

MODUL

A. Perkembangan Sosial-Emosional

1. Definisi Perkembangan Sosial-Emosional

Perkembangan sosial-emosional berasal dari tiga suku kata , yakni “perkembangan, sosial, dan emosional. Menurut kamus psikologi, “perkembangan (*development*)” berarti perubahan yang berkesinambungan dan progresif dalam organisme, dari lahir sampai mati. Perkembangan juga berarti perubahan dalam bentuk dan dalam integrasi dari bagian-bagian jasmaniah ke dalam bagian-bagian fungsional.selain itu dapat berarti kedewasaan, atau kemunculan pola-pola asasi dari tingkah laku yang tidak dipelajari (Chaplin, 2008; 134).

Sosial adalah segala sesuatu berkenaan dengan masyarakat; suka memperhatikan kepentingan umum, suka menolong, menderma, dan sebagainya. Sosial juga berarti menyinggung relasi di antara dua atau lebih individu. Istilah ini mencakup banyak pengertian, dan digunakan untuk mencirikan sekelompok fungsi, kebiasaan, karakteristik, ciri, dan seterusnya yang diperoleh dalam satu konteks sosial (Chaplin, 2008; 469).

Sedangkan emosional berkaitan dengan ekspresi emosional, atau dengan perubahan-perubahan yang mendalam yang menyertai emosi; mencirikan individu yang mudah terangsang untuk menampilkan tingkah laku emosional (Chaplin, 2008; 165).

Perkembangan sosial-emosional remaja adalah suatu perubahan progresif organisme dalam konteks ini adalah remaja awal yang telah mengalami masa pubertas, mulai berpikir tentang sekitar atau sekelilingnya (konteks sosial) dan mengekspresikan emosinya baik dalam tingkah laku atau tidak. Perkembangan sosial-emosional lebih mengarah pada hubungan seseorang dengan orang lain. Hubungan ini berkembang karena adanya dorongan rasa ingin tahu terhadap segala sesuatu yang ada di dunia sekitarnya. Hal ini diartikan sebagai cara-cara individu bereaksi terhadap orang-orang di sekitarnya dan bagaimana pengaruh terhadap dirinya (Affandi, 2011; 22).

Berdasarkan definisi diatas dapat disimpulkan bahwa perkembangan sosial-emosional adalah suatu proses tumbuh seseorang untuk mencapai kematangan dengan merujuk pada suatu perasaan dan pikiran tertentu karena adanya dorongan ingin tahu terhadap sekitarnya terkait dalam konteks sosial dalam mengontrol dan mengekspresikan emosi, pola hubungan interpersonal yang dekat dan hangat, mengeksplor pengalaman sekitar dan belajar dari hal tersebut.

2. Aspek Perkembangan Sosial-Emosional Remaja

a. Aspek Perkembangan Sosial

Sebagai seorang teoritis dalam bidang perkembangan rentang hidup, Erikson menjelaskan salah satu tugas perkembangan selama masa remaja adalah menyelesaikan krisis identitas, sehingga diharapkan terbentuk suatu identitas diri yang stabil pada akhir masa remaja. Remaja yang berhasil mencapai suatu identitas diri yang

stabil, akan memperoleh suatu pandangan yang jelas tentang dirinya, memahami perbedaan dan persamaannya dengan orang lain, menyadari kelebihan dan kekurangan diri sendiri, penuh percaya diri, tanggap terhadap berbagai situasi, mampu mengambil keputusan penting, mampu mengantisipasi tantangan masa depan, serta mengenal perannya dalam masyarakat. Jika remaja mengalami kegagalan maka akan membahayakan masa depan remaja. Sebab, seluruh masa depan remaja sangat ditentukan oleh penyelesaian krisis tersebut (Desmita, 2008; 214)

Sebelum memasuki masa remaja, individu sudah ada keterkaitan hubungan yang lebih erat antara anak-anak yang sebaya. Sering juga timbul kelompok-kelompok anak, perkumpulan-perkumpulan untuk bermain bersama atau membuat rencana bersama, misalnya untuk berkemah, atau saling tukar pengalaman, merencanakan aktivitas bersama misalnya aktivitas terhadap suatu kelompok lain. Aktivitas tersebut juga bisa bersifat agresif, kadang-kadang kriminal seperti mencuri, penganiayaan dan lain-lain, dalam hal ini dapat dilakukan kelompok anak nakal (Monks dkk, 1996; 268). Berdasarkan uraian tersebut, beberapa aspek yang membahas tentang perkembangan sosial yang penting selama masa remaja adalah:

1) Perkembangan Individuasi dan Identitas

Menurut Dusek, 1991 (dalam Desmita, 2008; 210) merumuskan sebuah definisi yang memadai tentang identitas itu tidaklah mudah, karena identitas masing-masing orang

merupakan suatu hal yang kompleks, yang mencakup banyak kualitas dan dimensi yang berbeda-beda, yang lebih ditentukan oleh pengalaman subjektif daripada objektif, serta berkembang atas dasar eksplorasi sepanjang proses kehidupan.

Dalam psikologi, konsep identitas pada umumnya merujuk kepada suatu kesadaran akan kesatuan dan kesinambungan pribadi, serta keyakinan yang relatif stabil sepanjang rentang kehidupan, sekalipun terjadi berbagai perubahan. Menurut Erikson, seseorang yang sedang mencari identitas akan berusaha “menjadi seseorang,” yang berarti berusaha mengalami diri sendiri sebagai “AKU” yang bersifat sentral, mandiri, unik, yang mempunyai suatu kesadaran akan kesatuan batinnya, sekaligus juga berarti menjadi “seseorang” yang diterima dan diakui oleh orang banyak. Lebih jauh dijelaskannya bahwa orang yang sedang mencari identitas adalah orang yang ingin menentukan “siapakah” atau “apakah” yang diinginkannya pada masa mendatang. Bila mereka telah memperoleh identitas, seperti kesukaan atau ketidak sukaannya, aspirasi, tujuan masa depan yang diantisipasi, perasaan bahwa ia dapat dan harus mengatur orientasi hidupnya (Desmita, 2008; 211).

Menurut Jones dan Hartmann, 1998 (dalam Desmita, 2008; 211) dijelaskan bahwa dalam konteks psikologi perkembangan, pembentukan identitas merupakan tugas utama dalam perkembangan kepribadian yang diharapkan tercapai pada masa

akhir remaja. Meskipun tugas pembentukan identitas ini telah mempunyai akar-akarnya pada masa anak-anak, namun pada masa remaja ia menerima dimensi-dimensi baru karena berhadapan dengan perubahan-perubahan fisik, kognitif dan relasional. Selama masa remaja ini, kesadaran akan identitas menjadi lebih kuat, karena itu ia berusaha mencari identitas dan mendefinisikan kembali “siapakah” ia saat ini dan akan menjadi “siapakah” atau menjadi “apakah” ia pada masa yang akan datang. Perkembangan identitas selama masa remaja ini juga sangat penting karena ia memberikan suatu landasan bagi perkembangan psikososial dan relasi interpersonal pada masa dewasa.

Proses pencarian identitas adalah proses dimana seseorang remaja mengembangkan suatu identitas, personal, atau *sense of self* yang unik, berbeda dan terpisah dari orang lain, dan hal ini disebut dengan individuasi (*individuation*). Proses ini terdiri dari empat sub tahap yang berbeda, tetapi saling melengkapi, yaitu diferensiasi, praktis dan eksperimentasi, penyesuaian, serta konsolidasi diri. Namun yang termasuk dalam sub tahap remaja awal yaitu diferensiasi dan praktis dengan karakteristiknya remaja menyadari bahwa ia berbeda secara psikologis dari orang tuanya dan remaja percaya bahwa ia mengetahui segala-galanya dan dapat melakukan sesuatu tanpa salah. Kesadaran ini sering membuatnya mempertanyakan dan menolak nilai-nilai dan

nasehat-nasehat orang tuanya, sekalipun nilai-nilai dan nasehat tersebut masuk akal. Ia juga menyangkal kebutuhan akan peringatan atau nasehat dan menantang orang tuanya pada setiap kesempatan. Ia mempunyai komitmen yang kuat kepada teman sebayanya.

2) Perkembangan Hubungan dengan Orang Tua

Salah satu ciri yang menonjol dari remaja yang mempengaruhi relasinya dengan orang tua adalah perjuangan untuk memperoleh otonomi, baik secara fisik maupun psikologis. Mereka meluangkan waktu lebih banyak ke teman sebaya daripada ke orang tua. Namun peran orang tua yang positif dan suportif akan menimbulkan pengungkapan perasaan positif dan negatif pada remaja, yang membantu perkembangan kompetensi sosial dan otonomi mereka menjadi lebih bertanggung jawab.

3) Perkembangan Hubungan dengan Teman Sebaya

Hubungan remaja dengan teman sebaya mempunyai arti yang sangat penting. Jean Piaget dan Harry Stack Sullivan, menekankan bahwa melalui hubungan teman sebaya anak dan remaja belajar tentang hubungan timbal balik yang simetris. Mereka juga mempelajari secara aktif kepentingan-kepentingan dan perspektif teman sebaya dalam rangka memuluskan integritas dirinya dalam aktivitas teman sebaya yang berkelanjutan (dalam Desmita, 2008; 220).

Pada masa ini remaja membutuhkan adanya teman yang dapat memahami dan menolongnya, teman yang dapat turut merasakan suka dan dukanya. Dari sini mulai muncul dorongan untuk mencari pedoman hidup, mencari suatu yang dapat dipandang bernilai, pantas dijunjung tinggi dan dihormati (Panuju dan Umami, 1999; 12).

Kelly dan Hansen, 1987 (dalam Desmita, 2008; 220-221) menyebutkan enam fungsi positif dari teman sebaya:

a) Mengontrol impuls-impuls agresif

Remaja belajar bagaimana memecahkan pertentangan-pertentangan dengan cara-cara yang lain selain dengan tindakan agresi langsung.

b) Memperoleh dorongan emosional dan sosial serta menjadi lebih independen

Dorongan yang diperoleh remaja dari teman-teman sebaya akan menyebabkan berkurangnya ketergantungan remaja pada dorongan keluarga mereka.

c) Meningkatkan keterampilan-keterampilan sosial

Melalui percakapan dan perdebatan dengan teman sebaya, remaja belajar mengekspresikan ide-ide dan perasaan-perasaan serta mengembangkan kemampuan mereka memecahkan masalah.

d) Mengembangkan sikap terhadap seksualitas dan tingkah laku peran jenis kelamin

Remaja belajar mengenai tingkah laku dan sikap-sikap yang mereka asosiasikan dengan menjadi laki-laki dan perempuan muda.

e) Memperkuat penyesuaian moral dan nilai-nilai

Dalam kelompok teman sebaya, remaja mencoba mengambil keputusan sendiri. Remaja mengevaluasi nilai-nilai yang dimilikinya dan yang dimiliki oleh teman sebayanya, serta memutuskan mana yang benar.

f) Meningkatkan harga diri

Menjadi orang yang disukai oleh sejumlah besar teman-teman sebayanya membuat remaja merasa senang tentang dirinya.

4) Hubungan Remaja dengan Guru

Guru menempati tempat yang istimewa bagi sebagian besar remaja. Guru adalah orang dewasa yang berhubungan erat dengannya. Remaja percaya bahwa guru merupakan gambaran sosial yang diharapkan akan sampai kepadanya, dan mereka menjadikan guru sebagai contoh dari masyarakat secara keseluruhan (Panuju dan Umami. 1999; 127-128).

5) Sikap Remaja Terhadap Orang Dewasa

Remaja pada umumnya suka kepada orang terpandang, pemimpin masyarakat, pejabat pemerintah dan pemuka agama yang mau memahami kebutuhan dan keadaan mereka yang sedang mencari identitas diri dan berusaha mendapatkan

perhatian dan penerimaan orang-orang tersebut. Bisa jadi mereka menjadikan suri tauladan atau idola dalam hidupnya. Namun, remaja akan menjadi kecewa jika orang yang telah mereka jadikan teladan mempunyai kekurangan, bahkan menjadi gunjingan banyak orang. Mereka juga akan menunjukkan sikap negatif. Berawal dari hal tersebut muncul kegoncangan emosi, bahkan menjadi goncangan jiwa, patah hati, dan sebagainya dengan melakukan hal-hal yang kurang layak seperti tawuran, mengganggu di jalanan, dan lain-lain (Panuju dan Umami. 1999; 133-134).