



## KESIAPAN PENINGKATAN PERKEMBANGAN PSIKOSOSIAL PADA USIA REMAJA

Tiveni Elisabhet\*, Achir Yani Syuhaimie Hamid, Mustikasari

Departemen Keperawatan Jiwa, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia, Jl. Prof. DR. Sudjono D. Puspongoro, Kukusan, Kecamatan Beji, Kota Depok, Jawa Barat 16425, Indonesia

\*[kasildativeni@gmail.com](mailto:kasildativeni@gmail.com)

### ABSTRAK

Tujuan dari studi kasus ini adalah untuk melihat kesiapan tumbuh kembang psikososial pada tahapan usia remaja. Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan berfokus pada satu individu remaja yang berada pada rentang usia remaja akhir yaitu 18 tahun. Hasil dari studi kasus ini bahwa ada dua aspek yang belum terpenuhi pada An. A yaitu pada aspek fisik dan aspek moral berkaitan dengan sosial. Rekomendasi untuk penelitian selanjutnya adalah melakukan penelitian studi kasus dengan responden yang lebih banyak dan menggunakan terapi spesialis.

Kata kunci: remaja; kesehatan mental; psikososial

### READINESS FOR INCREASING PSYCHOSOCIAL DEVELOPMENT AT THE AGE OF ADOLESCENTS

#### ABSTRACT

*The purpose of this case study is to see the readiness of psychosocial growth and development at the adolescent stage. The method used is a case study by focusing on one individual teenager who is in the late teenage age range of 18 years. The results of this case study that there are two aspects that have not been met in An. A is the physical aspect and the moral aspect is related to social. The recommendation for further research is to conduct case study research with more respondents and use specialist therapy.*

*Keywords: adolescents; mental health; psychosocial*

### PENDAHULUAN

Usia remaja merupakan rentang usia 12-18 tahun (Keliat dkk, 2019). Menurut Stuart (2016) remaja merupakan suatu tahap dalam perkembangan manusia yang terjadi pada usia 11 sampai 20 tahun. Didunia menurut *World Health Organization* diperkirakan remaja berjumlah 1,2 milyar atau 18% dari jumlah penduduk dunia (Kemkes RI, 2015). Tercatat bahwa Asia Tenggara memiliki populasi penduduk dibawah usia 35 tahun sekitar 60% dari jumlah penduduk yang ada, didalam termasuk usia remaja (Pusparisa, 2019) selanjutnya Negara Indonesia merupakan Negara di Asia Tenggara di urutan pertama yang setiap tahunnya memiliki jumlah peningkatan penduduk, hal ini dikarenakan Indonesia memiliki luas daratan 1.922.570 km dan luas perairan mencapai 3.257.483 km sehingga pupulasi penduduk tersebar diberbagai daerah di Indonesia, saat ini jumlah penduduk Indonesia mencapai 273.523.625 jiwa (Jamilah, 2020) jumlah penduduk usia remaja (15-19 tahun) di Indonesia mencapai 64.000.000 jiwa atau sekitar 26% dari seluruh penduduk yang ada (Bappenas, 2019)

Di daerah Jawa Barat sekitar 10.000.000 jiwa penduduk terdiri dari usia remaja (BPS Jabar, 2019). Usia remaja memasuki tahap identitas diri vs kebingungan peran yaitu dimana individu berusaha melakukan pencarian jati diri karena ini merupakan tahap transisi dari tahapan anak-anak sebelumnya, pada tahap Identitas diri vs kebingungan peran, remaja dituntut untuk mulai

memiliki komitmen yang jelas sehingga seorang remaja dapat terbentuk kepribadian yang mantap serta remaja diharapkan mampu mengenali dirinya sendiri (Krismawati, 2014), selanjutnya usia remaja merupakan masa transisi kritis dalam perjalanan hidup di mana perkembangan fisik, emosional, kognitif, dan sosial yang cepat terjadi (R. Agustina et al., 2019).

Pada tahap ini remaja dianggap memasuki siklus kehidupan yang relatif sehat, namun pada kenyataannya terdapat faktor risiko berhubungan dengan penyakit tidak menular seperti merokok, penggunaan alkohol, aktivitas fisik, dan pola makan yang buruk dibentuk membentuk kebiasaan yang berlanjut hingga dewasa, selain itu fase kedua dari perkembangan usia remaja berkaitan dengan neurobiologi yang intensif dan mempengaruhi kehidupan sosial remaja seperti terjadi peningkatan kepekaan terhadap rangsangan lingkungan. Setengah dari masalah kesehatan mental di masa dewasa muncul selama masa remaja dan gangguan neuropsikiatri merupakan beban utama penyakit di kalangan remaja. Intervensi yang tepat adalah upaya pencegahan yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan remaja yang sehat baik secara fisik ataupun mental, mempromosikan kesehatan dan kesejahteraan masa depan di masa dewasa, dengan demikian remaja mampu membangun masa depannya dengan pasti (Inchley et al., 2020).

## METODE

Metode Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dimana menggunakan kasus nyata pada pasien sehat remaja, proses pengkajian dan tindakan keperawatan ners dilakukan bersamaan serta menggunakan jurnal-jurnal pendukung sebagai bahan acuan dari teori-teori yang ada. Pencarian jurnal-jurnal tersebut berasal artikel jurnal nasional yaitu *google scholar* dan jurnal internasional yang terdiri dari *Science direct*, *Proquest* dan *Wiley* serta menggunakan sumber dari buku-buku referensi keperawatan jiwa. Pencarian jurnal-jurnal pendukung dilakukan menggunakan *keyword* “*Adolenscent, Mental Health*” Fokus studi kasus ini adalah tentang kesiapan peningkatan perkembangan usia remaja. Pemilihan sumber literatur berdasarkan kriteria inklusi diantaranya yaitu jurnal minimal lima tahun terakhir yang membahas tentang remaja, pertumbuhan dan perkembangan remaja secara biopsikososial dan spiritual dan difokuskan kepada psikososialnya. Kriteria ekklusi meliputi jurnal yang tidak *full text* dan judul ataupun tujuan yang tidak sesuai dengan kriteria inklusi dan lebih dari lima tahun terakhir.

## HASIL

Nn. A saat ini berusia 18 tahun bersekolah di SMA kelas 12. Nn. A adalah anak ketiga dari empat bersaudara. Nn. A tinggal bersama ibu dan kakak keduanya. Orang tua Nn. A mengalami perceraian sekitar 1 tahun yang lalu. Nn. A tampak *kooperatif* saat dilakukan pengkajian, ceria dan mampu menyebutkan aspek-aspek perkembangan yang telah dicapainya. Nn. A memiliki cita-cita menjadi seorang pramugari atau menjadi pengusaha *make up*.

Pengkajian pada tanggal 30 Maret 2021 hasil yang didapat adalah Nn. A tidak ada keluhan fisik, saat ini tidak mengalami ketergantungan obat apapun, Nn. A pernah dirawat di Rumah Sakit karena *Thypoid Abdominalis*, keluarga tidak ada yang mengalami penyakit yang serupa dengan Nn. A. Ia mengatakan bahwa tidak ada penyakit keturunan ataupun penyakit gangguan jiwa dikeluarganya. Saat lahir Nn. A ditolong oleh bidan di praktek klinik Bidan, mendapatkan ASI eksklusif, Imunisasi lengkap. Saat ini Ia menyampaikan bahwa pola makan tidak teratur, satu hari bisa makan hanya 1 kali saja dan banyak makanan ringan, hal ini disebabkan karena nafsu makannya menurun. Jenis makanan yang disukai Nn. A adalah ayam goreng dan *Chinese Food*, dalam waktu satu minggu Ibu Nn. A dapat memasak makanan kesukaannya 2-3 kali, dalam waktu tersebut Nn. A makan teratur. Berat badan Nn. A saat ini 51 kg dan tinggi badan 151 cm.

Nn. A menceritakan bahwa ia memiliki dua pengalaman yang tidak menyenangkan dalam waktu 1 tahun terakhir yaitu menyaksikan orang tuanya bercerai dan bertengkar dengan adik kandungnya hingga adiknya melempar gelas dihadapan Nn. A. Ia merasa sangat sedih dengan dua kejadian tersebut. Tetapi saat ini hubungan dengan adiknya sudah membaik. Nn. A juga menyampaikan walaupun orang tua berpisah tetapi mereka masih mendukungnya untuk terus rajin belajar demi masa depannya nanti, namun Nn. A menyadari bahwa dirinya kurang maksimal dalam belajar. Ia juga menyampaikan bahwa ayahnya bekerja keras demi membiayai sekolah dan dibantu oleh kedua kakaknya, saat ini Nn. A tinggal bersama dengan Ibu kandung, adik dan kakak keduanya. Nn. A bercita-cita ingin menjadi pramugari dan jika tidak berhasil ingin menjadi pengusaha *make up*, selain menceritakan cita-citanya kemudian ia juga menjelaskan mengenai kegiatan keagamaannya dan lingkungan sosialnya, ia berkata bahwa rajin ke gereja setiap minggu dan saat ini sedang mempersiapkan Pekan Suci menyambut Paskah, ia juga memiliki teman untuk pergi ke Gereja bersama dan sekaligus sebagai teman diskusi belajar, selanjutnya pada saat pengkajian peneliti menanyakan aspek perkembangan usia remaja Nn. A dan hasilnya adalah Aspek kognitif, Ia mampu berpikir abstrak : ide, gagasan, keinginan (ia menyampaikan memiliki cita-cita pramugari tetapi jika tidak tercapai maka ia ingin menjadi pengusaha *make up*), berpikir realistis: sekolah dan pekerjaan yang mungkin dilakukan (harus mampu menyelesaikan SMA dan setelahnya baru mencari jalan untuk mencapai cita-citanya), penyelesaian masalah: jika ada tugas sekolah ia selalu berdiskusi dengan kelompok belajar dan jika memiliki masalah dengan teman, ia selalu mengajak bicara temannya dengan asertif, ia melakukan pengembangan bakat dengan olahraga dan mengikuti ekstrakurikuler, ia juga memiliki toko yang inspiratif bagi dirinya. Aspek afektif, Nn. A mengatakan mulai belajar mengingat daftar emosi positif apa yang selalu ia lakukan contohnya seperti bersabar jika memiliki kesalahpahaman dengan saudara-saudaranya, ia selalu mengingat bahwa segala sesuatu yang direspon dengan kesabaran maka tidak akan menimbulkan masalah selanjutnya terutama jika ia bertengkar dengan saudara-saudaranya.

Aspek fisik, olahraga 30-60 menit ia mengatakan selalu melakukan jalan santai disekitar kompleks dengan hewan peliharaannya dan teman bermainnya kemudian ia mampu mengikuti pelajaran olahraga disekolah (berenang, bulu tangkis, senam lantai), tidur 7-8 jam sehari, melakukan *sleep hygiene* : mengurangi cahaya lampu, mematikan *handphone* 1 jam sebelum tidur, Nn. A mengatakan saat menstruasi rajin mengganti pembalut 3kali/hari, selanjutnya pada aspek ini ada yang kurang maksimal terpenuhi yaitu mengenai makanan bergizi dan seimbang serta makan buah dan sayur, ia menjelaskan bahwa dirinya makan hanya 1 hingga 2 kali/hari hal ini disebabkan karena nafsu makan yang menurun. Aspek Motorik, Nn. A mengembangkan bakat melalui olahraga dan ekstrakurikuler. Aspek bahasa, ia menyampaikan bahwa disekolah diajarkan untuk presentasi di depan kelas dan belajar berpidato pada pelajaran bahasa Indonesia serta belajar menulis cerita, membuat laporan belajar, menulis puisi dan pantun selain itu ia mampu meringkas bacaan dengan bahasanya sendiri dan jika berbahasa dengan orang lain ia mampu menggunakan kata-kata sopan dan menanggapi pendapat orang dengan baik.. Aspek Moral, Nn. A menyampaikan bahwa dulu saat masih kelas 11 SMA ia tidak taat aturan rumah namun sekarang ia mengatakan mulai taat mengikuti aturan rumah contohnya jika pergi bermain sebelum pukul 21.00 wib sudah ada dirumah namun hingga saat ini masih sering keluar rumah bersama teman-temannya. Nn. A menyampaikan untuk latihan bertanggung jawab terhadap kepentingan diri sehari-hari dan membantu orang tua dirumah nampaknya harus belajar melakukannya karena selama ini kurang membantu orang tua dirumah, ia mengatakan mulai menyesuaikan diri untuk latihan berteman dengan orang baru, mulai memahami keinginan orang tuanya yaitu selalu taat akan aturan rumah dan membantu pekerjaan rumah kemudian Nn. A menghindari film porno, menghindari hubungan seksual sebelum menikah (seks bebas) serta tidak memakai narkoba. Aspek kepribadian, ia menyampaikan bahwa

disekolah ia selalu menolong temannya jika mengalami kesulitan dalam belajar terkecuali memberi contekan saat ujian, ia juga mengikuti ekstrakurikuler ilmiah, ia menyampaikan selalu teliti dan hati-hati dalam melakukan segala hal, Nn. A mengatakan bahwa sejauh ini ia memiliki rasa sabar yang lebih banyak dari teman dan saudara-saudaranya.

Aspek sosial, Nn. A mampu melakukan pengembangan kemandirian dan mulai bertanggung jawab: latihan melakukan kegiatan tanpa di dampingi orang tua *study tour* ke Yogyakarta, ia menyampaikan mulai membina hubungan sosial yang aktif baik dengan kelompok belajar ataupun lingkungan sekitar rumah. Hasil dari pengkajian tersebut diagnosa yang didapat adalah “Kesiapan Peningkatan Perkembangan Remaja”. Pada saat pengkajian secara *virtual* penulis juga tidak hanya mengkaji aspek perkembangan yang dicapai tetapi menilai status mental Nn. A dengan hasil penampilan Nn. A tampak rapi, pakaian yang digunakan sopan, pembicaraan jelas, , aktivitas motorik sesuai hasil assesment berdasarkan instrument sebagian besar sudah tercapai, interaksi selama wawancara tampak *kooperatif* dan menjawab sesuai pertanyaan yang diajukan, alam perasaan Nn. A tampak ceria dan senang berdiskusi, afek sesuai apa yang diungkapkan (tersenyum saat menyampaikan perasaan senang), persepsi Nn. A sesuai kenyataan ia mengatakan jika tidak mampu menjadi pramugari karena tinggi badannya kurang (151 cm) maka ia akan menjadi pengusaha *make up*, Isi pikir tidak terganggu, ia bersyukur dan puas atas penampilannya walaupun merasa kurang tinggi, proses berpikir tampak baik dan sesuai, tingkat kesadaran *compos mentis*, daya ingat baik (mampu mengingat masa lalu), kemampuan berhitung selama berdiskusi cukup baik dan cepat menjawab, daya tilik diri baik terhadap dirinya. Hasil sumber koping yang didapat diantaranya, *personal ability*: Nn. A mampu memahami perubahan fisiknya, memiliki pendirian yang teguh jika mempunyai keinginan, percaya diri dengan kemampuan dirinya, mampu merencanakan masa depan, dapat mengambil keputusan, mampu merawat kebersihan dan kerapian diri, mampu berinteraksi dengan lingkungan, mulai bertanggung jawab, mulai belajar kemandirian jika jauh dengan orang tua namun belum maksimal dan menyelesaikan masalah dengan meminta bantuan pada orang lain.

*Positif belief*, Nn. A yakin dengan rencana masa depannya, ia juga yakin mampu menghadapi setiap masalah yang muncul dan ia percaya diri dengan kemampuan yang dimilikinya. *Social support*, Nn. A mendapatkan dukungan dari orang tua dan saudara-saudaranya untuk rajin belajar, ia juga memiliki teman kelompok untuk membantunya berdiskusi mengenai tugas-tugas sekolah dan Nn. A cukup dekat dengan kaka keduanya. *Material asset*, saat Nn. A sakit selalu dibawa ke Rumah Sakit terdekat, Nn. A memiliki jaminan kesehatan, ia mengatakan sekitar 3 km dari rumahnya terdapat Puskesmas. Ia mengatakan jika memiliki masalah selalu meminta pendapat dengan cara berdiskusi dengan orang yang dipercayainya yaitu dengan kaka keduanya, ibu dan teman kelompok belajarnya.

## PEMBAHASAN

Menurut Eric Ericson usia remaja memasuki tahap Identitas diri vs kebingungan peran yaitu dimana individu berusaha melakukan pencarian jati diri karena ini merupakan tahap transisi dari tahapan anak-anak sebelumnya, pada tahap Identitas diri vs kebingungan peran, remaja dituntut untuk mulai memiliki komitmen yang jelas sehingga seorang remaja dapat terbentuk kepribadian yang mantap serta remaja diharapkan mampu mengenali dirinya sendiri (Krismawati, 2014). Pada pengkajian yang berkaitan dengan perkembangan psikososial remaja terhadap Nn. A, terdapat dua aspek yang belum maksimal tercapai, diantaranya aspek fisik yaitu makanan bergizi dan seimbang serta makan buah dan sayur, ia menjelaskan bahwa dirinya makan hanya 1 hingga 2 kali/hari, hal ini disebabkan karena nafsu makan yang menurun dan lebih sering mengonsumsi makanan ringan. Keadaan Nn. A sesuai dengan yang disampaikan

oleh (Harris, 2021) bahwa pola makan atau masalah yang berkaitan dengan gizi merupakan hal yang harus diperhatikan dalam permasalahan tumbuh kembang di usia remaja, hal ini berkaitan dengan kebiasaan gaya hidup yang kurang sehat. Permasalahan ini dapat diatasi jika pada usia remaja Nn. A mampu untuk memasak makanan yang bergizi dan kemampuan tersebut mempengaruhi emosi yang positif pada tumbuh kembang usia remaja, penelitian yang dilakukan oleh Utter et al (2016) di New Zealand mengatakan bahwa sekitar 80% remaja yang dapat memasak makanan dari bahan dasar yang sederhana dan bergizi berhubungan positif dengan indikator gizi yang lebih baik dan indikator kesehatan mental yang lebih baik. Aspek yang kedua adalah aspek moral dan aspek sosial yang hubungannya dengan tanggung jawab terhadap kepentingan diri sehari-hari, ia mengatakan bahwa jarang sekali membantu orang tua, pada hasil pengkajian menurut Nn. A saat kelas 11 SMA ia sering tidak mentaati peraturan rumah, hingga saat ini masih sering keluar rumah bersama teman-temannya. Hal ini menjadi perhatian terhadap pencapaian aspek moral dan sosial karena teman bermain atau teman sebaya yang memiliki peran besar terhadap pembentukan perilaku, kepribadian, proses belajar sosial (*social learning*) dan merupakan persiapan penting pada tahap pertumbuhan dan perkembangan ke usia dewasa (N. Agustina, 2018). Teman sebaya juga memberikan pengaruh pada motivasi belajar, disiplin belajar, cara belajar. Interaksi dengan teman sebaya berpengaruh secara signifikan terhadap kesiapan belajar 57,8%, motivasi berpengaruh secara parsial terhadap kesiapan belajar sebesar 5,198%, disiplin belajar berpengaruh secara parsial terhadap kesiapan belajar sebesar 4,12% (Ma'shumah & Muhsin, 2019); Hamzah, 2020).

Berdasarkan data diatas maka dua dari sepuluh tugas perkembangan belum tercapai karena dalam hal bertanggung jawab Nn. A belum maksimal melaksanakannya. Penulis memberikan tindakan keperawatan ners mengenai kesiapan pertumbuhan dan perkembangan diusia remaja, dimana aspek konsep diri yang berperan penting dalam proses perkembangan remaja adalah identitas diri dan peran diri (Stuart, 2016) . Tindakan pada Nn. A yaitu mendiskusikan kemampuan, karya atau prestasi yang positif dan yang kurang serta diskusikan cara untuk mempertahankan atau meningkatkannya, mendiskusikan identitas diri yang dimiliki secara fisik, psikologis (kebahagiaan, cita-cita, prestasi dan sosial (keluarga dan sahabat). Tindakan ini termasuk dalam edukasi dari konsep diri, edukasi konsep diri terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan perkembangan remaja dibuktikan dengan hasil adanya perbedaan mean selisih kelompok perlakuan dan kelompok kontrol dengan nilai p value 0.000 ( $p < 0.05$ ) (Muftianingrum et al., 2019). Tindakan keperawatan ners berikutnya yaitu mendiskusikan norma dan peraturan yang berlaku dalam keluarga, sekolah dan tempat umum. Tindakan ini efektif untuk mengatasi risiko yang muncul terjadi pada usia remaja, menanggapi kebutuhan dasar remaja mengenai pengetahuan kedisiplinan dan norma sosial yang berlaku dan berguna untuk memperkuat hubungan dengan anggota keluarga. (Amri, 2017).

Mendiskusikan bahaya pola makan yang tidak teratur, pergaulan bebas, narkoba, *bullying*, gadget dan cara-cara bagaimana mengatasinya, memotivasi mengembangkan hal-hal positif dalam kehidupan sebagai identitas diri remaja serta memberikan pujian pada tiap keberhasilan yang diraih oleh Nn. A (Keliat et al., 2020). Dua tindakan yang penting dilakukan selanjutnya yaitu memotivasi pengembangan hal-hal positif dalam kehidupan sebagai identitas remaja dan memberikan pujian pada tiap keberhasilan yang diraih remaja. Tindakan memotivasi pengembangan kemampuan positif dan memberikan pujian untuk setiap keberhasilan yang diraih ini merupakan cara yang efektif untuk memberikan semangat dan membuat remaja yakin untuk melakukan hal yang positif lain yang dapat ia lakukan Hal ini didukung dengan yang dituliskan oleh Guo et al., (2021) bahwa motivasi pada remaja berguna sebagai pendukung dari keberhasilan pertumbuhan dan perkembangannya tahapan usianya, memunculkan sikap emosi positif serta memampukan remaja memiliki sikap otonomi yang pada akhirnya dapat

meningkatkan inisiatif untuk mengeksplorasi minat dari pemilihan kelebihan positif yang dimilikinya.

Respon subjektif yang didapat yaitu Nn. A mampu mengidentifikasi kemampuan yang dimilikinya contohnya seperti ia lebih mampu menahan emosinya saat bertengkar dengan saudara-saudaranya (lebih sabar), ia mengatakan jika terjadi masalah dengan temannya ia selalu mengajak berbicara secara baik-baik (asertif), ia mengatakan mengetahui perkembangan remaja yang menyimpang yaitu tidak mampu memenuhi semua aspek yang seharusnya dicapai, ia juga menyampaikan bahwa dirinya memiliki kekurangan yaitu kurang tinggi untuk menjadi pramugari tetapi menurutnya tidak menjadi masalah karena ia memiliki cita-cita lain selain menjadi pramugari yaitu menjadi pengusaha *make up*, respon yang ditimbulkan oleh Nn. A sesuai dengan fase remaja akhir dengan ciri lebih memperhatikan masa depan, termasuk peran atau cita-cita yang diinginkan di masa depan (Batubara, 2016).

Berkenaan dengan respon psikologisnya, ia menyampaikan masih merasa sedih, mengingat orang tuanya berpisah tetapi menurutnya kesedihan itu dapat terobat karena walaupun orang tua berpisah, hubungan mereka tetap terjalin baik dan ia juga masih bisa menghubungi ayahnya menggunakan *handphone*. Perasaan sedih yang dialami oleh Nn. A merupakan respon emosional yang wajar dirasakan karena adanya proses kehilangan, saat ini Nn. A ada pada tahap menerima (*Acceptance*) dilihat dari tahapan berduka kubble roses (Townsend, 2008). Respon tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rusdi et al (2018) bahwa respon remaja setelah orang tua bercerai adalah perasaan sedih karena hilangnya sesuatu yang sudah dimiliki sejak ia belum mengetahui apapun di dunia, perceraian orang tua akan menimbulkan luka batin yang menyakitkan untuk remaja tersebut. Pada situasi seperti ini Nn. A ternyata saat ini memiliki hubungan yang baik dengan saudara-saudaranya, sejalan dengan itu hubungan baik antar anggota keluarga dan dukungan keluarga diluar keluarga inti sangat diperlukan pada kasus ini, salah satu upaya dari keluarga adalah memberikan pengertian dan perhatian pada remaja mengenai situasi yang terjadi (Ramadhani & Krisnani, 2019). Peran pengasuhan orang tua (*care giver*) terhadap remaja sangat penting demi kesehatan tumbuh kembang kesehatan mental remaja tersebut, penelitian mengungkapkan bahwa kesehatan mental yang baik pada remaja di komunitas Baltimore terkait dengan orang tua dan pengasuh keluarga yang terlibat, disana banyak remaja yang memiliki orang tua tunggal dan hidup bahkan tanpa orang tua, pada penelitian ini menjelaskan bahwa keterlibatan orang tua dalam kehidupan remaja dipandang sebagai faktor penting untuk mengurangi kesenjangan dan mendukung keberhasilan dalam akademis remaja di masyarakat, kemudian *educational support* yang berasal dari tenaga profesional juga merupakan faktor pendukung yang efektif sebagai upaya promotif dan preventif guna meningkatkan dan mempertahankan kesehatan mental pada remaja (Rawlet et al., 2019), dampak dari adanya diskusi atau komunikasi antara remaja dan orang tua adalah menimbulkan emosi yang positif pada remaja dan terhindar dari distress remaja (Miller et al., 2020), selanjutnya ia menyampaikan bahwa mulai belajar mengikuti aturan yang berlaku dirumah contohnya jika bermain diluar maka sebelum pukul 21.00 wib ia harus sudah ada dirumah, tidak membawa teman laki-laki disaat tidak ada orang tua dirumah, mulai membantu ibu menyelesaikan pekerjaan rumah.

Respon Nn. A berkaitan dengan diet nya bahwa ia akan mencoba makan sedikit tapi sering dengan makanan yang sehat dan mengurangi makan-makanan ringan. Penelitian yang dilakukan oleh Wood et al., (2017) mengatakan bahwa hasil dari edukasi mengenai diet makan menunjukkan bahwa terjadi peningkatan dalam pemilihan makanann individu ke arah yang lebih sehat, menunjukkan adanya motivasi untuk membuat perubahan gaya hidup yang positif dan bertahan lama. Nn. A menyampaikan pula selalu menghindari pemakaian narkoba,

tindakan *bullying* dan seks bebas yang marak di usia remaja, ia juga mengatakan termasuk individu yang memilih teman karena khawatir akan terjerumus kedalam perilaku yang negatif, berkaitan dengan hal tersebut kenakalan di usia remaja adalah segala sesuatu yang menyimpang dari norma-norma yang berlaku dimasyarakat dan seharusnya segala tindakan itu dihindari agar di masa depan remaja tidak merasakan dampak negatif atas kenakalannya (Sumara et al., 2017; Arisjulyanto et al., 2021).

Nn. A tampak bahagia ketika membahas mengenai cita-cita dan rencana masa depannya, Nn. A mampu menjelaskan aspek perkembangan yang telah dicapai di usia remaja. Tugas perkembangan yang sudah dicapai Nn. A diantaranya mampu memahami perubahan fisiknya, memiliki pendirian yang teguh jika mempunyai keinginan, percaya diri dengan kemampuan dirinya, mampu merencanakan masa depan, dapat mengambil keputusan, mampu merawat kebersihan dan kerapian diri, mampu berinteraksi dengan lingkungan, mulai bertanggung jawab, mulai belajar kemandirian jika jauh dengan orang tua namun belum maksimal dan menyelesaikan masalah dengan meminta bantuan pada orang lain, sejalan dengan yang dituliskan oleh Agustriyana (2017) bahwa tugas perkembangan remaja meliputi menerima keadaan fisiknya, menggunakan tubuhnya secara efektif, mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lainnya, mengembangkan konsep keterampilan intelektual, mampu menerima dirinya sendiri dan memperkuat *self control* atau kemampuan mengendalikan diri serta mampu memperkuat kepercayaan dirinya, Hasil dari penelitian membuktikan bahwa adanya pengaruh yang signifikan antara keyakinan akan kemampuan sendiri, optimis, bertanggung jawab, rasional dengan kepercayaan diri remaja, ini berarti bahwa semakin positif keyakinan akan kemampuan diri sendiri, optimis, objektif, bertanggung jawab dan rasional maka semakin tinggi kepercayaan diri pada remaja, kepercayaan diri pada remaja juga tampak pada sikap menerima diri sebagaimana adanya, sikap ini merupakan perwujudan dari kepuasan terhadap kualitas kemampuan diri yang nyata, penelitian membuktikan bahwa remaja yang puas pada kualitas dirinya akan cenderung merasa aman, tidak mudah merasa kecewa dan tahu apa yang dibutuhkan sehingga remaja dapat mandiri dan tidak bergantung pada orang lain terutama dalam memutuskan segala hal yang dituntut bahwa remaja harus belajar menilai secara objektif (Fitri et al., 2018; Arisjulyanto et al., 2019)

## SIMPULAN

Tahapan usia remaja merupakan tahapan dimana individu mengalami perubahan yang signifikan dari mulai perubahan fisik, psikologis dan sosial. Demi menunjangnya keberhasilan dari tahapan ini diperlukan adanya peran serta keluarga serta petugas kesehatan yang kompeten dalam memberikan tindakan keperawatan. Tindakan keperawatan yang tepat bagi remaja ataupun keluarga menjadi sangat penting dilakukan, agar remaja siap dalam melakukan tugas perkembangannya dan mantap melangkah ke tahap perkembangan dewasa muda, tetapi jika remaja tidak mampu mencapai tahap perkembangannya dengan baik maka akan terjadi gangguan kebingungan peran yang dapat berdampak pada rapuhnya kepribadian remaja tersebut. Tindakan-tindakan keperawatan tersebut dapat terbagi menjadi 3 bagian yaitu kepada individunya sendiri, kepada keluarga dan kepada kelompok atau komunitas usia remaja. Pada penelitian berikutnya diharapkan mampu melakukan studi kasus dengan responden yang lebih banyak dan melakukan tindakan keperawatan pada keluarga serta pada kelompok komunitas remaja.

Implikasi Penelitian ini memberi manfaat dalam bidang keperawatan khususnya keperawatan jiwa, dimana perawat jiwa dituntut agar dapat memahami tumbuh kembang masalah psikososial anak remaja. Studi kasus dalam hasil penelitian ini menjadi contoh bagaimana seorang perawat jiwa menggali mengenai perkembangan psikososial anak usia remaja yang sudah terpenuhi,

masalah yang terjadi dan hal-hal yang harus dicapai pada psikososial usia tumbuh kembang remaja. Jika seorang perawat jiwa mampu memahami masalah psikososial yang terjadi di usia tumbuh kembang remaja maka selanjutnya ia akan mampu memberikan pendidikan kesehatan yang sesuai dengan masalah psikososial yang dialami anak usia remaja tersebut.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, N. (2018). Perkembangan Peserta Didik. In *Google Book* (1st ed.).
- Agustina, R., Yeni, R., Mega, S., Linda, A., & Hendrik, W. (2019). *Statistik Pemuda Indonesia 2019*. Badan Pusat Statistik.
- Agustriyana, N. A. (2017). Fully Human Being Pada Remaja Sebagai Pencapaian Perkembangan Identitas. *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)*, 2(1), 9. <https://doi.org/10.26737/jbki.v2i1.244>
- Amri, S. (2017). 74.3 Family Reunification With an Unknown Family. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 56(10), S110. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2017.07.432>
- Arisjulyanto, D., Ismail, D., & Fuad, A. (2019). *Intensity Of Social Media Use With Premarital Sexual Behavior Of Adolescents In Smk 2 Gerung West Lombok*. Universitas Gadjah Mada.
- Arisjulyanto, D., Puspitas, N. I., Hendry, Z., & Andi, M. A. (2021). The effect of adolescent empowerment on changes in knowledge and attitudes about pramarital sexual behavior. *BKM PUBLIC HEALTH AND COMMUNITY MEDICINE*.
- Batubara, J. R. (2016). Adolescent Development (Perkembangan Remaja). *Sari Pediatri*, 12(1), 21. <https://doi.org/10.14238/sp12.1.2010.21-9>
- Fitri, E., Zola, N., & Ifdil, I. (2018). Profil Kepercayaan Diri Remaja serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi. *JPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, 4(1), 1. <https://doi.org/10.29210/02017182>
- Hamzah, F. (2020). Hubungan Antara Pengaruh Teman Sebaya Terhadap Kedisiplinan Belajar. *SPEKTRUM: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah (PLS)*, 8(3), 301. <https://doi.org/10.24036/spektrumpls.v8i3.109568>
- Harris, K. R. (2021). Setting the Stage for the Adolescent Visit Consent and Confidentiality Laws — Consent Does Not Equal. In *Conn's Current Therapy 2021*. Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-323-79006-2.00299-8>
- Inchley, J. C., Stevens, G. W. J. M., Samdal, O., & Currie, D. B. (2020). Enhancing Understanding of Adolescent Health and Well-Being: The Health Behaviour in School-aged Children Study. *Journal of Adolescent Health*, 66(6), S3–S5. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.03.014>
- Ma'shumah, F., & Muhsin. (2019). Pengaruh motivasi belajar, disiplin belajar, cara belajar, dan interaksi teman sebaya terhadap kesiapan belajar. *Economic Educational Analysis Journal*, 2(1), 18–23.
- Miller, V., Silva, K., Friedrich, E., Robles, R., & Ford, C. (2020). 133. Efficacy of a Primary Care-Based Intervention to Promote Parent-Teen Communication and Well-Being: A

- Randomized Controlled Trial. *Journal of Adolescent Health*, 66(2), S68. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2019.11.136>
- Muftianingrum, Y., Pudjiastuti, S. E., & Sawab, S. (2019). Efektivitas Edukasi Konsep Diri Untuk Meningkatkan Pengetahuan Perkembangan Remaja. *Jendela Nursing Journal*, 3(1), 11. <https://doi.org/10.31983/jnj.v3i1.4494>
- Ramadhani, P. E., & Krisnani, H. (2019). Analisis Dampak Perceraian Orang Tua Terhadap Anak Remaja. *Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial*, 2(1), 109. <https://doi.org/10.24198/focus.v2i1.23126>
- Rusdi, Mulyono, E., Christina, S., & Fitri, L. D. N. (2018). Studi fenomenologi respon berduka akibat perceraian. *An-Nadaa: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(5), 101–107.
- SUMARA, D. S., HUMAEDI, S., & SANTOSO, M. B. (2017). Kenakalan Remaja Dan Penanganannya. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2). <https://doi.org/10.24198/jppm.v4i2.14393>
- Wood, S., Tin Maung, N. H., Kiehl, H., & Morris, B. (2017). Diet Education for Chronic Disease Prevention in the Setting of Spinal Cord Injury. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, 117(9), A85. <https://doi.org/10.1016/j.jand.2017.06.056>.

