Masa remaja adalah masa peralihan antara masa anak ke masa dewasa. Karena peralihan seringkali terjadi perubahan padi diri remaja, dan sering menimbulkan pertentangan dan konflik dengan lingkungan terdekat, misalnya keluarga dan lingkungan sekitar di luar keluarga. Kartono (1997), Haditono & Munk (1998) menjelaskan dimensi remaja menjadi 4 bagian, yaitu: dimensi fisik, psikologi, sosial, dan agama. *Dimensi pertama*, adalah fisik, dimana dalam diri remaja terjadi perubahan fisik, terutama tumbuh dan dan kembang organ genital, yang berbeda. Menurut Neil J. Salkind. (2006) 8 fase perkembangan fisik remaja diawali saat masa puberitas tiba meliputi awal masa remaja (usia 10-14 tahun), sebagian remaja mulai mengalami lonjakan pertumbuhan fisik dan mulai pematangan seksual yang mengakibatkan terjadinya perubahan yang signifikan di semua domain fungsi. Masa remaja Tengah (usia 14-17 Tahun) Pembangunan fisik Kebanyakan remaja mengalami terus meningkat di spesialisasi keterampilan motorik kasar, massa otot, kekuatan, dan daya tahan cardiopulmonary. beberapa remaja mungkin menemukan kesulitan untuk menyesuaikan diri somatik pertumbuhan menyembur, yang dapat mengakibatkan kejanggalan sementara atau kecanggungan.

*Dimensi psikologi*, masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak-anak tidak lagi merasa di bawah tingkatan orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah bak…. Integrasi dalam masyarakat (dewasa) mempunyai banyak aspek efektif, kurang lebih berhubungan dengan masa puber” (Piaget, 1969). Pertumbuhan fisik yang cepat, diikuti perkembangan psikis yang tidak berimbang sering kali menimbulkan problem, karena ia menyimpan kekuatan, jika tidak diarahkan pada hal positif maka menjadi berbahaya.

*Dimensi sosial*, pada masa ini remaja mengalami perluasa pergaulan, dan terlepasnya ikatan lama (keluarga) dengan ikatan baru *(peer group).* Menurut Elizabeth B. Hurlock (1991) ada beberapa dampak psikologis yang dialami remaja terhadap perubahan bentuk tubuh yang dialaminya terhadap sikap yang dilakoninya yakni meningkatkan penampilan diri seseorang akan diterima dengan senang hati dan mengarah sikap yang rnenyenangkan. Dalam hal ini jika dirinya diterima pada anggota kelompok, maka kelompoknya menjadi sangat kuat mempengaruhi kepribadiannya. Dalam kontek ini, nilai lama yang telah Sedangkan perubahan- perubahan yang mengurangi penampilan diri akan ditolak, dan segala cara akan · diusahakan untuk menutupinya. Perilaku, kalau perubahan-perubahan perilaku seperti yang terjadi selama masa puberitas dan usia lanjut, hal ini akan berpengaruh pada sikap terhadap perubahan-perubahan yang kurang menyenangkan. Hal sebaliknya terjadi kalau perubahan-perubahan yang menyenangkan, misalnya ketidak berdayaan masa bayi berkembang secara bertahap menuju kemandirian masa kanak-kanak.