



# AKU, REMAJA YANG POSITIF

Andhika Alexander Repi, M.Psi, Psikolog,  
Margaretha Novita Dewi C, S.Psi,  
Jennifer Elim Santoso



Sanksi Pelanggaran Pasal 113  
Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014  
tentang Hak Cipta

- (1) Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp100.000.000 (seratus juta rupiah).
- (2) Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).
- (3) Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan/atau huruf g untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp1.000.000.000,00 (satu miliar rupiah).
- (4) Setiap Orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp4.000.000.000,00 (empat miliar rupiah).





# Aku, Remaja yang Positif!

Andhika Alexander Repi, M.Psi, Psikolog,  
Margaretha Novita Dewi C, M.Psi, Psikolog,  
Jennifer Elim Santoso

Penerbit PT Elex Media Komputindo

 **KOMPAS GRAMEDIA**



# Aku, Remaja yang Positif!

Andhika Alexander Repi, M.Psi, Psikolog,

Margaretha Novita Dewi C, M.Psi, Psikolog, dan Jennifer Elim Santoso

© 2018 Andhika Alexander Repi, M.Psi, Psikolog, Margaretha Novita Dewi C, M.Psi, Psikolog, dan Jennifer Elim Santoso

Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

Diterbitkan pertama kali oleh Penerbit PT Elex Media Komputindo

Kelompok Gramedia – Jakarta

Anggota IKAPI, Jakarta

718090652

ISBN: 978-602-04-5921-9

ISBN: 978-602-04-5922-6 (digital)

Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari penerbit

Dicetak oleh Percetakan PT Gramedia, Jakarta

Isi diluar tanggung jawab Percetakan



# Daftar Isi

- BAGIAN 1** : “*Aku Remaja? Aku Ini Siapa Ya?*”  
Identitas Remaja 1
- BAGIAN 2** : “*Aku Kudu Ngapain? Aku Bingung...*”  
Tugas Perkembangan Remaja 11
- BAGIAN 3** : “*Ada Apa Denganku? Kok Tubuhku  
Jadi Aneh?*” - Psikoseksual Remaja 31
- BAGIAN 4** : “*Kok Papa Mama Selalu Nyebelin Ya,  
Mending Sama Teman-Teman, Abh!*”  
- Psikososial Remaja 47
- BAGIAN 5** : “*Aku Remaja yang Positif*”, Kiat Praktis  
Menuju Remaja yang Positif 67





vi

## Aku, Remaja yang Positif!

Daftar Referensi	145
Tentang Penulis	149



# BAGIAN I

## *“Aku Remaja? Aku Ini Siapa Ya?”* IDENTITAS REMAJA

*Riko saat ini sedang menempuh pendidikan SMA kelas XII dan pada tahun ini, ia genap berusia 17 tahun. Hari ini agak berbeda dengan yang lain karena Riko pergi ke sekolah dengan didampingi oleh orang tuanya. Orang tua Riko diminta untuk menghadap kepada kepala sekolah karena ia sering kali berantem dengan teman sekelasnya. Begitu pula dengan hari kemarin, ia berkelahi dengan temannya, Dodi, karena Riko merasa cemburu karena Dodi dekat dengan Dini.*

*Ia pun ditanya oleh kepala sekolah mengapa sering berkelahi dengan teman sekelasnya. Riko menjawab, ia adalah orang yang sangat tidak sabaran, dan gampang tersulut emosinya jika sesuatu tidak sesuai dengan keinginannya. Akhirnya, karena perbuatannya yang sudah sering kali terjadi itu, Riko diskors oleh pihak sekolah selama 1 minggu.*

\*\*\*

*Agus adalah seorang remaja yang berusia 17 tahun dan masih duduk di bangku SMA kelas XII. Meskipun secara*



*pendidikan dan usia sama seperti Riko, Agus seakan tidak memiliki kesempatan untuk bermain, bahkan berantem dengan teman sekelasnya karena ia harus bekerja. Semenjak kepergian ayahnya dua tahun silam, Agus menjadi tulang punggung keluarga. Pada pagi hari, Agus harus bersekolah, kemudian pada siang hari sepulang sekolah, ia akan "mangkal" di terminal bus untuk berjualan kue yang dibuat ibunya.*

*Untuk anak seusia Agus, masa remaja yang kata orang indah itu sudah tidak ada lagi. Ia tidak memiliki waktu untuk sekadar mengikuti trend masa kini, update media sosial, atau bahkan untuk memiliki pacar. Tuntutan hidup untuk makan sehari-hari dan pemenuhan kebutuhannya membuatnya harus rela meninggalkan masa terindah dalam kehidupan manusia itu.*

\* \* \*

*Siti tidak percaya bahwa ia harus mengakhiri masa remaja yang penuh kebebasan secepat ini. Kebebasannya menjadi terisolir karena perbuatannya sendiri, melakukan hubungan seks di luar nikah. Siti hamil! Rian, pacarnya yang masih seumuran pun terpaksa harus bertanggung jawab terhadap perbuatan mereka. Akhirnya, kedua keluarga Siti dan Rian sepakat untuk menikahkan mereka berdua meskipun masih di bawah umur, yaitu 15 tahun.*

*Keduanya yang seharusnya masih duduk dan menikmati masa-masa SMA harus mengurus bayi, dan segala keribetan urusan rumah tangga. Ketidaksiapan finansial dan ketidakdewasaan psikologis membuat konflik dalam rumah tangga yang masih hijau itu semakin membesar. Akhirnya,*



*mereka berdua memutuskan berpisah. Bagaimana kehidupan Siti dan Rian? Mereka berdua menjadi tidak tahu arah, dan hanya pasrah terhadap keadaan saja.*

\*\*\*

Nah, dari berbagai cerita di atas, ada gak di antara kita yang pernah mengalami atau mengetahui hal yang sama?

Ketiga cerita tersebut berkisah mengenai individu yang mengalami berbagai permasalahan dan konflik. Akan tetapi, latar belakang usia dan tahapan perkembangan mereka, sama, yaitu remaja.

Pertanyaannya, apakah remaja itu?



Sudah banyak buku dan jurnal penelitian yang mengungkap tentang remaja. Banyak pihak yang menyebut baik secara ilmiah maupun *common senses*, remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak ke dewasa. Ada pula yang menyebut sebagai masa persiapan untuk menjadi lebih matang dalam kehidupan, dan sebagainya. Remaja juga diartikan sebagai tahapan perkembangan individu yang memasuki usia 13-18 tahun, dan ada juga yang mengatakan bahwa usia

21 tahun pun masih merupakan tahap remaja akhir. Tapi, apakah esensi remaja itu tetap sama?

Riko, Agus, dan Siti adalah remaja. Ya, betul, jika dilihat dari tahapan usianya. Tapi, apakah sama tahap perkembangan yang mereka lalui? Saya pikir tidak.

Riko mengalami beberapa konflik dalam hidupnya. Ia “menyusahkan” orang tuanya karena mengharuskan mereka menghadap pihak sekolah, dan bahkan menerima skors buat Riko. Riko sendiri masih tampak labil dengan emosinya yang naik turun (Setidaknya itu yang diakuinya), dan dengan mudahnya melampiaskan emosi tersebut melalui perkelahian. Riko pun sudah mulai memunculkan perasaan romantis atau terkait dengan lawan jenis, dan dalam hal ini perasaan cemburu.

Apa yang dialami oleh Riko sebenarnya adalah tipikal khas anak usia remaja yang kita dikenal secara umum.

**Anak remaja itu adalah anak yang sering mengalami konflik, mulai menjauh dari orang tua dan lebih cenderung ke teman-temannya, mulai muncul perasaan tertarik dengan lawan jenis, namun masih sangat bergantung pada orang tuanya.**

Usia yang sama tidak membuat Agus sama dengan Riko. Mereka berdua sama-sama berusia 17 tahun. Tetapi, di umur tersebut, Agus sudah harus mengalami kehidupan yang keras, ditinggal ayah, dan menjadi tulang punggung keluarga. Saya menduga bahwa Agus akan memiliki perasaan tidak puas terhadap dirinya. Ia yang seharusnya masih



bersenang-senang dengan teman-temannya, kini harus mengurungkan niat tersebut dan menggantinya dengan bekerja demi sesuap nasi. Ia yang seharusnya memiliki konflik dengan orang tua karena berbagai permasalahan kenakalan remaja seperti pemborosan dalam belanja karena trend, kini harus mengencangkan ikat pinggang hanya demi melanjutkan hidup dalam keterbatasan. Agus yang seharusnya menjadi ketua OSIS dan memimpin teman-teman serta menjadi delegasi sekolah, malah memiliki "title lebih tinggi", yaitu sebagai kepala dan tulang punggung keluarga. Apakah Agus masih pantas disebut remaja?

Begitu pula dengan Siti yang harus mengisi hari-hari mudanya dengan menimang dan menyusui anaknya. Kejadian yang dinikmati sesaat oleh Siti dan pacarnya, Rian, berbuah menjadi "kesengsaraan" hidup yang berkepanjangan. Harus menikah muda, memiliki dan mengasuh anak, serta menjadi bagian dari keluarga muda tentu bukanlah hal mudah bagi Siti. Apalagi ketidaksiapan mereka berdua dalam berbagai hal pada akhirnya berimbas pada kandasnya perahu keluarga mereka (saya menggunakan 'perahu' karena tidak cocok bila disandingkan dengan 'kapal' apalagi 'bahtera' yang memiliki ukuran yang jauh lebih besar). Siti, diusianya yang menginjak 17 tahun setelah melahirkan, harus mengasuh anaknya seorang diri dan mengubur dalam-dalam kehidupan remaja yang seharusnya begitu indah. Usianya masih dalam tahap remaja, tapi, masih remajakah Siti?

Saya mengutip beberapa penjelasan yang diberikan oleh Alm. Prof. Sarlito dalam buku beliau yang berjudul, "Psikologi Remaja" (2002). Beliau dengan spesifik menjelaskan bahwa remaja tidak boleh didefinisikan secara sembarangan. Remaja perlu didefinisikan menurut kategori-kategori tertentu.



## 1. Remaja Menurut Hukum

Konsep remaja secara hukum di Indonesia tidak memiliki definisi yang pasti. Hukum Indonesia hanya mengenal istilah anak-anak dan dewasa, meski dalam pembatasannya berbeda-beda. Pembatasan-pembatasan tersebut bisa terlihat dari dua jenis hukum yang ada, yaitu hukum pidana dan hukum perdata.

Pada hukum perdata, seseorang dikatakan dewasa hanya ketika sudah mencapai usia 21 tahun, atau boleh kurang dari usia tersebut namun ia sudah menikah. Perbedaan antara individu yang berada di bawah dan di atas usia 21 tahun, yaitu kebutuhan akan orang tua dan atau wali dalam memutuskan sesuatu. Misalnya, mengadakan perjanjian tertentu di hadapan pejabat hukum seperti notaris.

Pada hukum pidana, batasan usia antara anak-anak dan dewasa, yaitu 18 tahun, atau boleh kurang dari usia tersebut jika ia sudah menikah. Batasan ini pun akan memengaruhi individu jika ia berhadapan dengan hukum. Jika individu berusia kurang dari 18 tahun melakukan tindak pelanggaran pidana, maka mereka tidak boleh disebut sebagai seorang kriminal, namun seseorang yang melakukan kenakalan. Konsekuensinya, ia hanya dikembalikan oleh orang tuanya, dan atau diserahkan ke pusat rehabilitasi atau lembaga permasyarakatan khusus anak. Berbeda dengan individu yang memiliki usia lebih dari 18 tahun, ketika ia melakukan suatu tindak pelanggaran pidana, maka sudah dikategorikan sebagai kriminal. Konsekuensinya, yaitu ia akan langsung diproses secara hukum yang berlaku dan dimasukkan ke Lembaga Permasyarakatan.



## Tentang Penulis

**Andhika Alexander Repi, M.Psi, Psikolog**, Psikolog yang akrab disapa Kandy ini menamatkan pendidikan S-1 di bidang psikologi di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya (2013). Magister dan Profesi Psikolog diraih dari Universitas Katolik Soegijapranata Semarang di tahun 2016. Saat ini, ia aktif menjadi staf pengajar di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya dan melakukan praktik profesional psikologi di Surabaya. Psikologi industri dan organisasi menjadi bidang kerjanya dan berfokus pada *organizational development & people development*. Karya beliau yang sudah diterbitkan, yaitu “Menjadi Fasilitator Program Pelatihan dan Pengembangan (2016)” dan beberapa artikel di Jurnal dan Proceeding. *Keep in touch* di [kandyshare@gmail.com](mailto:kandyshare@gmail.com) atau di akun Instagram @galerinya\_kandy.

**Margaretha Novita Dewi M.Psi, Psikolog**, menamatkan pendidikan S-1 di bidang psikologi di Universitas Katolik Soegijapranata Semarang (2012). Psikolog yang biasa disapa Kak Dewi sudah menyelesaikan pendidikan S-2 nya di bidang Psikologi Klinis Dewasa di Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. Kak Dewi pun aktif di berbagai



aktivitas psikologi dengan menjadi asisten Psikolog di Pusat Tumbuh Kembang Anak dan Remaja 'KIARA' di Semarang. Ketertarikannya di bidang people development diwujudkan dengan berbagai kegiatan pelatihan ataupun konseling kepada para remaja dan dewasa. *Keep in touch* bersama Kak Dewi di [margarethanovitadewi@gmail.com](mailto:margarethanovitadewi@gmail.com) atau di akun Instagram [@margarethanovitadewi](https://www.instagram.com/margarethanovitadewi).

**Jennifer Elim Santoso**, Kalian dapat menemukan Jennifer duduk di pojok ruangan; sedang membaca artikel Buzzfeed terbaru atau menulis sebuah cerita di depan laptop dengan ditemani secangkir teh favoritnya. Atas kecintaan menulisnya, Jennifer pernah menjadi volunteer penulis e-book di [@helpnona](https://www.instagram.com/helpnona) untuk membantu isu *self respect* yang sering dialami wanita zaman sekarang dan juga sudah beberapa kali memenangkan perlombaan menulis. Saat ini, Jennifer sedang kuliah di Universitas Katolik Widya Mandala jurusan psikologi, yang sering kali disalah pahami oleh orang-orang sebagai jurusan peramal abal-abal. Ingin menyapa? Pecinta series *How I Met Your Mother* ini dapat dihubungi melalui akun instagram [@jenniferelim](https://www.instagram.com/jenniferelim), dan email [jenniferelimsantoso@yahoo.com](mailto:jenniferelimsantoso@yahoo.com)

