

---

## Tahapan Perkembangan Remaja: Perspektif Psikologis dan Implikasi Pendidikan

Endah Tri Wisudahningsih<sup>1\*</sup>, M,Havid Aminudin<sup>2</sup>, Ivan Ramadhani<sup>3</sup>

Universitas Islam Zainul Hasan Genggong, Indonesia

Email Korespondensi: [havidaminudin265@gmail.com](mailto:havidaminudin265@gmail.com), [ir521640@gmail.com](mailto:ir521640@gmail.com), [endahtriwisudaningsih@gmail.com](mailto:endahtriwisudaningsih@gmail.com)

---

Article received: 19 Oktober 2025, Review process: 25 Oktober 2025,  
Article Accepted: 10 Desember 2025, Article published: 15 Desember 2025

---

### ABSTRACT

*The main issues in this study include the characteristics of adolescent development, developmental stages based on age, factors that influence these changes, and their implications for education and social interaction. This study aims to examine the characteristics of adolescent development and the factors that influence this process at various stages. The approach used is a literature study with qualitative methods, through the collection and analysis of scientific sources such as journals, books, and relevant articles. The main results show that adolescent development is divided into three main stages: pre-puberty, puberty, and adolescence, each with different physical and psychological characteristics, as well as the significant influence of internal and external factors on the process. Furthermore, this study emphasizes the importance of a comprehensive understanding of this developmental process in order to design more effective educational and character-building strategies tailored to the needs and characteristics of adolescents. The implications of this research underscore the importance of a holistic approach in supporting*

**Keywords:** Development, Psychology, Adolescents

### ABSTRAK

Permasalahan utama dalam penelitian ini meliputi ciri-ciri perkembangan remaja, tahapan perkembangan berdasarkan usia, faktor-faktor yang memengaruhi perubahan tersebut, serta implikasinya terhadap pendidikan dan interaksi sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji karakteristik perkembangan remaja serta faktor-faktor yang memengaruhi proses tersebut pada berbagai tahapnya. Pendekatan yang digunakan adalah studi literatur dengan metode kualitatif, melalui pengumpulan dan analisis sumber-sumber ilmiah seperti jurnal, buku, dan artikel relevan. Hasil utama menunjukkan bahwa perkembangan remaja terbagi menjadi tiga tahapan utama: pra-pubertas, pubertas, dan adolesen, masing-masing dengan ciri fisik dan psikologis yang berbeda, serta adanya pengaruh faktor internal dan eksternal yang cukup besar terhadap proses tersebut. Selain itu, penelitian ini menegaskan pentingnya pemahaman komprehensif terhadap proses perkembangan ini agar dapat merancang strategi pendidikan dan pembinaan karakter yang lebih efektif sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik usia remaja. Implikasi penelitian ini menekankan pentingnya pendekatan holistik dalam mendukung perkembangan optimal remaja sebagai dasar pembentukan generasi dewasa yang berkualitas

**Kata Kunci:** Perkembangan, Psikologi, Remaja

## PENDAHULUAN

Manusia pasti mengalami perkembangan, mulai sejak masa bayi, masa kanak-kanak, masa remaja kemudian menjadi manusia dewasa. Masa remaja merupakan salah satu fase yang dialami dalam kehidupan manusia. John W. Santrock menyatakan bahwa “remaja yaitu masa transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perkembangan biologis, kognitif, dan sosial emosional”. Apa yang diungkapkan oleh Wirawan Sarwono yaitu masa remaja adalah masa peralihan dari kanak-kanak ke dewasa bukan aspek psikologis semata namun juga aspek fisik (Ahmad Fahrurrozi, 2022).



**Gambar 1: Jhon W. Santrok**

Ciri-Ciri remaja merupakan satu fase yang ditandai oleh adanya perubahan fisiologis yang mengakibatkan remaja mengalami perkembangan seksual dan pubertas. Masa puarel adalah masa peralihan dari masa sekolah menuju masa pubertas, dimana seorang anak yang telah besar, (puer = anak besar) ini sudah ingin berlaku seperti orang dewasa tetapi dirinya belum siap, termasuk kelompok orang dewasa.

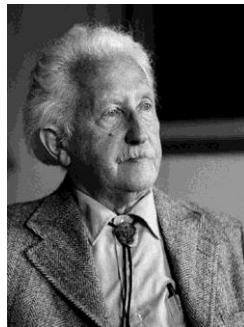
Pra-pubertas adalah tahap awal menjelang masa pubertas, yang terjadi pada satu atau dua tahun terakhir masa kanak-kanak sebelum remaja. Masa pubertas adalah periode perkembangan di mana tubuh anak mengalami berbagai perubahan fisik dan psikologis yang menandai kematangan organ reproduksi dan transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Masa adolesen atau remaja adalah periode perkembangan transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional. Istilah adolesen berasal dari bahasa Latin "*adolescere*" yang berarti tumbuh menjadi dewasa.

Masa remaja boleh dibilang masa peralihan, peralihan tidak berarti terputus dengan atau berubah dari apa yang telah terjadi sebelumnya, melainkan lebih sebuah peralihan dari satu tahap perkembangan ke tahap berikutnya. Artinya, apa yang telah terjadi sebelumnya akan meninggalkan bekasnya pada apa yang terjadi sekarang dan yang akan datang. Bila anak-anak beralih dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, anak-anak harus meninggalkan segala sesuatu yang bersifat kekanak-kanakan dan juga harus mempelajari pola perilaku dan sikap baru untuk menggantikan perilaku dan sikap yang sudah ditinggalkan Selain itu Al-Qur'an menyebutkan di surah Al-kahfi ayat 13.

نَحْنُ نَقُصُّ عَلَيْكَ نَبَأَهُم بِالْحَقِّ إِنَّهُمْ فِتْنَةٌ آمَنُوا بِرَبِّهِمْ وَزِدْنَاهُمْ هُدًى (١٣)

**Artinya:** Kami kisahkan kepadamu (Muhammad) cerita ini dengan benar. Sesungguhnya mereka adalah pemuda-pemuda yang beriman kepada Tuhan mereka,

*dan Kami tambah pula untuk mereka petunjuk. Tuhan mereka meneguhkan hati mereka ketika mereka berdiri dan berkata: 'Tuhan kami adalah Tuhan langit dan bumi. Kami sekali-kali tidak akan menyembah selain Dia''Ayat-ayat ini menggambarkan karakter pemuda beriman yang teguh dan selalu berdoa memohon petunjuk Allah''(Surah Al-kahfi ayat 13)*



**Gambar 2: Erik Erikson**

Erikson percaya bahwa mengatasi setiap konflik pada tahap perkembangan membantu membentuk identitas dan kepribadian yang sehat. Konflik yang diatasi dengan baik membawa perasaan kompetensi dan kesejahteraan, sementara ketidakmampuan mengatasi konflik dapat menyebabkan masalah psikologis di kemudian hari.

وَلَمَّا بَلَغَ أَشُدَّهُ، وَاسْتَوَىٰ ءَاتَيْنَاهُ حُكْمًا وَعِلْمًا، وَكَذَٰلِكَ نَجْزِي الْمُحْسِنِينَ

**Artinya:** Dan setelah Musa cukup umur dan sempurna akal nya, Kami berikan kepadanya hikmah (kenabian) dan pengetahuan. Dan demikianlah Kami memberi balasan kepada orang-orang yang berbuat baik." Surah Al-Qashas

Rata-Rata usia siswa kurang lebih 17 tahun, dimana masa ini disebut masa adolesen atau masa remaja. Psikologi remaja merupakan salah satu aspek dari psikologi perkembangan yang dengan fokus khusus pada kehidupan remaja. Perkembangan sosial dan kepribadian remaja akan berimplikasi pada cara ia merespon pengetahuan atau pengalaman nya dalam pendidikan sosial, pada remaja akan mendorong untuk senantiasa mentaati peraturan sekolah, menjalin interaksi yang baik dengan teman sekolah, menghargai pendidik atau temannya yang sedang menjelaskan pelajaran (Marwoko, 2018).

Lazimnya masa remaja dianggap bermulai saat anak secara seksual menjadi matang dan berakhir saat ia mencapai usia matang secara hukum. Namun, penelitian tentang perubahan perilaku, sikap dan nilai-nilai sepanjang masa remaja tidak hanya menunjukkan bahwa setiap perubahan terjadi lebih cepat pada awal masa remaja daripada tahap akhir masa remaja, tetapi juga menunjukkan bahwa perilaku, sikap dan nilai-nilai pada awal masa remaja berbeda dengan pada akhir masa remaja (Tasya Alifia Izzani et al., 2024). Masa perkembangan adalah proses perubahan yang terus-menerus dan bertahap pada individu seiring berjalannya waktu. Masa puarel adalah masa transisi di mana anak mengalami kematangan seksua, ditandai dengan perubahan fisik dan emosional, pertumbuhan tinggi

badan, perkembangan organ reproduksi dan perubahan suara. Pra-pubertas adalah merupakan periode transisi antara masa kanak-kanak dan masa pubertas dan anak mulai mengalami perubahan fisik dan psikologis sebagai tanda-tanda awal pubertas.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji tahapan perkembangan remaja dari perspektif psikologis dan implikasinya dalam pendidikan, dengan fokus pada perubahan fisik, kognitif, emosional, dan sosial yang dialami oleh remaja pada berbagai tahap perkembangannya. Dengan pemahaman yang komprehensif mengenai karakteristik dan faktor yang memengaruhi perkembangan masa remaja, diharapkan dapat dirumuskan strategi pendidikan dan pembinaan karakter yang lebih efektif dan sesuai dengan kebutuhan serta ciri khas usia remaja, sehingga mampu mendukung pembentukan generasi muda yang berkualitas, bertanggung jawab, dan berakhlak mulia

*Kesamaan:* Kedua perspektif sama-sama menyoroti tahap perkembangan remaja sebagai masa transisi yang kompleks melibatkan perubahan fisik, kognitif, emosional, dan sosial, Psikologi Barat (contoh: Santrock, Erikson) dan perspektif Islam sama-sama menekankan bahwa perkembangan pada masa remaja sangat dipengaruhi oleh faktor internal (biologis, psikologis) dan eksternal (lingkungan dan sosial). *Perbedaan:* Psikologi Barat lebih menitikberatkan pada aspek empiris dan psikososial melalui teori-teori perkembangan yang didasarkan pada pengamatan dan analisis psikologis kontemporer, Perspektif Islam mengintegrasikan pemahaman spiritual dan moral yang bersumber dari Al-Qur'an dan ajaran Islam (contoh: Surah Al-Kahfi dan Al-Qashas), menekankan pembentukan karakter, keimanan, dan akhlak mulia sebagai bagian penting dalam perkembangan remaja

Kedua perspektif sama-sama menyoroti tahap perkembangan remaja sebagai masa transisi yang kompleks melibatkan perubahan fisik, kognitif, emosional, dan sosial. Secara analitis, kedua perspektif saling melengkapi: psikologi Barat menyediakan kerangka teori dan pemahaman ilmiah mengenai tahapan dan dinamika perkembangan, sementara perspektif Islam memberikan dasar nilai dan tujuan moral serta spiritual yang memperkuat pembentukan karakter remaja dalam konteks religious.

## METODE

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan studi pustaka (*library research*). Data yang digunakan adalah data sekunder yang diperoleh dari kajian literatur yang mengumpulkan berbagai sumber teoretis yaitu: jurnal, buku, dan artikel ilmiah yang relevan sebagai dasar konseptual untuk mendukung analisis dan pemahaman fenomena perkembangan tersebut, menjadikan metode gabungan ini memungkinkan pemahaman yang mendalam dan komprehensif terhadap aspek empiris dan teori perkembangan masa remaja. Penelitian ini dilakukan dengan cara mengumpulkan dan menganalisis berbagai sumber literatur yaitu buku, jurnal ilmiah, artikel dan hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan topik perkembangan masa remaja.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### *Masa-Masa Perkembangan*

Pada dasarnya, masa perkembangan merujuk kepada perubahan sistematis tentang fungsi-fungsi fisik dan psikis. Perubahan fisik meliputi perkembangan biologis dasar sebagai hasil dari konsepsi (Pembuahan ovum dan sperma), dan hasil dari interaksi proses biologis dan genetika dengan lingkungan. Sementara perubahan psikis menyangkut keseluruhan karakteristik psikologis individu seperti perkembangan kognitif, emosi, sosial dan moral.



**Gambar 3: Robert Havighurst**

### *Ciri-Ciri Remaja*

Ciri-ciri remaja adalah periode transisi dengan perubahan pesat dan penting, serta masa di mana remaja perlu berhasil menyelesaikan tugas-tugas perkembangan seperti mencapai hubungan yang matang dengan teman sebaya, memahami dan menerima peran gender, serta mengembangkan kemandirian emosional dan tanggung jawab sosial untuk mempersiapkan masa dewasanya. Masa remaja ini, selalu mempunyai masa-masa yang sulit bagi remaja maupun orang tuanya.

### *Masa Puerel*

Masa puarel atau pubertas merupakan fase penting yang menandai datangnya kedewasaan fisik, emosional, dan spiritual pada remaja. Fase ini memiliki implikasi besar terhadap pembinaan karakter dan proses pembelajaran karena menjadi titik awal pembebasan dan penegasan identitas keislaman secara lengkap. Dalam pendidikan Islam, masa puarel atau pubertas merupakan fase penting yang menandai datangnya kedewasaan fisik, emosional, dan spiritual pada remaja. Fase ini memiliki implikasi besar terhadap pembinaan karakter dan proses pembelajaran karena menjadi titik awal pembebasan dan penegasan identitas keislaman secara lengkap. Masa puarel menuntut adanya pembinaan karakter yang menanamkan aspek akhlak mulia, seperti kejujuran, sabar, tanggung jawab, dan pengendalian diri, guna menyiapkan remaja agar mampu menjalankan peran sebagai muslim yang bertakwa di tengah tantangan zamannya.

### *Pra-Pubertas*

Masa ini memiliki implikasi besar terhadap pembinaan karakter dan proses pembelajaran karena merupakan fondasi bagi perkembangan pribadi dan spiritual mereka di kemudian hari. Masa pra-pubertas harus diarahkan pada penanaman nilai-nilai keislaman yang kokoh, seperti akhlak mulia, ketulusan, rasa hormat



kepada orang tua dan guru, serta kejujuran. Pada fase ini, pendidikan karakter berfokus pada internalisasi moral dan etika yang sesuai ajaran Islam, sehingga anak mampu memahami pentingnya menjaga hubungan baik dengan Allah, sesama manusia, dan dirinya sendiri. Penguatan aspek ini sangat esensial agar karakter anak terbentuk secara istiqamah dan menjadi pribadi yang bertakwa serta berakhlak mulia.

### ***Masa Pubertas***

Masa ini harus dipandang sebagai peluang dan tantangan dalam pembinaan karakter dan proses pembelajaran, karena remaja mulai menegaskan identitas dirinya dan memiliki potensi untuk memperkuat atau melemahkan aspek spiritualnya. pendidikan Islam harus menempatkan pendekatan yang komprehensif dan adaptif dalam mendukung perkembangan remaja saat pubertas, seperti meningkatkan penguatan akhlak mulia, penanaman nilai-nilai tauhid, dan pembelajaran yang membangun karakter berintegritas. Pendekatan yang berbasis kelembutan, dialog dua arah, serta penanaman konsep takmir dalam setiap aspek pembinaan akan membantu remaja memahami dan mengamalkan ajaran Islam secara kontekstual dan relevan, sehingga mereka mampu menjaga keimanan dan kepribadian mereka di tengah berbagai dinamika perubahan saat pubertas.

### ***Masa Adolesen***

Masa adolesen berimplikasi besar terhadap pembinaan karakter dan proses pembelajaran karena periode ini adalah waktu pembentukan identitas diri, moral, dan spiritual yang kokoh sesuai ajaran Islam. Masa adolesen berimplikasi besar terhadap pembinaan karakter dan proses pembelajaran karena periode ini adalah waktu pembentukan identitas diri, moral, dan spiritual yang kokoh sesuai ajaran Islam. Masa adolesen berimplikasi besar terhadap pembinaan karakter dan proses pembelajaran karena periode ini adalah waktu pembentukan identitas diri, moral, dan spiritual yang kokoh sesuai ajaran Islam.

**Table : 1 Perkembangan Masa Remaja**

<b>Aspek Perkembangan</b>	<b>Remaja Awal (10-13 tahun)</b>	<b>Remaja pertengahan (14-17 Tahun)</b>	<b>Remaja Akhir (18-ke atas )</b>
Fisik	Pertumbuhan awal perubahan suara dan menstruasi mulai	Suara lebih berat laki-laki),jerawat, tinggi badan bertambah	Pertumbuhan fisik hampir selesai,tubuh dewasa,kematangan organ tubuh, puncak pertumbuhan
Kognitif	Mulai berpikir Abstrak dan Mengembangkan pikiranbaru,	Bertambah kemampuan	Pemikiran rasional matang,

	perkembangan	berpikir logis dan analitis, pemecahan masalah	
Emosional	Emosi naik turun, pencarian identitas diri	Konflik emosional meningkat, mulai mandiri	Emosi lebih stabil, mampu mengendalikan perasaan
Sosial	Interaksi dengan Teman sebaya meningkat, tertarik lawan jenis	Hubungan pertemanan dan, romantis berkembang	Kemandirian sosial, hubungan dengan orang tua lebih dewasa
Tugas Perkembangan	Mengerti perubahan tubuh, mulai menyesuaikan diri	Mengambil keputusan, memahami perilaku seksual sehat	Memilih masa depan, membangun identitas pribadi dan sosial

#### A. Masa-Masa Perkembangan

Kata perkembangan sendiri berasal dari kata kembang yang artinya kemajuan menuju ke arah yang lebih baik. Secara terminologi, perkembangan adalah suatu perubahan kualitatif yang berfokus pada peningkatan fungsi psikologis dan sosial individu sepanjang hidupnya. Beberapa ahli percaya ini ada hubungannya dengan pembangunan. Menurut L. Hawadi proses perkembangan bertujuan untuk menyesuaikan potensi yang dimiliki setiap individu untuk mengekspresikan kualitas pribadi yang berkaitan dengan kemampuan, sifat, dan ciri-ciri baru dalam diri (Dara Cynthia Mukti, 2019).

Perkembangan prenatal merupakan pertumbuhan awal dari seorang individu. Dimulai dari fertilisasi yang terjadi akibat bertemunya sel sperma dengan sel telur. Sel telur yang sudah matang dibuahi oleh sel sperma yang juga matang, yang pada akhirnya akan menghasilkan sel-sel baru dan membentuk zigot. Pembuahan ini menunjukkan bahwa organ reproduksi manusia berfungsi dengan baik. Dalam pembuahan ada beberapa kondisi yang ditentukan. Bawaan lahir, Penentuan, jenis kelamin, jumlah anak dan urutan keluarga.

F.j. Monks menjelaskan bahwa perkembangan akan mengarah pada proses yang lebih sempurna dan tidak dapat diulangi. Pada umumnya, perkembangan terjadi sejak pembuahan dan akan berlanjut seumur hidup individu. Pada umumnya, perkembangan terjadi sejak pembuahan dan akan berlanjut seumur hidup individu. Pembangunan pasti akan membawa pada pertumbuhan, meskipun dalam proses pembangunan akan terjadi kemunduran.

perkembangan, adalah pertumbuhan atau evolusi dan kemunduran atau degenerasi, terjadi secara bersamaan dalam kehidupan manusia. Perkembangan mengacu pada bagaimana seseorang tumbuh, beradaptasi, dan berubah sepanjang perjalanan hidupnya. Melalui pernyataan tersebut dapat dipahami bahwa

manusia akan mengalami perubahan-perubahan yang terjadi padadirinya, seperti kematanganpemikiran setiap individu, kondisi fisik, dan kemampuan berkomunikasi.



**Gambar 4: Harvey G Allebach**

Menurut *Harvey G Allebach* periode pranatal atau pra lahir merupakan masa kritis bagi perkembangan fisik, emosi, dan mental bayi. Ini adalah masa mulai terbentuknya kedekatan antara bayi dan orang tua dengan konsekuensi yang akan berdampak panjang, terutama yang berkaitan dengan kemampuan dan kecerdasan bayi dalam kandungan. Masa prenatal memiliki 6 ciri penting, diantaranya 1) terjadinya pembauran sifat sifat yang diturunkan oleh kedua orang tua janin, 2) pengaruh kondisi-kondisi dalam tubuh ibu, 3) kepastian jenis kelamin, 4) pertumbuhan cepat, 5) mengandung banyak bahaya fisik dan psikis, dan 6) membentuk sikap-sikap yang baru diciptakan (Aprilia, 2020).

Para ahli di bidang ini meneliti faktor faktor yang mempengaruhi perkembangan, seperti genetika, lingkungan dan interaksi antara keduanya. Mereka juga mengidentifikasi tahap-tahap perkembangan yang khas pada setiap periode kehidupan. Serta mengeksplorasi bagaimana individu beradaptasi dan berkembang dalam konteks yang berbeda. Dengan memahami perkembangan manusia psikologi dapat memberikan kontribusi penting dalam pendidikan pengasuhan anak, kesehatan mental dan berbagai bidang lain yang terkait dengan peningkatan kualitas hidup manusia.

Manusia tidak dilahirkan dengan sifat-sifat pembawaan yang mandiri melainkan dengan struktur pembawaan. Struktur pembawaan menentukan apa yang dapat dilakukan oleh seseorang. Penyebab dan karakteristik dari sifat pembawaan ini berbeda-beda tergantung pada faktor eksternal (seperti kurangnya kesempatan atau pelatihan) maupun faktor internal (seperti kondisi fisik) dan karakteristik ini tidak dapat diungkapkan (Nelly & Mamun Hanif, 2024).

Perkembangan ini mengacu pada setiap individu yang dilahirkan ke dunia ini dengan keturunan tertentu. Artinya, ciri-ciri individu diperoleh melalui pewarisan atau transmisi cairan tubuh dari orang tua dan lebih jauh lagi individu tumbuh dan berkembang tidak dapat dipisahkan dari lingkungan fisik, psikis dan sosialnya. Perkembangan anak sejak dari kandungan sebagian besar berasal dari kedua orang tuanya.

Definisi Perkembangan: dalam psikologi adalah suatu proses perubahan yang terjadi secara berkesinambungan dan progresif pada individu dari masa ke masa. Perkembangan menunjukkan perubahan yang bersifat maju, tetap dan tidak



dapat diulang kembali, yang meliputi perubahan fisik, kognitif, sosial dan emosional. Perkembangan juga dapat dipahami sebagai studi ilmiah yang mempelajari pola-pola perubahan dan stabilitas sepanjang rentang kehidupan manusia, dengan fokus pada bagaimana individu tumbuh dan berubah menuju kematangan atau kedewasaan.



**Gambar 5: Pertumbuhan dan perkembangan manusia**

Pengertian pertumbuhan dan perkembangan secara sederhana sebagai berikut. Pertumbuhan dapat dilihat dari berat dan tinggi. Sementara perkembangan dapat dilihat dari kedewasaan (psikologi / kejiwaan). Perkembangan dapat diamati dari pertambahan dan perubahan fungsi organ tubuh manusia. Pertumbuhan dan perkembangan yang baik harus berjalan sesuai tahapan dan beriringan.

## B. Ciri-Ciri Remaja

Perkembangan remaja, ditandai dengan adanya beberapa tingkah laku, baik tingkah laku positif maupun tingkah laku yang negatif. Hal ini dikarenakan pada masa ini remaja sedang mengalami masa panca roba dari masa anak-anak ke masa remaja. Perilaku suka melawan, gelisah, periode labil, seringkali melanda remaja pada masa ini. Namun demikian, berkembangnya perilaku ini, pada dasarnya sangat dipengaruhi oleh adanya perlakuan-perlakuan yang berasal dari lingkungan. Hal ini seringkali terjadi karena kurangnya pemahaman orang-orang di sekeliling individu tentang proses dan makna perkembangan remaja.

Kondisi ini bahwa tingkah laku negatif pada diri remaja, disebabkan adanya perlakuan lingkungan yang kurang sesuai dengan tuntutan atau kebutuhan perkembangan remaja. Pada tahap perkembangan ini, harus didukung oleh pemahaman orang tua terhadap kondisi remaja yang sedang mencari jati dirinya. Oleh karena itu, peran orang tua sebagai kawan dan sahabat lebih diperlukan pada masa ini dari pada peran orang tua sebagai pengatur dan penentu keputusan (Umami, 2019). Berikut ini table ciri-ciri remaja berdasarkan informasi yang telah di kumpulkan.

**Table : 2 Ciri-Ciri Remaja**

Aspek	Ciri-Ciri Remaja
Perkembangan fisik	Pertumbuhan tinggi badan pesat, perkembangan otot, tanda-tanda pubertas (menstruasi pada perempuan, mimpi basah dan jakun pada laki-laki)
Perkembangan seksual	Alat reproduksi mulai berfungsi, laki-laki mulai memproduksi sperma, perempuan mengalami menstruasi dan

---

	perubahan bentuk tubuh seperti pembesaran payudara dan pinggul
Cara berpikir	Berpikir kritis, menghubungkan sebab dan akibat, mulai mempertanyakan otoritas
Emosi	Emosi labil dan tidak stabil, perubahan mood cepat, mudah marah atau sedih secara tiba-tiba
Ketertarikan social	Mulai tertarik pada lawan jenis, mulai berkencan
Perilaku social	Mencari perhatian dan pengakuan dari lingkungan, lebih mengutamakan kelompok sebaya daripada keluarga
Sikap dan perilaku	Mencari perhatian dan pengakuan dari lingkungan, lebih mengutamakan kelompok sebaya dari pada keluarga

---

Seperti halnya pada semua periode yang penting, sela rentang kehidupan masa remaja mempunyai ciri-ciri tertentu yang membedakannya dengan periode sebelumnya dan sesudahnya. Masa remaja ini, selalu merupakan masa-masa sulit bagi remaja maupun orangtuanya. Menurut Sidik Jatmika, kesulitan itu berangkat dari fenomena remaja sendiri dengan beberapa perilaku khusus yakni:

1. Remaja mulai menyampaikan kebebasannya dan haknya untuk mengemukakan pendapatnya sendiri. Tidak terhindarkan, ini dapat menciptakan ketegangan dan perselisihan, dan bias menjauhkan remaja dari keluarganya.
2. Remaja lebih mudah dipengaruhi oleh teman-temannya daripada ketika mereka masih kanak-kanak. Ini berarti bahwa pengaruh orangtua semakin lemah. Anak remaja berperilaku dan mempunyai kesenangan yang berbeda bahkan bertentangan dengan perilaku dan kesenangan keluarga. Contoh-contoh yang umum adalah dalam hal mode pakaian, potongan rambut, kesenangan musik yang kesemuanya harus mutakhir
3. Remaja mengalami perubahan fisik yang luar biasa, baik pertumbuhannya maupun seksualitasnya. Perasaan seksual yang mulai muncul bisa menakutkan, membingungkan dan menjadi sumber perasaan salah dan frustrasi
4. Remaja sering menjadi terlalu percaya diri (*over confidence*) dan ini bersama-sama dengan emosinya yang biasanya meningkat, mengakibatkan sulit menerima nasihat dan pengarahan orang tua (Saputro, 2018)

Perubahan-perubahan fisik merupakan gejala primer dalam pertumbuhan remaja, yang berdampak terhadap perubahan-perubahan psikologis. Pada mulanya, tanda-tanda perubahan fisik dari masa remaja terjadi dalam konteks pubertas. Baik anak laki-laki ataupun perempuan mengalami pertumbuhan yang cepat, yang di sebut "*growth spurt*" (percepatan pertumbuhan), di mana terjadi perubahan dan percepatan pertumbuhan di seluruh bagian dan dimensi badan.

Remaja adalah suatu periode kehidupan dimana kapasitas untuk memperoleh dan menggunakan pengetahuan secara efisien mencapai puncaknya. Disamping itu, masa remaja ini juga terjadi reorganisasi lingkaran saraf frontal lobe.

Frontal lobe ini berfungsi dalam aktivitas kognitif tingkat tinggi. Perkembangan frontal lobe tersebut sangat berpengaruh terhadap kemampuan kognitif remaja, sehingga mereka mengembangkan kemampuan penalaran yang memberinya suatu tingkat pertimbangan moral dan kesadaran sosial yang baru. Kemudian, dalam kekuatan baru dalam penalaran yang dimilikinya, menjadikan remaja mampu membuat pertimbangan dan melakukan perdebatan.

Remaja akhir disebut dewasa muda karena mulai meninggalkan dunia anak-anak. bahwa transisi dalam nilai-nilai moral pada remaja dimulai dengan meninggalkan nilai-nilai yang dianutnya dan menuju nilai-nilai yang dianut orang dewasa. Remaja lebih selektif dalam mencari teman sebaya, mempunyai citra tubuh terhadap dirinya sendiri, dapat mewujudkan rasa cinta, dan belajar menyesuaikan diri, mulai merasakan beban atau tanggung jawab dalam mencari pendidikan yang baik atau pekerjaan yang lebih mapan.

Pandangan ini di dukung oleh piaget secara psikologis, remaja adalah suatu usia di mana individu menjadi terintegrasi ke dalam masyarakat dewasa, usia di mana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama.

Transformasi intelektual yang khas dari cara berpikir remaja ini memungkinkannya untuk mencapai integrasi dalam hubungan sosial orang dewasa, yang kenyataannya merupakan ciri khas yang umum dari periode perkembangan ini

Masa remaja menurut Ali berlangsung antara umur 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai 22 tahun bagi pria. Rentang usia remaja ini dapat dibagi menjadi dua bagian, yaitu usia 12/13 tahun sampai dengan 17/18 tahun adalah remaja awal, dan usia 17/18 tahun sampai dengan 21/22 tahun adalah remaja akhir

Perkembangan intelektual yang terus-menerus menyebabkan remaja mencapai tahap berpikir operasional formal. Tahap ini memungkinkan remaja mampu berpikir secara lebih abstrak, menguji hipotesis, dan mempertimbangkan apa saja peluang yang ada padanya daripada sekadar melihat apa adanya.

Batas usia masa remaja berlangsung antara umur 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai dengan 22 tahun bagi pria masa remaja adalah masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan dewasa yang pada umumnya dimulai pada usia 12 atau 13 tahun dan berakhir pada usia akhir belasan tahun atau awal dua puluhan tahun.

### C. Masa Puarel

'Masa Puarel", adalah masa transisi di mana anak mengalami pematangan seksual, yang ditandai dengan perubahan fisik dan emosional yang signifikan, seperti pertumbuhan tinggi badan, perkembangan organ reproduksi, dan perubahan suara

Masa ini adalah masa peralihan dari masa sekolah menuju masa pubertas, dimana seorang anak yang telah besar, (puarel = anak besar) ini sudah ingin berlaku seperti orang dewasa tetapi dirinya belum siap, termasuk kelompok orang dewasa.

Dalam masa pueral, individu sudah menyadari perbedaan jenis kelamin, sehingga tingkah laku yang nampak (manifest) bagi pria dan selaras dengan periode vital, yaitu vitalitas bawaan masing-masing. Anak wanita menunjukkan interestnya terhadap kehidupan kekeluargaan, sedangkan dengan bawaan pria yang menunjukkan tingkah laku dengan sikap realitas, obyektif terhadap alam (Kholipah, 2021).

Masa pueral juga melibatkan perubahan emosional dan sosial, seperti perubahan pola pikir dan perasaan yang lebih kompleks. Pada masa ini, anak-anak mengalami pertumbuhan fisik yang cepat dan pematangan fungsi seksual yang mempersiapkan mereka menjadi dewasa secara reproduksi. Masa pubertas adalah periode penting dalam perkembangan menuju kedewasaan seksual dan fisik.

Masa pueral ini ditandai oleh berkembangnya tenaga fisik yang melimpah-limpah dan perubahan fisik anak yang mulai sedikit berubah. Pada usia ini juga ciri yang paling menonjol adalah rasa harga dirinya yang makin menguat.

Masa pueral adalah fase penting dalam perkembangan anak yang terjadi sebelum masa pubertas penuh, biasanya pada rentang usia sekitar 9 hingga 12 tahun. Pada masa ini, anak mulai mengalami pematangan seksual yang ditandai dengan berbagai perubahan fisik dan emosional signifikan.

Pada masa ini, dukungan orang tua, guru, dan lingkungan sangat dibutuhkan untuk membantu anak memahami dan melewati perubahan secara sehat, baik fisik maupun emosional. Komunikasi terbuka dan edukasi tentang perubahan pubertas sangat penting agar anak tidak merasa bingung atau takut terhadap proses yang dialaminya.

#### **D. Pra-Pubertas**

Pra-pubertas merupakan perjalanan pertumbuhan kembang anak. Pada fase ini, anak mulai mengalami perubahan fisik dan psikologis sebagai tanda-tanda awal pubertas. Pra pubertas, ini memiliki karakteristik yang berbeda dibandingkan masa kanak-kanak pada umumnya. Perbedaannya terletak pada beberapa hal. Pertama, dalam hal usia, anak-anak dalam fase ini mengalami sebuah fase "jembatan penghubung" antara masa kanak-kanak dan remaja, di mana mereka berpindah dari masa yang tenang, bergantung pada perlindungan orang tua, menuju masa yang penuh gejolak, bertanggung jawab, dan berpikir matang secara mandiri. Kedua, masa ini dianggap oleh sebagian masyarakat sebagai masa yang penuh tantangan, kekacauan, dan labil, sehingga perubahan yang terjadi pada anak-anak usia ini, termasuk perubahan dalam bahasa mereka, seringkali dipandang secara negatif.

Pra pubertas adalah periode transisi antara masa kanak-kanak dan masa pubertas yang sebenarnya, biasanya terjadi pada usia 8-12 tahun, di mana anak mulai menunjukkan perubahan fisik dan emosional awal, termasuk munculnya ciri-ciri seks sekunder, sebagai persiapan untuk kematangan seksual penuh di masa pubertas. Periode ini merupakan tahap pematangan yang penting, ditandai dengan tubuh yang mempersiapkan diri menghadapi perubahan hormonal besar yang akan datang. Ciri-cirinya pra-pubertas adalah: 1. Munculnya ciri-ciri seks

sekunder, seperti rambut di ketiak dan kemaluan serta payudara mulai tumbuh pada anak perempuan, 2. organ reproduksi belum berkembang secara sempurna, 3. terjadi peningkatan tinggi badan (Ridwan & Pambudi, 2021).

Pengertian pra pubertas merupakan suatu tahapan pada masa pubertas yang disebut dengan tahap pematangan Tahap ini terjadi pada satu atau dua tahun terakhir pada masa kanak-kanak pada masa tersebut seorang anak sebagai "prapuber" sehingga tidak lagi disebut seorang anak dan tidak seorang remaja.

**Table : 3 Tentang Pra-Pubertas**

Aspek	Keterangan Pra-Pubertas
Usia	Sekitar 6-9(bisa berbeda tiap individu
Perkembangan Fisik	Pertumbuhan lambat, belum ada tanda-tanda pubertas seperti tumbuhnya rambut pubis atau perubahan suara
Perkembangan Hormon	Hormon seks (estrogen/testosteron) masih dalam kadar rendah, produksi hormon gonadotropin (LH, FSH) mulai meningkat tapi belum signifikan
Ciri-Ciri Umum	Pertumbuhan tubuh dan berat badan normal tapi tidak terlalu cepat Perkembangan otot dan organ reproduksi masih minimal Belum ada menstruasi(pada perempuan) Belum ada perubahan(pada laki-laki)
Perilaku dan psikologis	Mulai menunjukkan tanda-tanda kemandirian, perubahan mood ringan, perkembangan kognitif dan sosial yang meningkat
Perkembangan Reproduksi	Belum ada fungsi reproduksi aktif, ovarium/testis belum matang

Kriteria inklusi sampel adalah usia pra pubertas yang memenuhi kriteria sebagai berikut:

1. Sampel berjenis kelamin laki-laki dan perempuan
2. Sampel berusia prapubertas 9-11 tahun pada laki-laki yang belum akil balig dan perempuan yang belum mengalami menstruasi
3. Sampel bersedia mengikuti penelitian dan mengisi informed consent
4. Sampel mengikuti proses belajar mengajar saat penelitian

Istilah pra pubertas lebih fokus pada tahap fisiologis persiapan menuju kematangan seksual, sedangkan pra-remaja (atau tween) adalah istilah yang lebih luas untuk fase perkembangan antara masa anak dan remaja, yang mencakup aspek fisik, emosional, dan sosial. Pra-pubertas adalah tahap akhir kanak yang meliputi persiapan untuk pubertas, sedangkan pra-remaja bias lebih panjang atau mencakup periode awal masa remaja itu sendiri.

## E. Pubertas

Pubertas adalah masa ketika anak mengalami perubahan hormon di dalam tubuh yang berkaitan dengan kematangan organ-organ reproduksinya. Proses ini



umumnya dimulai pada tahap perkembangan remaja ,dimana terjadi perubahan-perubahan besar pada tubuhdan fungsi-fungsi tubuh tertentu sebagian anak perempuan memulai masa puber ketika mereka berusia antara 8-13 tahun.

Pubertas ialah suatu periode dimana kematangan kerangka dan seksual terjadi dengan pesat terutama pada awal masa remaja. Kematangan seksual merupakan suatu rangkaian dari perubahan-perubahan yang terjadi pada masa remaja, yang ditandai dengan perubahan pada seks primer (*Primary Sex Characteristics*) dan perubahan pada seks sekunder (*Secondary Sex Characteristics*). Meskipun perkembangan ini biasanya mengikuti suatu urutan tertentu, namun urutan dari kematangan seksual tidak sama pada setiap anak, dan terdapat perbedaan individual dalam umur dari perubahan-perubahan. Pubertas biasanya berlangsung pada umur 13-20 tahun dan fase yang lebih matang dimana dari implus yang tenang menjadi menonjol sehingga dinamis.

Saat remaja pertumbuhan fisik baik laki-laki maupun perempuan sangatlah cepat tumbuhnya. Pada saat ini pertumbuhan tinggi badan terjadi amat cepat. Perbedaan pertumbuhan fisik laki-laki dan perempuan adalah pada organ reproduksinya, dimana akan diproduksi hormone yang berbeda, penampilan yang berbeda, serta bentuk tubuh yang berbeda akibat berkembangnya tanda seks sekunder

#### 1. Tahapan-Tahapan Masa pubertas

##### a. Tahapan pra-pubertas

Tahap ini disebut juga tahap pematangan yaitu pada satu atau dua terakhir pada masa kanak-kanak, pada masa ini anak dianggap sebagai "prapuber" sehingga dia tidak disebut seorang anak dan tidak pula seorang remaja. pada tahap ini ciri-ciri sekunder mulai nampak.

##### b. Tahapan pubertas

Tahap puber ini disebut juga tahap matang, yaitu terjadi pada garis antara masa kanak-kanak dan masa remaja. Pada tahap ini, kriteria kematangan seksual mulai muncul. Pada anak perempuan terjadi haid pertama dan pada anak laki-laki terjadi mimpi basah pertama kali. dan mulai berkembang ciri-ciri seks sekunder dan sel-sel di produksi dalam organ-organ seks.

##### c. Tahapan pascapubertas

Pada tahap ini menyatu dengan tahun pertama dan kedua masa remaja. Pada tahap ini ciri-ciri seks sekunder sudah berkembang dengan baik dan organ-organ seks juga berfungsi secara matang .

#### 2. Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Pubertas

Faktor pertumbuhan terdiri dari 2 faktor yaitu: faktor internal dan faktor external

##### a. Faktor Internal

Faktor internal adalah faktor-faktor yang berasal dari dalam individu, diantaranya adalah sifat jasmaniah yang diwariskan dari orang tua dan kematangan. Secara singkat pertumbuhan fisik seolah-olah seperti sudah

direncanakan oleh faktor kematangan. Meskipun anak itu diberi makanan yang bergizi tinggi tetapi pada saat kematangan belum sampai

b. Faktor External

Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri anak, yaitu kesehatan, faktor gizi yang erat hubungannya dengan kondisi sosial ekonomi keluarga dan faktor lingkungan

3. Penyebab terjadinya perubahan pada masa pubertas yaitu ada 3 hal

a. Peran kelenjar pituitary

Kelenjar pituitary mengeluarkan dua Hormon yaitu hormon pertumbuhan yang berpengaruh dalam menentukan besarnya individu, dan hormon gonadotropik yang merangsang gonad untuk meningkatkan kegiatan. Sebelum masa puber secara bertahap jumlah hormone gonadotropik dan meningkatkan kepekaan juga semakin bertambah, dalam keadaan demikian perubahan-perubahan

b. Pearn gonad

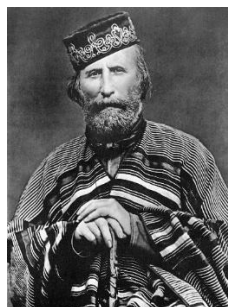
Dengan pertumbuhan dan perkembangan gonad, organ-organ seks yaitu ciri-ciri seks primer yaitu bertambah dasar dan fungsinya menjadi matang, dan ciri-ciri seks sekunder yaitu seperti rambut

c. Internal kelenjar pituitary dan peran gonad

Hormone yang dikeluarkan oleh gonad, yang telah dirangsang oleh hormon gonadotropik yang dikeluarkan oleh kelenjar pituitary, selanjutnya bereaksi terhadap kelenjar ini dan menyebabkan secara berangsur-angsur penurunan jumlah hormone pertumbuhan yang dikeluarkan sehingga menghentikan proses pertumbuhan, interaksi antara hormon gonadotropik dan gonat berlangsung terus sepanjang kehidupan reproduksi individu, dan lambat laun berkurang menjelang perempuan mendaki menopause dan laki-laki.

وَإِذَا يَلِغُ الْأَطْفَالُ مِنْكُمُ الْحُلُمَ فَلْيَسْتَأْذِنُوا كَمَا اسْتَأْذَنَ الَّذِينَ مِنْ قَبْلِهِمْ كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ آيَاتِهِ وَاللَّهُ عَلِيمٌ حَكِيمٌ

Artinya: Dan Apabila Anak-Anakmu Telah Sampai Umur Dewasa, Maka Hendaklah Mereka Juga Meminta Izin, Seperti Orang-Orang Yang Sebelum Mereka Meminta Izin. Demikianlah Allah Menjelaskan Ayat-Ayat-Nya. Dan Allah Maha Mengetahui Lagi Maha Bijaksana. Surah An-nur ayat 59.



Gambar 6. Garibaldi

Menurut Garilbaldi 2008, masa pubertas adalah masa di mana ciri-ciri seks sekunder mulai berkembang dan tercapainya kemampuan reproduksi. pubertas melibatkan perubahan fisik, fisiologis, psikologis, dan sosial pada usia sekitar 10 sampai 20 tahun (Roucek & Vachek, 1934).

#### **F. Masa Adolesen Dan Tugas-Tugas Perkembangan Adolesen**

Istilah remaja dikenal dengan “adolescence” yang berasal dari kata dalam bahasa latin “adolescere” yang berarti tumbuh menjadi dewasa atau dalam perkembangan dewasa remaja adalah masa perkembangan transisi antaramasa kanak-kanak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif dan sosial-emosional. Masa remaja merupakan suatu tahap perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang mengandung perubahan besar fisik, kognitif, dan psikososial masa remaja merupakan suatu tahap perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang mengandung perubahan besar fisik, kognitif, dan psikososial (Simanjuntak et al., 2024).

Menurut *World Health Organization* (WHO) remaja adalah suatu masa dimana individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksualitas sampai saat ini mencapai kematangan seksualitasnya, individu mengalami perkembangan psikologi dan pola identifikasi dari kanak-kanak menjadi dewasa, dan terjadi peralihan dari ketergantungan sosial yang penuh, kepada keadaan yang relative mandiri. Anna freud berpendapat bahwa pada masa remaja terjadi proses perkembangan meliputi perubahan-perubahan yang berhubungan dengan perkembangan psikoseksual dan juga terjadi perubahan dalam hubungan orang tua dan cita-cita mereka, dimana pembentukan cita-cita merupakan proses pembentukan orientasi masa depan.

Bahwa masa remaja merupakan masa perkembangan transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang dari beberapa uraian definisi remaja diatas dapat disimpulkan mencakup perubahan biologi, kognitif, sosial-emosional, seksual Masa adolesen adalah periode transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang melibatkan berbagai perubahan biologis, psikologis, dan sosial-emosional. Istilah "adolesen" berasal dari kata latin "adolescere" yang berarti tumbuh menjadi dewasa atau dalam proses perkembangan menjadi dewasa. Masa ini biasanya dimulai sekitar usia 10-12 tahun hingga usia 18-21 tahun.

Beberapa ahli menjelaskan masa adolesen sebagai berikut:

- a. Santrock (2003) menyatakan bahwa masa adolesen adalah masa perkembangan transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional
- b. Papalia dan Olds (2008) menyebut masa remaja sebagai tahap perkembangan dengan perubahan besar pada fisik, kognitif, dan psikososial
- c. World Health Organization (WHO) mendefinisikan remaja sebagai individu yang berkembang dari munculnya tanda-tanda seksualitas hingga mencapai kematangan seksualitas, mengalami perkembangan psikologis, serta beralih dari ketergantungan sosial ke kemandirian relative.

Secara umum, masa adolesen ditandai oleh pertumbuhan fisik yang signifikan, perubahan hormon, perkembangan kemampuan berpikir dan sosial, serta proses pencarian identitas diri dan kemandirian emosional.

#### Ciri-Ciri Masa Adolesen

1. Perubahan Fisik

Tumbuhnya ciri-ciri seks primer dan sekunder seperti payudara membesar pada perempuan suara pecah pada laki-laki, tumbuh bulu dan perubahan bentuk tubuh

2. Perubahan Emosional Dan Psikologis

Emosi yang cenderung labil dan meningkat sering berubah-ubah dengan cepat, adanya rasa ingin tahu seksual dan mulai tertarik pada lawan jenis dan remaja cenderung lebih fokus pada diri keresahan akibat pertentangan

3. Perubahan Sosial

Peralihan dari ketergantungan pada keluarga menuju kemandirian sosial, membutuhkan pengakuan dan persahabatan dari teman sebaya dan sering mencoba berbagai gaya hidup dan berperilaku berbeda sebagai upaya mencari identitas

4. Periode Peralihan

Masa transisi yang bukan anak-anak lagi namun juga bukan dewasa sepenuhnya menyebabkan status sosial yang tidak jelas

Ciri-ciri ini dapat bervariasi antara individu dan dipengaruhi oleh faktor budaya dan lingkungan sekitar. Masa adolesen umumnya dibagi ke dalam beberapa tahap dengan ciri khas masing-masing, seperti remaja awal, madya, dan akhir. Ciri-ciri masa adolesen memengaruhi hubungan remaja dengan orang tua dalam beberapa cara penting.

1. Perubahan dan labilitas

Emosi yang tidak stabil dan kecenderungan perubahan suasana hati yang cepat membuat hubungan bisa menjadi penuh tantangan. Remaja bisa menjadi lebih sensitif, mudah marah, atau tertutup sehingga komunikasi dengan orang tua kadang sulit. Orang tua perlu memahami kondisi ini agar dapat tetap memberikan dukungan yang empatik dan penertian

2. Kebutuhan akan perhatian dan pengakuan

Remaja sangat membutuhkan perhatian, kasih sayang, dan pengakuan dari orang tua. Mereka ingin orang tua mendengarkan dengan empati dan menerima mereka apa adanya. Kegagalan orang tua untuk memberi dukungan emosional bisa menimbulkan jarak dan konflik dalam hubungan

3. Potensi konflik dan perlawanan

Karena keinginan untuk otonomi dan pencarian identitas, remaja terkadang menunjukkan sikap perlawanan terhadap aturan atau norma orang tua. Konflik semacam ini wajar dalam masa adolesen, namun perlu dikelola dengan komunikasi yang terbuka dan saling menghargai agar tidak merusak hubungan

Secara keseluruhan, masa adolesen yang ditandai oleh pencarian identitas, perubahan emosional, dan kebutuhan akan perhatian dapat menyebabkan dinamika hubungan yang kompleks antara remaja dan orang tua, dimana dukungan, komunikasi positif, dan pengertian dari orang tua sangat berperan penting. (Erika Puspita, 2019).

### ***Tugas-Tugas Perkembangan Adoleses***

Perkembangan adolesen atau remaja dapat dibagi menjadi tiga tahapan utama yang mencakup perubahan fisik, kognitif, emosional, dan sosial masa remaja diklasifikasikan menjadi 3 tahap:

1. Masa Remaja Awal (*erly adolescence*)  
Merupakan tahapan remaja yang sedang bingung akan transformasi yang terjadi kepada dirinya sendiri dan stimulan yang mendampingi perubahan tersebut. Remaja pada masa ini mengembangkan pikiran baru, mudah untuk tertarik terhadap lawan jenis.
2. Masa Remaja Madya (*middle adolescenc*)  
Merupakan tahap remaja yang sedang memerlukan teman. Remaja pada masa ini merasa gembira jika memiliki banyak teman yang menyukai dirinya. Ia berada dalam kebingungan karena bingung untuk memilih hal yang tepat.
3. Masa Remaja Akhir (*late adolescence*)  
Merupakan tingkatan remaja pada fase penggabungan menuju era kedewasaan yang dicirikan dengan minat yang makin tepat terhadap diri, memiliki ego untuk mencari kesempatan dalam pengalaman baru (Dara Cynthia Mukti, 2019).

Tugas-tugas perkembangan adolesen adalah sejumlah kompetensi dan sikap yang harus dicapai seorang remaja agar dapat bertransisi dengan baik dari masa anak-anak menuju dewasa.

### **SIMPULAN**

Berdasarkan analisis terhadap berbagai sumber literatur yang dikaji dalam penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa masa remaja merupakan periode transisi yang kompleks dan multidimensional, ditandai oleh perkembangan fisik, kognitif, emosional, dan sosial yang signifikan. Perubahan-perubahan ini dipengaruhi oleh faktor biologis seperti hormon dan perkembangan organ reproduksi, serta faktor psikososial seperti pengaruh teman sebaya, lingkungan sosial, dan keluarga. Transformasi tersebut tidak hanya memengaruhi aspek individual remaja, tetapi juga berdampak langsung terhadap proses interaksi sosial dan keberhasilan pendidikan. Oleh karena itu, pemahaman yang mendalam mengenai ciri-ciri dan tahapan perkembangan remaja menjadi sangat relevan dalam konteks pendidikan, guna mendukung proses pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan perkembangan peserta didik serta memfasilitasi pembentukan karakter dan kemandirian mereka sebagai calon dewasa yang bertanggung jawab. Kesadaran akan dinamika ini diharapkan mampu meningkatkan efektivitas intervensi pendidikan dan mendukung pengembangan potensi optimal remaja dalam rangka mewujudkan generasi muda yang berkompetensi dan berbudi pekerti luhur.



**DAFTAR RUJUKAN**

Al-Qur'anul Karim

- Ahmad Fahrurrozi. (2022). Perkembangan Dan Penanaman Nilai Agama Pada Masa Remaja. *An-Nahdlah: Jurnal Pendidikan Islam*, 2(1), 52-61. <https://doi.org/10.51806/an-nahdlah.v2i1.32>
- Aprilia, W. (2020). Perkembangan pada masa pranatal dan kelahiran. *Yaa Bunayya : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 40-55. <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/YaaBunayya/article/download/6684/4246>
- Dara Cynthia Mukti. (2019). Asuhan Keperawatan Gangguan Pemenuhan Kebutuhan Belajar Pada Anak Thalasia Di Ruang Alamanda RSUD Dr. H. Abdoel Moeloek Provinsi Lampung Tahun 2019. 1-23.
- Erika Puspita, S. (2019). Hubungan antara kepribadian neuroticism dan konformitas teman sebaya terhadap perilaku impulsif buying produk fashion remaja SMA 2 Surabaya. *Skripsi*, 1-2.
- Kholipah, S. (2021). Psikologi Perkembangan Pada Masa Praremaja. *Academia*, 1-2. [https://www.academia.edu/44309109/Jurnal\\_Psikologi\\_Perkembangan\\_Pada\\_Masa\\_Praremaja](https://www.academia.edu/44309109/Jurnal_Psikologi_Perkembangan_Pada_Masa_Praremaja)
- Marwoko, G. (2018). Psikologi Perkembangan Masa Remaja Adapun kriteria manusia yang baik , warga masyarakat yang baik , dan warga negara yang baik bagi suatu masyarakat atau bangsa adalah terdapatnya nilai-nilai moral tertentu , yang keberadaannya dipengaruhi oleh budaya mas. *Pendidikan Agama, Vol.10*, 60-75.
- Nelly, T. N. F., & Mamun Hanif. (2024). Pandangan Psikologi Pendidikan Terhadap Faktor Pembawaan Anak Usia Remaja Dalam Keluarga. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Pengembangan SDM*, 12(2), 1-19. <https://doi.org/10.37721/psi.v12i2.1551>
- Ridwan, H. A., & Pambudi, Y. E. (2021). Peran Pendidikan Spiritual Dalam Perkembangan Masa Adolezen Di Era Globalisasi 4.0. *Pamomong: Journal of Islamic Educational Counseling*, 1(1), 20-28. <https://doi.org/10.18326/pamomong.v1i1.20-28>
- Roucek, J. S., & Vachek, E. (1934). Puberta. *Books Abroad*, 8(4), 470. <https://doi.org/10.2307/40076689>
- Saputro, K. Z. (2018). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), 25. <https://doi.org/10.14421/aplikasia.v17i1.1362>
- Simanjuntak, D. V., Sitompul, D. A., Nadapdap, I., Raja, S. L., & Naibaho, D. (2024). Psikologi Perkembangan pada Remaja terhadap Dampak Penggunaan Media Sosial pada Perkembangan Emosi dan Kecemasan pada Remaja. *Jurnal Parenting Dan Anak*, 1(3), 9. <https://doi.org/10.47134/jpa.v1i3.422>
- Tasya Alifia Izzani, Selva Octaria, & Linda Linda. (2024). Perkembangan Masa Remaja. *JISPENDIORA Jurnal Ilmu Sosial Pendidikan Dan Humaniora*, 3(2), 259-273. <https://doi.org/10.56910/jispendiora.v3i2.1578>
- Umami, I. (2019). PSIKOLOGI REMAJA repository. *IDEA Press Yogyakarta*, 82-143.