

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia sebagai makhluk sosial berperan penting dalam memiliki pertahanan diri dalam menghadapi perbedaan situasi dan kondisi sosial yang terjadi terhadap lingkungannya.¹ Terutama bagi remaja, remaja adalah bibit unggul yang seharusnya berkembang secara teratur baik individual maupun kelompok. Sehingga tugas-tugas remaja pada umumnya dapat terealisasi dengan baik tanpa ada ketertinggalan. Masa remaja ini masa dimana individu mulai mencari jati diri, mengenali konsep diri, memantapkan diri, penuh emosional, perubahan nilai-nilai, masa-masa kreatif dan penyesuaian diri dengan hal-hal baru.²

Masa remaja adalah masa dimana manusia memiliki daya ingat yang luar biasa. Dalam buku Abidzar, Derajat mendefinisikan remaja sebagai anak yang berada dalam masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju usia dewasa. Dalam masa ini, banyak terjadi percepatan pertumbuhan fisik dan psikis. Ditinjau dari segi psikis, sikap dan tindakan tidak bisa disebut anak, tetapi juga sepenuhnya tidak bisa dibilang dewasa, karena berada pada rentang usia 12 sampai 23 tahun.³ Sedangkan menurut Hastuti, remaja dibagi menjadi tiga kategori, yaitu (1) remaja awal, 10 sampai 13 tahun; (2) remaja tengah, 14 sampai 18 tahun; dan (3) remaja akhir; 15 sampai 20 tahun.⁴

Remaja yang memiliki dan memahami *self awareness* akan mempunyai pribadi berkualitas yang bisa memahami kekurangan dan kelebihan yang ada

¹ Susi Andriani dan Oksiana Jatningsih, "Strategi Adaptasi Sosial Siswa Papua Di Kota Lamongan", *Kajian Moral dan Kewarganegaraan*. Volume 02 Nomor 03 Tahun (2015), 530-544. Di akses pada 8 Februari 2023 pukul 11:26 WIB.

² Yurdik Jahja, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Prenadamedia Group, 2011), h. 246

³ Abidzar, *Menjadi Remaja Emas*, (Jakarta: PT. Alex Media Komutindo, 2016), h. 49-50

⁴ Rahmah Hastuti, *Psikologi Remaja*, (Yogyakarta: Penerbit ANDI, 2021), h. 2

pada dirinya. Remaja yang memiliki *self awareness* yang tinggi akan mampu berpikir, berperilaku, bertindak, berkomunikasi dan berinteraksi dengan dirinya maupun orang sekitar secara positif. Goleman menjelaskan bahwa kesadaran diri (*self awareness*) merupakan proses berpikir, dan *metamood* untuk menyebut kesadaran seseorang akan emosinya sendiri. Selain itu, istilah kesadaran diri (*self awareness*) dalam artian perhatian terus-menerus terhadap keadaan batin seseorang. Dalam kesadaran refleksi-diri ini, pikiran mengamati dan menggali pengalaman termasuk emosi. Adapun ciri-ciri *self awareness* menurut Goleman yang terbagi menjadi 5, yaitu: 1) mengenali emosi diri. Mengenali emosi diri ini orang dapat mengetahui makna emosi yang sedang dirasakan dan mengapa bisa terjadi, menyadari keterkaitan antara perasaan yang dirasakan dengan yang dipikirkan, mengetahui bagaimana perasaan mereka dalam mempengaruhi kinerja otak dalam berpikir, mempunyai kesadaran yang menjadi pedoman awal untuk nilai-nilai dan tujuan mereka. 2) Mengelola emosi. Orang dengan penilaian diri yang akurat dapat mengelola emosi dapat mengetahui sumber daya batiniah, kemampuan dan keterbatasannya. Maka akan sadar tentang kelebihan dan kekurangannya, menyempatkan diri untuk merenung, belajar dari pengalaman, dapat terbuka dengan pendapat orang lain, terus belajar dalam mengembangkan diri, mampu bekerja sama dengan orang lain dan memandang diri sendiri dengan perspektif yang luas. 3) Memotivasi diri sendiri. Dengan adanya kepercayaan diri, orang dengan memiliki kemampuan ini akan berani tampil dengan keyakinan diri, berani menyatakan keberadaannya, berani menyuarakan pandangan yang tidak sesuai dengannya, tegas dan mampu membuat keputusan yang baik. 4) Mengenali emosi orang lain, dan 5) membina hubungan.⁵

Kehidupan seorang remaja yang berjalan tanpa adanya *self awareness* akan berdampak pada diri sendiri, bahkan akan berdampak negatif pula pada lingkungan sekitar. Pada masa remaja, *self awareness* merupakan kunci dalam

⁵ Daniel Goleman, *Emosional Intelligence: Kecerdasan Emosional Mengapa EI lebih penting daripada IQ*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2007), h. 57-59

kesuksesan dan kebahagiaan hidup. Remaja yang memiliki *self awareness* dapat menyelesaikan tugas atau pekerjaannya sesuai dengan perkembangannya, merasa berharga, mempunyai kemampuan yang meningkat dalam berpikir, berperilaku, dan bertindak, serta mampu mengambil keputusan sendiri.⁶ Memiliki *self awareness* yang belum baik atau negatif sangat rentan mengganggu pada kehidupan masa remaja, karena mengalami berbagai perubahan yang sangat cepat pada fisik, cara berpikir, berperilaku, berinteraksi, bertindak dan berkomunikasi. Sehingga, sangat berpengaruh terhadap perasaan dan penilaian tentang dirinya. Tidak semua remaja memiliki *self awareness* yang baik. *Self awareness* yang negatif akan berdampak pada kehidupan pribadi dan lingkungannya. Dengan begitu, setiap remaja dihadapkan dengan berbagai permasalahan sebagai tanggungjawab untuk menjadi remaja yang dewasa. Jika remaja memiliki pemahaman dan sadar akan emosi yang dimiliki dan bisa mengendalikannya maka individu itu handal dalam kehidupannya.

Permasalahan remaja yang terjadi di LKSA banyak ditemukan fenomena belum adanya ciri-ciri *self awareness* yang baik. Fenomena belum adanya ciri-ciri *self awareness* yang ada di LKSA Daarunnadwah Kramatwatu Serang ini dilatar belakangi oleh kehidupan pribadi, sosial pertemanan dan kehidupan keluarga. Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA) Daarunnadwah yang terletak di Kramatwatu Serang ini pada awalnya merupakan Yayasan Pendidikan Islam (YPI) saja. Dan memiliki visi misi terwujudnya sumber daya manusia (SDM) yang beriman, berilmu dan beramal sholeh terhadap sesama. Berdirinya LKSA Daarunnadwah ini karena melihat antusias masyarakat yang ingin mengenyam pendidikan di sekolah tidak mampu karena faktor ekonomi. Dengan memberikan pelayanan pengganti dalam pemenuhan kebutuhan fisik, mental, dan sosial serta untuk menyantuni dan mengasuh anak dari keluarga yang tidak mampu atau terlantar. Sehingga

⁶ Ni Putu Ariani dan Nyoman Sudja, "Latihan Kesadaran Diri dan Terapi Kognitif dapat Meningkatkan Harga Diri Remaja", *Jurnal Riset Kesehatan*, Vol. 6 No.2 (2013), 104-109. Di akses pada 21 November 2022 pukul 10:50 WIB.

terpenuhinya hak anak yang meliputi hak hidup, tumbuh kembang, perlindungan, dan handal serta proporsional berguna bagi agama, bangsa, dan negara.⁷

Dari wawancara awal yang dilakukan oleh peneliti di LKSA Daarunnadwah Kramatwatu, Serang, Banten pada tanggal 10-12 Oktober 2022 kepada 3 orang anak asuh yang berinisial SH, EN dan SC, peneliti menanyakan tentang *self awareness*. Diantaranya SH kurang memiliki semangat dalam belajar, kurang memiliki kepercayaan akan kemampuan yang dimiliki, dan kurang menyempatkan untuk merenungi tindakan yang dilakukan. Sedangkan EN belum memiliki ciri-ciri *self awareness* yang baik, karena belum bisa menerima kekurangan yang dimiliki, belum memiliki kepercayaan diri yang baik, yang ditunjukkan dengan tidak berani tampil dengan keyakinan yang dimiliki, tidak berani menyatakan keberadaannya sebagai remaja yang tinggal di LKSA. Dan belum bisa mengontrol emosi yang dirasakan akan mempengaruhi dalam berpikir. Selanjutnya SC belum memiliki ciri-ciri *self awareness* yang baik karena ditunjukkan dengan belum bisa menerima batasan dan aturan tinggal di LKSA, dan tidak berani menyuarakan pandangan yang tidak sesuai, sehingga membuat SC merasa tertekan tinggal di LKSA.⁸

Selain anak asuh, peneliti juga melakukan wawancara kepada pengasuh mengenai *self awareness* remaja yang ada di LKSA Daarunnadwah. Wawancara ini dilakukan pada tanggal 13 Oktober 2022. Pengasuh mengatakan masih banyak remaja yang tinggal di LKSA tersebut belum memiliki *self awareness* yang baik. Dengan ciri-ciri yang dimunculkan oleh remajanya masih belum percaya akan potensi yang dimiliki, belum bisa menerima kekurangan

⁷ M. Youri Alkayyis, Dwi Yuliani, dan Windriyati Windriyati, "Penyesuaian Diri Anak Asuh di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA)," *Jurnal Ilmiah Pekerjaan Sosial* Vol. 20 No. 1, Juni (2021), 1–17. Di akses pada 22 November 2022 pukul 19:05 WIB.

⁸ SH, EN, dan SC, anak asuh di LKSA Daarunnadwah Kramatwatu, Serang, Banten. Diwawancarai oleh peneliti di LKSA, pada 10-12 Oktober 2022.

yang ada pada diri, masih belum tegas terhadap pilihannya sendiri dan belum mampu mengambil keputusan yang baik untuk kehidupan dan masa depan.⁹

Dari beberapa hasil wawancara di atas dapat peneliti simpulkan bahwa *self awareness* sangat dibutuhkan oleh remaja dikarenakan menjadi sebuah modal bagi seorang remaja untuk dapat menjalankan tugas-tugas perkembangannya selama di LKSA dengan baik. Dikarenakan dengan seorang remaja memiliki *self awareness* yang tinggi akan mampu mengontrol dirinya. Menurut Gea yang dikutip oleh Riyadi & Hasanah mengungkapkan bahwa seseorang yang memiliki *self awareness* yang tinggi cenderung mampu memunculkan sistem nilai (*value system*) dalam dirinya, sehingga ia mampu merefleksikan diri dan berperilaku sesuai nilai-nilai positif yang dianutnya. Begitupun sebaliknya, jika seseorang memiliki *self awareness* yang rendah, maka mereka akan cenderung kurang menghargai dirinya, tidak mampu mengontrol segala perilaku dan akan mengalami hambatan dalam menjalin hubungan dengan orang lain dan lingkungannya.¹⁰

Seseorang yang memiliki keinginan untuk kehidupan yang lebih baik yakni harus bisa berusaha memahami emosi dan perasaan yang ada dalam dirinya. Memiliki *self awareness* yang penuh akan menjadi pribadi yang matang, bertanggungjawab, mampu memahami peran yang dijalankannya dan selalu berperilaku positif sesuai dengan nilai-nilai yang dianutnya.¹¹ Jika remaja memiliki kemampuan tersebut maka semakin baik mengenali diri dengan kelebihan ataupun kekurangan dari segi fisik dan psikis. Remaja yang memiliki *self awareness* baikpun akan memenuhi tugas perkembangannya yaitu menerima keadaan fisiknya dan menerima kemampuan dan kekurangan pada dirinya. Maka, remaja tersebut berhasil mempunyai *self awareness* dalam

⁹ Pengasuh di LKSA Daarunnadwah Kramatwatu, Serang, Banten. Diwawancarai oleh peneliti di LKSA, pada 13 Oktober 2022.

¹⁰ Agus Riyadi dan Hasyim Hasanah, "Pengaruh Kesadaran Diri dan Kematangan Beragama Terhadap Komitmen Organisasi Karyawan RSUD Tugurejo Semarang", *Psymphatic, Jurnal Ilmiah Psikologi* (2015), Vol. 2, No. 1, Hal: 102 – 112. Di akses pada 18 Desember 2022 pukul 12:25 WIB.

¹¹ Agus Riyadi dan Hasyim Hasanah, "Pengaruh Kesadaran Diri, ... ", h. 105

dirinya. Karena *self awareness* merupakan hal pertama yang harus ditanamkan pada diri sendiri, sebagaimana pendapat di atas, maka salah satu upaya yang dapat dilakukan dalam mengembangkan *self awareness* adalah dengan menerapkan layanan bimbingan dan konseling.

Layanan bimbingan dan konseling menurut *American School Counselor Association (ASCA)* yang dikutip oleh Yusuf & Nurihsan adalah hubungan tatap muka yang bersifat rahasia, penuh dengan sikap penerimaan dan pemberian kesempatan dari konselor kepada klien untuk membantu individu mengatasi masalah-masalahnya dan mencapai perkembangan diri secara optimal.¹² Didalam layanan bimbingan dan konseling ini terdapat salah satunya jenis layanan konseling individual. Layanan konseling individual menurut Willis merupakan bantuan yang diberikan oleh konselor kepada klien secara individual, dimana terjadi hubungan konseling yang bernuansa *rapport*, dan konselor berupaya memberikan bantuan untuk pengembangan pribadi klien serta klien dapat mengantisipasi masalah-masalah yang dihadapinya.¹³ Dengan layanan konseling individu remaja dapat terfasilitasi untuk mendapat bantuan dalam menumbuhkan *self awareness*.

Dalam layanan konseling individu, peneliti akan menggunakan salah satu jenis pendekatan yaitu teknik *self-talk*. Teknik *self-talk* merupakan salah satu pendekatan yang didasarkan pada perilaku-kognitif. *Self-talk* merupakan teknik konseling yang berlandaskan pada gagasan pemrosesan kognitif yang digunakan dalam banyak pendekatan konseling. *Self-talk* dapat diartikan dari bagaimana seseorang dapat mengungkapkan apa yang dipikirkan dan berbicara dengan dirinya sendiri untuk mengungkapkan apa yang ada didalam diri atau batinnya. *Self-talk* atau wicara diri berupaya memunculkan hal-hal yang dipikirkan dan dirasakan yang perlu diungkapkan untuk dapat dikenali sebagai

¹² Syamsu Yusuf, & A. Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan & Konseling*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2016), h. 6-8

¹³ Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2014), h. 159

bentuk *self-talk* yang tepat atau tidak.¹⁴ Menurut Dale yang dikutip oleh Indriana & Rahmi mengatakan *self-talk* atau *pep-talk* adalah cara yang efektif untuk membangkitkan kepercayaan diri dan menciptakan argumen berdasarkan bukti-bukti yang ada, semakin kuat dan semakin jelas bukti tersebut maka akan semakin meyakinkan pesan tersebut.¹⁵ Menurut Hackfort dan Schwenkmezger yang dikutip oleh Marhani dkk menyatakan bahwa dengan melakukan *self-talk*, remaja dapat menafsirkan perasaan, persepsi, mengatur, mengubah, mengevaluasi keyakinan, serta memberikan dirinya instruksi dan penguatan. *Self-talk* dapat digunakan remaja untuk membantu mengontrol kecemasan, suasana hati, dan respon emosional lainnya.¹⁶ Dengan layanan konseling individu menggunakan teknik *self-talk* positif dapat dengan mudah dalam mengenal diri sendiri dan mampu membangun kompetensi baru dan pemikiran positif dalam meyakinkan diri bahwa mampu dan bisa menghadapi suatu kesulitan atau permasalahan yang dihadapi dengan potensi yang dimiliki.

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk meneliti dalam menumbuhkan *self awareness* yang belum baik pada remaja untuk melakukan sebuah penelitian dengan judul **“Efektivitas Layanan Konseling Individual dengan Teknik *Self Talk* dalam Meningkatkan *Self Awareness* pada Remaja di LKSA Daarunnadwah Kramatwatu, Serang, Banten”**.

¹⁴ Adi Atmoko, Irene Maya Simon, Nugraheni Warih Utami, & Henny Indreswari, *Pelatihan Wicara Diri (Self-Talk) Dalam Konseling*, (Malang: Wineka Media, 2018), h. 77-78.

¹⁵ Khairina Rasna Indriana, dan Siti Rahmi, “Pengaruh Teknik *Self Talk* Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas IX SMP Negeri 9 Tarakan”, *Jurnal Bimbingan dan Konseling Borneo*, 1(1) 2019, 34-36. Di akses pada 13 Desember 2022 pukul 10:30 WIB.

¹⁶ Isnaeni Marhani, Riana Sahrani, & Sesilia Monika, “Efektivitas Pelatihan *Self-Talk* Untuk Meningkatkan Harga Diri Remaja Korban Bullying (Studi pada Siswa SMP X Pasar Minggu)”, Volume VII, Nomor 1, Januari - Juni 2018, 11-22. Di akses pada 14 Maret 2023 pukul 14:19 WIB.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat dikemukakan identifikasi bahwa permasalahan yang terjadi adalah sebagai berikut:

1. Terdapat remaja di LKSA Daarunnadwah merasa belum memiliki semangat dalam belajar, belum memiliki kepercayaan akan kemampuan yang dimiliki.
2. Terdapat remaja yang belum menyempatkan untuk merenungi tindakan yang dilakukan.
3. Terdapat remaja yang merasa belum bisa menerima kekurangan yang dimiliki.
4. Terdapat remaja yang belum memiliki kepercayaan diri yang baik, yang ditunjukkan dengan tidak berani tampil dengan keyakinan yang dimiliki, belum berani menyatakan keberadaannya yang tinggal di LKSA.
5. Terdapat remaja belum bisa mengontrol emosi yang dirasakan akan mempengaruhi dalam berpikir.
6. Terdapat remaja yang tidak berani menyuarkan pandangan yang tidak sesuai.

C. Batasan dan Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan pada penelitian ini yaitu, “Apakah Terdapat Perbedaan yang Signifikan Tingkat *Self Awareness* pada Remaja Sebelum dan Sesudah Diberikan Layanan Konseling Individual dengan Teknik *Self-Talk*?”

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui keefektifan layanan konseling individual dengan melihat perbedaan sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling individual dengan teknik *self-talk* dalam meningkatkan *self awareness* pada remaja di LKSA Daarunnadwah Kramatwatu, Serang, Banten.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis dan manfaat secara praktis sebagai berikut:

1. Manfaat secara teoritis, dapat menambah pengetahuan keilmuan yang berkaitan dengan permasalahan *self awareness* pada remaja dalam kehidupannya. Menambah wawasan, informasi dan pengetahuan bagi peneliti tentang keefektivan layanan konseling individual dengan teknik *self-talk* dalam meningkatkan *self awareness* pada remaja di LKSA Daarunnadwah Kramatwatu, Serang, Banten.
2. Manfaat secara praktis, penelitian ini dapat menjadikan bahan gambaran dan masukan bagi keluarga, orang tua asuh dan lingkungan untuk mengatasi kurangnya *self awareness* pada remaja di LKSA Daarunnadwah Kramatwatu, Serang, Banten, untuk menumbuhkan dan meningkatkan *self awareness* pada remaja dengan menggunakan layanan konseling individual teknik *self-talk*.

F. Definisi Operasional

1. Layanan Konseling Individual

Layanan konseling individual menurut Willis merupakan bantuan yang diberikan oleh konselor kepada klien secara individual, dimana terjadi hubungan konseling yang bernuansa *rapport*, dan konselor berupaya memberikan bantuan untuk pengembangan pribadi klien serta klien dapat mengantisipasi masalah-masalah yang dihadapinya. Adapun tahapan layanan konseling individual menurut Willis dibagi atas tiga tahapan yaitu:

- 1) Tahap awal konseling. Tahap awal dilakukan konselor sebagai berikut: membangun hubungan konseling yang melibatkan klien, memperjelas dan mendefinisikan masalah, membuat penafsiran dan penjajakan, dan menegosiasikan kontrak.
- 2) Tahap pertengahan (tahap kerja). Pada tahap pertengahan ini kegiatan konseling selanjutnya adalah memfokuskan pada: penjelajahan masalah klien, bantuan apa yang akan diberikan berdasarkan penilaian kembali apa-apa yang telah dijelajahi tentang masalah klien.
- 3)

Tahap akhir konseling (tahap tindakan). Pada tahap akhir konseling ditandai beberapa hal yaitu: menurunnya kecemasan klien, adanya perubahan perilaku klien kearah yang lebih positif, sehat dan dinamik.¹⁷

2. Teknik *Self-Talk*

Dalam sebuah layanan konseling individu, terdapat beberapa jenis pendekatan dalam konseling salah satunya teknik *self-talk*. Dalam teknik *self-talk* memiliki sebuah metode empat langkah populer untuk mengurangi *self-talk* negatif menurut Young dalam buku Erford, yaitu: 1) Langkah pertama, tujuannya adalah untuk mendeteksi dan mendiskusikan *self-talk* negatif. 2) Langkah kedua, dalam langkah kedua ini tujuannya adalah untuk memeriksa apa maksud *self-talk* negatif klien. 3) Langkah ketiga, konselor dan klien meninjau kartu indeks. 4) Langkah keempat, langkah terakhir dari metode *countering* adalah klien meninjau kembali *counters* tersebut setelah mempraktikkannya. *Counters* yang dievaluasi sebagai tidak efektif perlu direvisi, dilatih, dan dievaluasi lagi sampai *counter* yang efektif ditemukan.¹⁸

3. *Self Awareness*

Goleman menjelaskan bahwa kesadaran diri (*self awareness*) merupakan proses berpikir, dan *metamood* untuk menyebut kesadaran seseorang akan emosinya sendiri. Selain itu, istilah kesadaran diri (*self awareness*) dalam artian perhatian terus-menerus terhadap keadaan batin seseorang. Dalam kesadaran refleksi-diri ini, pikiran mengamati dan menggali pengalaman termasuk emosi. Adapun ciri-ciri *self awareness* menurut Goleman yang dibagi menjadi 5, yaitu: 1) mengenali emosi diri. Mengenali emosi diri ini orang dapat mengetahui makna emosi yang sedang dirasakan dan mengapa bisa terjadi, menyadari keterkaitan antara perasaan yang dirasakan dengan yang dipikiran, mengetahui bagaimana perasaan

¹⁷ Sofyan S. Willis, *Konseling Individual ...*, h. 50-53

¹⁸ Bradley T. Erford, *40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016), h. 225-227

mereka dalam mempengaruhi kinerja otak dalam berpikir, mempunyai kesadaran yang menjadi pedoman awal untuk nilai-nilai dan tujuan mereka. 2) Mengelola emosi. Orang dengan penilaian diri yang akurat dapat mengelola emosi dapat mengetahui sumber daya batiniah, kemampuan dan keterbatasannya. Maka akan sadar tentang kelebihan dan kekurangannya, menyempatkan diri untuk merenung, belajar dari pengalaman, dapat terbuka dengan pendapat orang lain, terus belajar dalam mengembangkan diri, mampu bekerja sama dengan orang lain dan memandang diri sendiri dengan perspektif yang luas. 3) Memotivasi diri sendiri. Dengan adanya kepercayaan diri, orang dengan memiliki kemampuan ini akan berani tampil dengan keyakinan diri, berani menyatakan keberadaannya, berani menyuarakan pandangan yang tidak sesuai dengannya, tegas dan mampu membuat keputusan yang baik. 4) Mengenali emosi orang lain, dan 5) membina hubungan.¹⁹

4. Remaja

Menurut Hurlock istilah *adolescence* atau remaja berasal dari bahasa latin (*adolescere*) yang berarti tumbuh menjadi dewasa. Hurlock mengatakan bahwa istilah *adolescence* mempunyai arti yang lebih luas mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik. Secara psikologis remaja adalah usia ketika individu berinteraksi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa dibawah ikatan orang-orang yang lebih tua, tetapi berada pada tingkat yang sama, melainkan sekurang-kurangnya sama dalam masalah hak. Selain itu, Hurlock membedakan waktu usia masa remaja menjadi tiga, yaitu: a. Usia (13 hingga 15 tahun) yang disebut sebagai masa remaja awal, b. Usia (15 hingga 18 tahun) yang disebut sebagai masa remaja pertengahan, c. Usia (18 hingga 21 tahun) disebut sebagai masa remaja akhir. Dalam pandangan Hurlock, masa remaja adalah periode yang penting selama rentang kehidupan yang ditandai

¹⁹ Daniel Goleman, *Emosional Intelligence ...*, h. 57-59

dengan ciri-ciri tertentu yang membedakannya dengan periode sebelum dan sesudahnya. Adapun secara umum remaja memiliki ciri-ciri beberapa hal, diantaranya sebagai berikut: 1) periode yang penting, 2) periode peralihan, 3) periode perubahan, 4) usia bermasalah, 5) masa remaja sebagai masa mencari identitas, 6) usia yang menimbulkan ketakutan, 7) masa yang tidak realistis, dan 8) ambang masa dewasa.²⁰

²⁰ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan "Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan"*, (Jakarta: Erlangga Indonesia, 2002), h. 206