



# Psikologi Remaja

Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag., M.Si.  
Editor: Dr. Abd. Syakur, M.Pd.

# Psikologi Remaja

Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag., M.Si.

Editor

Dr. Abd. Syakur, M.Pd.

## **Psikologi Remaja**

©Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag., M.Si.

Editor: Dr. Abd. Syakur, M.Pd.

Desain Cover: Abdullah Rasyid Ridha

Tata letak isi: Adityanang Prio Laksono

Cetakan I, 2024

15,5 x 23 cm., x + 239 hlm

ISBN: 978-623-148-163-4

### **SULUR PUSTAKA**

(Anggota IKAPI No.169/DIY/2023)

Jl. Jogja-Solo Km.14 Candisari RT.01/22

Tirtomartani, Kalasan, Sleman, Yogyakarta

[www.sulur.co.id](http://www.sulur.co.id)

### **CV. TRIPE KONSULTAN**

**JOURNAL CORNER AND PUBLISHING**

Jl. R. Fatah, No.50, Bakung, Sidamulya, RT.3/4,

Sidamulya, Wanareja, Cilacap

Phone: 0812-1526-3928

<https://jcopublishing.com>

Hak cipta dilindungi oleh Undang-undang  
Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku  
tanpa izin tertulis dari Penerbit

## DAFTAR ISI

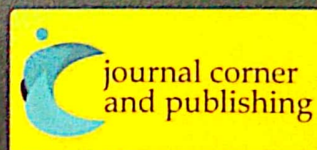
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vii</b>
<b>BAB I SEPUTAR PSIKOLOGI REMAJA .....</b>	<b>1</b>
A. Sejarah Psikologi Remaja.....	2
B. Definisi Psikologi Remaja.....	4
C. Gaya Belajar dan Jenis Pembelajaran Remaja.....	10
D. Chrithical Thinking .....	16
E. Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Remaja .....	22
<b>BAB II KONSEP DIRI DAN KONTROL DIRI PADA REMAJA.....</b>	<b>31</b>
A. Definisi Konsep Diri (Self-Concept).....	32
B. Faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri.....	34
C. Konsep Kontrol Diri (Self-Control) .....	38
D. Faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri.....	44
<b>BAB III PERKEMBANGAN FISIK PADA REMAJA .....</b>	<b>47</b>
A. Perubahan Fisik dan Hormonal .....	48
B. Dampak Perubahan Fisik Terhadap Psikologi Remaja .....	51

C. Masalah Kesehatan Pada Remaja .....	54
D. Nutrisi dan Aktivitas Fisik .....	57
<b>BAB IV PERKEMBANGAN SIKAP, NILAI DAN MORAL REMAJA</b>	<b>61</b>
A. Pembentukan Sikap dan Cita-Cita Pada Remaja.....	62
B. Perkembangan Nilai dan Hirarkinya .....	69
C. Karakteristik Nilai dan Moral Pada Remaja .....	75
D. Internalisasi Nilai, Moral dan Sikap.....	79
<b>BAB V PERKEMBANGAN KREATIVITAS DAN EMOSI.....</b>	<b>85</b>
A. Perkembangan dan Karakteristik Kreativitas Pada Remaja ..	86
B. Faktor yang Mempengaruhi Kreativitas .....	95
C. Emosi Pada Remaja .....	100
D. Perkembangan Emosi Pada Remaja .....	105
<b>BAB VI PERKEMBANGAN RESILIENSI, KEPERCAYAAN DIRI DAN HARGA DIRI .....</b>	<b>113</b>
A. Penjelasan Mengenai Resiliensi .....	114
B. Tahapan Perkembangan Resiliensi Pelajar .....	120
C. Penjelasan Mengenai Kepercayaan Diri (Self Confidence).	127
D. Perkembangan Orang yang Percaya Diri .....	132
E. Penjelasan Mengenai Harga Diri (Self Esteem) .....	136
F. Pembentuk Harga Diri.....	139
<b>BAB VII PERKEMBANGAN SEKSUALITAS PADA REMAJA .....</b>	<b>143</b>
A. Pendidikan Seks Pada Remaja.....	144
B. Orientasi Seksual dan Identitas Gender .....	148
C. Penyimpangan Seksual dan Resikonya .....	153
D. Pendekatan Kesehatan Reproduksi .....	157

<b>BAB VIII PENYESUAIAN DIRI PADA REMAJA.....</b>	<b>165</b>
A. Kosep Kemandirian Pada Remaja.....	166
B. Penjelasan Mengenai Penyesuaian Diri Pada Remaja .....	173
C. Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri .....	176
D. Proses Penyesuaian Diri .....	183
<b>BAB IX MASALAH PSIKOLOGIS PADA REMAJA .....</b>	<b>187</b>
A. Gangguan Kecemasan.....	188
B. Depresi Pada Remaja .....	194
C. Penyalahgunaan Narkoba dan Alkohol.....	199
<b>BAB X TINDAKAN BULLYING PADA REMAJA .....</b>	<b>207</b>
A. Definisi Bullying.....	208
B. Jenis – Jenis Bullying .....	212
C. Dampak Dari Bullying.....	215
<b>BAB XI PENUTUP .....</b>	<b>219</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>223</b>
<b>PROFIL PENULIS.....</b>	<b>237</b>

# Psikologi Remaja

Mempelajari psikologi remaja sangat penting karena masa remaja adalah periode transisi kritis antara masa kanak-kanak dan dewasa, di mana individu mengalami perubahan signifikan secara fisik, emosional, dan sosial. Selama periode ini, remaja menghadapi tantangan-tantangan baru seperti pencarian identitas, tekanan dari teman sebaya, serta perkembangan kemandirian dan tanggung jawab. Memahami psikologi remaja memungkinkan orang tua, pendidik, dan profesional kesehatan mental untuk memberikan dukungan yang tepat dan membantu remaja melewati fase ini dengan lebih baik. Hal ini dapat mencegah masalah-masalah seperti gangguan kecemasan, depresi, dan perilaku berisiko yang sering muncul selama masa remaja. Selain itu, mempelajari psikologi remaja juga penting untuk mengembangkan program pendidikan dan intervensi yang efektif. Pengetahuan tentang bagaimana remaja berpikir, merasakan, dan berperilaku dapat membantu dalam merancang kurikulum sekolah yang sesuai dengan kebutuhan perkembangan mereka, serta program-program yang mendukung kesehatan mental dan kesejahteraan remaja. Dengan pendekatan yang berbasis pada pemahaman psikologis, para profesional dapat menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung, yang memungkinkan remaja untuk berkembang menjadi individu dewasa yang sehat dan berfungsi baik dalam masyarakat.



ISBN: 978-623-148-163-4



9 786231 481634