

PROMOSI KESEHATAN JIWA

Terapi Kelompok Terapeutik

Editor:

Prof. Dr. Budi Anna Keliat, S.Kp., M.App.Sc.
Ns. Madepan Mulia, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J
Ns. Nurlaila Fitriani, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J



PENERBIT BUKU KEDOKTERAN



EGC

PROMOSI KESEHATAN JIWA

Terapi Kelompok Terapeutik

**BUKU
2**

Editor:

**Prof. Dr. Budi Anna Keliat, S.Kp., M.App.Sc.
Ns. Madepan Mulia, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J
Ns. Nurlaila Fitriani, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J**

PENERBIT BUKU KEDOKTERAN



EGC

PROMOSI KESEHATAN JIWA:**TERAPI KELOMPOK TERAPEUTIK, BUKU 2**

Ditulis oleh: Prof. Dr. Budi Anna Keliat, S.Kp., M.App.Sc., dkk.

Editor: Prof. Dr. Budi Anna Keliat, S.Kp., M.App.Sc.

Ns. Madepan Mulia, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J

Ns. Nurlaila Fitriani, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J

Editor penyalaras: Ns. Bhetsy Angelina, S.Kep.

Desain kulit muka: Asep Saepul Malik

Penata letak: Cumi Azizah & Anggoro Bhakti Setyo

Penerbit: Pustaka Cipta Penerbitan

© 2020 Penerbit Buku Kedokteran EGC

P.O. Box 4276/Jakarta 10042

Telepon: 6530 6283

Anggota IKAPI

Hak cipta dilindungi Undang-Undang.

Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apa pun, baik secara elektronik maupun mekanik, termasuk memfotokopi, merekam, atau dengan menggunakan sistem penyimpanan lainnya, tanpa izin tertulis dari Penerbit.

Cetakan 2023

Data Katalog dalam Terbitan (KDT)

Kreator	: Budi Anna Keliat (penulis)
Judul dan penanggung jawab	: Promosi kesehatan jiwa : terapi kelompok terapeutik, buku 2 / Prof. Dr. Budi Anna Keliat, S.Kp., M.App.Sc. ; editor, Prof. Dr. Budi Anna Keliat, S.Kp., M.App.Sc., Ns. Madepan Mulia, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J, Ns. Nurlaila Fitriani, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J
Publikasi	: Jakarta Utara : EGC, 2022
Deskripsi fisik	: xiv, 754 halaman ; 15,5 x 24 cm
Identifikasi	: ISBN 978-623-203-420-4 (no. jil lengkap) ISBN 978-623-203-422-8 (no. jil 2)
Kontributor	: Budi Anna Keliat (editor) Madepan Mulia (editor) Nurlaila Fitriani (editor) Bhetsy Angelina (editor)

Penerbit dan editor tidak bertanggung jawab atas segala kerugian atau cedera yada individu dan/atau kerusakan materi yang terjadi akibat atau berkaitan dengan penggunaan materi dalam buku ini.



Kontributor

Prof. Achir Yani S. Hamid, M.N., D.N.Sc

Fakultas Ilmu Keperawatan
Universitas Indonesia

Ns. Alfunnafi' Fahrul Rizzal, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J

ITSK dr. Soepraoen Malang

Prof. Dr. Budi Anna Keliat, S.Kp., M.App.Sc

Fakultas Ilmu Keperawatan
Universitas Indonesia

Ns. Dian Fitria, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J

Program Studi Keperawatan
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan RS Husada Jakarta

Ns. Dian Istiana, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J

Program Studi Ilmu Keperawatan
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yarsi Mataram Nusa Tenggara Barat

Ns. Ega Agustine, S.Kp., M.Kep

Dinas Pengendalian Penduduk Keluarga Berencana, Pemberdayaan
Perempuan, dan Perlindungan Anak Kabupaten Subang

Ns. Eni Hidayati, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J

Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Semarang

Ns. Guslinda, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J

Program Studi Ilmu Keperawatan
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mercubaktijaya Padang

vi Kontributor

Ns. Hapsah, S.Kep., M.Kep

Fakultas Keperawatan
Universitas Hasanuddin

Herni Susanti, S.Kp., M.N., Ph.D

Fakultas Ilmu Keperawatan
Universitas Indonesia

Ns. Kissa Bahari, S.Kep., M.Kep., Ph.D.Ns

Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Malang

Ns. Madepan Mulia, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J

Akademi Keperawatan Panca Bhakti Bandar Lampung

Ns. Muhammad Sunarto, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J

Rumah Sakit Jiwa Mutiara Sukma Provinsi Nusa Tenggara Barat

Dr. Mustikasari, S.Kp., MARS

Fakultas Ilmu Keperawatan
Universitas Indonesia

Ns. Mutia Rahmah, S.Kep., M.Kep

Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Kedokteran
Universitas Lambung Mangkurat

Ns. Niken Yuniar Sari, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J

Program Studi Keperawatan
Fakultas Kesehatan
Universitas Mitra Indonesia Lampung

Dr. Novy Helena Catharina Daulima, S.Kp., M.Sc

Fakultas Ilmu Keperawatan
Universitas Indonesia

Ns. Nurlaila Fitriani, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J

Universitas Hasanuddin Makasar

Ns. Uswatun Hasanah, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J

Program Studi Keperawatan

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surabaya

Ns. Walter, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J

Rumah Sakit Universitas Sumatera Utara Medan

Yossie Susanti Eka Putri, S.Kp., M.N., Pd.D

Fakultas Ilmu Keperawatan

Universitas Indonesia

Ns. Yudi Ariesta Chandra, S.Kep., Ph.D

Fakultas Ilmu Keperawatan

Universitas Indonesia

Kata Pengantar

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan buku yang berjudul "*Promosi Kesehatan Jiwa Terapi Kelompok Terapeutik*". Buku ini merupakan hasil pembelajaran yang panjang melalui penyusunan modul, yang dilanjutkan dengan penelitian dan penerapan pada praktik Keperawatan Jiwa bagi mahasiswa dan Ners Spesialis Keperawatan Jiwa di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia. Penulis menyadari bahwa bantuan dari berbagai pihak memungkinkan penulis untuk menyelesaikan buku ini. Oleh sebab itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Agus Setiawan, S.Kp., M.N., D.N. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia Periode 2018-2022.
2. Dra. Junaiti Sahar, S.Kp., M.App.Sc., Ph.D. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia Periode 2013-2017.
3. Dewi Irawaty, M.A., Ph.D. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia Periode 2008-2012.
4. Prof. Dra. Ely Nurichmah M.App.Sc., D.N.Sc. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia Periode 2003-2007.
5. Seluruh Dosen dan Staf pada Program Studi Spesialis Keperawatan Jiwa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia.
6. Mahasiswa Spesialis Keperawatan Jiwa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia Angkatan I Tahun 2007 hingga Angkatan XIV Tahun 2020.

Akhir kata, penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga buku ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu keperawatan jiwa khususnya promosi kesehatan jiwa sepanjang hayat melalui Terapi Kelompok Terapeutik.

Penulis

Daftar Isi

Kontributor v

Kata Pengantar ix

BAB 1 TERAPI KELOMPOK TERAPEUTIK ANAK SEKOLAH 1

Konsep Terapi Kelompok Terapeutik Anak Sekolah 2

Tugas Perkembangan Anak Sekolah 3

Aspek Perkembangan Anak Sekolah 4

Pelaksanaan Terapi Kelompok Terapeutik (TKT)
pada Anak Sekolah 24

Sesi 1: Stimulasi Perkembangan Aspek Motorik
Anak Sekolah 24

Sesi 2: Stimulasi Perkembangan Aspek Kognitif
dan Bahasa Anak Sekolah 45

Sesi 3: Stimulasi Perkembangan Aspek Emosi
dan Kepribadian Anak Sekolah 55

Sesi 4: Stimulasi Perkembangan Aspek Moral
dan Spiritual Anak Sekolah 70

Sesi 5: Stimulasi Perkembangan Aspek Sosial
Anak Sekolah 80

Sesi 6: Monitoring dan Evaluasi, Pengalaman Melakukan
Stimulasi Aspek Perkembangan Anak Sekolah, serta
Manfaat Latihan 86

Buku Kerja 91

Buku Evaluasi 141

Daftar Pustaka 194

BAB 2 TERAPI KELOMPOK TERAPEUTIK REMAJA 197

Konsep Terapi Kelompok Terapeutik Remaja 198

Tugas Perkembangan Remaja 200

Aspek Perkembangan Remaja 202

Pelaksanaan Terapi Kelompok Terapeutik (TKT) pada Remaja 223

Sesi 1: Stimulasi Perkembangan Aspek Biologis
dan Psikoseksual Remaja 223

Sesi 2: Stimulasi Perkembangan Aspek Kognitif
dan Bahasa Remaja 231

Sesi 3:	Stimulasi Perkembangan Aspek Emosi dan Kepribadian Remaja	239
Sesi 4:	Stimulasi Perkembangan Aspek Moral, Spiritual, dan Sosial Remaja	248
Sesi 5:	Stimulasi Perkembangan Aspek Bakat dan Kreativitas pada Remaja	258
Sesi 6:	Monitoring dan Evaluasi Pengalaman Melakukan Stimulasi Aspek Perkembangan Remaja serta Manfaat Latihan	265
Buku Kerja		273
Buku Evaluasi		309
Daftar Pustaka		344

BAB 3 TERAPI KELOMPOK TERAPEUTIK DEWASA MUDA 349

Konsep Terapi Kelompok Terapeutik Dewasa Muda	350	
Tugas Perkembangan Dewasa Muda	351	
Aspek Perkembangan Dewasa Muda	352	
Pelaksanaan Terapi Kelompok Terapeutik (TKT) pada Dewasa Muda	366	
Sesi 1:	Stimulasi Perkembangan Aspek Biologis dan Psikoseksual Dewasa Muda	366
Sesi 2:	Stimulasi Perkembangan Aspek Kognitif dan Bahasa Dewasa Muda	372
Sesi 3:	Stimulasi Perkembangan Aspek Emosi dan Kepribadian Dewasa Muda	379
Sesi 4:	Stimulasi Perkembangan Aspek Moral, Spiritual, dan Sosial Dewasa Muda	387
Sesi 5:	Stimulasi Perkembangan Aspek Bakat dan Kreativitas Dewasa Muda	397
Sesi 6:	Monitoring, Evaluasi, dan Manfaat Latihan Pengalaman Melakukan Stimulasi Aspek Perkembangan Dewasa Muda serta Manfaat Latihan	404
Buku Kerja	411	
Buku Evaluasi	441	
Daftar Pustaka	471	

- Sesi 3: Stimulasi Perkembangan Aspek Emosi dan Kepribadian Remaja 239
- Sesi 4: Stimulasi Perkembangan Aspek Moral, Spiritual, dan Sosial Remaja 248
- Sesi 5: Stimulasi Perkembangan Aspek Bakat dan Kreativitas pada Remaja 258
- Sesi 6: Monitoring dan Evaluasi Pengalaman Melakukan Stimulasi Aspek Perkembangan Remaja serta Manfaat Latihan 265

Buku Kerja 273

Buku Evaluasi 309

Daftar Pustaka 344

BAB 3 TERAPI KELOMPOK TERAPEUTIK DEWASA MUDA 349

Konsep Terapi Kelompok Terapeutik Dewasa Muda 350

Tugas Perkembangan Dewasa Muda 351

Aspek Perkembangan Dewasa Muda 352

Pelaksanaan Terapi Kelompok Terapeutik (TKT) pada Dewasa Muda 366

Sesi 1: Stimulasi Perkembangan Aspek Biologis dan Psikoseksual Dewasa Muda 366

Sesi 2: Stimulasi Perkembangan Aspek Kognitif dan Bahasa Dewasa Muda 372

Sesi 3: Stimulasi Perkembangan Aspek Emosi dan Kepribadian Dewasa Muda 379

Sesi 4: Stimulasi Perkembangan Aspek Moral, Spiritual, dan Sosial Dewasa Muda 387

Sesi 5: Stimulasi Perkembangan Aspek Bakat dan Kreativitas Dewasa Muda 397

Sesi 6: Monitoring, Evaluasi, dan Manfaat Latihan Pengalaman Melakukan Stimulasi Aspek Perkembangan Dewasa Muda serta Manfaat Latihan 404

Buku Kerja 411

Buku Evaluasi 441

Daftar Pustaka 471

BAB 4	TERAPI KELOMPOK TERAPEUTIK DEWASA TENGAH	475
	Konsep Terapi Kelompok Terapeutik Dewasa Tengah	476
	Tugas Perkembangan Dewasa Tengah	477
	Aspek Perkembangan Dewasa Tengah	478
	Pelaksanaan Terapi Kelompok Terapeutik (TKT) pada Usia Dewasa Tengah	492
	Sesi 1: Stimulasi Perkembangan Aspek Biologis dan Psikoseksual Dewasa Tengah	492
	Sesi 2: Stimulasi Perkembangan Aspek Kognitif dan Bahasa Dewasa Tengah	499
	Sesi 3: Stimulasi Perkembangan Aspek Emosi dan Kepribadian Dewasa Tengah	506
	Sesi 4: Stimulasi Perkembangan Aspek Moral, Spiritual, dan Sosial Dewasa Tengah	515
	Sesi 5: Stimulasi Perkembangan Aspek Bakat dan Kreativitas Dewasa Tengah	524
	Sesi 6: Monitoring dan Evaluasi Pengalaman Melakukan Stimulasi Aspek Perkembangan Dewasa Tengah serta Manfaat Latihan	531
	Buku Kerja	537
	Buku Evaluasi	569
	Daftar Pustaka	599
BAB 5	TERAPI KELOMPOK TERAPEUTIK LANSIA	601
	Konsep Terapi Kelompok Terapeutik Lansia	602
	Tugas Perkembangan Lansia	603
	Perubahan Aspek Perkembangan Lansia	604
	Pelaksanaan Terapi Kelompok Terapeutik (TKT) pada Lansia	629
	Sesi 1: Adaptasi Perubahan Aspek Biologi dan Seksualitas Lansia	629
	Sesi 2: Adaptasi Perubahan Aspek Kognitif Lansia	645
	Sesi 3: Adaptasi Perubahan Aspek Emosi Lansia	649
	Sesi 4: Adaptasi Perubahan Aspek Kepribadian dan Moral	654
	Sesi 5: Adaptasi Perubahan Aspek Spiritual dan Sosial Lansia	663

Sesi 6: Monitoring dan Evaluasi Tugas Perkembangan serta Kemampuan Adaptasi Terhadap Perubahan Berbagai Aspek pada Lansia 670

Buku Kerja 675

Buku Evaluasi 711

Daftar Pustaka 746

Indeks 749

Bab 2

TERAPI KELOMPOK TERAPEUTIK REMAJA

Kissa Bahari
Budi Anna Keliat
Novy Helena C. Daulima
Uswatun Hasanah
Achir Yani
Alfunnafi' Fahrul Rizzal
Mutia Rahmah
Yudi Ariesta Chandra

Tujuan Pembelajaran

1. Mengetahui Perkembangan Kesehatan Jiwa dan Psikososial Remaja
2. Melaksanakan Terapi Kelompok Terapeutik (TKT) pada Remaja
3. Melatih Orang Tua Melakukan Stimulasi Aspek Perkembangan pada Remaja
4. Melatih Remaja Melakukan Stimulasi Aspek Perkembangan
5. Mengevaluasi Hasil Pelaksanaan Terapi Kelompok Terapeutik (TKT) pada Remaja

KONSEP TERAPI KELOMPOK TERAPEUTIK REMAJA

Perkembangan psikososial remaja berada pada rentang usia 12 sd 18 tahun (Erikson, 1982 dalam Sacco, 2013). Usia remaja merupakan tahap peralihan, dimana seseorang mengalami proses perkembangan dari fase anak menuju dewasa. Masa remaja juga disebut sebagai masa pencarian identitas diri, karena pada masa ini tugas perkembangan utama remaja adalah mengatasi krisis identitas diri versus kebingungan identitas (Erickson dalam Papalia, et al., 2013). Proses pembentukan identitas merupakan suatu hal yang rumit dan harus diselesaikan secara bertahap, dan tanpa disadari (Marcia, 1980).

Remaja yang sehat jiwa (WHO, 2016) adalah remaja yang mampu menafsirkan realitas, mempersepsikan lingkungan yang benar, menggunakan mekanisme koping yang sesuai dengan stres dan ansietas, memiliki konsep diri yang positif, mengekspresikan diri secara spontan, serta hubungan dengan orang lain yang memuaskan. Remaja yang sehat memiliki otonomi, kemandirian dan kreatif dan selalu menganggap kehidupan sebagai sesuatu yang indah (Maslow dalam Townsend 2014).

Remaja secara umum mengalami ketidakpastian identitas (Becht, et al., 2016). Kekacauan atau ketidakpastian identitas ini selanjutnya akan berdampak pada kehidupan remaja. Kegagalan dalam mencapai suatu identitas merupakan alasan utama bagi individu pada tahap ini mengalami krisis identitas yang berkepanjangan dalam hal komponen sosial dari krisis identitas (Erikson, 1950, dalam Merritt, 2016). Jika krisis identitas ini tidak diatasi maka akan terjadi kebingungan peran pada remaja, seperti: kebingungan identitas, individualitas, seksualitas, dan secara umum bingung mengenai peran apa yang akan dimainkannya di dunia ini. Kebingungan peran ini dapat dimanifestasikan dalam dua gejala, yaitu mengisolasi dan menarik diri, dari teman sebaya maupun keluarga, atau remaja akan membaurkan dirinya dalam kelompok sebaya sehingga kehilangan identitasnya di tengah kelompok (Santrock, 2012).

Manifestasi lain dari krisis identitas adalah dengan berespons secara maladaptif terhadap stresor yang ada. Respons maladaptif tersebut tercermin dalam perilaku destruktif dan berisiko yang dilakukan oleh remaja. Perilaku destruktif remaja yang berkontribusi menimbulkan kematian dan cedera antara lain merokok, diet yang tidak tepat, kurang aktivitas fisik, penyalahgunaan obat dan alkohol, perilaku seks bebas, kekerasan, bunuh diri, pembunuhan dan kecelakaan kendaraan bermotor. Beberapa

perilaku yang lain berisiko tinggi termasuk penggunaan zat adiktif, kenakalan, perilaku seksual berisiko, dan menciderai diri sendiri antar remaja. Termasuk pengalaman mengalami kekerasan fisik dan menjadi pelaku kekerasan dalam rumah tangga dan masyarakat (Danielson et al, 2006 dalam Stuart, Keliat, & Pasaribu, 2016). Uraian tersebut menggambarkan bahwa masalah yang akan muncul jika perkembangan psikososial remaja tidak tercapai secara optimal sangat kompleks mulai dari kenakalan remaja, gangguan jiwa hingga kematian.

Untuk meminimalisir dan mencegah dampak tersebut, diperlukan upaya agar remaja dapat mencapai tugas perkembangan identitas diri secara optimal. Upaya tersebut dapat dilakukan dengan melibatkan berbagai pihak, baik keluarga dengan meningkatkan pola asuh orangtua, guru dalam memfasilitasi proses pembelajaran di sekolah, teman sebaya dengan meningkatkan komunikasi antar remaja dan lingkungan masyarakat, dengan demikian diharapkan remaja mampu menghadapi tuntutan untuk meningkatkan kemampuan kognitif dan kepribadian dengan prestasi yang baik (Depkes, 2006).

Beberapa pendekatan dalam terapi kelompok pada remaja ada empat (Maclennan & Dies, 1992 dalam Wood, 2009), yang dapat digunakan pada remaja yang sehat, berisiko maupun yang bermasalah sosial atau gangguan mental, atau mereka yang mempunyai permasalahan jangka panjang yang serius. Empat pendekatan kelompok tersebut adalah (Wood, 2009) yaitu pencegahan, program khusus, program penyesuaian, dan konseling tidak langsung.

Teori Gartner menyebutkan kelompok remaja paralel dengan proses *separation-individuation*, yang menggambarkan kelompok sebagai sistem yang bergerak dari tingkat indifferensiasi sampai diferensiasi. dimulai tidak ada hubungan sampai mampu berhubungan sepenuhnya dengan orang asing. Hal itu untuk mendewasakan dan memperdalam hubungan sehingga saling tergantung. Prosesnya ada empat tahap yaitu *safety*, *dependency*, *counter dependency*, dan *independency* (Wood, 2009) sebagai berikut:

- a. Tahap aman (*safety*), remaja sedang memperhitungkan perilaku apa yang dapat dan tak dapat diterima oleh kelompok, apa yang membuat nyaman/memalukan, dan

- yang membuat mereka mengenali persamaan dan perbedaan antar anggota kelompok.
- b. Tahap tergantung (*dependency*), jika anggota kelompok tergantung pada terapis dan percaya padanya. Anggota masih pasif dan kurang inisiatif dalam memulai diskusi, mereka belum fokus pada substansi yang dibahas.
 - c. Tahap melawan ketergantungan (*counter dependency*), anggota masih tergantung dengan terapis, tetapi mulai untuk melawan ketergantungan mereka dan berupaya mandiri.
 - d. Tahap mandiri (*independency*), yaitu anggota kelompok mencapai kemandirian dan mempunyai identitas diri, mulai memilih topik diskusi dan siap memimpin kelompok. Kelompok mulai memberi umpan balik yang bersifat membangun antar anggota, dengan sedikit keterlibatan terapis.

Terapi kelompok terapeutik merupakan terapi yang fokus utamanya untuk mengajarkan cara yang efektif untuk meningkatkan dan mencegah krisis perkembangan dan stres (Townsend, 2014). Terapi kelompok terapeutik merupakan salah satu cara yang dapat dilakukan dalam membantu peningkatan atau promosi kesehatan jiwa remaja beradaptasi terhadap perubahan, serta mengoptimalkan pencapaian perkembangan identitas dirinya yaitu dengan melakukan stimulasi perkembangan. Kegiatan terapi kelompok terapeutik adalah memberikan stimulasi yang terarah dan berkelanjutan untuk mengoptimalkan perkembangan aspek biologis, aspek psikoseksual, aspek kognitif, aspek bahasa, aspek moral, aspek spiritual, aspek emosi, aspek sosial, aspek bakat dan kreativitas.

Terapi kelompok terapeutik remaja merupakan terapi yang diberikan secara berkelompok dengan tujuan untuk melakukan stimulasi perkembangan psikososial pada remaja. Hasil penelitian terapi kelompok terapeutik remaja (Bahari, Keliat, Daulima, & Gayatri, 2010), menunjukkan peningkatan identitas diri remaja meningkat secara bermakna setelah dilakukan terapi kelompok terapeutik. Penelitian terapi kelompok terapeutik yang melibatkan keluarga dan kader kesehatan (Fernandes, Keliat, & Daulima, 2014), menghasilkan peningkatan kemampuan remaja dalam menstimulasi aspek perkembangan dan tugas perkembangan identitas. Penelitian tentang terapi kelompok terapeutik yang lain (Astutik, Daulima, & Rahmah, 2015), menunjukkan

peningkatan kecerdasan emosional dan perkembangan remaja secara holistik. Penelitian terapi kelompok terapeutik yang diberikan dengan psikoedukasi keluarga (Hasanah, Hamid, & Susanti, 2018) menunjukkan peningkatan aspek dan tugas perkembangan remaja. Berdasarkan beberapa hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa terapi kelompok terapeutik dapat meningkatkan pencapaian perkembangan identitas diri remaja. Penelitian terkait terapi kelompok terapeutik diteliti kembali hubungannya dengan aspek optimisme (Rizzal, Keliat, & Wardani, 2019) menunjukkan aspek optimisme meningkat, sehingga meningkatkan kepercayaan diri remaja dalam meningkatkan perkembangan identitas, sehingga hal tersebut menjadi faktor protektif pada usia perkembangan selanjutnya.

TUGAS PERKEMBANGAN REMAJA

Perkembangan yang terjadi pada remaja sangat pesat dan kompleks, yang menuntut pencapaian tugas perkembangan yang sangat kompleks pula. Apabila remaja gagal melalui tugas perkembangannya maka pada tahap perkembangan berikutnya akan terjadi masalah (Havigurst, 1972 dalam Hurlock, 1999; Stuart, Keliat, & Pasaribu, 2016; Ali & Asrori, 2009). Tugas perkembangan remaja yang sangat menonjol adalah perkembangan identitas diri, oleh karena itu di masa ini juga dikatakan sebagai masa pencarian identitas diri. Pencarian identitas adalah untuk menjawab pertanyaan “siapakah saya dan kemanakah saya?” Nilai yang ingin dicapai pada fase remaja ini adalah kesetiaan, artinya penyesuaian hidup berdasarkan pada standar yang berlaku di masyarakat (Atkinson, Atkinson, & Hilgard, 2009 dalam Saam & Wahyuni, 2012). Oleh sebab itu masa remaja menjadi periode penting untuk menilai pola perubahan ataupun kestabilan kejelasan konsep diri (Crocetti et al., 2016).

Tugas perkembangan remaja pada masa ini adalah mengatasi krisis identitas diri versus kebingungan identitas (Erikson, 1963 dalam Papalia, et al., 2001). Identitas adalah potret diri yang tersusun atas berbagai aspek, antara lain identitas pekerjaan/karir, identitas politik, identitas spiritual, identitas relasi (lajang, menikah, bercerai), identitas prestasi/intelektual, identitas seksual, identitas budaya/ etnik, minat, kepribadian dan identitas fisik (Santrock, 2012). Definisi lain yaitu identitas diri kemampuan, keyakinan, kemampuan memilih dan mengambil keputusan, baik menyangkut pekerjaan, orientasi

seksual, dan filsafat hidup (Waterman, 1988), hubungan antara persepsi diri seseorang dan bagaimana seseorang tersebut tampil dihadapan orang lain (Erikson, 1963, dalam Wood, 2009). Identitas juga disebutkan sebagai (Stuart, Keliat, & Pasaribu, 2016) kesadaran akan diri sendiri yang bersumber dari penilaian dan observasi diri, sintesa dari semua aspek yang mewakili diri yang diorganisir menjadi satu keutuhan. Identitas merupakan suatu perasaan berbeda dari orang lain (Adams & Marshall, 1996, dalam Serafini, Maitland, & Adams, 2006) mendefinisikan identitas sebagai sebuah konstruksi sosio-psikologikal yang merefleksikan pengaruh sosial melalui proses imitasi dan identifikasi serta konstruksi diri secara aktif dalam menciptakan sesuatu yang penting bagi diri dan orang lain. Jadi, berdasarkan beberapa definisi di atas dapat disimpulkan identitas diri adalah kesadaran diri setelah melakukan penilaian terhadap dirinya yang menyangkut satu kesatuan dari semua aspek yang ada dalam diri, yang diperoleh dari proses imitasi dan identifikasi serta konstruksi diri secara aktif yang akan mempengaruhi penampilan diri dan perannya di masyarakat.

Identitas diri menjadi penanda bahwa remaja telah mampu untuk melampaui dan beradaptasi dengan berbagai perubahan yang dialami. Pencapaian tugas perkembangan remaja terkait dengan pencapaian identitas, terdapat beberapa indikator yang dapat digunakan sebagai alat ukur tercapainya perkembangan remaja tersebut (Erikson, 1968). Indikator pencapaian perkembangan normal remaja kemudian menjadi suatu proses yang harus dicapai atau bisa disebut sebagai tugas perkembangan (Viejo, Gómez-López, & Ortega-Ruiz, 2018) yaitu tangguh, menguasai diri sendiri, siap untuk menjalani kehidupan dewasa dan menjadi faktor protektif remaja menghadapi masalah kesehatan jiwa.

Tugas perkembangan remaja (Havighurst, 1972) adalah:

1. Menyesuaikan diri dengan perasaan terkait perubahan fisik yang baru
2. Menyesuaikan diri dengan kemampuan intelektual yang baru
3. Menyesuaikan diri dengan peningkatan tuntutan kemampuan kognitif di sekolah
4. Mengembangkan kemampuan verbal secara luas
5. Mengembangkan kepekaan terhadap identitas dan kepribadian diri

6. Menetapkan tujuan terkait kemampuan spesifik sebagai orang dewasa (pekerjaan, profesi, hobi)
7. Menetapkan kemandirian psikologis dan emosional dari orang tuanya.
8. Mengembangkan hubungan sebaya yang menetap dan produktif
9. Belajar mengendalikan berbagai dorongan seksualnya
10. Beradaptasi dengan sistem nilai dan kepribadian serta kebiasaan kedewasaan.

Tugas perkembangan remaja yang diuraikan oleh Havighurst kemudian diadaptasi oleh pusat kajian psikoanalisis *Massachusetts Institute Technology (MIT)* (2018) untuk kemudian menguraikan tugas perkembangan remaja normal yang disesuaikan dengan perkembangan teknologi secara global yang didasarkan dari penelitian dan kajian yang telah dilakukan dan secara rinci diuraikan sebagai berikut:

1. Menyesuaikan diri dengan kematangan secara seksual meliputi penyesuaian tubuh dan perasaan.
2. Mengembangkan dan menerapkan keterampilan berpikir abstrak
3. Mengembangkan dan menerapkan keterampilan koping baru dalam berbagai situasi seperti pengambilan keputusan, pemecahan masalah, dan resolusi konflik
4. Mengidentifikasi terkait dengan arti, nilai, moral, dan sistem kepercayaan di lingkungan sekitar.
5. Memahami dan mengekspresikan pengalaman emosional yang lebih kompleks
6. Membentuk pertemanan yang erat dan saling mendukung.
7. Menentukan aspek aspek kunci sebagai identitas.
8. Memenuhi tuntutan peran dan tanggung jawab yang semakin dewasa.
9. Merundingkan kembali hubungan dengan orang dewasa dalam peran sebagai orang tua.

ASPEK PERKEMBANGAN REMAJA

Aspek perkembangan remaja merupakan fokus kegiatan terapi kelompok terapeutik remaja dengan melakukan stimulasi perkembangan pada 9 aspek perkembangan yaitu biologi, psikoseksual, kognitif, bahasa, emosi, kepribadian, moral, spiritual, sosial, bakat dan kreativitas. Pada masa remaja terjadi perubahan mendasar pada aspek biologis, kognitif, dan sosial (Steinberg, 2014). Terapi kelompok terapeutik

memfasilitasi remaja untuk memiliki pengetahuan dan kemampuan dalam melakukan adaptasi dan stimulasi perkembangan sehingga diharapkan aspek perkembangan menjadi optimal.

Aspek Biologi dan psikoseksual

Perubahan biologis pada remaja berkaitan dengan perubahan fungsi reproduksi atau disebut masa pubertas. Perubahan yang ditemukan pada remaja laki-laki dan perempuan adalah perubahan fisik yang pesat, diantaranya yaitu pertumbuhan badan yang pesat, tumbuhnya rambut kemaluan, suara yang bertambah besar, dan matangnya organ reproduksi yang diawali dengan menstruasi, dan tumbuhnya payudara pada anak perempuan, serta produksi sperma pada anak laki-laki (Papalia, Olds & Feldman, 2013 dalam Hasanah, Susanti, & Panjaitan, 2017). Perkembangan hormonal saat remaja menyebabkan terjadinya peningkatan produksi hormon pada remaja laki-laki dan perempuan sehingga mempengaruhi kemampuan perkembangan reproduksi dan kematangan penampilan fisik remaja (Stuart, Keliat, & Pasaribu, 2016). Masa pubertas terjadi fase genital dimana timbul ketertarikan seksual, fantasi seksual meningkat, perhatian terhadap lawan jenis, lebih memperhatikan penampilan sesuai dengan jenis kelaminnya (Freud, dalam Stuart, Keliat & Pasaribu, 2016).

Tingkat kematangan fisik berbeda antara remaja perempuan dan laki-laki, kebanyakan remaja perempuan mendekati tinggi dewasa, remaja laki-laki masih bertambah setelah masa remaja (GreatSchool Staff, 2009), sebagai berikut:

Remaja perempuan, pertumbuhan tinggi terus berlanjut, tetapi dengan kecepatan yang lebih lambat dari sebelumnya, tinggi orang dewasa dicapai pada usia 16 atau 17 tahun; perkembangan payudara terus berlanjut; rambut kemaluan menebal, menggelap, dan mengambil pola segitiga dewasa; bulu ketiak menebal; pinggul melebar, timbunan lemak di bokong, kaki, dan perut bertambah; periode menstruasi menjadi teratur, ovulasi terbentuk dan kehamilan menjadi mungkin.

Remaja laki-laki, pertumbuhan tinggi dan berat yang cepat, otot mengisi dan kekuatan meningkat secara dramatis, suara semakin dalam, rambut kemaluan dan ketiak muncul dan menebal, bulu tubuh bertambah, penis, skrotum, dan testis membesar, ejakulasi dan emisi nokturnal terjadi (mimpi basah)

Remaja perempuan dan laki-laki mempunyai ciri yang sama yaitu selalu lapar, nafsu makannya tinggi, kebutuhan tidur meningkat, kulit berminyak dan jerawat mungkin menjadi masalah, keringat meningkat, pertumbuhan yang cepat dapat menyebabkan kecanggungan dan kurangnya koordinasi, hasrat dan fantasi seksual meningkat.

Pada perkembangan psikoseksual, remaja diharapkan berperilaku sesuai dengan jenis kelaminnya. Hal ini yang nantinya ikut mempengaruhi keyakinan remaja akan identitas dirinya. Perubahan biopsikoseksual yang terjadi yaitu perasaan tertarik pada lawan jenis, lebih memperhatikan penampilan, meningkatnya khayalan seksual, dan berusaha menjaga kesehatan diri dengan olahraga dan melakukan perawatan diri. Kemampuan adaptasi terhadap perubahan fisik tidak sama pada remaja, sehingga dapat menyebabkan rasa tidak puas terhadap penampilan diri, tidak percaya diri, merasa canggung, perasaan tidak nyaman, tidak menerima keadaan diri dan merasa minder jika berada di antara teman-temannya (Sarwono, 2011).

Bagian otak juga masih berkembang korteks frontal, area otak yang bertanggung jawab untuk berpikir rasional, masih berkembang selama masa remaja. Amigdala dan Korteks Frontal adalah dua wilayah kunci di otak, amigdala berkembang lebih awal, berfungsi untuk memproses stres dan emosi, bertanggung jawab atas reaksi instingtual seperti ketakutan dan perilaku agresif. Korteks frontal, area otak yang bertanggung jawab untuk penilaian, pengendalian diri, regulasi emosional, pemikiran rasional, penetapan tujuan, moralitas, dan pemahaman konsekuensi, belum sepenuhnya berkembang pada remaja.

Perkembangan fisik yang sangat cepat dapat menimbulkan perasaan bangga atau rasa malu. Remaja laki-laki yang cenderung lebih kuat, lebih tinggi, dan lebih atletis, akan berkembang percaya diri dan mandiri, tetapi mereka juga berisiko untuk penyalahgunaan zat dan aktivitas seksual dini (Flannery, Rowe, & Gulley, 1993; Kaltiala-Heino, Rimpela, Rissanen, & Rantanen, 2001).

Remaja perempuan mungkin diejek atau dipuja yang dapat menyebabkan mereka merasa sadar atas pertumbuhan tubuhnya. Remaja perempuan berisiko lebih tinggi mengalami depresi, penyalahgunaan zat, dan gangguan makan (Ge, Conger, & Elder, 2001; Graber, Lewinsohn, Seeley, & Brooks-Gunn, 1997; Striegel-Moore & Cachelin, 1999). Remaja laki-laki yang terlambat bertumbuh (lebih lambat dari sebaya)

mungkin merasa malu, minder dan mempunyai perasaan negatif, yang berisiko mengalami depresi (Graber et al., 1997).

Orangtua dapat membantu remaja dalam menghadapi perubahan yang besar ini dengan memberi alternatif pilihan yang sehat, dampingi melalui proses pengambilan keputusan sebelum mereka menghadapi situasi yang berisiko. Cara ini akan membantu remaja mengambil keputusan dalam kehidupan mereka sehingga mengurangi stres. Remaja yang menjalani pembelajaran dan pengalaman positif akan lebih mudah adaptasi dengan perubahan fisik yang terjadi

Strategi untuk mendukung perkembangan otak remaja adalah:

1. Mendorong remaja untuk memiliki gaya hidup sehat dan menawarkan kesempatan untuk pengalaman yang positif.
2. Melatih logika dan menerapkan keterampilan analitis dan pengambilan keputusan untuk membangun fungsi otak.
3. Mendorong remaja untuk tasi berbagai risiko yang dihadapi untuk mengembangkan korteks frontal yang lebih kuat, yang secara efektif memberi remaja keterampilan hidup yang lebih berharga.
4. Belajar mengoreksi kesalahan, jadi kalau remaja melakukan kesalahan, jadikan kasus untuk mendiskusikan cara memperbaikinya.

Pertumbuhan yang cepat merupakan perubahan tubuh yang cepat yang dapat memberi dampak positif dan juga negatif. Untuk itu orangtua dapat mendampingi remaja untuk memutuskan bentuk tubuh yang diharapkan dan sejalan dengan itu mendiskusikan makan yang sehat yang diperlukan. Remaja dibantu mengambil keputusan tentang makanan dan minuman yang sehat, aktifitas fisik yang diinginkan, lama tidur yang sehat (8-10 jam per hari).

Aktivitas fisik harus menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari remaja, membantu remaja mengatur berat badannya, memiliki otot dan tulang yang lebih kuat, serta menjadi lebih fleksibel. Aktifitas fisik setidaknya selama 60 menit sehari, dapat berupa aktivitas fisik yang intens, 3 hari seminggu, seperti aerobik, dan menari. Aktifitas fisik yang lebih ringan adalah jalan cepat, jogging, atau bersepeda. Para remaja dapat mengunduh aplikasi kebugaran ke komputer, ponsel cerdas, atau perangkat seluler lainnya untuk membantu melacak seberapa aktif mereka setiap hari.

Peran orang tua dan guru sangat penting untuk membantu memfasilitasi stimulasi terkait dengan proses adaptasi biopsikoseksualnya (Hurrelmann & Quenzel, 2018). Stimulasi yang tepat dan berkelanjutan akan meningkatkan adaptasi pada remaja sehingga siap dengan berbagai masalah terkait perubahan biopsikoseksual yang dialami.

Cara stimulasi perkembangan aspek biologis pada remaja adalah

1. Makanan dan Minuman: Diskusikan makanan bergizi dan seimbang; makan buah dan sayur; minum minimal 2 liter per hari; tidak merokok dan tidak mengkonsumsi minuman beralkohol dan NAPZA; jaga kebersihan lingkungan dan memiliki jamban. Pemeriksaan kesehatan secara rutin: pemeriksaan kesehatan secara rutin dapat dilakukan di usaha kesehatan sekolah sesuai dengan program sekolah, dapat pula melakukannya secara mandiri. Mencari bantuan ketika mengalami kesulitan masalah biopsikoseksual: perawat sekolah atau tenaga profesional kesehatan jiwa dapat membantu mengatasi masalah biopsikoseksual yang dialami
2. Aktifitas fisik: diskusikan dengan remaja aktifitas yang disukai dan dilakukan secara teratur. Aktifitas fisik yang dapat dilakukan adalah olah raga di sekolah atau mandiri atau pada club olah raga, harapannya tiap hari 30-60 menit untuk olah raga ringan, dan tiga kali seminggu untuk olah raga intens.
3. Istirahat tidur: diskusikan dengan remaja kebutuhan tidur yaitu 6 sd 8 jam perhari, manfaat tidur dan cara memenuhi kebutuhan tidur. Perlu juga dijelaskan tentang *sleep hygiene* yaitu mematikan semua gawai satu jam sebelum tidur, mematikan lampu saat tidur agar melatonin diproduksi yang berguna menstimulasi tidur, hindari kegiatan belajar atau bermain di tempat tidur.

Cara stimulasi perkembangan aspek psikoseksual pada remaja adalah

1. Kebersihan organ reproduksi: Remaja perempuan: berikan edukasi tentang perawatan pada saat menstruasi yaitu menggunakan pembalut yang bersih, mengganti pembalut secara rutin, dan membersihkan genetalia. Remaja laki-laki, diskusikan tentang mimpi basah dan segera membersihkannya.
2. Pengendalikan dorongan seksual: diskusikan dengan remaja cara mengalihkan dorongan seksual melalui aktifitas fisik dan belajar. Sampaikan pula bahayanya

menonton film porno dan seks bebas terhadap fungsi otak, penyakit kelamin, risiko hamil pada remaja perempuan dan putus sekolah.

Aspek Kognitif

Pada masa ini perkembangan kognitif remaja masuk pada tahapan operasional formal, menurut Piaget, tahap ini merupakan tingkat perkembangan kognitif tertinggi, yaitu remaja mampu mengembangkan kapasitasnya untuk berpikir secara abstrak (Papalia, Olds & Feldman, 2013). Konsep abstrak adalah ide atau gagasan yang dapat dipahami tetapi tidak memiliki bentuk fisik, seperti ide dalam pikiran tetapi tidak memiliki keberadaan secara fisik atau konkret. Kemampuan mengidentifikasi, memahami dan mengkomunikasikan konsep-konsep abstrak merupakan elemen dasar dari kecerdasan manusia.

Remaja akan mengembangkan berpikir kenyataan, mampu memperhatikan kemungkinan yang terjadi, mampu membayangkan hal-hal yang akan dilakukan, peristiwa yang akan terjadi, bentuk masa depan yang akan direncanakan seperti pendidikan selanjutnya, pekerjaan, perubahan dalam pola hubungan dengan keluarga dan orang lain, dan konsekuensi dari segala sesuatu yang mereka perbuat.

Perkembangan kognitif pada usia remaja telah mampu menghubungkan ide, konsep atau pemikiran, sehingga dapat melakukan analisis penyelesaian masalah (Yusuf, 2010). Aspek kognitif akan mendasari kemampuan remaja untuk memproses informasi, menganalisis, membuat pilihan, dan membuat keputusan, lalu melakukan evaluasi setelahnya (Hurrelmann & Quenzel, 2015). Kemampuan analisis masalah dan menyelesaikan masalah seperti manajemen waktu, penyelesaian tugas sekolah, dan persiapan ujian. Penyelesaian masalah berhubungan dengan masalah yang terkait dengan keinginan, kebutuhan dan konflik antara keinginan dan kebutuhan yang tidak tercapai yang perlu diselesaikan. Remaja semakin bertanggung jawab melaksanakan keputusan yang diambil.

Cara stimulasi perkembangan aspek kognitif pada remaja adalah

1. Berpikir abstrak: Diskusi dengan remaja tentang ide, gagasan, keinginan yang belum ada secara fisik. Remaja diminta untuk menjelaskannya cara untuk merealisasikannya.

2. Berfikir kenyataan atau realitas: Diskusikan dengan remaja cita-cita berdasarkan contoh nyata yang sudah ada, lanjutan sekolah, dan pekerjaan. Hubungan dengan orangtua atau oranglain yang menjadi konsekuensi dari keputusan, misalnya akan melanjutkan pendidikan dikota yang jauh, maka didiskusikan bagaimana hubungan dengan orangtua.
3. Pemecahan masalah: Diskusikan dengan remaja cara menyelesaikan masalah yang dihadapi, misalnya penyelesaian tugas sekolah, persiapan ujian, atau diangkat masalah yang sedang dihadapi oleh remaja.

Aspek Bahasa

Perkembangan Bahasa pada remaja memiliki kaitan yang erat dengan perkembangan kognitif. Perkembangan bahasa dikonstruksi diatas perkembangan intelektual, sehingga kemampuan berbahasa seseorang akan banyak dipengaruhi oleh kapasitas kemampuan kognitifnya, dan semakin tinggi tingkat intelektual seseorang maka semakin cakap kemampuannya dalam berbahasa (Sa'ida, 2018). Perkembangan bahasa yaitu kemampuan remaja dalam membentuk pengertian, menyusun pendapat dan menarik kesimpulan. Empat tugas pokok yang harus diselesaikan atau dikuasai oleh individu dalam perkembangan bahasa yaitu pemahaman, pengembangan perbendaharaan kata, penyusunan kata-kata menjadi kalimat, dan pengucapan (Yusuf, 2010). Secara umum remaja mengenal sekitar 80.000 kata saat usia 16-18 tahun, mereka berbicara dengan bahasa yang berbeda dengan teman sebayanya dibandingkan dengan orang dewasa (Owen, 1996 dalam Papalia, Olds & Feldman, 2013). Bahasa pergaulan remaja merupakan bagian dari proses perkembangan identitas diri yang berbeda dari dunia orangtua dan orang dewasa, remaja memiliki kemampuan dalam bermain dengan kata-kata yang baru saja muncul untuk mendefinisikan cara pandang unik generasi mereka dalam hal nilai, selera dan preferensi (Elkind, 1998 dalam Papalia, Olds & Feldman, 2013). Bahasa menjadi aspek perkembangan yang penting untuk menjembatani remaja dalam mengekspresikan apa yang dirasakan. Perkembangan bahasa akan meningkat apabila remaja sering bergaul dengan banyak orang dengan berbagai latar belakang budaya yang berbeda (Hoover, Sterling, & Storkel, 2011). Selain itu, belajar istilah-istilah baru yang unik dan banyak digunakan oleh teman sebayanya (Carey & Sarnecka, 2006).

Remaja diharapkan mampu menggunakan bahasa tingkat lanjut yaitu menggunakan kalimat kompleks, baik dalam pernyataan lisan maupun bahasa tertulis. Bahasa lisan dapat dilatih dengan pidato, presentasi, membaca (mis. teks atau puisi), bahasa tulisan dapat dilatih dengan menulis cerita dan laporan (Talyana, 2013)

Remaja mampu menghasilkan cerita tertulis yang mengikuti aturan tata bahasa, dan secara teratur membuat kesimpulan yang benar dari teks tertulis. Pemahaman dan kemampuan remaja menganalisis dan merefleksikan pandangannya terhadap bacaan, yaitu menjelaskan bacaan dengan menggunakan kata-katanya sendiri. Kemampuan ini dapat dilatih dengan memberikan bahan baca, kemudian remaja menulis analisis dan refleksinya terhadap bahan bacaan tersebut dengan menggunakan kata-kata sendiri.

Keterampilan bahasa sosial sangat penting bagi remaja, kemampuan untuk menanggapi sarkasme, perundung atau ejekan, dari teman sebaya. Jika tidak memiliki kemampuan bahasa sosial yang baik, maka remaja menjadi sasaran. Untuk itu remaja perlu latihan cara-cara menghadapi situasi ini. Keterampilan ini dapat dilatih dan dikembangkan dengan cara meningkatkan pergaulan sehingga remaja mungkin akan menemui kesulitan dalam menghadapi seseorang dan mencoba keterampilan yang sudah dilatih.

Cara stimulasi perkembangan aspek bahasa pada remaja adalah

1. Bahasa lisan: remaja dapat dilatih kerja kelompok untuk berdiskusi, berpidato, presentasi, dan debat.
2. Bahasa tulisan: remaja dapat dilatih cerita, laporan, puisi, lagu dan skenario suatu drama.
3. Pemahaman lanjut terhadap bacaan: remaja diberikan bahan bacaan dan kemudian memintanya menganalisis dan merefleksikan pandangannya secara tertulis atau lisan.
4. Tanggapan terhadap bahasa kasar: remaja perlu dilatih dalam menanggapi sarkasme, ejekan dan perundungan. Latihan asertif merupakan salah satu cara yang dapat dilakukan.

Aspek Emosi

Masa remaja merupakan puncak emosionalitas, yaitu perkembangan emosi yang tinggi. Emosi dapat berkembang ke positif ataupun negatif. Perkembangan emosi diusia remaja awal menunjukkan sifat sensitif dan reaktif yang sangat kuat terhadap berbagai

peristiwa atau situasi sosial, emosinya temperamental, namun emosi sudah mampu dikendalikan saat memasuki fase remaja akhir (Yusuf, 2010) yang disebut dengan emosi negatif. Pola gejalak emosional dapat ditandai dengan konflik dengan keluarga, keterasingan dari lingkungan orang dewasa, perilaku ceroboh dan penolakan terhadap nilai-nilai orang dewasa (Papalia, Olds & Feldman, 2013). Suasana hati dan perasaan remaja sangat kuat tidak dapat terprediksi, sehingga mudah sekali menimbulkan konflik. Remaja yang menghadapi ketidaknyamanan emosi dengan reaksi yang defensif, reaksi ini muncul sebagai upaya untuk melindungi kelemahan diri. Reaksi tersebut tampil dalam perilaku *maladjustment* seperti agresif yaitu melawan, keras kepala, bertengkar berkelahi, senang mengganggu), dan melarikan diri dari kenyataan dengan cara melamun, pendiam, senang menyendiri, minum-minuman keras atau obat-obatan terlarang.

Remaja yang berada pada lingkungan yang kondusif, cenderung akan mengembangkan emosi yang matang, yang ditandai oleh emosi yang adekuat (cinta kasih, simpati, respek, dan senang menolong orang lain), mampu mengendalikan emosi (tidak mudah tersinggung, tidak agresif, bersikap optimis), dan mampu menghadapi situasi secara wajar. Remaja yang memiliki emosi ini disebut emosi positif. Regulasi emosi didefinisikan secara luas sebagai kemampuan untuk mengelola respons emosional seseorang, yaitu strategi untuk meningkatkan, mempertahankan, atau menurunkan intensitas, durasi, dan lintasan emosi positif dan negatif.

Ciri dari emosi positif adalah terhibur, kagum, bersyukur, punya harapan, inspirasi, berminat, gembira, cinta kasih, kebanggaan, dan ketenangan (Aldenderfer & Blashfield, 1984, dalam Rana & Nandinee, 2016). Emosi positif berhubungan dengan kesejahteraan psikologis khususnya dimensi otonomi, penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, hubungan positif, tujuan hidup, dan penerimaan diri (Rana & Nandinee, 2016). Oleh karena itu, emosi positif perlu distimulasi agar remaja berkembang dengan dan mempunyai identitas diri.

Cara stimulasi perkembangan aspek emosi pada remaja adalah

1. Identifikasi emosi positif: Diskusikan dengan remaja emosi positif yang dialami. Buat daftar emosi positif, tambahkan emosi positif yang baru setiap hari. Buat pula daftar aktivitas, situasi, atau orang yang membuat emosi positif. Berbagai emosi

positif yang mungkin terjadi sepanjang hari, mis: terhibur saat guru melucu di kelas, bangga bermain olah raga dengan baik, mendapat pujian, mendapat ucapan dan hadiah saat ulangtahun. Hasil kegiatan ini adalah daftar emosi positif dan situasi yang menimbulkan emosi positif

2. Fokus pada emosi positif: Diskusikan dengan remaja emosi positif yang ingin ditingkatkan dan membuat hati gembira. Identifikasi situasi yang menimbulkan emosi positif, berfokuslah pada hal-hal kecil dan sederhana, seperti lagu yang membuat senang setiap kali mendengarnya, bermain musik, bersenda gurau, berlibur bersama keluarga. Rencanakan dan pilih yang dapat dilakukan setiap hari dan tidak mengganggu kegiatan hidup sehari-hari. Berkomitmen untuk melakukan satu atau lebih kegiatan yang dapat meningkatkan emosi positif.
3. Simpan dan gunakan pengalaman emosi positif (Peti Harta Karun Positif): Diskusikan kembali daftar emosi positif, situasi yang menimbulkan emosi positif dan kegiatan rutin yang menimbulkan emosi positif perlu disimpan sebagai “Peti Harta Karun Positif”. Sediakan waktu untuk membaca dan mengingat kembali semua emosi positif. Peti harta karun positif merupakan kumpulan pengingat akan pengalaman positif yang telah dialami, seperti saat-saat indah dalam hidup, kegembiraan yang pernah dialami, prestasi atau keberhasilan yang pernah dicapai, kesenangan atau hobby yang dimiliki, buku atau musik yang memiliki makna, orang-orang yang penting dalam kehidupan. Contoh: foto atau suvenir saat-saat ter, penghargaan yang mengingatkan tentang pencapaian, kartu atau catatan dari orang spesial, lagu yang disukai, kenang-kenangan masa kecil, foto seseorang yang dikagumi, simpan dalam folder, binder, atau kotak khusus yang mudah ditemukan. Ketika, merasa sedih atau putus asa, luangkan beberapa menit untuk melihat-lihat kotak harta karun untuk meningkatkan emosi positif. Atau lakukan peningkatan emosi positif setiap hari dengan membuka peti harta karun positif.

Aspek Kepribadian

Perkembangan kepribadian remaja berjalan seiring dengan pembentukan identitas diri remaja. Berikut lima ciri utama kepribadian remaja (Caspi et al., 2005; McCrae & John, 1992 dalam Klimstra, 2013, Widiger, 2017).

1. Kesepakatan (*Agreeableness*) pada remaja mulai berkembang yaitu, suka menolong, kooperatif, kebaikan, penyayang dan hangat, khususnya pada kelompok teman sebaya.
2. Ekstraversi (*Extraversion*) pada remaja mulai berkembang yaitu senang bergaul, mempunyai kelompok dan mempunyai energy positif.
3. Keterbukaan (*Openness to Experience*) pada remaja mulai berkembang yaitu, sikap keingintahuan, ketertarikan dan kreatifitas pada hal yang baru.
4. Teliti dan hati-hati (*Conscientiousness*) pada remaja mulai berkembang yaitu, keteraturan, bertanggungjawab dan tekun.
5. Neurotik (*Neuroticism*) pada remaja mulai berkembang yaitu, emosi yang terkontrol dan percaya diri.

Ciri-ciri kepribadian ini dipengaruhi oleh faktor lingkungan seperti peran sosial dan hubungan sosial dalam keluarga, sekolah dan masyarakat. Masa remaja akan terjadi perubahan ke arah kepribadian orang dewasa. Harapannya bahwa *Neuroticism* akan menurun dan *Agreeableness*, *Extraversion*, *Openness to Experience*, dan *Conscientiousness* akan meningkat. Selain itu, ciri kepribadian menjadi lebih mapan dan gambaran sifat kepribadian menjadi lebih stabil (Roberts, Caspi, & Moffitt, 2001 dalam Klimstra, 2013). Penelitian longitudinal pada remaja usia 12-20 (Klimstra, Hale, Raaijmakers, Branje, & Meeus, 2009, dalam Klimstra, 2013) menemukan bukti bahwa peningkatan level rata-rata dalam *Agreeableness*, *Extraversion*, dan *Openness*, dan penurunan dalam *Neuroticism*. Selain itu gambaran stabilitas juga meningkat secara sistematis. Selain itu, remaja perempuan menunjukkan perkembangan lebih di depan dari pada remaja laki-laki.

Berdasarkan beberapa penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara perkembangan kepribadian dengan pembentukan identitas diri. Usia remaja penting dalam perubahan menuju kepribadian seperti orang dewasa. Masa remaja juga ditandai dengan pembentukan identitas diri. Proses pembentukan identitas diri menyebabkan beberapa perubahan kepribadian remaja. Khususnya, peningkatan identifikasi dengan peran sosial orang dewasa yaitu komitmen, yang merupakan tolok ukur pembentukan identitas. Komitmen identitas telah terbukti berhubungan dengan ciri-ciri kepribadian *Conscientiousness*, *Agreeableness*, dan *Neuroticism* (Lodi-Smith & Roberts, 2007

dalam Klimstra, 2013). Hal ini berperan sebagai kekuatan pendorong didalam perubahan kepribadian remaja.

Cara stimulasi perkembangan aspek kepribadian pada remaja adalah

1. Kesepakatan (*Agreeableness*): Diskusikan dengan remaja cara-cara membangun kesepakatan dengan orang lain. Kesepakatan dapat berupa aktifitas dalam menolong/membantu orang, mengembangkan kepedulian pada masyarakat dan lingkungan sekitar. Kegiatan sekolah dapat diarahkan ke pramuka dan pertolongan pertama kecelakaan
2. Ekstraversi (*Extraversion*): Diskusikan dengan remaja tentang cara memperluas pergaulan secara positif. Identifikasi perluasan pergaulan pada individu, kelompok atau masyarakat, dan fasilitasi beraktualisasi pada kegiatan social kemasyarakatan.
3. Keterbukaan (*Openness to Experience*): Diskusikan dengan remaja kegiatan atau pengalaman baru yang menantang seperti petualangan, sesuatu yang baru untuk dapat mengembangkan keingintahuan, ketertarikan dan kreativitas, misalnya melalui kompetisi-kompetisi kegiatan ilmiah dan kesenian. Terbuka terhadap sesuatu yang baru (*open minded*)
4. Teliti dan hati-hati (*Conscientiousness*): Diskusikan dengan remaja tentang kegiatan yang dilakukan sehari-hari, di rumah, di sekolah dan di tempat umum. Kemudian bahas tujuan dan cara melakukannya dengan teratur agar tidak terjadi kegagalan. Remaja diajak bertanggungjawab, teliti dan hati-hati dalam melakukan kegiatan atau pekerjaan tertentu di rumah, sekolah, atau masyarakat.
5. Neurotik (*Neuroticism*): Diskusikan dengan remaja cara mengendalikan emosi dan peningkatan percaya diri.

Aspek Moral

Perkembangan moral remaja menjadi semakin baik tentang yang benar atau salah. Seiring perkembangan kognitif, emosional, dan sosial, pemahaman remaja tentang moralitas semakin luas sehingga perilaku dan moral semakin selaras. Perkembangan moral pada remaja akan melanjutkan perkembangan moral anak pra sekolah dan sekolah yaitu pra konvensional tahap pertama dan kedua (Kohlberg, 1963). Pada tahap pertama telah berkembang ketaatan terhadap peraturan, tahap kedua telah berkembang perilaku yang disesuaikan dengan kepentingan diri sendiri, yang akan dilanjutkan pada

perkembangan moral selanjutnya. Perkembangan moral remaja berada pada tingkat konvensional pada tahap ketiga yaitu kesesuaian interpersonal. Remaja mengembangkan perilakunya sesuai dengan keinginan atau harapan dari keluarga, teman sebaya, dan kelompok masyarakat di lingkungannya. Keputusan moral diambil dengan mengantisipasi agar keputusan tersebut disetujui oleh anggota kelompok yang berpengaruh pada remaja. Remaja ingin dianggap sebagai orang yang baik dan positif serta mendapat persetujuan dari orang-orang yang penting dalam hidup remaja, dan hal ini sesuai dengan perkembangan identitas yang sedang dilalui.

Remaja sangat menghormati orang dewasa yang adil dan bertanggung jawab. Otoritas orangtua dan guru tidak mengganggu, dan mereka merasa harus patuh pada orangtua dan guru. Jika mereka melanggar aturan mereka harus memperbaiki (Kohlberg, 1963).

Peningkatan aspek perkembangan moral pada remaja dapat tercapai apabila bentuk stimulasi yang didapatkan bersifat konsisten dan mengikat (Carlo, Fabes, Laible, & Kupanoff, 1999). Bentuk stimulasi aspek perkembangan moral dapat dilakukan dalam bentuk kegiatan seperti pembiasaan ajaran tata krama, sopan santun, etika, norma, nilai yang dianut, latihan toleransi, membiasakan bertutur kata yang baik. Penjelasan dan latihan tentang aturan, tata tertib, hukum yang tertulis dan tidak tertulis perlu dilakukan. Orang tua dan guru berperan sebagai *role model*, karena pada tahapan ini remaja akan cenderung mengadopsi penerapan latihan tersebut dari apa yang dilakukan oleh orang tua dan guru (Hart & Carlo, 2005). Selanjutnya orangtua dan guru memberikan penguatan atas perilaku moral yang dilakukan remaja dan memberi arahan pada perilaku moral yang belum benar dan baik. Untuk itu perlu perhatian yang ketat dan kerjasama dari orang tua, guru dan masyarakat dalam menstimulasi aspek perkembangan ini.

Cara stimulasi perkembangan aspek kepribadian pada remaja adalah

1. Latihan taat pada peraturan (moral pra sekolah dan sekolah): Diskusikan kembali moral pada usia pra sekolah dan sekolah dalam menaati peraturan dan tata tertib. Selanjutnya remaja terus mempraktikkannya.
2. Latihan memenuhi kepentingan diri sendiri (moral pra sekolah dan sekolah): Diskusikan kembali moral pada usia pra sekolah dan sekolah dalam memenuhi

kepentingan diri sendiri terkait dengan tugas dan kegiatan yang menjadi tanggung jawabnya. Selanjutnya remaja terus mempraktikkannya.

3. Latihan toleransi pada orangtua: Diskusikan dengan remaja keinginan dan harapan orangtua terhadap remaja. Kemudian diskusikan pula pendapat remaja terhadap keinginan dan harapan orangtua. Kembangkan sikap toleran terhadap orangtua, dan adopsi pendapat dan perilaku sebagai contoh peran (*role model*).
4. Latihan toleransi dengan guru: Diskusikan dengan remaja keinginan, harapan dan tugas yang diberikan guru. Kemudian diskusikan pendapat dan sikap remaja, dan kembangkan sikap bertanggung jawab dan meniru aspek positif dari guru.
5. Latihan toleransi dengan teman sebaya: Diskusikan dengan remaja persamaan dan perbedaan keinginan, harapan dan pendapat antara teman. Kemudian diskusikan pendapat dan sikap remaja terhadap temannya tersebut. Latih menyepakati persamaan dan menerima perbedaan.
6. Latih toleransi dengan teman kelompok kerja: Diskusikan dengan remaja berbagai kelompok yang diikuti dan perbedaan serta persamaan keinginan. Kemudian diskusikan pendapat dan sikap remaja terhadap kelompoknya. Latih melakukan kesepakatan kelompok, walau kadang-kadang tidak sesuai dengan keinginan remaja.
7. Latih toleransi dengan lingkungan masyarakat: Diskusikan dengan remaja keadaan lingkungan masyarakat tempat remaja, dan minta pendapat dan sikap remaja. Latih remaja beradaptasi dengan meniru sikap orangtua, guru dan orang yang penting dalam kehidupan remaja tetap meniru tata krama, sopan santun, etika, norma, nilai yang dianut, membiasakan bertutur kata yang baik. Selanjutnya memberi penguatan saat remaja melakukannya dan memberi arahan jika remaja belum melakukannya

Aspek Spiritual

Perkembangan spiritual pada remaja semakin stabil yang berhubungan erat dengan aspek perkembangan lain yang ditunjukkan melalui kepuasan hidup yang tampak seperti kebaikan, rasa syukur dan ketekunan. Spiritualitas didefinisikan sebagai kemampuan yang menunjukkan kesadaran akan dunia sekitarnya yang ditunjukkan melalui keajaiban, rasa kasih sayang dan cinta terhadap dunia ini dan semua yang ada di dalamnya (Giesenberg, 2007), spiritualitas lebih luas daripada agama (Lin, 2014).

Dimensi spiritual berupaya untuk mempertahankan keharmonisan atau keselarasan dengan dunia luar, berjuang untuk menjawab atau mendapatkan kekuatan di luar kekuatan manusia (Kozier dkk, 2008).

Kebutuhan agama bagian yang tidak terpisahkan dengan kebutuhan spiritual yaitu kebutuhan mempertahankan keyakinan dan menjalankan kewajiban agama yang dianut, kebutuhan untuk mendapatkan pengampunan dan maaf serta menjalin hubungan yang penuh rasa percaya pada Tuhan (Carson, 1989, dalam Hamid, 2009). Remaja yang kurang mendapatkan bimbingan keagamaan dalam keluarga, kondisi keluarga yang kurang harmonis, orangtua yang kurang memberikan kasih sayang, dan hubungan pertemanan dengan kelompok sebaya yang kurang memiliki nilai-nilai agama akan menjadi pemicu berkembangnya sikap dan perilaku remaja yang kurang baik, seperti pergaulan bebas, minum-minuman keras, penggunaan obat terlarang, dan suka membuat onar dalam masyarakat (Yusuf, 2010). Hal tersebut menggambarkan bahwa kegiatan agama yang baik dari remaja, akan menjadi kontrol diri dan mencegah terjadinya perilaku buruk remaja. Keterlibatan remaja dalam kegiatan keagamaan menjadi salah satu cara yang umum untuk membantu aspek perkembangan spiritual remaja (Roehlkepartain, King, Wagener, & Benson, 2006). Remaja bisa memilih kegiatan yang diinginkan dalam bentuk, kegiatan interaktif, kegiatan wisata, dan kegiatan hiburan (Benson, Roehlkepartain, & Rude, 2003).

Cara stimulasi perkembangan aspek spiritual pada remaja adalah

1. **Kegiatan keagamaan:** Diskusikan dengan remaja untuk mencari informasi terkait pengetahuan tentang agama yang dianut dari pemuka agama. Remaja dimotivasi untuk membuat jadwal kegiatan ibadah dan melaksanakannya secara rutin sesuai dengan keyakinan yang dianut. Remaja dimotivasi untuk menjalankan kaidah dan ajaran agama dalam kehidupan sehari-hari, seperti melakukan kebaikan dan menjauhi larangan dari agama.
2. **Kegiatan memelihara ciptaan Tuhan:** Diskusikan dengan remaja tentang cara memelihara ciptaan Tuhan yaitu alam sekitar dan semua isinya sebagai ciptaan Tuhan yang berharga, misalnya: pencinta lingkungan seperti penghijauan, perlindungan satwa, pembuangan sampah; pencinta alam, kegiatan kemanusiaan seperti relawan dan kegiatan perlindungan kehidupan manusia.

Aspek Sosial

Kebutuhan sosial pada remaja yaitu interaksi dengan teman sebaya dan perasaan saling memiliki menjadi hal yang sangat bermakna bagi remaja (Malekoff, 2014). Pada masa ini berkembang “*social cognition*” yaitu kemampuan untuk memahami orang lain sebagai individu yang unik, baik menyangkut sifat pribadi ataupun nilai-nilai maupun perasaannya. Pemahaman ini mendorong remaja untuk menjalin hubungan sosial yang lebih akrab dengan orang lain terutama teman sebaya, hubungan ini dapat berupa persahabatan ataupun percintaan (pacaran).

Perkembangan sosial remaja meliputi pembentukan identitas diri, hubungan sosial, kemandirian (Hockenberry et al, 2003), dan tanggungjawab. Pembentukan identitas diri merupakan komponen yang paling sentral. Proses pembentukan identitas dipandang sebagai proses integrasi perubahan personal, tuntutan sosial, dan harapan untuk masa depan (Sprinthall & Collins, 1995). Sedangkan Erikson (1981, dalam Bowling, 1999) menyatakan pembentukan identitas diri adalah membuat suatu perasaan sama, satu kesatuan dari kepribadian dan diakui orang lain sama dari waktu ke waktu.

Pembentukan identitas diri dimulai sejak bayi dengan proses identifikasi dan introspeksi. Identifikasi diperoleh dari hubungan ibu dengan bayi, hubungan anak dan orang tua/teman/guru/tokoh terkait aspek seksual dan gambaran diri, introspeksi melalui: *self evaluasi*, *reinforcement*, *self reinforcement*, dan berpikir positif (Stuart, Keliat & Pasaribu, 2016). Remaja mungkin mencoba hal-hal baru seperti gaya pakaian, musik, seni, atau grup pertemanan dalam mencari identitas. Teman, keluarga, media, budaya, dan banyak factor yang membentuk pilihan remaja.

Pada tahap pembentukan identitas diri, remaja mencoba untuk menemukan peran dan identitasnya melalui hubungan sosial yang dimiliki. Terdapat empat status identitas diri, masing-masing status identitas kombinasi antara kedalaman eksplorasi dengan komitmen pembentukan identitas diri (Marcia, 1966 dalam Chase, 2001; Giuliani, 2009; Frisch & Frisch, 2006). Empat status identitas diri tersebut yaitu: 1) Identitas kabur (*Identity-diffusion*), remaja dengan identitas kabur dicirikan dengan belum aktif remaja dalam mengeksplorasi dan membuat komitmen pada suatu nilai dan tujuan. 2) Penutupan idenditas (*Foreclosure*), remaja dengan identitas penutupan yang dicikan oleh belum matang dalam komitmen dan eksplorasi nilai-nilai yang dapat diadopsi dari orang lain yang dianggap penting. 3) Penundaan identitas (*Moratorium*), remaja dengan identitas penundaan dicikan oleh keaktifan remaca mengeksplorasi dan

mencari nilai-nilai dari diri sendiri dan lingkungannya, tetapi masih menunda komitmen atau komitmen yang sifatnya sementara. 4) Pencapaian identitas (*Identity-achieved*), remaja telah mencapai identitas dengan komitmen pada pilihannya, seperti keahlian (sekolah yang dipilih), pekerjaan, agama dan kepercayaan, dan menjalankannya. Komitmen dibuat setelah melakukan eksplorasi secara aktif. Mereka mencari tantangan, bertanya nilai-nilai, sebelum menentukan dari sudut pandangnya. Saat mencapai identitas pada umumnya penerimaan diri (*self-acceptance*) tinggi (Muuss, 1988 dalam Bowling, 1999). Identitas yang keempatlah yang menjadi tujuan dari perkembangan remaja.

Hubungan sosial pada remaja mengarahkan hasrat untuk meningkatkan hubungan dekat dengan orang lain (Sullivan 1953, dalam Stuart, Keliat & Pasaribu, 2016), mencapai hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita. Remaja diharapkan dapat berhubungan dengan orang lain atau lawan jenis, yang didasari atas saling menghargai dan menghormati. Remaja lebih banyak menghabiskan waktu dengan teman sebayanya dan lebih sedikit waktu dengan keluarga. Persahabatan dengan teman sebaya berfokus pada kegiatan bersama, pertukaran pikiran dan perasaan.

Kemandirian (*autonomy*) pada remaja adalah untuk mencapai kepastian akan kebebasan dan kemampuan berdiri sendiri (Havigurst, 1985). Kemandirian merupakan salah satu kebutuhan remaja untuk tidak bergantung secara psikis maupun secara ekonomi. Kemandirian seringkali membuat remaja merasa ingin bebas dari hal-hal yang mengatur kehidupannya, termasuk dari orang tua. Orang yang mandiri adalah orang yang berani mengambil keputusan dilandasi oleh pemahaman akan segala konsekuensi dari tindakannya (Stuart, Keliat & Pasaribu, 2016). Kemandirian remaja dicirikan dengan bepergian tanpa ditemani orangtua, bersama kelompok melakukan kegiatan, menghabiskan waktunya sendiri, membelanjakan uangnya sendiri. Orangtua merasakan perubahan rutinitas dan hubungan dalam keluarga.

Pada masa ini juga berkembang sikap "*comformity*", yaitu kecenderungan untuk menyesuaikan opini, pendapat, nilai, kebiasaan, kegemaran (*hobby*) atau keinginan yang diterima oleh orang lain (teman sebaya). Perkembangan kemampuan sosial menuntut remaja untuk memiliki kemampuan menyesuaikan diri dengan realitas sosial, situasi dan relasi baik dalam lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat luas.

Remaja dapat meningkatkan aspek sosialnya dengan melakukan stimulasi secara rutin dan tepat. Kegiatan stimulasi yang secara simultan berdampak terhadap kemampuan adaptasi remaja terkait berbagai permasalahan yang muncul di lingkungan sosialnya (Ottolini et al., 2012). Remaja juga lebih mudah untuk mendapatkan penerimaan sosial apabila remaja tersebut lebih sensitif terhadap perubahan dan dinamika yang terjadi di lingkungan sosialnya (Choudhury, Blakemore, & Charman, 2006).

Cara stimulasi perkembangan aspek social pada remaja adalah

1. Pengembangan identitas diri: Diskusikan dengan remaja tentang aspek kehidupan yang diinginkan yaitu menetapkan keahlian atau karier, sekolah, pekerjaan, agama dan kepercayaan. Orangtua dan guru dan orang penting dalam kehidupan remaja memberi wawasan dan membantu remaja mengambil keputusan dengan semua konsekuensinya. Remaja dilatih melakukan penghargaan atas capaiannya (*self reinforcement*), lingkungan memberikan penghargaan sehingga remaja menerima capaiannya yang akan membentuk identitasnya.
2. Pengembangan kemandirian dan tanggungjawab: Diskusikan dengan remaja kegiatan kehidupan yang dapat dilakukan secara mandiri tanpa didampingi orangtua, seperti *study tour*, *camping*, dll. Remaja mulai dilatih mengelola keuangan dengan bertanggung jawab, misalnya diberikan dana per minggu atau per bulan dan minta laporan pertanggungjawabannya. Remaja juga telah dapat diberi tanggungjawab peran dalam keluarga, misalnya bertanggung jawab terhadap kebersihan dan kerapihan kamar, mencuci piring setelah makan, dll
3. Pengembangan hubungan social: Diskusikan dengan remaja dalam kegiatan kelompok untuk melatih sosialisasi, seperti kerja kelompok di sekolah, lingkungan dan kegiatan keagamaan. Orangtua perlu mengetahui teman-teman remaja agar dampak pertemanan menjadi positif. Pencegahan perundungan dan tekanan teman sebaya dan kelompok perlu diperhatikan.

Aspek Bakat

Perkembangan bakat khusus remaja merupakan kemampuan bawaan berupa potensi khusus pada bidang tertentu. Bakat dapat diklasifikasikan menjadi lima bidang yaitu akademik, kreatif-produktif, psikomotor & kinestetik, dan sosial (Conny & Utami, 1987, dalam Ali & Ansori, 2009). Bakat dapat memungkinkan seseorang untuk

mendapatkan prestasi yang diinginkan, namun untuk mewujudkannya diperlukan pengetahuan, latihan, motivasi dan pengalaman yang cukup. Keberhasilan dan prestasi yang didapatkan dari bakat dapat meningkatkan harga diri (Hockenberry, dkk, 2003) dan menjadi identitas dari remaja, misalnya pemain sepakbola, penyanyi pop, juara olimpiak sains dll. Penelitian menunjukkan bahwa anak-anak yang sangat berbakat, baik dalam olah raga, seni atau akademisi, seringkali membutuhkan dukungan substansial dari orang lain di hidup mereka untuk mengembangkan bakat mereka dan mencapai potensi yang optimal. mereka sepenuhnya (Chin & Harrington, 2007).

Bakat olahraga dapat diidentifikasi sejak awal dan selanjutnya dikembangkan secara dinamis sampai profesional (Burgess & Naughton, 2010), dan menjadi identitas dari remaja. Pengembangan bakat olah raga memerlukan dukungan dari orangtua, guru, teman kelompok sebaya dan pelatih. Untuk itu remaja disekolah dapat memilih olah raga yang diminati dan berlatih yang kemudian dapat berkembang menjadi profesional. Pengembangan bakat musik dan bernyanyi dapat diketahui, jika remaja menyukai instrumen dan suaranya, itu datang dari dalam, itu miliknya seumur hidup yang dapat mengungkapkan perasaan (Chin & Harrington, 2007).

Seseorang dapat memiliki bakat unik yang tidak dimiliki oleh orang lain, yang selanjutnya akan menjadi identitasnya. Bakat khusus yang dimiliki tersebut kedepannya akan berpengaruh terhadap penentuan masa depan seperti pemilihan dan pengembangan karir, serta tipe pekerjaan yang diinginkan (Mahoney, 2001) yang akan menjadi identitas dari remaja.

Cara stimulasi perkembangan aspek bakat pada remaja adalah

1. Pengembangan bakat olahraga: Diskusikan dengan remaja tentang mata pelajaran olah raga di sekolah, kemudian diskusikan olahraga yang disukai remaja yang dapat dilanjutkan dengan ekstra kurikuler. Guru, orangtua, pelatih dan teman satu kelompok dapat mengarahkan pengembangan bakat olahraga menjadi profesional yang disesuaikan dengan keterjangkauan dana dari orangtua.
2. Pengembangan bakat seni musik: Diskusikan dengan remaja tentang mata pelajaran seni music, kemudian diskusikan seni music yang disukai remaja yang dapat dilanjutkan dengan ekstra kurikuler. Guru, orangtua, pelatih dan teman satu kelompok dapat mengarahkan pengembangan bakat senimusik menjadi profesional yang disesuaikan dengan keterjangkauan dana dari orangtua.

Aspek Kreativitas

Kreativitas mulai berkembang pada masa remaja dan berlanjut sepanjang hidup. Identitas ini berfungsi sebagai faktor pendorong untuk memperoleh keterampilan yang ingin kejar (Rothenberg, 2020). Kreativitas dimanifestasikan dalam pencarian seni visual, komposisi musik, berpikir abstrak dan eksplorasi yang berkembang pesat pada usia remaja seiring dengan tingginya keingintahuan.

Perkembangan kreativitas erat kaitannya dengan perkembangan kognitif remaja. Kreativitas merupakan kemampuan untuk menciptakan sesuatu yang baru (Barron, 1982 dalam Bahari, et al., 2010). Kreativitas muncul karena adanya perpaduan fungsi otak kanan dan otak kiri. Remaja yang kreatif memiliki rasa ingin tahu yang besar, berani mengungkapkan pendapat, senang mencari pengalaman baru, serta menyukai tantangan atau hal-hal sulit, memiliki inisiatif, tekun, energik dan ulet, mampu menyelesaikan banyak tugas, percaya diri, memiliki rasa humor, menyukai keindahan, memiliki wawasan tentang masa depan, dan memiliki imajinasi (Utami, 1992 dalam Ali & Asrori, 2009).

Cara stimulasi perkembangan aspek kreatifitas pada remaja adalah

1. Pengenalan tokoh-tokoh yang kreatif dan sukses: Diskusikan dengan remaja tokoh-tokoh kreatif atau pencipta yang sukses di dunia atau nasional pada berbagai bidang. Orangtua dan guru memotivasi remaja untuk membaca kisah sukses para tokoh, dan diskusikan inspirasi yang muncul, idola yang disukai.
2. Karya baru: Diskusikan dengan remaja ide, gagasan, konsep yang dimiliki oleh remaja, dan fasilitasi untuk mewujudkannya. Orangtua dan Guru dapat mendiskusikan tentang ide – ide cemerlang yang dimiliki oleh remaja dan memberi kesempatan untuk mencobanya. Misalnya disekolah dapat dilakukan lomba cipta lagu, sajak, karya bebas yang belum ada.
3. Pemecahan masalah: Diskusikan dengan remaja masalah mutakhir yang terjadi dan memberi kesempatan kepada remaja menyelesaikan masalah mutakhir, misalnya perubahan iklim, penanggulangan COVID-19, dsb. Guru dapat memfasilitasi agar terintegrasi dengan mata pelajaran, hasil diskusi dapat dipresentasikan untuk mendapatkan masukan dari yang lain. Orangtua dirumah juga dapat menyertakan remaja dalam menyelesaikan masalah keluarga yang dihadapi.

PELAKSANAAN TERAPI KELOMPOK TERAPEUTIK (TKT) PADA REMAJA

Pada bagian ini akan dijelaskan strategi pelaksanaan terapi kelompok terapeutik (TKT) dan bagaimana melakukannya yang terdiri dari enam sesi yaitu

Sesi 1 : Stimulasi Aspek Biologis dan Psikoseksual

Sesi 2 : Stimulasi Aspek Kognitif dan Bahasa

Sesi 3 : Stimulasi Aspek Emosi dan Kepribadian

Sesi 4 : Stimulasi Aspek Moral, Spiritual dan Sosial

Sesi 5 : Stimulasi Aspek Bakat dan Kreativitas

Sesi 6 : Monitoring dan Evaluasi Pengalaman serta Manfaat Latihan

Sesi 1 : Stimulasi Aspek Perkembangan Biologis dan Psikoseksual

Tujuan

Remaja mengetahui dan mampu :

1. Menyebutkan tugas perkembangan remaja.
2. Menyebutkan perkembangan aspek biologis dan psikoseksual remaja.
3. Menyebutkan cara melakukan stimulasi perkembangan aspek biologis dan psikoseksual remaja.
4. Melakukan cara stimulasi perkembangan aspek biologis dan psikoseksual remaja.

Pengaturan

- a. Terapis dan peserta duduk bersama secara melingkar
- b. Lingkungan yang nyaman dan tenang

Alat

- a. Buku kerja remaja
- b. Buku evaluasi
- c. Lembar balik/*flipchart*/LCD (PPT)

Metode

- a. Dinamika kelompok
- b. Diskusi dan tanya jawab

Tahap Pelaksanaan Kegiatan

Tahap Persiapan

- a. Menjelaskan dan menyepakati kegiatan dengan remaja selama 6 sesi masing-masing sesi dilakukan selama 45-60 menit. Jika berhasil melewati setiap sesi sesuai kriteria maka dapat melanjutkan ke sesi berikutnya, jika tidak maka akan mengulangi sesi tersebut.
- b. Remaja sehat, terdiri dari 7-8 orang dalam 1 (satu) kelompok.
- c. Mempersiapkan alat dan tempat kegiatan.

Tahap Orientasi

- a. **Salam terapeutik** : Terapis menyapa semua peserta, terapis memperkenalkan diri, dilanjutkan dengan perkenalan dari setiap peserta.
- b. **Evaluasi** : menanyakan perasaan remaja saat ini.
- c. **Validasi** : Menanyakan apa saja yang telah dilakukan untuk perkembangan remaja.
- d. **Kontrak** :

Tujuan dan tindakan : menjelaskan tugas perkembangan dan aspek perkembangan serta melatih cara menstimulasi perkembangan aspek biologis dan psikoseksual remaja.

Waktu : menjelaskan lama sesi pertama yaitu 45 menit dan harus mengikuti kegiatan dari awal sampai selesai.

Tempat : menyepakati tempat pertemuan.

Tahap Kerja

- a. Terapis menjelaskan dan mendiskusikan tugas perkembangan remaja dan melakukan evaluasi. Selanjutnya remaja mengisi buku kerja tugas perkembangan yang telah dicapai dan yang belum tercapai. Terapis mengisi buku evaluasi tugas perkembangan remaja.

Stimulasi Perkembangan Biologis Remaja

- a. Terapis menjelaskan aspek perkembangan remaja (10 aspek).
- b. Terapis mendiskusikan perkembangan biologis remaja menggunakan buku kerja, kemudian remaja mengisi perkembangan biologis yang telah dicapai, sedangkan terapis mengisi pada buku evaluasi.

- c. Terapis menjelaskan dan mendiskusikan cara melakukan stimulasi perkembangan biologis remaja menggunakan buku kerja. Terapis memberikan contoh cara melakukan stimulasi perkembangan biologis dan membantu remaja untuk melatihnya. Berikan motivasi dan semangat kepada remaja. Selanjutnya remaja mengisi buku kerja, membuat jadwal latihan. Terapis mencatat di buku evaluasi.
- d. Berikan kesempatan pada remaja untuk saling memperhatikan dan mempraktikkan stimulasi perkembangan biologis.
- e. Berikan pujian dan motivasi kepada remaja.

Stimulasi Perkembangan Psikoseksual Remaja

- a. Terapis mendiskusikan aspek perkembangan psikoseksual dengan menggunakan buku kerja, kemudian remaja mengisi perkembangan yang ditemukan, dan terapis mengisi buku evaluasi.
- b. Terapis menjelaskan dan mendiskusikan cara stimulasi perkembangan psikoseksual, kemudian terapis memberi contoh cara melakukan stimulasi, kemudian membimbing remaja untuk melakukannya. Berikan pujian, motivasi dan semangat kepada remaja. Selanjutnya remaja mengisi buku kerja, membuat jadwal latihan. Terapis mencatat di buku evaluasi.
- c. Berikan kesempatan pada remaja untuk saling memperhatikan dan mempraktikkan stimulasi perkembangan psikoseksual.
- d. Berikan pujian dan motivasi kepada remaja.

Tahap Terminasi

- a. Evaluasi subjektif: menanyakan perasaan remaja setelah selesai sesi ini.
- b. Evaluasi Objektif :
 - Pengetahuan remaja tentang tugas perkembangan, aspek perkembangan, serta cara melakukan stimulasi perkembangan biologis dan psikoseksual.
 - Kemampuan remaja dalam melakukan stimulasi perkembangan biologis dan psikoseksual.
- c. Rencana tindak lanjut untuk remaja: menyepakati jadwal latihan stimulasi perkembangan biologis dan psikoseksual remaja, serta mencatatnya pada buku kerja.
- d. Rencana tindak lanjut untuk perawat pada sesi dua:

- Evaluasi latihan sesi pertama yaitu stimulasi perkembangan biologis dan psikoseksual pada remaja.
 - Topik kegiatan pertemuan berikutnya yaitu tentang stimulasi perkembangan kognitif dan bahasa pada remaja.
- e. Tempat dan waktu: menyepakati tempat dan waktu pertemuan berikutnya.
- f. Salam: pujian, salam, dan beri semangat untuk latihan.

Dokumentasi dan Evaluasi Stimulasi Perkembangan Biologis dan Psikoseksual Pada Remaja

Hasil evaluasi tugas perkembangan, aspek perkembangan biologis dan psikoseksual, serta cara menstimulasinya.

Tabel 2.1 Tugas Perkembangan Remaja

No	Tugas Perkembangan	Tanggal:		
		Nama Peserta TKT Remaja		
1	Menyesuaikan diri dengan kematangan secara seksual meliputi penyesuaian tubuh dan perasaan.			
2	Mengembangkan dan menerapkan keterampilan berpikir abstrak			
3	Mengembangkan dan menerapkan keterampilan coping baru dalam berbagai situasi seperti pengambilan keputusan, pemecahan masalah, dan resolusi konflik			
4	Mengidentifikasi terkait dengan arti, nilai, moral, dan sistem kepercayaan di lingkungan sekitar.			
5	Memahami dan mengekspresikan pengalaman emosional yang lebih kompleks			
6	Membentuk pertemanan yang erat dan saling mendukung.			
7	Menentukan aspek aspek kunci sebagai identitas.			
8	Memenuhi tuntutan peran dan tanggung jawab yang semakin dewasa.			
9	Merundingkan kembali hubungan dengan orang dewasa dalam peran sebagai orang tua			

Tabel 2.2 Stimulasi Aspek Perkembangan Biologis dan Psikoseksual pada Remaja

NO	Stimulasi	Tanggal:		
		Nama Peserta TKT		
I	ASPEK BIOLOGIS			
1	Pola makan dan minum			
1.1	Makanan bergizi dan seimbangan			
1.2	Makan buah dan sayur			
1.3	Minum 2 l per hari			
1.4	Tidak merokok			
1.5	Tidak minum alcohol			
1.6	Tidak menggunakan narkoba			
1.7	Pemeriksaan kesehatan secara berkala			
	Jumlah			
	Nilai			
2	Aktivitas Fisik			
2.1	Olah raga 30 sd 60 menit per hari			
2.2	Mengikuti pelajaran olah raga di sekolah			
2.3	Mengikuti klub olah raga yang disukai			
3	Istirahat dan tidur			
3.1	Tidur 7-8 jam sehari			
3.2	Melakukan <i>sleep hygiene</i> : kurangi cahaya lampu, matikan semua alat media social 1 jam sebelum tidur			
	Jumlah			
	Nilai			
II	ASPEK PSIKOSEKSUAL			
1	Kebersihan organ reproduksi:			
1.1	Perempuan: perawatan menstruasi			
1.2	Laki-laki: perawatan mimpi basah			
2	Pengendalian hasrat seksual:			
2.1	melakukan aktifitas fisik dan belajar			
2.2	Penghindaran menonton film porno			
2.3	Penghindaran hubungan seksual sebelum menikah (seks bebas)			
	Jumlah			
	Nilai			

Sesi 2 : Stimulasi Aspek Perkembangan Kognitif dan Bahasa pada Remaja

Tujuan

Remaja mengetahui dan mampu

- a. Menilai pencapaian tugas perkembangan dan aspek perkembangan remaja
- b. Menyebutkan perkembangan aspek kognitif dan bahasa remaja.
- c. Menjelaskan cara stimulasi perkembangan kognitif dan bahasa remaja
- d. Melakukan cara stimulasi perkembangan kognitif dan bahasa remaja

Pengaturan

- a. Terapis dan peserta duduk bersama secara melingkar
- b. Lingkungan yang nyaman dan tenang

Alat

- a. Alat tulis
- b. Buku Kerja
- c. Buku evaluasi
- d. Lembar balik/*flipchart*/LCD (PPT)

Metode

- a. Dinamika kelompok
- b. Diskusi dan tanya jawab

Tahap Pelaksanaan Kegiatan

Tahap Persiapan

- a. Mengingat jadwal dan tempat pertemuan selanjutnya paling lama satu hari sebelum kegiatan.
- b. Mempersiapkan alat dan tempat kegiatan

Tahap Orientasi

1. Salam terapeutik ; Terapis menyapa semua peserta TKT
2. Evaluasi: Menanyakan perasaan remaja saat ini
3. Validasi: Menanyakan latihan sesi pertama yaitu tugas perkembangan remaja, stimulasi aspek biologis dan psikoseksual, hasil dan hambatan yang dialami. Berikan pujian atas latihannya.
4. Kontrak :

Tujuan dan tindakan: Menjelaskan dan melatih cara stimulasi perkembangan aspek kognitif dan bahasa

Waktu: Menjelaskan lama kegiatan sesi kedua (45 menit), dan harus mengikuti kegiatan dari awal hingga selesai.

Tempat : Menyepakati tempat pertemuan

Tahap Kerja

1. Terapis mengevaluasi pelaksanaan latihan sesi satu: tugas perkembangan remaja dan stimulasi perkembangan aspek biologis dan psikoseksual remaja. Selanjutnya mencatatnya di buku kerja oleh remaja dan buku evaluasi oleh perawat. Diskusikan ulang hasil dan hambatan latihan sesi satu.
2. Berikan pujian atas latihan yang telah dilakukan oleh remaja.

Stimulasi perkembangan aspek kognitif

1. Terapis mendiskusikan perkembangan aspek kognitif remaja dengan menggunakan buku kerja, kemudian remaja mengisi perkembangan aspek kognitif yang sudah dicapai, dan terapis mengisi di buku evaluasi
2. Terapis menjelaskan dan mendiskusikan cara stimulasi terhadap perkembangan aspek kognitif, terapis memberi contoh cara melakukan stimulasi, kemudian membantu peserta untuk melatihnya, dan memberikan pujian, motivasi dan semangat kepada peserta Selanjutnya peserta mengisi buku kerja, membuat jadwal latihan. Terapis mencatat di buku evaluasi.
3. Beri kesempatan peserta saling memperhatikan dan mempraktikkan stimulasi aspek kognitif
4. Berikan pujian atas latihan yang dilakukan oleh remaja.

Stimulasi perkembangan aspek bahasa

1. Terapis mendiskusikan perkembangan aspek bahasa remaja dengan menggunakan buku kerja, kemudian remaja mengisi perkembangan bahasa yang sudah dicapai, dan terapis mengisi di buku evaluasi
2. Terapis menjelaskan dan mendiskusikan cara stimulasi terhadap perkembangan aspek bahasa, terapis memberi contoh cara melakukan stimulasi, kemudian membantu peserta untuk melatihnya, dan memberikan pujian, motivasi dan

semangat kepada peserta. Selanjutnya peserta mengisi buku kerja, membuat jadwal latihan. Terapis mencatat di buku evaluasi.

3. Beri kesempatan peserta saling memperhatikan dan mempraktikkan stimulasi aspek bahasa.
4. Berikan pujian atas latihan yang dilakukan oleh remaja.

Tahap Terminasi

1. Evaluasi subjektif: menanyakan perasaan remaja setelah selesai sesi ini.

2. Evaluasi Objektif :

- Pengetahuan remaja tentang tugas perkembangan, aspek perkembangan, serta cara melakukan stimulasi perkembangan kognitif dan bahasa.
- Kemampuan remaja dalam melakukan stimulasi perkembangan kognitif dan bahasa.

3. Rencana tindak lanjut untuk remaja: menyepakati jadwal latihan stimulasi perkembangan kognitif dan bahasa remaja, serta mencatatnya pada buku kerja.

4. Rencana tindak lanjut untuk perawat pada sesi tiga:

- Evaluasi latihan sesi pertama yaitu stimulasi perkembangan biologis dan psikoseksual pada remaja.
- Evaluasi latihan sesi kedua yaitu stimulasi perkembangan kognitif dan bahasa pada remaja.
- Topik kegiatan pertemuan berikutnya yaitu tentang stimulasi perkembangan emosi dan kepribadian pada remaja.

5. Tempat dan waktu: menyepakati tempat dan waktu pertemuan berikutnya.

6. Salam: pujian, salam, dan beri semangat untuk latihan.

Dokumentasi dan Evaluasi Stimulasi Adaptasi Perubahan Aspek Kognitif dan Bahasa

Hasil evaluasi stimulasi adaptasi perubahan aspek kognitif dan bahasa didokumentasikan pada table berikut:

Tabel 2.3 Tugas Perkembangan Remaja

No	Tugas Perkembangan	Tanggal:		
		Nama Peserta TKT Remaja		
1	Menyesuaikan diri dengan kematangan secara seksual meliputi penyesuaian tubuh dan perasaan.			
2	Mengembangkan dan menerapkan keterampilan berpikir abstrak			
3	Mengembangkan dan menerapkan keterampilan koping baru dalam berbagai situasi seperti pengambilan keputusan, pemecahan masalah, dan resolusi konflik			
4	Mengidentifikasi terkait dengan arti, nilai, moral, dan sistem kepercayaan di lingkungan sekitar.			
5	Memahami dan mengekspresikan pengalaman emosional yang lebih kompleks			
6	Membentuk pertemanan yang erat dan saling mendukung.			
7	Menentukan aspek aspek kunci sebagai identitas.			
8	Memenuhi tuntutan peran dan tanggung jawab yang semakin dewasa.			
9	Merundingkan kembali hubungan dengan orang dewasa dalam peran sebagai orang tua			

Tabel 2.4 Cara Stimulasi Aspek Perkembangan Kognitif dan Bahasa Remaja

NO	Stimulasi	Tanggal:		
		Nama Peserta		
III	ASPEK KOGNITIF			
1	Berpikir abstrak: ide, gagasan, keinginan, dan cita-cita			
2	Berpikir realistis: sekolah dan pekerjaan yang mungkin dilakukan			
3	Penyelesaian masalah: tugas sekolah, masalah hubungan dengan teman dll			
	Jumlah			
	Nilai			
IV	ASPEK BAHASA			
1	Bahasa lisan: latihan diskusi, pidato, presentasi, dll			
2	Bahasa tertulis: latihan menulis cerita, laporan, puisi, lagu, dll			

NO	Stimulasi	Tanggal:		
		Nama Peserta		
3	Pemahaman bacaan: latihan meringkas bacaan dengan bahasa sendiri			
4	Sikap terhadap bahasa kasar oranglain: latihan menanggapi dengan baik			
	Jumlah			
	Nilai			

Sesi 3 : Stimulasi Aspek Perkembangan Emosi dan Kepribadian pada Remaja

Tujuan

Remaja mengetahui dan mampu

- Menilai pencapaian tugas perkembangan dan aspek perkembangan remaja
- Menyebutkan perkembangan aspek emosi dan kepribadian remaja.
- Menjelaskan cara stimulasi perkembangan emosi dan kepribadian remaja
- Melakukan cara stimulasi perkembangan emosi dan kepribadian remaja

Pengaturan

- Terapis dan peserta duduk bersama secara melingkar
- Lingkungan yang nyaman dan tenang

Alat

- Alat tulis
- Buku Kerja
- Buku evaluasi
- Lembar balik/*flipchart*/LCD (PPT)

Metode

- Dinamika kelompok
- Diskusi dan tanya jawab

Tahap Pelaksanaan Kegiatan

Tahap Persiapan

- Mengingatkan jadwal dan tempat pertemuan selanjutnya paling lama satu hari sebelum kegiatan.
- Mempersiapkan alat dan tempat kegiatan

Tahap Orientasi

- a. **Salam terapeutik** : Terapis menyapa semua peserta TKT.
- b. **Evaluasi** : menanyakan perasaan remaja saat ini.
- c. **Validasi** : menanyakan latihan sesi satu dan dua yaitu tugas perkembangan remaja, stimulasi perkembangan biologis dan psikoseksual, perkembangan kognitif dan bahasa, hasil dan hambatan yang dialami, dan berikan pujian atas hasil latihan.
- d. **Kontrak**:
Tujuan dan tindakan : menjelaskan dan melatih cara menstimulasi perkembangan emosi dan kepribadian remaja.
Waktu : menjelaskan lama sesi keempat selama 45 menit dan harus mengikuti kegiatan dari awal sampai selesai.
Tempat : menyepakati tempat pertemuan.

Tahap Kerja

- a. Terapis mengevaluasi pelaksanaan latihan sesi satu dan dua yaitu stimulasi perkembangan aspek biologis, psikoseksual, kognitif dan bahasa, kemudian remaja mencatatnya di buku kerja, sedangkan perawat mencatat di buku evaluasi. Diskusikan ulang hasil dan hambatan latihan sesi satu dan sesi dua.
- b. Berikan pujian atas latihan yang dilakukan oleh remaja.

Stimulasi Perkembangan Aspek Emosi Remaja

- a. Terapis mendiskusikan perkembangan emosi remaja dengan menggunakan buku kerja, kemudian remaja mengisi perkembangan emosi yang sudah dicapai, dan terapis mengisi di buku evaluasi
- b. Terapis mendiskusikan cara melakukan stimulasi perkembangan emosi remaja, kemudian terapis memberi contoh cara melakukannya, selanjutnya membimbing remaja untuk melakukannya. Berikan motivasi dan semangat kepada remaja. Selanjutnya remaja mengisi buku kerja dan membuat jadwal latihan. Terapis mencatat di buku evaluasi.
- c. Beri kesempatan peserta saling memperhatikan dan mempraktikkan stimulasi aspek emosi.
- d. Berikan pujian atas latihan yang dilakukan oleh remaja.

Stimulasi Perkembangan Aspek Kepribadian Remaja

- a. Terapis mendiskusikan perkembangan kepribadian remaja dengan menggunakan buku kerja, kemudian remaja mengisi perkembangan kepribadian yang sudah dicapai, dan terapis mengisi di buku evaluasi
- b. Terapis mendiskusikan cara melakukan stimulasi perkembangan kepribadian remaja, kemudian terapis memberi contoh cara melakukannya, selanjutnya membimbing remaja untuk melakukannya. Berikan motivasi dan semangat kepada remaja. Selanjutnya remaja mengisi buku kerja dan membuat jadwal latihan. Terapis mencatat di buku evaluasi.
- c. Beri kesempatan peserta saling memperhatikan dan mempraktikkan stimulasi aspek kepribadian.
- d. Berikan pujian atas latihan yang dilakukan oleh remaja.

Tahap Terminasi

- a. Evaluasi subjektif : terapis menanyakan perasaan remaja setelah selesai kegiatan.
- b. Evaluasi objektif :
 - Pengetahuan remaja tentang stimulasi perkembangan emosi dan kepribadian serta cara menstimulasi.
 - Kemampuan remaja dalam melakukan stimulasi perkembangan emosi dan kepribadian.
- c. Rencana tindak lanjut untuk remaja: menyepakati jadwal latihan stimulasi perkembangan emosi dan kepribadian, serta mencatatnya pada buku kerja.
- d. Rencana tindak lanjut untuk perawat pada sesi keempat:
 - Evaluasi latihan sesi pertama yaitu stimulasi perkembangan biologis dan psikoseksual pada remaja.
 - Evaluasi latihan sesi kedua yaitu stimulasi perkembangan kognitif dan bahasa pada remaja.
 - Evaluasi latihan sesi ketiga yaitu stimulasi perkembangan emosi dan kepribadian pada remaja.
 - Topik kegiatan pertemuan berikutnya yaitu tentang stimulasi perkembangan moral, spiritual dan social pada remaja.
- d. Tempat dan waktu: menyepakati tempat dan waktu pertemuan berikutnya.
- e. Salam: pujian, salam, dan beri semangat untuk latihan.

Dokumentasi dan Evaluasi Stimulasi Perkembangan Emosi dan Kepribadian Pada Remaja

Hasil evaluasi tugas perkembangan, aspek perkembangan emosi dan kepribadian, serta cara melakukan stimulasinya.

Tabel 2.5 Tugas Perkembangan Remaja

No	Tugas Perkembangan	Tanggal:		
		Nama Peserta TKT Remaja		
1	Menyesuaikan diri dengan kematangan secara seksual meliputi penyesuaian tubuh dan perasaan.			
2	Mengembangkan dan menerapkan keterampilan berpikir abstrak			
3	Mengembangkan dan menerapkan keterampilan koping baru dalam berbagai situasi seperti pengambilan keputusan, pemecahan masalah, dan resolusi konflik			
4	Mengidentifikasi terkait dengan arti, nilai, moral, dan sistem kepercayaan di lingkungan sekitar.			
5	Memahami dan mengekspresikan pengalaman emosional yang lebih kompleks			
6	Membentuk pertemanan yang erat dan saling mendukung.			
7	Menentukan aspek aspek kunci sebagai identitas.			
8	Memenuhi tuntutan peran dan tanggung jawab yang semakin dewasa.			
9	Merundingkan kembali hubungan dengan orang dewasa dalam peran sebagai orang tua			

Tabel 2.6 Stimulasi Aspek Perkembangan Emosi dan Kepribadian pada Remaja

NO	Stimulasi	Tanggal:		
		Nama Peserta		
V	ASPEK EMOSI			
1	Daftar emosi positif: Membuat daftar emosi positif yang lalu dan setiap hari ditambahkan			
2	Latihan berfokus pada emosi positif: Latihan emosi positif berdasarkan daftar emosi positif			
3	Simpan dan gunakan pengalaman emosi positif			

NO	Stimulasi	Tanggal:		
		Nama Peserta		
	Jumlah			
	Nilai			
VI	ASPEK KEPRIBADIAN			
1	Kesepakatan: latihan sepakat, toleran dan menolong orang lain			
2	Pergaulan diperluas: latihan memperluas pergaulan di sekolah dan masyarakat pada kelompok kemasyarakatan			
3	Keterbukaan terhadap hal baru: latihan kompetisi ilmiah, kesenian dan hal-hal baru			
4	Teliti dan berhati-hati: latihan membuat daftar cek list saat melakukan kegiatan, dan melakukannya dengan hati-hati dan cermat			
5	Pengendalian emosi: latihan mengendalikan emosi saat mengerjakan kegiatan dan berinteraksi dengan orang lain			
	Jumlah			
	Nilai			

Sesi 4 : Stimulasi Aspek Perkembangan Moral , Spiritual dan Sosial pada Remaja

Tujuan

Remaja mengetahui dan mampu

- a. Menilai pencapaian tugas perkembangan dan aspek perkembangan remaja
- b. Menyebutkan perkembangan aspek moral, spiritual dan social remaja.
- c. Menjelaskan cara stimulasi perkembangan moral, spiritual dan social remaja
- d. Melakukan cara stimulasi perkembangan moral, spiritual dan social remaja

Pengaturan

- a. Terapis dan peserta duduk bersama secara melingkar
- b. Lingkungan yang nyaman dan tenang

Alat

- a. Alat tulis
- b. Buku Kerja
- c. Buku evaluasi
- d. Lembar balik/*flipchart*/LCD (PPT)

Metode

- a. Dinamika kelompok
- b. Diskusi dan tanya jawab

Tahap Pelaksanaan Kegiatan

Tahap Persiapan

- a. Mengingatkan jadwal dan tempat pertemuan selanjutnya paling lama satu hari sebelum kegiatan.
- b. Mempersiapkan alat dan tempat kegiatan

Tahap Orientasi

a. Salam terapeutik : Terapis menyapa semua remaja peserta TKT

b. Evaluasi : menanyakan perasaan remaja saat ini.

c. Validasi : menanyakan latihan sesi satu, dua, dan tiga yaitu stimulasi perkembangan biologi, psikoseksual, kognitif, bahasa, emosi dan kepribadian, hasil dan hambatan yang dialami, berikan pujian atas hasil Latihan

d. Kontrak:

Tujuan dan tindakan : menjelaskan dan melatih cara menstimulasi perkembangan moral, spiritual dan sosial remaja

Waktu : menjelaskan lama sesi keempat selama 45 menit dan harus mengikuti kegiatan dari awal sampai selesai.

Tempat : menyepakati tempat pertemuan

Tahap Kerja

- a. Terapis mengevaluasi pelaksanaan latihan sesi satu, dua, dan tiga: tugas perkembangan remaja, perkembangan biologi, psikoseksual, kognitif, bahasa, emosi dan kepribadian, dan mencatatnya di buku kerja oleh remaja dan buku evaluasi perawat.
- b. Diskusikan ulang hasil dan hambatan latihan sesi satu, sesi dua, dan sesi tiga.
- c. Berikan pujian atas latihan yang dilakukan oleh ibu dan remaja.

Stimulasi Perkembangan Aspek Moral Remaja

- a. Terapis mendiskusikan perkembangan moral remaja dengan menggunakan buku kerja, kemudian remaja mengisi perkembangan moral yang sudah dicapai, dan terapis mengisi di buku evaluasi
- b. Terapis mendiskusikan cara melakukan stimulasi perkembangan moral remaja, kemudian terapis memberi contoh cara melakukannya, selanjutnya membimbing remaja untuk melakukannya, berikan motivasi dan semangat kepada remaja. Selanjutnya remaja mengisi buku kerja, membuat jadwal latihan. Terapis mencatat di buku evaluasi.
- c. Beri kesempatan peserta saling memperhatikan dan mempraktikkan stimulasi aspek moral.
- d. Berikan pujian atas latihan yang dilakukan oleh remaja.

Stimulasi Perkembangan Aspek Spiritual remaja

- a. Terapis mendiskusikan perkembangan spiritual remaja dengan menggunakan buku kerja, kemudian remaja mengisi perkembangan moral yang sudah dicapai, dan terapis mengisi di buku evaluasi
- b. Terapis mendiskusikan cara melakukan stimulasi perkembangan spiritual remaja, kemudian terapis memberi contoh cara melakukannya, selanjutnya membimbing remaja untuk melakukannya, berikan motivasi dan semangat kepada remaja. Selanjutnya remaja mengisi buku kerja, membuat jadwal latihan. Terapis mencatat di buku evaluasi.
- c. Beri kesempatan peserta saling memperhatikan dan mempraktikkan stimulasi aspek spiritual.
- d. Berikan pujian atas latihan yang dilakukan oleh remaja.

Stimulasi Perkembangan Aspek Sosial Remaja

- a. Terapis mendiskusikan perkembangan sosial remaja dengan menggunakan buku kerja, kemudian remaja mengisi perkembangan social yang sudah dicapai, dan terapis mengisi di buku evaluasi
- b. Terapis mendiskusikan cara melakukan stimulasi perkembangan sosial remaja, kemudian terapis memberi contoh cara melakukannya, selanjutnya membimbing

remaja untuk melakukannya, berikan motivasi dan semangat kepada remaja. Selanjutnya remaja mengisi buku kerja, membuat jadwal latihan. Terapis mencatat di buku evaluasi.

- c. Beri kesempatan peserta saling memperhatikan dan mempraktikkan stimulasi aspek sosial.
- d. Berikan pujian atas latihan yang dilakukan oleh remaja.

Tahap Terminasi

- a. Evaluasi subjektif : terapis menanyakan perasaan remaja setelah selesai kegiatan
- b. Evaluasi objektif :
 - Pengetahuan remaja tentang stimulasi perkembangan moral, spiritual dan sosial serta cara menstimulasi.
 - Kemampuan remaja dalam melakukan stimulasi perkembangan moral, spiritual dan sosial
- c. Rencana tindak lanjut untuk remaja : menyepakati jadwal latihan stimulasi perkembangan moral, spiritual dan social, serta mencatatnya pada buku kerja.
- d. Rencana tindak lanjut perawat pada sesi kelima :
 - Evaluasi latihan sesi pertama yaitu stimulasi aspek perkembangan biologis dan psikoseksual remaja.
 - Evaluasi latihan sesi kedua yaitu stimulasi aspek perkembangan kognitif dan bahasa remaja.
 - Evaluasi latihan sesi ketiga yaitu stimulasi aspek perkembangan emosi dan kepribadian remaja.
 - Evaluasi latihan sesi keempat yaitu stimulasi aspek perkembangan moral, spiritual dan bahasa remaja.
 - Topik kegiatan pertemuan berikut yaitu tentang stimulasi perkembangan bakat dan kreativitas beserta latihan stimulasinya
- e. Tempat dan waktu : menyepakati tempat dan waktu pertemuan berikutnya
- f. Salam : Pujian, salam penutup, dan beri semangat untuk latihan yang telah dilaksanakan

Dokumentasi dan Evaluasi Sesi Empat

Hasil evaluasi tugas perkembangan, aspek perkembangan moral, spiritual dan sosial serta cara melakukan stimulasinya.

Tabel 2.7 Tugas Perkembangan Remaja

No	Tugas Perkembangan	Tanggal:		
		Nama Peserta TKT Remaja		
1	Menyesuaikan diri dengan kematangan secara seksual meliputi penyesuaian tubuh dan perasaan.			
2	Mengembangkan dan menerapkan keterampilan berpikir abstrak			
3	Mengembangkan dan menerapkan keterampilan koping baru dalam berbagai situasi seperti pengambilan keputusan, pemecahan masalah, dan resolusi konflik			
4	Mengidentifikasi terkait dengan arti, nilai, moral, dan sistem kepercayaan di lingkungan sekitar.			
5	Memahami dan mengekspresikan pengalaman emosional yang lebih kompleks			
6	Membentuk pertemanan yang erat dan saling mendukung.			
7	Menentukan aspek aspek kunci sebagai identitas.			
8	Memenuhi tuntutan peran dan tanggung jawab yang semakin dewasa.			
9	Merundingkan kembali hubungan dengan orang dewasa dalam peran sebagai orang tua			

Tabel 2.8 Stimulasi Aspek Perkembangan Moral, Spiritual dan Sosial

NO	Stimulasi	Tanggal:		
		Nama Peserta		
VII	ASPEK MORAL			
1	Taat pada aturan : latihan taat pada aturan di keluarga, sekolah, dan masyarakat			
2	Kepentingan diri: latihan bertanggung jawab terhadap kepentingan diri sendiri sehari-hari, mis tugas dalam keluarga, dan sekolah			
3	Penyesuaian dengan orang lain: latihan berteman dan bersahabat dengan oranglain			
4	Penyesuaian diri dengan orangtua: latihan menyesuaikan diri dengan keinginan dan harapan orang tua			
5	Penyesuaian diri dengan kelompok kerja: latihan menyesuaikan diri dengan kerja kelompok sehingga			

NO	Stimulasi	Tanggal:		
		Nama Peserta		
	hasil kerja kelompok tercapai			
6	Penyesuaian diri dengan masyarakat: latihan menyesuaikan diri dengan kegiatan kemasyarakatan			
	Jumlah			
	Nilai			
VIII	ASPEK SPIRITUAL			
1	Kegiatan ibadah: melakukan kegiatan ibadah sesuai dengan agama dan kepercayaannya			
2	Perilaku yang baik: latihan berperilaku yang baik sesuai dengan agama dan kepercayaannya			
3	Pemeliharaan ciptaan Tuhan: melakukan kegiatan seperti penghijauan, pembuangan sampah, perlindungan satwa, dll			
	Jumlah			
	Nilai			
IX	ASPEK SOSIAL			
1	Pengembangan identitas diri: penetapan pilihan sekolah atau keahlian, pilihan pekerjaan atau karier.			
2	Pengembangan kemandirian dan tanggungjawab: latihan melakukan kegiatan tanpa didampingi orang tua seperti study tour, camping, mengelola keuangan sendiri, tanggung jawab kegiatan dalam keluarga			
3	Pengembangan hubungan social:			
	3.3.1. Aktif dalam kelompok social yang positif			
	3.3.2. Menghindari kelompok kekerasan, narkoba dll			
	Jumlah			
	Nilai			

Sesi 5 : Stimulasi Aspek Perkembangan Bakat dan Kreatifitas pada Remaja

Tujuan

Remaja mengetahui dan mampu

- e. Menilai pencapaian tugas perkembangan dan aspek perkembangan remaja
- f. Menyebutkan perkembangan aspek bakat dan kreatifitas remaja.
- g. Menjelaskan cara stimulasi perkembangan bakat dan kreatifitas remaja
- h. Melakukan cara stimulasi perkembangan bakat dan kreatifitas remaja

Pengaturan

- a. Terapis dan peserta duduk bersama secara melingkar
- b. Lingkungan yang nyaman dan tenang

Alat

- a. Alat tulis
- b. Buku Kerja
- c. Buku evaluasi
- d. Lembar balik/*flipchart*/LCD (PPT)

Metode

- a. Dinamika kelompok
- b. Diskusi dan tanya jawab

Tahap Pelaksanaan Kegiatan

Tahap Persiapan

- a. Mengingatkan jadwal dan tempat pertemuan untuk sesi lima (5) paling lama satu hari sebelum kegiatan.
- b. Mempersiapkan alat dan tempat kegiatan.

Tahap Orientasi

- a. **Salam terapeutik** : Terapis menyapa semua remaja peserta TKT
- b. **Evaluasi** : menanyakan perasaan remaja saat ini.
- c. **Validasi** : menanyakan latihan sesi satu, dua, tiga, dan empat yaitu stimulasi perkembangan biologis, psikoseksual, kognitif, bahasa, emosi, kepribadian, moral, spiritual dan sosial, hasil dan hambatan yang dialami, berikan pujian atas hasil latihan yang telah dilakukan.

- d. **Kontrak:**

Tujuan dan tindakan : menjelaskan dan melatih cara menstimulasi perkembangan bakat dan kreativitas remaja.

Waktu : menjelaskan lama sesi keempat selama 45 menit dan harus mengikuti kegiatan dari awal sampai selesai.

Tempat : menyepakati tempat pertemuan.

Tahap Kerja

- a. Terapis mengevaluasi pelaksanaan latihan sesi satu, dua, tiga, dan empat yaitu stimulasi perkembangan biologis, psikoseksual, kognitif, bahasa, emosi, kepribadian, moral, spiritual dan sosial, dan remaja mencatatnya di buku kerja, sedangkan perawat mencatat di buku evaluasi. Diskusikan ulang hasil dan hambatan latihan sesi satu, sesi dua, sesi tiga, dan sesi empat.
- b. Berikan pujian atas latihan yang dilakukan oleh remaja.

Stimulasi Perkembangan Aspek Bakat Remaja

- a. Terapis mendiskusikan perkembangan bakat remaja dengan menggunakan buku kerja, kemudian remaja mengisi perkembangan bakat yang sudah dicapai, dan terapis mengisi di buku evaluasi
- b. Terapis mendiskusikan cara melakukan stimulasi perkembangan bakat remaja, kemudian terapis memberi contoh cara melakukannya, selanjutnya membimbing remaja untuk melakukannya. Berikan motivasi dan semangat kepada remaja. Selanjutnya remaja mengisi buku kerja dan membuat jadwal latihan. Terapis mencatat di buku evaluasi.
- b. Beri kesempatan peserta saling memperhatikan dan mempraktikkan stimulasi aspek bakat.
- c. Berikan pujian atas latihan yang dilakukan oleh remaja.

Stimulasi Perkembangan Aspek Kreativitas Remaja

- a. Terapis mendiskusikan perkembangan kreativitas remaja dengan menggunakan buku kerja, kemudian remaja mengisi perkembangan kreativitas yang sudah dicapai, dan terapis mengisi di buku evaluasi
- b. Terapis mendiskusikan cara melakukan stimulasi perkembangan kreativitas remaja, kemudian terapis memberi contoh cara melakukannya, selanjutnya membimbing remaja untuk melakukannya. Berikan motivasi dan semangat kepada remaja. Selanjutnya remaja mengisi buku kerja dan membuat jadwal latihan. Terapis mencatat di buku evaluasi.
- 4 Beri kesempatan peserta saling memperhatikan dan mempraktikkan stimulasi aspek kreatifitas.
- 5 Berikan pujian atas latihan yang dilakukan oleh remaja.

Tahap Terminasi

- a. Evaluasi subjektif : terapis menanyakan perasaan remaja setelah selesai kegiatan TKT.
- b. Evaluasi objektif :
 - Pengetahuan remaja tentang stimulasi perkembangan bakat dan kreatifitas serta cara menstimulasi.
 - Kemampuan remaja dalam melakukan stimulus perkembangan bakat dan kreatifitas.

- c. Rencana tindak lanjut untuk remaja : menyepakati jadwal latihan stimulasi perkembangan moral, spiritual dan social, serta mencatatnya pada buku kerja.
- d. Rencana tindak lanjut perawat pada sesi keenam :
- Evaluasi latihan sesi pertama yaitu stimulasi aspek perkembangan biologis dan psikoseksual remaja.
 - Evaluasi latihan sesi kedua yaitu stimulasi aspek perkembangan kognitif dan bahasa remaja.
 - Evaluasi latihan sesi ketiga yaitu stimulasi aspek perkembangan emosi dan kepribadian remaja.
 - Evaluasi latihan sesi keempat yaitu stimulasi aspek perkembangan moral, spiritual dan sosial remaja.
 - Evaluasi latihan sesi kelima yaitu stimulasi aspek perkembangan bakat dan kreativitas remaja.
 - Topik kegiatan pertemuan berikut yaitu tentang monitoring dan evaluasi pengalaman serta manfaat latihan.
- e. Tempat dan waktu : menyepakati tempat dan waktu pertemuan berikutnya.
- f. Salam : Pujian, salam penutup, dan beri semangat untuk latihan yang telah dilaksanakan

Dokumentasi dan Evaluasi Stimulasi Perkembangan Bakat dan Kreativitas Pada Remaja

Hasil evaluasi tugas perkembangan, aspek perkembangan bakat dan kreativitas, serta cara melakukan stimulasinya.

Tabel 2.9 Tugas Perkembangan Remaja

No	Tugas Perkembangan	Tanggal:		
		Nama Peserta TKT		
1	Menyesuaikan diri dengan kematangan secara seksual meliputi penyesuaian tubuh dan perasaan.			
2	Mengembangkan dan menerapkan keterampilan berpikir abstrak			
3	Mengembangkan dan menerapkan keterampilan koping baru dalam berbagai situasi seperti pengambilan keputusan, pemecahan masalah, dan resolusi konflik			
4	Mengidentifikasi terkait dengan arti, nilai, moral, dan			

No	Tugas Perkembangan	Tanggal:		
		Nama Peserta TKT		
	sistem kepercayaan di lingkungan sekitar.			
5	Memahami dan mengekspresikan pengalaman emosional yang lebih kompleks			
6	Membentuk pertemanan yang erat dan saling mendukung.			
7	Menentukan aspek aspek kunci sebagai identitas.			
8	Memenuhi tuntutan peran dan tanggung jawab yang semakin dewasa.			
9	Merundingkan kembali hubungan dengan orang dewasa dalam peran sebagai orang tua			

Tabel 2.10 Stimulasi Aspek Perkembangan Bakat dan Kreativitas pada Remaja

NO	Stimulasi	Tanggal:		
		Nama Peserta		
X	ASPEK BAKAT			
1	Pengembangan bakat olah raga			
2	Pengembangan bakat seni music			
	Jumlah			
	Nilai			
XI	ASPEK KREATIVITAS			
1	Pengenalan tokoh inspiratif dan kreatif			
2	Karya baru			
3	Pemecahan masalah			
	Jumlah			
	Nilai			

Sesi 6 : Monitoring dan Evaluasi Pengalaman serta Manfaat Latihan

Tujuan

Remaja mengetahui dan mampu

- Menilai tugas perkembangan dan aspek perkembangan yang telah dicapai remaja
- Melakukan stimulasi perkembangan biologis dan psikoseksual remaja
- Melakukan stimulasi perkembangan kognitif dan bahasa remaja
- Melakukan stimulasi perkembangan emosi dan kepribadian remaja
- Melakukan stimulasi perkembangan moral , spiritual, dan sosial remaja
- Melakukan stimulasi perkembangan bakat dan kreativitas remaja
- Melanjutkan melaksanakan stimulasi aspek perkembangan remaja secara mandiri

Pelaksanaan

Fase Orientasi

1. **Salam terapeutik** : Terapis menyapa semua remaja peserta TKT
2. **Evaluasi** : menanyakan perasaan remaja saat ini.
3. **Validasi** : menanyakan latihan sesi satu, dua, tiga, empat dan lima yaitu stimulasi perkembangan biologis, psikoseksual, kognitif, bahasa, emosi, kepribadian, moral, spiritual, sosial, bakat dan kreatifitas, hasil dan hambatan yang dialami, berikan pujian atas hasil latihan yang telah dilakukan.
4. **Kontrak**:
 - Tujuan dan tindakan** : melakukan monitoring pelaksanaan latihan sesi satu, dua, tiga, empat, dan lima, serta manfaatnya.
 - Waktu** : menjelaskan lama sesi keenam selama 45 menit dan selama mengikuti kegiatan dari awal sampai selesai.
 - Tempat** :menyepakati tempat pertemuan

Tahap Kerja

- a. Terapis mengevaluasi pelaksanaan latihan sesi satu sampai sesi lima: tugas perkembangan dan aspek perkembangan dan mencatatnya di buku kerja oleh remaja dan buku evaluasi oleh perawat. Diskusikan ulang hasil dan hambatan latihan sesi satu sampai sesi lima.
- b. Beri kesempatan semua peserta untuk mempraktekannya
- c. Diskusikan latihan yang belum dilakukan, kalau perlu dilatih ulang
- d. Diskusikan hal hal yang dirasakan dan yang belum jelas.
- e. Diskusikan manfaat stimulasi yang diberikan pada peserta
- f. Berikan motivasi untuk terus melakukan stimulasi pada aspek perkembangan
- g. Berikan pujian atas kegiatan yang dilakukan oleh peserta

Tahap Terminasi

- a. Evaluasi subjektif : terapis menanyakan perasaan peserta setelah selesai kegiatan
- b. Evaluasi objektif :
 - Pengetahuan tentang tugas perkembangan remaja.

- Pengetahuan tentang stimulasi perkembangan aspek biologis, psikoseksual , kognitif, bahasa, emosi, kepribadian, moral, spiritual, social, bakat dan kreativitas.
- c. Rencana tindak lanjut untuk peserta : menyepakati jadual latihan stimulasi perkembangan secara mandiri
 - d. Rencana tindak lanjut perawat : pertemuan periodik untuk monitoring, evaluasi dan menilai manfaat
 - e. Tempat dan waktu : sepakati pertemuan secara periodik
 - f. Salam : Pujian, salam, dan beri semangat untuk latihan.

Dokumentasi dan Evaluasi Monitoring dan Evaluasi Pengalaman serta Manfaat Latihan (Sesi Enam)

Tabel 2.11 Tugas Perkembangan Remaja

No	Tugas Perkembangan	Tanggal:		
		Nama Peserta TKT Remaja		
1	Menyesuaikan diri dengan kematangan secara seksual meliputi penyesuaian tubuh dan perasaan.			
2	Mengembangkan dan menerapkan keterampilan berpikir abstrak			
3	Mengembangkan dan menerapkan keterampilan koping baru dalam berbagai situasi seperti pengambilan keputusan, pemecahan masalah, dan resolusi konflik			
4	Mengidentifikasi terkait dengan arti, nilai, moral, dan sistem kepercayaan di lingkungan sekitar.			
5	Memahami dan mengekspresikan pengalaman emosional yang lebih kompleks			
6	Membentuk pertemanan yang erat dan saling mendukung.			
7	Menentukan aspek aspek kunci sebagai identitas.			
8	Memenuhi tuntutan peran dan tanggung jawab yang semakin dewasa.			
9	Merundingkan kembali hubungan dengan orang dewasa dalam peran sebagai orang tua			

Tabel 2.12
Monitoring dan Evaluasi Pengalaman serta Manfaat Latihan

Stimulasi Aspek Perkembangan Biologis	
No	Manfaat Latihan
Stimulasi Aspek Perkembangan Psikoseksual	
No	Manfaat Latihan
Stimulasi Aspek Perkembangan Bahasa	
No	Manfaat Latihan
Stimulasi Aspek Perkembangan Emosi	
No	Manfaat Latihan
Stimulasi Perkembangan Aspek Kepribadian	
No	Manfaat Latihan

Stimulasi Aspek Perkembangan Moral	
No	Manfaat Latihan
Stimulasi Aspek Perkembangan Spiritual	
No	Manfaat Latihan
Stimulasi Aspek Perkembangan Sosial	
No	Manfaat Latihan
Stimulasi Aspek Perkembangan Bakat	
No	Manfaat Latihan
Stimulasi Aspek Perkembangan Kreativitas	
No	Manfaat Latihan

Tabel 2.13 Evaluasi Manfaat Terapi Kelompok Terapeutik (TKT) Usia Remaja

NO	Evaluasi Manfaat	Tanggal:		
		Nama Peserta TKT		
1	Berbagi pengalaman dalam memberikan stimulasi perkembangan yang telah dipelajari			
2	Berbagi pendapat tentang pentingnya stimulasi untuk perkembangan dewasa muda			
3	Berbagi pengalaman tentang tehnik - tehnik dalam memberikan stimulasi perkembangan pada anak usia dewasa muda			
4	Memberikan pujian kepada anggota kelompok lain yang memberikan pendapatnya			

BUKU KERJA TERAPI KELOMPOK TERAPEUTIK (TKT) PADA REMAJA

Bagian ini merupakan buku kerja kelompok yang mengikuti TKT remaja dimana isi dari buku ini merupakan hasil dari kesepakatan bersama antara terapis dan anggota kelompok dan bukan hasil kesepakatan individu. Sebelum melakukan latihan TKT remaja, terapis dan anggota kelompok terlebih dahulu memeriksa tugas dan aspek perkembangan remaja. Tahapan pertemuan TKT remaja pada tiap sesi adalah pertama stimulasi adaptasi perubahan aspek biologis dan psikoseksual, kedua stimulasi adaptasi perubahan aspek kognitif dan bahasa, ketiga stimulasi adaptasi perubahan aspek emosi dan kepribadian, keempat moral, spiritual dan sosial, kelima stimulasi adaptasi perubahan aspek bakat dan kreativitas dan keenam monitoring serta evaluasi pengalaman dan manfaat latihan.

Tugas Perkembangan Remaja**Tabel 3.1****Tugas Perkembangan Remaja**

No	Tugas Perkembangan	Tanggal		
1	Memahami perubahan fisik			
2	Memiliki pendirian yang teguh			
3	Percaya diri dengan kemampuan dirinya			
4	Merencremajaan masa depan			
5	Dapat mengambil keputusan			
6	Merawat kebersihan dan kerapian diri			
7	Berinteraksi dengan lingkungan			
8	Bertanggung jawab			
9	Mulai memperlibatkan kemandirian dalam keluarga			
10	Menyelesaikan masalah dengan meminta bantuan orang lain yang menurutnya mampu			
	Jumlah			
	Nilai			

Aspek Perkembangan Remaja**STIMULASI ASPEK PERKEMBANGAN****Petunjuk:****Berilah tanda *checklist* (√) jika telah mamp melakukannya****Nama Peserta :**

NO	Stimulasi	Tanggal:			
I	ASPEK BIOLOGIS				
1	Pola makan dan minum				
1.1	Makanan bergizi dan seimbangan				
1.2	Makan buah dan sayur				
1.3	Minum 2 l per hari				
1.4	Tidak merokok				
1.5	Tidak minum alcohol				
1.6	Tidak menggunakan narkoba				
1.7	Pemeriksaan kesehatan secara berkala				
2	Aktivitas Fisik				
2.1	Olah raga 30 sd 60 menit per hari				
2.2	Mengikuti pelajaran olah raga di sekolah				
2.3	Mengikuti klub olah raga yang disukai				
3	Istirahat dan tidur				
3.1	Tidur 7-8 jam sehari				
3.2	Melakukan <i>sleep hygiene</i> : kurangi cahaya lampu, matikan semua alat media social 1 jam sebelum tidur				
	Jumlah				
	Nilai				
II	ASPEK PSIKOSEKSUAL				
1	Kebersihan organ reproduksi:				
1.1	Perempuan: perawatan menstruasi				

NO	Stimulasi	Tanggal:			
1.2	Laki-laki: perawatan mimpi basah				
2	Pengendalian hasrat seksual:				
2.1	Melakukan aktifitas fisik dan belajar				
2.2	Penghindaran menonton film porno				
2.3	Penghindaran hubungan seksual sebelum menikah (seks bebas)				
	Jumlah				
	Nilai				
NO	Stimulasi	Tanggal:			
III	ASPEK KOGNITIF				
1	Berpikir abstrak: ide, gagasan, keinginan, dan cita-cita				
2	Berpikir realistis: sekolah dan pekerjaan yang mungkin dilakukan				
3	Penyelesaian masalah: tugas sekolah, masalah hubungan dengan teman dll				
	Jumlah				
	Nilai				
IV	ASPEK BAHASA				
1	Bahasa lisan: latihan diskusi, pidato, presentasi, dll				
2	Bahasa tertulis: latihan menulis cerita, laporan, puisi, lagu, dll				
3	Pemahaman bacaan: latihan meringkas bacaan dengan bahasa sendiri				
4	Sikap terhadap bahasa kasar oranglain: latihan menanggapi dengan baik				
	Jumlah				
	Nilai				

NO	Stimulasi	Tanggal:			
V	ASPEK EMOSI				
1	Daftar emosi positif: Membuat daftar emosi positif yang lalu dan setiap hari ditambahkan				
2	Latihan berfokus pada emosi positif: Latihan emosi positif berdasarkan daftar emosi positif				
3	Simpan dan gunakan pengalaman emosi positif				
	Jumlah				
	Nilai				
VI	ASPEK KEPERIBADIAN				
1	Kesepakatan: latihan sepakat, toleran dan menolong orang lain				
2	Pergaulan diperluas: latihan memperluas pergaulan di sekolah dan masyarakat pada kelompok kemasyarakatan				
3	Keterbukaan terhadap hal baru: latihan kompetisi ilmiah, kesenian dan hal-hal baru				
4	Teliti dan berhati-hati: latihan membuat daftar cek list saat melakukan kegiatan, dan melakukannya dengan hati-hati dan cermat				
5	Pengendalian emosi: latihan mengendalikan emosi saat mengerjakan kegiatan dan berinteraksi dengan orang lain				
	Jumlah				
	Nilai				
NO	Stimulasi	Tanggal:			
VII	ASPEK MORAL				
1	Taat pada aturan : latihan taat pada aturan di keluarga, sekolah, dan masyarakat				
2	Kepentingan diri: latihan bertanggung jawab terhadap kepentingan diri sendiri sehari-hari, mis tugas dalam keluarga, dan sekolah				

NO	Stimulasi	Tanggal:			
3	Penyesuaian dengan orang lain: latihan berteman dan bersahabat dengan oranglain				
4	Penyesuaian diri dengan orangtua: latihan menyesuaikan diri dengan keinginan dan harapan orang tua				
5	Penyesuaian diri dengan kelompok kerja: latihan menyesuaikan diri dengan kerja kelompok sehingga hasil kerja kelompok tercapai				
6	Penyesuaian diri dengan masyarakat: latihan menyesuaikan diri dengan kegiatan kemasyarakatan				
	Jumlah				
	Nilai				
VIII	ASPEK SPIRITUAL				
1	Kegiatan ibadah: melakukan kegiatan ibadah sesuai dengan agama dan kepercayaannya				
2	Perilaku yang baik: latihan berperilaku yang baik sesuai dengan agama dan kepercayaannya				
3	Pemeliharaan ciptaan Tuhan: melakukan kegiatan seperti penghijauan, pembuangan sampah, perlindungan satwa, dll				
	Jumlah				
	Nilai				
IX	ASPEK SOSIAL				
1	Pengembangan identitas diri: penetapan pilihan sekolah atau keahlian, pilihan pekerjaan atau karier.				
2	Pengembangan kemandirian dan tanggungjawab: latihan melakukan kegiatan tanpa didampingi orangruea seperti study tour, camping, mengelola keuangan sendiri, tanggung jawab kegiatan dalam keluarga				
3	Pengembangan hubungan social:				
	3.3.1. Aktif dalam kelompok social yang positif				
	3.3.2. Menghindari kelompok kekerasan, narkoba dll				

NO	Stimulasi	Tanggal:			
	Jumlah				
	Nilai				
NO	Stimulasi	Tanggal:			
X	ASPEK BAKAT				
1	Pengembangan bakat olah raga				
2	Pengembangan bakat seni music				
	Jumlah				
	Nilai				
XI	ASPEK KREATIVITAS				
1	Pengenalan tokoh inspiratif dan kreatif				
2	Karya baru				
3	Pemecahan masalah				
	Jumlah				
	Nilai				

8.4 Buku Evaluasi Terapi Kelompok Terapeutik (TKT) pada Remaja

1.1 Evaluasi Ciri-Ciri Tugas Perkembangan Identitas Diri Remaja

No	Perkembangan Identitas Diri	Tanggal:			
		Nama peserta TKT			
1	Memahami Perubahan Fisik				
2	Memiliki pendirian yang teguh				
3	Percaya diri dengan kemampuan dirinya				
4	Merencanakan masa depan				
5	Dapat mengambil keputusan				

6	Merawat kebersihan dan kerapian diri			
7	Berinteraksi dengan lingkungan			
8	Bertanggung jawab			
9	Mulai melibatkan kemandirian dalam keluarga			
10	Menyelesaikan masalah dengan meminta bantuan orang lain yang menurutnya mampu			

1.2 Evaluasi Kemampuan Remaja Melakukan Stimulasi Aspek Perkembangan

NO	Stimulasi	Tanggal:		
		Nama Peserta TKT		
I	ASPEK BIOLOGIS			
1	Pola makan dan minum			
1.1	Makanan bergizi dan seimbangan			
1.2	Makan buah dan sayur			
1.3	Minum 2 l per hari			
1.4	Tidak merokok			
1.5	Tidak minum alcohol			
1.6	Tidak menggunakan narkoba			
1.7	Pemeriksaan kesehatan secara berkala			
2	Aktivitas Fisik			
2.1	Olah raga 30 sd 60 menit per hari			
2.2	Mengikuti pelajaran olah raga di sekolah			
2.3	Mengikuti klub olah raga yang disukai			
3	Istirahat dan tidur			
3.1	Tidur 7-8 jam sehari			
3.2	Melakukan <i>sleep hygiene</i> : kurangi cahaya lampu, matikan semua alat media social 1 jam sebelum tidur			
	Jumlah			
	Nilai			

NO	Stimulasi	Tanggal:		
		Nama Peserta TKT		
II	ASPEK PSIKOSEKSUAL			
1	Kebersihan organ reproduksi:			
1.1	Perempuan: perawatan menstruasi			
1.2	Laki-laki: perawatan mimpi basah			
2	Pengendalian hasrat seksual:			
2.1	melakukan aktifitas fisik dan belajar			
2.2	Penghindaran menonton film porno			
2.3	Penghindaran hubungan seksual sebelum menikah (seks bebas)			
	Jumlah			
	Nilai			
NO	Stimulasi	Tanggal:		
		Nama Peserta TKT		
III	ASPEK KOGNITIF			
1	Berpikir abstrak: ide, gagasan, keinginan, dan cita-cita			
2	Berpikir realistis: sekolah dan pekerjaan yang mungkin dilakukan			
3	Penyelesaian masalah: tugas sekolah, masalah hubungan dengan teman dll			
	Jumlah			
	Nilai			
IV	ASPEK BAHASA			
1	Bahasa lisan: latihan diskusi, pidato, presentasi, dll			
2	Bahasa tertulis: latihan menulis cerita, laporan, puisi, lagu, dll			
3	Pemahaman bacaan: latihan meringkas bacaan dengan bahasa sendiri			
4	Sikap terhadap bahasa kasar oranglain: latihan			

NO	Stimulasi	Tanggal:		
		Nama Peserta TKT		
	menanggapi dengan baik			
	Jumlah			
	Nilai			
NO	Stimulasi	Tanggal:		
		Nama Peserta TKT		
V	ASPEK EMOSI			
1	Daftar emosi positif: Membuat daftar emosi positif yang lalu dan setiap hari ditambahkan			
2	Latihan berfokus pada emosi positif: Latihan emosi positif berdasarkan daftar emosi positif			
3	Simpan dan gunakan pengalaman emosi positif			
	Jumlah			
	Nilai			
VI	ASPEK KEPERIBADIAN			
1	Kesepakatan: latihan sepakat, toleran dan menolong orang lain			
2	Pergaulan diperluas: latihan memperluas pergaulan di sekolah dan masyarakat pada kelompok kemasyarakatan			
3	Keterbukaan terhadap hal baru: latihan kompetisi ilmiah, kesenian dan hal-hal baru			
4	Teliti dan berhati-hati: latihan membuat daftar cek list saat melakukan kegiatan, dan melakukannya dengan hati-hati dan cermat			
5	Pengendalian emosi: latihan mengendalikan emosi saat mengerjakan kegiatan dan berinteraksi dengan orang lain			
	Jumlah			

NO	Stimulasi	Tanggal:		
		Nama Peserta TKT		
Nilai				
NO	Stimulasi	Nama Peserta TKT		
VII	ASPEK MORAL			
1	Taat pada aturan : latihan taat pada aturan di keluarga, sekolah, dan masyarakat			
2	Kepentingan diri: latihan bertanggung jawab terhadap kepentingan diri sendiri sehari-hari, mis tugas dalam keluarga, dan sekolah			
3	Penyesuaian dengan orang lain: latihan berteman dan bersahabat dengan oranglain			
4	Penyesuaian diri dengan orangtua: latihan menyesuaikan diri dengan keinginan dan harapan orang tua			
5	Penyesuaian diri dengan kelompok kerja: latihan menyesuaikan diri dengan kerja kelompok sehingga hasil kerja kelompok tercapai			
6	Penyesuaian diri dengan masyarakat: latihan menyesuaikan diri dengan kegiatan kemasyarakatan			
VIII	ASPEK SPIRITUAL			
1	Kegiatan ibadah: melakukan kegiatan ibadah sesuai dengan agama dan kepercayaannya			
2	Perilaku yang baik: latihan berperilaku yang baik sesuai dengan agama dan kepercayaannya			
3	Pemeliharaan ciptaan Tuhan: melakukan kegiatan seperti penghijauan, pembuangan sampah, perlindungan satwa, dll			
IX	ASPEK SOSIAL			

NO	Stimulasi	Tanggal:		
		Nama Peserta TKT		
1	Pengembangan identitas diri: penetapan pilihan sekolah atau keahlian, pilihan pekerjaan atau karier.			
2	Pengembangan kemandirian dan tanggungjawab: latihan melakukan kegiatan tanpa didampingi orang tua seperti study tour, camping, mengelola keuangan sendiri, tanggung jawab kegiatan dalam keluarga			
3	Pengembangan hubungan social:			
	3.3.1. Aktif dalam kelompok social yang positif			
	3.3.2. Menghindari kelompok kekerasan, narkoba dll			
	Jumlah			
	Nilai			
NO	Stimulasi	Tanggal:		
		Nama Peserta TKT		
X	ASPEK BAKAT			
1	Pengembangan bakat olah raga			
2	Pengembangan bakat seni music			
	Jumlah			
	Nilai			
XI	ASPEK KREATIVITAS			
1	Pengenalan tokoh inspiratif dan kreatif			
2	Karya baru			
3	Pemecahan masalah			
	Jumlah			
	Nilai			

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M. & Asrori, M. (2009). *Psikologi remaja perkembangan peserta didik*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Astutik, W., Daulima, N.H., & Rahmah, H. (2019). The Improvement of Adolescence' s Intelligence Through Adolescent Therapeutic Group Therapy in Depok City. Disitasi tanggal 25 November 2020 dari <https://www.iosrjournals.org/iosr-jnhs/papers/vol8-issue2/Series-10/K0802107983.pdf>
- Bahari, K., Keliat, B. A., Gayatri, D., & Daulima, N. H. C. (2010). Pengaruh terapi kelompok terapeutik terhadap perkembangan identitas diri remaja di kota Malang. FIK UI Depok: Tesis.
- Becht, A. I., Nelemans, S. A., Branje, S. J., Vollebergh, W. A., Koot, H. M., Denissen, J. J., & Meeus, W. H. (2016). The quest for identity in adolescence: Heterogeneity in daily identity formation and psychosocial adjustment across 5 years. *Developmental Psychology*, 52(12), 2010.
- Benson, P. L., Roehlkepartain, E. C., & Rude, S. P. (2003). Spiritual development in childhood and adolescence: Toward a field of inquiry. *Applied developmental science*, 7(3), 205-213.
- Bowling, L. (1999). Self-identity and self-concept as explored through art by adolescents with emotional disturbance and adults with dissociative and posttraumatic disorders. February 5, 2010. Retrieved from <http://www.keepandshare.com/doc/view.php?id=327646&da=y>
- Carlo, G., Fabes, R. A., Laible, D., & Kupanoff, K. (1999). Early adolescence and prosocial/moral behavior II: The role of social and contextual influences. *The Journal of Early Adolescence*, 19(2), 133-147.
- Chase, M.E. (2001). *Identity development and body image dissatisfaction*. Stout: University of Wisconsin. February 5, 2010. Retrieved from <http://www.uwstout.edu/lib/thesis/2001/2001chasem.pdf>
- Chin, C. S., & Harrington, D. M. (2007). Supporting the development of musical talent. *Gifted Child Today*, 30(1), 40-65.
- Choudhury S, Blakemore SJ, Charman T. (2006). Social cognitive development during adolescence. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*; 1:165–174. DOI: 10.1093/scan/nsi024 [PubMed: 18985103]
- Crocetti, E., Rubini, M., Branje, S., Koot, H. M., & Meeus, W. (2016). Self-Concept Clarity in Adolescents and Parents: A Six-Wave Longitudinal and Multi-Informant Study on Development and Intergenerational Transmission. *Journal Of Personality*, 84(5), 580–593. <https://doi.org/10.1111/jopy.12181>
- Depkes RI. (2006). *Stimulasi, Deteksi dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Remaja di Tingkat Pelayanan Kesehatan Dasar*. Jakarta: Depkes.

- Fernandes, F., Keliat, B. A., & Daulima, N. H. C. (2014). Penerapan terapi kelompok terapeutik dalam menstimulasi perkembangan remaja dengan pendekatan model stress adaptasi Stuart dan model promosi kesehatan. FIK UI Depok: KIAS
- Flannery, D. J., Rowe, D. C., & Gulley, B. L. (1993). Impact of Pubertal Status, Timing, and Age on Adolescent Sexual Experience and Delinquency. *Journal of Adolescent Research*, 8(1), 21–40. <https://doi.org/10.1177/074355489381003>
- Frisch, N.C., & Frisch, L.E. (2006). *Psychiatric mental health nursing 3rd edition*. Canada: Thomson Delmar Learning.
- Ge, X., Conger, R. D., & Elder, G. H., Jr (2001). Pubertal transition, stressful life events, and the emergence of gender differences in adolescent depressive symptoms. *Developmental psychology*, 37(3), 404–417. <https://doi.org/10.1037//0012-1649.37.3.404>
- Giesenberg, A. (2007). The Phenomenon Of Preschool Children's Spirituality. Queensland University Of Technology.
- Graber, J. A., Lewinsohn, P. M., Seeley, J. R., & Brooks-Gunn, J. (1997). Is psychopathology associated with the timing of pubertal development?. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 36(12), 1768–1776. <https://doi.org/10.1097/00004583-199712000-00026>
- Great School Staff. (2009). Adolescents — conducting the experiments: an excerpt from *Ready or Not, Here Life Comes*. <https://www.greatschools.org/gk/articles/ready-or-not-here-life-comes/>. Diakses tanggal 27 November 2020.
- Hamid, A. Y. (2009). Bunga Rampai Asuhan Keperawatan Kesehatan Jiwa. Jakarta : EGC
- Hart, D., & Carlo, G. (2005). Moral development in adolescence. *Journal of research on adolescence*, 15(3), 223-233.
- Hasanah, U., Susanti, H., & Panjaitan, R.U. (2017). Pengalaman keluarga mendampingi remaja dalam pencapaian tugas perkembangan identitas diri di lingkungan eks lokalisasi. FIK UI Depok: Tesis
- Hasanah, U., Hamid, A. Y. S., & Susanti, H. (2018). Penerapan terapi spesialis kelompok terapeutik dan psikoedukasi keluarga dalam menstimulasi perkembangan identitas diri remaja menggunakan pendekatan teori Stuart dan King. FIK UI Depok: KIAS
- Havighurst, R. J. (1972). *Developmental tasks and education*. New York: David McKay Company. Inc.
- Havighurst, Robert. J. (1985). *Human Development & Education*. Terjemahan Moh. Kasiran. Surabaya: Sinar Jaya.
- Hockenberry, M., Wilson, D., Winkelstein, M., & Kline, N. (2003). *Nursing care of infant and children 7 ed*. St. Louis, Missouri: Mosby Elsevier
- Hoover, J., Sterling, A., & Storkel, H. (2011). Speech and Language Development. *Handbook of Pediatric Neuropsychology*. New York: Spriner Publishing Company.
- Hurrelmann, K., & Quenzel, G. (2015). Lost in transition: status insecurity and inconsistency as hallmarks of modern adolescence. *International Journal of Adolescence and Youth*, 20(3), 261-270.

- Hurlock, E.B. (1999). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan edisi 5 (terjemahan)*. Surabaya: PT. Gelora Aksara Pratama Erlangga.
- Kaltiala-Heino, R., Rimpelä, M., Rissanen, A., & Rantanen, P. (2001). Early puberty and early sexual activity are associated with bulimic-type eating pathology in middle adolescence. *The Journal of adolescent health : official publication of the Society for Adolescent Medicine*, 28(4), 346–352. [https://doi.org/10.1016/s1054-139x\(01\)00195-1](https://doi.org/10.1016/s1054-139x(01)00195-1)
- Klimstra. T. (2013) Adolescent Personality Development and Identity Formation. *Child Development Perspectives*, 7 (2), 80–84. DOI: 10.1111/cdep.12017
- Kohlberg, L. (1963). Moral Development and Identification. In H. W. S. J. Kagan, C. S. N. B. Henry, & H. G. Richey (Eds.), *Child Psychology: The Sixty-Second Yearbook of the National Society for the Study of Education, Part 1* (pp. 277-332). Chicago, IL: University of Chicago Press. <http://dx.doi.org/10.1037/13101-008>
- Kozier, Barbara, (2009). *Fundamental of Nursing*, California: Copyright by. Addist Asley Publishing Company
- Mahoney, J. (2001). *The legacies of liberalism: Path dependence and political regimes in Central America*. Maryland: JHU Press.
- Malekoff, A. (2004). Strengths-based group work with children and adolescents. *Handbook of social work with groups*, 227-244.
- Marcia, J. E. (1980). Identity in adolescence. *Handbook of adolescent psychology*, 9 (11), 159-187.
- Massachusetts Institute Technology. (2018). *Ten Tasks of Adolescent Development*. <https://hr.mit.edu/static/worklife/raising-teens/ten-tasks.html>. diakses tanggal 27 November 2020
- Merritt, J. (2016). *Applied developmental theory: An eriksonian study of howard hughes* (Order No. 10099209). Available from ProQuest Dissertations & Theses Global. (1781996042). Retrieved from <https://search.proquest.com/docview/1781996042?accountid=17242>
- Papalia, D E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2001). *Human development 8th ed*. Boston: McGraw-Hill
- Papalia, E. D. Olds, WS & Feldman, DR (2013). *Human Development*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Rana, S., Hariharan, M., Nandinee, D., & Vincent, K. (2014). Forgiveness: A Determinant of Adolescents' happiness. *Indian Journal of Health and Wellbeing*, 5 (9), 1119-1123.
- Rizzal, A. F., Keliat, B. A., Wardani, I. Y. (2019). Save the future: Enhancing substance abuse refusal skill in adolescent. Presenting in The 4th International Conference for Global Health 2019.
- Roehlkepartain, E. C., Benson, P. L., King, P. E., & Wagener, L. M. (2006). Spiritual development in childhood and adolescence: Moving to the scientific mainstream. *The handbook of spiritual development in childhood and adolescence*, 1-15.
- Rothenberg, A. (1976). Homospacial thinking in creativity. *Archives of General Psychiatry*, 33(1), 17-26.
- Saam, Z dan Wahyuni, S. 2012. *Psikologi Keperawatan*. Cetakan I. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada

- Sa'ida, N., (2018). Bahasa Sebagai Salah Satu Sistem Kognitif Remaja Usia Dini, PEDAGOGI: Jurnal Remaja Usia Dini dan Pendidikan Remaja Usia Dini. Vol. 4. No. 2. P-ISSN:2599-0438; E-ISSN: 2599-042X <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/Pedagogi/article/download/1937/1494>
- Sacco, R. G. (2013). Re-Envisaging the Eight Developmental Stages of Erik Erikson: The Fibonacci Life-Chart Method (FLCM). *Journal of Educational and Developmental Psychology*, 3(1). <https://doi.org/10.5539/jedp.v3n1p140>
- Santrock, J. W. (2012). *Adolescence* (14th Edition). New York: Mc. Graw Hill.
- Serafini, T. E., Maitland, S. B., & Adams, G. R. (2006). The functions of identity scale: Revisions, validation and model testing. In *Poster presented at the Biennial Meeting of the Society for Research on Adolescence, San Francisco, California*.
- Sprinthall & Collins. (1995). *Adolescence psychologi*. New York: Mc Graw Hill, INC
- Steinberg, L. (2014). *Adolescents, 10th Edition*. New York : McGraw-Hill.
- Striegel-Moore, R. H., & Cachelin, F. M. (1999). Body image concerns and disordered eating in adolescent girls: Risk and protective factors. In N. G. Johnson, Roberts, M. C., & J. Worell (Eds.), *Beyond appearance: A new look at adolescent girls* (pp. 85-108). Washington, DC: American Psychological Association.
- Stuart, G. W., Keliat, B. A., & Pasaribu, J. (Ed). (2016). *Prinsip dan Praktek Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart, 1st Indonesia Edition*. Singapore: Elsevier
- Townsend, M. C. (2014). *Psychiatric Mental Health Nursing: Concept of Care in Evidence –Based Practice* (6th edition). Philadelphia: F. A. Davis.
- Viejo, C., Gómez-López, M., & Ortega-Ruiz, R. (2018). Adolescents' psychological well-being: A multidimensional measure. *International journal of environmental research and public health*, 15(10), 2325.
- Waterman, A. S. (1988). *Identity In Adolescence Proses And Contens*. San Fransisco: Jossey Bass Inc Publisng.
- Wood, D. (2009). *Group therapy for adolescents: clinical paper*. Retrieved from http://www.mental-health-matters.com/index.php?option=com_content&view=article&id=99:group-therapy-for-adolescents-clinical-paper&catid=43:parenting&Itemid=1652
- World Health Organization. (2016). Department of maternal, newborn, child and adolescent health (MCA): progress report 2014–15. World Health Organization. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/205631>
- Yusuf, S. (2010). *Psikologi Perkembangan Remaja dan Remaja*. Bandung: Putra Remaja