

Perkembangan Emosi : Emosi Remaja dan Pembentukan Konsep Kendiri

Azizi bin Hj Yahaya

Dari perspektif Islam, remaja dianggap sudah cukup umur atau diistilahkan sebagai baligh. Pada peringkat remaja, golongan ini mengalami peralihan zaman, antara zaman kanak-kanak dengan zaman dewasa. Pada peringkat usia remaja, berlaku perubahan yang pesat sama ada perubahan biologi, fizikal, mental dan emosi serta perubahan tanggungjawab dan peranan dalam keluarga, kelompok dan masyarakat.

Selain dari itu, zaman remaja turut memperlihatkan perubahan daripada segi sosial dan emosi. Perkembangan sosio-emosi adalah cantuman perkataan 'sosial' dan 'emosi'. Ia terbentuk daripada personaliti remaja itu sendiri. Dalam memperkembangkan sosio-emosinya, remaja perlu mengukuhkan personaliti diri dengan cara membentuk identiti diri, mempunyai nilai hidup, konsep kendiri yang positif, penghargaan yang tinggi untuk dirinya, mempunyai imbalan antara diri dan sosial serta mempunyai persepsi yang sihat pada orang lain. Untuk mengimbangi perubahan-perubahan ini, golongan remaja sering berhadapan dengan masalah dan konflik dalaman dan luaran. Dengan sebab itu, berlakulah ketegangan dan tekanan emosi dalam diri remaja yang perlu diurus dengan baik supaya pertumbuhan remaja tidak terhalang dan berkembang secara positif, fizikal, mental dan emosinya.