

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Dukungan Sosial Keluarga

2.1.1 Definisi Dukungan Sosial

Menurut Rook Dan Dooley (2019), dukungan sosial merupakan bentuk kenyamanan, perhatian, apresiasi serta bantuan yang diterima seseorang dari orang lain. Seseorang akan merasa bahwa ia dicintai dan dihargai dengan adanya dukungan sosial. Dukungan sosial yang dirasakan seseorang bisa berasal dari banyak sumber, baik itu disadari maupun tidak oleh pihak pemberi dukungan. Dukungan sosial merupakan keberadaan orang lain yang dapat diandalkan untuk memberi bantuan, semangat, penerimaan dan perhatian, sehingga bisa meningkatkan kesejahteraan hidup bagi individu yang bersangkutan. Dukungan sosial akan mempengaruhi individu tergantung pada tekanan dalam kehidupan individu. Tekanan tersebut dapat berasal dari individu itu sendiri atau dari luar dirinya untuk menghindari gangguan baik secara fisik dan psikologis. Individu membutuhkan orang lain disekitarnya untuk memberi dukungan guna memperoleh kenyamanannya (Duhita, 2020).

Dukungan sosial keluarga didefinisikan sebagai interaksi sosial antar individu melalui bantuan nyata atau penempatan dalam suatu sistem sosial yang diyakini dapat memberikan kasih sayang, perhatian, atau rasa keterikatan pada suatu kelompok sosial atau keluarga. Dalam mengatasi suatu masalah, dukungan sosial keluarga berfungsi sebagai

sumber dukungan eksternal yang berguna untuk membantu seseorang dengan memberikan berbagai bentuk bantuan kepada individu tersebut. Dukungan sosial keluarga terhadap remaja juga meliputi komunikasi yang terbuka antar orang tua dan remaja, hal ini terutama yang terkait dengan pendidikan seks bagi remaja dalam menghadapi perubahan organ dan kematangan seksual. Hasil penelitian Indarwati (2013), diperoleh hasil bahwa remaja yang berada dalam lingkungan yang sama dengan orang tuannya mampu membina komunikasi yang baik dengan orang tua. Dengan komunikasi yang baik tersebut remaja bisa mendapatkan pendidikan dan perilaku kesehatan jiwa yang baik sehingga terjadi peningkatan pemahaman remaja mengenai kesehatan jiwa. Peran orang tua sangat penting dalam meningkatkan pengetahuan anak remaja tentang tumbuh kembang kesehatan jiwa (Ali, 2020).

Dukungan sosial keluarga merupakan *support system* terdekat bagi remaja. Keluarga adalah sebagai unit terkecil dari masyarakat yang terdiri dari kepala keluarga dan beberapa orang yang berkumpul dalam satu rumah dengan keadaan bergantung dengan satu sama lain. Orang tua yang memberi dukungan akan membantu remaja dalam menyelesaikan masalah yang terjadi disekolah atau pun diluar sekolah, sebaliknya jika orang tua yang abai dapat menimbulkan masalah belajar pada remaja. Selain orang tua, pihak sekolah tentu potensial untuk membantu remaja/siswa yang mengalami masalah baik akademik maupun non akademik melalui program bimbingan konseling (Aliffatunisa et al., 2021).

Dukungan sosial dari keluarga inti memiliki peranan yang sangat penting, hal ini disebabkan oleh keluarga memiliki ikatan kedekatan bila dibandingkan dengan sumber dukungan sosial yang lain. Ikatan ini menyebabkan adanya perasaan dekat secara emosional (dalam Lestari, 2016). Dukungan sosial keluarga berasal dari ayah, ibu dan saudara kandung merupakan sumber dukungan pertama dan yang terdekat untuk didapatkan oleh remaja dalam membuat keputusan karir yang hendak diambil oleh remaja, untuk itu peran dukungan keluarga terutama orangtua sangat diperlukan bagi remaja dalam kaitannya untuk memilih melanjutkan pendidikannya di jenjang perguruan tinggi atau memilih untuk bekerja sesuai dengan minat dan kemampuan yang dimiliki (dalam Roach, 2010) (Febriana & Masykur, 2022).

2.1.2 Manfaat Dukungan Sosial

Menurut Baron & Byrne (2020), orang yang berinteraksi dengan lingkungannya akan memiliki kemampuan yang lebih baik untuk menghindari masalah dibandingkan dengan orang yang terisolasi. Ketika ada stres, orang yang mendapat akan lebih mudah untuk mengatasi stres dengan dukungan sosial. Seseorang dengan rasa aman akan menemukan lebih mudah untuk mengatasi stres dengan mencari dukungan sosial. Rasa diterima diri sendiri, atau *self-acceptance*, dapat membantu mengurangi stres dan menumbuhkan perasaan fisik dan emosional yang positif. Ada banyak manfaat dari dukungan sosial. Misalnya, House dan Kahn (2020) menyatakan bahwa dukungan sosial dapat membantu orang mengurangi

pengaruh yang merugikan dan melindungi mereka dari pengaruh negatif *stressor* (Wijaya & Wideasavitri, 2019)

2.1.3 Definisi Keluarga

Keluarga adalah kumpulan dua atau lebih orang yang tinggal bersama dengan ikatan emosional dan masing-masing memiliki peran unik sebagai anggota keluarga. Keluarga murni adalah kelompok sosial yang terdiri dari suami, istri, dan anak-anak yang belum dewasa, karena Ahmadi (2020) menyatakan bahwa "keluarga merupakan sebuah group yang terbentuk dari perhubungan laki-laki dan wanita, perhubungan yang mana berlangsung lama untuk menciptakan dan membesarkan anak-anak" (Permatasari, 2020). Menurut syariat, keluarga adalah setiap orang yang memiliki hubungan darah atau perkawinan, termasuk ibu, bapak, dan anak-anak mereka (dalam arti sempit), serta semua orang berketurunan dari kakek-nenek yang sama, termasuk keluarga istri dan suami.

Menurut pendapat lain, keluarga didefinisikan menjadi dua jenis: keluarga secara psikologis dan keluarga secara biologis. Keluarga secara psikologis terdiri dari sekumpulan orang yang tinggal bersama dan memiliki ikatan batin yang memungkinkan saling mempengaruhi, memperhatikan, dan menyerahkan diri. Keluarga secara biologis, di sisi lain, didefinisikan sebagai sekumpulan orang yang tinggal bersama dan merasakan ikatan batin. Keluarga terdiri dari aspek biologis, psikologis, dan sosial, menurut para ahli. Keluarga adalah kelompok orang yang hidup bersama dan saling mempengaruhi karena hubungan dan interaksi. Namun, secara psikologis,

keluarga inti adalah sekumpulan orang yang hidup bersama dan memiliki hubungan darah, sehingga saling mempengaruhi, memperhatikan, dan membantu satu sama lain (Manihuruk et al., 2022).

Keluarga adalah lingkungan sosial terkecil yang dapat secara tidak langsung memengaruhi perkembangan seorang anak. Keluarga biasanya memiliki metode unik untuk membentuk kepribadian seorang anak untuk menjadi lebih baik. Anak-anak yang memiliki kebebasan untuk bereksperimen, berekreasi, berprestasi, dan mengaktualisasikan diri dalam masyarakat adalah tanda bahwa keluarganya telah berhasil dalam proses perkembangan anak-anak sehingga mereka membentuk kepribadian yang matang. Perkembangan anak melibatkan perubahan perilaku dari ketergantungan menjadi lebih mandiri, dari belum matang menjadi matang, dan dari sederhana menjadi sempurna. Baik orang tua maupun pendidik harus melakukan yang terbaik untuk membantu anak tumbuh. Keluarga adalah pondasi pertama dalam proses tumbuh kembang anak, jadi kedudukan keluarga adalah yang tertinggi dan perannya sangat penting dalam proses tumbuh kembang anak (Hasibuan et al., 2022).

2.1.4 Tujuan Keluarga

Menurut (Firmansyah & Erawati, 2022), tujuan dasar pembentukan keluarga adalah:

1. Keluarga merupakan unit dasar yang memiliki pengaruh kuat terhadap perkembangan individu;

2. Keluarga berfungsi sebagai perantara bagi kebutuhan dan harapan anggota keluarga dengan kebutuhan dan tuntunan masyarakat;
3. Keluarga berfungsi untuk memenuhi kebutuhan anggota keluarga dengan menstabilkan kebutuhan kasih sayang, sosio-ekonomi, dan seksual; dan
4. Keluarga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pembentukan identitas seorang individu dan hubungan mereka dengan orang lain.

2.1.5 Tugas Dan Fungsi Keluarga dengan Anak Remaja

1. Tugas Keluarga dengan Anak Remaja

Keluarga dengan anak usia remaja mempunyai tugas; memberikan kebebasan yang seimbang dan bertanggung jawab mengingat remaja mulai memiliki otonomi, mempertahankan hubungan intim dalam keluarga, mempertahankan komunikasi terbuka antara anak dan orang tua dan mempersiapkan perubahan sistem peran dan peraturan keluarga untuk memenuhi kebutuhan tumbuh kembang anggota keluarga (Nur & Budiman, 2021).

2. Fungsi Keluarga dengan Anak Remaja

Menurut (Nugroho, 2019) ada beberapa fungsi keluarga :

- a Fungsi Agama, yang menanamkan nilai-nilai keagamaan dalam pembentukan kepribadian dan mengajak anggota keluarga untuk beragama.
- b Fungsi Sosial Budaya, yang ditunjukkan oleh gotong royong di Indonesia, yang menerapkan pekerjaan yang dilakukan secara

bersama-sama, menjadikan pekerjaan yang sulit menjadi ringan. Selain itu, budaya meningkatkan kerukunan dalam keluarga.

- c Fungsi Cinta Kasih: Ada berbagai cara untuk mewujudkan cinta kasih dalam keluarga. Keluarga biasanya mewujudkan dengan menunjukkan cinta kepada pasangan, anak, dan anggota keluarga lainnya. Tidak adil atau pilih kasih terhadap setiap anak dalam keluarga adalah manifestasi tambahan.
- d Fungsi Perlindungan non-fisik dapat berupa tidak berkata kasar pada pasangan atau anak, membentak, memaki, dsb. Perlindungan fisik dapat berupa memeluk pasangan atau anak.
- e Fungsi Reproduksi: Penanaman nilai-nilai fungsi reproduksi dalam lingkungan keluarga dilakukan dengan menjaga organ reproduksi bersih dan menghindari pergaulan bebas.
- f Fungsi Sosialisasi dan Pendidikan: Penanaman nilai-nilai fungsi sosialisasi dan pendidikan terutama dilakukan oleh keluarga melalui pengajaran dan pengasuh anak. Hal ini menunjukkan bahwa keluarga sudah menyadari pentingnya mendidik anak-anaknya.
- g Fungsi Ekonomi: Keluarga biasanya memahami fungsi ekonomi dan menanamkan nilai-nilai ekonomi dengan menabung. Jika kebiasaan menabung diterapkan sejak kecil, anak-anak akan menjadi lebih hemat di masa depan.

h Fungsi Lingkungan: Keluarga biasanya melakukan fungsi lingkungan dengan membersihkan lingkungan mereka dengan menyapu, membuang sampah, mencuci piring, dll.

2.1.6 Sumber Dukungan Sosial

Menurut Wangmuba (2020), sumber dukungan sosial yang natural terbebas dari beban dan label psikologis terbagi atas :

1. Dukungan Sosial Utama Bersumber Dari Keluarga

Keluarga, sebagai sistem sosial, memiliki fungsi yang dapat membantu individu, seperti memberikan rasa aman bagi sesama anggota keluarga, menjaga persahabatan yang kuat, dan menumbuhkan rasa memiliki. Keluarga menciptakan perasaan dicintai dan mencintai melalui hubungan yang kuat dan selalu siap membantu orang lain ketika mereka dibutuhkan, yang memungkinkan terjadinya efek ini. Anggota keluarga adalah orang-orang yang penting dalam memberikan dukungan instrumental, emosional, dan kebersamaan dalam menghadapi berbagai peristiwa menekan dalam kehidupan.

Keluarga menciptakan perasaan dicintai dan mencintai melalui hubungan yang kuat dan selalu siap membantu orang lain ketika mereka dibutuhkan, yang memungkinkan terjadinya efek ini. Anggota keluarga adalah orang-orang yang penting dalam memberikan dukungan instrumental, emosional, dan kebersamaan dalam menghadapi berbagai peristiwa menekan dalam kehidupan. Bagaimana dukungan sosial mempengaruhi kejadian dan dampak kecemasan dapat dilihat dari

bagaimana dukungan sosial dapat memberikan kenyamanan fisik dan psikologis kepada individu.

Menurut Lieberman (2020) menyatakan bahwa dukungan sosial dapat secara teoritis mengurangi risiko kecemasan. Setelah peristiwa terjadi, interaksi dengan orang lain dapat mengubah atau mengubah cara seseorang melihat kejadian tersebut, yang akan mengurangi kemungkinan munculnya kecemasan. Ada delapan tugas utama yang harus dilakukan oleh keluarga: menjaga keberadaan fisik keluarga dan anggota-anggotanya; menjaga sumber daya yang tersedia; membagi tanggung jawab setiap anggota keluarga sesuai dengan posisinya; bersosialisasi satu sama lain; mengatur jumlah anggota keluarga; mempertahankan ketertiban dan stabilitas; dan menumbuhkan rasa syukur.

2.1.7 Bentuk Dukungan Sosial Keluarga

Menurut Friedman, Bowden dan Jones (2021) terdapat 4 jenis dukungan yaitu :

1. Dukungan Penghargaan

Merupakan dukungan dengan bentuk sebuah dorongan dan motivasi yang diberikan oleh keluarga.

2. Dukungan Instrumental

Merupakan dukungan berpusat pada keluarga sebagai sumber dukungan yang praktis dan nyata berupa dukungan langsung seperti materi, tenaga dan fasilitas dari sumber terpercaya.

3. Dukungan Emosional

Merupakan bantuan suportif yang akan membantu orang mengelola emosinya dan menjadikan keluarga tempat yang aman dan tenang untuk beristirahat. Sehingga dukungan emosional keluarga berpengaruh positif terhadap pertumbuhan dan perkembangan keluarga.

4. Dukungan informatif

Untuk mengungkapkan masalah, keluarga bertindak sebagai pengumpul informasi, memberikan nasihat dan juga saran.

2.1.8 Faktor Yang Mempengaruhi Dukungan Sosial Keluarga

1. Faktor Internal

a. Tahap Perkembangan

Usia dapat berpengaruh terhadap dukungan keluarga dimana ada pertumbuhan dan juga perkembangan. Sehingga, kelompok usia yang berbeda akan memiliki pemahaman dan reaksi yang berbeda terhadap suatu perubahan.

b. Pendidikan

Latar belakang pendidikan, wawasan dan pengalaman masa lalu merupakan variabel intelektual yang terbentuk dari keyakinan individu akan adanya dukungan. Kemampuan kognitif mempengaruhi proses berpikir khususnya kemampuan untuk memahami masalah terkait penyakit dan menggunakan informasi medis untuk dapat mempertahankan kesehatan

c. Faktor Emosi

Keyakinan akan adanya dukungan serta cara melakukannya dipengaruhi dengan adanya faktor emosional. Perubahan hidup pada orang yang mengalami stres cenderung akan bereaksi terhadap berbagai tanda penyakit, salah satunya dengan adanya rasa khawatir jika penyakitnya dapat mengancam jiwa.

d. Spritual

Aspek ini dapat dilihat dari cara hidup seseorang, seperti nilai kepercayaannya, hubungan dengan keluarganya maupun dengan orang lain, serta kemampuan untuk menemukan makna dan harapan dalam kehidupannya.

2. Faktor Eksternal

a. Keluarga

Merupakan kelompok sosial utama dimana seseorang memiliki ikatan emosional yang paling dalam dan paling kuat.

b. Faktor Sosial Ekonomi

Faktor sosial dan psikososial dapat meningkatkan risiko penyakit dan memengaruhi persepsi dan perasaan orang tentang penyakitnya. Jika tingkat ekonomi seseorang semakin tinggi, maka semakin besar kemungkinan bahwa secara umum ia lebih rentan terhadap gejala penyakit. Sehingga, jika seseorang merasa kesehatannya bermasalah, maka ia akan lekas mencari pertolongan.

c. Latar Belakang Budaya

Kepercayaan, nilai dan kebiasaan seseorang mengenai dukungan dipengaruhi oleh adanya latar belakang budaya.

2.1.9 Pengukuran Dukungan Sosial Keluarga

Kriteria dukungan keluarga sebagai berikut :

1. Mendukung, jika $\geq$ median
2. Tidak mendukung, jika $<$ median

2.2 Konsep Kesehatan Jiwa

2.2.1 Definisi Kesehatan Jiwa

Kesehatan didefinisikan sebagai keadaan ketika seseorang merasa sehat secara fisik, mental, spiritual, dan sosial. Ini tidak hanya bebas dari penyakit, cacat, dan kelemahan, tetapi juga membuat mereka merasa mandiri dan produktif. Kesehatan fisik dan psikis adalah bagian dari kesehatan. Kesehatan fisik adalah ketika semua organ tubuh berfungsi secara normal tanpa rasa sakit atau ketidaknyamanan. Kesehatan jiwa adalah ketika seseorang dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual, dan sosial sehingga mereka menyadari kemampuan mereka, mengatasi stres, bekerja secara produktif, dan mampu memberikan kontribusi kepada komunitas mereka. Kondisi perkembangan yang tidak sesuai pada individu disebut gangguan jiwa (Harun et al., 2023).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) 2019, kesehatan jiwa didefinisikan sebagai ketika seseorang merasa sehat dan bahagia, mampu menghadapi tantangan hidup, dapat menerima orang lain sebagaimana

seharusnya, dan memiliki sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain. Menurut Stuart (2019) menyatakan bahwa perubahan fisik, kognitif, dan emosional yang dialami remaja dapat menyebabkan stres dan menyebabkan perilaku yang berbeda dari remaja. Mengembangkan identitas diri dan mulai mengembangkan kemandirian emosional dari orangtua juga merupakan tugas perkembangan remaja yang harus dilalui. Remaja mengalami proses kemandirian, tetapi mereka juga memiliki keinginan alam bawah sadar untuk mempertahankan ketergantungan. karena remaja mungkin menunjukkan sikap ambivalen yang ditunjukkan dengan emosi yang meluap, yang dapat mengganggu kesehatan mental mereka (Aisyaroh et al., 2022).

Menurut *Mental Health Inventory* (MHI) kesehatan jiwa dibagi menjadi dua kategori: kesehatan mental/kesejahteraan mental. Kesehatan mental/kesejahteraan mental adalah kondisi yang menggambarkan kepuasan hidup, hubungan emosional, dan dampak positif secara keseluruhan. Kesehatan mental/kesejahteraan mental adalah kondisi yang menggambarkan kesehatan jiwa seseorang yang digambarkan dengan tingkat kecemasan. Kehilangan kontrol atas perilaku atau emosi, dan depresi (Aisyaroh et al., 2022).

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia No.18 Tahun 2014, kesehatan jiwa atau kesehatan mental adalah ketika seseorang dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual, dan sosial sehingga mereka dapat

menyadari kemampuan mereka sendiri, mengatasi masalah, bekerja, dan memberikan peran serta kepada masyarakat sekitar mereka.

2.2.2 Definisi Kesehatan Jiwa Remaja

Menurut WHO (2020) Kesehatan jiwa remaja sangat penting untuk perkembangan mereka. Kesehatan jiwa didefinisikan sebagai kondisi kesejahteraan setiap orang yang menyadari potensi dirinya sendiri, dapat mengatasi masalah dan tekanan dalam kehidupannya, produktif dan baik dalam bekerja, dan mampu berkontribusi untuk lingkungan dan orang-orang di sekitarnya. Bisa disimpulkan bahwa kesehatan jiwa adalah tentang kesehatan mental dan kesejahteraan, bukan tentang seberapa sehat atau sakit seseorang secara biologis (Komala et al., 2020).

Masa remaja sangat penting untuk kesehatan jiwa seseorang. Perkembangan biologis, perkembangan kognitif, dan perkembangan psikologis adalah beberapa perubahan yang terjadi. Remaja akan mengalami stres jika mereka tidak dapat menyesuaikan diri dengan hal tersebut (Dalam Davidson, 2018). Dukungan sosial adalah salah satu sumber kesejahteraan yang melindungi dari stres.

Menurut Kementerian Kesehatan (2023), kesehatan jiwa remaja sangat penting untuk perkembangan mereka. Menurut WHO (2020) Remaja, juga dikenal sebagai adolesen, adalah fase transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa dan berusia antara 10 dan 19 tahun. Sebaliknya, peraturan Menteri Kesehatan RI N0.25 mendefinisikan remaja sebagai individu berusia 10 hingga 18 tahun. Masa remaja dimulai pada usia 13 (tiga

belas) tahun hingga 16 (enam belas) tahun, dan berakhir pada usia 16 (enam belas) tahun atau 17–18 tahun, yaitu usia matang secara hukum. Akibatnya, masa remaja sangat singkat.

Kesehatan mental remaja menarik perhatian. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa remaja adalah fase perkembangan terpenting dalam kehidupan manusia, mengambil alih dari masa anak-anak ke masa dewasa (Dalam Stuart, 2019). Menurut Kemenkes RI (2023) Secara umum, orang yang sehat jiwa ditandai dengan perasaan sehat dan bahagia, mencintai dirinya sendiri secara realistis, memiliki harga diri yang wajar, optimis, dan mampu mengatasi kekecewaan, tekanan, dan tuntutan hidup dalam berbagai situasi. Karena perubahan fisik, biologis, dan sosial yang terjadi pada remaja, hal-hal tersebut belum dapat dicapai secara optimal. Konflik internal dan eksternal, yang terkadang tidak dapat diselesaikan, menimbulkan berbagai masalah (Maula et al., 2023).

2.2.3 Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Jiwa Remaja

Menurut WHO (2024) beberapa faktor berkontribusi pada kesehatan jiwa seseorang, termasuk remaja, adalah :

1. Kecerdasan emosional dan sosial adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan emosi mereka dan berinteraksi dengan orang lain.
2. Keadaan sosial dan ekonomi: Faktor ekonomi seperti tingkat pendapatan, peluang pendidikan, dan stres pekerjaan dapat memengaruhi masalah kesehatan jiwa.

3. Keadaan lingkungan: Lingkungan sosial seseorang dapat memengaruhi cara mereka berinteraksi dengan orang lain.

Beberapa sumber gangguan mental emosional pada remaja, termasuk tekanan dari tuntutan akademik sekolah yang diberikan guru kepada siswa, pergaulan yang menyimpang dari pengaruh teman, dan kurangnya dukungan sistem dari keluarga. Remaja perempuan mengalami gangguan mental relatif sebagai akibat dari banyaknya pelecehan yang mereka alami. Selain itu, remaja yang mengonsumsi narkoba memiliki kemungkinan lebih besar mengalami gangguan mental dan emosional.

2.2.4 Pengukuran Kesehatan Jiwa Remaja

Kriteria Kesehatan Jiwa Remaja sebagai berikut :

1. Psychological well-being $\geq$ median
2. Psychological distress $<$ median

2.3 Konsep Perkembangan Remaja

2.3.1 Definisi Remaja

Masa remaja adalah masa transisi dari masa kanak-kanak ke kedewasaan. Masa remaja kadang-kadang dianggap sebagai perpanjangan dari masa kanak-kanak sebelum dewasa. Ini adalah masa transisi, atau jembatan goyang yang menghubungkan masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Menurut G. Stanley Hall, seorang psikolog, menggambarkan masa remaja sebagai "badai dan stress". Hal ini menunjukkan bahwa masa remaja adalah periode "badai dan tekanan mental", atau saat transformasi fisik, intelektual, dan emosional seseorang menghasilkan ketidakbahagiaan

dan keraguan (konflik), baik pada orang yang bersangkutan maupun dengan lingkungannya (Dalam Jannah, 2016). Masa remaja adalah fase perkembangan yang sangat tidak stabil, dengan perubahan signifikan yang sangat mungkin menyebabkan perbedaan pendapat (Lontoh et al., 2024).

Remaja awal lebih memperhatikan perubahan bentuk dan ukuran tubuh, serta pengaruh yang kuat dari teman sebaya mereka. Remaja pertengahan tampaknya sedang mencari identitas diri, mengubah tingkah laku, belajar mengendalikan dorongan, dan membuat keputusan tentang sekolah dan pekerjaan yang mereka inginkan. Remaja akhir ditandai dengan sudah siap memasuki peran orang dewasa dan memiliki keinginan yang lebih besar untuk diterima di kelompok dan orang dewasa. Masa remaja awal yang terjadi pada siswa SMP adalah suatu fase yang siswa dapat mengeluarkan emosi yang saat ini terjadi dan emosi tersebut merupakan energi besar sehingga kebanyakan tidak mampu mengontrol emosi dengan baik. Apabila siswa tersebut tidak mampu mengontrol emosi yang ada dalam dirinya maka akan berakibat munculnya perilaku negatif yang dapat merugikan orang lain. Siswa memerlukan kematangan emosi sehingga memiliki kemampuan dalam mengontrol emosi secara baik dan mampu untuk mengendalikan emosi yang saat ini ada pada dirinya sehingga siswa dapat berpikir untuk kedua kalinya dalam bertindak (Vinet & Zhedanov, 2011).

Masa remaja bertepatan dengan masa sekolah menengah. Masa remaja sangat diminati karena karakteristiknya yang unik dan peranannya

yang penting dalam kehidupan orang dewasa. Proses perkembangan remaja dibagi menjadi tiga tahap:

1. Masa Remaja Awal (12 - 14 tahun)

Pada usia ini, seseorang mulai meninggalkan peran seorang anak dan berusaha menjadi orang yang independen dari orangtuanya. Tahap ini berfokus pada penerimaan bentuk dan kondisi fisik, serta adanya kesesuaian yang signifikan dengan teman sebaya.

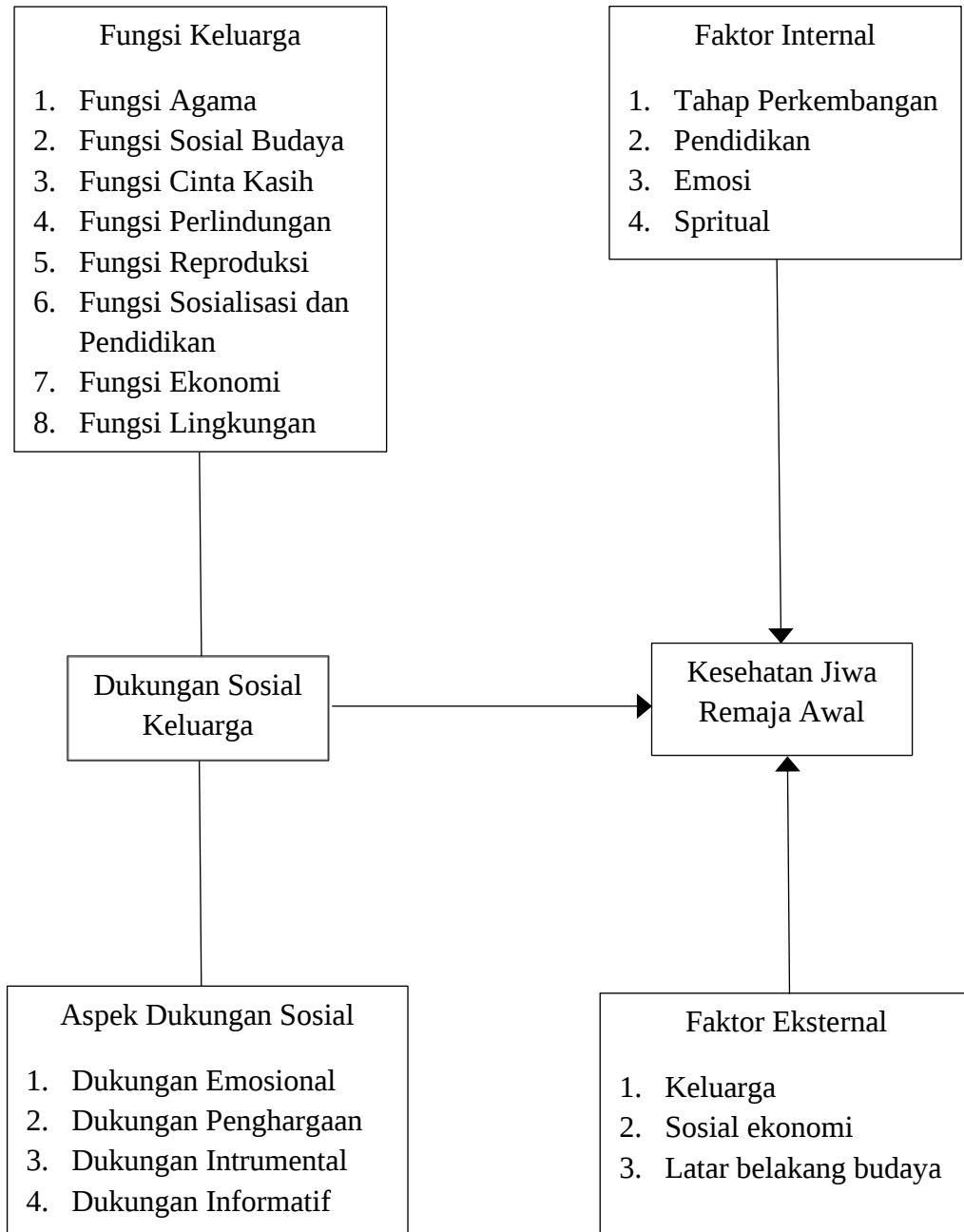
2. Masa Remaja Pertengahan (15 - 17 tahun)

Munculnya kemampuan kognitif baru menandai masa remaja pertengahan. Remaja sangat membutuhkan teman. Teman sebaya masih berperan penting, tetapi mereka telah belajar menjadi lebih mandiri. Remaja mulai mendapatkan kematangan perilaku, belajar mengendalikan keinginan, dan membuat penilaian awal tentang tujuan karir mereka. Penerimaan lawan jenis juga menjadi penting bagi individu.

3. Masa Remaja Akhir (17 – 18 tahun)

Masa remaja akhir merupakan periode penting dalam persiapan menuju kehidupan dewasa, baik dalam hal karier, hubungan sosial, maupun kemandirian emosional dan finansial.

2.4 Kerangka Teori



Bagan 2.1 Kerangka Teori Laurence Green

Sumber : Modifikasi teori dari (Wijayayanti & Bardame, 2020), (Bowden & Jones, 2021)