**PENDAHULUAN**

**R**emaja adalah suatu masa dimana individu berkembang dari saat pertama kali menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan sosial. Individu yang mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi dari anak-anak menjadi dewasa.Remaja merupakan tahap perkembangan yang dimulai dari usia 13-18 tahun. Pada masa remaja dalam tahap perkembangan ada berbagai tugas-tugas perkembangan yang harus diselesaikan agar mencapai perkembangan yang optimal. Diantara tugas perkembangan remaja yaitu mencari dan menemukan jati diri sebagai seorang remaja. Seorang yang telah mencapai usia remaja baik disadari maupun tidak maka remaja tersebut akan melalui tahap perkembangan yang berbedabeda antara remaja yang satu dengan remaja yang lainnya.

Masa remaja dikenal sebagai masa dimana terjadi pergolakan emosi dan diiringi oleh pertumbuhan fisik pesat dan perkembangan psikis yang bervariasi. Pergolakan emosi yang terjadi, tidak terlepas dari bermacam-macam faktor seperti keluarga, lingkungan tempat tinggal, sekolah, dan aktivitas lainnya dalam kegiatan sehari-hari. Pergolakan emosi ini dapat dipengaruhi oleh banyak faktor dan akan sangat mempengaruhi proses perkembangan remaja.

Dalam proses remaja menyelesaikan tugas perkembangannya, remaja seharusnya tidak menjadikan tugas tersebut sebagai suatu beban melainkan menjadikan tugas tersebut sebagai bagian dari perjalanan hidup seorang remaja. Dalam menjalani hidup agar gutas perkembangan tidak menjadi sebuah beban maka remaja harus menjalaninya dengan Bahagia. Karena Ketika aspek psikologis berkembang dan remaja merasa Bahagia maka tugas perkembangan akan menjadi tidak terasa Ketika dijalani.

Bahagia sudah pasti menjadi tujuan hidup banyak orang terlebih lagi pada remaja. Ketika remaja bahagia maka dari aspek psikologis akan merasa tenang. Saat remaja punya rasa bahagia, semua hal yang sulit akan terasa mudah untuk dilalui. Rasanya semua hal nggak akan lengkap tanpa rasa bahagia. Apalagi di usia remaja yang senang untuk mencari jati diri mereka dan melakukan eksplorasi hal yang mereka sukai, bahagia itu penting agar remaja dapat menjadi orang yang menyenangkan.

Remaja yang bahagia akan mampu menciptakan ketenangan untuk dirinya dan akan menularkan kebahagiaan pada orang lain yang berada dalam lingkungannya. Kebersamaan remaja dalam kelompok atau lingkup pertemnan yang menyenangkan tentunya akan mampu menciptakan rasa bahagia.

Remaja yang bahagia adalah remaja yang sehat jiwanya. Dan kebahagiaan tidak selamanya berkaitan dengan materi, akan tetapi kebahagiaan dapat bersumber dari hal-hal kecil yang ada di sekitar. Meskipun sederhana tapi setidaknya hal tersebut berharga dan belum tentu bisa diulang dan sebagai remaja yang berbahagia.