

Daftar isi



PENGANTAR PENULIS -- 5

DAFTAR ISI -- 9

BAB I : MASA PUBER -- 17

1. Apa yang Terjadi pada Masa Puber? -- 18
2. Ciri Masa Puber -- 19
 - a. Masa transisi dan tumpang tindih -- 19
 - b. Masa yang relatif singkat -- 20
 - c. Bertahap -- 20
 - d. Masa pertumbuhan dan perubahan yang pesat -- 21
 - e. Masa negatif -- 22
 - f. Bisa terjadi kapan saja -- 23
3. Beberapa Kriteria Masa Puber -- 23
4. Apa Saja Penyebab Masa Puber? -- 24
5. Perkembangan Fisik Masa Puber -- 26
 - a. Perubahan ukuran tubuh -- 26
 - b. Perubahan bentuk tubuh -- 27
 - c. Perubahan ciri-ciri seks -- 28
 - d. Beberapa pengaruh perubahan masa puber -- 31
 - 1) Pengaruh pada kondisi fisik -- 31

- 2) Pengaruh pada sikap dan tingkah laku -- 32
- 3) Pengaruh pada kematangan -- 35
 - a) Matang lebih awal vs matang terlambat -- 35
 - b) Cepat matang vs lambat matang -- 37
- e. Hal-hal yang mengkhawatirkan -- 38
 - 1) Dari mana saja timbulnya kekhawatiran? -- 38
 - 2) Kekhawatiran terhadap kenormalan -- 38
 - 3) Kekhawatiran terhadap tuntutan seks -- 40
 - 4) Dua bahaya yang mungkin menimpa masa puber -- 40
 - a) Bahaya fisik -- 42
 - b) Bahaya psikologis -- 43
 - 5) Masa puber pun bisa tidak bahagia -- 49
 - a) Jenis-jenis ketidakbahagiaan masa puber -- 51
 - b) Ketidakbahagiaan masa puber itu masalah yang serius -- 52

BAB II : REMAJA: MASA YANG PERLU DIPAHAMI DENGAN BENAR -- 55

1. Apakah Fase Remaja itu? -- 55
2. Persepsi Umum tentang Remaja -- 56
3. Potensi Remaja -- 57
4. Bagaimana Memahami Remaja -- 58
5. Apa Saja yang Perlu Dipahami dari Remaja? -- 58

BAB VIII : BATASAN USIA DAN CIRI-CIRI REMAJA -- 59

1. Batasan Usia Masa Remaja -- 59
2. Apa yang Terjadi pada Tahun Masa Remaja? -- 62
3. Ciri-Ciri Umum Masa Remaja -- 63
 - a. Masa yang penting -- 63
 - b. Masa transisi -- 63
 - c. Masa perubahan -- 64
 - d. Masa bermasalah -- 65
 - e. Masa pencarian identitas -- 65

- f. Masa munculnya ketakutan -- 66
 - g. Masa yang tidak realistis -- 67
 - h. Masa menuju masa dewasa -- 67
4. Ciri-Ciri Khas Remaja Awal -- 68
- a. Tidak stabilnya emosi -- 69
 - b. Lebih menonjolnya sikap dan moral, terutama menjelang akhir remaja awal -- 69
 - c. Mulai sempurnanya kemampuan mental dan kecerdasan -- 69
 - d. Membingungkannya status -- 69
 - e. Banyaknya masalah yang dihadapi -- 70
 - f. Masa yang kritis -- 70
5. Ciri-Ciri Khas Remaja Akhir -- 71
- a. Mulai stabil -- 71
 - b. Lebih realistis -- 72
 - c. Lebih matang menghadapi masalah -- 73
 - d. Lebih tenang perasaannya -- 73

BAB IV : PERTUMBUHAN DAN PERKEMBANGAN REMAJA -- 75

1. Makna Pertumbuhan dan Perkembangan -- 75
2. Pertumbuhan dan Perkembangan Fisik -- 78
 - a. Pertumbuhan dan perkembangan fisik remaja secara umum -- 78
 - 1) Perubahan fisik yang variatif -- 80
 - 2) Pengaruh perubahan fisik -- 81
 - 3) Perubahan fisik yang mengkhawatirkan -- 81
 - 4) Peran seks -- 82
 - 5) Pengaruh penggolongan seks -- 84
 - 6) Bahaya fisik yang mungkin timbul -- 86
 - b. Pertumbuhan dan perkembangan fisik remaja awal -- 87
 - 1) Pertumbuhan kelenjar-kelenjar seks dan perkembangan seksual -- 87
 - 2) Pertumbuhan otak dan perkembangan kemampuan pikir -- 90

- c. Pertumbuhan dan perkembangan fisik remaja akhir -- 93
 - 1) Kurang perhatian tersendiri -- 93
 - 2) Lanjutan pertumbuhan dan perkembangan -- 93
 - 3) Pertumbuhan dan perkembangan fisik -- 93
 - 4) Pertumbuhan kelenjar-kelenjar seks dan perkembangan seksual -- 95
 - 5) Pertumbuhan otak dan perkembangan kemampuan pikir -- 97
- 3. Pertumbuhan dan Perkembangan Emosi Remaja -- 99
 - a. Pertumbuhan dan perkembangan emosi remaja secara umum -- 99
 - 1) Kematangan emosi -- 100
 - 2) Beberapa minat remaja -- 101
 - a) Minat rekreasi -- 102
 - b) Minat sosial -- 102
 - c) Minat pribadi -- 102
 - d) Minat terhadap pendidikan -- 104
 - e) Minat terhadap pekerjaan -- 105
 - f) Minat terhadap agama -- 107
 - g) Minat terhadap hal simbolik -- 108
 - b. Pertumbuhan dan perkembangan emosi remaja awal -- 110
 - 1) Pola emosi pada awal masa remaja -- 110
 - 2) Pertumbuhan dan perkembangan sikap, perasaan atau emosi -- 110
 - 3) Perkembangan minat atau cita-cita -- 113
 - c. Pertumbuhan dan perkembangan emosi remaja akhir -- 117
 - 1) Pertumbuhan dan perkembangan sikap, perasaan/ emosi -- 117
 - 2) Perkembangan minat/cita-cita -- 118
- 4. Pertumbuhan dan Perkembangan Kepribadian dan Sosial -- 121
 - a. Pertumbuhan dan perkembangan kepribadian dan sosial remaja secara umum -- 121

- 1) Perubahan kepribadian -- 121
 - 2) Berusaha memperbaiki kepribadian -- 122
 - 3) Proses penyesuaian pribadi dan sosial -- 122
 - 4) Dipengaruhi kelompok sebaya -- 123
 - 5) Perubahan dalam perilaku sosial -- 126
 - 6) Pengelompokan sosial baru -- 127
 - 7) Nilai baru dalam memilih teman -- 130
 - 8) Nilai baru dalam penerimaan sosial -- 132
 - 9) Nilai baru dalam memilih pemimpin -- 135
- b. Pertumbuhan dan perkembangan kepribadian dan sosial remaja awal -- 136
 - c. Pertumbuhan dan perkembangan kepribadian dan sosial remaja akhir -- 137
5. Pertumbuhan dan Perkembangan Moral -- 138
 - a. Pertumbuhan dan perkembangan kepribadian dan sosial remaja secara umum -- 138
 - 1) Perubahan konsep moral -- 139
 - 2) Kata hati yang mengendalikan tingkah laku -- 141
 - 3) Minat dan perilaku seks -- 142
 - 4) Perkembangan heteroseksual -- 142
 - b. Pertumbuhan dan perkembangan moral remaja awal -- 146
 - c. Pertumbuhan dan perkembangan moral remaja akhir -- 146

BAB V : TUGAS-TUGAS PERKEMBANGAN REMAJA DAN PEMENUHANNYA -- 149

1. Latar Belakang dan Makna Tugas-Tugas Perkembangan Remaja -- 149
2. Tugas-Tugas Perkembangan Manusia pada Umumnya -- 150
3. Tugas-Tugas Perkembangan Remaja pada Umumnya -- 152
4. Tugas-Tugas Perkembangan Remaja Awal -- 155
5. Pemenuhan Tugas-Tugas Perkembangan Remaja -- 156
6. Tugas-Tugas Perkembangan dan Pemenuhannya dalam Kehidupan Sosial -- 159

BAB VI : REMAJA MEMILIKI KEBUTUHAN TERSENDIRI -- 165

1. Proses Kerja dan Peranan Kebutuhan -- 165
2. Kebutuhan sebagai Penentu Pola Tingkah Laku Manusia -- 166
3. Kebutuhan Remaja Secara Umum -- 171
4. Kebutuhan Remaja yang Berkaitan dengan Kesehatan Mental di Sekolah -- 175
5. Kebutuhan Khas Remaja dan Urgensi Memenuhinya -- 183

BAB VII : REMAJA BERMASALAH DAN KESEHATAN JIWANYA -- 187

1. Remaja yang Bermasalah -- 187
2. Remaja yang Bahagia -- 193
3. Remaja dan Keluarganya -- 197
4. Perselisihan Keluarga dan Pengaruhnya pada Remaja -- 198
 - a. Keluarga yang otoriter -- 198
 - b. Keluarga yang terlalu toleran -- 199
 - c. Keluarga yang demokratis -- 199
5. Faktor-Faktor Lingkungan yang Memengaruhi Remaja -- 200
 - a. Suasana keluarga -- 201
 - b. Kondisi sosial ekonomi keluarga -- 203
 - c. Posisi remaja dalam keluarga -- 203
 - d. Perbedaan jenis kelamin -- 205

BAB VIII : UPAYA MENUMBUHKEMBANGKAN POTENSI REMAJA -- 207

1. Upaya Menumbuhkembangkan Fisik Remaja -- 207
2. Upaya Menumbuhkembangkan Emosi Remaja -- 209
3. Upaya Menumbuhkembangkan Sosial Remaja -- 212
4. Upaya Menumbuhkembangkan Moral Remaja -- 213
5. Upaya Menumbuhkembangkan Bakat Remaja -- 214
6. Upaya Menumbuhkembangkan Kemandirian Remaja -- 214
7. Upaya Menumbuhkembangkan Bahasa Remaja -- 215

8. Upaya Menumbuhkembangkan Kebutuhan Remaja -- 216
9. Upaya Menumbuhkembangkan Tugas-Tugas Remaja -- 216
10. Upaya Menumbuhkembangkan Penyesuaian Diri Remaja -- 217

DAFTAR PUSTAKA -- 219

