


# INTERVENSI REMAJA TERKAIT PERKEMBANGAN DAN KESEHATAN DITINJAU DARI ASPEK PSIKOLOGI

Dra. Surastuti Nurdadi, M.Si, psikolog

Diwakili oleh  
Edward Andriyanto Sutardhio, M.Psi, Psi



# pendahuluan

Sebelum membicarakan intervensi pada remaja kita perlu mengetahui mengenai:

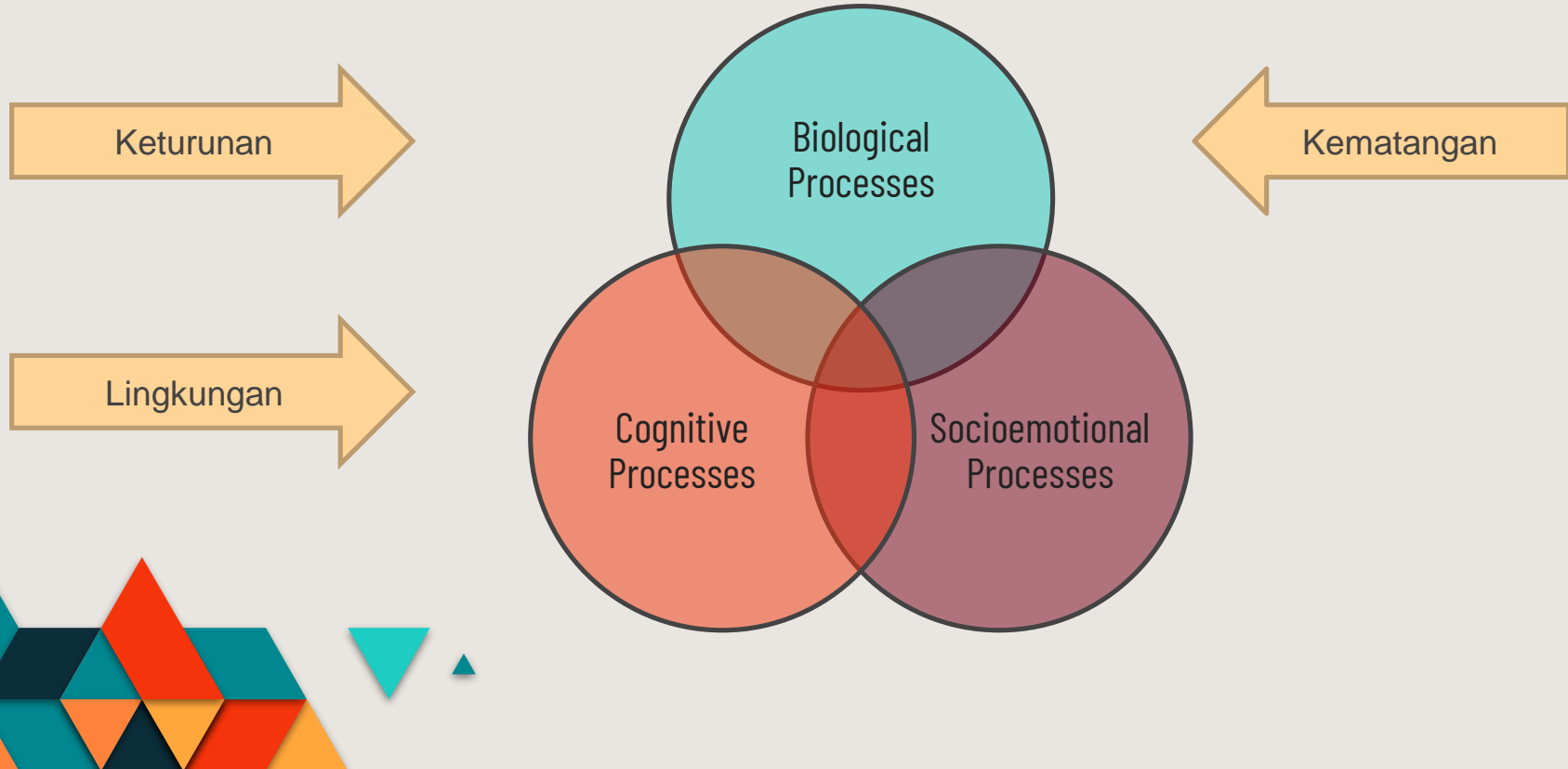
- Perkembangan remaja
- Karakteristik remaja
- Apa saja yang mempengaruhi perkembangan remaja



Apa yang terjadi pada remaja ?



# Proses yang mempengaruhi perkembangan





# PERKEMBANGAN BIOLOGIS DAN KOGNITIF



- Para remaja sangat memperhatikan mengenai perubahan pada penampilan fisik mereka
- Mereka sering bertanya apa (pada saat berada di depan cermin)

“APAKAH SAYA NORMAL”

- Perhatian terhadap tubuhnya ini ditunjukkan pada reaksi sosial dan emosional yang juga mempengaruhi kemampuannya untuk belajar



# Perubahan hormonal

- Hormon seksual sangat aktif terjadi di dalam otak, terhubung dengan reseptor ke seluruh tubuh dan mempengaruhi langsung terhadap zat-zat yang mengatur perasaan dan kebahagiaan (oxytocin & serotonin).
- Hormon seksual yang aktif di dalam pusat emosional otak dapat menyebabkan:
  - Emosi yang meledak-ledak
  - Thrill seeking





# Perkembangan berpikir





# perkembangan otak pada remaja

Perkembangan otak mencapai titik kritis pada usia ini:

- Otak berkembang dengan pesat saat berusia 15 tahun
- Mereka mencapai titik puncak perkembangan dan titik tertinggi pada penalaran intelektual dan moral
- Perkembangan otak mereka membantu mereka untuk mencapai higher learning abilities



# Bagaimana otak remaja mempengaruhi keterampilan berpikir

Remaja dapat menalar, mengambil keputusan, merencanakan dan terlibat dalam mode rasional setara dengan orang dewasa pada usia remaja tengah (usia 15-16 tahun) (Thomas Armstrong, 2016).



# Bagaimana otak remaja mempengaruhi tingkah laku

Remaja bertindak dipengaruhi oleh emosi mereka

Seringkali bertingkah dan menampilkan agresivitas

Lebih berani mengambil risiko dan memilih aktivitas yang berisiko tinggi untuk mencari sensasi

Lebih memilih perilaku berdasarkan kebutuhan jangka pendek dan mencari pemuasan segera

Berperilaku secara impulsive



# Bagaimana otak remaja mempengaruhi emosi

Remaja seringkali salah menginterpretasi emosi mereka, contohnya mereka melihat cemas sebagai kemarahan.

Lebih sering mengekspresikan emosi secara lebih kuat

Seringkali mengalami perubahan mood

Remaja seringkali merasa stress karena perkembangan otak mereka





# Perkembangan sosial emosional



# egocentrism

## **Imaginary audience:**

Para remaja percaya bahwa lingkungan sekitar selalu memperhatikan dirinya, apa yang dilakukan, digunakan/dipakai, dipikirkan, dsb

## **Personal fable:**

Para remaja percaya bahwa mereka adalah khusus dan tidak ada hal yang buruk (kejadian) akan menimpa mereka



# psikososial

- Erik Erikson :  
Pada saat ini remaja berada pada tahap perkembangan psikososial

## IDENTITY VS IDENTITY CONFUSION



# Identitas anak dapat berkembang dengan mengetahui...

- Siapakah saya?
- Bagaimana nilai-nilai saya?
- Apakah tujuan yang ingin dicapai?
- Pencarian dilakukan melalui teknologi

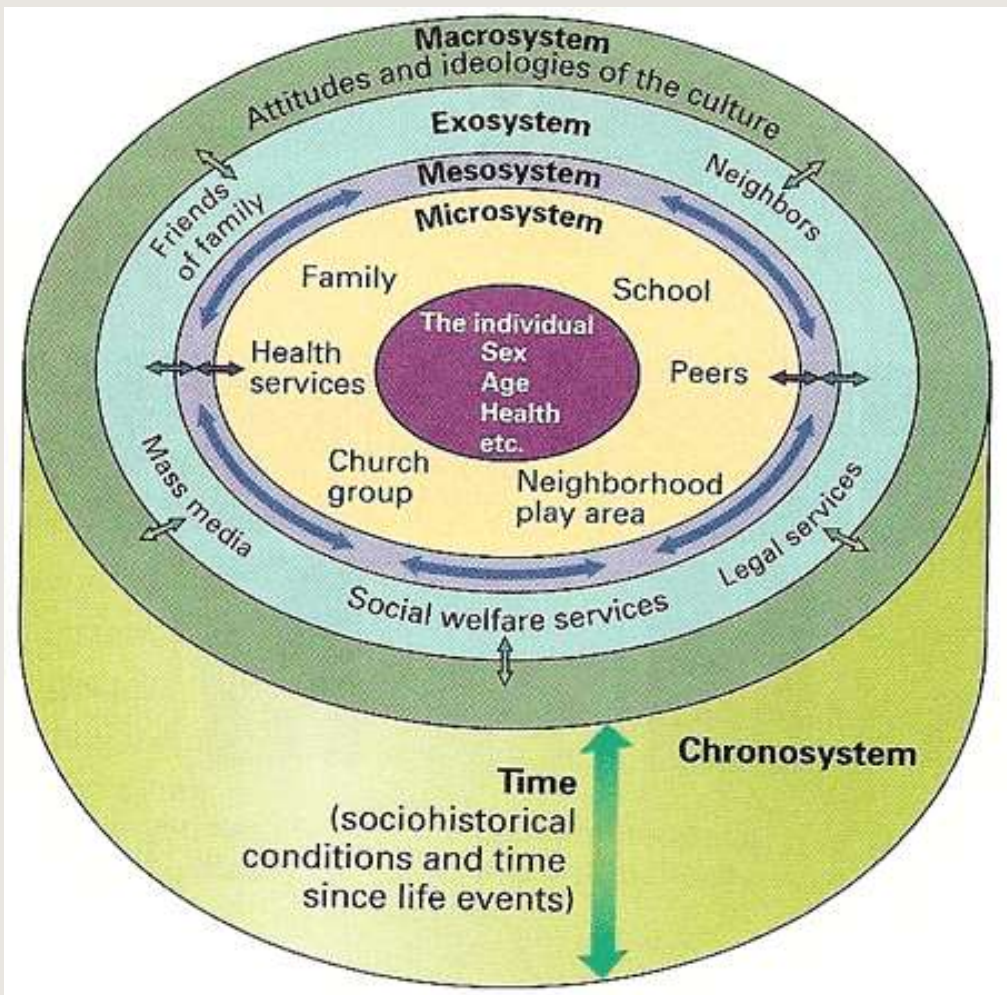






# MENGURANGI RISIKO KEHAMILAN REMAJA





# Individual

- Sex education berkesinambungan sejak dini
- Pendampingan terbuka kepada anak dan remaja
- Konseling / layanan psikologis kepada remaja rentan
- Peningkatan gizi kepada remaja
- Pendidikan keberlanjutan bagi remaja
- Akses layanan kesehatan
- Akses ke alat kontrasepsi bagi remaja yang aktif berhubungan seks



# Mikrosistem dan ekosistem

Keluarga:	Pola pengasuhan
Peer:	Pertemanan yang sehat dan saling mendukung
Sekolah:	Layanan bimbingan konseling
Layanan kesehatan:	Akses dokter keluarga dan psikolog
Media massa:	Pemberitaan dan akses ke berita yang informatif dan membangun
Akses lingkungan:	Pengawasan, kegiatan, dan keterlibatan orang-orang dewasa



Terimakasih

