

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.2 Pengertian Loneliness**

Loneliness diartikan oleh Peplau & Perlman (dalam Massasi, 2015) sebagai perasaan dirugikan dan tidak terpuaskan yang dihasilkan dari kesenjangan antara hubungan sosial yang diinginkan dan hubungan sosial yang dimiliki. Loneliness berarti suatu keadaan mental dan emosional yang terutama dicirikan oleh adanya perasaan terasing dan kurangnya hubungan yang bermakna dengan orang lain (Bruno, 2000 dalam Massasi, 2015)

Berdasarkan pengertian-pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa loneliness merupakan suatu perasaan yang tidak menyenangkan disebabkan adanya ketidaksesuaian antara hubungan sosial yang diharapkan dengan kenyataan kehidupan interpersonalnya akibat terhambat atau berkurangnya hubungan sosial yang dimiliki seseorang.

##### **2.2.1 Jenis-jenis Loneliness**

Santrock, 2003 (dalam Massasi, 2015) menyebutkan adanya dua bentuk loneliness yang berkaitan dengan tidak tersedianya kondisi sosial yang berbeda-beda, yaitu

1. Isolasi emosional (emotional isolation) adalah suatu bentuk *loneliness* yang muncul ketika seseorang tidak memiliki ikatan hubungan yang intim; orang dewasa yang lajang, bercerai, dan ditinggal mati oleh pasangannya sering mengalami loneliness jenis ini.

2. Isolasi sosial (social isolation) adalah suatu bentuk loneliness yang muncul ketika seseorang tidak memiliki keterlibatan yang terintegrasi dalam dirinya; tidak ikut berpartisipasi dalam kelompok atau komunitas yang melibatkan adanya kebersamaan, minat yang sama, aktivitas yang terorganisasi, peran-peran yang berarti; suatu bentuk loneliness yang dapat membuat seseorang merasa diasingkan, bosan, dan cemas

### **2.2.2 Penyebab Loneliness**

Menurut Brehm et al (2002) terdapat empat hal yang dapat menyebabkan seseorang mengalami loneliness, yaitu :

#### **1. Ketidak adekuatan dalam hubungan yang dimiliki seseorang**

Menurut Brehm et al (2002) hubungan seseorang yang tidak adekuat akan menyebabkan seseorang tidak puas akan hubungan yang dimiliki. Ada banyak alasan seseorang merasa tidak puas dengan hubungan yang tidak adekuat. Rubenstein dan Shaver (1982) menyimpulkan beberapa alasan yang banyak dikemukakan oleh orang yang loneliness, yaitu sebagai berikut :

2. Being unattached; tidak memiliki pasangan, tidak memiliki partner seksual, berpisah dengan pasangannya atau pacarnya.
3. Alienation; merasa berbeda, merasa tidak dimengerti, tidak dibutuhkan dan tidak memiliki teman dekat.
4. Being Alone; pulang ke rumah tanpa ada yang menyambut, selalu sendiri.

5. Forced isolation; dikurung di dalam rumah, dirawat inap di rumah sakit, tidak bisa kemana-mana.
6. Dislocation; jauh dari rumah (merantau), memulai pekerjaan atau sekolah baru, sering pindah rumah, sering melakukan perjalanan (dalam Brehm et al, 2002). Dua kategori pertama dapat dibedakan menurut tipe loneliness dari Weiss yaitu isolasi emosional (being unattached) dan isolasi sosial (alienation). Kelima kategori ini juga dapat dibedakan berdasarkan penyebabnya yaitu being unattached, alienation dan being alone disebabkan oleh karakteristik individu yang loneliness, sedangkan forced isolation dan dislocation disebabkan oleh karakteristik orang-orang yang berada di sekitar lingkungan individu yang merasa loneliness.

**1) Terjadi perubahan terhadap apa yang diinginkan seseorang dari suatu hubungan**

Menurut Brehm et al (2002) loneliness juga dapat muncul karena terjadi perubahan terhadap apa yang diinginkan seseorang dari suatu hubungan. Pada saat tertentu hubungan sosial yang dimiliki seseorang cukup memuaskan. Sehingga orang tersebut tidak mengalami loneliness. Tetapi di saat lain hubungan tersebut tidak lagi memuaskan karena orang itu telah merubah apa yang diinginkannya dari hubungan tersebut. Menurut Peplau (dalam Brehm et al, 2002), perubahan itu dapat muncul dari beberapa sumber yaitu :

1. Perubahan mood seseorang. Jenis hubungan yang diinginkan seseorang ketika sedang senang berbeda dengan jenis hubungan yang diinginkan ketika sedang sedih. Bagi beberapa orang akan cenderung membutuhkan orangtuanya ketika sedang senang dan akan cenderung membutuhkan teman-temannya ketika sedang sedih.
2. Usia. Seiring dengan bertambahnya usia, perkembangan seseorang membawa berbagai perubahan yang akan mempengaruhi harapan atau keinginan orang itu terhadap suatu hubungan. Jenis persahabatan yang cukup memuaskan ketika seseorang berusia 15 tahun mungkin tidak akan memuaskan orang tersebut saat berusia 25 tahun.
3. Perubahan situasi. Banyak orang tidak mau menjalin hubungan emosional yang dekat dengan orang lain ketika sedang membina karir. Namun, ketika karir sudah mapan orang tersebut akan dihadapkan pada kebutuhan yang besar akan suatu hubungan yang memiliki komitmen secara emosional.
4. *Self-esteem*

*Loneliness* berhubungan dengan *self-esteem* yang rendah. Orang yang memiliki *self-esteem* yang rendah cenderung merasa tidak nyaman pada situasi yang beresiko secara sosial (misalnya berbicara didepan umum dan berada di kerumunan orang yang tidak dikenal). Dalam keadaan seperti ini orang

tersebut akan menghindari kontak-kontak sosial tertentu secara terus menerus akibatnya akan mengalami loneliness.

#### 5. Perilaku interpersonal

Perilaku interpersonal akan menentukan keberhasilan individu dalam membangun hubungan yang diharapkan. Dibandingkan dengan orang yang tidak mengalami loneliness, orang yang mengalami loneliness akan menilai orang lain secara negatif, tidak begitu menyukai orang lain, tidak mempercayai orang lain, menginterpretasikan tindakan dan intensi (kecenderungan untuk berperilaku) orang lain secara negatif, dan cenderung memegang sikap-sikap yang bermusuhan. Orang yang mengalami loneliness cenderung terhambat dalam keterampilan sosial, cenderung pasif bila dibandingkan dengan orang yang tidak mengalami loneliness dan ragu-ragu dalam mengekspresikan pendapat di depan umum. Orang yang mengalami loneliness cenderung tidak responsive dan tidak sensitif secara sosial. Orang yang mengalami loneliness juga cenderung lambat dalam membangun keintiman dalam hubungan yang dimilikinya dengan orang lain. Perilaku ini akan membatasi kesempatan orang itu untuk bersama dengan orang lain dan memiliki kontribusi terhadap pola interaksi yang tidak memuaskan (Peplau & Perlman, Saks & Krupart, dalam Brehm et al, 2002)

### **2.2.3 Perasaan Individu Ketika Mengalami Loneliness**

Ketika mengalami loneliness, individu akan merasakan ketidakpuasan, kehilangan, dan distress. Namun, hal ini tidak berarti bahwa perasaan ini sama di setiap waktu. Faktanya menunjukkan bahwa orang-orang yang berbeda bisa saja memiliki perasaan loneliness yang berbeda dalam situasi yang berbeda pula (Lopata dalam Brehm et al, 2002). Berdasarkan survei mengenai loneliness yang dilakukan oleh Rubeinstein, Shaver & Peplau (dalam Brehm et al, 2002) diuraikan bahwa terdapat empat jenis perasaan yang dialami oleh orang yang loneliness, yaitu:

#### **1) Desperation**

Desperation merupakan perasaan keputusasaan, kehilangan harapan, serta perasaan yang sangat menyedihkan sehingga seseorang mampu melakukan tindakan nekat. Beberapa perasaan yang spesifik dari desperation adalah:

1. Putus asa, yaitu memiliki harapan sedikit dan siap melakukan sesuatu tanpa memperdulikan bahaya pada diri sendiri maupun orang lain.
2. Tidak berdaya, yaitu membutuhkan bantuan orang lain tanpa kekuatan mengontrol sesuatu atau tidak dapat melakukan sesuatu
3. Takut, yaitu ditakutkan atau dikejutkan oleh seseorang atau sesuatu, sesuatu yang buruk akan terjadi

4. Tidak punya harapan, yaitu tidak mempunyai pengalaman, tidak menunjukkan harapan.
5. Merasa ditinggalkan, yaitu ditinggalkan/dibuang seseorang
6. Mudah mendapat kecaman atau kritik, yaitu mudah dilukai baik secara fisik maupun emosional.

## **2) Impatient Boredom**

Boredom yaitu rasa bosan yang tidak tertahankan, jenuh, tidak suka menunggu lama, dan tidak sabar. Beberapa indikator Impatient Boredom seperti :

1. Tidak sabar, yaitu menunjukkan perasaan kurang sabar, sangat menginginkan sesuatu
2. Bosan, yaitu merasa jemu
3. Ingin berada di tempat lain, yaitu seseorang yang merasa dirinya berada di tempat yang berbeda dari tempat individu tersebut berada saat ini.
4. Kesulitan, yaitu khawatir atau cemas dalam menghadapi suatu keadaan.
5. Sering marah, yaitu filled with anger
6. Tidak dapat berkonsentrasi, yaitu tidak mempunyai keahlian, kekuatan, atau pengetahuan dalam memberikan perhatian penuh terhadap sesuatu.

### 3) Self-Deprecation

Self-Deprecation yaitu suatu perasaan ketika seseorang tidak mampu menyelesaikan masalahnya, mulai menyalahkan serta mengutuk diri sendiri. Indikator Self-Deprecation diantaranya

1. Tidak atraktif, yaitu suatu perasaan ketika seseorang tidak senang atau tidak tertarik terhadap suatu hal,
2. Terpuruk, yaitu sedih yang mendalam, lebih rendah dari sebelumnya
3. Bodoh, yaitu menunjukkan kurangnya intelegensi yang dimiliki
4. Malu, yaitu menunjukkan perasaan malu atau keadaan yang sangat memalukan terhadap sesuatu yang telah dilakukan, serta
5. Merasa tidak aman, yaitu kurangnya kenyamanan, tidak aman.

### 4) Depression

*Depression* menurut Davison (2004) merupakan tahapan emosi yang ditandai dengan kesedihan yang mendalam, perasaan bersalah, menarik diri dari orang lain, serta kurang tidur. Indikator Depression menurut Brehm et al (2002) yaitu:

Sedih, yaitu tidak bahagia atau menyebabkan penderitaan

1. *Depresi*, yaitu murung, muram, sedih.
2. Hampa, yaitu tidak mengandung apa-apa atau tidak ada sama sekali tidak memiliki nilai atau arti.
3. Terisolasi, yaitu jauh dari orang lain.



4. Menyesali diri, yaitu perasaan kasihan atau simpati pada diri sendiri.
5. Melankolis, yaitu perasaan sedih yang mendalam dan dalam waktu yang lama.
6. Mengasingkan diri, yaitu menjauhkan diri sehingga menyebabkan seseorang menjadi tidak bersahabat
7. Berharap memiliki seseorang yang spesial, yaitu individu mengharapkan memiliki seseorang yang dekat dengan individu. dengan lebih intim.

#### **2.2.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Loneliness**

##### **1. Usia**

Orang yang berusia tua memiliki stereotipe tertentu di dalam masyarakat. Banyak orang yang menganggap semakin tua seseorang semakin merasa loneliness. Tetapi banyak penelitian yang telah membuktikan stereotipe ini keliru. Berdasarkan penelitian Ostrov & Offer (dalam Brehm et al, 2002) ditemukan bahwa orang yang paling merasakan loneliness justru berasal dari orang-orang yang berusia remaja dan dewasa awal. Fenomena ini kemudian diteliti lagi oleh Perlman pada tahun 1990 (Taylor, Peplau & Sears, 2000) dan menemukan hasil yang sama bahwa loneliness lebih tinggi di antara remaja dan dewasa muda dan lebih rendah di antara orang-orang yang lebih tua.

Menurut Brehm et al (2002) orang-orang yang lebih muda menghadapi banyak transisi sosial yang besar, seperti meninggalkan rumah untuk pertama kali, merantau, memasuki dunia kuliah, atau memasuki dunia kerja full time untuk pertama kalinya, yang mana semuanya ini dapat menyebabkan loneliness. Sejalan dengan bertambahnya usia, kehidupan sosial menjadi semakin stabil. Dengan bertambahnya usia seiring dengan meningkatnya keterampilan sosial seseorang dan menjadi semakin realistis terhadap hubungan sosial yang diharapkan.

## 2. Status Perkawinan

Secara umum, orang yang tidak menikah lebih merasa loneliness bila dibandingkan dengan orang menikah (Freedman; Perlman & Peplau; dalam Brehm et al, 2002). Perbedaan ini diperhitungkan dengan membandingkan antara orang yang menikah dengan orang yang bercerai (Perlman & Peplau; Rubeinstein & Shaver dalam Brehm et al, 2002). Ketika kelompok orang yang menikah dan kelompok orang yang belum menikah dibandingkan, kedua kelompok ini menunjukkan level loneliness yang sama (Perlman & Peplau dalam Brehm et al, 2002). Berdasarkan penelitian ini Brehm menyimpulkan bahwa loneliness lebih merupakan reaksi terhadap kehilangan hubungan perkawinan (marital relationship) daripada ketidakhadiran dari pasangan suami/istri pada diri seseorang.

### 3. Gender

Studi mengenai loneliness menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan loneliness antara laki-laki dan perempuan. Menurut Borys dan Perlman (dalam Brehm et al, 2002) laki-laki lebih sulit menyatakan loneliness secara tegas bila dibandingkan dengan perempuan. Hal ini disebabkan oleh stereotipe peran gender yang berlaku dalam masyarakat. Berdasarkan stereotipe peran gender, pengekspresian emosi kurang sesuai bagi laki-laki bila dibandingkan dengan perempuan (Borys & Perlman, dalam Deaux, Dane & Wrightsman, 1993).

### 4. Status sosial ekonomi

Weiss (dalam Brehm et al, 2002) melaporkan fakta bahwa individu dengan tingkat penghasilan rendah cenderung mengalami loneliness lebih tinggi daripada individu dengan tingkat penghasilan tinggi.

### 5. Karakteristik Latar Belakang yang Lain

Rubeinsein & Shaver (dalam Brehm et al, 2002) menemukan satu karakteristik latar belakang seseorang yang kuat sebagai prediktor loneliness. Individu dengan orang tua yang bercerai akan lebih loneliness bila dibandingkan dengan individu dengan orang tua yang tidak bercerai. Semakin muda usia seseorang ketika orangtuanya bercerai semakin tinggi tingkat loneliness yang akan dialami orang tersebut ketika dewasa. Tetapi hal ini tidak berlaku pada individu yang orangtuanya meninggal ketika individu tersebut

masih kanak-kanak, individu tersebut tidak lebih loneliness ketika dewasa bila dibandingkan dengan individu dengan orang tua yang berpisah semasa kanak-kanak atau remaja. Menurut Brehm et al (2002) proses perceraian meningkatkan potensi anak-anak dengan orangtua yang bercerai untuk mengalami loneliness ketika anak-anak tersebut dewasa.

## **2.1 *Smartphone Addiction***

### **2.1.1 Defenisi *Smartphone Addiction***

*Smartphone addiction* merupakan gangguan kontrol pada hasrat atau keinginan untuk menggunakan smartphone dan ketidakmampuan individu untuk mengontrol waktu penggunaan smartphone itu sendiri sehingga menimbulkan perasaan cemas dan gangguan hubungan sosial (Hidayat, 2014).

*Smartphone addiction* adalah ketidakmampuan individu dalam mengontrol waktu menggunakan smartphone yang sering kali menghabiskan waktu yang berlebihan, sehingga dapat menimbulkan dampak negatif bagi penggunanya sehingga membuat individu tidak mampu mengontrol waktu/ terlalu lama dalam menggunakan smartphone yang dapat menimbulkan gangguan hubungan sosial, menarik diri dari lingkungan, mengganggu kehidupan sehari-hari, atau sebagai gangguan kontrol impulsive (Putri, 2019).

*Smartphone addiction* merupakan jenis kecanduan baru yang disebabkan oleh berkembangnya media secara pesat termasuk internet

dan *smartphone* pada dunia industri komunikasi. *Smartphone addiction* memiliki beberapa gejala mirip dengan gangguan terkait substansi dan kecanduan dari diagnostik dan statistik manual gangguan mental, perilaku kompulsif, toleransi, penarikan, dan gangguan fungsional. penggunaan *smartphone* selama sekitar 6 jam atau lebih dalam sehari dapat dikatakan sebagai *smartphone addiction* (Kim *et al*, 2016).

### **2.1.2 Aspek-Aspek Smartphone Addiction**

Menurut Kwon, dkk (2013) aspek - aspek dari *smartphone addiction* yaitu sebagai berikut ini :

#### **1. Daily life disturbance**

Merupakan gangguan dalam kehidupan sehari-hari yang timbul akibat penggunaan *smartphone*, mencakup melewatkan pekerjaan yang sudah direncanakan, kesulitan berkonsentrasi saat dikelas atau saat bekerja, nyeri pada pergelangan tangan dan leher.

#### **2. Withdrawal**

*Withdrawal* merupakan perasaan tidak dapat bertahan tanpa mempunyai *smartphone*, merasa sakit hati ketika diganggu ketika sedang menggunakan *smartphone*, merasa tidak sabar serta gelisah ketika tidak menggunakannya, selalu memikirkan *smartphone* meskipun sedang tidak menggunakannya.

#### **3. Cyberspace oriented relationship**

*Cyberspace oriented relationship* merupakan perasaan ketika individu merasa hubungannya dengan teman yang dimiliki di dunia

maya lebih akrab dari pada hubungannya dengan teman yang ada di dunia nyata.

#### 4. *Overuse*

*Overuse* merupakan penggunaan smartphone yang terlalu sering digunakan atau digunakan secara berlebihan, ketika memerlukan bantuan individu lebih memilih untuk mencarinya melalui smartphone, dan adanya paksaan dari dalam diri yang ingin kembali menggunakan smartphone ketika berhenti menggunakannya.

#### 5. *Tolerance*

*Tolerance* merupakan ketidakmampuan individu ketika berusaha untuk mengontrol waktu penggunaan smartphone.

### 2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi *Smartphone Addiction*

Menurut Putri (2019), faktor penyebab *smartphone addiction* yaitu sebagai berikut :

#### 2.1.3.1 Faktor Internal

Faktor internal adalah faktor yang datang dari kepribadian individu tersebut. Apabila individu memiliki tingkat mencari sensasi yang tinggi, harga diri yang rendah, atau kemampuan komunikasi yang rendah dan masalah internal seperti kesepian, mengikuti fenomena sosial, kontrol diri yang rendah, kebiasaan menggunakan smartphone yang tinggi, ekspektasi yang tinggi, dapat menyebabkan individu mengalami kecanduan smartphone.

## 1. Faktor Situasional

Faktor situasional adalah faktor dimana ketika mengalami stres, kesepian, kecemasan, kejenuhan, kesedihan, dan merasa tidak nyaman dapat dengan mudah menghadapi situasi tersebut hanya dengan menggunakan smartphone

## 2. Faktor Sosial

Faktor sosial adalah keadaan sosial yang mengharuskan berinteraksi dan menjaga silaturahmi dengan orang lain menggunakan fasilitas yang diberikan oleh smartphone. Faktor sosial terbagi atas mandatory behavior dan connected presence. *Mandatory behavior* adalah berasal dari dorongan atau perintah orang lain, dan connected presence adalah berasal dari keinginan pribadi.

### 2.2.3.2 Faktor Eskternal

Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar diri individu, ini terkait dengan banyaknya iklan yang ditampilkan mengenai kelebihan-kelebihan dan fasilitas yang didapat dengan *smartphone*.

### 2.1.4 Dampak *Smartphone Addiction*

Menurut Yowanto (2010) dampak dari smartphone addiction yaitu sebagai berikut ini :

### **1. Mengeluarkan uang lebih**

Menggunakan *smartphone* dengan berbagai fasilitas atau layanan yang tersedia, tentu diiringi dengan biaya yang harus dikeluarkan untuk dapat menikmati fasilitas tersebut.

### **2. Psikologis**

Merasakan perasaan tidak nyaman serta gelisah apabila tidak membawa ataupun menggunakan *smartphone*.

### **3. Fisik**

Gangguan pada pola tidur yang membuat individu kekurangan jam tidurnya.

### **4. Relasi sosial**

Terjadinya gangguan pada hubungan sosial, dimana individu merasa terisolasi dari masyarakat atau kelompok, dan berkurangnya kontak fisik secara langsung dengan individu lain.

### **5. Prestasi belajar/pekerjaan**

Karena menggunakan *smartphone* terjadinya pengurangan waktu untuk melakukan sesuatu yang lebih berguna dan penting, sehingga menyebabkan menurunnya produktivitas dalam akademis ataupun pekerjaan.

### **6. Hukum**

Keinginan menggunakan *smartphone* yang tidak terkontrol memungkinkan penggunanya menggunakan *smartphone* saat mengemudi kendaraan, yang dapat membahayakan diri sendiri dan pengendara lain.



## **2.3 Remaja**

### **2.3.1 Defenisi Remaja**

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa kehidupan anak-anak dan masa kehidupan orang dewasa yang ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan biologis dan psikologis. Secara biologis ditandai dengan tumbuh dan berkembangnya seks primer dan seks sekunder sedangkan secara psikologis ditandai dengan sikap dan perasaan, keinginan dan emosi yang labil atau tidak menentu (Hidayati, 2016).

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 puluh tahun. Pada masa remaja terjadi proses perkembangan meliputi perubahan-perubahan yang berhubungan dengan perkembangan psikoseksual, dan juga terjadi perubahan dalam hubungandengan orangtua dan cita-cita mereka, di mana pembentukan cita-cita merupakan proses pembentukan orientasi masa depan (Putro, 2017).

### **2.3.2 Ciri – Ciri Remaja**

Menurut Putro (2017), Ciri-ciri remaja yaitu sebagai berikut ini

1. Masa remaja sebagai periode yang penting pada periode remaja, baik akibat langsung maupun akibat jangka panjang tetaplah penting. Perkembangan fisik yang begitu cepat disertai dengan cepatnya perkembangan mental, terutama pada masa awal remaja. Semua

perkembangan ini menimbulkan perlunya penyesuaian mental serta perlunya membentuk sikap, nilai, dan minat baru.

2. Masa remaja sebagai periode peralihan pada fase ini, remaja bukan lagi seorang anak dan bukan juga orang dewasa. Kalau remaja berperilaku seperti anak-anak, ia akan diajari untuk bertindak sesuai dengan umurnya. Kalau remaja berusaha berperilaku sebagaimana orang dewasa, remaja seringkali dituduh terlalu besar ukurannya dan dimarahi karena mencoba bertindak seperti orang dewasa. Di lain pihak, status remaja yang tidak jelas ini juga menguntungkan karena status memberi waktu kepadanya untuk mencoba gaya hidup yang berbeda dan menentukan pola perilaku, nilai, dan sifat yang paling sesuai bagi dirinya.
3. Masa remaja sebagai periode perubahan tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku selama masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Selama awal masa remaja, ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat, perubahan perilaku dan sikap juga berlangsung pesat. Kalau perubahan fisik menurun, maka perubahan sikap dan perilaku juga menurun.
4. Masa remaja sebagai usia bermasalah setiap periode perkembangan mempunyai masalahnya sendiri-sendiri, namun masalah masa remaja sering menjadi persoalan yang sulit diatasi baik oleh anak laki-laki maupun anak perempuan. Ketidakmampuan mereka untuk mengatasi sendiri masalahnya menurut cara yang mereka yakini, banyak remaja

akhirnya menemukan bahwa penyelesaiannya tidak selalu sesuai dengan harapan mereka.

5. Masa remaja sebagai masa mencari identitas pada tahun-tahun awal masa remaja, penyesuaian diri terhadap kelompok masih tetap penting bagi anak laki-laki dan perempuan. Lambat laun mereka mulai mendambakan identitas diri dan tidak puas lagi dengan menjadi sama dengan teman-teman dalam segala hal, seperti sebelumnya. Status remaja yang mendua ini menimbulkan suatu dilema yang menyebabkan remaja mengalami “krisis identitas” atau masalah-masalah identitas-ego pada remaja.
6. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan anggapan stereotip budaya bahwa remaja suka berbuat semaunya sendiri atau “semau gue”, yang tidak dapat dipercaya dan cenderung berperilaku merusak, menyebabkan orang dewasa yang harus membimbing dan mengawasi kehidupan remaja yang takut bertanggung jawab dan bersikap tidak simpatik terhadap perilaku remaja yang normal.
7. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistic masa remaja cenderung memandang kehidupan melalui kacamata berwarna merah jambu. Ia melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang ia inginkan dan bukan sebagaimana adanya, terlebih dalam hal harapan dan cita-cita. Harapan dan cita-cita yang tidak realistik ini, tidak hanya bagi dirinya sendiri tetapi juga bagi keluarga dan teman-temannya, menyebabkan meningginya emosi yang merupakan ciri dari awal masa remaja. Remaja

akan sakit hati dan kecewa apabila orang lain mengecewakannya atau kalau ia tidak berhasil mencapai tujuan yang telah ditetapkannya sendiri.

8. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa semakin mendekatnya usia kematangan yang sah, para remaja menjadi gelisah untuk meninggalkan stereotip belasan tahun dan untuk memberikan kesan bahwa mereka sudah hampir dewasa. Berpakaian dan bertindak seperti orang dewasa ternyata belumlah cukup. Oleh karena itu, remaja mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan dengan status dewasa, yaitu merokok, minum-minuman keras, menggunakan obat-obatan, dan terlibat dalam perbuatan seks bebas yang cukup meresahkan. Mereka menganggap bahwa perilaku yang seperti ini akan memberikan citra yang sesuai dengan yang diharapkan mereka.

### **2.3.3 Tugas – Tugas Perkembangan Masa Remaja**

Salah satu periode dalam rentang kehidupan ialah (fase) remaja. Masa ini merupakan segmen kehidupan yang penting dalam siklus perkembangan individu, dan merupakan masa transisi yang dapat diarahkan kepada perkembangan masa dewasa yang sehat. Untuk dapat melakukan sosialisasi dengan baik, remaja harus menjalankan tugas-tugas perkembangan pada usianya dengan baik. Apabila tugas perkembangan sosial ini dapat dilakukan dengan baik, remaja tidak akan mengalami kesulitan dalam kehidupan sosialnya serta akan membawa

kebahagiaan dan kesuksesan dalam menuntaskan tugas perkembangan untuk fase-fase berikutnya. Sebaliknya, manakala remaja gagal menjalankan tugas-tugas perkembangannya akan membawa akibat negatif dalam kehidupan sosial fase-fase berikutnya, menyebabkan ketidak bahagiaan pada remaja yang bersangkutan, menimbulkan penolakan masyarakat, dan kesulitan-kesulitan dalam menuntaskan tugas-tugas perkembangan berikutnya. Tugas-tugas perkembangan masa remaja sebagai berikut:

1. Menerima fisiknya sendiri berikut keragaman kualitasnya.
2. Mencapai kemandirian emosional dari orangtua atau figur-figur yang mempunyai otoritas.
3. Mengembangkan ketrampilan komunikasi interpersonal dan bergaul dengan teman sebaya, baik secara individual maupun kelompok.
4. Menemukan manusia model yang dijadikan identitas pribadinya
5. Menerima dirinya sendiri dan memiliki kepercayaan terhadap kemampuannya sendiri.

#### **2.3.4 Karakteristik Pertumbuhan dan Perkembangan Remaja**

Menurut Wulandari (2014), karakteristik pertumbuhan dan perkembangan remaja yaitu sebagai berikut ini :

##### **1. Pertumbuhan Fisik**

Pertumbuhan meningkat cepat dan mencapai puncak kecepatan. Pada fase remaja awal (11-14 tahun), karakteristik seks sekunder mulai tampak, seperti penonjolan payudara pada remaja perempuan,

pembesaran testis pada remaja laki-laki, pertumbuhan rambut ketiak, atau rambut pubis. Karakteristik seks sekunder ini tercapai dengan baik pada tahap remaja pertengahan (usia 14-17 tahun) dan pada tahap remaja akhir (17-20 tahun) struktur dan pertumbuhan reproduktif hampir komplit dan remaja telah matang secara fisik.

## **2. Kemampuan berpikir**

Pada tahap awal remaja mencari-cari nilai dan energi baru serta membandingkan normalitas dengan teman sebaya yang jenis kelaminnya sama. Sedangkan pada remaja tahap akhir, mereka telah mampu memandang masalah secara komprehensif dengan identitas intelektual sudah terbentuk.

## **3. Identitas**

Pada tahap awal, ketertarikan terhadap teman sebaya ditunjukkan dengan penerimaan atau penolakan. Remaja mencoba berbagai peran, mengubah citra diri, kecintaan pada diri sendiri meningkat, mempunyai banyak fantasi kehidupan,

## **4. Idealistis.**

Stabilitas harga diri dan definisi terhadap citra tubuh serta peran gender hampir menetap pada remaja di tahap akhir.

## **5. Hubungan dengan orang tua**

Keinginan yang kuat untuk tetap bergantung pada orangtua adalah ciri yang dimiliki oleh remaja pada tahap awal. Dalam tahap ini, tidak terjadi konflik utama terhadap kontrol orang tua. Remaja pada tahap pertengahan mengalami konflik utama terhadap kemandirian dan kontrol.

Pada tahap ini terjadi dorongan besar untuk emansipasi dan pelepasan diri. Perpisahan emosional dan fisik dari orangtua dapat dilalui dengan sedikit konflik ketika remaja akhir.

#### **6. Hubungan dengan sebaya**

Remaja pada tahap awal dan pertengahan mencari afiliasi dengan teman sebaya untuk menghadapi ketidakstabilan yang diakibatkan oleh perubahan yang cepat; pertemanan lebih dekat dengan jenis kelamin yang sama, namun mereka mulai mengeksplorasi kemampuan untuk menarik lawan jenis. Mereka berjuang untuk mengambil tempat di dalam kelompok; standar perilaku dibentuk oleh kelompok sebaya sehingga penerimaan oleh sebaya adalah hal yang sangat penting. Sedangkan pada tahap akhir, kelompok sebaya mulai berkurang dalam hal kepentingan yang berbentuk pertemanan individu. Mereka mulai menguji hubungan antara pria dan wanita terhadap kemungkinan hubungan yang permanen.