

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Remaja

2.1.1 Pengertian Remaja

Remaja dalam beberapa istilah disebut *puberteit*, *adolescence* dan *youth*. Dalam bahasa latin, remaja dikenal dengan kata *adolescere* dan dalam bahasa inggris *adolescence* yang berarti tumbuh menuju kematangan. Kematangan yang dimaksud berupa kematangan fisik, sosial, dan psikologi bahkan remaja mengalami perubahan-perubahan dalam aspek kognitif (pengetahuan), emosi (perasaan), sosial (interaksi), dan moral (akhlak) (Wirenviona & Riris, 2020).

Masa remaja disebut pula sebagai masa peralihan dari masa anak-anak dengan masa dewasa. Pada masa ini ada 2 hal penting yang menyebabkan remaja melakukan pengendalian diri. 2 hal ini bersifat *eksternal*, yaitu adanya perubahan lingkungan dan hal yang bersifat *internal*, yaitu karakteristik di dalam diri remaja yang membuat relative bergejolak dibandingkan dengan masa perkembangan lainnya (*Storm and Stress period*) (Meilan, Maryanah, & Follona, 2018).

2.1.2 Tahapan Remaja

Smetana (2011) membagi tumbuh kembang remaja menjadi tiga tahapan

2.1.3 Remaja Awal (11 – 13 tahun)

- a. Individu lebih dekat dengan teman sebaya.

- b. Bersifat egosentris, individu yang egosentris akan kesulitan menyesuaikan diri, bahkan akan memngoreksi pandanganya jika dirasa pandangannya tersebut tidak sesuai dengan kondisi/lingkungan sekitar.
- c. Individu mempunyai minat terhadap kehidupan sehari-hari dan ingin tahu yang ditandai dengan keinginan untuk belajar.
- d. Individu tidak mampu melihat akibat jangka panjang dari suatu keputusan yang dibuat sekarang.

2.1.4 Remaja Pertengahan (14 – 17 tahun)

- a. Fisik pada remaja mulai terbentuk sempurna.
- b. Individu mulai mencari identitas diri.
- c. Mulai tertarik terhadap lawan jenis.
- d. Mempunyai keinginan menolong oranglain dan belajar bertanggungjawab.
- e. Individu cenderung berperilaku agresif (ditandai dengan emosi yang berlebihan dalam merespon sesuatu).
- f. Individu mulai bersikap kurang percaya pada orang dewasa (mencoba bersikap mandiri)

2.1.5 Remaja Akhir (18 – 21 tahun)

- a. Individu lebih selektif dalam mencari teman sebaya.
- b. Mempunyai citra tubuh (*body image*) terhadap dirinya sendiri
- c. Belajar menyesuaikan diri dengan norma-norma yang berlaku.
- d. Individu mulai merasakan beban atau tanggungjawab mencari pendidikan/pekerjaan yang baik (Wirenviona & Riris, 2020).

2.2 Tumbuh Kembang Remaja

2.2.1 Perubahan Fisik

Perubahan fisik pada remaja terjadi dengan cepat, ada 4 perubahan fisik utama pada remaja adalah :

- a. Meningkatnya pertumbuhan dari otot, kerangka, dan organ viscera.
- b. Perubahan seksual khusus pada jenis kelamin tertentu seperti perubahan bahu dan pinggul.
- c. Perubahan pada otot dan distribusinya.
- d. Berkembangnya sistem reproduksi dan karakteristik seksual sekunder.

Pada anak perempuan umumnya mengalami perubahan prepubertas 1 – 2 tahun lebih cepat dari anak laki-laki. Tingkat tinggi badan dan berat badan. Kenaikan berat badan biasanya terjadi selama lonjakan pertumbuhan prepubertas, pada anak perempuan mencapai puncak sekitar usia 12 tahun dan anak laki-laki sekitar usia 14 tahun.

2.2.2 Perubahan Kognitif

Remaja memprioritaskan, memecahkan masalah dan mengambil keputusan melalui tindakan yang logis. Remaja berfikir abstrak dan menangani kemungkinan masalah secara efektif, Ketika sedang dihadapkan dengan suatu masalah remaja mempertimbangkan berbagai penyebab dan solusinya. Seorang remaja bahkan mampu memecahkan masalah yang membutuhkan manipulasi secara bersamaan beberapa konsep abstrak misalnya, keterampilan remaja untuk menentukan perilaku peran yang sesuai jenis kelamin.

2.2.3 Kemampuan Bahasa

Perkembangan bahasa cukup menjadi fokus utama dalam keterampilan komunikasi, remaja perlu mengkomunikasikan pikiran, perasaan dan fakta pada teman sebaya, orang tua, guru dan orang lain. Misalnya, bagaimana remaja member tahu orangtua tentang nilai kegagalan tidak sama dengan bagaimana mereka member tahu teman. Berikut adalah beberapa petunjuk untuk berkomunikasi dengan remaja :

- a. Ajukan pertanyaan terbuka.
- b. Tidak menghindari membahas masalah yang sensitive.
- c. Carilah arti dari kata-kata atau tingkah laku mereka.
- d. Waspada terhadap tanda keadaan emosional mereka.

2.2.4 Perubahan Psikososial

Tugas utama perkembangan psikologis remaja adalah mencari identitas, remaja membangun hubungan dengan teman dekat atau tetap terisolasi social. Adanya keraguan identitas atau peran merupakan bahaya utama pada tahap ini dan menunjukkan intoleransi yang tidak tepat terhadap perbedaan yang terlihat pada perilaku remaja merupakan ketidakjelasan identitas remaja. selain itu mereka perlu mengembangkan system etika berdasarkan nilai.

- a. Identitas grup/kelompok

Remaja mencari identitas kelompok karena membutuhkan penghargaan dan penerimaan.

- b. Identitas keluarga

Remaja cenderung mencari teman sebaya di bandingkan dengan orang tua, bahkan beberapa remaja mengalami kesulitan selama periode ini. Remaja

perlu membuat pilihan bertindak mandiri dan menerima konsekuensi dari tindakan yang dilakukan.

c. Identitas kesehatan

Remaja yang sehat mengevaluasi kesehatan mereka sendiri berdasarkan perasaan. Mereka mampu mengidentifikasi perilaku seperti merokok dan penyalahgunaan zat sebagai ancaman terhadap kesehatan namun seringkali cenderung meremehkan konsekuensi dari efek negatif dari tindakan mereka sendiri.

2.3 Resiko Kekerasan

a. Kecelakaan

Penyebab utama kematian di masa remaja adalah kecelakaan bermotor. Kecelakaan semacam ini sering dikaitkan dengan alkohol atau penyalahgunaan obat-obatan.

b. Kekerasan

Kekerasan dikalangan remaja sudah menjadi pusat perhatian nasional. Kekerasan ini tidak hanya berupa serangan fisik, perkelahian, pelecehan seksual atau intimidasi/*membully* tetapi juga pencurian.

c. Bunuh Diri

Bunuh diri merupakan penyebab utama kematian remaja, depresi dan isolasi sosial biasanya menjadi awal remaja bunuh diri.

d. Penyalahgunaan obat-obatan.

Remaja sering percaya bahwa zat pengubah menciptakan perasaan menyenangkan atau membuat lebih percaya diri. Beberapa remaja bahkan lebih percaya bahwa mereka akan terlihat dan merasa lebih baik dengan menggunakan narkoba.

- e. IMS (infeksi menular seksual)
- f. Kehamilan

Kehamilan pada remaja menjadi tantangan social utama bagi bangsa kita. Kehamilan remaja perlu mendapatkan perhatian khusus terhadap gizi, pengawasan kesehatan dan dukungan psikologis (Suryani et al., 2024).

2.4 Konsep Bullying

2.4.1 Pengertian *Bullying*

Bullying atau intimidasi merupakan perilaku agresif secara berulang kali menggunakan kata-kata, kontak fisik terhadap Korban yang dimaksudkan agar oranglain menderita berupa luka atau ketidaknyamanan (Wibowo, 2019).

Istilah *bullying* berasal dari bahasa inggris, yaitu *bull*, yang berarti banteng. Secara etimologi kata *bully* berarti penggertak, orang yang mengganggu yang lemah. *Bullying* dalam bahasa Indonesia disebut “menyakat” yang artinya mengganggu, mengusik, dan merintangi oranglain (Sapitri, 2020).

2.4.2 Bentuk-Bentuk *Bullying*

2.4.2.1 *Bullying* berupa fisik

Bullying secara fisik yang paling nampak dan terjadi ketika seseorang secara fisik dilkuai, baik memukul, menjewer, mencubit, meninju, mendorong, menendang, mendorong kepala, menarik alis, mata, melempar barang.

2.4.2.2 *Bullying non fisik*

Bullying non fisik biasanya terjadi pada agresi social, baik verbal maupun non verbal. Yang termasuk verbal adalah menuduh, menyalahkan, mengkritik dengan tajam dan menyakitkan, menjuluki, melecehkan, memfitnah dan

menyebarkan gosip, membentak-bentak dan menghina. Adapun nonverbal dibagi menjadi dua, yaitu langsung dan tidak langsung. Yang termasuk langsung; melihat dengan sinis, menjulurkan lidah, ekspresi merendahkan. Dan yang termasuk tidak langsung: mengabaikan, mengeluarkan, mengisolasi, mendiamkan.

2.4.2.3 Merusak Properti

Merusak properti yang dimaksud disini misalnya, menyobek pakaian, merusak bukti, mencuri (Ulfiah, 2020).

2.4.2.4 CyberBullying

Cyberbully merupakan tindakan menyakiti secara psikis dengan menggunakan media elektronik (rekaman video intimidasi atau pencemaran nama baik melalui media social) (Miftakhuddin & Harianto, 2020).

2.4.3 Faktor-Faktor Penyebab *Bullying*

2.4.3.1 Faktor keluarga

Faktor penyebab terjadinya perilaku bullying dari faktor keluarga yaitu pelaku bullying yang biasanya berasal dari keluarga yang bermasalah, seperti orangtua yang sering menghukum anaknya secara berlebihan, situasi rumah yang penuh stress, agresi dan permusuhan.

2.4.3.2 Faktor sekolah

Bullying dapat berkembang pesat dalam lingkungan sekolah yang pesat dalam lingkungan sekolah yang sering memberikan masukan negative pada siswanya, misalnya berupa hukuman yang bersifat tidak membangun sehingga tidak mengembangkan rasa menghargai dan menghormati antar sesama anggota sekolah.

2.4.3.3 Faktor Teman Sebaya

Faktor teman sebaya disebabkan karena pada saat interaksi di sekolah maupun di lingkungan sekitar rumah, kadang kala membuat anak terdorong untuk berperilaku bullying (Herawati & Deharnita, 2019).

2.4.4 Ciri-ciri Pelaku *Bullying*

- a. Ketika mempunyai keinginan cenderung memanfaatkan anak lain.
- b. Terdapat tingkat kesulitan memperhatikan keadaan dari titik pandang anak yang lain.
- c. Anak yang mendapat pendidikan otoriter oleh orang tua (Samsudi & Muhid, 2020).

2.4.5 Ciri-ciri Korban *Bullying*

Kejadian yang sering terjadi disekolah :

- a. Siswa baru disekolah.
- b. Siswa paling mudah dan bertubuh kecil.
- c. Siswa yang mempunyai riwayat trauma (Samsudi & Muhid, 2020).

2.5 Konsep Harga Diri

2.5.1 Pengertian Harga Diri

Harga diri (*Self Esteem*) adalah cara bagaimana individu memberikan penilaian mengenai dirinya, terutama mengenai besarnya kepercayaan terhadap kesuksesan, daya tahan, nilai dan aspirasi yang dimiliki sehingga individu mempunyai keyakinan sebagai seorang yang penting, berhasil dan berharga baik dirinya maupun untuk orang lain (Susanto, 2018).

2.5.2 Karakteristik Harga Diri

2.5.2.1 Harga Diri Tinggi

Harga diri tinggi akan menumbuhkan rasa percaya diri, kemampuan diri, penghargaan diri serta rasa berguna bahwa kehadirannya diperlukan di lingkungannya. Individu yang yakin memiliki harga diri yang cukup tinggi yakin bahwa dapat mencapai prestasi yang di harapkan. Individu yang memiliki harga diri tinggi antara lain :

- a. Menerima tantangan baru dengan sangat antusias
- b. Merasa sanggup mempengaruhi orang lain
- c. Menerima tanggung jawab
- d. Dapat menyalurkan emosi positif nya dengan baik

Adapun manfaat dari Harga diri yang tinggi antara lain:

- a. Individu mampu mengatasi masalah, tabah dan mampu menghadapi tekanan – tekanan hidup
- b. Individu semakin ambisius, tidak hanya dalam karir dan urusan financial tetapi juga dalam hal spiritual
- c. Individu tidak mudah putus asa
- d. Individu semakin kreatif dalam bekerja
- e. Individu mampu memperlakukan orang lain dengan bijak
- f. Tidak menganggap orang lain adalah ancaman

2.5.2.2 Harga Diri Rendah

Individu yang memiliki harga diri rendah akan cenderung merasa bahwa dirinya tidak mampu dan tidak berharga. Individu cenderung tidak berani mencari tantangan baru dalam hidupnya, lebih nyaman ketika menjalani sebagian rutinitas saja atau hal yang di sukai yang tidak penuh dengan tuntutan. Individu yang memiliki harga diri rendah antara lain :

- a. Merasa tidak ada seorangpun yang menghargainya.
- b. Bersikap *defensive* dan frustrasi.
- c. Merasa tidak berdaya.
- d. Merendahkan bakatnya sendiri.
- e. Menunjukkan emosi yang sempit.
- f. Menghindari situasi yang dapat membuat cemas (Saefulloh, Syarif, & Dahlan, 2019).

2.5.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Harga Diri

2.5.3.1 Pola Asuh

Sikap orang tua dalam memberikan asuhan dengan individu sangat mempengaruhi, bagaimana orang tua memberikan aturan, hukuman ataupun ketika orang tua memberikan perhatian dan memberikan tanggapan terhadap anak.

2.5.3.2 Lingkungan

Lingkungan dimana individu menghabiskan waktunya adalah yang paling berdampak besar terutama pada remaja, bagaimana hubungan remaja dengan orang tua, teman sebaya dan lingkungan sekitar sehingga menumbuhkan rasa aman dan nyaman dalam bersosialisasi ataupun sebaliknya.

2.5.3.3 Pengalaman

Pengalaman adalah suatu bentuk emosi, perasaan, tindakan dan kejadian yang pernah dialami oleh individu yang dirasa bermakna dan meninggalkan kesan dalam hidup individu.

