



## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Bentuk Ekspresi Emosi Remaja SMP ISLAM

##### 1. Pengertian Ekspresi

Yang di mana menurut Darwin, ekspresi emosi itu sendiri bukan hanya pada manusia melainkan dalam konteks lain dalam bentuk sifat unik dengan banyak jenis yaitu salah satunya adalah binatang. Binatang juga mengalami bentuk sosial dari suatu peristiwa yang dapat menghasilkan emosi. Teori dari pendapat yang dikemukakan oleh Darwin, merupakan sebuah teori yang merujuk pada teori eksperimen berkesinambungan dengan teori evolusionernya. Dengan salah satu hasil ilmuannya pertama kali menggunakan foto sebagai ilustrasi dan menggunakan metode *judgemen* untuk mempelajari nilai isyarat dari suatu ekspresi yang sekarang menjadi ekspresi paling sering dibahas dengan menggunakan metode psikologis.<sup>1</sup>

Darwin, sendiri di mana pada prinsip yang terjadi guratan ekspresi emosi adalah tindakan yang bersifat tingkah laku lengkap, dan kombinasi dengan atau tanggapan jasmani lain yaitu suara, postur, gestur, pergerakan otot, dan tanggapan fisiologis lainnya. Misalnya dari suatu guratan ekspresi emosi yang ditunjukkan oleh raut wajah seseorang adalah bagian dari emosi. Menurut safari dan saputra suatu guratan dalam ekspresi itu sendiri bentuk dari komunikasi seperti kata-

---

<sup>1</sup> Anisia Kumala,dkk, *Dasar - Dasar Psikologi (pendekatan konseptual dan praksis dari perspektif kontemporer hingga nuansa Islam)*,(Jakarta Selatan :Uhamka,2013),145

kata dan merupakan bentuk komunikasi yang lebih cepat dari kata-kata itu sendiri.<sup>2</sup>

Menurut Gunarsa, cara untuk mengungkapkan sebuah emosi meliputi dua cara yaitu dengan cara yang pertama emosi akan dapat diungkapkan secara *verbal* dan *non-verbal* dengan penuh kesabaran. Dengan menggunakan Bahasa yang mulai dari pengertian dalam kata-kata yang digunakannya.<sup>3</sup>

Menurut Ekman, mengenai ekspresi emosi berpendapat bahwa di mana suatu kesiapan menganggapi bentuk dari peristiwa yang mendesak yang berkewajiban untuk bereaksi atau bertindak dengan memunculkan respon emosi sebagai bentuk ungkapan perasaan yang ada dalam pikiran individu sesuai dengan khasnya, suatu keadaan biologis dan psikologis, dan serangkaian kecenderungan untuk siap bertindak.<sup>4</sup>

Dari uraian yang menjelaskan mengenai bentuk dari penjelasan ekspresi emosi sebelumnya peneliti menyimpulkan ekspresi emosi bentuk dari pengkomunikasian status perasaan (emosi) dalam merespon situasi secara internal ataupun eksternal yang akan terlihat melalui perubahan biologis atau kecenderungan tindakan mulai dari sikap dan tingkah laku sesuai dengan tujuan dan bisa dijelaskan

---

<sup>2</sup> Anisia Kumala,dkk, *Dasar - Dasar Psikologi (pendekatan konseptual dan praksis dari perspektif kontemporer hingga nuansa Islam)*,(Jakarta Selaetan :Uhamka,2013),147

<sup>3</sup> Singgih D, Gunarsa, *Dasar dan Teori Perkembangan anak* (Jakarta: Gunung Mulia,2006),45

<sup>4</sup> Ekman &, Paul, *Membaca Emosi Orang*, (Yogyakarta: Think,2003),22

sebagai emosi.<sup>5</sup> Ekspresi emosi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah bentuk gambaran dalam sebuah emosi cinta yang mengespresikannya dengan merespon kedalam bentuk *verbal* dan *non-verbal*.

## 2. Pengertian Emosi

Emosi sendiri menurut Robert Patlucik, menyatakan emosi sendiri merupakan perasaan yang ada dalam pikiran kita, yang meliputi perasaan senang atau tidak senang, perasaan baik atau buruk, yang di mana emosi bentuk komponen yang paling penting dalam bahasan psikologi. yang pasti emosi masuk dalam komponen afektif manusia. Sedangkan jika di ambil secara harfian menurut *Oxford English Dictionary* di mana emosi itu gangguan atau agitasi dalam suatu pikiran, perasaan, nafsu; atau biasanya terjadinya ketergugahan mental.<sup>6</sup>

Dari penjelasan dua tokoh di atas maka dapat disimpulkan sebuah ungkapan perasaan yang kemudian diikuti oleh sebuah tindakan perilaku dari seseorang tersebut. Dalam ungkapan tersebut berkaitan dengan kebutuhan dan minat dari setiap individu itu sendiri.<sup>7</sup>

---

<sup>5</sup> Anisia Kumala,dkk, *Dasar - Dasar Psikologi (pendekatan konseptual dan praksis dari perspektif kontemporer hingga nuansa Islam)*,(Jakarta Selatan :Uhamka,2013),145

<sup>6</sup> Asori, *Psikologi Pendidikan : Pendekatan Multidisiplineri*, (Jawa Tengah : CV. Pena Persada, 2020 ), 62

<sup>7</sup> Asori, *Psikologi Pendidikan : Pendekatan Multidisiplineri*, (Jawa Tengah : CV. Pena Persada, 2020 ), 65

a. Mekanisme Emosi

Lewis dan Rosenblum, mengatakan bahwa proses terjadinya emosi melalui lima tahapan sebagai berikut :

- 1.) *Elicitors* : dorongan berupa situasi peristiwa
- 2.) *Reseptors* : aktifitas yang terjadi pada sistem syaraf. Sesudah indra menerima rangsangan dari luar, kemudian indra melanjutkan rangsangan tersebut ke otak sebagai pusat sistem syaraf.
- 3.) *State* : perubahan secara spesifik dalam aspek fisiologis. Sesudah rangsangan mencapai otak, kemudian otak akan menerjemahkan dan mengelolah stimulus tersebut serta menyebarkan kembali stimulus yang telah diterjemahkan ke berbagai bagian tubuh lain yang terikat sehingga terjadi perubahan fisiologis.
- 4.) *Expression* : perubahan pada daerah yang dapat di amati, misalnya seperti wajah, tubuh, suara, atau tindakan yang terdorong oleh perubahan fisiologis.
- 5.) *Experience* : persepsi dan interpretasi seseorang pada kondisi emosionalnya.<sup>8</sup>

b. Jenis Emosi

Menurut Reynold ada dua klasifikasi emosi secara umum yaitu :

---

<sup>8</sup> Agus Pratomo Andi Widodo, *Anak Dengan Hambatan Perilaku Emosi Dan Sosial*, (Sidoharjo : Nizamia Learning Center,2018),34

- 1.) Emosi positif : dalam emosi positif ada beberapa bentuk emosi positif yang di mana *eagerness* (rela), *humor* (lucu), *joy* (kegembiraan Keceriaan), *pleasure* (Kesenangan atau kenyamanan), *curiosity* ( rasa ingin tahu), *happiness* (kebahagiaan), *delight* (kesukaan), *love* (rasa cinta atau kasih sayang), dan *excitement* (ketertarikan atau takjub)
- 2.) Emosi negatif: Reynold menyatakan bentuk dari emosi negative antara lain : *impatience* (tidak sabaran), *uncertainty* (kebimbangan), *anger* (rasa marah), *jealousy* (rasa cemburu), *annoyance* (rasa jengkel), *fear* (rasa takut ), *depression* (depresi), *sadness* (kesedihan), dan *hate* (rasa benci).<sup>9</sup>

c. Ciri-ciri Emosi

Emosi sendiri memiliki ciri-ciri menurut Dwi, sebagai berikut :

- 1.) Pengalaman emosional yang bersifat pribadi
- 2.) Adanya perubahan aspek jasmaniah pada saat individu menghayati suatu emosi maka terjadi beberapa emosi sebagai suatu motif
- 3.) Motif merupakan suatu tenaga yang mendorong individu untuk melakukan suatu kegiatan.<sup>10</sup>

d. Macam-macam Emosi

Dalam teori Watson mengemukakan bahwa emosi terbagai menjadi beberapa hal sebagai berikut :

---

<sup>9</sup>Agus Pratomo Andi Widodo, *Anak Dengan Hambatan Perilaku Emosi Dan Sosial*, (Sidoharjo:Nizamia Learning Center,2018),55

<sup>10</sup> Ibid, 58

- 1) Gembira , biasanya di ekspresikan dengan tersenyum dan tertawa
- 2) Marah, sebuah emosi yang disebabkan karena keadaan yang tidak disukai, biasanya akan bersifat agresif, dan biasanya diikuti oleh tindakan yang merugikan orang lain.
- 3) Takut merupakan bentuk emosi yang menunjukkan rasa bahaya, dan digunakan untuk mempertahankan diri, biasanya ditandai dengan perubahan fisiologis seperti mata melebar, berhati-hati, berhenti bergerak, badan gemetar, menangus, bersembunyi, melarikan diri, berlindung di belakang punggung orang lain.
- 4) Sedih di mana perasaan terasing, ditinggalkan, ditolak yang akan membuat individu memiliki perasaan sedih, untuk ekspresinya biasanya ditandai dengan alis mengkrut ke atas dan kedalam, kelopak amta ditarik keatas, ujung mulut ditarik kebawah, serta dagu diangkat pada pusat bibir bagian bawah.
- 5) Cinta merupakan perasaan sensitive yang berada pada bentuk rasa suka yang biasanya individu akan merasa perubahan dalam diri, terbayang-bayang, sering melamun, cemburu.<sup>11</sup>

---

<sup>11</sup>Agus Pratomo Andi Widodo, *Anak Dengan Hambatan Perilaku Emosi Dan Sosial*, (Sidoharjo:Nizamia Learning Center,2018),61

## B. Cinta

### 1. Pengertian Cinta

Cinta menurut teori Liebowitz, itu sendiri di mana suatu emosi yang begitu positif atau dikatakan paling intense dan banyak individu menginginkan perasaan ini yang di mana cinta sebagai “*positive feeling behaviors, and commitment to the stability of the force that an ongoing relationship*” yang pasti mendefinisikan terkait tentang cinta suatu perasaan tingkah laku yang positif, serta komitmen yang begitu dalam dimiliki seseorang dalam menjaga kestabilan perasaan dan tingkah lakunya yang bisa dipengaruhi hubungan yang sedang dijalaninya.<sup>12</sup> Sedangkan menurut Thieme, sendiri cinta merupakan bentuk ungkapan sensitive yang mengarah pada rasa suka.<sup>13</sup> Menurut Sternberg, cinta merupakan sebuah teori segitiga cinta atau dikenal dengan trigulasi cinta *Theory o love* yang di mana terdapat tiga komponen cinta dalam teori ini yaitu *intimacy, passion,commitmen*.<sup>14</sup>

Berdasarkan pada beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan cinta merupakan tingkat laku positif yang membentuk ungkapan sensitive yang mengarah pada rasa suka yang membentuk suatu komitmen pada diri individu dalam menjalani perasaanya. Dalam memahami suatu hal ini dan menguraikan cinta secara mendalam,

---

<sup>12</sup> Theo Riyanto, *7 Cinta Satu Makna*, (Yogyakarta:PT.Kanisius,2015),15

<sup>13</sup> Achmanto Mendatu, *Cinta dan Manusia (arti, ragam jenis, dan sebab akibatnya)*, (Psikoeduka : Dipublikasikan Bebas di Internet, 2007), 20

<sup>14</sup> Ibid, 18

dalam hal ini diformulasikan sebuah model berkenaan dengan cinta.<sup>15</sup> Sesuai dengan komponen yang dikemukakan oleh teori Thieme sebagai berikut :<sup>16</sup>

## 2. Bentuk Perilaku Cinta Menurut Thieme

### a. Ekspresi fisik yang mencerminkan cinta

Cinta akan membuat seseorang yang menajalin hubungan tersebut merasa bahagia dengan menunjukkan ekspresi wajah tersenyum lebih banyak, mata berbinar dan terlihat cerah, dan wajah menunjukkan minat tinggi terhadap individu yang dicintai.

### b. Tindakan *verbal* yang mencerminkan cinta

Tindakan *verbal* yang sering individu lakukan adalah mengatakan sebuah perasaan dengan “aku mencintaimu”, “*I love you*”, aku sayang kamu, “kamulah cintaku”, dan semacam ungkapan cinta lainnya. Tentu saja ungkapannya diucapkan dengan penuh perasaan. Kadang seseorang yang sedang mabuk cinta, menuliskan nama yang dicintai di buku-buku, di dinding, di manapun, bahkan sampai menjadikan nama yang dicintai sebagai alamat email.

### c. Tindakan *non-verbal* yang mencerminkan cinta

Perilaku cinta berupa tindakan *non-verbal* adalah cinta yang paling banyak dilakukan oleh orang yang mencintai. Pertama

---

<sup>15</sup>Ibid, 17

<sup>16</sup> Ibid, 21

adalah menunjukkan sikap penuh cinta. Di dalamnya adalah menunjukkan kepercayaan pada yang dicintai, mengatakan kejujuran, menunjukkan penghormatan, menghargai pendapatnya, memberikan dukungan semangat, menunjukkan rasa tertarik pada kegiatan-kegiatan yang dicintai. Kedua, menyiapkan diri. Mereka yang mencintai akan membuka diri seluas-luasnya pada yang dicintai. Informasi apapun tentang diri akan diberikan pada yang dicintai. Mereka akan berusaha menjadi yang terdekat bagi yang dicintai. Ketiga, memberikan materi. Biasanya, materi adalah berupa hadiah-hadiah. Tidak jarang berupa bantuan materi pada saat yang dicintai kesulitan. Keempat, melakukan komunikasi *non-verbal*. Mereka menunjukkan rasa santai dan nyaman bila sedang bersama.<sup>17</sup>

### 3. Komponen Cinta Menurut Thieme

- 1.) *Awareness*, pengekspresian cinta dengan sikap sensitive yang diperlihatkan dengan bentuk kesukaan,kebutuhan dan *mood* dari pasangan.
- 2.) *Reaffirmation*, dalam ketika individu mulai timbul rasa cinta kepada pasangan dan individu tersebut bisa mengungkapkan perasaannya tersebut dengan sungguh-sungguh

---

<sup>17</sup> Achmanto Mendatu, *Cinta dan Manusia (arti, ragam jenis, dan sebab akibatnya)*, (Psikoeduka : Dipublikasikan Bebas di Internet, 2007), 06

- 3.) *Espectation*, ketika individu mengekspresikan perasaan cinta kepada pasanganya, maka individu tersebut harus merespon
- 4.) *Unexpected*, bentuk atau cara pengungkapan pengekspresian cinta tidak harus secara spontan mungkin saja dapat dengan hal yang bernuansakan keromantisan berupa bentuk pemberian hadiah secara rahasia kecil yang tidak diketahui oleh pasangan.
- 5.) *Pleasurable* bentuk dari hal ini menjadikan pasangan senang dalam bentuk pengeskpresian cinta tanpa terlihat adapun sebuah paksaan untuk saling mencintai antar keduanya.
- 6.) *Necesity*, bentuk hal ini digunakan membuat kejutan-kejutan kecil agar hubungan yang terjalin tidak begitu sangat membosankan.
- 7.) *Unique*, untuk ekspresi cinta yang diberikan kepada pasangannya biasanya melalui pesan *verbal* maupun *non-verbal* yng dimengerti oleh pasangan.
- 8.) *Natura*, bentuk pengespresiaan cinta dengan hal sederhana tidak dengan hal yang begitu berlebihan.
- 9.) *Connection*, biasanya bentuk eskpresi cinta dikomunikasikan antar individu dan pasangannya agar terbentuknya hubungan secara psikologis dan emosional.

10) *Sosial norms*, bentuk ekspresi cinta dengan memperlihatkan adanya suatu aturan sosial yang ada pada lingkungan individu maupun pasangan, lebih memungkinkan untuk bertindak dan bukan berbicara

11) *Bad timing*, bentuk pasangan yang romantic memahami situasi atau tempat untuk mengungkapkan bentuk pengekspresian perasaan.

12) *Buying love*, bentuk pengekspresian perasaan cinta yang tidak akan bernuansakan material.<sup>18</sup>

Dari berbagai bentuk ekspresi yang peneliti ketahui bahwa dalam suatu hubungan yang terjalin salah satunya adalah cinta mereka menunjukkan cinta tersebut, diantaranya adalah *verbal* dan *non-verbal*. Dengan bentuk pengekspresian yang pertama dari ekspresi *verbal* yang dalam suatu contoh individu berpegangan tangan, lalu melakukan *eye contact* dan bahas-bahas *non-verbal* lainnya yang hanya diketahui oleh dua orang yang terlibat di dalam hubungan cinta tersebut.<sup>19</sup>.

## C. Ekspresi Emosi cinta

### 1. Pengertian Ekspresi Emosi Cinta

Ekspresi sendiri menurut Ekman, merupakan pengungkapan atau proses penyampaian informasi yang di respon secara internal maupun eksternal, yang akan terlihat perubahannya secara biologis dan

<sup>18</sup> Achmanto Mendatu, *Cinta dan Manusia (arti, ragam jenis, dan sebab akibatnya)*, (Psikoeduka : Dipublikasikan Bebas di Internet, 2007), 21

<sup>19</sup> Ekman & Paul, *Membaca Emosi Orang*, (Yogyakarta:Think,2003), 24

fisiologis.<sup>20</sup> sedangkan emosi sendiri menurut Robert patcluik perasaan yang ada dalam pikiran kita yang berpengaruh pada perilaku kita atau biasa di sebut dengan afektif manusia yang meliputi sedih, gembira, marah dan cinta.<sup>21</sup> sedangkan cinta sendiri menurut teori thieme merupakan ungkapan sensitif yang mengarah pada perasaan suka kepada seseorang. Serta Thieme, mengatakan cinta diwujudkan berdasarkan tiga bentuk utama mulai dari *awareness, reaffirmation, especation, unexpected, pleasurable, necessity, unique, natura, connection, social norms, bad timing, buying.love*, yang di mana dalam hal ini menjelaskan bahwa ekspresi emosi cinta bentuk suatu ungkapan perasaan cinta berdasarakan gambaran yang dimunculkan dalam bentuk *verbal* dan *non-verbal*. Dan juga dalam beberapa faktor yang ada mulai faktor internal dan eksternal dalam penggambaran ekspresi emosi cinta.<sup>22</sup>

a. Indikator Ekspresi Emosi Cinta

Ekman & Paul, menjelaskan mengenai indikator dalam ekspresi emosi dan Thieme dalam indikator cinta sebagai berikut :

- 1.) Indikator ekspresi emosi : Sedih, Marah, Takut, Gembira, Cinta.<sup>23</sup>

---

<sup>20</sup> Ibid, 22

<sup>21</sup> Adnan Achiruddin Saleh, : *Pengantar Psikologi*. (Makassar Sulawesi Selatan : Aksara Timur, 2018), 115

<sup>22</sup> Achmanto Mendatu, *Cinta dan Manusia (arti, ragam jenis, dan sebab akibatnya)*, (Psikoeduka: Dipublikasikan Bebas di Internet, 2007), 21

<sup>23</sup> Ekman & Paul, *Membaca Emosi Orang*, (Yogyakarta: Think, 2003), 16

2.) Indikator cinta : *awareness, reaffirmation, especation, unexpected, pleasurable, necessity, unique, natura, connection, social norms, bad timing, buying.love.*<sup>24</sup>

b. Bentuk Ekspresi Emosi Cinta

Ekman &, Paul, menjelaskan bahwa bentuk pengungkapan ekspresi emosi cinta dengan dua hal sebagai berikut :

- 1.) *Verbal* : merupakan sebuah bentuk pengungkapan emosi secara langsung, tanpa adanya sebuah perantara.
- 2.) *Non – verbal* : merupakan bentuk pengungkapan emosi secara tidak langsung atau didasarkan oleh adanya perantara.<sup>25</sup>

c. Faktor Pendorong Ekspresi Emosi Cinta

Menurut Enung, dalam pengungkapan ekspresi emosi cinta didorong juga adanya faktor sebagai berikut :

1.) Pengertian faktor internal

Menurut Enung, mengatakan bahwa perkembangan intelektual menghasilkan kemampuan berpikir kritis untuk memahami makna yang sebelumnya tidak dimengerti dan menimbulkan emosi terarah pada satu objek, dari penjelasan di atas bahwa emosi cinta yang dirasakan remaja juga dipengaruhi oleh bagaimana kemampuan intelektual seseorang dalam proses berfikir, daya menghubungkan , menilai, mempertimbangkan, serta mengelola lingkungan menjadi efektif.

---

<sup>24</sup> Achmanto Mendatu, *Cinta dan Manusia (arti, ragam jenis, dan sebab akibatnya)*, (Psikoeduka: Dipublikasikan Bebas di Internet, 2007), 21

<sup>25</sup> Ekman &, Paul, *Membaca Emosi Orang*, (Yogyakarta: Think, 2003), 21

## 2.) Pengetian Faktor Eksternal

Menurut Enung, mengatakan bahwa emosi yang terjadi pada remaja tidak terlepas dari bermacam pengaruh seperti lingkungan tempat tinggal, keluarga, sekolah dan teman-teman sebaya, serta aktivitas-aktivitas yang dilakukannya dalam kehidupan sehari-hari. Dan masa remaja masa yang identik dengan lingkungan sosial tempat berinteraksi, membuat mereka dituntut untuk menyesuaikan diri secara afektif.<sup>26</sup>

### **D. Faktor Internal dan Eksternal Ekspresi Emosi Cinta**

#### **1. Pengertian faktor internal**

Menurut Enung, mengatakan bahwa perkembangan intelektual menghasilkan kemampuan berpikir kritis untuk memahami makna yang sebelumnya tidak dimengerti dan menimbulkan emosi terarah pada satu objek, dari penjelasan di atas bahwa emosi cinta yang dirasakan remaja juga dipengaruhi oleh bagaimana kemampuan intelektual seseorang dalam proses berfikir, daya menghubungkan, menilai, mempertimbangkan, serta mengelola lingkungan menjadi efektif.

#### **2. Pengetian Faktor Eksternal**

Menurut Enung, mengatakan bahwa emosi yang terjadi pada remaja tidak terlepas dari bermacam pengaruh seperti lingkungan tempat tinggal, keluarga, sekolah dan teman-teman sebaya, serta aktivitas-

---

<sup>26</sup> Ari Wibowo Kurniawan, dkk, *Psikologi Olahraga*, (Tulungagung: Akademia Pustaka, 2021), 37

aktivitas yang dilakukannya dalam kehidupan sehari-hari. Dan masa remaja masa yang identic dengan lingkungan sosial tempat berinteraksi, membuat mereka dituntut untuk menyesuaikan diri secara afektif.<sup>27</sup>

## **E. Remaja**

### **1. Pengertian Remaja**

Menurut santrock, masa remaja merupakan suatu periode transisi dalam rentang kehidupan manusia, yang menjembatani masa kanak-kanak dengan masa dewasa mulai dari perkembangan faktor-faktor genetik, biologis, lingkungan dan sosial, seperti halnya pada terbentuknya perasaan cinta romantis pada remaja yang menjadi salah satu contoh perkembangan yang di mana ciri-ciri lain dari keromantisan remaja di mana remaja memiliki sisi keromantisan dengan menunjukkan ketertarikan heteroseksual (tarikan remaja yang berlainan kelamin) dengan adanya pendampingan mereka dengan remaja lain. Pada akhir remaja, mereka memiliki satu lawan jenis yang paling disayangi.<sup>28</sup>

Pada usia remaja mulai 11 hingga 13 tahun biasanya diperlihatkan akan kemunculan masa pubertas, dengan kemunculan pubertas tersebut sisi-sisi atau jiwa keromantisan mereka muncul secara perlahan dan tertarik dengan keromantisan hal itu mendominasi pada banyak

---

<sup>27</sup>Ari Wibowo Kurniawan, dkk,*Psikologi Olahraga*,(Tulungagung:Akademia Pustaka,2021),39

<sup>28</sup> John W. Santrock, *Life- Span Development Perkembangan Masa-Hidup Edisi Ketiga belas jilid 1*, (Bandung: PT Gelora Aksara Pratama,2021),409

percakapan dengan kawan sesama *gender*.<sup>29</sup> Dalam hal ini jika individu merasa tertarik dengan lawan jenis akan diceritakan oleh kawan sesama *gendernya*. Mungkin remaja atau tidak begitu memungkinkan dapat dengan mudah berinteraksi dengan individu yang disukainya tersebut. Namun ketika kencan terjadi, biasanya berlangsung dalam *setting* kelompok.<sup>30</sup>

Remaja pada usia 14 hingga 16 tahun biasanya melakukan keromantisan hanya dengan pacaran biasa (*casual dating*), dengan banyaknya pengalaman yang ada biasanya pacaran hanya dengan berlangsung selama beberapa bulan atau beberapa minggu saja. Berikutnya yaitu pacaran secara kelompok (*dating in groups*), dalam hal ini terjadi dan mencerminkan ketertarikan pada konteks kawan sebaya.<sup>31</sup>

Tepat pada usia akhir masa sekolah menengah keatas pada jenjang usia 17 hingga 19 tahun, terbentuknya relasi romantis yang semakin serius. Dalam sebuah ikatan emosi ini lebih stabil dan tahan lama dibanding ikatan sebelumnya, dan biasanya bertahan satu tahun atau lebih.<sup>32</sup>

#### a. Ciri-Ciri Perubahan Masa Remaja

Menurut teori Santrock, bahwa remaja memiliki beberapa perubahan dalam diri sebagai berikut :

---

<sup>29</sup> Ibid, 404

<sup>30</sup> Ibid, 407

<sup>31</sup> John W. Santrock, *Life- Span Development Perkembangan Masa-Hidup Edisi Ketiga belas jilid 1*, (Bandung: PT Gelora Aksara Pratama,2021),406

<sup>32</sup> Ibid, 401

- 1.) Kematangan Seksual, Tinggi dan Berat tubuh, yang di mana dalam perubahan tersebut laki-laki akan mengalami mimpi basah, tumbuh jakun dan lain sebagainya, kemudian perempuan akan mengalami menstruasi, pertumbuhan payudara, pinggul melebar dan lain sebagainya.
- 2.) Perubahan Hormonal, yang di mana dalam perubahan ini sering terjadi pertumbuhan kumis, melebarnya pinggul pada perempuan dalam aliran hormon-hormon yang keluar oleh kelenjar endokrin dan dibawah keseluruhan tubuh melalui aliran darah.
- 3.) Waktu dan Variasi dalam Pubertas di mana dalam hal ini perubahan berdasarkan tahun dalam tumbuh kembang berdasarkan suatu nutrisi dan kesehatan yang membuat masa pubertas remaja meningkat dan menurun atau biasa dikenal dengan kemajuan pada masa pubertas, yang biasanya anak laki-laki mulai pubertas pada usia 10 tahun atau paling lambat 13, 5 tahun, paling awal 13 tahun dan paling lambat 17 tahun, dan bisa dikatakan normal, sedangkan perempuan biasanya mulai usia 9 tahun hingga 15 tahun, dan saat ini paling banyak 8 tahun sampai 9 tahun.
- 4.) Citra Tubuh di mana dalam hal ini terjadinya perubahan fisik secara psikologis, dalam citra tubuh masa pubertas perempuan lah yang paling mengalami perubahan negatif pada citranya, di

mana anak perempuan selalu merasa tidak puas dengan tubuhnya sehubungan dengan meningkatnya lemak, sementara laki-laki begitu sangat puas dengan tubuhnya.

5.) Kematangan Awal dan Akhir di mana remaja memasuki pubertas lebih dini, atau matang lebih awal seperti anak remaja merasa kematangan lebih awal dari remaja yang lain merupakan sebagai bentuk kemenangan diri.

6.) Otak pada remaja memiliki perubahan dalam perkembangan otak secara meningkatkan perubahan fase awal yang terjadi, sesuai dengan neuron dan afektif lainnya.<sup>33</sup>

#### b. Seksualitas Remaja

Menurut Santrock, remaja memiliki pertumbuhan fisik dan perkembangan yang signifikan yang di mana antara anak aseksual dan orang dewasa yang seksual, remaja adalah masa eksplorasi dan eksperimen seksual, masa fantasi realita seksual yang hampir tidak dapat dipuaskan, dengan apa saja seksualitas remaja sebagai berikut :

1) Waktu perilaku seksual remaja : setiap negara memiliki waktu dan perilaku seksual yang berbeda , yang di mana jika negara amerika pada saat usia 15 tahun sudah melakukan hubungan seksual dan bahkan sudah kehilangan *virgin*, sedangkan Indonesia mereka seksualnya melebihi batas saat mulai

---

<sup>33</sup> John W. Santrock, *Life- Span Development Perkembangan Masa-Hidup Edisi Ketiga belas jilid 1*, (Bandung: PT Gelora Aksara Pratama,2011),404-407

mengetahui masa percintaan. Dan juga berbeda lagi dengan negara-negara lain.

- 2) Faktor Resiko dalam Perilaku Seksual Remaja : di mana faktor pada seksualitas seperti, merokok, minum alkohol, narkoba merupakan bentuk dari faktor-faktor yang sangat berperilaku sekali pada perilaku seksual remaja, selain itu, pelecehan, hamil diluar nikah, juga termasuk bentuk dalam hal ini.
- 3) Infeksi yang ditularkan secara seksual , mulai dari HIV, adalah faktor utama dalam terjadinya hubungan intim yang terjadi.
- 4) Kehamilan pada remaja , merupakan factor yang banyak dan sering terjadi pada kasus akhir-akhir ini.<sup>34</sup>

---

<sup>34</sup> John W. Santrock, *Life- Span Development Perkembangan Masa-Hidup Edisi Ketiga belas jilid 1*, (Bandung: PT Gelora Aksara Pratama,2011),408-411

