

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep diri

2.1.1 Definisi Konsep diri

Konsep diri (*Self-concept*) merupakan bagian dari masalah kebutuhan psikososial yang tidak didapat sejak lahir, akan tetapi dapat dipelajari sebagai hasil dari pengalaman seseorang terhadap dirinya. Konsep diri ini berkembang secara bertahap sesuai dengan tahap perkembangan psikososial seseorang.

Secara umum, konsep diri adalah semua tanda, keyakinan, dan pendirian yang merupakan suatu pengetahuan individu tentang dirinya yang dapat mempengaruhi hubungannya dengan orang lain, termasuk karakter, kemampuan, ide, dan tujuan (Aziz, Alimul H. 2006).

2.1.2 Komponen Konsep diri

1. *Body image*.

Body image mencakup sikap, persepsi individu terhadap tubuhnya yaitu ukuran, bentuk, struktur, dan fungsinya. Perasaan mengenai *body image* meliputi hal – hal yang terkait dengan seksualitas, femininitas dan maskulinitas, keremajaan, kesehatan, dan kekuatan. Gambaran mental tersebut tidak selalu konsisten dengan struktur atau penampilan fisik yang sesungguhnya. Beberapa kelainan *body image* memiliki akar psikologis yang dalam, misalnya kelainan pola makan seperti anoreksia.

Body image dipengaruhi oleh pertumbuhan kognitif dan perkembangan fisik. Perubahan perkembangan yang normal seperti pubertas dan penuaan terlihat lebih jelas terhadap *body image* dibandingkan dengan aspek-aspek konsep diri lainnya.

Selain itu, *Body image* dipengaruhi oleh nilai sosial budaya. Budaya dan masyarakat menentukan norma-norma yang diterima luas mengenai citra diri dan dapat memengaruhi sikap seseorang, misalnya berat tubuh yang ideal, warna kulit, tindik tubuh serta tato, dan sebagainya.

2. Harga Diri

Harga diri (*Self-esteem*) adalah penilaian individu tentang dirinya dengan menganalisis kesesuaian antara perilaku dan ideal diri yang lain. Harga diri dapat diperoleh melalui penghargaan dari diri-sendiri maupun dari orang lain. Perkembangan harga diri juga ditentukan oleh perasaan diterima, dicintai, dihormati, oleh orang lain, serta keberhasilan yang pernah dicapai individu dalam hidupnya.

3. Peran

Peran adalah serangkaian perilaku yang diharapkan oleh masyarakat yang sesuai dengan fungsi yang ada dalam masyarakat atau suatu pola sikap, perilaku, nilai, dan tujuan yang diharapkan dari seseorang berdasarkan posisinya di masyarakat, misalnya sebagai orang tua, atasan, teman dekat, dan sebagainya. Setiap peran berhubungan dengan pemenuhan harapan-harapan tertentu. Apabila harapan tersebut dapat terpenuhi, rasa percaya diri seseorang akan meningkat.

Sebaliknya, kegagalan untuk memenuhi harapan atas peran dapat menyebabkan penurunan harga diri atau terganggunya konsep diri seseorang.

4. Identitas Diri

Identitas diri adalah penilaian individu tentang dirinya sebagai suatu kesatuan yang utuh. Identitas mencakup konsistensi seseorang sepanjang waktu dan dalam berbagai keadaan serta menyiratkan perbedaan atau keunikan dibandingkan dengan orang lain mengenai dirinya.

Pembentukan identitas sangat diperlukan demi hubungan yang intim karena identitas seseorang dinyatakan dalam hubungannya dengan orang lain.

5. Ideal diri

Ideal diri adalah persepsi individu tentang bagaimana seharusnya berperilaku berdasarkan standart, aspirasi, tujuan atau nilai personal tertentu (Aziz, Alimul H. 2006).

2.1.3 *Body Image*

2.1.3.1 Definisi *Body image*

Body image merupakan sikap yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya yang dapat berupa penilaian positif atau negatif (Cash dalam Adenia 2010).

Body image membentuk persepsi seseorang tentang tubuh baik secara internal maupun eksternal, persepsi ini mencakup perasaan dan sikap yang ditujukan dalam tubuh. *Body image* dipengaruhi oleh

pandangan pribadi tentang karakteristik fisik dan kemampuan oleh persepsi dari pandangan orang lain (Potter n Perry 2005).

Berdasarkan devinisi diatas dapat disimpulkan bahwa *Body image* persepsi seseorang tentang tubuh baik internal maupun eksternal yang mencakup perasaan dan sikap yang ditujukan pada tubuh yang dapat bersifat positif dan negatif.

2.1.3.2 Faktor – Faktor yang mempengaruhi perkembangan *body image*

a) Jenis Kelamin

Jenis kelamin merupakan faktor yang mempengaruhi dalam perkembangan *body image* seseorang, ketidak puasan terhadap tubuh lebih banyak dialami oleh remaja perempuan dari pada remaja laki-laki. Pada umumnya remaja perempuan lebih kurang puas dengan keadaan tubuhnya dan memiliki *body image* yang negatif dibandingkan dengan remaja laki-laki selama masa pubertas.

b) Media massa

Media yang muncul dimana-mana memberikan gambaran media mengenai figur perempuan dan laki-laki yang dapat mempengaruhi *body image* seseorang. Media massa menjadi pengaruh yang paling kuat dalam budaya sosial.

Anak-anak dan remaja lebih banyak menghabiskan waktunya dengan menonton televisi, konsumsi media yang tinggi sapat mempengaruhi konsumen. Isi tayangan media sering menggambarkan standart kecantikan perempuan adalah wajah yang bersih dan berseri-seri dalam

hal ini berarti dengan level kecantikan yang dimiliki, kebanyakan perempuan percaya bahwa mereka adalah orang-orang yang sempurna.

c) Hubungan interpersonal

Hubungan interpersonal membuat seseorang cenderung membandingkan diri dengan orang lain dan feedback yang diterima mempengaruhi konsep diri termasuk mempengaruhi bagaimana perasaan terhadap penampilan fisik, hal inilah yang membuat orang merasa cemas dengan penampilan dan gugup ketika orang lain melakukan evaluasi terhadap dirinya. Menerima feedback mengenai penampilan fisik berarti seseorang mengembangkan persepsi bagaimana orang lain memandang dirinya. Keadaan tersebut membuat mereka melakukan perbandingan sosial yang merupakan salah satu proses pembentukan dalam penilaian diri mengenai daya tarik fisik (Cash & pruzinisky dalam Adenia 2010).

Pikiran dan perasaan mengenai tubuh bermula dari adanya reaksi orang lain. Dalam konteks perkembangan emosional dan pikiran individu juga berkontribusi pada bagaimana seseorang melihat dirinya. Maka, bagaimana seseorang berpikir dan merasa mengenai tubuhnya dapat mempengaruhi hubungan dan karakteristik fisiologis (Chase dalam andea 2010).

2.1.3.3 Dimensi Pengukuran *Body Image*

Chash dalam Adenia 2010 mengemukakan 4 *body image* yaitu :

- a) Appearance Evaluation (Evaluasi Penampilan) Yaitu mengukur evaluasi dari penampilan keseluruhan tubuh, apakah menarik atau tidak menarik serta memuaskan dan tidak memuaskan.

- b) *Appearance Orientation* (Orientasi Penampilan) Yaitu perhatian individu terhadap penampilan dirinya dan usaha yang dilakukan untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilan dirinya.
- c) *Body Area Satisfaction* (Kepuasan terhadap bagian tubuh) Yaitu mengukur kemampuan individu terhadap bagian tubuh secara spesifik seperti wajah rambut dan penampilan keseluruhan.
- d) *Cause Of Acne Perioccupation* (Kecemasan timbulnya jerawat) Yaitu mengukur kecemasan terhadap timbulnya jerawat, kewaspadaan individu terhadap penampilannya,

Body image bisa tertanam dalam pikiran bawah sadar oleh pengaruh orang lain, pengaruh lingkungan, pengalaman masa lalu atau sengaja ditanamkan oleh pikiran sadar. *Body image* ada yang bersifat positif dan membangun, adapula yang bersifat negatif dan merusak.

2.1.3.4 Tingkatan gambaran diri

1. *Body image* positif

Body image positif adalah anggapan atau gambaran seseorang tentang dirinya sendiri yang bersifat positif. Umumnya sejak anak-anak orang tua mereka telah menanamkan nilai-nilai positif ke dalam pikiran si anak. Orang yang mempunyai *body image* positif mempunyai semangat hidup dan semangat juang yang tinggi. Ia merasakan dirinya penuh semangat, optimis dan yakin pada setiap yang dikerjakannya. Ia merasa lingkungan dan semua orang berpihak padanya. Ia tidak gentar menghadapi berbagai halangan dan rintangan. Tanda-tanda orang yang mempunyai citra diri positif antara lain:

1. Mempunyai gambaran yang jelas tentang masa depannya
2. Optimis mengarungi kehidupan.
3. Yakin dapat mengatasi berbagai masalah yang dihadapi
4. Penuh harapan dan yakin dapat meraih kehidupan yang lebih baik
5. Segera bangkit dari kegagalan dan tidak larut dalam duka berkepanjangan
6. Tidak ada hal yang tidak mungkin
7. Penuh rasa percaya diri

Pentingnya membangun *body image* positif :

a. Membangun Percaya Diri

Body image yang positif secara alamiah akan membangun rasa percaya diri. Seperti yang diketahui bahwa kepercayaan diri merupakan salah satu elemen kunci sukses. Kegagalan tidak akan membawa seseorang yang memiliki *body image* positif pada keterpurukan. Ia akan berusaha untuk tetap fokus dan melakukan hal-hal yang masih bisa dilakukan. Hal itulah yang akan menumbuhkan rasa percaya diri pada orang tersebut.

b. Meningkatkan daya juang (Aktualisasi diri meningkat)

Orang yang memiliki *body image* positif mempercayai bahwa dirinya jauh lebih berharga daripada masalah yang sedang dihadapinya. Hal itu akan membuatnya berusaha sekuat tenaga untuk tidak terlalu lama berada dalam sebuah permasalahan. Segala upaya akan dilakukan untuk meraih kesuksesannya kembali.

c. Terbuka terhadap perubahan

Orang yang memiliki *body image* positif biasanya terbuka untuk menerima saran dan ide. Sehingga, bisa jadi akan ada beberapa hal baru yang membuat segala sesuatunya lebih baik di lingkungan sekitar.

2. *Body image* negatif

Body image negatif adalah gambaran serta anggapan seseorang tentang dirinya sendiri yang bersifat negatif. *Body image* negatif tertanam didalam diri seseorang akibat pangaruh lingkungan, orang lain atau pengalaman masa lalu yang membekas dalam dirinya. Mengubah *body image* negatif yang telah tertanam dalam diri seseorang membutuhkan usaha yang gigih dan sungguh sungguh. Untuk mengubahnya ke *body image* positif terlebih dahulu *body image* negatif itu harus dihapuskan dari pikiran bawah sadar kemudian diganti dengan *body image* baru yang positif. Tanda-tanda orang yang mempunyai *body image* negatif secara umum antara lain :

1. Merasa rendah diri, menganggap diri tidak berguna dan tidak berarti ditengah masyarakat. Merasa keberadaannya tidak dibutuhkan oleh masyarakat dan lingkungan.
2. Merasa tidak pantas atau berhak memiliki atau mendapatkan sesuatu
3. Merasa terlalu muda atau tua untuk melakukan sesuatu
4. Merasa dibenci dan tidak disukai oleh lingkungan dan orang disekitarnya

5. Merasa tidak mampu dan selalu khawatir mendapat kegagalan dan cemoohan dari orang disekelilingnya
6. Merasa kurang pendidikan dibandingkan orang lain
7. Kurang memiliki dorongan dan semangat hidup, tidak berani memulai sesuatu hal yang baru, selalu khawatir berbuat salah dan ditertawakan (Solihin, 2008).

2.2 Konsep *Acne vulgaris*

2.2.1 Pengertian *Acne vulgaris*

Acne vulgaris merupakan penyakit kulit akibat peradangan kronik folikel polisebasea yang umumnya terjadi pada masa remaja dengan gambaran klinis berupa komedo, papul, pustul, nodus, dan kista pada tempat prediksinya (Dewi Kusuma L N, 2000).

Acne vulgaris digolongkan ringan bila terbentuknya masih komedo dengan jumlah lesi kurang dari 30, apabila jumlah lesi berkisar antara 30-125 maka dinamakan *acne vulgaris* sedang (papule). biasanya *acne vulgaris* radang termasuk dalam *acne vulgaris* sedang. *Acne vulgaris* besar yang biasa disebut *acne vulgaris* konglobata timbul bila lesi diatas 125 (Shinta Ayu Dewi, 2009).

Acne vulgaris adalah proses inflamasi yang melibatkan folikel polisebasea wajah, leher, bahu, punggung & dada atas (Donna L wong, 2004).

2.2.2 Epidemiologi

Munculnya *acne vulgaris* sering terjadi pada masa pubertas antara usia 14-19 tahun yang disebabkan oleh perubahan hormon pada remaja. Deteksi *acne vulgaris* sejak dini sangat sulit sebab sebelum masa pubertas kulit anak akan mengalami pengelupasan tiga minggu sekali. Sedangkan ketika remaja kulit mengelupas empat minggu sekali (Shinta Ayu Dewi, 2009).

Karena hampir setiap orang pernah menderita penyakit ini, maka sering dianggap sebagai kelainan kulit yang timbul secara biasa. Hampir semua orang pernah mengalami gangguan *acne vulgaris* ini. Pada saat remaja, pria lebih sering terkena dibanding wanita. Umumnya *acne vulgaris* terjadi pada sekitar usia 14-17 tahun pada wanita, 16-19 tahun pada pria. Namun, *acne vulgaris* tidak terbatas hanya sampai remaja. 12 % wanita dan 5 % pria pada usia 25 tahun mempunyai *acne vulgaris*. Saat usia 45 tahun, 5 % wanita dan pria masih muncul *acne vulgaris* (taufik, 2009).

2.2.3 Etiologi

Untuk mengetahui hal-hal apa saja yang menjadi penyebab timbulnya *acne vulgaris*, maka pertama kali kita perlu memahami mengapa *acne vulgaris* itu sendiri bisa timbul. Hal-hal yang dapat menimbulkan *acne vulgaris* antara lain :

1. Faktor internal
 - a. Stress
 - b. Aktivitas hormon
 - c. Adanya kelenjar minyak berlebih

- d. Bakteri di pori-pori kulit
 - e. Iritasi kulit (misal *acne vulgaris* digaruk dengan tangan)
 - f. Adanya penyumbatan saluran pembuangan kelenjar minyak pada kulit.
 - g. Usia
 - h. keturunan
2. Faktor eksternal
- a. Makanan.
 - b. *Personal hygiene*.
 - c. kosmetik
 - d. Debu dan kotoran lain yang dapat mendatangkan bakteri penyebab timbulnya infeksi *acne vulgaris* pada *acne vulgaris*.
 - e. Berada di dalam lingkungan dengan kandungan klorin tinggi. Hal ini dapat menyebabkan timbulnya *acne vulgaris* yang serius (Shinta Ayu Dewi, 2009).

2.2.4 Gejala klinis

Erupsi kulit berupa komedo, papul, pustule, nodus, atau kista yang disertai rasa gatal. Isi komedo adalah sebum yang kental atau padat. Isi kista biasanya pus dan darah. Tempat prediksinya adalah muka, bahu, leher, dada, punggung bagian atas dan lengan bagian atas (dewi kusuma L N, dkk, 2000).

Acne vulgaris menyebabkan kulit memerah dan meradang terjadi jika adanya kelenjar minyak (sebacea) memproduksi minyak kulit (sebum) secara berlebihan sehingga mengakibatkan terjadinya penyumbatan pada

saluran kelenjar minyak dan pembentukan komedo yang disebabkan adanya sumbatan pada pori-pori yang awalnya berwarna putih pucat yang biasa disebut komedo tertutup. Apabila sumbatan membesar, komedo kemudian menjadi kehitaman yang disebut komedo terbuka muncul sehingga terjadi interaksi dengan bakteri *acne vulgaris* (Shinta Ayu Dewi, 2009).

2.2.5 Macam-macam *acne vulgaris*

Jika dilihat dari segi tingkat keparahannya, *acne vulgaris* dapat dibagi menjadi tiga yaitu :

a. *Acne vulgaris* komedo

Komedo muncul karena adanya sumbatan di pori-pori kulit. Komedo disebabkan karena adanya sel-sel kulit mati dan kelenjar minyak yang terlalu berlebihan pada kulit.

b. *Acne vulgaris* klasik

Acne vulgaris jenis ini berbentuk tonjolan yang lebih besar dari komedo kecil berwarna merah muda. *Acne vulgaris* jenis inilah yang paling banyak diidap oleh anak yang sedang memasuki usia pubertas.

c. *Acne vulgaris* Batu (*Cystic Acne*)

Acne vulgaris batu berukuran lebih besar dari *acne vulgaris* klasik. Penyebab *acne vulgaris* batu adalah lebih dikarenakan factor genetic atau keturunan. *acne vulgaris* batu timbul karena kelenjar minyak yang sangat over-aktif dan pertumbuhan sel-sel kulit yang secepat kulit normal (Shinta Ayu Dewi, 2009).

2.2.6 Diagnosis

Diagnosis *acne vulgaris* ditegakkan atas dasar klinis (adanya komedo) dan eksfoliasi sebum dari komedo dengan alat komedo ekstraktor (sendok unna) (dewi kusuma L N. dkk, 2000).

2.2.7 Pencegahan *acne vulgaris*

Berikut adalah beberapa cara untuk mencegah timbulnya *acne vulgaris* di kulit ;

1. Banyak mengonsumsi makanan segar dan alami, Sebagai kebalikannya, hindari mengonsumsi makanan yang diawetkan atau yang mengandung bahan kimia seperti snack dan soft drink.
2. Olah raga secara teratur.
3. Hindari alkohol dan rokok.
4. Gunakan sabun pencuci muka yang cocok untuk jenis kulit anda.
5. Rajin minum air putih.
6. Jangan menggunakan make up secara berlebihan
7. Hindari stress berlebihan karena bisa memicu semakin banyaknya *acne vulgaris* (Shinta Ayu Dewi, 2009).

2.2.8 Pengobatan dan perawatan *acne vulgaris*

Ada 3 jenis solusi pada pengobatan *acne* :

1. Pengobatan *acne vulgaris* dengan cara alami atau natural.

Pengobatan alami yang dimaksud disini adalah cara-cara penyembuhan *acne vulgaris* yang dilakukan yaitu mengompres jerawat dengan ramuan tradisional atau mengonsumsi makanan alami tertentu seperti buah-buahan dan sayuran.

2. Pengobatan *acne vulgaris* dengan produk perawatan *acne vulgaris* dengan mengkonsumsi obat-obatan khusus untuk menyembuhkan *acne vulgaris*. Obat-obatan tersebut dapat berupa multivitamin atau antibiotic, Baik yang dioleskan ke area yang berjerawat maupun yang diminum dengan dosis tertentu.
3. Peawatan *acne vulgaris* dengan metode atau tehnik modern.metode pengobatan dengan tehnik atau alat-alat modern, seperti laser, misalnya untuk melakukan hal ini dapat mengunjungi klinik dermatologi terdekat yang ada (Shinta Ayu Dewi, 2009).

Pengobatan topical diantaranya ;

1. Bahan iritan : Asam silat (3-5%) asam vitamin A (0,025-0,1%), sulfil (4-8%).
2. Antibakteri ; tetrasiklin 1%, eritromisin 1%, clindamisin 1%, peroksida benzoil 2,5 %
3. Lain-lain ; kortikosteroid kekuatan ringan sampai sedang dan etil laktat 105.

Sistemik :

1. Antibakteri : tetrasiklin 3-4 × 250 mg, lincomisin 3×500 mg, Clindamisin 2×100 mg.
2. Hormonal ; Estrogen 50 mg/hari, selama 21 hari, anti androgen 2mg/hari
3. Retinoid 0,5-1 mg/kg BB/hari, vitamin A3×50.000 UI

4. Lain-lain : Anti inflamasi non steroid (ibu profen), dapson 2×100 mg (untuk acne nodulokistik/konglobata) (dewi Kusuma L N, 2000).

2.2.9 Dampak timbulnya *acne vulgaris*.

Acne vulgaris disebabkan karena beberapa hal diantaranya perubahan hormonal serta kosmetik yang berlebihan, Hal ini dapat menimbulkan perubahan secara fisik maupun psikologis.

Perubahan fisik diantaranya munculnya beberapa benjolan ada pula yang bernanah, *acne vulgaris* akan menimbulkan bekas hitam yang menyebabkan wajah menjadi kusam.

Perubahan psikologinya bagi seseorang yang timbul *acne vulgaris* adalah fakta bahwa dengan adanya *acne vulgaris* wajah menjadi tidak mulus dan tidak cantik lagi. Bahkan tidak jarang *acne vulgaris* akan menimbulkan bekas yang tidak bias hilang seumur hidup. Efek penting berpengaruh dari bekas *acne vulgaris* atau timbulnya *acne vulgaris* ini adalah efek kejiwaan seperti seseorang yang tadinya tidak muncul *acne vulgaris* ketika mengalami pertama kali ia akan menjadi susah dan depresi, kepercayaan diripun menjadi kurang karena *acne vulgaris* tersebut (Ali piet, 2009)

2.3 Konsep Dasar Remaja

2.3.1 Pengertian Remaja

Anak Remaja sebetulnya tidak mempunyai tempat yang jelas ia termasuk golongan anak tetapi dia tidak pula termasuk golongan orang

dewasa atau golongan tua. Remaja masih belum mampu untuk menguasai fungsi-fungsi fisik atau psikisnya. Dalam buku- buku Jerman dan Belanda memang secara global di bedakan antara pubertas dan adolesensi . Adolesensi adalah masa muda atau masa dewasa awal. Sedangkan pubertas adalah suatu tanda kelamin sekunder yang menunjukkan perkembangan seksual maka yang di maksud adalah remaja sekitar masa pematangan seksual (Monks, 2006).

2.3.2 Karakteristik Perkembangan Fisik Remaja

- a. Perkembangan fisik remaja ditandai dengan adanya suatu periode yang disebut pubertas. Pada masa pubertas hormon seseorang menjadi aktif dalam memproduksi 2 jenis hormon (Gonadotrophins atau Gonadotrophic Hormones) yang berhubungan dengan pertumbuhan yaitu Follicle Stimulating Hormone (FSH) dan Luteinizing Hormone (LH). Pada anak perempuan kedua hormon tersebut merangsang perkembangan 2 jenis hormon kewanitaan yaitu estrogen dan progesteron. Pada anak laki-laki Luteinizing Hormone yang juga dinamakan interstitial-cell stimulating hormone (ICSH) merangsang perkembangan testosteron.

Perkembangan secara tepat dari hormon-hormon tersebut menyebabkan perubahan sistem biologis seorang anak. Pada anak perempuan, peristiwa pertama yang terjadi telarce yaitu terbentuknya payudara diikuti oleh obarce yaitu tumbuhnya rambut pubis dan ketiak, lalu minarce yaitu periode haid pertama. Haid merupakan pertanda bahwa sistem reproduksinya sudah aktif. Selain itu terjadi juga pertumbuhan

yang cepat, tumbuhnya rambut pubis, dan suara yang semakin halus. Anak laki-laki juga mengalami perubahan fisik seperti suara yang semakin serak, pertumbuhan otot, pertumbuhan rambut tubuh. Perkembangan fisik keluarga sangat cepat sejak awal pubertas. Perubahan dan perkembangan fisik yang pesat ini membuat remaja memperhatikan tubuhnya yang mempengaruhi interaksinya dengan orang lain disekitar terutama teman sebaya.

b. Perkembangan kognitif remaja

Perkembangan kognitif remaja berada pada tahap operasional formal. Tahap ini merupakan tahap yang paling tinggi dalam perkembangan kognitif individu, dimana remaja mempunyai kemampuan untuk memanipulasi informasi dan mempunyai pemikiran yang lebih luas lagi. Pada masa remaja, proses pembentukan *body image* sudah mengikuti proses kognisi, proses kognisi tersebut berupa pemikiran dan keinginan untuk mengidentifikasi diri sesuai dengan tokoh idolanya. Proses pembentukan *body image* pada masa remaja kedalam diri adalah bagian dari tugas perkembangan yang sangat penting.

Dalam beberapa hal pemikiran para remaja masih terlihat kurang matang. Salah satu karakteristik pemikiran remaja yang belum matang ini adalah kesadaran diri, merujuk kondisi kesadaran ini sebagai imajinari audience yaitu menggambarkan peningkatan kesadaran remaja yang tampil pada keyakinan mereka bahwa orang lain memiliki perhatian yang sangat besar terhadap diri mereka sebesar perhatian mereka sendiri. Gejala imajinari audience mencakup berbagai perilaku

mendapat perhatian, keinginan agar kehadirannya diperhatikan, disadari oleh orang lain, dan menyadari pusat perhatian.

c. **Perkembangan Sosial Remaja**

Salah satu perkembangan masa remaja yang tersulit adalah yang berhubungan dengan penyesuaian sosial. Remaja harus menyesuaikan diri dengan lawan jenis dalam hubungan sebelumnya belum pernah ada dan harus menyesuaikan diri dengan lawan orang dewasa diluar lingkungan, keluarga, dan sekolah.

Pada saat memasuki usia remaja, seorang individu sudah menyadari bahwa dirinya bukan anak-anak lagi dan mulai berusaha memasuki dunia orang dewasa, berusaha untuk mendapatkan pengakuan diri orang dewasa dan mencari identitas diri yang dapat mempengaruhi perasaan mereka terhadap diri sendiri, sejak masa puber remaja umumnya mulai memperhatikan dan memperbandingkan hal-hal khusus seperti penampilan khusus dan kemampuan sosialisasinya dengan lingkungan pergaulan dalam hubungan sosial. Hal tersebut yang menyebabkan remaja sangat terpengaruh terhadap penilaian dari orang lain terhadap bentuk tubuhnya dan peka terhadap rasa malu (karna adanya penilaian yang kurang baik) (Hurlock dalam Andea 2010).

2.3.3 Fase – fase Remaja

1. **Remaja awal**

Pada masa ini remaja memiliki kesadaran diri meningkat secara eksponen dan tanggapannya terhadap transformasi somatis pubertas. Kesadaran diri pada usia ini cenderung untuk memusatkan karakteristik

luar yang berbeda dengan intropeksi pada remaja akhir. Adalah normal pada remaja awal, mempertahankan dengan teliti penampilannya dan merasakan yang lain sedang memandangi mereka juga. Masa pubertas dapat meningkatkan harga diri pada laki-laki, tetapi memperlemahnya pada anak perempuan, pada kedua jenis kelamin tersebut menerima aturan-aturan yang menggabungkan ketidaksejajaran yang kasar dari kekuasaan dan kehormatan (Behrman, 2000).

2. Remaja menengah

Pada masa ini kelompok yang sebaya tidak begitu terpengaruh atas pakaian, aktivitas dan tingkah laku. Remaja pertengahan sering bereksperimen dengan berbagai orang, berganti gaya pakaian, kelompok teman, dan minat, dari bulan ke bulan. Banyak remaja berfilosofi tentang arti kehidupan dan keingintahuannya, “siapakah saya?” dan “Mengapa saya berada disini?”. Perasaan yang sangat tajam dari kekalutan batin serta kejiwaan adalah wajar dan mungkin sulit dibedakan penyakit jiwa. Anak-anak gadis mungkin cenderung untuk mengumbarkan dirinya dan sebayanya berdasarkan hubungan antar perorangan yang erat, sedangkan anak laki-laki sebaya kelompok mungkin lebih memusatkan pada kemampuan.

3. Remaja akhir

Pada masa ini kognisi cenderung kurang memikirkan diri-sendiri, dengan semakin bertambahnya pemikiran mengenai konsep-konsep seperti keadilan, patriotisme, dan riwayat. Remaja yang lebih tua seringkali idealis tetapi mungkin juga absolute dan tidak toleransi

terhadap pandangan-pandangan yang berbeda. Perubahan-perubahan fisik yang lambat memungkinkan timbulnya kesan tubuh yang lebih mantap. Keputusan atas karir menjadi menekan karena konsep diri remaja semakin terikat pada peran-peran yang muncul dalam masyarakat (sebagai pelajar, pekerja, atau orang tua) (Behrman, 2000).