

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Definisi Remaja

Masa remaja merupakan bagian dari fase perkembangan dalam kehidupan seorang individu. Masa yang merupakan periode transisi dari masa anak ke dewasa ini ditandai dengan percepatan perkembangan fisik, mental, emosional, sosial dan berlangsung pada dekade kedua masa kehidupan. WHO mendefinisikan remaja merupakan anak usia 10 - 19 tahun. Undang-Undang No. 4 tahun 1979 mengenai kesejahteraan anak mengatakan remaja adalah individu yang belum mencapai umur 21 tahun dan belum menikah. Menurut Undang-Undang Perburuhan, remaja adalah anak yang telah mencapai umur 16-18 tahun atau sudah menikah dan mempunyai tempat tinggal sendiri. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan menganggap remaja jika sudah berusia 18 tahun yang sesuai dengan saat lulus dari sekolah menengah.¹

¹ Kusuma, Tirta, and Fitri Hartanto. *Perbedaan Masalah Mental Emosional Pada Remaja Yang Bermain Video Game Aksi Dan Non Aksi Studi kasus di SMP N 3 Semarang*, (Diss. Faculty of Medicine Diponegoro University, 2014), h. 7

Menurut Undang-Undang Perkawinan No.1 tahun 1974, anak dianggap remaja bila sudah cukup matang untuk menikah yaitu umur 16 tahun untuk anak perempuan dan 19 tahun untuk anak laki-laki. Menurut Hurlock remaja adalah anak dalam rentang usia 12-18 tahun. Berdasarkan batasan yang telah dikemukakan rentang usia remaja sangat bervariasi, akan tetapi awal dari masa remaja relatif sama sedangkan masa berakhirnya masa remaja lebih bervariasi. Awal usia masa remaja berkisar 10 tahun dan akhir masa remaja berkisar 21 tahun. Dalam penelitian remaja yang akan diteliti berada pada rentang usia 13-15 tahun.²

B. Pertumbuhan dan Perkembangan Remaja

Remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Remaja pada masa ini mengalami masa pubertas yaitu terjadinya pertumbuhan yang cepat, timbul ciri-ciri seks sekunder, dan tercapai fertilitas. Perubahan psikososial yang menyertai pubertas disebut adolesen, Adolesen adalah masa dalam kehidupan seseorang dimana masyarakat tidak lagi memandang individu sebagai

² Hurlock, Elizabeth, *Perkembangan Anak*, Erlangga, (Jakarta, 2013), h.206

seorang anak, tetapi juga belum diakui sebagai seorang dewasa dengan segala hak dan kewajibannya.

Tumbuh kembang adalah peristiwa yang terjadi sejak masa pematangan sampai masa dewasa. Pertumbuhan merupakan suatu proses biologis yang menyebabkan perkembangan fisik yang dapat diukur. Perkembangan merupakan suatu proses seorang individu dalam aspek ketrampilan dan fungsi yang kompleks. Individu berkembang dalam pengaturan neuromuskuler, ketrampilan menggunakan anggota tubuh, serta perkembangan kepribadian, mental, serta emosi.

Perkembangan remaja dalam perjalanannya dibagi menjadi tiga fase, yaitu fase remaja awal, fase pertengahan, dan fase akhir.³

1) Remaja awal (10-14 tahun)

Remaja pada masa ini mengalami pertumbuhan fisik dan seksual dengan cepat. Pikiran difokuskan pada keberadaannya dan pada kelompok sebaya. Identitas terutama difokuskan pada

³ Wulandari, Ade. Karakteristik pertumbuhan perkembangan remaja dan implikasinya terhadap masalah kesehatan dan keperawatannya. (*Jurnal Keperawatan Anak* 2.1, 2014), h. 39-43

perubahan fisik dan perhatian pada keadaan normal. Perilaku seksual remaja pada masa ini lebih bersifat menyelidiki, dan tidak membedakan. Sehingga kontak fisik dengan teman sebaya adalah normal. Remaja pada masa ini berusaha untuk tidak bergantung pada orang lain. Rasa penasaran yang tinggi atas diri sendiri menyebabkan remaja membutuhkan privasi.

2.) Remaja pertengahan (15-17 tahun)

Remaja pada fase ini mengalami masa sukar baik untuk dirinya sendiri maupun orang dewasa yang berinteraksi dengan dirinya. Proses kognitif remaja pada masa ini lebih rumit. Melalui pemikiran operasional formal, remaja pertengahan mulai bereksperimen dengan ide, memikirkan apa yang dapat dibuat dengan barang barang yang ada, mengembangkan wawasan, dan merefleksikan perasaan kepada orang lain. Remaja pada fase ini berfokus pada masalah identitas yang tidak terbatas pada aspek fisik tubuh. Remaja pada fase ini mulai bereksperimen secara seksual, ikut serta dalam perilaku beresiko, dan mulai mengembangkan pekerjaan diluar rumah. Sebagai akibat dari eksperimen beresiko, remaja pada fase ini dapat

mengalami kehamilan yang tidak diinginkan, kecanduan obat, dan kecelakaan kendaraan bermotor. Usaha remaja fasepertengahan untuk tidak bergantung, menguji batas kemampuan, dan keperluan otonomi mencapai maksimal mengakibatkan berbagai permasalahan yang dengan orang tua, guru, maupun figur yang lain.

3) Remaja akhir (18-21 tahun)

Remaja pada fase ini ditandai dengan pemikiran oprasional formal penuh, termasuk pemikiran mengenai masa depan baik itu pendidikan, kejuruan, dan seksual. Remaja akhir biasanya lebih berkomitmen pada pasangan seksualnya daripada remaja pertengahan. Kecemasan karena perpisahan yang tidaktuntas dari fase sebelumnya dapat muncul pada fase ini ketika mengalami perpisahan fisik dengan keluarganya.⁴

Dalam perjalanan kehidupannya, remaja tidak akan lepas dari berbagaimacam konflik dalam perkembangannya. Setiap tingkatan memiliki konflik sesuai dengan kondisi perkembangan remaja pada

⁴ Wulandari, Ade. Karakteristik pertumbuhan perkembangan remaja dan implikasinya terhadap masalah kesehatan dan keperawatannya. (*Jurnal Keperawatan Anak* 2.1, 2014), h. 39-43

saat itu. Konflik yang sering dihadapi oleh remaja semakin kompleks seiring dengan perubahan yang mereka alami pada berbagai dimensi kehidupan dalam diri mereka yaitu dimensi biologis, dimensi kognitif, dimensi moral dan dimensi psikologis.

C. Masalah Mental Emosional

Perkembangan mental emosional merupakan proses perkembangan individu dalam usaha menyesuaikan diri dengan lingkungan dan pengalaman-pengalamannya. Masalah mental emosional dapat timbul jika terdapat suatu konflik dalam proses penyesuaian diri dengan lingkungan dan pengalaman-pengalamannya.

Masalah mental emosional pada remaja dipengaruhi oleh interaksi antara faktor risiko dan faktor protektif. Faktor risiko merupakan faktor yang telah diidentifikasi dapat meningkatkan risiko terjadinya masalah mental emosional pada remaja, antara lain faktor individu, keluarga, sekolah, peristiwa hidup, dan sosial. Faktor protektif adalah faktor yang memberi penjelasan bahwa tidak semua remaja yang mempunyai faktor risiko akan mempunyai masalah

mental emosional.⁵

Gangguan mental emosional ditandai dengan menurunnya fungsi individu pada ranah keluarga, pekerjaan atau pendidikan, dan masyarakat atau komunitas, selain itu gangguan ini berasal dari konflik alam bawah sadar yang menyebabkan kecemasan. Depresi dan gangguan kecemasan merupakan jenis gangguan mental emosional yang lazim ditemui di masyarakat.⁶

Faktor protektif antara lain, yaitu karakter / watak yang positif, lingkungan keluarga yang suportif, lingkungan sosial yang berfungsi sebagai sistem pendukung untuk memperkuat upaya penyesuaian diri remaja, keterampilan sosial yang baik, serta tingkat intelektual yang baik masalah mental emosional juga dapat disebabkan oleh karena ketidakseimbangan antara faktor resiko dengan faktor protektif. Menurut Erickson, dengan memperkuat faktor protektif dan

⁵ Utami, Dian Putri, Fitri Hartanto, and Adhie Nur Radityo. *Masalah Mental dan Emosional pada Siswa SMP Kelas Akselerasi dan Reguler: Studi Kasus di SMP Negeri 2 Semarang*. Diss. Fakultas Kedokteran, 2012), h. 9

⁶ Kurniawan, Yudi, and Indahria Sulistyarini. "Komunitas SEHATI (Sehat Jiwa dan Hati) sebagai intervensi kesehatan mental berbasis masyarakat." *INSAN: Jurnal Psikologi dan KesehatanMental* 1.2 (2016): 112-124.

menurunkan faktor risiko pada seorang remaja, maka akan tercapailah kematangan kepribadian dan kemandirian sosial yang ditandai oleh *self awareness*, *role of anticipation*, dan *apprenticeship*. Seiring dengan berjalanya waktu dan berkembangnya zaman serta teknologi, faktor-faktor resiko yang menyebabkan masalah mental emosional dimungkinkan juga ikut berkembang. Sehingga dapat muncul faktor faktor lain yang berpengaruh terhadap perkembangan mental emosional individu.

Masalah mental emosional pada anak dibagi menjadi dua kategori yaitu internalisasi dan eksternalisasi. Masalah emosional internalisasi termasuk gejala depresi, kecemasan, perilaku menarik diri, dan digolongkan sebagai emosi yang menghukum diri seperti kesedihan, perasaan bersalah, ketakutan dan kekhawatiran berlebih.⁷ Gejala emosional mempunyai dampak yang serius, misalnya, menghambat kesuksesan akademik dan hubungan dengan lingkungannya. Gambaran masalah mental emosional eksternalisasi antara lain: temperamen sulit,

⁷ Damayanti M. (2011). *Masalah Mental Emosional pada Remaja : Deteksi dan Intervensi*. Sari Pediatri Volume 13 (Suppl 1) Juni 2011: Jakarta, 2011; hal.45-51

ketidakmampuan memecahkan masalah, gangguan perhatian, hiperaktivitas, perilaku bertentangan (tidak suka ditegur/diberi masukan positif, tidak mau ikut aturan) dan perilaku agresif. Masalah mental emosional pada usia muda dimungkinkan akan meningkatkan risiko kelainan fisik dan mental pada masa perkembangan selanjutnya. Deteksi dini harus segera dilakukan agar dapat segera dapat ditindak lanjuti lebih awal.⁸

D. Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Mental Emosional Remaja

Perkembangan mental emosional remaja dipengaruhi oleh interaksi dari berbagai macam faktor yang dapat meningkatkan maupun menurunkan risiko masalah psikiatri. Berdasarkan teori yang diungkapkan sebelumnya, maka dapat dilakukan identifikasi lanjut mengenai faktor risiko dan faktor protektif yang berpengaruh terhadap perkembangan mental emosional remaja dengan menggunakan sudut pandang faktor intrinsik dan ekstrinsik dari individu. Faktor- faktor intrinsik merupakan hal-hal yang lebih

⁸ Haryanti, Dwi, Elza Mega Pamela, and Yulia Susanti. Perkembangan mental emosional remaja di panti asuhan." *Jurnal Keperawatan Jiwa* 4.2 (2019)h. 97-104

mengacu pada apa yang ada dalam diri seorang anak sedangkan faktor ekstrinsik merupakan faktor dari luar, yaitu lingkungan. Lingkungan dalam pertumbuhan seorang anak dapat dibagi menjadi lingkungan mikro, mini, meso dan makro.

Faktor biologis yang berpengaruh terhadap perkembangan mental adalah genetik, jenis kelamin, dan usia. Kemajuan dalam ilmu saraf membuktikan bahwa masalah mental dapat tercipta karena interaksi antara faktor genetik dan faktor lingkungan. Hampir semua gangguan mental dan perilaku umum berhubungan dengan komponen genetik.⁹

Studi tentang cara penularan gangguan mental dalam keluarga dan studi yang membandingkan risiko gangguan mental pada anak kembar menghasilkan kesimpulan bahwa risiko gangguan mental secara genetik merupakan suatu interaksi yang sangat kompleks.

Jenis kelamin berpengaruh terhadap perkembangan masalah mental. Pada beberapa

⁹ Kusuma, Tirta, and Fitri Hartanto. *Perbedaan Masalah Mental Emosional Pada Remaja Yang Bermain Video Game Aksi Dan Non Aksi Studi kasus di SMP N 3 Semarang*, (Diss. Faculty of Medicine Diponegoro University, 2014), h. 13

penelitian menunjukkan bahwa remaja perempuan cenderung lebih menunjukkan gejala masalah mental daripada laki-laki. Penelitian lain menunjukkan bahwa perempuan menunjukkan gejala depresi dan keinginan bunuh diri yang lebih tinggi sedangkan laki laki cenderung lebih menunjukkan tindakan kekerasan.

Perkembangan masalah mental emosional juga dipengaruhi oleh usia. Suatu penelitian menunjukkan bahwa masalah mental emosional pada usia remaja lebih tinggi dari pada masa kanak-kanak. Masalah mental emosional banyak terjadi pada usia 24-49 tahun, awal dari munculnya masalah mental emosional dimulai di usia sekitar tujuh tahun.¹⁰

Remaja begitu memperhatikan penampilan fisik, komposisi tubuh ideal merupakan dambaan bagi para remaja, budaya untuk mengurangi menggunakan obat-obatan dan muntah sering dilakukan oleh para remaja untuk mengurangi berat badan. Ketidakpuasan terhadap komposisi tubuh dapat menyebabkan gangguan emosional. Beberapa permasalahan yang

¹⁰ Kusuma, Tirta, and Fitri Hartanto. *Perbedaan Masalah Mental Emosional Pada Remaja Yang Bermain Video Game Aksi Dan Non Aksi Studi kasus di SMP N 3 Semarang*, (Diss. Faculty of Medicine Diponegoro University, 2014), h. 12

umum terjadi pada remaja diantaranya adalah obesitas, anoreksia, dan bulimia nervosa. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa obesitas dapat menyebabkan status depresi dan depresi dapat menyebabkan obesitas.

Masa remaja identik dengan masa penentangan atau pemberontakan, terkait dengan berbagai perubahan yang harus dihadapi oleh remaja dibandingkan dengan masa-masa sebelumnya. Tahapan perkembangan yang harus remaja hadapi adalah kemampuan untuk berpikir lebih dewasa dan rasional serta memiliki pertimbangan yang lebih matang dalam menyelesaikan masalah. Kemampuan tersebut disebut kemampuan kognitif. Dengan kemampuan tersebut sering menimbulkan konflik antar remaja dengan orang tua, sekolah dan lingkungannya.

E. Yatim Piatu

Yatim piatu adalah keadaan dimana tidak ada lagi orang tua (ayah dan ibu) dikarenakan meninggal dunia atau karena tidak diketahui keberadaannya (Kamus Besar Bahasa Indonesia). Kondisi karakteristik anak yatim piatu adalah tidak mendapatkan kebutuhan-kebutuhan baik secara fisik maupun emosional yang seharusnya diterima dari orang tua. Stimulasi

emosional dan sosial yang seharusnya diterima kurang di dapat, terkait dengan tidak adanya fungsi/figure orang tua. sumbangan orang tua termauskpenting dalam perkembangan anak.¹¹

Orang tua adalah orang yang dapat diandalkan anak dalam memenuhi kebutuhan fisik maupun psikogisnya, sumber kasih sayang dan penerimaan, sumberbimbingan, orang yang dapat diharapkan bantuannya dalam memecahkan masalah yang dihadapi dalam setiap penyesuaian kehidupan, perangsang kemampuan untukmencapai keberhasilan di sekolah dan kehidupan sosial serta menjadi sumber persahabatan sampai anak cukup besar untuk mendapatkan teman atau menjadi sahabat baginya.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan yatim piatu adalah keadaan dimana tidak ada lagi orang tua (ayah dan ibu) dikarenakan meninggal dunia atau karena tidak diketahui keberadaannya. Hal tersebut membuat mereka tidak mendapatkan kebutuhan-kebutuhan baik secara fisik maupun emosional yang seharusnya diterima dari orang tua. Dampak menjadi anak yatim piatu ialah, mereka akan

¹¹ KBBI

selalu punya alasan untuk berduka, kematian orang tua tentu akan menjadi cobaan yang paling berat bagi mereka. Perasaan sedih pasti tidak dapat disembunyikan dan akan sangat sulit dilupakan. Meski kematian orang tua sudah lama terjadi, rasa kehilangan akan terus menghantui dan mereka akan selaluberduka, mereka telah kehilangan koneksi karena seseorang yang telah ditinggal pergi orang tua akan kehilangan koneksi masa kecil dan sejarah hidup mereka bersama orangtuanya, mereka juga kehilangan cinta yang khusus, cinta terbaik adalah cinta tanpa syarat yang diberikan orangtua. Ketika orangtua meninggalkan dunia, cinta khusus tersebut akan terasa sulit ditemukan kembali.

Kondisi psikologis anak yatim piatu biasanya berbeda-beda satu sama lain ada sebagian anak yatim piatu yang memiliki kondisi menjadi mudah khawatir akan berbagai hal, lebih sensitif, perasaan *shock*, dan mudah merasa panik tetapi disisi lain ada juga anak yatim piatu yang memiliki kondisi psikologis sebaliknya, mereka jg menjadi lebih mampu bersikap optimis dan dapat mengelola stress dengan baik.¹²

¹² Riyadi, *Risiko Masalah Perkembangan dan Mental Emosional*

Tidak jarang juga bagi anak yatim piatu setelah ditinggal oleh orangtuanya ia menjadi seorang yang lebih religius ini dilakukan untuk mendapatkan ketenangan dan untuk melihat kehidupan dari sudut yang lebih dalam dalam menghadapi hidup dan harapan. Selain itu mereka semua pada dasarnya membutuhkan sistem pendukung. Mereka membutuhkan teman-teman dan orang-orang terkasih yang peduli dengan mereka. Mereka membutuhkan orang-orang yang menerima dan mendorong mereka untuk mengakui mereka dalam situasi sulit. Setelah kehilangan orang yang dicintai, membuat mereka sulit untuk mengatur emosi, merasa sendirian, marah terhadap situasi, sulit untuk berpikir jernih atau membuat keputusan yang cerdas. Tingkat energi mereka juga akan menjadi lambat. Ini tidak salah, mereka hanya sedang menyesuaikan diri dengan kesedihan yang dialami.

Jadi dampak menjadi yatim piatu memiliki kondisi seperti menjadi mudah khawatir, menjadi religius, lebih sensitif, panik, sulit untuk mengatur

emosi, merasasendirian, marah terhadap situasi atau bahkan bisa memiliki dampak sebaliknya karena dampak tersebut bisa berbeda-beda satu sama lain.

