

PERKEMBANGAN KOGNITIF DAN EMOSI PSIKOLOGI MASA REMAJA AWAL

Yessy Nur Endah Sary

Stikes Hafshawaty Zainul Hasan

email: ld_engine@yahoo.com

ABSTRAK

Masa remaja awal merupakan masa ketika seorang anak tumbuh ke tahap menjadi seseorang yang dewasa yang tidak dapat ditetapkan secara pasti. Masa remaja awal yaitu antara umur 12-15 tahun. Remaja mulai mempunyai kapasitas untuk memperoleh dan menggunakan pengetahuan secara efisien mencapai puncaknya dikarenakan pertumbuhan otak mencapai kesempurnaan. Sistem saraf yang berfungsi memproses informasi berkembang dengan cepat. Pada masa remaja ini juga terjadi reorganisasi lingkaran saraf frontal lobe (belahan otak bagian depan sampai pada belahan atau celah sentral). Prontabel lobe ini berfungsi dalam aktivitas kognitif tingkat tinggi, seperti kemampuan merumuskan perencanaan strategis atau kemampuan mengambil keputusan. Prodi D-IV Bidan Pendidik Stikes Hafshawaty Zainul Hasan Genggong Probolinggo berperan serta dengan melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat untuk memberikan pengetahuan tentang Perkembangan Kognitif Dan Emosi Psikologis Masa Remaja Awal. Tujuan dari progam IbM yaitu memberikan pengetahuan tentang perkembangan kognitif dan emosi psikologis masa remaja awal. Metode IbM yang digunakan adalah bekerjasama dengan SMPN 3 Gading Kabupaten Probolinggo dengan meningkatnya pengetahuan remaja tentang perkembangan kognitif dan emosi psikologis masa remaja awal, remaja mulai mampu berpikir secara nalar dan logis, remaja bisa menyalurkan emosi pada kegiatan yang bersifat positif.

Kata kunci : Kognitif, Emosi, Psikologis, Remaja

ABSTRACT

Early adolescence is a period when a child grows into adulthood stage to be someone who can not be determined with certainty. Early adolescence is between 12-15 years of age (Yessy, 2015). At this time, adolescents begin to have the capacity to acquire and use knowledge efficiently reach its peak due to the growth of the brain to reach perfection. The nervous system is functioning develops rapidly process information. In addition, at this stage also happens reorganization circle frontal neural lobe (hemispheric front to the hemisphere or central slits). Prontabel this lobe function in a high-level cognitive activities, such as the ability to formulate a strategic plan or the ability acqu il decision (Sarwono, 2012). On this occasion, Prodi D-IV Midwife Educator STIKES Hafshawaty Zainul Hasan Genggong Probolinggo as an institution that operates in the field of education obstetrics, want to involve actively in supporting the district government programs probolinggo as a form of application of Tri Dharma College should be done by the lecturers, ie perform community service activities to provide knowledge on the development of Cognitive and Emotional Psychological Early Adolescence. The purpose of the IbM program in SMPN 3 Ivory Probolinggo is to provide knowledge on the development of cognitive and emotional psychological early adolescence. IbM method used is cooperating with SMPN 3 Ivory Probolinggo. Indicators of success IbM program is increasing awareness of adolescent cognitive development and psychological emotions early adolescence, teens start to be able to think logically and logical, teenagers can channel emotions in activities that are positive.

Keywords: Cognitive, Emotional, Psychological, Teens

PENDAHULUAN

Salah satu Tridharma perguruan tinggi adalah pengabdian kepada masyarakat. Mengingat lingkup dan tanggung jawab bidan dalam kesehatan masyarakat begitu luas untuk memenuhi kebutuhan pelayanan kebidanan dan kesehatan masyarakat, maka bidan dalam melaksanakan salah satu kompetensinya dalam kebidanan komunitas dituntut untuk menguasai teknik pendidikan kesehatan, hubungan antar manusia, keterampilan berorganisasi disamping keterampilan intelektual. Hal ini digunakan sebagai dasar dalam pengambilan keputusan untuk mengatasi masalah kebidanan dan kesehatan masyarakat secara keseluruhan.

Bidan pendidik mempunyai salah satu peran dalam memberikan pendidikan kesehatan untuk menangani masalah kesehatan tersebut. Salah satu kegiatan yang dapat dilaksanakan oleh bidan dalam melaksanakan kompetensinya di komunitas, yaitu penyuluhan perkembangan emosi psikologis masa remaja awal.

Masa remaja awal merupakan masa ketika seorang anak tumbuh ke tahap menjadi seseorang yang dewasa yang tidak dapat ditetapkan secara pasti. Masa remaja awal yaitu antara umur 12-15 tahun (Yessy, 2015). Pada masa ini, remaja mulai mempunyai kapasitas untuk memperoleh dan menggunakan pengetahuan secara efisien mencapai puncaknya dikarenakan pertumbuhan otak mencapai kesempurnaan. Sistem saraf yang berfungsi memproses informasi berkembang dengan cepat. Di samping itu, pada masa remaja ini juga terjadi reorganisasi lingkaran saraf frontal lobe (belahan otak bagian depan sampai pada belahan atau celah sentral). Frontal lobe ini berfungsi dalam aktivitas kognitif tingkat tinggi, seperti kemampuan merumuskan perencanaan strategis atau kemampuan mengambil keputusan (Sarwono, 2012).

Remaja juga mengalami puncak emosionalitasnya dan perkembangan emosi tingkat tinggi. Perkembangan emosi remaja awal menunjukkan sifat sensitive, emosinya bersifat negatif dan temperamental (mudah tersinggung, marah, sedih dan murung). Remaja yang berkembang di lingkungan yang kurang kondusif, kematangan emosionalitasnya terhambat sehingga akan mengakibatkan tingkah laku negatif misalnya agresif, lari dari kenyataan (Faturachman, 2016).

Dalam kesempatan ini, Prodi D-IV Bidan Pendidik Stikes Hafshawaty Zainul Hasan Genggong Probolinggo sebagai institusi kesehatan yang bergerak pada bidang kependidikan kebidanan, ingin turut berperan serta dalam mendukung program pemerintah kabupaten Probolinggo sebagai wujud aplikasi dari Tri Dharma Perguruan Tinggi yang harus dilakukan oleh dosen, yaitu melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat untuk memberikan pengetahuan tentang perkembangan kognitif dan emosi psikologis masa remaja awal.

Oleh karena itu, Dosen Prodi D-IV Bidan Pendidik Stikes Hafshawaty Pesantren Zainul Hasan Genggong Probolinggo, ingin menyelenggarakan kegiatan penyuluhan tentang perkembangan kognitif dan emosi psikologis masa remaja awal.

METODE PELAKSANAAN

1. Tahap Persiapan
 - a. Melakukan koordinasi kegiatan terkait dengan waktu dan tempat pelaksanaan dengan SMPN 3 Gading
 - b. Mengidentifikasi jumlah sasaran (siswa dan siswi kelas VII dan VIII).
 - c. Membuat undangan kegiatan.
 - d. Membuat leaflet tentang perkembangan kognitif dan emosi psikologis masa remaja awal.
 - e. Membuat banner kegiatan lbM.

2. Tahap Pelaksanaan
 - a. Tahapan Pertama
 - 1) Siswa dan siswi kelas VII dan VIII di kumpulkan dalam aula/ruangan.
 - b. Tahapan Kedua
 - 1) Menanyakan pengetahuan dan pemahaman tentang bahaya perkembangan kognitif dan emosi psikologis masa remaja awal.
 - 2) Dosen D-IV Bidan Pendidik memberikan penyuluhan tentang perkembangan kognitif dan emosi psikologis masa remaja awal.



Gambar 1. Pemberian Materi Penyuluhan oleh Pelaksana Kegiatan

3. Tahap Evaluasi
 - a. Mengevaluasi pengetahuan perkembangan kognitif dan emosi psikologis masa remaja awal. Kemudian dilanjutkan foto bersama dengan siswa dan siswi dan pemberian cinderamata.



Gambar 2. Foto Bersama Dengan Peserta Kegiatan Siswa dan Siswi



Gambar 3. Pemberian Cenderamata ke Kepala Sekolah

HASIL DAN PEMBAHASAN

Jumlah siswa yang mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat ini sebanyak 68 orang (97,1%) dari 70 siswa yang diundang. 2 siswa yang tidak datang dikarenakan karena sakit dan ijin karena ada kepentingan keluarga. Secara keseluruhan kegiatan pengabdian masyarakat berjalan dengan lancar dan memberikan manfaat yang besar bagi siswa, utamanya dalam menambah pengetahuan tentang perkembangan kognitif dan emosi psikologi masa remaja. Kegiatan ini juga dibantu dengan beberapa guru di SMPN 3 Gading, sehingga mempermudah pelaksana dalam melakukan pengabdian masyarakat. Akhir kegiatan ini adalah penutup, sebelum acara di tutup pelaksana memberikan kenang-kenangan kepada peserta sekaligus memberikan cindramata kepada kepala sekolah.

Perkembangan Kognitif Masa Remaja

Perkembangan kognitif adalah perubahan kemampuan mental seperti belajar, memori, menalar, berpikir, dan bahasa (Jahja, 2012). Menurut Piaget (dalam Santrock, 2001; dalam Jahja, 2012), seorang remaja termotivasi untuk memahami dunia karena perilaku adaptasi secara biologis mereka. Dalam pandangan Piaget, remaja secara aktif membangun dunia kognitif mereka, di mana informasi yang didapatkan tidak langsung diterima begitu saja ke dalam skema kognitif mereka. Remaja telah mampu membedakan antara hal-hal atau ide-ide yang lebih penting dibanding ide lainnya, lalu remaja juga mengembangkan ide-ide ini. Seorang remaja tidak saja mengorganisasikan apa yang dialami dan diamati, tetapi remaja mampu mengolah cara berpikir mereka sehingga memunculkan suatu ide baru.

Kekuatan pemikiran remaja yang sedang berkembang membuka cakrawala kognitif dan cakrawala sosial baru. Pemikiran mereka semakin abstrak (remaja berpikir lebih abstrak daripada anak-anak), logis (remaja mulai berpikir seperti ilmuwan, yang menyusun rencana-rencana untuk memecahkan masalah-masalah dan menguji secara sistematis pemecahan-pemecahan masalah), dan idealis (remaja sering berpikir tentang apa yang mungkin. Mereka berpikir tentang ciri-ciri ideal diri mereka sendiri, orang lain, dan dunia); lebih mampu menguji pemikiran diri sendiri, pemikiran orang lain, dan apa yang orang lain pikirkan tentang diri mereka;

serta cenderung menginterpretasikan dan memantau dunia sosial (Santrock, 2002). Masa remaja awal (sekitar usia 11 atau 12 sampai 14 tahun), transisi keluar dari masa kanak-kanak, menawarkan peluang untuk tumbuh – bukan hanya dalam dimensi fisik, tetapi juga dalam kompetensi kognitif dan sosial (Papalia dkk, 2008).

Perkembangan Psikologi Masa Remaja

Widyastuti dkk (2009) menjelaskan tentang perubahan kejiwaan pada masa remaja. Perubahan-perubahan yang berkaitan dengan kejiwaan pada remaja adalah:

- a) Perubahan emosi. Perubahan tersebut berupa kondisi:
 1. Sensitif atau peka misalnya mudah menangis, cemas, frustrasi, dan sebaliknya bisa tertawa tanpa alasan yang jelas. Utamanya sering terjadi pada remaja putri, lebih-lebih sebelum menstruasi.
 2. Mudah bereaksi bahkan agresif terhadap gangguan atau rangsangan luar yang mempengaruhinya. Itulah sebabnya mudah terjadi perkelahian. Suka mencari perhatian dan bertindak tanpa berpikir terlebih dahulu.
 3. Ada kecenderungan tidak patuh pada orang tua, dan lebih senang pergi bersama dengan temannya daripada tinggal di rumah.
- b) Perkembangan intelegensia. Pada perkembangan ini menyebabkan remaja:
 1. Cenderung mengembangkan cara berpikir abstrak, suka memberikan kritik.
 2. Cenderung ingin mengetahui hal-hal baru, sehingga muncul perilaku ingin mencoba-coba.

Tetapi dari semua itu, proses perubahan kejiwaan tersebut berlangsung lebih lambat dibandingkan perubahan fisiknya.

Perkembangan Emosi Masa Remaja

Karena berada pada masa peralihan antara masa anak-anak dan masa dewasa, status remaja remaja agak kabur, baik bagi dirinya maupun bagi lingkungannya (Ali & Asrori, 2006). Semiawan (dalam Ali & Asrori, 2006) mengibaratkan: terlalu besar untuk serbet, terlalu kecil untuk taplak meja karena sudah bukan anak-anak lagi, tetapi juga belum dewasa. Masa remaja biasanya memiliki energi yang besar, emosi berkobar-kobar, sedangkan pengendalian diri belum sempurna. Remaja juga sering mengalami perasaan tidak aman, tidak tenang, dan khawatir kesepian.

Ali & Ansori (2006) menambahkan bahwa perkembangan emosi seseorang pada umumnya tampak jelas pada perubahan tingkah lakunya. Perkembangan emosi remaja juga demikian halnya. Kualitas atau fluktuasi gejala yang tampak dalam tingkah laku itu sangat tergantung pada tingkat fluktuasi emosi yang ada pada individu tersebut. Dalam kehidupan sehari-hari sering kita lihat beberapa tingkah laku emosional, misalnya agresif, rasa takut yang berlebihan, sikap apatis, dan tingkah laku menyakiti diri, seperti melukai diri sendiri dan memukul-mukul kepala sendiri.

Sejumlah faktor menurut Ali & Asrori (2006) yang dapat mempengaruhi perkembangan emosi remaja adalah sebagai berikut:

- a. Perubahan jasmani. Perubahan jasmani yang ditunjukkan dengan adanya perubahan yang sangat cepat dari anggota tubuh. Pada taraf permulaan pertumbuhan ini hanya terbatas pada bagian-bagian tertentu saja yang mengakibatkan postur tubuh menjadi tidak seimbang. Ketidakseimbangan tubuh ini sering mempunyai akibat yang tak terduga pada perkembangan emosi remaja. Tidak setiap remaja dapat menerima perubahan kondisi tubuh seperti itu, lebih-lebih jika perubahan tersebut menyangkut perubahan kulit yang

menjadi kasar dan penuh jerawat. Hormon-hormon tertentu mulai berfungsi sejalan dengan perkembangan alat kelaminnya sehingga dapat menyebabkan rangsangan di dalam tubuh remaja dan seringkali menimbulkan masalah dalam perkembangan emosinya.

- b. Perubahan pola interaksi dengan orang tua. Pola asuh orang tua terhadap anak, termasuk remaja, sangat bervariasi. Ada yang pola asuhnya menurut apa yang dianggap terbaik oleh dirinya sendiri saja sehingga ada yang bersifat otoriter, memanjakan anak, acuh tak acuh, tetapi ada juga yang dengan penuh cinta kasih. Perbedaan pola asuh orang tua seperti ini dapat berpengaruh terhadap perbedaan perkembangan emosi remaja. Cara memberikan hukuman misalnya, kalau dulu anak dipukul karena nakal, pada masa remaja cara semacam itu justru dapat menimbulkan ketegangan yang lebih berat antara remaja dengan orang tuanya.
- c. Perubahan pola interaksi dengan teman sebaya. Remaja seringkali membangun interaksi sesama teman sebayanya secara khas dengan cara berkumpul untuk melakukan aktifitas bersama dengan membentuk semacam geng. Interaksi antaranggota dalam suatu kelompok geng biasanya sangat intens serta memiliki kohesivitas dan solidaritas yang sangat tinggi. Pembentukan kelompok dalam bentuk geng seperti ini sebaiknya diusahakan terjadi pada masa remaja awal saja karena biasanya bertujuan positif, yaitu untuk memenuhi minat mereka bersama.
- d. Perubahan pandangan luar. Ada sejumlah pandangan dunia luar yang dapat menyebabkan konflik-konflik emosional dalam diri remaja, yaitu sebagai berikut:
 - 1) Sikap dunia luar terhadap remaja sering tidak konsisten. Kadang-kadang mereka dianggap sudah dewasa, tetapi mereka tidak mendapat kebebasan penuh atau peran yang wajar sebagaimana orang dewasa. Seringkali mereka masih dianggap anak kecil sehingga menimbulkan kejengkelan pada diri remaja. Kejengkelan yang mendalam dapat berubah menjadi tingkah laku emosional.
 - 2) Dunia luar atau masyarakat masih menerapkan nilai-nilai yang berbeda untuk remaja laki-laki dan perempuan. Kalau remaja laki-laki memiliki banyak teman perempuan, mereka mendapat predikat populer dan mendapatkan kebahagiaan. Sebaliknya, apabila remaja putri mempunyai banyak teman laki-laki sering dianggap tidak baik atau bahkan mendapat predikat yang kurang baik. Penerapan nilai yang berbeda semacam ini jika tidak disertai dengan pemberian pengertian secara bijaksana dapat menyebabkan remaja bertingkah laku emosional.
 - 3) Seringkali kekosongan remaja dimanfaatkan oleh pihak luar yang tidak bertanggung jawab, yaitu dengan cara melibatkan remaja tersebut ke dalam kegiatan-kegiatan yang merusak dirinya dan melanggar nilai-nilai moral.
- e. Perubahan interaksi dengan sekolah. Pada masa anak-anak, sebelum menginjak masa remaja, sekolah merupakan tempat pendidikan yang diidealkan oleh mereka. Para guru merupakan tokoh yang sangat penting dalam kehidupan mereka karena selain tokoh intelektual, guru juga merupakan tokoh otoritas bagi para peserta didiknya. Oleh karena itu, tidak jarang anak-anak lebih percaya, lebih patuh, bahkan lebih takut kepada guru daripada kepada orang tuanya. Posisi guru semacam ini sangat strategis apabila digunakan untuk pengembangan emosi anak melalui penyampaian materi-materi yang positif dan konstruktif.

KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan keberhasilan dan kemanfaatan, hal ini dibuktikan dengan banyaknya peserta yang hadir pada saat kegiatan dan peserta sangat antusias dalam mengikuti kegiatan ini terutama pada saat pelaksana memberikan penyuluhan tentang perkembangan kognitif dan emosi psikologi masa remaja awal dan pemberian kenang-kenangan. Selain itu Kepala SMPN 3 Gading juga merencanakan kegiatan pengabdian masyarakat di lain waktu dengan tema yang berbeda untuk dijadikan kegiatan rutin di SMPN 3 Gading.

SARAN

Perlu diadakan kegiatan pengabdian masyarakat guna untuk meningkatkan pengetahuan remaja dalam mempersiapkan masa remajanya. Selain itu kegiatan ini perlu mendapatkan dukungan dari kepala SMPN 3 GADING sebagai salah bentuk upaya untuk mempersiapkan para siswa untuk menghadapi masa remaja awal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih ke Stikes Hafshawaty Zainul Hasan yang telah memberikan dana pada kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema perkembangan kognitif dan emosi psikologi masa remaja awal. Dan terima kasih juga kepada Kepala SMPN 3 GADING beserta guru-guru yang telah memberikan ijin kepada kami untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

REFERENSI

- Ali, Muhammad dan Asrori, Muhammad. 2006. *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Faturochman. 2002. *Keadilan Perspektif Psikologi*. Yogyakarta: Unit Penerbit Fakultas Psikologi UGM
- Jahja, Yudrik. 2012. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana. Koshigaya. Osamu
- Papalia, dkk. 2008. *Human Development (Psikologi Perkembangan)*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Santrock, J.W. 2002. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT. Grafindo Perkasa.
- Sarwono, Sarlito. 2012. *Pengantar Psikologi Umum*. Jakarta: Rajawali Pers
- Widyastuti, dkk. 2009. *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta : Fitramaya.
- Yessy, Nur Endah Sary. 2015. *Buku Ajar Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: Parama Publishing.