

# PERKEMBANGAN MENTAL PADA REMAJA

*by...*

*Erwin Setyo Kriswanto*

PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA



# PERKEMBANGAN MENTAL PADA REMAJA

## A. PERKEMBANGAN MENTAL

Mental dalam arti khusus adalah suatu kemampuan menyesuaikan diri yang serius sifatnya yang mengakibatkan kemampuan tertentu dan pencapaian tertentu (Kamus Psikologi I).

Perkembangan Mental Pada Remaja adalah suatu proses yang kekal dan tetap dan menuju ke arah suatu organisasi pada tingkat integrasi yang lebih tinggi berdasarkan proses pertumbuhan, kematangan dan belajar dalam menyesuaikan diri yang serius mengakibatkan kemampuan tertentu dan pencapaian tertentu pada remaja (Monks, 1984: 2).

Perkembangan mental merupakan suatu proses yang menggambarkan perilaku kehidupan social psikologi manusia/remaja pada posisi yang harmonis di dalam lingkungan masyarakat yang lebih luas dan kompleks. Menurut Havighurst perkembangan tersebut harus di pelajari, dijalani dan dikuasai oleh setiap individu dalam perjalanan hidupnya. Hal ini merupakan tugas yang cukup berat bagi para remaja untuk lebih menuntaskan tugas perkembangan mentalnya sehubungan dengan semakin luas dan kompleksnya kondisi kehidupan yang harus di jalani dan di hadapi. Tidak lagi mereka dijuluki sebagai anak-anak melainkan ingin dihargai dan dijuluki sebagai orang yang sudah dewasa.

## PERKEMBANGAN NILAI MORAL DAN SIKAP REMAJA

Sesuai dengan pengertian Perkembangan Mental Pada Remaja di sini akan di jelaskan tentang penyesuaian diri pada remaja.

### 1. Nilai

Nilai-nilai kehidupan adalah norma-norma yang berlaku dalam masyarakat, misalnya adat kebiasaan dan sopan santun (Sutikna, 1998: 5). Sopan santun, adat, dan kebiasaan serta nilai-nilai yang terkandung dalam Pancasila adalah nilai-nilai hidup yang menjadi pegangan seseorang dalam kedudukannya sebagai warga Negara Indonesia dalam hubungan hidupnya dengan serta dengan sesama warga Negara.



Nilai-nilai yang terkandung dalam Pancasila yang termasuk dalam Sila *Kemanusiaan yang adil dan beradab*, antara lain:  
Mengakui persamaan derajat, persamaan hak, dan persamaan kewajiban antara sesama manusia.  
Mengembangkan sikap tenggang rasa, dan Tidak semena-mena terhadap orang lain, berani membela kebenaran dan keadilan, dan sebagainya.



## 2. Moral



Moral adalah ajaran tentang baik buruk perbuatan dan kelakuan, akhlak, kewajiban, dan sebagainya (Purwadarminto, 1957: 957). Dalam moral diatur segala perbuatan yang dinilai baik dan perlu dilakukan, dan suatu perbuatan yang dinilai tidak baik dan perlu dihindari. Moral berkaitan dengan kemampuan untuk membedakan antara perbuatan yang benar dan yang salah. Dengan demikian, moral merupakan kendalia dalam bertingkah laku.

### 3. Sikap

Menurut Gerung, sikap secara umum diartikan sebagai kesediaan beraksi individu terhadap sesuatu hal (Mappiare, 1982). Sikap berkaitan dengan motif dan mendasari tingkah laku seseorang dapat diramalkan tingkah laku apa yang dapat terjadi dan akan diperbuat jika telah diketahui sikapnya.

### **C. KARAKTERISTIK NILAI, MORAL, DAN SIKAP REMAJA**

**Nilai-nilai kehidupan yang perlu diinformasikan dan selanjutnya dihayati oleh para remaja tidak terbatas pada alat kebiasaan dan sopan santun saja, namun juga seperangkat nilai-nilai yang terkandung dalam Pancasila, misalnya nilai-nilai keagamaan, nilai-nilai perikemanusiaan dan perikeadilan, nilai-nilai etik, dan nilai-nilai intelektual, dalam bentuk-bentuk sesuai dengan perkembangan remaja.**

**Lima perubahan dasar dalam moral yang harus dilakukan oleh remaja:**

- 1. Pandangan moral individu makin lama makin menjadi lebih abstrak.**
- 2. Keyakinan moral lebih terpusat pada apa yang benar dan kurang pada apa yang salah. Keadilan muncul sebagai kekuatan moral yang dominan.**
- 3. Penilaian moral menjadi semakin kognitif. Hal ini mendorong remaja lebih berani mengambil keputusan terhadap berbagai masalah moral yang dihadapinya.**
- 4. Penilaian moral menjadi kurang egosentris.**
- 5. Penilaian moral secara psikologis menjadi lebih mahal dalam arti bahwa penilaian moral merupakan bahan emosi dan menimbulkan ketegangan emosi.**

**Tiga tingkat perkembangan moral menurut Kohlberg, yaitu tingkat:**

- I. Prakonvensional**
- II. Konvensional**
- III. Pasca – Konvensional**

**Masing-masing tingkat terdiri dari dua tahap, sehingga keseluruhan ada enam tahapan (stadium) yang berkembang secara bertingkat dengan urutan yang tetap.**

## Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Nilai, Moral, dan Sikap



- Keluarga (orang tua)
- Masyarakat
- Lingkungan

### E. Perbedaan Individual dalam Perkembangan Nilai, Moral, dan Sikap

Pengertian moral dan nilai pada anak-anak umur sepuluh atau sebelas tahunan berbeda dengan anak-anak yang lebih tua. Pada anak-anak terdapat anggapan bahwa aturan-aturan adalah pasti dan mutlak oleh karena diberikan oleh orang dewasa atau Tuhan yang tidak bias diubah lagi (Kohlberg, 1963). Pengertian mengenai aspek moral pada anak-anak lebih besar, lebih lentur, dan nisbi. Ia bisa menawar atau minta mengubah sesuatu aturan kalau disetujui oleh semua orang.

- Menurut Kohlberg, faktor kebudayaan apa saja yang mempengaruhi perkembangan moral, terdapat berbagai rangsangan yang diterima oleh anak-anak dan ini mempengaruhi tempo perkembangan yang dicapai, melainkan juga mengenai cepat atau lambatnya tahap-tahap perkembangan yang dicapai, melainkan juga mengenai batas tahap-tahap yang dicapai. Perbedaan perseorangan juga dapat pada latar belakang kebudayaan tertentu.

### F. Upaya Mengembangkan Nilai, Moral dan Sikap Remaja

1. Menciptakan komunikasi
2. Menciptakan iklim lingkungan yang serasi



# DAFTAR PUSTAKA

H. Sunarto, Dr. Prof. 1995. *Perkembangan Peserta Didik*. Rineka Cipta: Jakarta

Sjarkawi, M.Pd. Dr. 2006. *Pembentukan Kepribadian Anak*. PT. Bumi Aksara: Jakarta

Darajat Zakiah. 1982. *Kesehatan Mental*. Gunung Agung; Jakarta

Sampai Jumpa Lagi

mohon ma'af

atas segala kekurangan

