-Fikr, 1980
- Monks, F.J., Knoers, A.M.P & Hadinoto S.R, *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*, (Yogyakarta: Gajah Mada University Press), hal.100
- Santrock, John W., *Life - Span Development* (Perkembangan Sepanjang Hidup), Jilid I, (Jakarta : Erlangga, 2002), hal.60

