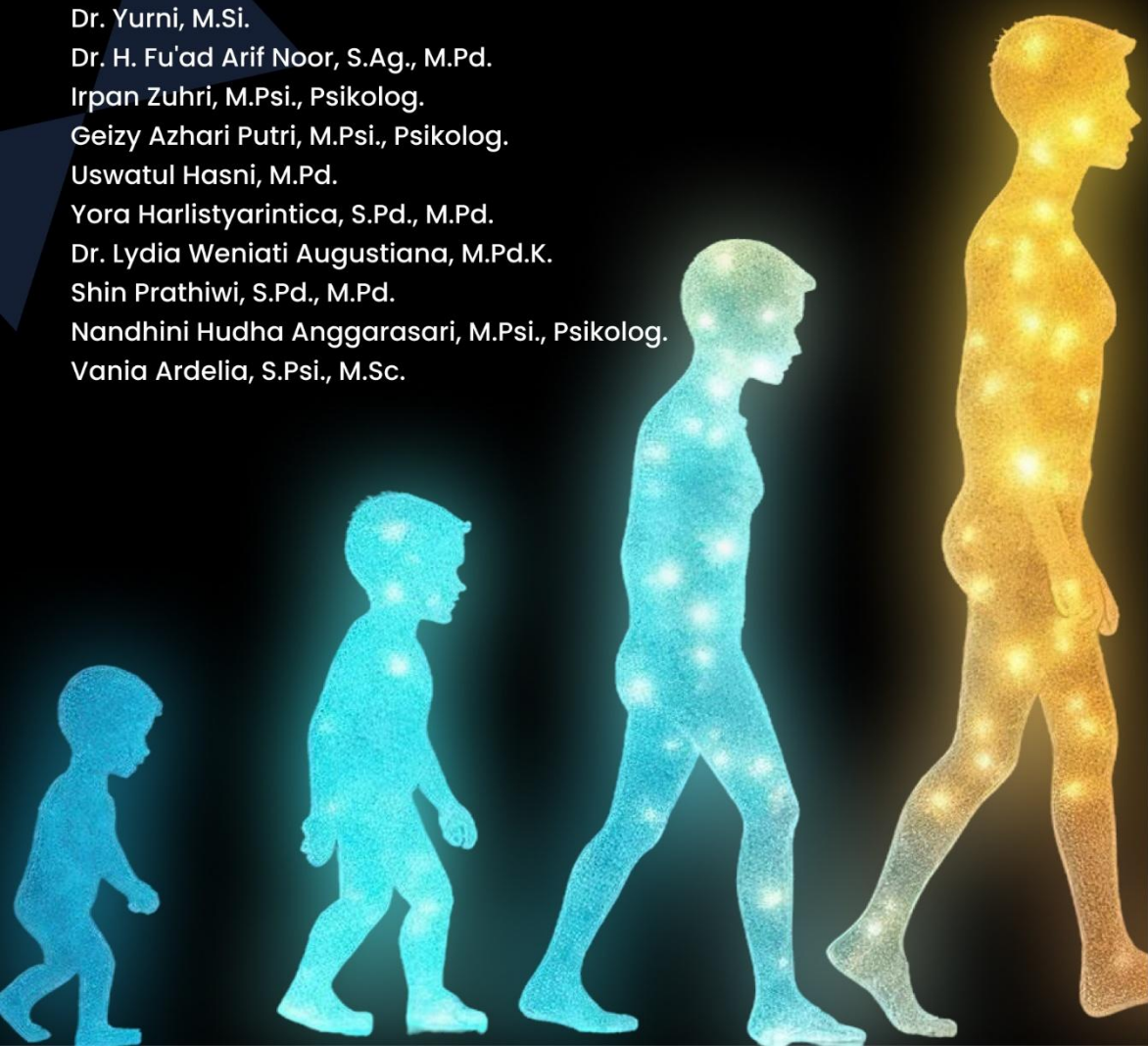
PT Cipta Digital Edukasi

PSIKOLOGI PERKEMBANGAN:

Konsep, Tahapan, dan Dinamika Kehidupan Manusia

Dr. Yurni, M.Si.
Dr. H. Fu'ad Arif Noor, S.Ag., M.Pd.
Irpan Zuhri, M.Psi., Psikolog.
Geizy Azhari Putri, M.Psi., Psikolog.
Uswatul Hasni, M.Pd.
Yora Harlistyarintica, S.Pd., M.Pd.
Dr. Lydia Weniati Augustiana, M.Pd.K.
Shin Prathiwi, S.Pd., M.Pd.
Nandhini Hudha Anggarasari, M.Psi., Psikolog.
Vania Ardelia, S.Psi., M.Sc.



Psikologi Perkembangan: Konsep, Tahapan, dan Dinamika Kehidupan Manusia

Dr. Yurni, M.Si.
Dr. H. Fu'ad Arif Noor, S.Ag., M.Pd.
Irpan Zuhri, M.Psi., Psikolog.
Geizy Azhari Putri, M.Psi., Psikolog.
Uswatul Hasni, M.Pd.
Yora Harlistyarintica, S.Pd., M.Pd.
Dr. Lydia Weniati Augustiana, M.Pd.K.
Shin Prathiwi, S.Pd., M.Pd.
Nandhini Hudha Anggarasari, M.Psi., Psikolog.
Vania Ardelia, S.Psi., M.Sc.

PT Cipta Digital Edukasi

Psikologi Perkembangan: Konsep, Tahapan, dan Dinamika Kehidupan Manusia

Penulis : Dr. Yurni, M.Si., Dr. H. Fu'ad Arif Noor, S.Ag., M.Pd., Irpan Zuhri, M.Psi., Psikolog., Geizy Azhari Putri, M.Psi., Psikolog., Uswatul Hasni, M.Pd., Yora Harlistyarintica, S.Pd., M.Pd., Dr. Lydia Weniati Augustiana, M.Pd.K., Shin Prathiwi, S.Pd., M.Pd., Nandhini Hudha Anggarasari, M.Psi., Psikolog., dan Vania Ardelia, S.Psi., M.Sc.
ISBN : 978-634-7701-59-6 (PDF)
Penyunting Naskah : Rikhanatus Saliha, S.Sos.
Tata Letak : Rikhanatus Saliha, S.Sos.
Desain Sampul : Novikean Keysah Sanisri

Penerbit

PT Cipta Digital Edukasi

Jl. Wijaya Ii/Wijaya Grand Centre Blok G-15, Desa/Kelurahan Pulo, Kec. Kebayoran Baru, Kota Adm. Jakarta Selatan, Provinsi DKI Jakarta, Kode Pos: 1216

E-Mail : penerbitcde@gmail.com

Website : cideka.com

© Hak cipta dilindungi oleh undang-undang

Berlaku selama 50 (lima puluh) tahun sejak Ciptaan tersebut pertama kali dilakukan pengumuman.

Dilarang mengutip atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari penerbit. Ketentuan Pidana Sanksi Pelanggaran Pasal 2 UU Nomor 19 Tahun 2002 Tentang Hak Cipta.

1. Barang siapa dengan sengaja dan tanpa hak melakukan perbuatan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 2 ayat (1) atau Pasal 49 ayat (1) dan ayat (2) dipidana dengan pidana penjara masing-masing paling singkat 1 (satu) bulan dan/atau denda paling sedikit Rp1.000.000,00 (satu juta rupiah), atau pidana penjara paling lama 7 (Tujuh) tahun dan/atau denda paling banyak Rp5.000.000.000,00 (lima miliar rupiah).
2. Barang siapa dengan sengaja menyerahkan, menyiarkan, memamerkan, mengedarkan atau menjual kepada umum suatu Ciptaan atau barang hasil pelanggaran Hak Cipta atau Hak Terkait sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dipidana dengan pidana penjara paling lama 5 (lima) tahun dan/atau denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah)

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas tersusunnya buku ajar yang berjudul *Psikologi Perkembangan: Konsep, Tahapan, dan Dinamika Kehidupan Manusia*. Buku ini hadir untuk memberikan pemahaman sederhana mengenai perkembangan manusia sejak masa awal kehidupan hingga usia lanjut. Melalui buku ini, pembaca diharapkan dapat memahami bagaimana perubahan fisik, emosional, sosial, dan kognitif terjadi dalam setiap tahap kehidupan.

Buku ini ditujukan untuk masyarakat umum agar menjadi bacaan yang mudah dipahami oleh orang tua, pendidik, praktisi, maupun siapa saja yang memiliki minat terhadap perkembangan manusia. Dengan bahasa yang ringan dan penjelasan yang sederhana, pembaca diajak memahami tahapan perkembangan, faktor yang memengaruhi perkembangan, serta dinamika kehidupan manusia dalam berbagai fase usia.

Jakarta, April 2026

Tim Penyusun

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR ..... **iii**

DAFTAR ISI ..... **iv**

Bab 1: Mengenal Psikologi Perkembangan **1**

1.1 Pengertian Psikologi Perkembangan 1

1.2 Tahapan Perkembangan 4

1.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perkembangan 14

1.4 Pentingnya Psikologi Perkembangan dalam Pendidikan 18

1.5 Latihan Soal 22

Bab 2: Teori-Teori Utama dalam Psikologi Perkembangan **23**

2.1 Teori Psikoseksual Freud 23

2.2 Teori Psikososial Erikson 26

2.3 Teori Kognitif Piaget 29

2.4 Teori Belajar Sosial Bandura 33

2.5 Latihan Soal 36

Bab 3: Prinsip dan Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan **37**

3.1 Prinsip Perkembangan 37

3.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan 40

3.3 Peran Lingkungan dalam Perkembangan 44

3.4 Perkembangan Sosial dan Emosional 47

3.5 Latihan Soal 51

Bab 4: Perkembangan Prenatal dan Masa Bayi **52**

4.1 Perkembangan Prenatal 52

4.2 Perkembangan Sensorik dan Motorik Bayi 56

4.3 Perkembangan Kognitif dan Bahasa Bayi 60

4.4 Perkembangan Sosial dan Emosional Bayi 63

4.5 Latihan Soal 67

Bab 5: Perkembangan Anak Usia Dini 68

5.1 Perkembangan Fisik Anak Usia Dini 68

5.2 Perkembangan Kognitif dan Bahasa 73

5.3 Perkembangan Sosial dan Emosional 77

5.4 Peran Lingkungan dan Orang Tua 82

5.5 Latihan Soal 86

Bab 6: Perkembangan Anak Usia Sekolah (6–12 Tahun) 87

6.1 Pengertian Anak Usia Sekolah: Sebuah Perspektif Multidimensional 87

6.2 Perkembangan Fisik dan Motorik: Fondasi Somatik bagi Kompetensi Holistik 101

6.3 Perkembangan Kognitif: Dari Dunia Konkret Menuju Fondasi Berpikir Logis-Sistematis 110

6.4 Perkembangan Sosial, Emosional, dan Moral pada Anak Usia Sekolah: Sebuah Perspektif Integratif 119

6.5 Latihan Soal 125

Bab 7: Perkembangan Remaja 127

7.1 Pengertian dan Ciri Perkembangan Remaja 127

7.2 Perkembangan Fisik dan Biologis 132

7.3 Perkembangan Kognitif 135

7.4 Perkembangan Sosial dan Emosional 139

7.5 Latihan Soal 145

Bab 8: Perkembangan Dewasa Awal dan Dewasa Madya 146

8.1 Pengertian Dewasa Awal dan Dewasa Madya 146

8.2 Perkembangan Fisik dan Kesehatan 150

8.3 Perkembangan Kognitif 154

8.4 Perkembangan Sosial dan Emosional 158

8.5 Latihan Soal 161

Bab 9: Perkembangan Dewasa Akhir dan Lansia 163

9.1 Pengertian Dewasa Akhir dan Lansia 163
9.2 Perkembangan Fisik dan Kesehatan 167
9.3 Perkembangan Kognitif 171
9.4 Perkembangan Sosial dan Emosional 174
9.5 Latihan Soal 178
Bab 10: Peran Lingkungan, Budaya, dan Pendidikan dalam Perkembangan 179
10.1 Peran Lingkungan dalam Perkembangan 179
10.2 Pengaruh Budaya terhadap Perkembangan 183
10.3 Peran Pendidikan dalam Perkembangan Individu 187
10.4 Interaksi Lingkungan, Budaya, dan Pendidikan 191
10.5 Latihan Soal 196
Profil Penulis 197
Daftar Pustaka 207

Bab 1: Mengenal Psikologi Perkembangan

1.1 Pengertian Psikologi Perkembangan

Psikologi perkembangan adalah cabang ilmu psikologi yang mempelajari perubahan dan perkembangan yang terjadi pada individu sepanjang hidupnya. Fokus utama dari psikologi perkembangan adalah untuk memahami bagaimana faktor-faktor biologis, psikologis, dan sosial berinteraksi untuk mempengaruhi proses pertumbuhan dan perubahan pada individu dari masa bayi hingga dewasa, serta pada akhirnya hingga lansia. Bidang ini mencakup berbagai aspek perkembangan yang meliputi perkembangan fisik, kognitif, sosial, dan emosional yang terjadi pada berbagai tahap kehidupan. Dengan memahami dinamika perkembangan ini, psikologi perkembangan berusaha memberikan wawasan tentang bagaimana individu berkembang, beradaptasi, dan berevolusi seiring berjalannya waktu (Santrock, 2020).

1.1.1 Aspek-aspek Psikologi Perkembangan

Psikologi perkembangan memfokuskan perhatian pada beberapa aspek utama yang saling berkaitan dalam kehidupan manusia. Aspek fisik berkaitan dengan perubahan dalam tubuh dan keterampilan motorik, seperti pertumbuhan otak, kemampuan berjalan, serta perkembangan sensorik. Sementara itu, aspek kognitif

melibatkan perubahan dalam kemampuan berpikir, memahami, belajar, dan memecahkan masalah. Pada tahap awal kehidupan, hal ini terkait dengan perkembangan bahasa dan pemahaman dasar, sedangkan pada usia yang lebih tua, mencakup keterampilan berpikir abstrak dan pemecahan masalah kompleks.

Aspek sosial mencakup perkembangan hubungan interpersonal, termasuk kemampuan untuk berinteraksi dengan orang lain, membentuk ikatan emosional, serta membangun identitas sosial. Di sisi lain, aspek emosional berkaitan dengan perubahan dalam perasaan, seperti pengelolaan emosi, perkembangan empati, dan pembentukan kesejahteraan emosional sepanjang kehidupan. Semua aspek ini bekerja bersama untuk membentuk individu secara holistik dan mempengaruhi cara mereka berinteraksi dengan dunia sekitar mereka (Santrock, 2020).

1.1.2 Tahapan Perkembangan dalam Psikologi Perkembangan

Psikologi perkembangan membagi perkembangan manusia ke dalam beberapa tahapan kehidupan yang masing-masing memiliki ciri khas perubahan dan tantangan tertentu. Tahapan pertama adalah masa bayi dan balita, di mana perkembangan fisik, kognitif, dan sosial sangat cepat, terutama dalam pembentukan ikatan dengan pengasuh serta perkembangan motorik dasar. Selanjutnya, masa anak-anak ditandai oleh peningkatan kemampuan berpikir logis, sosial, dan bahasa.

Remaja merupakan tahap transisi penting di mana individu mengalami perubahan fisik yang besar, pencarian identitas, dan peningkatan kapasitas untuk berpikir abstrak. Dewasa muda

seringkali terkait dengan pencapaian otonomi penuh, hubungan intim, serta pengembangan karier, sementara dewasa paruh baya berkaitan dengan pematangan dalam hal hubungan sosial dan penataan kehidupan. Akhirnya, tahap lansia biasanya berkaitan dengan refleksi terhadap kehidupan, penyesuaian terhadap perubahan fisik, dan hubungan dengan generasi berikutnya (Baltes, 2021).

1.1.3 Pentingnya Psikologi Perkembangan dalam Pendidikan

Pemahaman psikologi perkembangan sangat penting dalam konteks pendidikan, karena dapat membantu pendidik dalam merancang pembelajaran yang sesuai dengan tahap perkembangan siswa. Dengan mengetahui kemampuan dan kebutuhan perkembangan siswa, guru dapat menyesuaikan materi pelajaran dan metode pengajaran yang efektif, serta membangun lingkungan belajar yang mendukung perkembangan fisik, sosial, dan emosional mereka.

Selain itu, psikologi perkembangan juga membantu guru untuk mengenali masalah perkembangan yang mungkin dialami oleh siswa, seperti kesulitan dalam belajar, gangguan perilaku, atau tantangan dalam hubungan sosial, dan memberikan intervensi yang tepat. Oleh karena itu, pengetahuan tentang psikologi perkembangan sangat penting untuk mendukung perkembangan holistik siswa di sekolah (Baltes, 2021).

1.2 Tahapan Perkembangan

Perkembangan manusia merupakan proses yang berlangsung sepanjang hidup, dan dapat dibagi menjadi beberapa tahapan yang masing-masing memiliki ciri khas dalam hal perkembangan fisik, sosial, dan psikologis. Setiap tahapan ini mempengaruhi cara individu belajar, berinteraksi dengan orang lain, serta bagaimana mereka mengembangkan keterampilan dan sikap sepanjang hidup mereka. Pemahaman mengenai tahapan perkembangan ini sangat penting dalam konteks pendidikan, karena setiap tahapan memerlukan pendekatan yang berbeda dalam hal pembelajaran dan interaksi. Adapun tahapan perkembangan manusia yang umum dikenal meliputi masa bayi, masa kanak-kanak, masa remaja, masa dewasa, dan masa lansia.

1.2.1 Masa Bayi

Masa bayi adalah tahap awal dalam kehidupan manusia, yang dimulai dari kelahiran hingga usia dua tahun. Pada masa ini, perkembangan fisik sangat pesat, dengan bayi mulai berkembang dari kemampuan dasar seperti menggerakkan kepala dan tubuh, hingga kemampuan motorik kasar dan halus. Perkembangan sensorik juga sangat penting pada tahap ini, di mana bayi mulai mengembangkan kemampuan penglihatan, pendengaran, dan sentuhan.

Secara psikologis, masa bayi merupakan tahap pembentukan ikatan emosional yang kuat dengan orang tua atau pengasuh, yang akan membentuk dasar bagi hubungan sosial di masa depan. Dalam

hal pembelajaran, bayi belajar melalui pengalaman sensorik dan interaksi dengan lingkungan, meskipun pembelajaran pada tahap ini lebih bersifat refleksif dan berbasis pada stimulasi fisik. Interaksi verbal dengan orang dewasa juga mulai diperkenalkan, meskipun kemampuan bahasa masih terbatas (Yuliana, 2021).

1.2.2 Masa Kanak-Kanak

Masa kanak-kanak mencakup usia dua hingga sepuluh tahun dan merupakan periode perkembangan yang signifikan dalam hal kognitif, fisik, sosial, dan emosional. Pada usia ini, anak-anak mulai mengembangkan keterampilan motorik yang lebih terkoordinasi, seperti berlari, melompat, atau menggambar. Selain itu, mereka juga mulai belajar berinteraksi dengan teman sebaya, yang mendukung perkembangan keterampilan sosial mereka.

Secara kognitif, anak-anak pada masa ini mulai mengembangkan kemampuan berpikir yang lebih kompleks, seperti memahami konsep waktu, ruang, dan hubungan sebab-akibat. Mereka juga mulai menguasai keterampilan dasar seperti membaca, menulis, dan berhitung. Secara psikologis, masa kanak-kanak adalah tahap penting dalam pembentukan identitas dan perkembangan rasa percaya diri. Pembelajaran pada masa ini berfokus pada eksplorasi dan pembentukan dasar-dasar pengetahuan yang akan dikembangkan lebih lanjut pada usia remaja (Sari & Handayani, 2022).

Perkembangan masa kanak-kanak yang juga dikenal dengan anak usia dini bersifat holistik dan integratif, melibatkan enam aspek utama yang saling berkaitan: kognitif, fisik-motorik, bahasa, sosial-

emosional, moral-agama, dan seni. Setiap aspek memiliki karakteristik unik namun berkembang secara bersamaan dan saling memengaruhi (Papalia & Martorell, 2021). Pemahaman mendalam tentang keenam aspek ini memungkinkan pengembangan intervensi yang komprehensif dan sesuai dengan kebutuhan perkembangan anak.

1.2.2.1 Perkembangan Kognitif

Perkembangan kognitif merujuk pada perubahan dalam kemampuan berpikir, bernalar, dan memahami dunia. Menurut teori Piaget, anak usia dini berada dalam tahap praoperasional (2-7 tahun), yang ditandai dengan perkembangan fungsi simbolik, egosentrisme, dan pemikiran yang belum reversibel (Santrock, 2022). Pada tahap ini, anak mulai menggunakan simbol, kata-kata, dan gambar untuk merepresentasikan objek dan pengalaman mereka.

Karakteristik penting dari perkembangan kognitif anak usia dini meliputi pertumbuhan pesat dalam kemampuan memori, perhatian, dan pemecahan masalah. Anak-anak pada usia ini mengembangkan *theory of mind*, yaitu kemampuan untuk memahami bahwa orang lain memiliki pikiran, keyakinan, dan perspektif yang berbeda dari diri mereka (Bjorklund & Causey, 2023). Kemampuan ini biasanya muncul sekitar usia 4-5 tahun dan menjadi dasar penting untuk interaksi sosial yang lebih kompleks.

Fungsi eksekutif, yang mencakup pengendalian diri, memori kerja, dan fleksibilitas kognitif, juga berkembang pesat pada periode ini. Stimulasi yang tepat melalui permainan, eksplorasi, dan interaksi sosial dapat mengoptimalkan perkembangan kognitif anak

(Morrison, 2020). Penelitian neurosains menunjukkan bahwa pengalaman awal anak membentuk arsitektur otak dan memengaruhi kemampuan kognitif jangka panjang.

1.2.2.2 Perkembangan Fisik-Motorik

Perkembangan fisik-motorik meliputi pertumbuhan tubuh dan perkembangan keterampilan motorik kasar serta halus. Motorik kasar melibatkan penggunaan otot-otot besar untuk aktivitas seperti berjalan, berlari, melompat, dan memanjat, sedangkan motorik halus berkaitan dengan koordinasi otot-otot kecil untuk aktivitas seperti menulis, menggambar, dan memanipulasi objek kecil (Papalia & Martorell, 2021).

Pada usia 2-3 tahun, anak mulai menguasai keterampilan motorik kasar dasar seperti berlari dengan lebih stabil dan naik turun tangga. Usia 4-5 tahun ditandai dengan peningkatan koordinasi dan keseimbangan, memungkinkan anak untuk melakukan aktivitas seperti mengendarai sepeda roda tiga, melompat dengan satu kaki, dan menangkap bola. Keterampilan motorik halus berkembang dari kemampuan memegang krayon dengan cara *palmar grasp* menjadi *tripod grasp* yang lebih matang sekitar usia 5-6 tahun (Bjorklund & Causey, 2023).

Perkembangan fisik-motorik sangat dipengaruhi oleh faktor nutrisi, kesehatan, dan kesempatan untuk bergerak dan berlatih. Lingkungan yang kaya akan aktivitas fisik dan permainan mendukung perkembangan motorik yang optimal. Santrock (2022) menekankan pentingnya memberikan kesempatan yang cukup bagi anak untuk terlibat dalam aktivitas fisik yang bervariasi guna

mengembangkan keterampilan motorik dan koordinasi yang penting untuk kemandirian dan partisipasi dalam aktivitas sehari-hari.

1.2.2.3 Perkembangan Bahasa

Perkembangan bahasa pada anak usia dini mengalami kemajuan yang sangat pesat, dari kemampuan berbicara kata-kata tunggal pada usia sekitar 12 bulan hingga kemampuan menggunakan kalimat kompleks dan terlibat dalam percakapan yang bermakna pada usia 5-6 tahun. Perkembangan bahasa mencakup empat komponen utama: fonologi (bunyi bahasa), semantik (makna kata), sintaksis (struktur kalimat), dan pragmatik (penggunaan bahasa dalam konteks sosial) (Morrison, 2020).

Pada usia 2-3 tahun, kosakata anak berkembang dengan cepat dalam fenomena yang disebut *vocabulary spurt*, di mana anak dapat mempelajari kata-kata baru dengan sangat cepat, seringkali hanya dengan satu atau dua kali paparan. Anak mulai menggunakan kalimat dua hingga tiga kata dan memahami instruksi sederhana. Pada usia 4-5 tahun, anak dapat menggunakan kalimat yang lebih panjang dan kompleks, memahami konsep waktu dasar, dan mulai mengembangkan kemampuan bercerita (Papalia & Martorell, 2021).

Interaksi dengan orang dewasa dan teman sebaya memainkan peran krusial dalam perkembangan bahasa. Santrock (2022) menyoroti pentingnya lingkungan bahasa yang kaya, di mana anak terpapar pada percakapan yang bermakna, bacaan bersama, dan kesempatan untuk menggunakan bahasa dalam berbagai konteks. Perkembangan literasi awal, termasuk kesadaran fonologis dan pengenalan huruf, juga dimulai pada periode ini dan menjadi

prediktor penting untuk keberhasilan akademik di masa depan.

1.2.2.4 Perkembangan Sosial-Emosional

Perkembangan sosial-emosional meliputi kemampuan anak untuk memahami dan mengatur emosi mereka sendiri, membentuk hubungan yang sehat dengan orang lain, dan mengembangkan rasa empati dan kepedulian sosial. Erikson mengidentifikasi dua tahap penting dalam periode usia dini: otonomi versus malu dan ragu (1-3 tahun) dan inisiatif versus rasa bersalah (3-6 tahun) (Bjorklund & Causey, 2023).

Anak usia dini mengembangkan kemampuan regulasi emosi yang semakin canggih, meskipun mereka masih memerlukan dukungan orang dewasa untuk mengelola emosi yang intens. Perkembangan *self-concept* dan harga diri juga dimulai pada periode ini, dipengaruhi oleh interaksi dengan pengasuh dan pengalaman keberhasilan atau kegagalan. Anak mulai mengidentifikasi diri mereka berdasarkan karakteristik fisik, kemampuan, dan preferensi (Morrison, 2020).

Keterampilan sosial seperti berbagi, bergiliran, bekerja sama, dan menyelesaikan konflik berkembang melalui interaksi dengan teman sebaya. Permainan simbolik dan *pretend play* menjadi konteks penting untuk pengembangan keterampilan sosial dan pemahaman peran sosial. Papalia dan Martorell (2021) menekankan bahwa kualitas kelekatan dengan pengasuh utama memberikan fondasi untuk perkembangan sosial-emosional yang sehat dan memengaruhi kemampuan anak untuk membentuk hubungan yang aman di masa depan.

1.2.2.5 Perkembangan Moral-Agama

Perkembangan moral pada anak usia dini dimulai dengan pemahaman dasar tentang benar dan salah, yang pada awalnya sangat dipengaruhi oleh aturan eksternal dan konsekuensi. Menurut teori Kohlberg, anak usia dini berada dalam tahap moralitas prakonvensional, di mana perilaku moral didorong oleh penghindaran hukuman dan pencarian hadiah (Santrock, 2022). Namun, penelitian terbaru menunjukkan bahwa anak-anak bahkan pada usia yang sangat muda menunjukkan kapasitas untuk empati dan perilaku prososial.

Perkembangan agama dan spiritual pada anak usia dini melibatkan pengenalan konsep, ritual, dan nilai-nilai keagamaan yang diajarkan dalam keluarga dan komunitas. Anak-anak mulai memahami konsep abstrak tentang Tuhan, doa, dan praktik keagamaan melalui pengamatan dan partisipasi dalam aktivitas keagamaan. Morrison (2020) mencatat bahwa pemahaman spiritual anak bersifat konkret dan seringkali antropomorfik, di mana mereka memahami konsep ketuhanan melalui analogi dengan pengalaman manusia.

Pengembangan nilai-nilai moral dan agama sangat dipengaruhi oleh modeling dari orang dewasa, cerita moral dan agama, serta diskusi tentang perilaku baik dan buruk. Bjorklund dan Causey (2023) menyarankan bahwa pendidikan moral-agama yang efektif pada usia dini harus sesuai dengan tingkat perkembangan kognitif anak dan menekankan pengembangan empati, keadilan, dan kepedulian terhadap sesama sebagai fondasi perilaku moral.

1.2.2.6 Perkembangan Seni

Perkembangan seni pada anak usia dini mencakup kemampuan dalam seni visual, musik, tari, dan drama. Ekspresi artistik anak berkembang melalui tahapan yang dapat diprediksi, dimulai dari coretan acak (*scribbling*) pada usia 2-3 tahun, berkembang menjadi bentuk-bentuk dasar dan pra-skematik pada usia 4-5 tahun, dan kemudian ke representasi yang lebih terorganisir pada usia 5-6 tahun (Papalia & Martorell, 2021).

Dalam seni visual, perkembangan gambar anak mencerminkan perkembangan kognitif dan motorik mereka. Tahap *preschematic* (4-7 tahun) ditandai dengan munculnya simbol-simbol yang dapat dikenali, meskipun proporsi dan perspektif belum akurat. Anak mulai menggunakan warna secara ekspresif dan mengembangkan preferensi artistik pribadi. Perkembangan musik meliputi kemampuan mengenali melodi sederhana, menyanyi dengan nada yang lebih akurat, dan mengikuti ritme dasar (Morrison, 2020).

Seni memainkan peran penting dalam perkembangan holistik anak, mendukung ekspresi emosi, kreativitas, dan imajinasi. Aktivitas seni juga berkontribusi pada pengembangan keterampilan motorik halus, pemecahan masalah, dan kemampuan simbolik. Santrock (2022) menekankan bahwa lingkungan yang mendukung eksplorasi artistik bebas, dengan akses ke berbagai materi dan kesempatan untuk bereksperimen, memfasilitasi perkembangan kreativitas dan apresiasi estetika yang akan bertahan sepanjang hidup.

1.2.3 Masa Remaja

Masa remaja berlangsung antara usia sepuluh hingga delapan belas tahun dan ditandai dengan perubahan fisik yang signifikan, terutama pubertas, yang mencakup perubahan tubuh dan perkembangan kemampuan reproduksi. Selain perubahan fisik, masa remaja juga merupakan periode perkembangan sosial dan psikologis yang penting, di mana individu mulai mencari identitas diri mereka, mengembangkan keterampilan sosial yang lebih kompleks, dan membangun hubungan yang lebih mendalam dengan teman sebaya.

Secara kognitif, remaja mulai mengembangkan kemampuan berpikir abstrak dan kritis, serta kemampuan untuk merencanakan dan memikirkan konsekuensi dari tindakan mereka. Ini adalah masa di mana mereka mulai memformulasikan pandangan tentang dunia dan kehidupan mereka di masa depan. Pembelajaran pada masa ini perlu menekankan pengembangan pemikiran analitis, penyelesaian masalah, serta penerapan pengetahuan dalam situasi nyata. Secara sosial, remaja sering kali menghadapi tantangan dalam membangun dan menegaskan identitas mereka, yang dapat memengaruhi interaksi sosial mereka (Yuliana, 2021).

1.2.4 Masa Dewasa

Masa dewasa dimulai sekitar usia dua puluh tahun dan berlangsung sepanjang hidup hingga lansia. Pada tahap ini, individu telah mencapai kematangan fisik dan mental, serta mengembangkan kemampuan untuk berfungsi secara mandiri dalam berbagai aspek kehidupan, seperti pekerjaan, hubungan sosial, dan kehidupan

keluarga. Masa dewasa terbagi menjadi beberapa sub-tahap, termasuk masa dewasa muda (20-40 tahun), dewasa tengah (40-60 tahun), dan dewasa lanjut (60 tahun ke atas).

Pada masa dewasa, fokus perkembangan beralih ke pengembangan karir, pembentukan keluarga, serta pencapaian tujuan hidup jangka panjang. Individu di masa dewasa juga semakin matang dalam hal pengambilan keputusan, dan lebih mampu mengelola tantangan hidup dengan cara yang lebih konstruktif. Secara psikologis, masa dewasa melibatkan pencapaian kestabilan emosional dan pemahaman diri yang lebih baik. Pembelajaran pada tahap ini lebih terfokus pada pengembangan keterampilan profesional dan pemenuhan peran sosial, seperti menjadi orang tua, pemimpin, atau kontributor dalam masyarakat (Sari & Handayani, 2022).

1.2.5 Masa Lansia

Masa lansia dimulai pada usia sekitar 60 tahun ke atas dan sering kali ditandai dengan penurunan kemampuan fisik, meskipun perkembangan kognitif dan sosial tetap dapat berlangsung. Pada tahap ini, banyak individu yang mengalami pensiun dari pekerjaan aktif dan mengalami perubahan signifikan dalam kehidupan sosial, seperti berkurangnya interaksi sosial langsung atau perubahan dalam struktur keluarga.

Meskipun masa lansia sering dikaitkan dengan penurunan fisik, banyak individu yang tetap aktif secara sosial dan terlibat dalam kegiatan pembelajaran sepanjang hidup. Pembelajaran di masa lansia lebih berfokus pada kegiatan yang mendukung

kesehatan fisik, kesejahteraan emosional, serta penerimaan terhadap perubahan yang terjadi dalam hidup. Secara psikologis, masa lansia juga merupakan waktu untuk merefleksikan pencapaian hidup dan memberikan kontribusi kepada generasi berikutnya (Yuliana, 2021).

1.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perkembangan

Perkembangan individu adalah proses yang kompleks dan melibatkan interaksi berbagai faktor yang saling memengaruhi sepanjang kehidupan. Setiap individu berkembang dalam konteks yang unik, yang dipengaruhi oleh berbagai elemen internal dan eksternal. Beberapa faktor utama yang memengaruhi perkembangan individu meliputi faktor genetik, lingkungan keluarga, budaya, pendidikan, dan pengalaman hidup. Interaksi antara faktor-faktor ini memainkan peran yang sangat penting dalam membentuk karakter, kemampuan, serta pandangan hidup seseorang. Berikut adalah penjelasan lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan individu.

1.3.1 Faktor Genetik

Faktor genetik memainkan peran penting dalam perkembangan individu, karena sifat-sifat biologis dan fisik yang dimiliki seseorang banyak dipengaruhi oleh gen yang diwariskan dari orang tua. Faktor genetik menentukan berbagai aspek tubuh, seperti tinggi badan, warna rambut, kecenderungan terhadap penyakit tertentu, dan beberapa aspek kecerdasan. Meskipun

demikian, faktor genetik tidak hanya terbatas pada aspek fisik; ia juga berperan dalam membentuk aspek psikologis dan temperamen seseorang, seperti kecenderungan untuk lebih introvert atau ekstrovert, serta kemampuan untuk menangani stres.

Namun, meskipun faktor genetik memiliki pengaruh yang kuat, perkembangan individu tidak sepenuhnya ditentukan oleh faktor ini. Lingkungan dan pengalaman hidup juga berperan dalam mempengaruhi cara gen tersebut diekspresikan dalam kehidupan nyata. Oleh karena itu, meskipun individu memiliki potensi genetik tertentu, faktor lingkungan dapat memodifikasi atau memperkuat pengaruh genetik ini (Perronet et al., 2021).

1.3.2 Lingkungan Keluarga

Lingkungan keluarga adalah salah satu faktor terpenting yang mempengaruhi perkembangan awal individu. Keluarga memberikan pengaruh besar terhadap perkembangan sosial, emosional, dan psikologis anak. Pola asuh yang diterapkan oleh orang tua atau pengasuh, serta kualitas hubungan yang terjalin dalam keluarga, dapat mempengaruhi kepercayaan diri, nilai-nilai, dan cara anak berinteraksi dengan orang lain.

Anak yang dibesarkan dalam lingkungan keluarga yang penuh kasih sayang, dukungan emosional, dan perhatian cenderung memiliki perkembangan sosial yang lebih baik dan lebih mampu menghadapi tantangan hidup. Sebaliknya, anak yang dibesarkan dalam lingkungan keluarga yang penuh konflik, kekerasan, atau pengabaian mungkin mengalami kesulitan dalam perkembangan emosional dan sosial mereka. Oleh karena itu, lingkungan keluarga

memainkan peran krusial dalam membentuk kepribadian dan keterampilan sosial anak di usia dini (Armstrong, 2021).

1.3.3 Faktor Budaya

Faktor budaya juga mempengaruhi perkembangan individu, karena setiap budaya memiliki nilai-nilai, norma, dan praktik yang berbeda yang membentuk cara seseorang berpikir, berperilaku, dan berinteraksi dengan dunia. Nilai-nilai budaya ini memengaruhi bagaimana individu melihat dirinya sendiri, orang lain, dan masyarakat secara keseluruhan. Misalnya, dalam budaya kolektivisme, di mana hubungan sosial dan harmoni kelompok lebih dihargai, individu cenderung mengembangkan rasa tanggung jawab terhadap keluarga dan masyarakat. Sebaliknya, dalam budaya individualisme, di mana kebebasan pribadi dan pencapaian individu lebih dihargai, individu mungkin lebih fokus pada pengembangan diri dan pencapaian pribadi.

Selain itu, faktor budaya juga mencakup bahasa, seni, pendidikan, dan ritual sosial yang membentuk cara individu berkomunikasi dan berinteraksi dalam masyarakat. Pengaruh budaya ini memengaruhi pola pikir, nilai-nilai, dan kebiasaan yang terbentuk dalam kehidupan sehari-hari, yang pada akhirnya berdampak pada perkembangan pribadi dan sosial individu (Beers, 2020).

1.3.4 Pendidikan

Pendidikan adalah faktor eksternal yang sangat penting dalam perkembangan individu, karena memberikan kesempatan bagi individu untuk memperoleh pengetahuan, keterampilan, dan nilai-nilai yang diperlukan untuk berfungsi dengan efektif dalam

masyarakat. Pendidikan formal, yang diperoleh di sekolah dan institusi pendidikan lainnya, membantu mengembangkan kemampuan kognitif, sosial, dan emosional seseorang. Melalui pendidikan, individu dapat belajar tentang dunia di sekitar mereka, mengembangkan pemikiran kritis, serta memperoleh keterampilan yang dapat digunakan dalam pekerjaan dan kehidupan sehari-hari.

Selain pendidikan formal, pendidikan non-formal dan informal, yang diperoleh melalui pengalaman hidup, keluarga, teman, dan media, juga berperan dalam perkembangan individu. Pendidikan yang baik dapat memperkaya pengalaman hidup seseorang, membuka peluang baru, dan membantu mereka mengatasi tantangan yang muncul dalam kehidupan. Dengan demikian, pendidikan memiliki peran penting dalam membentuk potensi dan perkembangan individu sepanjang hidup (Mathis & Jackson, 2020).

1.3.5 Pengalaman Hidup

Pengalaman hidup merupakan faktor yang sangat berpengaruh dalam perkembangan individu. Setiap pengalaman yang dialami oleh seseorang, baik itu positif maupun negatif, membentuk cara individu merespons dunia dan tantangan hidup. Pengalaman hidup termasuk dalam hal-hal yang dialami dalam keluarga, pendidikan, pekerjaan, hubungan sosial, dan peristiwa-peristiwa penting lainnya yang membentuk cara individu memandang dunia.

Pengalaman hidup yang penuh tantangan, seperti menghadapi kesulitan ekonomi, kehilangan orang yang disayangi,

atau menghadapi konflik, dapat mempengaruhi perkembangan emosional dan psikologis individu. Namun, pengalaman positif, seperti berhasil mencapai tujuan atau membangun hubungan yang sehat, dapat memperkuat rasa percaya diri dan ketahanan seseorang. Oleh karena itu, pengalaman hidup berperan dalam membentuk pola pikir, sikap, dan perilaku individu (Perronet et al., 2021).

1.4 Pentingnya Psikologi Perkembangan dalam Pendidikan

Psikologi perkembangan memegang peranan yang sangat penting dalam dunia pendidikan, karena bidang ini memberikan wawasan mendalam tentang bagaimana siswa belajar dan berkembang sepanjang kehidupan mereka. Pemahaman yang baik tentang psikologi perkembangan memungkinkan pendidik untuk mengidentifikasi kebutuhan perkembangan siswa pada setiap tahap usia dan merancang pendekatan pembelajaran yang sesuai. Setiap individu berkembang secara fisik, kognitif, emosional, dan sosial dalam tempo yang berbeda, dan pengetahuan ini sangat krusial untuk menciptakan pengalaman pembelajaran yang efektif dan relevan. Oleh karena itu, psikologi perkembangan tidak hanya membantu guru dalam merancang kurikulum, tetapi juga mendukung pengelolaan kelas yang lebih baik, memberikan dukungan yang lebih tepat untuk siswa, serta meningkatkan kualitas pendidikan secara keseluruhan.

1.4.1 Memahami Tahapan Perkembangan Siswa

Psikologi perkembangan memberikan pemahaman mengenai tahapan-tahapan perkembangan yang dilalui oleh siswa, yang sangat penting untuk menyesuaikan materi dan metode pembelajaran dengan tahap perkembangan kognitif dan emosional mereka. Teori perkembangan yang dikemukakan oleh para ahli seperti Jean Piaget, Lev Vygotsky, dan Erik Erikson menjelaskan bahwa perkembangan kognitif, sosial, dan emosional anak berlangsung melalui serangkaian tahap yang saling terkait. Sebagai contoh, Piaget mengidentifikasi empat tahap utama dalam perkembangan kognitif anak, mulai dari tahap sensori-motor (0–2 tahun), tahap praoperasional (2–7 tahun), tahap operasional konkret (7–11 tahun), hingga tahap operasional formal (11 tahun ke atas). Pemahaman ini sangat berguna bagi pendidik untuk merancang pembelajaran yang sesuai dengan tingkat kemampuan kognitif siswa di setiap tahapan tersebut (Santrock, 2021).

Selain itu, perkembangan sosial dan emosional siswa juga sangat memengaruhi cara mereka belajar. Pada tahap usia tertentu, siswa mungkin lebih berfokus pada interaksi sosial dan pembentukan identitas diri, sehingga pembelajaran yang melibatkan kolaborasi atau pengembangan keterampilan sosial dapat lebih efektif. Dengan memahami perbedaan perkembangan ini, guru dapat lebih bijak dalam memilih metode pengajaran yang dapat merangsang perkembangan kognitif, sosial, dan emosional siswa secara bersamaan.

1.4.2 Menyesuaikan Pembelajaran dengan Kebutuhan Perkembangan Siswa

Pemahaman tentang psikologi perkembangan memungkinkan guru untuk menyesuaikan strategi pembelajaran dengan kebutuhan dan kemampuan siswa pada setiap tahap perkembangan. Misalnya, pada tahap usia dini, siswa cenderung belajar melalui pengalaman langsung dan kegiatan yang melibatkan indera mereka, sehingga metode pembelajaran yang berbasis permainan atau eksplorasi langsung sangat efektif pada tahap ini. Sebaliknya, pada tahap usia remaja, siswa mulai dapat berpikir abstrak dan logis, sehingga pembelajaran yang melibatkan pemecahan masalah dan diskusi kritis akan lebih sesuai dengan tahap perkembangan mereka.

Selain itu, guru yang memahami psikologi perkembangan akan lebih peka terhadap perbedaan individu dalam kelas, seperti perbedaan kecepatan perkembangan atau gaya belajar yang beragam. Hal ini memungkinkan mereka untuk menerapkan pendekatan pembelajaran yang lebih inklusif, yang menghargai keberagaman kebutuhan siswa. Misalnya, guru dapat menyediakan berbagai materi pembelajaran yang dapat diakses oleh siswa dengan kemampuan yang berbeda-beda, serta memberikan dukungan tambahan bagi siswa yang memerlukan bantuan lebih untuk mengejar ketertinggalan dalam perkembangan kognitif atau emosional mereka (Ormrod, 2020).

1.4.3 Meningkatkan Keterlibatan dan Motivasi Siswa

Pengetahuan tentang psikologi perkembangan juga dapat membantu pendidik untuk meningkatkan keterlibatan dan motivasi siswa dalam pembelajaran. Salah satu faktor yang memengaruhi motivasi adalah kesesuaian antara tantangan yang diberikan dan kemampuan siswa. Jika materi pembelajaran terlalu mudah atau terlalu sulit, siswa mungkin akan merasa bosan atau frustrasi. Dengan memahami tahap perkembangan siswa, guru dapat memberikan tantangan yang sesuai dengan tingkat kemampuan siswa, yang dapat meningkatkan rasa percaya diri dan motivasi mereka untuk terus belajar.

Selain itu, psikologi perkembangan membantu guru untuk memahami faktor-faktor yang memengaruhi motivasi intrinsik dan ekstrinsik siswa. Siswa pada berbagai tahap perkembangan memiliki kebutuhan dan keinginan yang berbeda, dan pemahaman ini memungkinkan guru untuk merancang pembelajaran yang lebih relevan dan menarik bagi siswa. Sebagai contoh, siswa yang berada pada tahap perkembangan remaja sering kali lebih termotivasi jika mereka merasa bahwa pembelajaran mereka memiliki relevansi langsung dengan kehidupan mereka, seperti melalui proyek yang berbasis pada isu sosial atau teknologi terbaru. Dengan demikian, pendekatan pembelajaran yang sensitif terhadap perkembangan psikologis siswa dapat meningkatkan keterlibatan mereka dalam proses belajar (Deci & Ryan, 2021).

1.5 Latihan Soal

1. Jelaskan pengertian psikologi perkembangan dan ruang lingkupnya.
2. Apa saja tahapan perkembangan manusia menurut psikologi perkembangan?
3. Sebutkan faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan individu.
4. Mengapa penting bagi pendidik untuk memahami psikologi perkembangan dalam konteks pendidikan?
5. Bagaimana psikologi perkembangan dapat diterapkan untuk mendukung perkembangan kognitif siswa di sekolah?

Bab 2: Teori-Teori Utama dalam Psikologi Perkembangan

2.1 Teori Psikoseksual Freud

Teori psikoseksual yang dikemukakan oleh Sigmund Freud merupakan salah satu fondasi awal dalam kajian psikologi perkembangan dan psikoanalisis. Teori ini berpijak pada asumsi bahwa perkembangan kepribadian manusia sangat dipengaruhi oleh dorongan naluriah, khususnya dorongan seksual atau *libido*, yang telah hadir sejak masa bayi. Freud memandang bahwa pengalaman awal individu, terutama yang berkaitan dengan pemuasan dan frustrasi dorongan tersebut, memiliki dampak jangka panjang terhadap pembentukan struktur kepribadian dan kesehatan mental seseorang. Oleh karena itu, teori psikoseksual tidak hanya menjelaskan tahapan perkembangan, tetapi juga menyoroti dinamika konflik batin yang menyertainya.

2.1.1 Konsep Dasar Teori Psikoseksual

Pada dasarnya, teori psikoseksual Freud menekankan bahwa perkembangan manusia berlangsung melalui serangkaian tahap yang berurutan dan bersifat universal. Setiap tahap dikaitkan dengan area erogen tertentu sebagai pusat kepuasan *libido*. Menurut Freud, energi psikis yang berfokus pada area tersebut akan memengaruhi cara individu berinteraksi dengan lingkungan dan membentuk pola

kepribadian. Apabila konflik pada suatu tahap tidak terselesaikan secara memadai, individu berpotensi mengalami *fixation*, yaitu kondisi ketika sebagian energi psikis tetap terikat pada tahap perkembangan tertentu.

Konsep *fixation* menjadi kunci dalam memahami berbagai karakteristik kepribadian dan gangguan psikologis menurut perspektif psikoanalisis. Misalnya, individu yang mengalami hambatan pada tahap awal perkembangan dapat menunjukkan pola perilaku yang regresif atau tidak adaptif pada masa dewasa. Dengan demikian, teori ini menempatkan pengalaman masa kanak-kanak sebagai faktor determinan dalam perkembangan psikologis jangka panjang.

2.1.2 Tahapan Perkembangan Psikoseksual

Freud membagi perkembangan psikoseksual ke dalam lima tahap utama, yaitu tahap oral, anal, *phallic*, *latency*, dan genital. Tahap oral terjadi pada masa bayi, ketika mulut menjadi sumber utama kepuasan melalui aktivitas seperti menyusu dan menggigit. Pada tahap ini, relasi awal dengan pengasuh utama sangat menentukan pembentukan rasa percaya dan ketergantungan.

Tahap anal berlangsung pada usia balita dan berfokus pada pengendalian fungsi ekskresi. Konflik utama pada tahap ini berkaitan dengan tuntutan disiplin dan kontrol diri, yang diyakini memengaruhi perkembangan sifat kemandirian, kerapian, serta sikap terhadap otoritas. Selanjutnya, tahap *phallic* muncul pada usia prasekolah, ditandai dengan meningkatnya ketertarikan anak

terhadap perbedaan jenis kelamin dan munculnya konflik Oedipus atau Electra.

Tahap *latency* merupakan fase relatif tenang, di mana dorongan seksual mengalami penekanan dan energi psikis dialihkan ke aktivitas sosial, akademik, dan pengembangan keterampilan. Tahap terakhir, yaitu tahap genital, terjadi pada masa remaja hingga dewasa, ketika *libido* kembali aktif dan terarah pada relasi interpersonal yang matang. Keberhasilan melalui tahap ini dianggap mencerminkan integrasi kepribadian yang sehat.

2.1.3 Konflik Psikologis dan Implikasi Perkembangan

Setiap tahap psikoseksual menurut Freud selalu disertai dengan konflik psikologis yang harus diselesaikan secara seimbang. Konflik tersebut muncul dari ketegangan antara dorongan naluriah individu dan tuntutan realitas sosial. Penyelesaian konflik yang adaptif memungkinkan individu melanjutkan perkembangan ke tahap berikutnya tanpa hambatan signifikan. Sebaliknya, kegagalan dalam menyelesaikan konflik dapat menimbulkan pola kepribadian yang kaku atau masalah psikologis tertentu.

Implikasi teori psikoseksual tidak hanya terbatas pada pemahaman perkembangan individu, tetapi juga berpengaruh besar terhadap praktik klinis dan pendekatan terapi psikodinamik. Meskipun banyak kritik diarahkan pada kurangnya bukti empiris dan bias budaya dalam teori Freud, kontribusinya dalam menyoroti pentingnya pengalaman awal dan proses bawah sadar tetap diakui hingga saat ini. Kajian kontemporer cenderung menempatkan teori psikoseksual sebagai kerangka historis yang berperan dalam

perkembangan pemikiran psikologi modern, bukan sebagai model penjelasan tunggal yang bersifat absolut (Blass & Carmeli, 2020).

2.2 Teori Psikososial Erikson

Teori psikososial merupakan salah satu kerangka konseptual penting dalam kajian perkembangan manusia yang menekankan keterkaitan antara aspek psikologis individu dan konteks sosial di sekitarnya. Teori ini dikembangkan oleh **Erik Erikson**, seorang tokoh psikologi perkembangan yang memperluas pandangan psikoanalisis klasik dengan memasukkan dimensi sosial dan budaya secara lebih eksplisit. Melalui teorinya, Erikson memandang perkembangan manusia sebagai proses sepanjang rentang kehidupan yang ditandai oleh serangkaian *psychosocial crises* yang harus dihadapi dan diselesaikan individu secara adaptif.

2.2.1 Konsep Dasar Teori Psikososial

Inti dari teori psikososial Erikson terletak pada asumsi bahwa setiap individu mengalami delapan tahap perkembangan yang bersifat universal, mulai dari masa bayi hingga usia lanjut. Setiap tahap ditandai oleh konflik atau krisis antara dua kecenderungan psikososial yang berlawanan, misalnya *trust vs mistrust* atau *integrity vs despair*. Krisis tersebut tidak dimaknai sebagai peristiwa traumatis, melainkan sebagai tantangan perkembangan yang bersifat normatif dan esensial bagi pembentukan kepribadian yang sehat.

Menurut Erikson, keberhasilan individu dalam menyelesaikan krisis pada suatu tahap akan menghasilkan *ego*

strength atau kebajikan psikologis tertentu, seperti harapan, kemauan, tujuan, dan kebijaksanaan. Sebaliknya, kegagalan dalam menyelesaikan krisis dapat menimbulkan kerentanan psikososial yang berpotensi memengaruhi penyesuaian diri pada tahap-tahap berikutnya. Dengan demikian, perkembangan tidak dipandang sebagai proses yang terfragmentasi, melainkan sebagai rangkaian pengalaman yang saling berkesinambungan sepanjang kehidupan.

Aspek sosial memegang peranan penting dalam teori ini. Interaksi dengan orang tua, teman sebaya, institusi pendidikan, hingga masyarakat luas menjadi konteks utama tempat krisis psikososial berlangsung. Oleh karena itu, perkembangan individu tidak dapat dilepaskan dari norma, nilai, dan struktur sosial yang melingkupinya.

2.2.2 Tahapan Perkembangan Psikososial

Erikson mengemukakan delapan tahap perkembangan psikososial yang masing-masing berkorelasi dengan rentang usia tertentu. Pada tahap awal kehidupan, bayi dihadapkan pada krisis *trust vs mistrust*, yang sangat dipengaruhi oleh kualitas pengasuhan dan konsistensi pemenuhan kebutuhan dasar. Keberhasilan pada tahap ini membentuk rasa aman dan kepercayaan terhadap lingkungan.

Memasuki masa kanak-kanak awal dan pertengahan, individu menghadapi krisis seperti *autonomy vs shame and doubt* serta *initiative vs guilt*. Tahapan ini menekankan pentingnya kesempatan bagi anak untuk mengeksplorasi lingkungan dan mengembangkan kemandirian dalam batas-batas yang wajar.

Dukungan sosial yang responsif memungkinkan anak membangun rasa kompetensi dan inisiatif.

Pada masa remaja, krisis utama yang muncul adalah *identity vs role confusion*. Tahap ini dianggap sangat krusial karena berkaitan dengan pembentukan identitas diri, termasuk nilai, tujuan hidup, dan peran sosial. Interaksi dengan teman sebaya dan ekspektasi sosial memiliki pengaruh signifikan terhadap keberhasilan individu dalam mencapai identitas yang stabil.

Tahap-tahap selanjutnya, seperti *intimacy vs isolation*, *generativity vs stagnation*, dan *integrity vs despair*, mencerminkan tantangan psikososial pada masa dewasa hingga lanjut usia. Pada tahap akhir, individu melakukan refleksi terhadap kehidupan yang telah dijalani. Keberhasilan tahap ini ditandai dengan penerimaan diri dan rasa keutuhan, sedangkan kegagalan dapat memunculkan penyesalan dan keputusasaan (Berk, 2023).

2.2.3 Relevansi Teori Erikson dalam Konteks Kontemporer

Meskipun dirumuskan pada abad ke-20, teori psikososial Erikson tetap relevan dalam kajian perkembangan manusia masa kini. Pendekatan *lifespan development* yang diusung Erikson sejalan dengan pandangan modern yang menekankan bahwa perkembangan tidak berhenti pada masa dewasa awal, melainkan berlangsung hingga akhir hayat. Hal ini memberikan landasan teoretis yang kuat bagi praktik pendidikan, konseling, dan intervensi psikososial lintas usia.

Dalam konteks masyarakat modern yang ditandai oleh perubahan sosial yang cepat, krisis identitas pada remaja dan dewasa

muda menjadi semakin kompleks. Faktor-faktor seperti globalisasi, perkembangan teknologi, dan dinamika budaya memperkaya sekaligus menantang proses pembentukan identitas. Teori Erikson membantu memahami bagaimana individu menavigasi tuntutan sosial tersebut secara psikologis (Newman & Newman, 2020).

Selain itu, teori ini juga relevan dalam konteks kebijakan sosial dan pelayanan kesehatan mental, khususnya bagi populasi lanjut usia. Pemahaman mengenai krisis *integrity vs despair* dapat menjadi dasar pengembangan program yang mendukung kesejahteraan psikososial lansia melalui pemberdayaan, refleksi positif, dan integrasi pengalaman hidup. Dengan demikian, teori psikososial Erikson tidak hanya memiliki nilai teoretis, tetapi juga implikasi praktis yang luas dalam berbagai bidang kehidupan.

2.3 Teori Kognitif Piaget

Teori kognitif yang dikemukakan oleh Jean Piaget merupakan salah satu landasan penting dalam kajian psikologi perkembangan dan pendidikan. Teori ini menempatkan anak sebagai individu yang aktif dalam membangun pengetahuannya melalui interaksi dengan lingkungan. Perkembangan kognitif, menurut Piaget, bukan sekadar hasil dari penambahan informasi, melainkan proses konstruktif yang berlangsung secara bertahap dan sistematis. Setiap tahap perkembangan mencerminkan cara berpikir yang khas dan berbeda secara kualitatif, sehingga pemahaman terhadap

tahapan ini menjadi krusial dalam merancang praktik pendidikan yang sesuai dengan karakteristik perkembangan peserta didik.

2.3.1 Konsep Dasar Perkembangan Kognitif

Teori kognitif Piaget berangkat dari asumsi bahwa perkembangan intelektual dipengaruhi oleh kematangan biologis dan pengalaman lingkungan. Anak dipandang sebagai *active learner* yang secara terus-menerus mengorganisasi dan mengadaptasi pengetahuannya. Proses adaptasi ini terjadi melalui dua mekanisme utama, yaitu *assimilation* dan *accommodation*. *Assimilation* merujuk pada proses memasukkan pengalaman baru ke dalam struktur kognitif yang telah ada, sedangkan *accommodation* terjadi ketika struktur kognitif tersebut harus diubah agar sesuai dengan pengalaman baru. Keseimbangan antara kedua proses ini disebut *equilibration*, yang menjadi penggerak utama perkembangan kognitif.

Dalam kerangka ini, perkembangan kognitif tidak berlangsung secara linier, melainkan melalui restrukturisasi cara berpikir. Perubahan dari satu tahap ke tahap berikutnya menandai munculnya kemampuan kognitif baru yang lebih kompleks. Oleh karena itu, Piaget menekankan bahwa anak pada tahap tertentu belum siap untuk memahami konsep-konsep yang berada di luar kapasitas kognitifnya. Pandangan ini memiliki implikasi penting terhadap penentuan materi dan metode pembelajaran yang digunakan di lingkungan pendidikan formal (Slavin, 2020).

2.3.2 Tahapan Perkembangan Kognitif

Piaget mengemukakan empat tahap utama perkembangan kognitif, yaitu *sensorimotor*, *preoperational*, *concrete operational*, dan *formal operational*. Tahap *sensorimotor* berlangsung sejak lahir hingga sekitar usia dua tahun, ditandai dengan perkembangan pemahaman melalui aktivitas sensorik dan motorik. Pada tahap ini, anak mulai memahami konsep keberadaan objek (*object permanence*) sebagai dasar berpikir simbolik di tahap berikutnya.

Tahap *preoperational* umumnya terjadi pada usia dua hingga tujuh tahun. Anak mulai menggunakan simbol, bahasa, dan imajinasi, tetapi cara berpikirnya masih bersifat egosentris dan belum mampu melakukan operasi mental secara logis. Selanjutnya, tahap *concrete operational* berkembang pada usia tujuh hingga sebelas tahun. Pada tahap ini, anak telah mampu berpikir logis terhadap objek dan peristiwa yang bersifat konkret, seperti memahami konsep konservasi dan klasifikasi. Namun, kemampuan berpikir abstrak masih terbatas.

Tahap terakhir adalah *formal operational*, yang biasanya muncul sejak usia sebelas tahun ke atas. Individu pada tahap ini mampu berpikir abstrak, hipotetis, dan sistematis. Kemampuan penalaran deduktif dan pemecahan masalah secara ilmiah mulai berkembang, sehingga individu dapat mempertimbangkan berbagai kemungkinan dan konsekuensi secara logis. Perbedaan karakteristik kognitif pada setiap tahap menegaskan bahwa strategi pembelajaran perlu disesuaikan dengan tingkat perkembangan peserta didik (Woolfolk, 2020).

2.3.3 Implikasi Teori Piaget dalam Pendidikan

Teori kognitif Piaget memberikan kontribusi signifikan terhadap praktik pendidikan, khususnya dalam perancangan pembelajaran yang berpusat pada peserta didik. Guru diharapkan memahami bahwa anak belajar secara optimal ketika diberi kesempatan untuk bereksplorasi, menemukan, dan membangun pengetahuannya sendiri. Pendekatan pembelajaran yang bersifat *discovery learning* dan *student-centered* sejalan dengan pandangan Piaget mengenai peran aktif peserta didik dalam proses belajar.

Selain itu, teori ini menekankan pentingnya kesiapan kognitif dalam pembelajaran. Materi yang terlalu abstrak bagi anak pada tahap tertentu berpotensi menimbulkan kesulitan belajar. Oleh karena itu, penyusunan kurikulum dan strategi pembelajaran harus mempertimbangkan tahapan perkembangan kognitif peserta didik. Penggunaan media konkret, eksperimen sederhana, dan diskusi terarah dapat membantu menjembatani pemahaman konsep sesuai dengan kapasitas berpikir anak.

Meskipun teori Piaget telah mendapatkan berbagai kritik, terutama terkait variasi individual dan pengaruh sosial budaya, kontribusinya tetap relevan sebagai kerangka dasar dalam memahami perkembangan kognitif. Teori ini mendorong pendidik untuk tidak hanya berfokus pada hasil belajar, tetapi juga pada proses berpikir yang mendasari terbentuknya pengetahuan. Dengan demikian, teori kognitif Piaget masih memiliki nilai aplikatif yang kuat dalam konteks pendidikan modern.

2.4 Teori Belajar Sosial Bandura

Teori Belajar Sosial yang dikemukakan oleh Albert Bandura menempatkan proses sosial sebagai fondasi utama dalam pembentukan perilaku manusia. Berbeda dengan pendekatan behavioristik murni yang menekankan stimulus dan respons, teori ini memandang individu sebagai agen aktif yang belajar melalui interaksi timbal balik antara faktor personal, perilaku, dan lingkungan. Dalam konteks pendidikan dan perkembangan anak, teori ini relevan untuk menjelaskan bagaimana nilai, norma, serta keterampilan sosial diperoleh melalui pengamatan terhadap orang lain.

2.4.1 Konsep Dasar Teori Belajar Sosial

Inti dari Teori Belajar Sosial adalah proses *observational learning*, yaitu pembelajaran yang terjadi ketika individu mengamati perilaku orang lain beserta konsekuensinya. Bandura menjelaskan bahwa manusia tidak harus mengalami langsung suatu penguatan atau hukuman untuk belajar; cukup dengan mengamati model yang relevan, individu dapat membentuk representasi kognitif atas perilaku tersebut. Proses ini melibatkan empat tahapan utama, yakni perhatian (*attention*), pengingatan (*retention*), reproduksi perilaku (*reproduction*), dan motivasi (*motivation*).

Dalam tahap perhatian, individu harus memusatkan fokus pada perilaku model agar proses belajar dapat terjadi. Selanjutnya, perilaku yang diamati disimpan dalam memori melalui simbol verbal atau visual. Tahap reproduksi menuntut kemampuan individu untuk

menirukan perilaku tersebut secara motorik maupun kognitif. Adapun motivasi berperan sebagai faktor penentu apakah perilaku yang telah dipelajari akan ditampilkan atau tidak, yang sangat dipengaruhi oleh penguatan langsung maupun tidak langsung (*vicarious reinforcement*).

2.4.2 Peran Modeling dan Penguatan Sosial

Modeling merupakan mekanisme utama dalam Teori Belajar Sosial. Model dapat berupa orang tua, guru, teman sebaya, maupun figur publik yang dianggap memiliki status atau kompetensi tertentu. Anak cenderung meniru perilaku model yang dinilai menarik, berkuasa, atau mendapatkan penghargaan sosial. Oleh karena itu, lingkungan sosial memiliki peran strategis dalam membentuk perilaku adaptif maupun maladaptif.

Penguatan dalam teori ini tidak selalu bersifat langsung. Bandura menekankan pentingnya *vicarious reinforcement*, yaitu penguatan yang diperoleh melalui pengamatan terhadap konsekuensi yang dialami orang lain. Ketika seorang anak melihat temannya mendapatkan pujian karena bersikap jujur, kemungkinan besar anak tersebut akan meniru perilaku jujur tersebut. Dengan demikian, proses belajar tidak hanya bergantung pada pengalaman pribadi, tetapi juga pada interpretasi individu terhadap dinamika sosial di sekitarnya (Schunk, 2020).

Selain itu, *self-efficacy* menjadi konsep penting yang menjembatani antara pengamatan dan tindakan. Keyakinan individu terhadap kemampuannya sendiri menentukan sejauh mana perilaku yang diamati dapat direalisasikan. Individu dengan tingkat *self-*

efficacy yang tinggi cenderung lebih berani mencoba dan mempertahankan perilaku baru meskipun menghadapi hambatan.

2.4.3 Implikasi Teori Belajar Sosial dalam Perkembangan Anak

Dalam perkembangan sosial dan moral anak, Teori Belajar Sosial memberikan kerangka konseptual yang kuat untuk memahami internalisasi nilai dan norma. Anak belajar mengenai empati, kerja sama, serta pengendalian diri melalui interaksi dengan model yang konsisten menunjukkan perilaku prososial. Lingkungan keluarga dan sekolah berfungsi sebagai arena utama tempat proses ini berlangsung secara berkelanjutan.

Implikasi praktis teori ini dalam pendidikan menuntut pendidik untuk menjadi *role model* yang positif. Guru tidak hanya berperan sebagai penyampai materi, tetapi juga sebagai contoh nyata dalam bersikap, berkomunikasi, dan menyelesaikan konflik. Strategi pembelajaran kooperatif, diskusi kelompok, serta pemberian umpan balik konstruktif selaras dengan prinsip Teori Belajar Sosial karena mendorong interaksi dan pengamatan sosial yang bermakna.

Lebih lanjut, teori ini juga relevan dalam konteks era digital, di mana anak-anak terpapar berbagai model perilaku melalui media daring. Oleh karena itu, pendampingan dan literasi digital menjadi penting agar anak mampu melakukan seleksi terhadap perilaku yang layak ditiru. Pendekatan ini sejalan dengan pengembangan regulasi diri dan pembelajaran sosial-kognitif yang menekankan keseimbangan antara pengaruh lingkungan dan kontrol personal (Zimmerman, 2020

2.5 Latihan Soal

1. Jelaskan teori psikoseksual Freud dan tahapan-tahapannya.
2. Apa yang dimaksud dengan teori psikososial Erikson dan krisis yang ada di tiap tahap?
3. Sebutkan dan jelaskan tahapan perkembangan kognitif menurut Piaget.
4. Bagaimana teori belajar sosial Bandura menjelaskan proses pembelajaran perilaku anak?
5. Bandingkan fokus utama teori Freud dan Erikson dalam perkembangan manusia.

Bab 3: Prinsip dan Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan

3.1 Prinsip Perkembangan

Perkembangan manusia merupakan proses yang kompleks dan berlangsung sepanjang rentang kehidupan. Untuk memahami proses tersebut secara sistematis, para ahli merumuskan sejumlah prinsip perkembangan yang berfungsi sebagai kerangka konseptual dalam menjelaskan pola perubahan individu dari masa kanak-kanak hingga dewasa. Prinsip-prinsip ini tidak berdiri sendiri, melainkan saling berkaitan dan membentuk gambaran utuh mengenai bagaimana individu tumbuh, beradaptasi, serta berinteraksi dengan lingkungannya. Dengan memahami prinsip perkembangan, pendidik, orang tua, maupun praktisi dapat merancang intervensi yang lebih tepat sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik individu pada setiap tahap perkembangan.

3.1.1 Perkembangan Bersifat Terarah dan Bertahap

Salah satu prinsip utama perkembangan adalah bahwa proses perkembangan bersifat terarah dan berlangsung secara bertahap. Terarah berarti perkembangan mengikuti pola tertentu yang relatif dapat diprediksi, meskipun kecepatan dan hasil akhirnya dapat berbeda antarindividu. Arah perkembangan umumnya bergerak dari kemampuan yang sederhana menuju kemampuan yang lebih

kompleks, serta dari respons yang bersifat umum menuju respons yang lebih spesifik. Contohnya, dalam perkembangan motorik, anak terlebih dahulu mampu menggerakkan anggota tubuh secara kasar sebelum menguasai keterampilan motorik halus.

Sementara itu, sifat bertahap menunjukkan bahwa perkembangan terjadi melalui tahapan yang saling berurutan dan tidak dapat dilompati. Setiap tahap menyediakan dasar bagi tahap berikutnya, sehingga pencapaian perkembangan pada satu tahap akan memengaruhi kualitas perkembangan selanjutnya. Apabila terdapat hambatan atau keterlambatan pada suatu tahap, hal tersebut berpotensi menimbulkan kesulitan adaptasi pada tahap berikutnya. Prinsip ini menegaskan pentingnya pemantauan perkembangan sejak dini untuk memastikan bahwa setiap tahapan dapat dilalui secara optimal.

3.1.2 Pengaruh Faktor Internal dan Eksternal

Prinsip perkembangan berikutnya menekankan bahwa perkembangan manusia dipengaruhi oleh interaksi antara faktor internal dan eksternal. Faktor internal mencakup aspek biologis dan genetik, seperti kondisi fisik, kematangan sistem saraf, serta potensi bawaan individu. Faktor-faktor ini menentukan batasan dan kemungkinan perkembangan yang dapat dicapai oleh seseorang. Sebagai contoh, kematangan neurologis berperan penting dalam kesiapan anak untuk menguasai kemampuan kognitif tertentu.

Di sisi lain, faktor eksternal meliputi lingkungan fisik, sosial, budaya, dan pendidikan yang dialami individu sepanjang hidupnya. Lingkungan keluarga, pola asuh, kualitas pendidikan, serta nilai-

nilai budaya memiliki kontribusi signifikan dalam membentuk arah dan kualitas perkembangan. Interaksi antara faktor internal dan eksternal bersifat dinamis, artinya pengaruh lingkungan dapat memperkuat atau justru menghambat potensi bawaan individu. Pendekatan perkembangan modern memandang individu sebagai agen aktif yang secara terus-menerus berinteraksi dengan lingkungannya dalam proses *developmental change* (Lerner, 2021).

3.1.3 Keterpaduan Aspek Fisik, Emosional, Sosial, dan Kognitif

Prinsip perkembangan juga menegaskan bahwa perkembangan manusia melibatkan keterpaduan berbagai aspek, yaitu fisik, emosional, sosial, dan kognitif. Keempat aspek tersebut tidak berkembang secara terpisah, melainkan saling memengaruhi satu sama lain. Perkembangan fisik, seperti pertumbuhan otak dan sistem saraf, menyediakan landasan biologis bagi perkembangan kognitif dan emosional. Sebaliknya, pengalaman emosional dan sosial dapat memengaruhi kesehatan fisik serta fungsi kognitif individu.

Sebagai contoh, perkembangan kognitif anak tidak hanya ditentukan oleh kapasitas intelektual, tetapi juga oleh kualitas hubungan sosial dan regulasi emosi. Anak yang merasa aman secara emosional cenderung lebih mampu mengeksplorasi lingkungan dan mengembangkan kemampuan berpikir secara optimal. Prinsip keterpaduan ini menunjukkan bahwa pendekatan parsial dalam memahami perkembangan manusia akan menghasilkan gambaran yang tidak utuh. Oleh karena itu, kajian perkembangan menuntut

pendekatan holistik yang mempertimbangkan seluruh aspek kehidupan individu secara simultan (Papalia & Martorell, 2020).

Secara keseluruhan, prinsip-prinsip perkembangan memberikan pemahaman bahwa perkembangan manusia merupakan proses yang berkesinambungan, multidimensional, dan kontekstual. Dengan berlandaskan prinsip tersebut, upaya pendidikan, pengasuhan, dan intervensi psikologis dapat disusun secara lebih sensitif terhadap kebutuhan perkembangan individu. Pemahaman ini juga membantu menghindari generalisasi yang berlebihan, karena setiap individu memiliki lintasan perkembangan yang unik meskipun mengikuti prinsip dasar yang sama.

3.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan

Perkembangan individu merupakan proses yang kompleks dan dinamis, dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berinteraksi sepanjang rentang kehidupan. Dalam kajian psikologi perkembangan, faktor-faktor tersebut secara umum diklasifikasikan ke dalam faktor internal dan faktor eksternal. Pembagian ini bertujuan untuk memudahkan pemahaman mengenai sumber-sumber pengaruh perkembangan, meskipun pada praktiknya kedua faktor tersebut tidak dapat dipisahkan secara tegas. Interaksi yang berkesinambungan antara faktor internal dan eksternal menjadi penentu utama arah, kecepatan, serta kualitas perkembangan individu.

3.2.1 Faktor Internal dalam Perkembangan

Faktor internal merujuk pada karakteristik bawaan individu yang berasal dari dalam diri dan relatif stabil. Salah satu faktor internal yang paling mendasar adalah faktor genetik. Faktor ini mencakup warisan biologis yang diturunkan dari orang tua kepada anak, termasuk potensi kecerdasan, temperamen, serta kerentanan terhadap kondisi kesehatan tertentu. Genetik menyediakan kerangka dasar bagi perkembangan, yang kemudian akan dimodifikasi oleh pengalaman dan lingkungan.

Selain genetik, faktor biologis juga memegang peranan penting dalam perkembangan individu. Faktor biologis meliputi kondisi kesehatan fisik, kematangan sistem saraf, serta fungsi hormonal. Perkembangan otak, misalnya, sangat memengaruhi kemampuan kognitif, emosi, dan perilaku individu pada setiap tahap kehidupan. Gangguan atau keterlambatan dalam perkembangan biologis dapat berdampak signifikan terhadap proses belajar dan penyesuaian sosial.

Faktor internal lainnya adalah aspek psikologis, seperti motivasi, minat, dan kepribadian. Karakteristik psikologis ini memengaruhi bagaimana individu merespons lingkungan dan memaknai pengalaman hidupnya. Dua individu dengan kondisi lingkungan yang sama dapat menunjukkan pola perkembangan yang berbeda karena perbedaan motivasi atau regulasi emosi. Oleh karena itu, faktor internal tidak hanya bersifat biologis, tetapi juga mencakup dimensi psikologis yang berperan dalam membentuk keunikan perkembangan setiap individu.

3.2.2 Faktor Eksternal dalam Perkembangan

Faktor eksternal mencakup seluruh pengaruh yang berasal dari luar diri individu, terutama lingkungan tempat individu tumbuh dan berkembang. Lingkungan keluarga merupakan konteks sosial pertama dan paling berpengaruh dalam kehidupan individu. Pola asuh, kualitas relasi orang tua-anak, serta kondisi sosial ekonomi keluarga berperan penting dalam membentuk dasar perkembangan emosional dan sosial.

Lingkungan sosial yang lebih luas, seperti teman sebaya dan masyarakat, juga memiliki pengaruh yang signifikan. Interaksi dengan teman sebaya membantu individu mengembangkan keterampilan sosial, empati, serta identitas diri. Norma dan nilai yang berlaku dalam masyarakat turut membentuk perilaku dan pandangan individu terhadap dirinya sendiri maupun orang lain. Dalam konteks ini, budaya menjadi faktor eksternal yang tidak dapat diabaikan, karena budaya menentukan standar perilaku, tujuan hidup, dan makna keberhasilan.

Pendidikan merupakan faktor eksternal lain yang berkontribusi besar terhadap perkembangan kognitif dan sosial. Lingkungan sekolah menyediakan kesempatan bagi individu untuk mengembangkan kemampuan akademik, disiplin, serta keterampilan berpikir kritis. Kualitas pendidikan, termasuk metode pengajaran dan hubungan antara pendidik dan peserta didik, memengaruhi efektivitas proses perkembangan. Selain pendidikan formal, pengalaman hidup sehari-hari, seperti keberhasilan, kegagalan, dan

tantangan personal, juga membentuk cara individu beradaptasi dan berkembang dalam jangka panjang.

3.2.3 Interaksi Faktor Internal dan Eksternal

Perkembangan individu tidak dapat dipahami secara utuh jika faktor internal dan eksternal dipandang secara terpisah. Kedua faktor tersebut saling berinteraksi secara dinamis dan berkesinambungan. Faktor genetik, misalnya, menyediakan potensi dasar, tetapi lingkungan menentukan sejauh mana potensi tersebut dapat berkembang secara optimal. Individu dengan potensi kognitif tinggi mungkin tidak mencapai perkembangan maksimal tanpa dukungan lingkungan yang memadai.

Sebaliknya, lingkungan yang kaya stimulasi tidak selalu menghasilkan perkembangan optimal jika individu memiliki keterbatasan biologis atau psikologis tertentu. Oleh karena itu, perkembangan merupakan hasil dari proses *interactionism*, di mana individu secara aktif berinteraksi dengan lingkungannya. Pendekatan ini menekankan bahwa individu bukanlah penerima pasif pengaruh lingkungan, melainkan agen aktif yang memengaruhi dan dipengaruhi oleh konteks sekitarnya.

Pandangan kontemporer dalam psikologi perkembangan juga menegaskan pentingnya pendekatan *lifespan*, yang melihat interaksi faktor internal dan eksternal berlangsung sepanjang kehidupan. Perubahan lingkungan, seperti transisi pendidikan, dunia kerja, atau peran keluarga, dapat memicu penyesuaian internal yang baru. Dengan demikian, perkembangan individu bersifat adaptif dan

kontekstual, bergantung pada keseimbangan antara kapasitas internal dan tuntutan eksternal (Bornstein & Lamb, 2021).

Pemahaman mengenai faktor-faktor yang memengaruhi perkembangan memiliki implikasi praktis yang luas, terutama dalam bidang pendidikan, kesehatan, dan intervensi sosial. Dengan mengenali peran dan interaksi faktor internal serta eksternal, upaya pengembangan individu dapat dirancang secara lebih komprehensif dan berkelanjutan.

3.3 Peran Lingkungan dalam Perkembangan

Lingkungan memiliki peran yang sangat signifikan dalam membentuk perkembangan individu, khususnya pada aspek sosial dan emosional. Perkembangan manusia tidak terjadi dalam ruang hampa, melainkan melalui interaksi yang berkelanjutan antara individu dan konteks sekitarnya. Lingkungan menyediakan rangsangan, nilai, norma, serta pengalaman yang membentuk cara individu memahami diri sendiri dan orang lain. Oleh karena itu, kajian mengenai peran lingkungan menjadi penting untuk memahami bagaimana perilaku, sikap, dan kemampuan individu berkembang sepanjang rentang kehidupan.

3.3.1 Lingkungan Keluarga sebagai Fondasi Perkembangan

Lingkungan keluarga merupakan konteks pertama dan utama yang memengaruhi perkembangan individu. Sejak usia dini, keluarga berperan sebagai agen sosialisasi yang memperkenalkan nilai-nilai, norma, serta pola interaksi sosial. Pola asuh orang tua,

kualitas hubungan emosional, dan stabilitas lingkungan keluarga berkontribusi secara langsung terhadap pembentukan kepribadian dan regulasi emosi anak. Anak yang tumbuh dalam lingkungan keluarga yang suportif cenderung memiliki rasa aman, kepercayaan diri, serta kemampuan sosial yang lebih baik.

Selain itu, keluarga juga memengaruhi perkembangan kognitif dan sosial melalui pemberian stimulasi dan dukungan belajar. Interaksi sehari-hari, seperti komunikasi verbal, pemberian contoh perilaku, dan keterlibatan orang tua dalam aktivitas anak, membantu membentuk kemampuan berpikir dan keterampilan sosial. Dalam perspektif pendidikan, lingkungan keluarga yang kondusif dapat memperkuat kesiapan anak untuk beradaptasi dengan lingkungan sosial yang lebih luas, termasuk sekolah (Woolfolk, 2020).

3.3.2 Peran Teman Sebaya dan Lingkungan Sekolah

Seiring bertambahnya usia, pengaruh lingkungan teman sebaya dan sekolah menjadi semakin dominan. Teman sebaya memberikan ruang bagi individu untuk belajar bekerja sama, bernegosiasi, dan memahami perspektif orang lain. Interaksi sosial dalam kelompok sebaya berkontribusi terhadap perkembangan empati, identitas diri, dan keterampilan komunikasi. Dalam konteks ini, penerimaan sosial dan dukungan dari teman sebaya berperan penting dalam kesejahteraan emosional individu.

Lingkungan sekolah tidak hanya berfungsi sebagai tempat transfer pengetahuan, tetapi juga sebagai arena pembentukan sikap dan nilai sosial. Iklim sekolah yang positif, hubungan yang sehat

antara guru dan peserta didik, serta budaya sekolah yang inklusif dapat mendukung perkembangan sosial dan emosional secara optimal. Pendekatan pembelajaran yang menekankan kolaborasi dan partisipasi aktif, seperti *cooperative learning*, memungkinkan peserta didik mengembangkan keterampilan sosial yang relevan dengan kehidupan bermasyarakat. Dengan demikian, sekolah menjadi lingkungan strategis dalam membentuk perilaku adaptif dan kemampuan sosial peserta didik (Slavin, 2020).

3.3.3 Pengaruh Budaya dan Konteks Sosial yang Lebih Luas

Selain keluarga dan sekolah, budaya dan konteks sosial yang lebih luas turut memengaruhi perkembangan individu. Budaya menyediakan kerangka nilai, keyakinan, dan praktik sosial yang membentuk cara individu berpikir dan bertindak. Norma budaya memengaruhi cara individu mengekspresikan emosi, berinteraksi dengan orang lain, serta memandang peran sosialnya dalam masyarakat. Oleh karena itu, perkembangan sosial dan emosional tidak dapat dilepaskan dari latar belakang budaya tempat individu dibesarkan.

Perubahan sosial, seperti perkembangan teknologi dan globalisasi, juga membawa implikasi terhadap lingkungan perkembangan individu. Akses terhadap media digital dan jejaring sosial memperluas ruang interaksi sosial, tetapi sekaligus menghadirkan tantangan baru dalam pengelolaan emosi dan hubungan sosial. Dalam konteks ini, lingkungan berfungsi sebagai faktor yang dapat memperkaya maupun membatasi pengalaman

perkembangan individu, tergantung pada kualitas dan karakteristiknya.

Secara keseluruhan, peran lingkungan dalam perkembangan individu bersifat multidimensional dan saling terkait. Lingkungan keluarga, teman sebaya, sekolah, dan budaya membentuk suatu sistem yang secara bersama-sama memengaruhi perkembangan sosial dan emosional. Pemahaman terhadap peran lingkungan ini penting bagi pendidik dan orang tua agar dapat menciptakan kondisi yang mendukung perkembangan individu secara optimal. Dengan menyediakan lingkungan yang aman, suportif, dan responsif, potensi perkembangan individu dapat berkembang secara maksimal sesuai dengan tahap dan kebutuhan perkembangannya.

3.4 Perkembangan Sosial dan Emosional

Perkembangan sosial dan emosional merupakan aspek fundamental dalam perkembangan individu yang berperan penting dalam membentuk kepribadian, perilaku adaptif, serta kemampuan menjalin relasi sosial yang sehat. Aspek ini mencakup kemampuan individu untuk berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial, mengelola serta mengekspresikan emosi secara tepat, dan memahami perasaan diri sendiri maupun orang lain. Proses perkembangan ini berlangsung secara bertahap dan dipengaruhi oleh berbagai faktor kontekstual, terutama pengalaman interpersonal yang dialami sejak usia dini.

3.4.1 Konsep Dasar Perkembangan Sosial dan Emosional

Perkembangan sosial merujuk pada kemampuan individu untuk membangun hubungan sosial, memahami norma dan aturan sosial, serta berpartisipasi secara aktif dalam kehidupan bermasyarakat. Sementara itu, perkembangan emosional berkaitan dengan kemampuan mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosi secara adaptif. Kedua aspek ini saling berkaitan dan tidak dapat dipisahkan, karena interaksi sosial yang efektif membutuhkan regulasi emosi yang baik, dan sebaliknya.

Dalam kajian psikologi perkembangan modern, perkembangan sosial dan emosional sering dikaitkan dengan konsep *social-emotional competence*, yaitu seperangkat keterampilan yang mencakup kesadaran diri, pengelolaan emosi, empati, serta kemampuan menjalin hubungan positif. Individu yang memiliki kompetensi sosial-emosional yang baik cenderung mampu menghadapi tantangan sosial, menyelesaikan konflik secara konstruktif, dan menunjukkan perilaku prososial dalam berbagai situasi. Kompetensi ini berkembang melalui proses belajar yang berkelanjutan, dipengaruhi oleh interaksi dengan lingkungan terdekat.

3.4.2 Peran Keluarga dan Pengalaman Interpersonal

Keluarga merupakan lingkungan sosial pertama dan utama bagi individu dalam mengembangkan kemampuan sosial dan emosional. Pola pengasuhan, kualitas hubungan orang tua dan anak, serta iklim emosional dalam keluarga memiliki pengaruh signifikan terhadap perkembangan tersebut. Interaksi yang hangat, responsif,

dan konsisten membantu anak mengembangkan rasa aman secara emosional, yang menjadi dasar bagi kemampuan regulasi emosi dan kepercayaan diri dalam berinteraksi sosial.

Pengalaman interpersonal dalam keluarga, seperti komunikasi terbuka dan pemberian dukungan emosional, memungkinkan anak belajar mengenali dan mengekspresikan emosi secara sehat. Sebaliknya, lingkungan keluarga yang kurang suportif atau penuh konflik dapat menghambat perkembangan sosial dan emosional, serta meningkatkan risiko munculnya masalah perilaku dan kesulitan penyesuaian sosial. Dalam konteks ini, peran orang tua sebagai *role model* sangat penting, karena anak cenderung meniru cara orang tua dalam mengekspresikan emosi dan menyelesaikan masalah interpersonal (Denham et al., 2020).

Selain keluarga, pengalaman interpersonal di lingkungan pendidikan juga berkontribusi besar. Interaksi dengan guru dan teman sebaya memberikan kesempatan bagi anak untuk mempraktikkan keterampilan sosial, seperti kerja sama, berbagi, dan pengendalian diri. Lingkungan belajar yang mendukung pengembangan emosi positif akan memperkuat kemampuan anak dalam menghadapi tekanan sosial dan akademik.

3.4.3 Pengaruh Teman Sebaya dan Implikasi Perkembangan

Teman sebaya memiliki peran yang semakin dominan seiring bertambahnya usia individu, khususnya pada masa kanak-kanak akhir dan remaja. Melalui interaksi dengan teman sebaya, individu belajar memahami perspektif orang lain, mengembangkan empati, serta membangun identitas sosial. Hubungan dengan teman sebaya

juga menjadi sarana penting dalam mengembangkan keterampilan komunikasi dan resolusi konflik.

Pengaruh teman sebaya dapat bersifat positif maupun negatif, tergantung pada kualitas interaksi yang terjalin. Hubungan pertemanan yang suportif dapat meningkatkan kesejahteraan emosional dan rasa memiliki, sedangkan penolakan sosial atau konflik berkepanjangan dapat berdampak negatif terhadap harga diri dan kesehatan mental. Oleh karena itu, kemampuan mengelola emosi dan beradaptasi secara sosial menjadi faktor pelindung yang penting dalam menghadapi dinamika hubungan dengan teman sebaya.

Dalam perspektif pendidikan dan intervensi perkembangan, penguatan keterampilan sosial dan emosional menjadi semakin relevan. Pendekatan *social and emotional learning* menekankan pentingnya pembelajaran terstruktur untuk membantu individu mengembangkan kesadaran diri, empati, dan keterampilan sosial yang adaptif. Program-program berbasis pengembangan sosial-emosional terbukti efektif dalam meningkatkan penyesuaian sosial, prestasi akademik, serta kesejahteraan psikologis individu secara keseluruhan (Taylor et al., 2020). Dengan demikian, perhatian terhadap perkembangan sosial dan emosional tidak hanya penting bagi individu, tetapi juga bagi pembentukan lingkungan sosial yang sehat dan produktif.

3.5 Latihan Soal

1. Jelaskan prinsip-prinsip perkembangan manusia.
2. Apa saja faktor yang mempengaruhi perkembangan individu?
3. Bagaimana lingkungan mempengaruhi perkembangan sosial dan emosional individu?
4. Sebutkan contoh interaksi antara faktor internal dan eksternal dalam perkembangan individu.
5. Mengapa penting untuk memahami prinsip dan faktor perkembangan dalam konteks pendidikan?

Bab 4: Perkembangan Prenatal dan Masa Bayi

4.1 Perkembangan Prenatal

Perkembangan prenatal merupakan fase awal dalam siklus kehidupan manusia yang berlangsung sejak terjadinya konsepsi hingga kelahiran. Tahap ini memiliki peranan yang sangat krusial karena menjadi fondasi bagi perkembangan fisik, kognitif, dan psikososial individu pada tahap-tahap selanjutnya. Selama periode prenatal, organisme manusia mengalami perubahan yang sangat cepat dan kompleks, baik dari segi struktur biologis maupun fungsi fisiologis. Oleh karena itu, kajian mengenai perkembangan prenatal tidak hanya menitikberatkan pada tahapan pertumbuhan janin, tetapi juga pada berbagai faktor yang memengaruhi kualitas perkembangan tersebut.

4.1.1 Tahap-Tahap Perkembangan Prenatal

Secara umum, perkembangan prenatal dibagi ke dalam tiga tahap utama, yaitu tahap germinal, embrional, dan fetal. Tahap germinal berlangsung sejak konsepsi hingga sekitar dua minggu pertama kehamilan. Pada tahap ini, zigot terbentuk melalui proses pembuahan dan kemudian mengalami pembelahan sel secara cepat. Sel-sel tersebut selanjutnya melakukan implantasi pada dinding rahim, yang menjadi prasyarat penting bagi kelangsungan

kehamilan. Meskipun berlangsung relatif singkat, tahap germinal sangat menentukan keberhasilan perkembangan tahap berikutnya.

Tahap embrional berlangsung dari minggu ketiga hingga minggu kedelapan kehamilan. Pada fase ini, proses organogenesis terjadi, yaitu pembentukan struktur dasar organ-organ utama tubuh. Sistem saraf, jantung, dan anggota gerak mulai berkembang, sehingga tahap embrional sering dianggap sebagai periode paling rentan terhadap gangguan perkembangan. Paparan faktor berisiko pada tahap ini dapat menimbulkan kelainan struktural yang bersifat permanen.

Tahap fetal dimulai pada minggu kesembilan hingga kelahiran. Fokus utama perkembangan pada tahap ini adalah pertumbuhan ukuran tubuh, pematangan organ, serta penyempurnaan fungsi fisiologis. Janin mulai menunjukkan aktivitas refleks, respons terhadap rangsangan, dan pola pertumbuhan yang lebih stabil. Keberhasilan tahap fetal sangat dipengaruhi oleh kondisi kesehatan ibu dan lingkungan intrauterin secara keseluruhan.

4.1.2 Peran Faktor Genetik dalam Perkembangan Janin

Faktor genetik merupakan salah satu determinan utama dalam perkembangan prenatal. Informasi genetik yang diwariskan dari kedua orang tua menentukan karakteristik dasar individu, seperti jenis kelamin, struktur fisik, serta potensi kerentanan terhadap penyakit tertentu. Gen bekerja sebagai cetak biru biologis yang mengarahkan proses pembelahan sel, diferensiasi jaringan, dan pembentukan organ selama masa prenatal.

Namun demikian, pengaruh genetik tidak bersifat deterministik sepenuhnya. Ekspresi gen dapat dipengaruhi oleh berbagai mekanisme regulasi, termasuk proses *gene–environment interaction*. Hal ini berarti bahwa potensi genetik tertentu dapat berkembang secara optimal atau justru terhambat bergantung pada kondisi lingkungan yang menyertainya. Dalam konteks perkembangan prenatal, kondisi kesehatan ibu, asupan nutrisi, serta paparan zat berbahaya dapat memengaruhi bagaimana gen-gen tertentu diekspresikan selama kehamilan (Moore, Persaud, & Torchia, 2020).

Pemahaman mengenai peran faktor genetik menjadi penting dalam upaya pencegahan dan deteksi dini gangguan perkembangan. Kemajuan dalam bidang genetika dan teknologi prenatal memungkinkan identifikasi risiko genetik sejak dini, sehingga intervensi medis maupun konseling dapat dilakukan secara lebih tepat.

4.1.3 Pengaruh Faktor Lingkungan Prenatal

Selain faktor genetik, lingkungan prenatal memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perkembangan janin. Lingkungan prenatal mencakup seluruh kondisi yang dialami janin di dalam rahim, termasuk status gizi ibu, kondisi psikologis, paparan zat kimia, serta kualitas perawatan kesehatan selama kehamilan. Faktor-faktor tersebut berinteraksi secara kompleks dan dapat memengaruhi pertumbuhan serta fungsi organ janin.

Nutrisi yang adekuat selama kehamilan merupakan salah satu faktor lingkungan yang paling berpengaruh. Kekurangan zat

gizi tertentu, seperti asam folat dan zat besi, dapat meningkatkan risiko gangguan perkembangan saraf dan kelahiran prematur. Sebaliknya, paparan zat berbahaya seperti alkohol, rokok, dan obat-obatan terlarang dapat menyebabkan gangguan serius yang dikenal sebagai *prenatal exposure effects*. Dampak paparan tersebut dapat bersifat jangka panjang dan memengaruhi perkembangan kognitif serta perilaku anak setelah lahir.

Kondisi psikologis ibu juga berperan penting dalam perkembangan prenatal. Stres yang berkepanjangan selama kehamilan dapat memengaruhi keseimbangan hormon dan aliran darah ke plasenta, yang pada akhirnya berdampak pada pertumbuhan janin. Oleh karena itu, pendekatan holistik dalam perawatan prenatal sangat diperlukan, dengan memperhatikan aspek fisik dan psikologis ibu secara simultan (Glover, 2020).

Secara keseluruhan, perkembangan prenatal merupakan proses multidimensional yang dipengaruhi oleh interaksi antara faktor genetik dan lingkungan. Pemahaman yang komprehensif mengenai tahap-tahap perkembangan serta faktor-faktor yang memengaruhinya menjadi dasar penting bagi upaya promotif dan preventif dalam bidang kesehatan ibu dan anak. Dengan perhatian yang memadai pada masa prenatal, kualitas perkembangan individu pada tahap-tahap kehidupan selanjutnya dapat ditingkatkan secara signifikan.

4.2 Perkembangan Sensorik dan Motorik Bayi

Perkembangan sensorik dan motorik merupakan fondasi utama dalam perkembangan bayi pada tahun-tahun awal kehidupan. Pada fase ini, bayi mengalami pertumbuhan pesat dalam kemampuan menerima rangsangan dari lingkungan melalui sistem sensorik, sekaligus mengembangkan keterampilan motorik sebagai respons terhadap rangsangan tersebut. Proses ini bersifat saling terkait, karena kematangan sistem sensorik mendukung munculnya kemampuan motorik, sementara aktivitas motorik memperkaya pengalaman sensorik bayi. Dengan demikian, perkembangan sensorik dan motorik tidak dapat dipahami secara terpisah, melainkan sebagai satu kesatuan yang mendukung adaptasi awal bayi terhadap lingkungannya.

4.2.1 Perkembangan Kemampuan Sensorik

Kemampuan sensorik bayi mencakup perkembangan pancaindra, yaitu penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa, dan sentuhan. Sejak lahir, sistem sensorik bayi telah berfungsi, meskipun belum mencapai tingkat kematangan optimal. Indra sentuhan merupakan salah satu sistem sensorik yang paling berkembang pada awal kehidupan. Melalui sentuhan, bayi memperoleh rasa aman, kenyamanan, serta stimulasi emosional yang penting bagi pembentukan ikatan dengan pengasuh.

Indra pendengaran juga berkembang relatif awal. Bayi mampu merespons suara, terutama suara manusia, sejak minggu-minggu pertama kehidupan. Respons terhadap intonasi dan ritme

suara menjadi dasar bagi perkembangan bahasa di tahap selanjutnya. Sementara itu, kemampuan penglihatan bayi pada awalnya masih terbatas, terutama dalam hal ketajaman visual dan persepsi warna. Seiring pertambahan usia, kemampuan visual bayi meningkat secara bertahap, memungkinkan bayi mengenali wajah, mengikuti gerakan objek, dan membedakan bentuk serta warna.

Indra penciuman dan perasa berperan penting dalam perilaku makan dan respons emosional bayi. Bayi mampu membedakan bau dan rasa tertentu sejak dini, yang membantu mereka mengenali pengasuh dan sumber nutrisi. Secara keseluruhan, perkembangan sensorik pada bayi bersifat progresif dan dipengaruhi oleh kematangan biologis serta kualitas stimulasi lingkungan. Paparan rangsangan yang sesuai dan konsisten berkontribusi terhadap optimalisasi fungsi sensorik pada masa awal kehidupan.

4.2.2 Perkembangan Keterampilan Motorik

Perkembangan motorik bayi mencakup keterampilan motorik kasar dan motorik halus. Keterampilan motorik kasar berkaitan dengan penggunaan otot-otot besar, seperti kemampuan mengangkat kepala, berguling, duduk, merangkak, dan berjalan. Perkembangan ini mengikuti pola yang relatif universal, meskipun waktu pencapaiannya dapat bervariasi antarindividu. Pada bulan-bulan awal, bayi mulai mengembangkan kontrol terhadap kepala dan leher, yang kemudian diikuti oleh kemampuan duduk dan bergerak secara mandiri.

Keterampilan motorik halus melibatkan koordinasi otot-otot kecil, terutama pada tangan dan jari. Perkembangan motorik halus

terlihat ketika bayi mulai menggenggam objek, memindahkan benda dari satu tangan ke tangan lainnya, serta mengeksplorasi lingkungan melalui manipulasi objek. Aktivitas ini tidak hanya melatih koordinasi motorik, tetapi juga mendukung perkembangan kognitif dan persepsi spasial.

Perkembangan motorik bayi sangat dipengaruhi oleh kematangan sistem saraf dan otot. Namun demikian, kesempatan untuk bergerak dan bereksplorasi juga memegang peranan penting. Lingkungan yang aman dan kaya stimulasi memungkinkan bayi mengembangkan keterampilan motorik secara optimal. Keterbatasan kesempatan bergerak atau kurangnya stimulasi dapat menghambat perkembangan motorik, meskipun secara biologis bayi memiliki potensi yang memadai.

4.2.3 Keterkaitan Sensorik dan Motorik dalam Perkembangan Bayi

Perkembangan sensorik dan motorik bayi berlangsung secara terpadu melalui proses yang dikenal sebagai *sensorimotor integration*. Kemampuan sensorik memungkinkan bayi menerima informasi dari lingkungan, sedangkan keterampilan motorik memungkinkan bayi merespons dan berinteraksi dengan rangsangan tersebut. Misalnya, kemampuan penglihatan membantu bayi mengarahkan gerakan tangan untuk meraih objek, sementara sentuhan memberikan umpan balik sensorik yang menyempurnakan koordinasi gerakan.

Interaksi antara sensorik dan motorik juga berkontribusi terhadap perkembangan kognitif awal. Melalui eksplorasi aktif, bayi

belajar mengenai hubungan sebab-akibat, karakteristik objek, dan batasan tubuhnya sendiri. Proses ini sejalan dengan pandangan perkembangan modern yang menekankan bahwa bayi merupakan agen aktif dalam membangun pengetahuan melalui pengalaman langsung. Pengalaman sensorimotor yang beragam memperkaya jalur perkembangan dan mendukung pembentukan dasar kemampuan belajar di tahap berikutnya.

Penelitian kontemporer menunjukkan bahwa kualitas stimulasi sensorimotor pada masa bayi memiliki implikasi jangka panjang terhadap perkembangan kognitif dan sosial. Lingkungan yang responsif, di mana pengasuh secara aktif terlibat dalam interaksi dengan bayi, dapat memperkuat perkembangan sensorik dan motorik secara simultan (Adolph & Franchak, 2021). Oleh karena itu, pemahaman mengenai keterkaitan kedua aspek ini penting dalam upaya mendukung tumbuh kembang bayi secara holistik.

Secara keseluruhan, perkembangan sensorik dan motorik bayi merupakan proses fundamental yang membentuk dasar bagi perkembangan selanjutnya. Kematangan biologis, stimulasi lingkungan, serta interaksi yang bermakna dengan pengasuh berperan penting dalam memastikan bahwa proses ini berlangsung secara optimal dan adaptif.

4.3 Perkembangan Kognitif dan Bahasa Bayi

Perkembangan kognitif dan bahasa pada bayi merupakan fondasi penting bagi kemampuan berpikir, berkomunikasi, dan belajar pada tahap perkembangan selanjutnya. Masa bayi, yang umumnya berlangsung sejak lahir hingga usia dua tahun, ditandai oleh perubahan pesat dalam cara bayi memahami dunia dan mengekspresikan diri. Pada fase ini, perkembangan kognitif dan bahasa berlangsung secara saling terkait serta sangat dipengaruhi oleh interaksi dengan lingkungan, khususnya dengan orang tua dan pengasuh utama. Oleh karena itu, pemahaman terhadap tahapan dan faktor yang memengaruhi perkembangan ini menjadi krusial dalam kajian psikologi perkembangan dan pendidikan anak usia dini.

4.3.1 Tahapan Perkembangan Kognitif pada Bayi

Perkembangan kognitif bayi berkaitan dengan kemampuan untuk mengenali, memahami, dan memproses informasi dari lingkungan sekitarnya. Pada awal kehidupan, bayi berada pada tahap *sensorimotor*, yaitu tahap perkembangan kognitif yang ditandai oleh eksplorasi dunia melalui indera dan gerakan tubuh. Pada tahap ini, bayi belajar melalui pengalaman langsung, seperti melihat, menyentuh, dan mendengar, sehingga pengetahuan dibangun melalui aktivitas fisik dan sensorik.

Seiring bertambahnya usia, bayi mulai menunjukkan kemampuan kognitif yang lebih kompleks, seperti mengenali pola, mengingat objek, dan memahami hubungan sebab-akibat sederhana. Salah satu pencapaian kognitif penting pada masa ini adalah

munculnya pemahaman tentang keberadaan objek, yang sering disebut sebagai *object permanence*. Kemampuan ini menunjukkan bahwa bayi mulai memahami bahwa objek tetap ada meskipun tidak terlihat secara langsung. Perkembangan tersebut menandai peningkatan kapasitas memori dan representasi mental, yang menjadi dasar bagi perkembangan bahasa dan kemampuan berpikir simbolik pada tahap berikutnya.

Selain itu, perkembangan kognitif bayi juga tercermin dalam meningkatnya kemampuan atensi dan pemecahan masalah sederhana. Bayi mulai mampu memusatkan perhatian pada stimulus tertentu dan mencoba berbagai strategi untuk mencapai tujuan, misalnya meraih mainan yang berada di luar jangkauan. Proses ini menunjukkan bahwa bayi secara aktif membangun pengetahuan melalui interaksi dengan lingkungan fisik dan sosial (Goswami, 2020).

4.3.2 Perkembangan Bahasa pada Masa Bayi

Perkembangan bahasa pada bayi berlangsung secara bertahap dan dimulai jauh sebelum bayi mampu mengucapkan kata-kata bermakna. Pada tahap awal, bayi menggunakan tangisan sebagai sarana komunikasi utama untuk mengekspresikan kebutuhan dan ketidaknyamanan. Selanjutnya, bayi mulai memasuki fase *cooing* dan *babbling*, yaitu tahap ketika bayi menghasilkan bunyi-bunyi vokal sederhana sebagai bentuk latihan artikulasi dan respons terhadap suara di sekitarnya.

Memasuki usia sekitar satu tahun, bayi mulai mengucapkan kata-kata pertama yang bermakna, meskipun masih terbatas pada

kosakata sederhana. Perkembangan ini menunjukkan adanya keterkaitan erat antara kemampuan kognitif dan bahasa, karena pemahaman konsep dasar mendahului kemampuan untuk mengekspresikannya secara verbal. Secara bertahap, kosakata bayi bertambah, dan kemampuan memahami bahasa biasanya berkembang lebih cepat dibandingkan kemampuan berbicara.

Perkembangan bahasa bayi juga melibatkan aspek reseptif dan ekspresif. Bahasa reseptif merujuk pada kemampuan memahami ujaran orang lain, sedangkan bahasa ekspresif berkaitan dengan kemampuan menghasilkan ujaran. Keduanya berkembang secara paralel dan saling mendukung, sehingga stimulasi bahasa yang memadai menjadi faktor penting dalam mendukung perkembangan komunikasi bayi (Kuhl, 2020).

4.3.3 Peran Interaksi dengan Lingkungan dan Orang Tua

Interaksi dengan lingkungan sosial, khususnya dengan orang tua, memiliki peran sentral dalam perkembangan kognitif dan bahasa bayi. Lingkungan yang responsif dan kaya stimulasi memberikan kesempatan bagi bayi untuk mengeksplorasi, belajar, dan berkomunikasi. Respons orang tua terhadap isyarat verbal dan nonverbal bayi, seperti kontak mata, senyuman, dan percakapan sederhana, membantu memperkuat hubungan emosional sekaligus mendukung perkembangan kognitif dan bahasa.

Orang tua berperan sebagai *language model* yang menyediakan contoh penggunaan bahasa dalam konteks sehari-hari. Melalui aktivitas seperti berbicara, membacakan cerita, dan bernyanyi, orang tua membantu bayi mengenali struktur bahasa dan

memperluas kosakatanya. Selain itu, kualitas interaksi, bukan sekadar kuantitas, menjadi faktor penentu efektivitas stimulasi perkembangan. Interaksi yang hangat, konsisten, dan responsif terbukti lebih mendukung perkembangan optimal dibandingkan stimulasi yang bersifat pasif.

Lingkungan fisik juga turut memengaruhi perkembangan bayi melalui penyediaan objek dan pengalaman yang merangsang rasa ingin tahu. Mainan yang sesuai usia, variasi pengalaman sensorik, serta kesempatan untuk bergerak dan bereksplorasi dapat memperkaya perkembangan kognitif. Dengan demikian, perkembangan kognitif dan bahasa bayi merupakan hasil dari interaksi dinamis antara faktor biologis dan lingkungan, yang menegaskan pentingnya peran orang tua dan pengasuh dalam menciptakan kondisi perkembangan yang optimal.

4.4 Perkembangan Sosial dan Emosional Bayi

Perkembangan sosial dan emosional pada masa bayi merupakan fondasi awal bagi pembentukan kepribadian, kemampuan berelasi, serta kesehatan mental individu di tahap kehidupan selanjutnya. Pada fase ini, bayi mulai membangun hubungan emosional dengan pengasuh utama, menunjukkan respons sosial dasar, serta secara bertahap mengembangkan kesadaran awal terhadap diri sendiri dan lingkungan sekitarnya. Proses perkembangan tersebut berlangsung secara dinamis dan sangat

dipengaruhi oleh kualitas interaksi sosial yang dialami bayi sejak awal kehidupan.

4.4.1 Pembentukan Ikatan Emosional (*Attachment*)

Pembentukan ikatan emosional atau *attachment* merupakan aspek sentral dalam perkembangan sosial dan emosional bayi. Ikatan ini terbentuk melalui interaksi yang konsisten, hangat, dan responsif antara bayi dan pengasuh utama, khususnya orang tua. Melalui proses ini, bayi mengembangkan rasa aman (*sense of security*) yang menjadi dasar bagi eksplorasi lingkungan dan pembelajaran sosial di tahap berikutnya.

Ikatan emosional yang aman ditandai oleh kemampuan bayi untuk menggunakan pengasuh sebagai *secure base*, yaitu tempat kembali ketika merasa terancam atau tidak nyaman. Ketika kebutuhan fisik dan emosional bayi terpenuhi secara konsisten, bayi belajar bahwa lingkungan sosial dapat dipercaya. Sebaliknya, pola pengasuhan yang tidak responsif atau inkonsisten berpotensi menghambat pembentukan ikatan emosional yang sehat dan berdampak pada kesulitan regulasi emosi di kemudian hari. Penelitian kontemporer menunjukkan bahwa kualitas *attachment* pada masa bayi memiliki hubungan jangka panjang dengan kompetensi sosial, regulasi emosi, dan kesejahteraan psikologis individu (Thompson, 2020).

4.4.2 Perkembangan Respons Sosial Bayi

Respons sosial bayi berkembang secara bertahap seiring dengan kematangan biologis dan pengalaman interaksi sosial. Pada bulan-bulan awal kehidupan, bayi mulai menunjukkan respons sosial

dasar seperti kontak mata, senyum sosial, serta vokalisasi sebagai bentuk komunikasi awal. Respons-respons ini berfungsi sebagai sarana utama bayi untuk menjalin hubungan dengan lingkungan sosialnya.

Seiring bertambahnya usia, bayi menjadi semakin peka terhadap ekspresi emosi orang lain. Bayi mampu membedakan nada suara, ekspresi wajah, dan gerakan tubuh yang mengandung makna emosional. Proses ini mendukung perkembangan *social referencing*, yaitu kemampuan bayi untuk menggunakan reaksi emosional pengasuh sebagai acuan dalam menafsirkan situasi baru atau tidak dikenal. Melalui mekanisme ini, bayi belajar mengenai keamanan, ancaman, serta respons sosial yang sesuai dalam berbagai konteks.

Interaksi timbal balik yang berkualitas, seperti *serve and return interaction*, berperan penting dalam memperkuat respons sosial bayi. Ketika pengasuh merespons sinyal bayi secara tepat dan konsisten, bayi terdorong untuk lebih aktif dalam berinteraksi sosial. Lingkungan sosial yang kaya akan stimulasi positif membantu bayi mengembangkan keterampilan sosial awal yang menjadi dasar bagi hubungan interpersonal di masa kanak-kanak.

4.4.3 Pengenalan Diri dan Regulasi Emosi Awal

Pengenalan diri pada bayi merupakan proses awal yang berkaitan dengan kesadaran akan keberadaan diri sebagai individu yang terpisah dari lingkungan. Pada tahap ini, bayi mulai menunjukkan respons terhadap tubuhnya sendiri, seperti memperhatikan tangan dan kaki, serta bereaksi terhadap bayangan atau pantulan diri. Meskipun kesadaran diri masih bersifat

sederhana, proses ini menjadi dasar bagi perkembangan identitas di tahap selanjutnya.

Bersamaan dengan pengenalan diri, bayi juga mulai mengembangkan kemampuan regulasi emosi dasar. Pada awalnya, regulasi emosi bayi sangat bergantung pada bantuan eksternal dari pengasuh, seperti menenangkan, menggendong, atau memberikan respons verbal yang menenangkan. Melalui pengalaman berulang, bayi secara bertahap belajar mengelola emosi negatif, seperti ketidaknyamanan atau kecemasan, dengan dukungan lingkungan sosial.

Perkembangan regulasi emosi yang sehat sangat dipengaruhi oleh sensitivitas dan responsivitas pengasuh terhadap sinyal emosional bayi. Pengasuh yang mampu mengenali dan merespons emosi bayi secara empatik membantu bayi membangun pola regulasi emosi yang adaptif. Studi mutakhir menegaskan bahwa pengalaman regulasi emosi pada masa bayi berkontribusi terhadap perkembangan fungsi eksekutif dan kemampuan sosial-emosional di masa kanak-kanak dan remaja (Feldman, 2020).

Secara keseluruhan, perkembangan sosial dan emosional bayi merupakan proses kompleks yang melibatkan pembentukan ikatan emosional, respons sosial awal, serta pengenalan diri dan regulasi emosi. Kualitas interaksi sosial pada masa ini memiliki implikasi jangka panjang terhadap perkembangan psikososial individu. Oleh karena itu, lingkungan pengasuhan yang suportif, responsif, dan penuh kehangatan menjadi faktor kunci dalam

mendukung perkembangan sosial dan emosional bayi secara optimal.

4.5 Latihan Soal

1. Jelaskan tahap-tahap perkembangan prenatal dan faktor yang memengaruhinya!
2. Bagaimana perkembangan sensorik dan motorik bayi berlangsung?
3. Jelaskan perkembangan kognitif dan bahasa pada bayi!
4. Bagaimana perkembangan sosial dan emosional bayi terjadi dan apa perannya dalam kehidupan awal?
5. Apa perbedaan antara perkembangan prenatal dan pertumbuhan fisik bayi setelah lahir? Jelaskan aspek-aspek yang dinilai pada masa bayi.

Bab 5: Perkembangan Anak Usia Dini

5.1 Perkembangan Fisik Anak Usia Dini

Perkembangan fisik anak di usia dini adalah salah satu elemen utama dalam keseluruhan proses perkembangan manusia. Usia 1 hingga 6 tahun sering disebut sebagai fase kritis karena dalam waktu ini, terjadi pertumbuhan dan kematangan fungsi tubuh yang sangat signifikan yang berpengaruh bagi penguasaan berbagai aspek bidang kehidupan di masa mendatang (Bakken et al., 2017). Pengalaman yang dialami selama periode ini, bahkan sebelum kelahiran, memiliki efek jangka panjang terhadap kesehatan, pendidikan, dan peluang ekonomi seorang anak (Likhar et al., 2022). Aspek perkembangan fisik tidak hanya mencakup peningkatan ukuran tubuh, tetapi juga meliputi kematangan sistem motorik dan sensorik, yang memungkinkan anak untuk berinteraksi lebih efisien dengan lingkungan sekitarnya. Memahami perkembangan fisik secara menyeluruh pada tahap ini sangat penting sebagai dasar untuk memberikan stimulasi dan pengasuhan yang sesuai dengan kebutuhan pertumbuhan anak. Meningkatkan aktivitas fisik dapat memberikan manfaat dalam keterampilan motorik dan berpikir selama masa anak-anak dan remaja (Zeng et al., 2017).

5.1.1 Pertumbuhan Tubuh pada Anak Usia Dini

Perkembangan fisik pada anak di usia dini ditandai dengan perubahan yang jelas dalam tinggi, berat, serta proporsi bagian tubuh. Pada fase ini, kecepatan pertumbuhan cenderung lebih stabil jika dibandingkan dengan masa bayi, tetapi masih menunjukkan kenaikan yang konsisten dari tahun ke tahun berikutnya. Pertumbuhan jaringan tulang dan otot berlangsung selaras dengan perkembangan sistem biologis yang mendukung kemampuan gerak anak. Selain itu, proporsi tubuh juga mengalami perubahan, di mana kepala yang awalnya terlihat besar secara perlahan menjadi lebih seimbang dengan bagian tubuh yang lain.

Faktor genetik memainkan peranan krusial dalam menentukan bagaimana tubuh berkembang, termasuk tinggi badan dan bentuk tubuh anak. Namun, faktor-faktor eksternal seperti kualitas makanan, kesehatan secara umum, dan tingkat aktivitas fisik juga berperan besar. Anak yang mendapatkan gizi yang seimbang dan perawatan kesehatan yang baik biasanya menunjukkan pertumbuhan fisik yang lebih baik. Di sisi lain, kurangnya asupan gizi atau adanya masalah kesehatan yang berkepanjangan dapat menghambat perkembangan dan memengaruhi aspek-aspek lain dari pertumbuhan. Gangguan yang terjadi selama periode ini dapat memberikan dampak signifikan terhadap perilaku, proses pembelajaran, dan kesehatan individu ketika dewasa kelak (Likhar et al., 2022). Oleh karena itu, melakukan pemantauan pertumbuhan secara rutin sangat penting untuk mendeteksi lebih awal adanya masalah dalam perkembangan.

5.1.2 Perkembangan Motorik Kasar dan Halus

Perkembangan motorik adalah komponen penting dari pertumbuhan fisik anak di tahap awal kehidupan dan dibagi menjadi dua kategori, yaitu motorik kasar dan motorik halus. Motorik kasar berhubungan dengan kemampuan untuk mengontrol otot besar yang terlibat dalam aktivitas seperti berjalan, berlari, melompat, dan memanjat. Antara usia 1 hingga 6 tahun, anak mengalami kemajuan yang signifikan dalam keterampilan motorik kasar, yang dapat dilihat dari peningkatan keseimbangan, koordinasi, dan kekuatan otot.

Sejalan dengan kemajuan dalam motorik kasar, terdapat juga peningkatan yang signifikan dalam motorik halus. Motorik halus mencakup koordinasi otot kecil, khususnya di tangan dan jari, yang memungkinkan anak untuk melakukan kegiatan seperti menggenggam, menggambar, menyusun balok, dan menggunakan peralatan makan. Keterampilan ini berkembang secara perlahan dan sangat dipengaruhi oleh peluang eksplorasi serta rangsangan yang diberikan oleh lingkungan. Beragam jenis permainan memiliki peranan krusial dalam memperkaya pengalaman motorik anak dan mendukung perkembangan sistem saraf.

Perkembangan motorik memiliki efek tidak hanya pada aspek fisik, tetapi juga memengaruhi kemajuan kognitif dan sosial seorang anak. Mendorong pergerakan fisik di tahap awal kehidupan anak dapat mendukung perkembangan kemampuan motorik (Zeng et al., 2017). Melalui aktivitas yang melibatkan motorik, anak dapat mengenali potensi diri, meningkatkan rasa percaya diri, dan

berinteraksi dengan teman-teman sebayanya. Keterampilan baik motorik kasar maupun halus berkontribusi dalam mendukung kemajuan bahasa dari periode bayi hingga tahap awal anak (Gonzalez et al., 2019). Oleh karena itu, memberikan dukungan pada perkembangan motorik di usia dini memiliki dampak yang signifikan terhadap keseluruhan proses pertumbuhan.

5.1.3 Perkembangan Sensorik dan Integrasinya

Perkembangan sensorik pada anak usia dini meliputi kematangan fungsi lima indra, yaitu melihat, mendengar, meraba, mencium, dan merasakan. Metode paling efektif bagi anak untuk belajar dan memperoleh pengetahuan adalah dengan melibatkan pancaindra (Abidin et al., 2022). Dalam periode usia ini, anak semakin mampu untuk memproses rangsangan sensorik dengan lebih tepat dan teratur. Kemampuan sensorik ini memungkinkan anak untuk mengenali berbagai objek, membedakan suara, serta merespons rangsangan dari lingkungan dengan cara yang adaptif. Proses perkembangan ini berjalan bersamaan dengan pematangan sistem saraf pusat dan pengalaman sensorik yang didapatkan melalui interaksi sehari-hari.

Selain perkembangan masing-masing indra, elemen penting dalam pertumbuhan sensorik adalah integrasi sensorik, yaitu kapasitas otak untuk mengatur dan menyatukan informasi yang diperoleh dari berbagai indra. Integrasi sensorik yang baik mendukung anak dalam menjalankan aktivitas yang lebih kompleks, seperti menangkap bola, menulis, atau mengikuti instruksi dengan

efektif. Gangguan dalam proses ini dapat berdampak negatif pada koordinasi gerakan, perhatian, dan perilaku anak.

Lingkungan yang penuh dengan rangsangan inderawi sangat penting bagi perkembangan indra anak dalam usia dini. Kegiatan bermain di luar, penjelajahan berbagai tekstur, warna, dan suara, serta interaksi sosial yang bermakna dapat memperkuat kemampuan sensorik dan cara anak saling terhubung. Pendekatan perkembangan modern menunjukkan bahwa pertumbuhan fisik, yang mencakup aspek motorik dan sensorik, terjadi secara saling terkait dan dipengaruhi oleh konteks lingkungan di mana anak tumbuh dan berkembang (Papalia & Martorell, 2020; World Health Organization, 2020).

Secara keseluruhan, perkembangan fisik anak usia dini adalah suatu proses yang melibatkan berbagai dimensi, yang mencakup pertumbuhan fisik, kemajuan dalam kemampuan motorik, serta perkembangan indra. Ketiga elemen ini saling berhubungan dan menjadi fondasi bagi perkembangan kognitif, emosional, dan sosial anak di masa yang akan datang. Pembelajaran melalui lima indra memberikan manfaat yang signifikan, baik untuk anak pada tahap balita, prasekolah, sekolah dasar, maupun bagi orang dewasa (Abidin et al., 2022). Oleh sebab itu, langkah-langkah untuk memberikan stimulasi, pengasuhan, dan pendidikan pada usia dini harus dirancang secara komprehensif dengan memperhatikan karakteristik perkembangan fisik anak secara keseluruhan.

5.2 Perkembangan Kognitif dan Bahasa

Perkembangan kognitif dan bahasa adalah pusat dari perkembangan anak usia dini, karena keduanya memiliki hubungan langsung dengan kemampuan untuk berpikir, memahami lingkungan, serta berinteraksi dengan masyarakat. Selama waktu ini, anak mengalami transformasi cepat dalam cara anak memproses informasi, menyelesaikan masalah, dan menggunakan simbol-simbol, termasuk bahasa. Proses pengembangan kognitif dan bahasa terjadi secara bertahap dan saling memengaruhi, sehingga kemajuan dalam satu area sering kali mempercepat perkembangan di area lainnya. Oleh karena itu, memahami setiap tahap dari perkembangan ini sangat penting dalam konteks pendidikan dan perawatan anak di usia dini.

5.2.1 Tahap Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini

Perkembangan kognitif pada anak usia dini terkait erat dengan keterampilan berpikir, memori, fokus, serta penguasaan hubungan sebab dan akibat (Neaum, 2010; Santrock, 2014). Dalam fase awal kehidupan, anak berada pada tahap sensorimotor, yang mana pemahaman mengenai dunia dibentuk melalui interaksi langsung dengan benda dan lingkungan sekitarnya (Santrock, 2014). Anak memperoleh pengetahuan melalui aktivitas fisik, seperti menggenggam, melepaskan, dan mengolah benda, yang secara bertahap membangun konsep-konsep fundamental tentang objek dan kejadian.

Saat anak bertambah usia, anak memasuki fase praoperasional yang ditandai dengan kemampuan simbolik yang lebih baik, termasuk dalam penggunaan kata-kata dan gambar (Santrock, 2014). Dalam fase ini, anak mulai bisa merepresentasikan objek yang tidak hadir secara langsung, contohnya melalui permainan imajinatif. Meskipun demikian, pola pikir anak masih bersifat egosentris, yang membuat anak kesulitan dalam memahami sudut pandang orang lain. Pemikiran anak juga cenderung bersifat intuitif dan belum sepenuhnya mengikuti logika, sehingga sering kali alasan yang anak gunakan berdasarkan pada apa yang terlihat, bukan pada prinsip yang teratur.

Perkembangan kognitif anak yang masih dalam usia dini sangat dipengaruhi oleh pengalaman belajar yang anak peroleh melalui eksplorasi dan interaksi dengan sesama. Lingkungan yang memberikan banyak rangsangan, seperti kesempatan untuk bermain, bertanya, dan melakukan percobaan, membantu dalam pembentukan struktur kognitif yang lebih rumit. Berpartisipasi dalam berbagai macam permainan juga akan mendorong lebih banyak interaksi sosial dan aktivitas fisik, hal ini bisa menjadi salah satu cara untuk meningkatkan hasil kognitif (Johnstone et al., 2022). Oleh karena itu, perkembangan kognitif tidak hanya tergantung pada kematangan biologis semata, tetapi juga pada mutu pengalaman yang dialami anak dalam keseharian.

5.2.2 Perkembangan Kemampuan Berpikir

Kemampuan kognitif anak pada usia dini berkembang secara bertahap dari cara berpikir dasar menuju cara berpikir yang lebih

terstruktur. Pada tahap awal, cara berpikir anak cenderung konkret dan terpusat pada pengalaman langsung yang anak alami. Anak memahami berbagai konsep melalui objek yang dapat anak lihat, sentuh, atau alami secara fisik. Pada fase ini, muncul kemampuan untuk mengelompokkan barang berdasarkan karakteristik tertentu, seperti warna atau bentuk, yang kemudian menjadi landasan bagi perkembangan berpikir logis pada tahap berikutnya.

Selain itu, perkembangan signifikan terjadi pada kemampuan memori dan perhatian. Anak mulai bisa mengingat kejadian sederhana, mengikuti arahan singkat, serta menjaga konsentrasi dalam waktu yang lebih lama, meskipun masih ada batasannya. Tanda-tanda kemajuan dalam fungsi eksekutif, seperti pengendalian diri dan perencanaan dasar, juga mulai muncul di usia dini. Keterampilan ini sangat krusial untuk membantu anak bersiap memasuki lingkungan belajar yang lebih teratur.

Interaksi sosial memiliki dampak yang signifikan dalam meningkatkan keterampilan berpikir pada anak. Berbicara dengan orang dewasa dan teman-teman, anak memperoleh pengetahuan tentang cara menyusun pemikirannya, mengajukan pertanyaan, serta menyadari norma-norma sosial. Proses ini mengindikasikan bahwa perkembangan kemampuan berpikir tidak terjadi secara terpisah, tetapi melalui partisipasi aktif anak dalam konteks sosial dan budaya yang spesifik (Diamond, 2020).

5.2.3 Perkembangan Bahasa pada Anak Usia Dini

Perkembangan bahasa adalah salah satu pencapaian paling signifikan yang terjadi pada anak di usia dini. Kemampuan untuk

berbahasa merupakan sesuatu yang sudah ada sejak lahir. Anak mulanya berinteraksi dengan cara menggunakan berbagai bentuk komunikasi, seperti ekspresi tubuh, bahasa isyarat, dan juga bahasa lisan. Bahasa berperan sebagai sarana utama untuk berkomunikasi, menyampaikan ide, dan membangun interaksi sosial. Proses perkembangan bahasa dimulai pada masa bayi dengan reaksi terhadap suara dan nada, yang kemudian berlanjut menjadi penggunaan kata-kata dasar dan kalimat yang sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak sudah mulai mendengarkan secara aktif bahkan sebelum lahir (Al-Harbi, 2020).

Pada fase awal, anak mulai menggunakan bahasa reseptif, yang merupakan kemampuan untuk memahami kata-kata dan kalimat, sebelum kemampuan bahasa ekspresif, atau kemampuan untuk menyampaikan pikiran secara lisan, mencapai perkembangan yang maksimal. Seiring berjalannya waktu, kosakata anak berkembang dengan cepat, dan struktur kalimatnya menjadi lebih rumit. Anak mulai mengenali aturan-aturan dasar dalam tata bahasa, meskipun kesalahan yang bersifat perkembangan masih sering terjadi.

Perkembangan bahasa diperoleh dari interaksi dengan lingkungan sosial. Bahasa yang digunakan oleh orang tua adalah sumber utama dari mana anak belajar bahasa (Al-Harbi, 2020). Dialog yang responsif, membacakan cerita, dan kesempatan untuk berkomunikasi secara aktif mendukung anak dalam meningkatkan kemampuan bahasa dengan lebih efisien. Selain itu, bahasa memiliki peran krusial dalam pertumbuhan kognitif, karena membantu anak

dalam mengatur pikiran, merencanakan tindakan, serta merenungkan pengalaman. Oleh karena itu, bahasa tidak hanya berfungsi sebagai media komunikasi, tetapi juga sebagai alat untuk berpikir.

Studi terbaru mengungkapkan bahwa perkembangan kemampuan berpikir dan bahasa pada anak di usia dini memiliki hubungan yang sangat erat dan membentuk fondasi untuk berhasil dalam akademik serta beradaptasi secara sosial di masa mendatang (Rowe & Weisleder, 2020). Oleh karena itu, adanya lingkungan yang penuh dengan bahasa serta rangsangan kognitif menjadi komponen penting dalam memaksimalkan pertumbuhan anak pada fase ini.

5.3 Perkembangan Sosial dan Emosional

Perkembangan sosial dan emosional adalah elemen kunci dalam pembentukan karakter dan kemampuan beradaptasi pada anak di usia dini. Di fase ini, anak mulai belajar untuk mengenali diri, memahami orang lain, serta memahami hubungan sosial yang ada di sekitarnya. Proses perkembangan ini meliputi keterampilan untuk berinteraksi dengan orang lain, pembentukan identitas pribadi, pemahaman serta pengelolaan emosi, dan keterampilan untuk menyelesaikan konflik dengan cara yang sederhana. Anak yang menghadapi masalah sosial dan emosional sering kali memiliki kondisi kesehatan fisik yang kurang baik, kesulitan dalam hubungan interpersonal, prestasi akademik yang menurun di lembaga

pendidikan, serta menghadapi masalah kesehatan mental yang terus berlanjut saat anak tumbuh dewasa (Johnstone et al., 2022). Pertumbuhan sosial dan emosional yang sehat pada anak di tahap awal ini menjadi fondasi penting bagi keberhasilan anak dalam pendidikan dan interaksi sosial di fase-fase perkembangan berikutnya.

5.3.1 Interaksi Sosial pada Anak Usia Dini

Interaksi sosial berfungsi sebagai alat utama bagi anak di usia dini untuk memahami norma, nilai, dan keterampilan dalam bersosialisasi. Mengikuti aturan dan norma-norma masyarakat juga mendukung anak dalam berinteraksi secara sosial, yang sangat penting untuk keberhasilan anak saat tumbuh menjadi remaja dan orang dewasa (Bakken et al., 2017). Adanya interaksi dengan orang tua, guru, dan teman, anak akan belajar bagaimana berkomunikasi, berkolaborasi, serta mengadaptasi perilaku terhadap lingkungan sosial. Pada fase ini, anak mulai menunjukkan ketertarikan untuk bermain bersama dengan teman dan berpartisipasi dalam kegiatan kelompok yang sederhana. Kegiatan bermain sangat krusial karena menjadi lingkungan yang alami bagi anak untuk belajar tentang berbagi, bergiliran, dan memahami norma-norma sosial. Dengan bermain, anak belajar tentang norma dan harapan dari budaya sosial anak, yang membantu meningkatkan kesadaran anak terhadap dorongan dari luar untuk berperilaku dengan cara yang dianggap baik oleh masyarakat (Kirk & Jay, 2018).

Interaksi sosial turut berperan dalam perkembangan empati dan kemampuan untuk memahami sudut pandang orang lain.

Walaupun pemahaman ini mungkin masih sederhana, anak mulai menyadari bahwa orang lain memiliki perasaan dan keinginan yang berbeda daripada dirinya. Proses ini berkontribusi pada peningkatan kesadaran sosial anak dan membantu menciptakan fondasi untuk hubungan interpersonal yang baik. Suasana yang menawarkan kesempatan untuk berinteraksi secara positif dan aman akan mendukung perkembangan keterampilan sosial anak secara maksimal (Denham et al., 2020).

5.3.2 Pembentukan Identitas Diri dan Perkembangan Emosi

Pembentukan identitas diri pada anak usia dini berhubungan dengan bagaimana anak mengenali dan memahami dirinya sebagai individu yang unik. Anak mulai menyadari ciri-ciri pribadi, seperti nama, jenis kelamin, kemampuan, dan preferensi pribadi. Kesadaran akan diri ini berkembang bersamaan dengan pengalaman sosial dan reaksi yang diterima anak dari lingkungan di sekitarnya. Bantuan dan dorongan positif dari orang dewasa memiliki peran yang signifikan dalam membentuk konsep diri yang baik dan kepercayaan diri.

Perkembangan emosional pada fase ini terlihat dari semakin baiknya kemampuan anak untuk mengenali dan mengekspresikan berbagai perasaan, seperti bahagia, marah, takut, dan sedih (Santrock, 2014). Anak pada usia dini belum sepenuhnya bisa mengontrol emosi, jadi seringkali mengekspresikannya dengan cara yang mendalam dan langsung. Dengan bantuan orang tua dan guru, anak belajar untuk memberi nama pada emosi yang anak alami serta memahami apa yang menyebabkan emosi tersebut muncul. Proses

ini adalah langkah awal dalam pengembangan kesadaran emosional dan pengaturan diri.

Kemampuan untuk mengatur emosi berkembang seiring waktu dan dipengaruhi oleh kualitas hubungan emosional dengan orang dewasa. Pemahaman emosional berarti kemampuan untuk mengenali perasaan dan mengelola emosi yang kuat agar dapat mempertahankan hubungan yang baik dengan orang lain (Kirk & Jay, 2018). Hubungan yang penuh kehangatan, responsif, dan konsisten mendukung anak merasa aman secara emosional, sehingga anak lebih mampu menangani emosi negatif dan menghadapi situasi yang sulit. Oleh karena itu, perkembangan emosional tidak hanya ditentukan oleh kematangan pribadi, tetapi juga oleh dukungan dari lingkungan sosial.

5.3.3 Kemampuan Mengelola Konflik pada Anak Usia Dini

Konflik adalah hal yang biasa dalam interaksi sosial, termasuk di kalangan anak usia dini. Konflik sering terjadi saat bermain, seperti saat berebut mainan atau memiliki keinginan yang berbeda. Pada usia ini, anak cenderung menyelesaikan konflik dengan cara yang sederhana dan cepat, misalnya dengan menangis atau bersikap agresif. Meskipun begitu, pengalaman berhadapan dengan konflik ini sebenarnya menjadi cara penting bagi anak untuk belajar keterampilan sosial dan emosional.

Dengan bantuan orang dewasa, anak bisa memahami cara yang lebih baik untuk menyelesaikan masalah, seperti mengungkapkan perasaan dengan kata-kata, menyetujui bersama, dan mencari jalan keluar yang saling menguntungkan. Guru

berupaya untuk membentuk sebuah atmosfer yang mendukung dan inklusif, di mana anak memiliki kesempatan untuk mengungkapkan perasaan dan menyelesaikan konflik dengan cara yang asertif (Garcia-peinado, 2024). Proses ini mendukung anak dalam meningkatkan keterampilan sosial dalam memecahkan masalah serta meningkatkan kemampuan pengendalian diri. Tugas guru sangat penting dalam membantu anak menyelesaikan konflik dengan cara yang positif, bukan hanya dengan memberikan hukuman, tetapi dengan cara yang mendidik dan penuh pengertian.

Kemampuan menangani konflik sangat terkait dengan kemampuan merasakan empati serta mengatur emosi. Anak yang dapat mengerti perasaan orang lain dan mengelola emosi sendiri biasanya lebih sukses dalam menyelesaikan konflik dengan baik. Oleh karena itu, penting untuk mengembangkan keterampilan sosial dan emosional secara bersamaan dalam proses belajar dan pengasuhan anak usia dini. Pendekatan yang menekankan pembelajaran sosial-emosional terbukti efektif dalam membantu perkembangan sosial, emosional, dan perilaku baik anak secara keseluruhan (Jones et al., 2021).

Secara garis besar, pertumbuhan sosial dan emosional pada anak usia dini adalah proses yang rumit yang memerlukan interaksi dengan orang lain, perkembangan identitas pribadi, pengendalian emosi, dan kemampuan menyelesaikan masalah. Lingkungan yang mendukung, aman, dan responsif adalah elemen penting dalam membantu perkembangan ini. Dengan memberikan rangsangan yang sesuai dan bimbingan yang teratur, anak usia dini dapat membangun

keterampilan sosial serta emosional yang menjadi landasan penting untuk kehidupan sosial dan pendidikan anak di masa mendatang.

5.4 Peran Lingkungan dan Orang Tua

Perkembangan anak di usia dini adalah proses yang menyeluruh dan dipengaruhi oleh banyak faktor yang ada di sekitarnya, terutama lingkungan dekat tempat anak dibesarkan. Lingkungan keluarga, sekolah, dan komunitas memiliki peran yang saling menunjang dalam membentuk aspek kognitif, sosial, emosional, serta moral anak. Di usia dini, anak sangat responsif terhadap rangsangan dari lingkungannya, sehingga kualitas interaksi dan pengalaman yang didapat pada tahap ini akan berdampak jangka panjang pada perkembangan di masa depan.

5.4.1 Peran Keluarga dalam Perkembangan Anak Usia Dini

Keluarga adalah tempat pertama dan paling penting dalam kehidupan anak usia dini. Orang tua berfungsi sebagai guru utama yang memberikan landasan untuk mengembangkan nilai, sikap, dan perilaku anak. Cara orang tua membesarkan anak, seberapa baik orang tua berkomunikasi, dan kedekatan emosional yang terjalin antara orang tua dan anak sangat mempengaruhi perkembangan sosial dan emosional anak. Saat orang tua berpartisipasi dalam pendidikan anak, hasilnya cenderung menunjukkan hal yang baik dan menyenangkan (Ceka & Murati, 2016).

Interaksi yang ramah, responsif, dan terus-menerus membuat anak merasa nyaman secara emosional, yang mendorong anak untuk

berani menjelajah dan belajar. Melalui aktivitas sehari-hari seperti bermain, berbicara, dan memberikan contoh perilaku yang baik, orang tua langsung membantu perkembangan kemampuan bahasa, pengaturan emosi, dan keterampilan sosial anak. Orang tua seharusnya menjaga anak dari tekanan yang berlebihan yang dapat merugikan pertumbuhan otak, proses belajar, dan kemampuan bersosialisasi (Masten, 2018). Di sisi lain, lingkungan keluarga yang tidak mendukung atau penuh konflik dapat menghalangi perkembangan anak dan meningkatkan kemungkinan munculnya masalah perilaku sejak usia dini.

Selain itu, orang tua memiliki tugas untuk mendidik anak dan juga berperan penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang positif di rumah (Ceka & Murati, 2016; Lehrer et al., 2017). Menyediakan rangsangan yang sesuai dengan tingkat perkembangan, seperti buku cerita, permainan yang mendidik, dan aktivitas kreatif, berkontribusi pada pengembangan kemampuan kognitif serta imajinasi anak. Studi terbaru menunjukkan bahwa peran aktif orang tua dalam pengasuhan dan pendidikan anak di usia dini berhubungan positif dengan perkembangan sosial-emosional dan kesiapan anak untuk memasuki sekolah (Bornstein, 2020).

5.4.2 Peran Sekolah dan Pendidik Anak Usia Dini

Sekolah, terutama lembaga pendidikan bagi anak usia dini, adalah tempat resmi pertama yang mengembangkan pengalaman sosial anak di luar rumah. Pengaruh yang dirasakan oleh anak di dunia pendidikan sangat berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan, apalagi saat anak diberi motivasi dan ikut serta

secara aktif dalam proses belajar (Garcia-peinado, 2024). Dalam suasana sekolah, anak mengasah kemampuan untuk berhubungan dengan teman seusianya dan orang dewasa lainnya, mengenali norma-norma sosial, serta meningkatkan kemandirian. Para guru anak usia dini berfungsi sebagai pemandu sekaligus teladan dalam membangun sikap dan perilaku anak. Tindakan guru yang berkaitan dengan pembentukan lingkungan sosial dan emosional yang lebih baik dapat berfungsi sebagai sarana untuk meningkatkan keterampilan sosial dan emosional anak di usia dini (Kirk & Jay, 2018).

Lingkungan sekolah yang aman, inklusif, dan mendukung kemajuan sosial-emosional memberikan anak kesempatan untuk belajar melalui bermain dan berinteraksi dengan orang lain. Aktivitas pembelajaran yang dirancang dengan baik dapat membantu anak mengasah keterampilan kolaborasi, empati, dan kemampuan untuk menangani konflik secara positif. Di samping itu, metode pembelajaran yang mempertimbangkan kebutuhan individu anak memungkinkan pertumbuhan yang lebih baik sesuai dengan setiap potensi unik yang dimiliki.

Kerja sama antara institusi pendidikan dan orang tua juga merupakan aspek krusial dalam mendorong pertumbuhan anak di usia awal. Interaksi yang baik antara orang tua dan guru memungkinkan pencocokan nilai-nilai, metode pengasuhan, serta teknik pengajaran yang digunakan baik di rumah maupun sekolah. Anak akan mendapatkan pengalaman yang seragam dan terkoordinasi selama fase perkembangan.

5.4.3 Pengaruh Lingkungan Sosial dan Masyarakat Sekitar

Lingkungan sosial yang lebih luas, yang mencakup komunitas di sekeliling tempat tinggal anak, memiliki peran penting dalam perkembangan anak usia dini. Nilai-nilai budaya, aturan sosial, serta mutu hubungan di sekitar anak membentuk kerangka sosial yang membantu anak dalam memahami dunia. Tempat yang aman dan bersahabat bagi anak menyediakan kesempatan bagi anak untuk berinteraksi, bermain, dan belajar dengan leluasa, yang merupakan hal yang krusial bagi kemajuan sosial dan emosional.

Interaksi dengan sekitar, teman bermain, dan anggota komunitas lainnya memperkaya pengalaman sosial bagi anak. Adanya interaksi ini, anak memperoleh pemahaman tentang keberagaman, toleransi, dan peran sosial dalam kehidupan di masyarakat. Di sisi lain, lingkungan yang tidak aman atau kurang dukungan sosial dapat mengurangi peluang anak untuk mengeksplorasi dan mengasah keterampilan sosial dengan baik.

Dalam era saat ini, dampak dari lingkungan meliputi juga interaksi dengan media dan teknologi. Dengan demikian, tanggung jawab orang tua dan masyarakat sangat krusial dalam membimbing serta membatasi eksposur yang tidak sejalan dengan fase perkembangan anak. Pendampingan yang baik memungkinkan anak untuk menggunakan lingkungan sebagai sumber pembelajaran dan perkembangan yang positif.

Secara keseluruhan, keterlibatan lingkungan dan orang tua dalam pertumbuhan dan perkembangan anak di usia dini sangat saling berkaitan dan tidak dapat dipisahkan. Keluarga memberikan

fondasi emosional dan norma-norma dasar, sekolah memperluas pengalaman edukasi serta interaksi sosial, sedangkan lingkungan komunitas menawarkan konteks sosial yang lebih besar. Kolaborasi antara ketiga lingkungan ini menjadi esensial dalam mendukung perkembangan anak di usia dini dengan cara yang optimal dan berkelanjutan (Bronfenbrenner & Morris, 2021).

5.5 Latihan Soal

1. Jelaskan perkembangan fisik anak usia dini!
2. Bagaimana perkembangan kognitif dan bahasa pada anak usia dini terjadi?
3. Jelaskan perkembangan sosial dan emosional anak usia dini!
4. Bagaimana peran lingkungan dan orang tua dalam mendukung perkembangan anak usia dini?
5. Sebutkan tahapan penting dalam perkembangan bahasa dan komunikasi pada anak usia dini. Bagaimana guru atau orang tua dapat mendukungnya?

Bab 6: Perkembangan Anak Usia Sekolah (6–12 Tahun)

6.1 Pengertian Anak Usia Sekolah: Sebuah Perspektif Multidimensional

Anak usia sekolah, atau dalam literatur perkembangan dikenal sebagai *middle childhood*, merupakan fase transisi kritis yang secara operasional mencakup rentang usia 6 hingga 12 tahun (Lerner, 2018). Batasan ini tidak bersifat semata-mata kronologis, melainkan didasarkan pada konvergensi kematangan neurobiologis dan transisi sosial-institusional. Pada usia enam tahun, anak umumnya mencapai titik kematangan sistem saraf yang memungkinkan keterlibatan bermakna dalam pendidikan formal: korteks prefrontal telah berkembang cukup untuk mempertahankan perhatian terfokus selama 20–30 menit, sistem visual mencapai ketajaman 20/20 yang diperlukan untuk membaca teks cetak berkelanjutan, dan koordinasi motorik halus memadai untuk menulis dengan kontrol stabil (Diamond & Lee, 2011). Batas atas usia dua belas tahun ditetapkan sebagai transisi menuju masa remaja yang ditandai oleh onset pubertas, perubahan hormonal yang memicu transformasi kualitatif dalam kognisi abstrak, identitas diri, dan dinamika relasi sosial (Steinberg, 2020).

Perlu dicatat bahwa batasan usia ini bersifat kontekstual. UNESCO mendefinisikan *school-age population* berdasarkan rentang usia wajib belajar dasar yang berlaku di masing-masing negara, sehingga variasi lintas budaya memang diakui (UNESCO Institute for Statistics, 2023). Dalam masyarakat dengan akses pendidikan terbatas, transisi sosial yang diasosiasikan dengan "masuk sekolah" mungkin tidak terjadi tepat pada usia enam tahun; sebaliknya, dalam sistem yang mempercepat masuk sekolah formal (misalnya pada usia lima tahun), batas bawah fase ini dapat bergeser secara praktis. Fleksibilitas definisi ini menggarisbawahi prinsip sentral psikologi perkembangan kontemporer: fase perkembangan tidak dapat dipahami terlepas dari interaksi dinamis antara kematangan biologis dan konteks sosial-budaya (Lerner, 2018).

Dari perspektif ekologi Bronfenbrenner (2005), anak usia sekolah mengalami ekspansi signifikan dalam arsitektur ekosistem perkembangannya. Berbeda dengan masa prasekolah yang perkembangannya terutama dibentuk dalam *microsystem* keluarga, fase ini ditandai oleh masuknya institusi sekolah sebagai *microsystem* kedua yang pengaruhnya setara, bahkan dalam domain tertentu seperti norma akademik atau hierarki teman sebaya dapat lebih dominan daripada keluarga. Dalam konteks ini, anak dituntut untuk menavigasi dua sistem aturan yang tidak selalu konsisten: nilai-nilai keluarga versus norma lingkungan kelas. Tantangan adaptif ini membentuk kapasitas regulasi diri, fleksibilitas kognitif, dan kompetensi sosial yang menjadi fondasi partisipasi sosial dewasa.

6.1.1 Karakteristik Usia dan Konteks Pendidikan Formal: Transformasi Menuju Dunia Sosial yang Terstruktur

Memasuki usia 6–12 tahun, anak mengalami transisi signifikan dari lingkungan keluarga yang protektif menuju dunia sekolah yang menuntut adaptasi terhadap sistem sosial yang lebih kompleks dan terstruktur. Transisi ini merupakan titik balik perkembangan psikososial yang menentukan fondasi kompetensi diri dan identitas sosial (Eccles & Roeser, 2011). Sekolah berfungsi sebagai *microcosm society* yang memperkenalkan anak pada hierarki sosial, norma kolektif, sistem evaluasi formal, serta dinamika interaksi dengan otoritas non-kekeluargaan (guru) dan teman sebaya yang heterogen secara latar belakang sosial, budaya, dan kemampuan.

Dari perspektif kognitif, rentang usia ini sejalan dengan tahap operasional konkret dalam teori Piaget (1954/1977), di mana anak mulai mampu berpikir logis terhadap objek dan peristiwa nyata, memahami prinsip konservasi (jumlah, panjang, volume), serta melakukan klasifikasi dan seriasi secara sistematis. Kemampuan ini menjadi landasan krusial bagi penguasaan tritunggal pendidikan dasar: membaca, menulis, dan berhitung. Namun, perkembangan kognitif tidak berlangsung secara vakum; menurut Vygotsky (1978), proses belajar terjadi melalui interaksi sosial dalam *Zone of Proximal Development* (ZPD), di mana guru dan teman sebaya yang lebih kompeten berperan sebagai *more knowledgeable others* yang menyediakan *scaffolding* untuk membangun pemahaman bertahap. Dengan demikian, kelas bukan hanya ruang transmisi pengetahuan,

melainkan arena konstruksi makna kolektif yang dibentuk oleh dinamika sosio-kultural.

Erikson (1963) menempatkan usia sekolah dasar pada tahap krisis psikososial *industry versus inferiority* (sekitar usia 6–12 tahun). Pada fase ini, anak mulai membandingkan kemampuan diri dengan standar eksternal dan pencapaian teman sebaya. Keberhasilan menguasai keterampilan akademik dan sosial, seperti menyelesaikan tugas tepat waktu, bekerja dalam kelompok, atau berpartisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler, membangun rasa kompetensi (*industry*) yang menjadi fondasi harga diri jangka panjang. Sebaliknya, kegagalan berulang tanpa dukungan memadai berisiko menumbuhkan perasaan inferioritas yang dapat menghambat motivasi berprestasi di masa remaja. Sekolah, dengan sistem penilaiannya yang eksplisit (nilai rapor, pujian guru, penghargaan kelas), secara tidak langsung menjadi arena pertaruhan psikologis tempat anak membangun atau kehilangan keyakinan pada kemampuan diri.

Lingkungan sekolah juga memperluas cakrawala sosial anak jauh melampaui batas keluarga inti. Di sini, anak belajar regulasi emosi kolektif (menahan impuls untuk mengangkat tangan sebelum berbicara, menerima kekalahan tanpa tantrum), negosiasi norma (memahami bahwa aturan kelas berbeda dengan aturan rumah), serta membentuk identitas kelompok melalui persahabatan berbasis kesamaan minat dan pengembangan empati melalui *perspective-taking* saat berkonflik dengan teman (Rubin et al., 2015). Proses ini tidak selalu mulus; anak harus menavigasi kompleksitas seperti

tekanan teman sebaya (*peer pressure*), eksklusi sosial, atau perbedaan status sosial-ekonomi. Namun justru dalam ketegangan inilah keterampilan adaptasi sosial seperti kerja sama, kompromi, dan advokasi diri dibentuk secara autentik.

Dalam konteks Indonesia, transformasi ini memiliki dimensi budaya yang khas. Dengan Angka Partisipasi Kasar (APK) Sekolah Dasar mencapai 98,7% pada tahun 2022 (Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbusdristek), 2023), pendidikan formal telah menjadi pengalaman universal bagi mayoritas anak usia sekolah. Namun variasi signifikan tetap ada antara wilayah perkotaan dan pedesaan terpencil, antara anak dari latar belakang sosial-ekonomi berbeda, dan antara anak dengan dan tanpa disabilitas, menggarisbawahi pentingnya pendekatan inklusif dalam memahami pengalaman sekolah anak Indonesia (Suryadarma et al., 2021). Dalam masyarakat agraris tradisional, batas antara "masa kanak-kanak" dan "masa dewasa" seringkali kabur; seorang anak berusia delapan tahun mungkin telah memikul tanggung jawab mengasuh adik atau membantu orang tua bertani, sehingga pengalaman "sekolah" tidak menjadi penanda utama transisi sosial. Sebaliknya, dalam masyarakat urban kontemporer, masa kanak-kanak mengalami perpanjangan institusional melalui struktur pendidikan bertingkat (SD–SMP–SMA), sehingga usia dua belas tahun masih dianggap sebagai "masa kanak-kanak" meskipun secara biologis beberapa anak telah memasuki pubertas.

Implikasi pedagogis dari pemahaman ini bersifat mendasar. Pendidikan yang responsif terhadap perkembangan anak usia

sekolah harus memenuhi empat prinsip kunci: (1) menghormati batasan kognitif operasional konkret dengan menggunakan manipulatif dan contoh konkret sebelum beralih ke abstraksi simbolik; (2) membangun rasa kompetensi melalui *small wins* yang merayakan progres bertahap alih-alih hanya fokus pada hasil akhir; (3) menciptakan iklim kelas yang aman secara psikologis di mana kegagalan dipandang sebagai bagian alami proses belajar; dan (4) memfasilitasi sosialisasi yang inklusif melalui struktur kelompok heterogen yang mendorong kolaborasi lintas perbedaan (Durlak et al., 2011; Eccles & Roeser, 2011).

6.1.2 Perkembangan Kognitif dan Sosial: Integrasi Logika, Bahasa, dan Relasi Interpersonal

Perkembangan kognitif anak usia sekolah merepresentasikan transformasi kualitatif dari pemikiran intuitif menuju operasi logis yang terstruktur, sebuah pergeseran yang secara klasik dijelaskan oleh Piaget (1954/1977) sebagai transisi ke tahap operasional konkret (*concrete operational stage*). Pada fase ini, anak menguasai empat kemampuan kognitif fundamental: (1) konservasi, pemahaman bahwa kuantitas tetap konstan meskipun bentuk atau susunannya berubah; (2) seriasi, kemampuan mengurutkan objek berdasarkan dimensi kuantitatif; (3) klasifikasi hirarkis, pemahaman bahwa kategori dapat bersarang secara logis; dan (4) reversibilitas, kemampuan membalikkan operasi mental secara logis. Kemampuan-kemampuan ini memungkinkan anak memproses informasi secara sistematis, memahami hubungan sebab-akibat yang

kompleks, dan menyelesaikan masalah multi-langkah, prasyarat bagi penguasaan literasi dan numerasi dasar.

Batasan esensial tahap ini adalah ketergantungan pada representasi konkret. Anak masih mengalami kesulitan berpikir hipotetis-deduktif atau memproses proposisi murni tanpa referensi pengalaman fisik. Implikasi pedagogisnya bersifat mendasar: pembelajaran efektif pada usia sekolah dasar harus berakar pada manipulasi objek konkret (*concrete manipulatives*), visualisasi grafis, dan konteks kehidupan nyata sebelum beralih ke simbolisme abstrak (National Research Council, 2009).

Paralel dengan perspektif Piaget, neurosains perkembangan mengungkapkan dasar biologis peningkatan fungsi kognitif melalui maturasi *executive functions* sekumpulan proses pengendalian kognitif tingkat tinggi yang berpusat pada korteks prefrontal. Selama usia 6–12 tahun, terjadi percepatan mielinisasi di *dorsolateral prefrontal cortex* (dlPFC) dan penguatan konektivitas fungsional dengan *anterior cingulate cortex* (ACC), yang mendukung tiga komponen utama *executive functions* (Diamond & Lee, 2011). Pertama, *working memory* mengalami peningkatan kapasitas dari rata-rata empat item pada usia enam tahun menjadi tujuh item pada usia dua belas tahun. Kedua, *inhibitory control* kemampuan menunda gratifikasi meningkat dari kurang dari lima menit pada usia enam tahun menjadi 15–20 menit pada usia dua belas tahun. Ketiga, *cognitive flexibility* memungkinkan peralihan antartugas dengan gangguan minimal serta pemahaman terhadap aturan ganda.

Perspektif Vygotskian melengkapi pemahaman ini dengan menekankan bahwa perkembangan kognitif tidak terjadi secara individualistik, melainkan melalui interaksi sosial dalam ZPD, kesenjangan antara apa yang dapat dicapai anak secara mandiri dan apa yang dapat dicapai dengan bimbingan *more knowledgeable others* (Vygotsky, 1978). Proses *scaffolding*, yaitu dukungan bertahap yang disesuaikan dengan kebutuhan anak dan secara bertahap dikurangi seiring peningkatan kompetensi, menjadi mekanisme utama internalisasi keterampilan kognitif. Dalam konteks kelas, hal ini tercermin dalam praktik seperti guru memberikan contoh terstruktur sebelum latihan mandiri, penggunaan *graphic organizers* untuk membantu organisasi informasi, atau diskusi kelompok kecil untuk konstruksi makna kolektif (Hammond & Gibbons, 2019).

Pada ranah sosial, usia sekolah menandai pergeseran sentralitas pengaruh dari orang tua ke teman sebaya (*peer group*) sebagai agen sosialisasi utama. Menurut teori perbandingan sosial Festinger, 1954, dalam (Harter, 2012), anak mulai menggunakan teman sebagai kerangka referensi untuk mengevaluasi kompetensi diri baik akademik, fisik, maupun sosial. Proses ini menjadi pisau bermata dua: di satu sisi mendorong peningkatan kompetensi melalui aspirasi; di sisi lain berpotensi menimbulkan perasaan inferioritas jika anak secara konsisten mempersepsi diri berada di posisi lebih rendah tanpa dukungan regulasi emosi yang memadai.

Erikson (1963) menempatkan dinamika ini dalam krisis psikososial *industry versus inferiority*. "Industri" merujuk pada

dorongan untuk menguasai keterampilan yang dihargai budaya, seperti membaca lancar, menggambar rapi, atau berpartisipasi aktif dalam kegiatan sekolah. Keberhasilan membangun industri menghasilkan *competence* sebagai kebajikan psikososial; kegagalan berulang tanpa scaffolding yang memadai menanamkan benih inferioritas yang dapat menghambat inisiatif di masa remaja. Transformasi konsep diri juga mengalami pergeseran mendasar: dari deskripsi berbasis atribut fisik atau kepemilikan material pada masa prasekolah menuju evaluasi berbasis kompetensi multidimensi pada usia sekolah (Harter, 2012).

Interaksi sebaya juga mengalami restrukturisasi dari interaksi episodik dan spontan menjadi partisipasi dalam kelompok referensi (*reference groups*) yang terstruktur dengan norma eksplisit seperti kelompok belajar, regu pramuka, atau tim olahraga (Rubin et al., 2015). Dalam kelompok-kelompok ini, anak mempelajari prinsip *social reciprocity* (timbal balik dalam hubungan interpersonal), mengembangkan keterampilan resolusi konflik melalui negosiasi verbal, dan membentuk identitas kolektif yang menjadi fondasi partisipasi sosial dewasa.

Perkembangan kognisi sosial juga mengalami akselerasi melalui maturasi *perspective-taking*, kemampuan memahami keadaan mental orang lain. Selman (1980) mengidentifikasi progresi bertahap yang berkembang sepanjang usia sekolah: pada usia 6–8 tahun (Tahap 2: Perspektif Diri-Reflektif), anak menyadari bahwa orang lain memiliki pandangan berbeda, tetapi masih menganggap pandangan tersebut didasarkan pada informasi yang sama; pada usia

8–10 tahun (Tahap 3: Perspektif Timbal-Balik), anak memahami bahwa pandangan berbeda muncul dari informasi berbeda dan dapat "melihat diri dari mata orang lain"; pada usia 10–12 tahun (Tahap 4: Perspektif Sistem Sosial), anak memahami bahwa perspektif dibentuk oleh norma kelompok dan konteks budaya yang lebih luas. Kemampuan ini menjadi fondasi bagi pengembangan empati kognitif, afektif dan kompetensi sosial yang esensial bagi kehidupan bermasyarakat yang harmonis.

Dalam konteks Indonesia yang kolektivis, perkembangan sosial anak usia sekolah memiliki dimensi khas yang dipengaruhi oleh nilai-nilai budaya seperti gotong royong, tenggang rasa, dan penghormatan terhadap hierarki sosial. Penelitian lintas budaya menunjukkan bahwa anak Indonesia cenderung mengintegrasikan norma sosial-relasional ke dalam kerangka penalaran moral mereka (Sukma & Prasetyo, 2020) . Pemahaman ini menjadi krusial bagi pengembangan pendidikan karakter yang kontekstual, di mana pembelajaran tidak hanya menekankan penguasaan kognitif tetapi juga penanaman kepekaan terhadap harmoni relasional dan tanggung jawab kolektif.

6.1.3 Perkembangan Emosional dan Moral: Menuju Regulasi Diri dan Internalisasi Nilai

Perkembangan emosional anak usia sekolah merepresentasikan transisi kualitatif dari ekspresi emosi yang eksternal dan impulsif menuju regulasi yang terinternalisasi dan kontekstual. Transisi ini didukung oleh maturasi neurobiologis: peningkatan konektivitas antara amigdala (pusat deteksi ancaman

emosional) dan korteks prefrontal ventromedial (*ventromedial prefrontal cortex* [vmPFC]; penilaian sosial dan pengambilan keputusan berbasis nilai) memungkinkan "rem" kognitif terhadap reaksi emosional impulsif (Gee et al., 2013) (2013). Pada usia enam tahun, respons amigdala terhadap stimulus negatif masih dominan; pada usia 10–12 tahun, aktivasi vmPFC meningkat secara signifikan, mendukung regulasi emosi yang lebih efektif. Paralel dengan itu, pematangan sistem serotonin dan dopamin mendukung stabilitas suasana hati dan kemampuan menunda gratifikasi, keterampilan krusial untuk mengelola frustrasi akademik atau konflik sosial (Steinberg, 2020).

Anak usia sekolah juga mengalami peningkatan *emotional granularity* kemampuan membedakan nuansa emosi secara spesifik dan akurat (Nook et al., 2018). Perkembangan ini berlangsung secara bertahap: pada usia 6–7 tahun, kosakata emosi masih terbatas pada kategori dasar (senang, sedih, marah, takut); pada usia 8–9 tahun, anak mulai membedakan emosi campuran (*mixed emotions*), misalnya "senang tapi gugup" saat presentasi kelas; pada usia 10–12 tahun, anak menguasai emosi sosial kompleks seperti *shame* (rasa malu karena evaluasi negatif orang lain), *guilt* (rasa bersalah karena melanggar standar internal), dan (kebanggaan atas pencapaian).

Evolusi strategi regulasi emosi juga mengalami pergeseran adaptif selama masa sekolah dasar (Zimmermann & Iwanski, 2014). Pada usia 6–8 tahun, strategi dominan cenderung bersifat eksternal melalui *distraction* (mengalihkan perhatian). Pada usia 8–10 tahun, anak mulai mengadopsi *problem-focused coping*, mencari solusi

konkret. Pada usia 10–12 tahun, strategi dominan beralih ke *cognitive reappraisal* dan *acceptance*, menafsir ulang situasi secara konstruktif. Anak yang menguasai strategi adaptif pada rentang usia ini menunjukkan ketahanan psikologis (*resilience)* yang lebih tinggi saat menghadapi transisi ke sekolah menengah (Masten & Cicchetti, 2016).

Dalam ranah moral, anak usia sekolah mengalami transisi signifikan dari moralitas heteronom menuju otonom. Piaget (1932/1965) mengidentifikasi dua tahap perkembangan moral pada rentang usia ini. Pada tahap moralitas heteronom (usia 6–7 tahun), aturan dipandang sebagai mutlak; penilaian moral didasarkan terutama pada konsekuensi fisik, bukan niat pelaku. Pada tahap moralitas otonom (usia 8–12 tahun), anak memahami bahwa aturan adalah konvensi sosial yang dapat dinegosiasikan jika tidak adil; penilaian moral secara progresif mempertimbangkan niat pelaku dan perspektif korban.

Kohlberg (1984) memperluas kerangka ini dengan enam tahap perkembangan moral. Anak usia sekolah umumnya berada pada Tahap 2 (*Instrumental Purpose Orientation*), di mana "benar" didefinisikan sebagai apa yang menguntungkan diri sendiri; dan Tahap 3 (*Good Boy/ Good Girl Orientation*), di mana "benar" berarti memenuhi harapan orang lain dan memelihara hubungan harmonis.

Kritik kontemporer terhadap teori Kohlberg menyoroti bias budaya Barat yang individualistik. Dalam konteks kolektivis seperti Indonesia, penekanan pada harmoni kelompok, kewajiban sosial (*social obligation*), dan penghormatan terhadap hierarki seringkali

mendahului otonomi individual dalam perkembangan moral. Perkembangan moral tidak hanya bersifat kognitif; ia diakar kuat pada *moral emotions* yang berfungsi sebagai "alarm internal" untuk memandu perilaku prososial. *Guilt* (rasa bersalah) muncul ketika melanggar standar internal dan berfokus pada perilaku; emosi ini bersifat adaptif karena mendorong reparasi (*making amends). Shame* (rasa malu) muncul ketika merasa dievaluasi negatif oleh orang lain dan berfokus pada diri; *shame* berlebihan berisiko menimbulkan penarikan sosial (*social withdrawal*) dan harga diri rendah. Empati menjadi fondasi perilaku prososial seperti berbagi, membantu, dan membela korban *bullying* (Eisenberg et al., 2015).

Lingkungan sekolah berfungsi sebagai laboratorium moral tempat anak mempraktikkan penalaran moral melalui pengalaman nyata sehari-hari. Penelitian internasional menunjukkan bahwa sekolah yang menerapkan pendekatan restoratif di mana pelanggaran direspons melalui dialog perbaikan hubungan alih-alih hukuman ekspulsif mengalami penurunan signifikan dalam perilaku agresif dan peningkatan kapasitas empati siswa (Marcucci et al., 2021). Di Indonesia, prinsip serupa telah diintegrasikan melalui program *peace education* berbasis nilai lokal seperti musyawarah dan tenggang rasa, yang terbukti meningkatkan keterampilan resolusi konflik dan mengurangi eskalasi konflik menjadi agresi fisik pada siswa sekolah dasar (Buchori & Candra, 2021; Yumahendra et al. , 2024). Implementasi pendekatan ini selaras dengan filosofi keadilan restoratif yang berakar dalam nilai tradisional Indonesia seperti musyawarah mufakat (Zulfa, 2011), sekaligus mendukung

tujuan Penguatan Pendidikan Karakter yang dicanangkan pemerintah (Kemendikbud RI, 2017)

Perkembangan kognitif, sosial, emosional, dan moral anak usia sekolah tidak berlangsung terisolasi; keempat ranah ini terintegrasi secara dialektis melalui ekosistem perkembangan yang mencakup keluarga, sekolah, komunitas, dan budaya yang lebih luas. Regulasi emosi yang sehat menjadi prasyarat bagi penalaran moral yang matang; kemampuan kognitif operasional konkret memungkinkan pemahaman norma sosial yang kompleks; dan interaksi sebaya menyediakan arena autentik untuk menguji serta menginternalisasi nilai-nilai moral.

Dalam konteks Indonesia yang beragam secara budaya dan sosial-ekonomi, pendekatan *one-size-fits-all* tidak memadai. Diperlukan pendidikan yang kontekstual yang menghormati kekayaan nilai lokal seperti gotong royong dan tenggang rasa, sekaligus mempersiapkan anak untuk tantangan global abad ke-21. Sekolah yang ideal untuk anak usia sekolah adalah yang menyediakan ekosistem terintegrasi: di mana pelajaran matematika juga menjadi arena latihan ketekunan (*grit*), konflik di kantin menjadi kesempatan belajar empati, dan upacara bendera menjadi momen refleksi nilai kebangsaan. Hanya melalui pendekatan yang menyatukan kognisi, emosi, dan moralitas dalam konteks sosial-budaya yang bermakna, kita dapat membantu anak usia sekolah menjadi individu yang tidak hanya cerdas secara akademik, tetapi juga bijak secara emosional dan kokoh secara moral, fundasi tak

tergantikan bagi kewarganegaraan yang bertanggung jawab di masa depan.

6.2 Perkembangan Fisik dan Motorik: Fondasi Somatik bagi Kompetensi Holistik

Perkembangan fisik dan motorik pada anak usia sekolah (6–12 tahun) merepresentasikan fase transisi kritis dari pertumbuhan cepat masa prasekolah menuju kematangan struktural yang mendukung partisipasi penuh dalam dunia sosial-akademis. Berbeda dengan ledakan pertumbuhan pada masa bayi atau percepatan pubertas pada remaja, fase ini ditandai oleh stabilitas somatik yang relatif prediktabel, sebuah periode di mana tubuh anak mencapai proporsi yang semakin seimbang, sistem biologis mengalami maturasi fungsional, dan koordinasi neuromuskular berkembang secara bertahap (Malina et al., 2020). Pentingnya fase ini tidak terbatas pada dimensi fisik semata; penelitian kontemporer menunjukkan bahwa kematangan motorik menjadi prasyarat bagi optimalisasi fungsi kognitif, regulasi emosi, dan integrasi sosial, sebuah integrasi yang menjadikan perkembangan fisik sebagai fondasi tak terpisahkan dari kompetensi holistik anak (Diamond & Lee, 2011; Pesce et al., 2016).

6.2.1 Perkembangan Fisik: Stabilitas Somatik dan Maturasi Sistem Biologis

Pertumbuhan fisik anak usia sekolah berlangsung secara bertahap dan konsisten, dengan peningkatan tinggi badan rata-rata

5–7 cm per tahun dan berat badan 2–3 kg per tahun—laju yang jauh lebih stabil dibandingkan masa bayi (0–2 tahun) yang mencapai sekitar 25 cm pada tahun pertama atau masa remaja yang mengalami growth spurt hingga 8–12 cm per tahun (World Health Organization (WHO), 2007). Proporsi tubuh mengalami transformasi signifikan: rasio kepala terhadap tinggi badan yang pada usia dua tahun masih sekitar 1:4 berubah menjadi mendekati 1:7 pada usia dua belas tahun, mendekati proporsi dewasa; tungkai tumbuh lebih cepat dibandingkan batang tubuh, menghasilkan siluet yang lebih ramping dan atletis (Gabbard, 2018) . Transformasi ini didukung oleh maturasi sistem skeletal, peningkatan kepadatan mineral tulang sekitar 5–10% per tahun melalui deposisi kalsium yang optimal pada masa ini (Bonjour et al., 2013).

Paralel dengan pertumbuhan somatik, sistem biologis pendukung mengalami pematangan fungsional yang krusial bagi kapasitas aktivitas harian anak. Sistem kardiovaskular mengalami peningkatan volume sekuncup jantung, mendukung peningkatan kapasitas aerobik yang memungkinkan anak berpartisipasi dalam aktivitas fisik berdurasi 20–30 menit tanpa kelelahan berlebihan (Armstrong & McManus, 2011). Sistem pernapasan menunjukkan peningkatan kapasitas vital paru, memungkinkan pertukaran gas yang lebih efisien selama aktivitas intensif. Sementara itu, sistem neuromuskular mengalami peningkatan mielinisasi pada jalur saraf motorik dan pematangan *motor cortex* yang mendukung presisi gerakan serta pengurangan gerakan ekstra yang tidak perlu (*extraneous movement)*; (Gabbard, 2018).

Variasi individual dalam pertumbuhan fisik dipengaruhi oleh faktor genetik, nutrisi, dan aktivitas fisik. Di Indonesia, Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022 menunjukkan bahwa 21,6% anak usia sekolah dasar (6–12 tahun) mengalami stunting (pendek untuk usia), dengan prevalensi tertinggi di wilayah Nusa Tenggara Timur (38,7%) dan terendah di DKI Jakarta (12,3%; Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Stunting tidak hanya memengaruhi tinggi badan, tetapi juga dikaitkan dengan penurunan kapasitas kognitif dan keterlambatan kematangan motorik, menggarisbawahi pentingnya intervensi gizi terintegrasi dalam sistem pendidikan dasar (Grantham-McGregor et al., 2007). Faktor lingkungan memainkan peran moderasi yang signifikan: pola makan seimbang yang kaya protein, zat besi, dan vitamin D mendukung pertumbuhan optimal; sebaliknya, kebiasaan sedentari yang meningkat dengan penetrasi gawai digital pada anak usia sekolah berkorelasi negatif dengan kebugaran kardiorespirasi ($r = -.38$, $p < .01$) dan peningkatan risiko obesitas (Telama et al., 2014). Rekomendasi WHO (2020) menekankan pentingnya minimal 60 menit aktivitas fisik sedang-berat harian bagi anak usia 5–17 tahun, dan sebuah target yang hanya tercapai oleh 23,5% anak Indonesia usia 6–12 tahun berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia., 2019)

6.2.2 Perkembangan Motorik Kasar: Dari Koordinasi Dasar Menuju Kompetensi Gerak yang Terstruktur

Motorik kasar, kemampuan menggunakan otot-otot besar tubuh untuk gerakan lokomotor (berjalan, berlari, melompat) dan

non-lokomotor (menekuk, memutar, menyeimbangkan), mengalami transformasi kualitatif selama masa sekolah dasar. Pada usia enam tahun, anak telah menguasai pola gerak dasar (*fundamental movement skills*), tetapi gerakan masih kaku dan kurang efisien secara energi. Menjelang usia dua belas tahun, terjadi peningkatan signifikan dalam tiga dimensi kualitas gerak: (1) koordinasi, sinkronisasi antar-segmen tubuh yang lebih halus; (2) efisiensi, penggunaan energi yang lebih optimal untuk mencapai hasil gerak yang sama; dan (3) adaptabilitas, kemampuan menyesuaikan pola gerak sesuai tuntutan lingkungan yang berubah (Gabbard, 2018).

Perkembangan ini didukung oleh maturasi neurobiologis yang kompleks. Serebelum sebagai pusat koordinasi gerak mengalami peningkatan volume dan efisiensi konektivitas selama masa kanak-kanak tengah, mendukung peningkatan presisi dan *timing* gerakan (Tiemeier et al., 2010). Korpus kalosum mengalami peningkatan mielinisasi pada serabut saraf penghubung hemisfer otak kiri-kanan, memungkinkan integrasi gerakan bilateral yang lebih terkoordinasi, esensial untuk aktivitas seperti memantulkan bola sambil berlari (Giedd et al., 1999). Sementara itu, pematangan sistem vestibular melalui reseptor di telinga dalam mendukung keseimbangan dinamis yang lebih stabil selama gerakan kompleks.

(Stodden et al., 2008) mengusulkan *Developmental Model of Motor Competence* yang menjelaskan hubungan siklik antara kompetensi motorik, persepsi kompetensi diri, dan partisipasi aktivitas fisik. Anak yang menguasai keterampilan motorik dasar (melempar, menangkap, menggiring bola) cenderung memiliki

persepsi kompetensi diri yang positif, yang mendorong partisipasi lebih aktif dalam permainan dan olahraga, pengalaman yang selanjutnya memperkaya repertoar keterampilan motorik. Sebaliknya, anak dengan keterampilan motorik terbatas sering mengalami penurunan motivasi partisipasi, menciptakan siklus negatif yang berisiko terhadap perkembangan fisik jangka panjang (Holfelder & Schott, 2014).

Dalam konteks sosial, motorik kasar berfungsi sebagai medium integrasi interpersonal. Permainan kelompok seperti sepak bola atau lompat tali tidak hanya melatih koordinasi fisik, tetapi juga menjadi arena pembelajaran nilai-nilai sosial: mengikuti aturan kolektif, bergiliran, menerima kekalahan dengan sportif, dan merayakan keberhasilan bersama (Pellegrini & Blatchford, 2000). Penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa partisipasi dalam permainan tradisional seperti gobak sodor dan *eagle and chicks* berkontribusi pada pengembangan keterampilan sosial dan regulasi emosi melalui struktur permainan yang menuntut kerja sama dan strategi kolektif (Berkowitz & Bier, 2005) . Temuan ini menggarisbawahi nilai pedagogis permainan fisik tradisional Indonesia sebagai wahana pengembangan kompetensi sosial-emosional yang kontekstual.

6.2.3 Perkembangan Motorik Halus: Presisi Gerak sebagai Prasyarat Literasi dan Ekspresi Kognitif

Motorik halus, koordinasi otot-otot kecil terutama pada tangan, jari, dan mata yang mengalami akselerasi signifikan selama masa sekolah dasar, didorong oleh tuntutan kurikuler yang

menekankan keterampilan menulis, menggambar, dan manipulasi objek kecil. Pada usia enam tahun, anak umumnya telah menguasai *dynamic tripod grasp* (cengkeraman pensil dengan ibu jari, telunjuk, dan jari tengah) sebagai fondasi menulis, tetapi gerakan masih lambat dan tidak konsisten. Studi klasik Graham et al. (1998) dalam Journal of Educational Research ("Development of Handwriting Speed and Legibility in Grades 1–9") merupakan referensi utama perkembangan kecepatan menulis, Usia 11 tahun: 12 kata/menit (Chu, 2007) www.teachit.co.uk, Akhir sekolah menengah pertama: sekitar 16 kata/menit www.montgomeryschoolsmd.org, Rentang 5–10 kata/menit untuk anak usia 9–12 tahun tctecinnovation.com.

Dasar neurobiologis perkembangan ini terletak pada maturasi jalur saraf spesifik. Korteks motorik primer (M1) area yang mengontrol gerakan jari mengalami peningkatan representasi kortikal selama masa kanak-kanak tengah, mencerminkan pentingnya fungsi ini bagi adaptasi manusia (Graziano, 2016). Sirkuit *fronto-parietal* mengalami peningkatan konektivitas antara korteks prefrontal (perencanaan) dan lobus parietal (integrasi sensorimotor), mendukung koordinasi mata-tangan yang lebih presisi (Diamond, 2013). Sementara itu, pematangan sistem dopaminergik di *basal ganglia* mendukung pembelajaran keterampilan motorik melalui mekanisme *reinforcement learning*, pengulangan gerakan yang berhasil diperkuat melalui sinyal *reward* internal (Graybiel, 2008).

Keterkaitan antara motorik halus dan prestasi akademik telah dibuktikan secara empiris. Meta-analisis oleh Grissmer et al. (2010)

menunjukkan korelasi signifikan antara keterampilan motorik halus pada usia masuk sekolah dengan pencapaian membaca (r = .34) dan matematika (r = .38) pada akhir kelas tiga dan efek yang bertahan bahkan setelah dikontrol untuk status sosial-ekonomi dan kecerdasan umum. Mekanisme yang mendasari keterkaitan ini bersifat multifaset: (1) keterampilan menulis yang otomatis mengurangi beban *working memory*, memungkinkan alokasi sumber daya kognitif untuk pemrosesan isi; (2) manipulasi objek konkret (misalnya, blok matematika) mendukung internalisasi konsep abstrak melalui prinsip *embodied cognition*; dan (3) keberhasilan dalam tugas motorik halus membangun *academic self-concept* yang positif, yang selanjutnya mendorong persistensi menghadapi tantangan akademik (Roebers & Jäger, 2019).

Dalam konteks Indonesia, tantangan khusus muncul terkait keragaman sistem tulis yang digunakan dalam pendidikan. Beberapa daerah menerapkan muatan lokal berbasis aksara tradisional (Jawa, Sunda, Bali) yang menuntut presisi gerak melingkar dan variasi tekanan pena yang kompleks. Penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran menulis aksara tradisional dapat memperkaya repertoar motorik halus anak sekaligus memperkuat identitas budaya (Sukma & Prasetyo, 2020). Namun, implementasinya memerlukan pendekatan bertahap yang mempertimbangkan kesiapan motorik anak agar tidak menimbulkan frustrasi berlebihan yang berdampak negatif pada motivasi belajar.

6.2.4 Menuju Ekosistem Perkembangan Fisik-Motorik yang Responsif

Perkembangan fisik dan motorik anak usia sekolah tidak dapat dipisahkan dari ekosistem perkembangan yang lebih luas. (Bronfenbrenner & Morris, 2006) . menekankan bahwa pertumbuhan optimal terjadi ketika *microsystem* (keluarga, sekolah) menyediakan lingkungan yang kaya stimulasi fisik, *mesosystem* (koordinasi antar-*microsystem*) memastikan konsistensi pesan tentang pentingnya aktivitas fisik, dan *exosystem* (kebijakan sekolah, tata ruang kota) menciptakan infrastruktur yang mendukung partisipasi aktif anak. Di Indonesia, implementasi program "Gerakan Literasi Sekolah" perlu diimbangi dengan integrasi aktivitas fisik bermakna ke dalam rutinitas harian sekolah, bukan sekadar sebagai pelengkap ekstrakurikuler.

Implikasi pedagogis dari pemahaman ini bersifat mendasar. Pertama, desain lingkungan belajar perlu mendukung gerak melalui ruang kelas dengan furnitur ergonomis, *brain breaks* (jeda aktif) setiap 30–40 menit pembelajaran duduk, dan akses ke ruang terbuka untuk aktivitas fisik spontan. Kedua, kurikulum pendidikan jasmani harus berbasis perkembangan dengan fokus pada penguasaan *fundamental movement skills* sebelum spesialisasi olahraga, menekankan pada kegembiraan bergerak (*joy of movement*) alih-alih kompetisi prematur. Ketiga, motorik halus perlu diintegrasikan ke dalam pembelajaran akademik melalui penggunaan manipulatif konkret dalam matematika, proyek seni-rupa yang menuntut presisi, dan penulisan tangan sebagai strategi untuk memperkuat memori,

bukan digantikan sepenuhnya oleh ketikan digital pada usia dini. Keempat, diperlukan skrining dini gangguan perkembangan motorik menggunakan instrumen seperti *Movement Assessment Battery for Children-2* (MABC-2) untuk mengidentifikasi anak dengan *Developmental Coordination Disorder* (DCD) yang prevalensinya mencapai 5–6% dalam populasi umum (Blank et al., 2019), sehingga intervensi terapi okupasi dapat diberikan tepat waktu.

Perkembangan fisik dan motorik pada anak usia sekolah bukanlah latar belakang pasif bagi pencapaian kognitif atau sosial; ia merupakan fondasi aktif yang memungkinkan anak berpartisipasi penuh dalam dunia pendidikan formal dan sosial. Anak yang tubuhnya kuat, koordinasinya baik, dan energinya melimpah memiliki modal somatik untuk mengeksplorasi, bereksperimen, dan bertahan menghadapi tantangan belajar. Mengabaikan dimensi fisik-motorik dalam pendidikan anak usia sekolah dengan asumsi bahwa "otaklah yang belajar, bukan tubuh" berarti mengabaikan prinsip dasar neurosains perkembangan: bahwa kognisi manusia secara inheren *embodied*, terikat erat pada pengalaman tubuh dalam lingkungan fisik dan sosial (Wilson & Golonka, 2013). Hanya dengan menghormati tubuh sebagai *partner* aktif dalam proses belajar, kita dapat membangun fondasi perkembangan yang utuh bagi generasi anak Indonesia yang sehat, kompeten, dan penuh kegembiraan dalam belajar.

6.3 Perkembangan Kognitif: Dari Dunia Konkret Menuju Fondasi Berpikir Logis-Sistematis

Perkembangan kognitif anak usia sekolah (6–12 tahun) merepresentasikan transformasi kualitatif dalam arsitektur berpikir manusia, sebuah transisi dari dominasi persepsi sensorimotor menuju kemampuan operasi logis yang terstruktur, namun masih terikat pada realitas konkret. Fase ini, yang dalam kerangka klasik Piaget (1954/1977) dikenal sebagai tahap operasional konkret, bukanlah sekadar peningkatan kuantitatif dalam kecepatan berpikir, melainkan reorganisasi fundamental dalam cara anak memahami, mengorganisasi, dan memanipulasi informasi tentang dunia (Siegler, 2016). Perspektif kontemporer telah melampaui dikotomi kaku Piaget dengan menekankan bahwa perkembangan kognitif bersifat domain-spesifik, dipengaruhi secara dinamis oleh konteks budaya, dan didukung oleh maturasi neurobiologis yang dapat dilacak melalui teknologi neuroimaging modern (Goswami, 2019). Pemahaman holistik tentang perkembangan kognitif pada masa ini menjadi prasyarat bagi perancangan pedagogi yang responsif, pembelajaran yang tidak memaksa anak melampaui batas perkembangannya, namun secara strategis memperluas zona perkembangan proksimalnya melalui *scaffolding* yang tepat (Vygotsky, 1978).

6.3.1 Arsitektur Berpikir Operasional Konkret: Integrasi Logika, Bahasa, dan Representasi Mental

Menurut Piaget (1954/1977), tahap operasional konkret (kira-kira usia 7–11 tahun) ditandai oleh penguasaan empat kemampuan kognitif fundamental yang saling terkait secara sistemik. Pertama, konservasi (*conservation)*, pemahaman bahwa kuantitas fisik (jumlah, volume, massa) tetap konstan meskipun bentuk atau susunan eksternalnya berubah. Seorang anak prasekolah yang melihat air dituangkan dari gelas pendek-lebar ke gelas tinggi-sempit akan menyatakan bahwa jumlah air "bertambah" karena ketinggian air meningkat. Anak usia sekolah, sebaliknya, memahami prinsip invariansi melalui koordinasi mental antara dimensi yang berubah (tinggi) dan yang tidak berubah (lebar), sebuah pencapaian yang mencerminkan integrasi antara persepsi dan logika (Piaget & Inhelder, 1969). Penelitian neurosains menunjukkan bahwa kemampuan ini didukung oleh pematangan *intraparietal sulcus*, area otak yang mengintegrasikan representasi spasial dan numerik yang mengalami peningkatan konektivitas fungsional dengan korteks prefrontal selama usia 6–10 tahun (Kucian et al., 2018). Kedua, *reversibilitas* (*reversibility*), kemampuan membalikkan operasi mental secara logis untuk kembali ke keadaan awal ("jika 8 + 5 = 13, maka 13 – 5 = 8"). Kemampuan ini menjadi fondasi bagi pemahaman konsep matematis dasar dan kemampuan memecahkan masalah multi-langkah. Ketiga, *decentering*, kemampuan mengkoordinasikan beberapa dimensi atau perspektif secara simultan, menggantikan *centration* (fokus pada satu dimensi

dominan) yang khas masa prasekolah. *Decentering* memungkinkan anak memahami bahwa suatu objek dapat memiliki sifat ganda (misalnya, sebatang cokelat dapat dibagi menjadi dua bagian yang sama besar meskipun bentuknya berbeda) dan menjadi dasar bagi pemahaman perspektif sosial yang kompleks. Keempat, penurunan egosentrisme kognitif, kemampuan memahami bahwa orang lain dapat memiliki representasi mental yang berbeda tentang realitas yang sama. Berbeda dengan anak prasekolah yang berasumsi bahwa apa yang ia lihat pasti juga dilihat orang lain *(three-mountain task*), anak usia sekolah mulai memahami bahwa perspektif visual, pengetahuan, dan keyakinan orang lain dapat berbeda dari dirinya (Flavell et al., 2002).

Batasan esensial tahap ini adalah ketergantungan pada representasi konkret. Anak masih mengalami kesulitan berpikir hipotetis-deduktif ("bagaimana jika gravitasi tidak ada?") atau memproses proposisi logis murni tanpa referensi pengalaman fisik. Misalnya, dalam tugas silogisme verbal "Semua A adalah B; semua B adalah C; apakah semua A adalah C?", anak usia 8–9 tahun sering gagal memberikan jawaban logis yang benar. Namun ketika proposisi yang sama disajikan melalui manipulasi objek nyata (misalnya: "Semua apel adalah buah; semua buah tumbuh di pohon; apakah semua apel tumbuh di pohon?"), tingkat keberhasilan meningkat signifikan (Goswami, 2019). Implikasi pedagogisnya bersifat mendasar: pembelajaran efektif pada usia sekolah dasar harus berakar pada manipulasi objek konkret (*concrete manipulatives*), visualisasi grafis, dan konteks kehidupan nyata

sebelum beralih ke simbolisme abstrak, sebuah prinsip yang selaras dengan pendekatan *Realistic Mathematics Education* (RME) yang dikembangkan di Belanda dan diadaptasi dalam kurikulum matematika Indonesia (Sembiring et al, 2010).

6.3.2 Klasifikasi Hierarkis dan Pemahaman Sebab-Akibat: Membangun Struktur Mental yang Terorganisasi

Salah satu pencapaian kognitif paling signifikan pada masa sekolah dasar adalah penguasaan klasifikasi hierarkis, kemampuan memahami bahwa kategori dapat bersarang secara logis dalam struktur yang lebih luas (misalnya: "jeruk bali" termasuk dalam "jeruk" yang termasuk dalam "buah" yang termasuk dalam "makanan"). Anak prasekolah umumnya hanya mampu mengklasifikasi berdasarkan satu dimensi pada satu waktu (*single-attribute sorting*); anak usia sekolah, sebaliknya, mampu melakukan *multiple classification*, mengelompokkan objek berdasarkan dua atau lebih atribut secara simultan (misalnya, mengelompokkan balok berdasarkan warna dan ukuran; (Inhelder & Piaget, 1964). Kemampuan ini menjadi fondasi bagi pemahaman konsep ilmiah dasar (misalnya, taksonomi makhluk hidup), literasi informasi (mengorganisasi pengetahuan dalam skema mental), dan bahkan pemahaman struktur sosial (memahami bahwa seseorang dapat menjadi "anak", "siswa", dan "anggota pramuka" secara bersamaan).

Paralel dengan itu, pemahaman hubungan sebab-akibat mengalami transformasi dari asosiasi temporal sederhana ("A terjadi sebelum B, maka A menyebabkan B") menuju pemahaman mekanisme kausal yang lebih dalam. Anak usia sekolah mulai

memahami bahwa sebab dapat bersifat multi-faktor (banjir disebabkan oleh curah hujan tinggi dan drainase buruk); hubungan sebab-akibat dapat bersifat tidak langsung (membuang sampah sembarangan → tersumbatnya saluran air → banjir); serta niat pelaku memengaruhi penilaian kausalitas moral ("Dia sengaja menjatuhkan vas" vs. "Dia tidak sengaja tersandung") (Sobel & Kushnir, 2013). Pemahaman kausalitas yang semakin matang ini tidak berkembang dalam vakum; ia dibentuk secara aktif melalui eksplorasi lingkungan, percobaan ilmiah sederhana di kelas, dan dialog reflektif dengan guru yang menantang asumsi anak ("Apa yang akan terjadi jika kita ubah variabel ini?"). Dalam konteks Indonesia, pendekatan *discovery learning* yang mengintegrasikan fenomena lokal (misalnya, mengamati siklus air melalui embun pagi di daun pisang atau menghubungkan erosi tanah dengan praktik pertanian di lereng gunung) terbukti efektif dalam memperkaya pemahaman kausalitas anak secara kontekstual (Widodo et al., 2021).

6.3.3 Perkembangan Fungsi Eksekutif dan Pemecahan Masalah: Dari *Trial-and-Error* Menuju Strategi yang Terencana

Perkembangan kognitif pada masa sekolah dasar tidak dapat dipisahkan dari maturasi fungsi eksekutif (*executive functions*), sekumpulan proses pengendalian kognitif tingkat tinggi yang berpusat pada korteks prefrontal dan menjadi fondasi bagi pemecahan masalah yang efektif (Diamond, 2013). Tiga komponen utama mengalami percepatan signifikan selama usia 6–12 tahun. *Working memory* mengalami peningkatan kapasitas dari rata-rata

empat item pada usia enam tahun menjadi tujuh item pada usia dua belas tahun, memungkinkan pemrosesan multi-langkah dalam pemecahan masalah (misalnya, menyelesaikan soal cerita matematika yang memerlukan tiga hingga empat operasi berurutan). *Inhibitory control*, kemampuan menekan respons impulsif, meningkat signifikan, mendukung perencanaan sebelum bertindak ("Harus membaca seluruh soal dulu sebelum menjawab") dan resistensi terhadap distraksi lingkungan. *Cognitive flexibility*, kemampuan beralih antar-strategi atau perspektif yang meningkat, memungkinkan adaptasi strategi ketika pendekatan awal gagal ("Cara ini tidak berhasil, mungkin perlu mencoba cara lain"; (Diamond, 2013).

Perkembangan ini memungkinkan transisi dari pendekatan *trial-and-error* yang khas masa prasekolah menuju strategi pemecahan masalah yang terencana. Anak usia sekolah mulai (1) menganalisis masalah sebelum bertindak ("Apa yang diketahui? Apa yang ditanyakan?"); (2) merumuskan rencana langkah-langkah penyelesaian; (3) melaksanakan rencana dengan *self-monitoring*; dan (4) mengevaluasi hasil serta merefleksikan proses (Siegler & Jenkins, 2014). Namun, kemampuan ini masih sangat bergantung pada konteks konkret dan dukungan lingkungan. Tanpa *scaffolding* dari guru atau teman sebaya yang lebih kompeten, anak sering gagal mentransfer strategi pemecahan masalah dari satu domain ke domain lain, sebuah fenomena yang dikenal sebagai *specificity of transfer* (Bjorklund & Rosenblum, 2020). Vygotsky (1978) menekankan bahwa perkembangan keterampilan pemecahan masalah terjadi

melalui partisipasi dalam *communities of practice* di mana anak secara bertahap menginternalisasi strategi yang dimodelkan oleh ahli. Dalam kelas, hal ini tercermin dalam praktik seperti *cognitive apprenticeship*, di mana guru secara eksplisit memodelkan proses berpikirnya saat memecahkan masalah ("Pertama, perhatikan pola ini... lalu dicoba hipotesis ini... ternyata tidak cocok, jadi diubah pendekatannya..."), sehingga proses kognitif yang biasanya tak terlihat menjadi transparan bagi anak (Collins et al., 1989) .

Pendekatan *problem-based learning* (PBL) yang diadaptasi untuk anak usia sekolah dengan masalah autentik yang relevan dengan kehidupan sehari-hari anak (misalnya: "Bagaimana merancang jadwal piket yang adil untuk 28 siswa?") terbukti efektif dalam mengembangkan keterampilan pemecahan masalah sekaligus memperkuat motivasi intrinsik (Hmelo-Silver, 2004).

6.3.4 Perspektif Lintas Budaya: Variasi dalam Ekspresi Perkembangan Kognitif

Teori Piaget, meskipun berpengaruh luas, dikembangkan dalam konteks budaya Barat yang menekankan otonomi individu dan penalaran formal. Penelitian lintas budaya menunjukkan bahwa ekspresi perkembangan kognitif dipengaruhi secara signifikan oleh konteks sosial-budaya yang membentuk pengalaman belajar anak sehari-hari (Serpell H. &., 2017). Dalam masyarakat pedesaan tradisional Afrika atau Asia, anak sering mengembangkan keterampilan kognitif spesifik yang sangat maju dalam domain yang relevan dengan kehidupan sehari-hari misalnya, kemampuan mengestimasi jumlah tanpa menghitung (*subitizing*) pada anak

penggembala yang harus memastikan semua ternak kembali ke kandang, atau kemampuan navigasi spasial pada anak nelayan yang harus mengingat rute laut kompleks (Serpell, 2020). Studi di pedesaan Jawa menunjukkan bahwa anak usia 8–10 tahun yang terlibat dalam kegiatan ekonomi keluarga seperti berjualan di pasar menunjukkan kemampuan aritmetika mental yang lebih maju dibandingkan anak seusia yang tidak memiliki pengalaman serupa, sebuah bukti bahwa konteks aktivitas bermakna dapat memperkaya perkembangan kognitif spesifik (Sukma & Prasetyo, 2020).

Dalam konteks Indonesia yang multikultural, variasi ini memiliki implikasi penting bagi kurikulum. Pendekatan yang menghormati *funds of knowledge*, pengetahuan dan keterampilan yang dikembangkan anak dalam konteks keluarga dan komunitasnya, terbukti meningkatkan keterlibatan belajar dan transfer konsep akademik (Moll et al., 2001) . Sebagai contoh, mengaitkan konsep pecahan dengan praktik membagi tumpeng atau kue lapis dalam tradisi lokal tidak hanya membuat pembelajaran lebih bermakna, tetapi juga mengvalidasi pengetahuan budaya anak sebagai fondasi bagi pengetahuan formal (Suryanto, 2018).

6.3.5 Menuju Pedagogi yang Responsif Perkembangan Kognitif

Perkembangan kognitif anak usia sekolah merupakan proses yang kompleks, multidimensional, dan kontekstual. Ia tidak hanya ditentukan oleh kematangan neurobiologis yang universal, tetapi juga dibentuk secara aktif melalui interaksi dengan lingkungan fisik, sosial, dan budaya yang kaya akan stimulasi bermakna. Tahap operasional konkret bukanlah "keterbatasan" yang harus diatasi

secepat mungkin, melainkan landasan esensial bagi pembangunan fondasi logika, sistem klasifikasi, dan pemahaman kausalitas yang akan menjadi prasyarat bagi berpikir abstrak pada masa remaja.

Implikasi pedagogis yang kritis meliputi: (1) menghormati batasan representasi konkret dengan menggunakan manipulatif fisik, visualisasi grafis, dan konteks kehidupan nyata sebagai jembatan menuju abstraksi simbolik, bukan memaksa anak beroperasi pada level abstrak sebelum kesiapan perkembangannya; (2) merancang aktivitas yang memperkaya fungsi eksekutif melalui permainan strategi sederhana (catur anak, congklak), proyek kolaboratif yang menuntut perencanaan, dan refleksi terstruktur atas proses berpikir sendiri; (3) memanfaatkan ZPD melalui *scaffolding* yang responsif, di mana guru berperan sebagai *cognitive coach* yang memberikan dukungan tepat pada titik kesulitan anak, lalu secara bertahap mengurangi bantuan seiring peningkatan kompetensi; (4) mengintegrasikan pengetahuan budaya lokal dengan mengaitkan konsep akademik pada *funds of knowledge* anak untuk memperkuat makna dan relevansi pembelajaran; serta (5) mendorong metakognisi sejak dini melalui pertanyaan reflektif ("Bagaimana kamu menemukan jawabannya?", "Apa yang membuatmu yakin strategi ini tepat?") untuk membantu anak menjadi sadar akan proses berpikirnya sendiri.

Mengabaikan prinsip-prinsip ini dengan mengadopsi kurikulum yang terlalu abstrak, terlalu dini, atau tidak kontekstual berisiko menciptakan kesenjangan antara tuntutan lingkungan belajar dan kapasitas perkembangan anak, yang pada gilirannya

dapat menimbulkan frustrasi akademik, penurunan motivasi, dan bahkan internalisasi identitas sebagai "anak yang tidak pandai". Sebaliknya, pendidikan yang menghormati arsitektur perkembangan kognitif anak usia sekolah menciptakan fondasi kokoh bagi bukan hanya keberhasilan akademik jangka pendek, tetapi juga kecintaan belajar seumur hidup, sebuah modal psikologis yang tak ternilai bagi generasi Indonesia yang kritis, kreatif, dan adaptif di abad ke-21.

6.4 Perkembangan Sosial, Emosional, dan Moral pada Anak Usia Sekolah: Sebuah Perspektif Integratif

Periode kanak-kanak tengah (usia 6–12 tahun) merepresentasikan fase transformatif dalam arsitektur perkembangan manusia, di mana anak bergerak dari ketergantungan afektif yang dominan terhadap figur pengasuh menuju pembentukan identitas sosial yang otonom melalui interaksi dengan dunia di luar keluarga. Perkembangan sosial, emosional, dan moral pada tahap ini tidak berlangsung secara terisolasi, melainkan beroperasi sebagai sistem dinamis yang saling memperkuat,suatu *developmental cascade* (Masten & Cicchetti, 2016). di mana kemajuan dalam satu domain menjadi fondasi bagi pertumbuhan pada domain lainnya. Proses ini terutama dimediasi oleh perluasan lingkungan sosial anak ke dalam konteks sekolah, di mana teman sebaya bertransformasi dari sekadar rekan bermain menjadi agen sosialisasi yang kritis

dalam membentuk kompetensi relasional, regulasi afektif, dan penalaran etis (Rubin et al., 2015).

6.4.1 Perkembangan Sosial: Dari Interaksi ke Identitas Relasional

Menurut perspektif psikososial Erikson (1963), masa sekolah dasar dikarakterisasi oleh krisis sentral *industry versus inferiority*, di mana anak berjuang membangun rasa kompetensi melalui penguasaan keterampilan akademik, sosial, dan fisik yang dihargai oleh budaya. Keberhasilan dalam mengatasi krisis ini melalui pengakuan positif dari guru, orang tua, dan teman sebaya mengkristal menjadi *virtue* berupa *competence* yaitu keyakinan bahwa diri mampu mengorganisir dan menyelesaikan tugas secara produktif. Sebaliknya, kegagalan berulang dalam memperoleh pengakuan sosial berisiko melahirkan perasaan inferioritas yang mengikis fondasi motivasi intrinsik.

Dinamika sosial anak usia sekolah mengalami transformasi kualitatif yang signifikan. Pada awal masa sekolah (kelas 1–3), interaksi sebaya masih bersifat egosentris dengan koordinasi aktivitas yang terbatas. Namun memasuki kelas 4–6, anak mulai membentuk *friendship dyads* yang stabil berdasarkan kesamaan minat, nilai, dan komitmen afektif timbal balik (Rubin et al., 2015) . Fenomena ini didukung oleh perkembangan *theory of min* (ToM) tingkat lanjut, kemampuan untuk memahami bahwa orang lain memiliki keyakinan, keinginan, dan perspektif yang berbeda dari diri sendiri, yang terus mengalami penyempurnaan sepanjang masa kanak-kanak tengah (Osterhaus et al., 2021). Kemampuan ToM

memungkinkan anak melakukan *perspective-taking* yang lebih sofistikat, sehingga mampu bernegosiasi, berkompromi, dan memecahkan konflik secara kooperatif.

Lingkungan sekolah berfungsi sebagai *microcosm society* yang menyediakan arena eksperimental bagi anak untuk mempraktikkan keterampilan sosial dalam konteks yang terstruktur namun autentik. Pembelajaran kooperatif yang dirancang berdasarkan prinsip *sociocultural theory* Vygotsky (1978) di mana anak berkolaborasi dalam *zone of proximal development* (ZPD) dengan teman yang lebih kompeten, terbukti meningkatkan tidak hanya pencapaian akademik, tetapi juga empati dan kemampuan komunikasi interpersonal (Slavin, 2014). Guru yang berperan sebagai *scaffolder* sosial dengan memfasilitasi diskusi kelas tentang norma kelompok, keadilan prosedural, dan konsekuensi perilaku membantu anak menginternalisasi nilai-nilai sosial melalui pengalaman partisipatif, bukan sekadar instruksi verbal.

6.4.2 Perkembangan Emosional dan Regulasi Afektif: Menuju Otonomi Afektif

Perkembangan emosional pada anak usia sekolah ditandai oleh transisi dari regulasi eksternal (bergantung pada pengasuh) menuju regulasi internal yang semakin otonom. Anak tidak hanya mampu mengidentifikasi dan melabeli emosi dasar (senang, sedih, marah, takut), tetapi juga mengenali emosi sekunder yang kompleks seperti malu (*shame*), bangga (*pride*), iri (*envy*), dan rasa bersalah (*guilt*)—emosi yang secara inheren melibatkan evaluasi diri terhadap standar sosial (Denham, 2019) . Kemampuan ini

berkembang seiring dengan kematangan korteks prefrontal yang mendukung fungsi eksekutif, khususnya *cognitive reappraisal* strategi regulasi emosi yang melibatkan reinterpretasi kognitif terhadap stimulus emosional (Gross, 2015).

Regulasi emosi yang adaptif pada masa ini berlangsung melalui dua jalur utama: (1) *bottom-up processes* yang melibatkan modulasi respons fisiologis melalui teknik relaksasi atau distraksi, dan (2) *top-down processes* yang memanfaatkan kemampuan kognitif untuk menilai ulang situasi dan menyesuaikan respons emosional (Thompson, 2019). Penelitian longitudinal menunjukkan bahwa anak dengan kompetensi regulasi emosi yang baik pada awal sekolah dasar menunjukkan penyesuaian sosial yang lebih optimal, prestasi akademik yang lebih tinggi, serta risiko lebih rendah terhadap masalah perilaku pada masa remaja (Graziano et al., 2007). Hubungan ini dijelaskan melalui mekanisme *behavioral self-regulation*: anak yang mampu mengelola frustrasi dan menunda kepuasan lebih mampu mematuhi instruksi guru, fokus pada tugas akademik, dan berpartisipasi secara konstruktif dalam aktivitas kelas.

Peran lingkungan pengasuhan tetap krusial dalam membentuk arsitektur regulasi emosi anak. Orang tua dan guru yang menerapkan *emotion coaching*, yaitu merespons emosi anak dengan validasi, membantu melabeli perasaan, dan membimbing strategi koping yang adaptif, berkontribusi pada pengembangan *emotional intelligence* yang menjadi fondasi ketahanan psikologis (Gottman et al., 1997). Sebaliknya, respons yang mengabaikan atau menghukum

ekspresi emosi negatif berisiko melahirkan pola regulasi maladaptif seperti supresi emosi atau ledakan afektif yang tidak terkendali.

6.4.3 Perkembangan Moral: Dari Kepatuhan Eksternal ke Penalaran Etis

Perkembangan moral anak usia sekolah mengalami evolusi signifikan dari orientasi pada konsekuensi eksternal (*preconventional morality*) menuju pemahaman tentang norma sosial sebagai kontrak kolektif untuk kesejahteraan bersama (*conventional morality*), sebagaimana dijelaskan dalam teori Kohlberg (1984). Pada tahap awal sekolah dasar (sekitar 6–9 tahun), penalaran moral anak masih didominasi oleh Tahap 1 (*punishment and obedience orientation*) dan Tahap 2 (*instrumental purpose orientation*), di mana keputusan etis didasarkan pada pertanyaan "Apa yang akan terjadi padaku jika ketahuan?" atau "Apa untungnya bagiku?". Memasuki akhir masa sekolah dasar (9–12 tahun), sebagian anak mulai memasuki Tahap 3 (*good boy/good girl orientation*) dan Tahap 4 (*law and order orientation*), di mana pertimbangan moral didasarkan pada harapan kelompok, loyalitas terhadap norma, serta pemahaman bahwa aturan berfungsi menjaga stabilitas sosial.

Perkembangan ini tidak bersifat universal atau deterministik. Konteks budaya, pengalaman sosial, dan kualitas dialog etis dengan orang dewasa memainkan peran moderasi yang signifikan. Penelitian kontemporer menunjukkan bahwa diskusi kelas tentang dilema moral dengan mendorong anak mempertimbangkan perspektif korban, pelaku, dan pengamat netral secara signifikan

mempercepat maturasi penalaran moral dibandingkan pembelajaran nilai melalui hafalan atau ceramah (Killen & Smetana, 2015). Pendekatan ini selaras dengan pandangan *domain theory* yang membedakan antara *moral domain* (keadilan, hak, kesejahteraan), *conventional domain* (norma sosial arbitrer), dan *personal domain* (pilihan individu), di mana anak secara bertahap belajar membedakan ketiga domain tersebut melalui interaksi sosial (Turiel, 2006).

Integrasi pendidikan karakter dengan *social and emotional learning* (SEL) terbukti menjadi strategi paling efektif dalam membentuk perilaku prososial. Meta-analisis komprehensif oleh Durlak et al. (2011) terhadap 213 program SEL pada 270.034 siswa menunjukkan efek positif signifikan tidak hanya pada kompetensi sosial-emosional (*effect size* [ES] = 0,57) dan sikap sosial (ES = 0,23), tetapi juga pada pencapaian akademik (ES = 0,27) dan pengurangan masalah perilaku (ES = 0,23). Efektivitas program SEL meningkat ketika menerapkan kerangka SAFE: *Sequenced* (aktivitas terstruktur bertahap), *Active* (pembelajaran partisipatif), *Focused* (dedikasi waktu eksplisit), dan *Explicit* (target keterampilan yang jelas).

6.4.4 Menuju Ekosistem Perkembangan yang Responsif

Perkembangan sosial, emosional, dan moral pada anak usia sekolah merupakan proses *transactional* yang berlangsung dalam ekosistem perkembangan yang saling terkait (Bronfenbrenner & Morris, 2006). Keluarga menyediakan fondasi keamanan afektif melalui *secure attachment* yang memungkinkan anak menjelajahi

dunia sosial dengan keyakinan; sekolah menyediakan arena untuk eksperimen sosial yang terstruktur; teman sebaya berfungsi sebagai *sounding board* untuk menguji identitas dan nilai; sementara budaya menyediakan kerangka makna yang membentuk interpretasi terhadap pengalaman sosial-emosional-moral.

Implikasi praktis bagi pendidik dan orang tua adalah perlunya pendekatan holistik yang mengintegrasikan tiga domain perkembangan ini dalam praktik sehari-hari. Pembelajaran tidak boleh dipandang semata-mata sebagai transfer kognitif, melainkan sebagai proses sosial-emosional yang membentuk karakter. Ketika guru merespons kemarahan siswa dengan empati sekaligus menegakkan batasan perilaku, ketika sekolah menciptakan sistem keadilan restoratif alih-alih hanya hukuman retributif, dan ketika kurikulum menyisipkan refleksi etis dalam pembelajaran sains atau sastra pada saat itulah pendidikan menjadi wahana pembentukan manusia utuh yang tidak hanya cerdas secara kognitif, tetapi juga kompeten secara sosial, stabil secara emosional, dan kokoh secara moral.

6.5 Latihan Soal

1. Jelaskan ciri-ciri perkembangan kognitif anak usia 6–12 tahun menurut teori Jean Piaget**!**
2. Bagaimana perkembangan sosial anak usia sekolah memengaruhi kemampuan mereka dalam bekerja sama dengan teman sebaya? Berikan contoh!

3. Uraikan peran keluarga dan sekolah dalam mendukung perkembangan emosional anak usia 6–12 tahun!
4. Apa saja perubahan fisik yang terjadi pada anak usia sekolah, dan bagaimana pengaruhnya terhadap aktivitas sehari-hari mereka?
5. Jelaskan pentingnya pembentukan konsep diri (self-concept) pada anak usia 6–12 tahun serta dampaknya bagi perkembangan kepribadian di masa depan!

Bab 7: Perkembangan Remaja

7.1 Pengertian dan Ciri Perkembangan Remaja

Remaja merupakan tahap perkembangan manusia yang umumnya berada pada rentang usia 12–18 tahun dan ditandai oleh perubahan yang signifikan ketika individu bertransisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa (Steinberg, 2020). Meskipun demikian, konsep remaja sebagai fase perkembangan yang berdiri sendiri tergolong relatif baru dalam sejarah. Hingga awal abad ke-20, perhatian terhadap kebutuhan perkembangan khas pada periode ini masih sangat terbatas. Dalam masyarakat tradisional, peralihan menuju kedewasaan lebih banyak ditentukan oleh kematangan biologis dan kesiapan reproduksi, dengan dukungan keluarga besar serta pengaruh budaya sebagai penopang utama proses tersebut. Perkembangan konsep remaja sebagai fase khusus mulai menguat pada akhir abad ke-19 seiring dengan Revolusi Industri, ketika eksploitasi tenaga kerja anak mendorong lahirnya gerakan perlindungan anak dan regulasi pendidikan. Sejak saat itu, remaja dipahami sebagai periode penting yang memerlukan perhatian khusus dalam aspek pendidikan, sosial, dan psikologis (Scott & Saginak, 2016).

Masa remaja merupakan salah satu tahap perkembangan yang paling dinamis dalam rentang kehidupan manusia. Rentang usia sekitar 12–18 tahun umumnya digunakan untuk

menggambarkan periode ini, meskipun batas usia tersebut dapat bervariasi tergantung konteks sosial dan budaya. Remaja berada pada fase transisi dari masa kanak-kanak menuju kedewasaan, yang ditandai oleh perubahan cepat dan mendalam pada berbagai aspek perkembangan (Santrock, 2019). Perubahan tersebut mencakup dimensi fisik, kognitif, emosional, dan sosial yang saling berkaitan serta membentuk fondasi kepribadian dan identitas individu di masa dewasa (Papalia & Martorell, 2020).

Pemahaman mengenai pengertian dan ciri perkembangan remaja menjadi penting karena periode ini sering kali diiringi dengan tantangan adaptasi, baik bagi remaja itu sendiri maupun bagi lingkungan sekitarnya. Remaja tidak hanya menghadapi perubahan biologis yang signifikan, tetapi juga tuntutan sosial dan psikologis yang semakin kompleks. Oleh karena itu, kajian mengenai perkembangan remaja perlu dilakukan secara komprehensif dan holistic (Santrock, 2019).

7.1.1 Perubahan Fisik dan Biologis pada Masa Remaja

Salah satu ciri paling menonjol dari masa remaja adalah terjadinya perubahan fisik dan biologis yang cepat, terutama yang berkaitan dengan pubertas (Santrock, 2019). Pubertas merupakan proses biologis yang menandai kematangan seksual, ditandai oleh perkembangan ciri-ciri seksual primer dan sekunder (Papalia & Martorell, 2020). Pada remaja perempuan, perubahan ini meliputi pertumbuhan payudara dan dimulainya menstruasi, sedangkan pada remaja laki-laki ditandai oleh perubahan suara dan perkembangan organ reproduksi (Hurlock, 1999).

Selain perubahan yang berkaitan dengan fungsi reproduksi, remaja juga mengalami lonjakan pertumbuhan tinggi badan dan berat badan yang dikenal sebagai *growth spurt*. Perubahan proporsi tubuh, peningkatan massa otot, serta pematangan sistem hormonal sering kali memengaruhi persepsi remaja terhadap citra tubuhnya. Dalam beberapa kasus, ketidakseimbangan antara perubahan fisik yang cepat dan kematangan psikologis dapat menimbulkan ketidaknyamanan atau ketidakpuasan terhadap diri sendiri.

Perubahan biologis ini tidak berlangsung secara seragam pada setiap individu. Variasi waktu dan kecepatan pubertas dapat memengaruhi pengalaman sosial dan emosional remaja. Remaja yang mengalami pubertas lebih awal atau lebih lambat dibandingkan teman sebayanya mungkin menghadapi tantangan penyesuaian diri yang berbeda (Steinberg, 2017). Oleh karena itu, pemahaman terhadap perubahan fisik pada masa remaja perlu disertai dengan dukungan lingkungan yang sensitif terhadap perbedaan individual.

7.1.2 Perkembangan Kognitif dan Pencarian Identitas

Selain perubahan fisik, masa remaja ditandai oleh perkembangan kognitif yang signifikan. Remaja mulai menunjukkan peningkatan kemampuan berpikir abstrak, penalaran hipotetis, dan refleksi diri (Piaget, 1952). Kemampuan ini memungkinkan remaja untuk mempertimbangkan berbagai kemungkinan, merencanakan masa depan, serta mengevaluasi nilai dan keyakinan yang mereka anut. Perkembangan kognitif tersebut berkontribusi pada meningkatnya kemampuan remaja dalam pengambilan keputusan,

meskipun proses ini masih dipengaruhi oleh faktor emosional dan sosial.

Salah satu tugas perkembangan utama pada masa remaja adalah pencarian identitas diri. Remaja mulai mengeksplorasi berbagai peran, nilai, dan tujuan hidup untuk membentuk gambaran diri yang lebih stabil. Proses ini sering melibatkan pertanyaan mengenai siapa diri mereka, apa yang mereka yakini, dan ke arah mana mereka ingin melangkah. Pencarian identitas dapat berlangsung melalui eksplorasi akademik, sosial, maupun ideologis, dan sering kali disertai dengan periode kebingungan atau ketidakpastian (Santrock, 2019).

Perkembangan kognitif yang pesat juga memungkinkan remaja untuk berpikir kritis terhadap otoritas dan norma yang ada. Sikap ini bukan semata-mata bentuk penolakan, melainkan bagian dari proses pembentukan identitas dan otonomi. Dengan bimbingan yang tepat, kemampuan berpikir kritis dapat menjadi modal penting bagi perkembangan intelektual dan moral remaja (Papalia & Martorell, 2020).

7.1.3 Perkembangan Emosional dan Sosial Remaja

Aspek emosional dan sosial remaja mengalami perubahan yang tidak kalah signifikan. Secara emosional, remaja sering menunjukkan intensitas emosi yang lebih tinggi dan fluktuatif. Perubahan hormonal, tuntutan sosial, serta proses pencarian identitas dapat memengaruhi kestabilan emosi remaja. Pada tahap ini, remaja mulai belajar mengelola emosi secara lebih mandiri, meskipun masih memerlukan dukungan dari lingkungan.

Dalam ranah sosial, hubungan dengan teman sebaya menjadi semakin penting dan sering kali memiliki pengaruh yang kuat terhadap sikap dan perilaku remaja (Sternber, 2017). Kelompok teman sebaya berfungsi sebagai sumber dukungan emosional, sarana eksplorasi identitas, serta konteks pembelajaran norma sosial. Pada saat yang sama, hubungan dengan orang tua mengalami perubahan, di mana remaja mulai menuntut otonomi yang lebih besar namun tetap membutuhkan bimbingan dan kelekatan emosional (Smetana, 2011).

Perkembangan sosial remaja juga mencakup meningkatnya kesadaran terhadap peran sosial dan tanggung jawab dalam masyarakat. Remaja mulai mengembangkan empati yang lebih mendalam serta kemampuan untuk memahami perspektif orang lain. Proses ini berkontribusi pada pembentukan nilai moral dan komitmen sosial yang akan dibawa hingga masa dewasa. Lingkungan yang suportif dan komunikatif berperan penting dalam membantu remaja menavigasi perubahan emosional dan sosial secara adaptif (Steinberg, 2021).

Secara keseluruhan, masa remaja merupakan tahap perkembangan yang kompleks dan penuh dinamika. Perubahan fisik, kognitif, emosional, dan sosial yang terjadi secara simultan menjadikan periode ini sebagai fase penting dalam pembentukan identitas dan kepribadian individu. Pemahaman yang mendalam mengenai pengertian dan ciri perkembangan remaja dapat membantu berbagai pihak dalam memberikan dukungan yang tepat,

sehingga remaja dapat melewati masa transisi ini secara sehat dan konstruktif.

7.2 Perkembangan Fisik dan Biologis

Perkembangan fisik dan biologis pada masa remaja merupakan fase transisi penting dari masa kanak-kanak menuju kedewasaan. Tahap ini ditandai oleh terjadinya pubertas, yaitu serangkaian perubahan biologis yang mengarah pada kematangan fungsi reproduksi serta perubahan fisik sekunder. Perubahan-perubahan tersebut berlangsung relatif cepat dan melibatkan interaksi kompleks antara sistem hormonal, genetik, dan lingkungan. Selain memengaruhi kondisi tubuh, perkembangan biologis pada masa remaja juga memiliki implikasi signifikan terhadap aspek emosional dan psikologis individu.

7.2.1 Pubertas sebagai Penanda Utama Perkembangan Remaja

Pubertas merupakan ciri utama perkembangan fisik dan biologis pada remaja. Proses ini diawali oleh aktivasi sistem endokrin, khususnya kelenjar hipotalamus dan pituitari, yang memicu pelepasan hormon-hormon reproduksi. Pada remaja laki-laki, pubertas ditandai oleh peningkatan hormon testosteron yang berperan dalam perkembangan organ reproduksi, perubahan suara, serta pertumbuhan rambut wajah dan tubuh. Sementara itu, pada remaja perempuan, peningkatan hormon estrogen berkontribusi terhadap perkembangan payudara, pematangan ovarium, dan dimulainya siklus menstruasi.

Selain kematangan organ reproduksi, pubertas juga memunculkan karakteristik seksual sekunder, seperti perubahan proporsi tubuh dan distribusi lemak serta otot. Perubahan ini bersifat individual, baik dari segi waktu maupun kecepatan, sehingga setiap remaja dapat mengalami pubertas dengan pola yang berbeda. Variasi ini sering kali dipengaruhi oleh faktor genetik, status gizi, serta kondisi kesehatan secara umum.

Pubertas tidak hanya memiliki makna biologis, tetapi juga sosial. Perubahan fisik yang tampak sering kali memengaruhi cara remaja dipersepsikan oleh lingkungan dan bagaimana mereka memandang diri sendiri. Oleh karena itu, pubertas menjadi titik awal bagi berbagai penyesuaian diri yang diperlukan remaja dalam menghadapi tuntutan perkembangan selanjutnya.

7.2.2 Perubahan Hormon dan Pertumbuhan Fisik

Perubahan hormon selama masa remaja berperan penting dalam mendorong pertumbuhan fisik yang pesat. Salah satu fenomena yang menonjol adalah *growth spurt*, yaitu percepatan pertumbuhan tinggi badan yang terjadi dalam waktu relatif singkat. Pertumbuhan ini didukung oleh peningkatan hormon pertumbuhan serta hormon seks yang memengaruhi pemanjangan tulang dan perkembangan massa otot.

Selain tinggi badan, berat badan remaja juga mengalami perubahan yang signifikan. Peningkatan berat badan tidak hanya disebabkan oleh pertumbuhan tulang, tetapi juga oleh perubahan komposisi tubuh. Pada remaja laki-laki, massa otot cenderung meningkat lebih dominan, sedangkan pada remaja perempuan terjadi

peningkatan proporsi lemak tubuh sebagai bagian dari perkembangan biologis yang normal. Perubahan ini mencerminkan diferensiasi biologis antara jenis kelamin yang semakin jelas pada masa remaja.

Perkembangan sistem biologis lainnya, seperti sistem kardiovaskular dan pernapasan, juga mengalami kematangan. Kapasitas paru-paru meningkat, denyut jantung menjadi lebih efisien, dan kekuatan fisik bertambah. Namun demikian, ketidakseimbangan sementara antara pertumbuhan fisik dan kontrol motorik dapat terjadi, sehingga sebagian remaja tampak canggung dalam gerakan tubuhnya. Kondisi ini bersifat sementara dan akan berangsur membaik seiring dengan stabilisasi perkembangan biologis (Sawyer et al., 2020).

7.2.3 Dampak Perkembangan Biologis terhadap Kondisi Emosional

Perkembangan fisik dan biologis pada masa remaja tidak terlepas dari perubahan emosional yang menyertainya. Fluktuasi hormon sering dikaitkan dengan perubahan suasana hati, peningkatan sensitivitas emosional, serta reaktivitas terhadap stres. Remaja dapat mengalami emosi yang intens dan berubah-ubah, yang merupakan bagian dari proses adaptasi terhadap perubahan biologis yang sedang berlangsung.

Selain faktor hormonal, perubahan fisik yang cepat juga dapat memengaruhi citra tubuh (*body image*) dan kepercayaan diri remaja. Remaja yang mengalami pubertas lebih awal atau lebih lambat dibandingkan teman sebayanya berpotensi menghadapi

tantangan emosional, seperti rasa tidak aman atau tekanan sosial. Dalam konteks ini, dukungan sosial dari keluarga, teman sebaya, dan lingkungan sekolah menjadi faktor protektif yang penting.

Perkembangan biologis juga berinteraksi dengan perkembangan otak, khususnya pada area yang berkaitan dengan pengambilan keputusan dan regulasi emosi. Meskipun kemampuan kognitif remaja terus berkembang, sistem pengendalian diri belum sepenuhnya matang, sehingga remaja cenderung lebih impulsif dalam situasi tertentu. Pemahaman mengenai aspek biologis ini penting untuk menafsirkan perilaku remaja secara lebih komprehensif dan tidak semata-mata sebagai bentuk penyimpangan.

Secara keseluruhan, perkembangan fisik dan biologis pada masa remaja merupakan proses yang kompleks dan multidimensional. Pubertas, perubahan hormon, serta pertumbuhan fisik yang pesat membentuk dasar bagi kematangan biologis individu. Proses ini tidak hanya memengaruhi tubuh, tetapi juga kondisi emosional dan penyesuaian sosial remaja. Kajian kontemporer menegaskan bahwa pendekatan yang holistik, dengan memperhatikan aspek biologis dan psikososial secara simultan, sangat diperlukan untuk mendukung perkembangan remaja yang sehat dan adaptif (Blakemore & Mills, 2020).

7.3 Perkembangan Kognitif

Perkembangan kognitif pada masa remaja menandai peralihan penting dari cara berpikir yang terikat pada pengalaman

konkret menuju kemampuan berpikir yang lebih abstrak dan reflektif. Menurut teori perkembangan kognitif Piaget, remaja umumnya berada pada tahap *formal operational*, yaitu tahap ketika individu mulai mampu menggunakan penalaran abstrak, logis, dan hipotetis. Pada tahap ini, remaja tidak hanya memahami realitas sebagaimana adanya, tetapi juga mampu membayangkan berbagai kemungkinan, merumuskan hipotesis, serta mengevaluasi konsekuensi dari suatu tindakan. Perkembangan ini berperan penting dalam pembentukan kemampuan berpikir kritis dan pengambilan keputusan yang rasional.

7.3.1 Karakteristik Tahap Operasional Formal

Tahap *formal operational* biasanya mulai berkembang sejak usia sekitar sebelas atau dua belas tahun dan berlanjut hingga dewasa. Ciri utama tahap ini adalah kemampuan individu untuk berpikir secara abstrak, yaitu memproses ide, konsep, dan simbol yang tidak selalu berkaitan langsung dengan objek atau pengalaman konkret. Remaja mulai mampu memahami konsep-konsep teoritis, seperti keadilan, kebebasan, dan moralitas, yang sebelumnya sulit dipahami pada tahap operasional konkret (Piaget, 1952).

Selain kemampuan berpikir abstrak, remaja juga menunjukkan perkembangan dalam penalaran logis dan sistematis. Individu pada tahap ini mampu menggunakan penalaran deduktif, yaitu menarik kesimpulan logis dari prinsip-prinsip umum. Kemampuan ini memungkinkan remaja untuk memecahkan masalah secara lebih terstruktur dan mempertimbangkan hubungan antarvariabel secara simultan. Dengan demikian, proses berpikir

tidak lagi bergantung pada coba-coba, melainkan pada analisis yang rasional.

Karakteristik lain yang menonjol adalah kemampuan berpikir hipotetis. Remaja dapat membayangkan situasi yang belum pernah dialami dan memprediksi kemungkinan hasil dari berbagai alternatif tindakan. Kemampuan ini menunjukkan adanya peningkatan kapasitas metakognitif, yaitu kesadaran individu terhadap proses berpikirnya sendiri. Remaja mulai mampu merefleksikan cara berpikir, mengevaluasi argumen, dan mempertanyakan asumsi yang ada (Woolfolk, 2020).

7.3.2 Kemampuan Berpikir Abstrak dan Logis

Kemampuan berpikir abstrak dan logis menjadi landasan penting dalam perkembangan kognitif remaja. Pada tahap ini, remaja tidak hanya memahami fakta, tetapi juga mampu mengaitkan informasi secara konseptual dan mengembangkan pemahaman yang lebih mendalam. Dalam konteks akademik, kemampuan ini terlihat pada peningkatan pemahaman terhadap konsep-konsep ilmiah, matematika, dan filsafat yang menuntut penalaran abstrak dan pemikiran simbolik (Piaget, 1952).

Berpikir logis pada masa remaja juga mencakup kemampuan untuk mengevaluasi argumen dan bukti secara kritis. Remaja mulai mampu membedakan antara opini dan fakta, serta menilai konsistensi dan validitas suatu penalaran. Kemampuan ini mendukung perkembangan *critical thinking*, yang sangat penting dalam proses pembelajaran dan pemecahan masalah kompleks. Namun, perkembangan kemampuan berpikir logis ini tidak selalu

terjadi secara merata pada setiap individu, karena dipengaruhi oleh faktor pengalaman, pendidikan, dan lingkungan social (Santrock, 2019).

Selain itu, remaja mulai menunjukkan minat untuk mempertanyakan aturan, norma, dan nilai yang ada. Proses ini merupakan bagian dari perkembangan kognitif yang sehat, karena mendorong individu untuk membangun sistem nilai dan keyakinan berdasarkan pemahaman rasional. Dengan demikian, perkembangan kognitif pada tahap operasional formal tidak hanya berkaitan dengan kemampuan intelektual, tetapi juga dengan pembentukan pandangan hidup dan identitas diri (Sternberg, 2021).

7.3.3 Pengambilan Keputusan dan Pertimbangan Rasional

Salah satu implikasi penting dari perkembangan kognitif pada masa remaja adalah meningkatnya kemampuan pengambilan keputusan secara rasional. Remaja mulai mampu mempertimbangkan berbagai kemungkinan, menilai risiko dan manfaat, serta memprediksi konsekuensi jangka pendek maupun jangka panjang dari suatu pilihan. Kemampuan ini berkaitan erat dengan perkembangan berpikir hipotetis dan penalaran logis yang menjadi ciri tahap operasional formal (Reyna & Farley, 2006).

Namun demikian, meskipun secara kognitif remaja telah memiliki potensi untuk berpikir rasional, pengambilan keputusan tidak selalu mencerminkan pertimbangan yang matang. Faktor emosional, tekanan teman sebaya, dan keterbatasan pengalaman hidup sering kali memengaruhi proses pengambilan keputusan (Chein et al, 2011). Oleh karena itu, perkembangan kognitif perlu

dipahami dalam kaitannya dengan aspek sosial dan emosional yang juga berkembang pada masa remaja.

Peran lingkungan pendidikan dan keluarga menjadi penting dalam mendukung pengembangan kemampuan pengambilan keputusan yang sehat. Diskusi terbuka, pemberian kesempatan untuk berpendapat, serta pembelajaran berbasis masalah dapat membantu remaja melatih kemampuan berpikir rasional dan reflektif. Pendekatan pembelajaran yang menantang remaja untuk menganalisis situasi, merumuskan hipotesis, dan mengevaluasi solusi sejalan dengan karakteristik perkembangan kognitif pada tahap operasional formal (Slavin, 2020).

Secara keseluruhan, perkembangan kognitif remaja pada tahap operasional formal ditandai oleh kemampuan berpikir abstrak, logis, dan hipotetis, serta meningkatnya kapasitas untuk mengambil keputusan secara rasional. Perkembangan ini memberikan dasar penting bagi pembentukan kemampuan berpikir kritis dan kesiapan menghadapi tantangan akademik maupun kehidupan dewasa (Blakemore & Mills, 2014). Pemahaman terhadap karakteristik perkembangan kognitif remaja memungkinkan pendidik dan orang tua untuk memberikan dukungan yang sesuai, sehingga potensi kognitif remaja dapat berkembang secara optimal (Woolfok, 2020).

7.4 Perkembangan Sosial dan Emosional

Perkembangan sosial dan emosional pada masa remaja merupakan fase transisi yang kompleks dalam perjalanan individu

dari masa kanak-kanak menuju kedewasaan. Pada tahap ini, remaja mengalami perubahan signifikan dalam cara mereka memahami diri, mengelola emosi, serta membangun relasi dengan lingkungan sosialnya. Proses perkembangan ini ditandai dengan meningkatnya kebutuhan akan kemandirian psikologis dan berkurangnya ketergantungan emosional terhadap orang tua, meskipun hubungan keluarga tetap memainkan peran penting sebagai sumber dukungan dan bimbingan. Pada saat yang sama, hubungan dengan teman sebaya menjadi semakin bermakna dan berfungsi sebagai konteks utama bagi remaja untuk mengeksplorasi identitas diri, memperoleh dukungan emosional, serta mempelajari norma dan keterampilan sosial. Dinamika perkembangan sosial dan emosional ini tidak hanya dipengaruhi oleh interaksi dengan keluarga dan teman sebaya, tetapi juga oleh faktor sosial dan budaya yang lebih luas yang membentuk pengalaman perkembangan remaja (Santrock, 2019; Steinberg, 2017; Papalia & Martorell, 2021).

7.4.1 Peran Teman Sebaya dalam Perkembangan Sosial Remaja

Salah satu karakteristik utama perkembangan sosial pada masa remaja adalah meningkatnya peran teman sebaya dalam kehidupan sehari-hari. Pada tahap ini, hubungan dengan teman sebaya menjadi sumber penting dukungan sosial, validasi diri, serta sarana pembelajaran sosial. Melalui interaksi dengan kelompok teman sebaya, remaja belajar memahami norma kelompok, mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal yang lebih kompleks, serta membangun rasa memiliki dan identitas sosial

dalam lingkungan sosialnya (Brown & Larson, 2009; Steinberg & Morris, 2001).

Kelompok teman sebaya juga berfungsi sebagai konteks penting bagi eksplorasi peran sosial dan pembentukan nilai-nilai personal. Remaja mulai membandingkan diri dengan orang lain, mengevaluasi pandangan dan sikapnya, serta menyesuaikan perilaku agar dapat diterima oleh kelompok sosialnya. Proses ini berkontribusi terhadap perkembangan empati, toleransi, serta kemampuan bekerja sama dalam interaksi sosial. Namun demikian, pengaruh teman sebaya tidak selalu bersifat positif. Tekanan kelompok (peer pressure) dapat mendorong remaja untuk terlibat dalam perilaku berisiko apabila tidak diimbangi dengan kemampuan regulasi diri dan dukungan lingkungan yang memadai (Steinberg & Monahan, 2007).

Meskipun demikian, hubungan pertemanan yang berkualitas terbukti memiliki peran penting dalam meningkatkan kesejahteraan emosional remaja. Dukungan emosional dari teman sebaya dapat membantu remaja mengatasi stres, kecemasan, serta berbagai tantangan perkembangan yang mereka hadapi. Oleh karena itu, kualitas hubungan pertemanan—bukan sekadar jumlah teman—menjadi faktor penting dalam mendukung perkembangan sosial dan emosional yang sehat pada masa remaja (Wentzel, 2017).

7.4.2 Pencarian Identitas dan Kemandirian Emosional

Pencarian identitas merupakan tugas perkembangan utama pada masa remaja. Individu mulai mengeksplorasi nilai, minat, tujuan hidup, serta peran sosial yang ingin dijalani (Erikson, 1968).

Proses ini melibatkan refleksi diri yang mendalam dan sering kali disertai dengan ketidakpastian serta konflik internal. Dalam konteks sosial, remaja berusaha menegosiasikan identitasnya melalui interaksi dengan keluarga, teman sebaya, dan lingkungan yang lebih luas (Marcia, 1966).

Seiring dengan proses pencarian identitas, remaja juga mulai mengembangkan kemandirian emosional dari orang tua. Pada tahap ini, hubungan antara remaja dan orang tua mengalami perubahan dari pola ketergantungan menuju hubungan yang lebih setara dan berbasis negosiasi. Remaja secara bertahap mulai mengambil keputusan secara mandiri serta belajar bertanggung jawab atas pilihan yang mereka buat. Proses ini merupakan bagian penting dari perkembangan otonomi psikologis yang memungkinkan remaja membangun identitas diri yang lebih stabil. Meskipun demikian, peran orang tua tetap penting sebagai sumber dukungan emosional, bimbingan, serta penanaman nilai moral yang membantu remaja menghadapi berbagai tantangan perkembangan (Steinberg & Morris, 2001; Smetana, 2011).

Kemandirian emosional tidak berarti terputusnya hubungan dengan keluarga, melainkan kemampuan remaja untuk mengelola emosi dan masalah secara lebih mandiri. Orang tua yang memberikan dukungan otonomi, namun tetap menetapkan batasan yang jelas, membantu remaja mengembangkan kepercayaan diri dan regulasi emosi yang sehat. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa keseimbangan antara dukungan dan pengawasan orang tua

berkontribusi positif terhadap perkembangan identitas dan kesehatan mental remaja (Steinberg, 2020).

7.4.3 Pengelolaan Emosi dan Hubungan Interpersonal

Perkembangan emosional pada masa remaja ditandai oleh meningkatnya intensitas serta kompleksitas pengalaman emosi. Perubahan biologis yang berkaitan dengan pubertas, meningkatnya tuntutan sosial, serta proses pencarian identitas sering kali memicu fluktuasi emosi yang cukup signifikan pada periode ini. Oleh karena itu, kemampuan mengelola emosi menjadi aspek penting dalam perkembangan psikologis remaja. Seiring bertambahnya usia, remaja mulai mengembangkan strategi regulasi emosi yang lebih adaptif, seperti refleksi diri, pemecahan masalah, serta pencarian dukungan sosial dari orang lain. Perkembangan kemampuan regulasi emosi ini berperan penting dalam membantu remaja menghadapi stres, membangun hubungan sosial yang sehat, serta mendukung kesejahteraan psikologis secara keseluruhan (Harter, 2012; Blakemore & Mills, 2014).

Kemampuan pengelolaan emosi yang baik memainkan peran penting dalam pembentukan hubungan interpersonal yang sehat (Harter, 2012). Pada masa remaja, hubungan sosial menjadi semakin kompleks dan tidak lagi bersifat sederhana, melainkan melibatkan unsur keintiman emosional, kepercayaan, serta komitmen dalam interaksi sosial. Remaja mulai membangun persahabatan yang lebih mendalam dan saling mendukung, serta secara bertahap mengeksplorasi hubungan romantis sebagai bagian dari perkembangan sosial mereka (Brown & Larson, 2009). Proses ini

menuntut kemampuan komunikasi interpersonal yang efektif, empati terhadap perasaan orang lain, serta pengendalian diri yang lebih matang dalam mengelola emosi dan konflik dalam hubungan. Perkembangan kemampuan tersebut berperan penting dalam membangun kualitas hubungan sosial yang positif serta mendukung kesejahteraan psikologis remaja. Penelitian menunjukkan bahwa kemampuan regulasi emosi berkaitan erat dengan kualitas hubungan sosial remaja dan berperan penting dalam penyesuaian psikososial mereka (Lindsey, 2021; Schwartz-Mette et al., 2021).

Lingkungan sekolah dan sosial memiliki peran strategis dalam mendukung perkembangan ini. Program *social and emotional learning* yang diterapkan pada tingkat pendidikan menengah terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan regulasi emosi, hubungan interpersonal, dan penyesuaian sosial remaja. Pendekatan ini membantu remaja memahami emosi mereka sendiri dan orang lain, serta mendorong perilaku prososial dalam berbagai konteks sosial (Domitrovich et al., 2020).

Secara keseluruhan, perkembangan sosial dan emosional remaja merupakan proses yang kompleks dan multidimensional. Meningkatnya peran teman sebaya, pencarian identitas, serta pengembangan kemandirian emosional membentuk landasan bagi transisi menuju kedewasaan. Dukungan yang konsisten dari keluarga, sekolah, dan lingkungan sosial sangat diperlukan agar remaja mampu mengelola emosi secara adaptif dan membangun hubungan interpersonal yang sehat.

7.5 Latihan Soal

1. Jelaskan pengertian masa remaja dan ciri-ciri perkembangannya.
2. Apa saja perubahan fisik dan biologis yang terjadi pada masa remaja?
3. Jelaskan perkembangan kognitif remaja menurut teori Piaget.
4. Bagaimana peran teman sebaya dalam perkembangan sosial remaja?
5. Mengapa masa remaja sering disebut sebagai masa pencarian identitas?

Bab 8: Perkembangan Dewasa Awal dan Dewasa Madya

8.1 Pengertian Dewasa Awal dan Dewasa Madya

Tahap dewasa awal dan dewasa madya merupakan fase perkembangan lanjutan setelah masa remaja, yang ditandai oleh tuntutan kemandirian dan tanggung jawab yang semakin kompleks. Dewasa awal umumnya berada pada rentang usia sekitar 18–40 tahun, sedangkan dewasa madya mencakup usia sekitar 40–60 tahun. Pada kedua tahap ini, individu diharapkan mampu mencapai stabilitas dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk emosional, sosial, dan profesional. Perkembangan pada masa dewasa tidak lagi berfokus pada pertumbuhan biologis yang pesat, melainkan pada pematangan fungsi psikologis dan penyesuaian terhadap peran-peran sosial yang beragam.

Pemahaman mengenai pengertian dewasa awal dan dewasa madya menjadi penting karena kedua tahap ini sering kali menentukan kualitas kehidupan individu dalam jangka panjang. Keputusan dan penyesuaian yang dilakukan pada masa dewasa awal dapat berdampak signifikan terhadap kesejahteraan pada masa dewasa madya dan selanjutnya. Oleh karena itu, kajian perkembangan dewasa menekankan pentingnya keseimbangan

antara pencapaian pribadi, relasi sosial, dan kontribusi terhadap masyarakat.

8.1.1 Karakteristik Perkembangan Dewasa Awal

Dewasa awal merupakan tahap ketika individu mulai mengaktualisasikan potensi dirinya secara lebih mandiri. Pada fase ini, individu umumnya telah menyelesaikan pendidikan dasar dan menengah, serta mulai memasuki dunia kerja atau pendidikan lanjutan. Salah satu ciri utama dewasa awal adalah pencarian dan pembentukan kemandirian, baik secara ekonomi maupun psikologis. Individu diharapkan mampu mengambil keputusan secara mandiri, mengelola sumber daya pribadi, serta bertanggung jawab atas pilihan hidup yang diambil.

Dalam aspek psikologis, dewasa awal ditandai oleh upaya membangun identitas diri yang lebih stabil dibandingkan masa remaja. Identitas tersebut tercermin dalam pilihan karier, gaya hidup, serta nilai-nilai yang dianut. Selain itu, hubungan interpersonal yang bersifat intim, seperti persahabatan mendalam dan hubungan romantis jangka panjang, menjadi fokus penting pada tahap ini. Keberhasilan membangun relasi yang sehat berkontribusi pada kesejahteraan emosional dan rasa kepuasan hidup.

Dari sisi profesional, dewasa awal sering kali diwarnai oleh eksplorasi dan penyesuaian karier. Individu mungkin mengalami perubahan pekerjaan atau arah karier sebagai bagian dari proses menemukan peran profesional yang sesuai. Meskipun periode ini dapat diwarnai oleh ketidakpastian, pengalaman tersebut berperan

penting dalam membangun kompetensi, kepercayaan diri, dan ketahanan psikologis.

8.1.2 Karakteristik Perkembangan Dewasa Madya

Dewasa madya merupakan tahap perkembangan yang ditandai oleh konsolidasi dan evaluasi terhadap pencapaian hidup yang telah diraih. Pada rentang usia sekitar 40–60 tahun, individu umumnya telah mencapai posisi yang relatif stabil dalam karier dan kehidupan keluarga. Fokus perkembangan pada tahap ini bergeser dari eksplorasi menuju pemeliharaan dan optimalisasi peran-peran yang telah dijalani. Stabilitas emosional menjadi salah satu ciri penting, meskipun individu tetap menghadapi tantangan dan perubahan.

Secara emosional, dewasa madya sering ditandai oleh kemampuan regulasi emosi yang lebih matang. Individu cenderung lebih mampu mengelola stres, menerima keterbatasan diri, serta menyesuaikan harapan dengan realitas kehidupan. Pada tahap ini, individu juga mulai merefleksikan makna hidup dan kontribusinya terhadap orang lain, baik dalam konteks keluarga maupun masyarakat luas.

Dalam aspek sosial dan profesional, dewasa madya sering kali diiringi oleh peran sebagai mentor, pemimpin, atau figur panutan. Pengalaman hidup dan profesional yang telah dimiliki memungkinkan individu untuk berbagi pengetahuan dan mendukung generasi yang lebih muda. Namun demikian, dewasa madya juga dapat dihadapkan pada tantangan seperti perubahan kondisi kesehatan, transisi karier, atau penyesuaian peran dalam

keluarga. Kemampuan adaptasi menjadi faktor kunci dalam menjaga kesejahteraan pada tahap ini (Papalia & Martorell, 2020).

8.1.3 Kemandirian, Stabilitas, dan Kematangan Peran

Baik pada tahap dewasa awal maupun dewasa madya, kemandirian dan kematangan peran merupakan indikator penting perkembangan yang sehat. Kemandirian tidak hanya mencakup aspek ekonomi, tetapi juga kemampuan mengambil keputusan secara bertanggung jawab dan mengelola kehidupan secara efektif. Individu dewasa diharapkan mampu menyeimbangkan kepentingan pribadi dengan tuntutan sosial dan profesional yang dihadapi.

Stabilitas emosional menjadi landasan bagi keberhasilan individu dalam menjalankan berbagai peran kehidupan. Individu yang memiliki stabilitas emosional cenderung mampu menghadapi tekanan, mengelola konflik, dan mempertahankan hubungan interpersonal yang sehat. Stabilitas ini tidak berarti ketiadaan masalah, melainkan kemampuan untuk merespons tantangan secara adaptif dan konstruktif.

Kematangan dalam peran sosial dan profesional tercermin dari komitmen, tanggung jawab, serta kontribusi individu terhadap lingkungan sekitarnya. Pada dewasa awal, kematangan ini masih dalam proses pembentukan, sedangkan pada dewasa madya, kematangan tersebut cenderung telah terintegrasi dalam identitas diri. Perspektif perkembangan modern memandang tahap dewasa sebagai periode yang tetap dinamis, di mana individu terus belajar dan menyesuaikan diri sepanjang kehidupan (*lifespan development*) (Lerner, 2021).

Secara keseluruhan, dewasa awal dan dewasa madya merupakan tahap perkembangan yang menekankan pencapaian kemandirian, stabilitas emosional, serta kematangan dalam menjalankan peran sosial dan profesional. Meskipun memiliki karakteristik yang berbeda, kedua tahap ini saling berkesinambungan dan berkontribusi pada kualitas kehidupan individu secara menyeluruh. Pemahaman yang tepat mengenai perkembangan dewasa dapat membantu individu dan lingkungan sekitarnya dalam menciptakan kondisi yang mendukung kesejahteraan dan aktualisasi diri sepanjang rentang kehidupan.

8.2 Perkembangan Fisik dan Kesehatan

Perkembangan fisik pada masa dewasa merupakan kelanjutan dari proses biologis yang telah berlangsung sejak masa remaja, namun dengan karakteristik yang berbeda. Pada fase dewasa awal, individu umumnya berada pada kondisi fisik yang optimal, ditandai dengan puncak kekuatan otot, daya tahan tubuh, serta efisiensi fungsi biologis. Seiring bertambahnya usia dan memasuki dewasa madya, terjadi perubahan fisik yang bersifat gradual, berupa penurunan kapasitas tubuh secara perlahan. Oleh karena itu, perhatian terhadap kesehatan dan penerapan gaya hidup sehat menjadi aspek yang semakin penting dalam mendukung kualitas hidup individu dewasa.

8.2.1 Kondisi Fisik pada Dewasa Awal

Dewasa awal sering dipandang sebagai periode puncak perkembangan fisik manusia. Pada tahap ini, sistem tubuh, seperti sistem kardiovaskular, muskuloskeletal, dan pernapasan, berfungsi secara optimal. Kekuatan otot dan kepadatan tulang berada pada tingkat tertinggi, sehingga individu memiliki kapasitas fisik yang baik untuk melakukan berbagai aktivitas, baik yang bersifat fisik maupun mental. Kondisi ini memungkinkan individu dewasa awal untuk beradaptasi dengan tuntutan kehidupan produktif, seperti pekerjaan, pendidikan lanjutan, dan pembentukan keluarga.

Selain kekuatan fisik, fungsi biologis lain, seperti metabolisme dan sistem imun, juga berada pada kondisi yang relatif stabil. Individu dewasa awal umumnya memiliki kemampuan pemulihan fisik yang cepat setelah mengalami kelelahan atau cedera ringan. Faktor ini berkontribusi terhadap persepsi subjektif mengenai kesehatan yang baik dan rasa vitalitas yang tinggi. Namun demikian, pada fase ini mulai muncul variasi kondisi fisik antarindividu yang dipengaruhi oleh faktor gaya hidup, seperti pola makan, tingkat aktivitas fisik, dan kebiasaan tidur.

Meskipun dewasa awal identik dengan kondisi fisik yang prima, fase ini juga merupakan periode penting untuk membangun kebiasaan hidup sehat. Pola perilaku yang terbentuk pada masa dewasa awal cenderung berlanjut ke tahap kehidupan selanjutnya. Oleh karena itu, pengabaian terhadap kesehatan pada fase ini dapat berdampak jangka panjang terhadap kondisi fisik di masa dewasa madya dan lanjut.

8.2.2 Perubahan Fisik pada Dewasa Madya

Memasuki dewasa madya, individu mulai mengalami perubahan fisik yang bersifat bertahap dan sering kali tidak langsung disadari. Penurunan kekuatan otot, elastisitas kulit, serta kapasitas kardiovaskular merupakan bagian dari proses penuaan biologis yang normal. Selain itu, metabolisme tubuh cenderung melambat, yang dapat memengaruhi berat badan dan komposisi tubuh. Perubahan ini bukan merupakan tanda penyakit, melainkan konsekuensi alami dari proses perkembangan sepanjang rentang kehidupan.

Pada tahap ini, risiko terhadap berbagai kondisi kesehatan kronis, seperti gangguan kardiovaskular atau metabolik, mulai meningkat. Fungsi sensorik, seperti penglihatan dan pendengaran, juga dapat mengalami penurunan ringan. Meskipun demikian, tingkat dan kecepatan perubahan fisik pada dewasa madya sangat bervariasi antarindividu. Faktor genetik, riwayat kesehatan, serta gaya hidup memiliki peran penting dalam menentukan bagaimana individu mengalami proses ini.

Perubahan fisik pada dewasa madya sering kali menuntut penyesuaian psikologis dan sosial. Individu perlu menyesuaikan aktivitas fisik dan pola kerja dengan kapasitas tubuh yang berubah. Kesadaran terhadap batasan fisik yang baru menjadi bagian penting dari adaptasi perkembangan pada tahap ini, tanpa harus mengurangi makna produktivitas dan kualitas hidup secara keseluruhan.

8.2.3 Pentingnya Kesehatan dan Gaya Hidup Sehat

Perhatian terhadap kesehatan menjadi semakin krusial seiring dengan bertambahnya usia. Pada dewasa awal dan dewasa

madya, gaya hidup sehat berperan sebagai faktor protektif utama dalam menjaga fungsi fisik dan mencegah penurunan yang terlalu cepat. Aktivitas fisik yang teratur, pola makan seimbang, serta manajemen stres yang baik terbukti berkontribusi terhadap pemeliharaan kesehatan jangka panjang. Pendekatan ini sejalan dengan konsep *healthy aging* yang menekankan pencegahan dan optimalisasi fungsi tubuh sejak usia dewasa.

Selain aktivitas fisik, pemeriksaan kesehatan secara berkala menjadi bagian penting dari upaya menjaga kesejahteraan fisik. Deteksi dini terhadap potensi gangguan kesehatan memungkinkan intervensi yang lebih efektif dan mengurangi risiko komplikasi di kemudian hari. Kesadaran akan pentingnya kesehatan juga mencakup pengelolaan kebiasaan berisiko, seperti merokok atau konsumsi alkohol berlebihan, yang dapat mempercepat penurunan fungsi biologis.

Kajian kontemporer dalam bidang perkembangan dewasa menunjukkan bahwa individu yang menerapkan gaya hidup sehat sejak dewasa awal cenderung mengalami penurunan fisik yang lebih lambat pada dewasa madya serta memiliki kualitas hidup yang lebih baik (Santrock, 2021). Dengan demikian, perkembangan fisik pada masa dewasa tidak hanya dipengaruhi oleh faktor biologis yang tidak dapat dihindari, tetapi juga oleh pilihan perilaku yang dapat dikendalikan oleh individu.

Secara keseluruhan, perkembangan fisik dan kesehatan pada masa dewasa mencerminkan dinamika antara puncak fungsi biologis dan proses penurunan yang alami. Dewasa awal merupakan periode

optimal untuk membangun fondasi kesehatan, sedangkan dewasa madya menuntut kesadaran dan penyesuaian terhadap perubahan fisik yang terjadi. Pendekatan yang proaktif terhadap kesehatan dan gaya hidup sehat menjadi kunci dalam mendukung perkembangan fisik yang adaptif dan berkelanjutan sepanjang rentang kehidupan.

8.3 Perkembangan Kognitif

Perkembangan kognitif pada masa dewasa awal dan dewasa madya menunjukkan karakteristik yang berbeda dibandingkan tahap perkembangan sebelumnya. Pada fase ini, individu tidak lagi hanya mengandalkan kemampuan berpikir abstrak dan logis sebagaimana pada masa remaja, tetapi mulai mengintegrasikan pengetahuan teoretis dengan pengalaman hidup yang nyata. Proses berpikir menjadi lebih realistis, kontekstual, dan berorientasi pada pemecahan masalah yang kompleks. Perkembangan kognitif pada tahap dewasa berperan penting dalam mendukung pengambilan keputusan yang matang, penyesuaian diri terhadap tuntutan sosial, serta keberhasilan dalam kehidupan personal dan profesional.

8.3.1 Karakteristik Berpikir Realistis pada Dewasa

Salah satu ciri utama perkembangan kognitif pada dewasa awal dan madya adalah munculnya kemampuan berpikir realistis. Individu dewasa cenderung memandang permasalahan secara lebih objektif dan mempertimbangkan keterbatasan yang ada dalam kehidupan nyata. Berbeda dengan remaja yang sering berpikir idealistis dan hipotetis, individu dewasa mulai menyadari bahwa

tidak semua masalah memiliki solusi yang sempurna. Oleh karena itu, proses berpikir lebih diarahkan pada pencarian solusi yang paling memungkinkan dan efektif dalam konteks tertentu.

Berpikir realistis juga ditandai oleh kemampuan menyeimbangkan antara logika dan pengalaman emosional. Individu dewasa mampu memahami bahwa faktor emosi, nilai, dan norma sosial turut memengaruhi pengambilan keputusan. Dengan demikian, proses kognitif tidak semata-mata bersifat rasional, tetapi juga mempertimbangkan aspek afektif dan sosial. Kemampuan ini mendukung individu dalam menjalani peran sosial yang kompleks, seperti sebagai pekerja, pasangan, dan anggota masyarakat.

Selain itu, pada tahap dewasa madya, individu cenderung memiliki perspektif waktu yang lebih luas. Pengalaman masa lalu digunakan sebagai bahan refleksi untuk memahami situasi saat ini dan merencanakan masa depan. Hal ini menunjukkan bahwa perkembangan kognitif dewasa tidak hanya berkaitan dengan peningkatan kemampuan intelektual, tetapi juga dengan kedalaman pemahaman terhadap realitas kehidupan (Woolfolk, 2020).

8.3.2 Pemecahan Masalah Kompleks dan Berbasis Pengalaman

Kemampuan pemecahan masalah pada dewasa awal dan madya berkembang menuju tingkat kompleksitas yang lebih tinggi. Individu dewasa sering dihadapkan pada permasalahan multidimensional yang tidak memiliki jawaban tunggal, seperti masalah pekerjaan, keluarga, dan relasi sosial. Dalam menghadapi situasi tersebut, individu tidak hanya mengandalkan penalaran logis,

tetapi juga memanfaatkan pengalaman sebelumnya sebagai sumber pengetahuan praktis.

Pengalaman hidup berfungsi sebagai kerangka acuan dalam menilai situasi dan memilih strategi penyelesaian masalah. Individu dewasa mampu mengidentifikasi pola dari pengalaman masa lalu dan menggunakannya untuk memprediksi konsekuensi dari suatu tindakan. Proses ini mencerminkan berkembangnya kemampuan *problem solving* yang bersifat fleksibel dan adaptif. Dengan kata lain, individu dewasa tidak terpaku pada satu cara berpikir, melainkan mampu menyesuaikan strategi sesuai dengan konteks permasalahan.

Pemecahan masalah kompleks juga melibatkan kemampuan mempertimbangkan berbagai sudut pandang dan kepentingan. Individu dewasa lebih mampu menerima ambiguitas dan ketidakpastian, serta memahami bahwa suatu keputusan dapat membawa konsekuensi yang berbeda bagi pihak-pihak yang terlibat. Kemampuan ini sangat penting dalam kehidupan profesional dan sosial, karena memungkinkan individu membuat keputusan yang lebih bijaksana dan bertanggung jawab (Slavin, 2020).

8.3.3 Integrasi Pengetahuan dan Pengambilan Keputusan

Perkembangan kognitif pada dewasa awal dan madya ditandai oleh kemampuan mengintegrasikan pengetahuan formal dengan pengalaman hidup dalam proses pengambilan keputusan. Individu dewasa tidak lagi memisahkan antara teori dan praktik, melainkan mengombinasikan keduanya untuk memahami dan menghadapi permasalahan. Pengetahuan yang diperoleh melalui

pendidikan formal digunakan bersama dengan pengalaman empiris untuk menghasilkan pertimbangan yang lebih matang.

Pengambilan keputusan pada tahap ini bersifat reflektif dan berorientasi jangka panjang. Individu dewasa cenderung mempertimbangkan dampak keputusan terhadap diri sendiri dan orang lain, serta memikirkan konsekuensi jangka panjang yang mungkin muncul. Kemampuan ini menunjukkan adanya perkembangan fungsi kognitif tingkat tinggi, seperti perencanaan, evaluasi, dan regulasi diri. Selain itu, individu dewasa juga lebih mampu menerima tanggung jawab atas keputusan yang diambil dan belajar dari hasil keputusan tersebut.

Integrasi pengetahuan dan pengalaman juga mendukung perkembangan kebijaksanaan (*wisdom*), yaitu kemampuan menggunakan pengetahuan secara tepat dalam konteks kehidupan nyata. Kebijaksanaan tidak hanya berkaitan dengan kecerdasan intelektual, tetapi juga dengan pemahaman mendalam terhadap kehidupan dan nilai-nilai kemanusiaan. Dengan demikian, perkembangan kognitif pada dewasa awal dan madya tidak hanya berfokus pada peningkatan kemampuan berpikir, tetapi juga pada kualitas pengambilan keputusan yang mencerminkan kematangan individu.

Secara keseluruhan, perkembangan kognitif pada dewasa awal dan madya ditandai oleh berpikir realistis, kemampuan memecahkan masalah kompleks, serta integrasi pengetahuan dan pengalaman hidup dalam pengambilan keputusan. Perkembangan ini memungkinkan individu menghadapi tuntutan kehidupan secara

lebih adaptif dan bertanggung jawab. Pemahaman terhadap karakteristik perkembangan kognitif pada tahap dewasa penting untuk mendukung proses pembelajaran sepanjang hayat dan pengembangan potensi individu secara berkelanjutan.

8.4 Perkembangan Sosial dan Emosional

Perkembangan sosial dan emosional pada masa dewasa merupakan proses lanjutan yang ditandai oleh perubahan peran, tanggung jawab, serta orientasi hidup individu. Fase ini umumnya dibedakan menjadi dewasa awal dan dewasa madya, yang masing-masing memiliki karakteristik dan tugas perkembangan yang berbeda. Pada dewasa awal, individu berfokus pada pembentukan hubungan intim, pernikahan, serta pengembangan karier. Sementara itu, pada dewasa madya, perhatian individu lebih terarah pada pemeliharaan keluarga, produktivitas kerja, dan kontribusi sosial yang bermakna. Kedua fase tersebut mencerminkan dinamika perkembangan sosial dan emosional yang kompleks dan saling berkesinambungan.

8.4.1 Perkembangan Sosial dan Emosional pada Dewasa Awal

Masa dewasa awal merupakan periode penting dalam pembentukan hubungan sosial yang bersifat intim dan berjangka panjang. Individu mulai membangun komitmen emosional yang lebih mendalam, baik dalam bentuk hubungan romantis, pernikahan, maupun persahabatan yang stabil. Kemampuan menjalin hubungan intim menuntut kematangan emosional, empati, serta keterampilan

komunikasi yang efektif. Pada tahap ini, individu belajar menyeimbangkan kebutuhan pribadi dengan kebutuhan pasangan, serta mengelola konflik secara konstruktif.

Selain hubungan intim, perkembangan sosial dewasa awal juga berkaitan erat dengan pengembangan karier dan peran profesional. Dunia kerja menjadi arena utama bagi individu untuk membangun identitas sosial, mengembangkan kompetensi, dan memperoleh pengakuan sosial. Tantangan dalam menyesuaikan diri dengan tuntutan pekerjaan, tekanan kinerja, serta persaingan profesional memerlukan kemampuan regulasi emosi yang baik. Individu yang mampu mengelola stres dan emosi secara adaptif cenderung memiliki kepuasan kerja dan kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi.

Dari sisi emosional, dewasa awal ditandai oleh pencarian stabilitas dan makna hidup. Individu mulai menetapkan tujuan jangka panjang dan mengambil keputusan penting yang berdampak pada kehidupan selanjutnya. Dukungan sosial dari pasangan, keluarga, dan teman sebaya berperan penting dalam membantu individu menghadapi tuntutan perkembangan ini. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa kualitas hubungan intim pada dewasa awal berkorelasi positif dengan kesehatan mental dan penyesuaian emosional individu (Arnett, 2020).

8.4.2 Perkembangan Sosial dan Emosional pada Dewasa Madya

Memasuki masa dewasa madya, fokus perkembangan sosial dan emosional mengalami pergeseran yang signifikan. Individu umumnya telah mencapai stabilitas relatif dalam hubungan dan

karier, sehingga perhatian lebih diarahkan pada pemeliharaan tanggung jawab keluarga dan peran sosial yang lebih luas. Peran sebagai orang tua, pasangan, dan anggota masyarakat menjadi semakin dominan dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam konteks keluarga, dewasa madya dihadapkan pada tanggung jawab membesarkan anak, menjaga keharmonisan rumah tangga, serta merawat anggota keluarga yang menua. Tuntutan ini memerlukan kematangan emosional, kesabaran, dan kemampuan mengelola konflik antarperan. Secara emosional, individu belajar menyesuaikan diri dengan perubahan dinamika keluarga, seperti kemandirian anak atau perubahan peran dalam pernikahan.

Di bidang pekerjaan, dewasa madya sering kali berada pada puncak produktivitas dan tanggung jawab profesional. Individu diharapkan mampu memberikan kontribusi maksimal melalui keahlian dan pengalaman yang dimiliki. Pada tahap ini, kepuasan kerja tidak hanya diukur dari pencapaian pribadi, tetapi juga dari makna dan dampak pekerjaan terhadap orang lain. Konsep *generativity*, yaitu keinginan untuk memberi kontribusi bagi generasi berikutnya dan masyarakat, menjadi karakteristik utama perkembangan dewasa madya (Lachman et al., 2020).

8.4.3 Kontribusi Sosial dan Kesejahteraan Emosional

Baik pada dewasa awal maupun dewasa madya, kesejahteraan emosional sangat dipengaruhi oleh kualitas hubungan sosial dan rasa bermakna dalam kehidupan. Individu yang mampu membangun dan mempertahankan hubungan sosial yang positif cenderung memiliki tingkat kepuasan hidup yang lebih tinggi.

Hubungan sosial yang sehat berfungsi sebagai sumber dukungan emosional dalam menghadapi stres dan tantangan kehidupan.

Pada dewasa madya, kontribusi terhadap masyarakat menjadi sumber penting bagi kesejahteraan emosional. Keterlibatan dalam kegiatan sosial, organisasi komunitas, atau aktivitas sukarela memberikan rasa tujuan dan nilai diri. Melalui kontribusi tersebut, individu merasakan bahwa keberadaannya memiliki makna bagi orang lain dan lingkungan sosialnya.

Dari perspektif perkembangan, kemampuan mengelola emosi secara adaptif tetap menjadi faktor kunci dalam menjaga keseimbangan psikologis. Individu yang mampu menerima perubahan, menyesuaikan harapan, dan memaknai pengalaman hidup secara positif akan lebih mampu menghadapi tantangan perkembangan pada masa dewasa. Dengan demikian, perkembangan sosial dan emosional pada dewasa awal dan dewasa madya tidak hanya berfokus pada pencapaian peran, tetapi juga pada kualitas hubungan dan makna hidup yang dibangun sepanjang perjalanan perkembangan.

8.5 Latihan Soal

1. Jelaskan perbedaan karakteristik perkembangan dewasa awal dan dewasa madya.
2. Bagaimana perubahan fisik yang terjadi pada masa dewasa madya?
3. Jelaskan ciri perkembangan kognitif pada dewasa awal dan dewasa madya.

4. Apa saja tugas perkembangan sosial dan emosional pada masa dewasa awal?
5. Mengapa keseimbangan antara karier, keluarga, dan kesehatan penting pada masa dewasa madya?

Bab 9: Perkembangan Dewasa Akhir dan Lansia

9.1 Pengertian Dewasa Akhir dan Lansia

Dewasa akhir dan lansia merupakan tahap perkembangan manusia yang umumnya dimulai pada usia sekitar 60 tahun ke atas. Tahap ini sering dikaitkan dengan proses penuaan atau *aging*, yang mencakup perubahan progresif pada berbagai aspek kehidupan individu. Perubahan tersebut tidak hanya bersifat biologis, tetapi juga melibatkan dimensi kognitif, emosional, dan sosial. Meskipun sering dipersepsikan sebagai periode penurunan, perkembangan pada dewasa akhir dan lansia juga dapat dipahami sebagai fase adaptasi dan pemaknaan hidup yang berkelanjutan dalam kerangka *lifespan development*.

Pemahaman yang tepat mengenai pengertian dewasa akhir dan lansia penting untuk menghindari stereotip negatif terhadap individu lanjut usia. Pada tahap ini, individu tetap memiliki kapasitas untuk berkembang, berkontribusi, dan mempertahankan kualitas hidup yang bermakna. Dengan dukungan lingkungan yang sesuai, dewasa akhir dan lansia dapat menjalani proses penuaan secara sehat dan bermartabat.

9.1.1 Perubahan Fisik dan Kesehatan pada Dewasa Akhir

Perubahan fisik merupakan ciri yang paling nyata pada tahap dewasa akhir dan lansia. Seiring bertambahnya usia, individu mengalami penurunan fungsi fisiologis, seperti berkurangnya kekuatan otot, kepadatan tulang, serta elastisitas kulit. Sistem indera, termasuk penglihatan dan pendengaran, juga cenderung mengalami penurunan sensitivitas. Perubahan-perubahan ini merupakan bagian alami dari proses penuaan dan tingkat keparahannya dapat bervariasi antarindividu.

Selain perubahan struktural, aspek kesehatan menjadi perhatian utama pada tahap ini. Lansia lebih rentan terhadap penyakit kronis, seperti gangguan kardiovaskular, diabetes, dan gangguan muskuloskeletal. Namun demikian, kondisi kesehatan tidak sepenuhnya ditentukan oleh usia kronologis. Gaya hidup, aktivitas fisik, pola makan, serta akses terhadap layanan kesehatan berperan penting dalam menentukan kualitas kesehatan pada masa dewasa akhir.

Meskipun terdapat kecenderungan penurunan fisik, banyak individu lansia yang mampu mempertahankan fungsi fisik yang relatif baik melalui aktivitas yang sesuai dan perawatan kesehatan yang berkelanjutan. Oleh karena itu, pendekatan perkembangan modern menekankan pentingnya penuaan yang sehat dan aktif sebagai upaya untuk menjaga kemandirian dan kualitas hidup pada usia lanjut.

9.1.2 Perkembangan Kognitif dan Emosional

Pada aspek kognitif, dewasa akhir dan lansia mengalami perubahan yang bersifat selektif. Beberapa kemampuan kognitif, seperti kecepatan pemrosesan informasi dan memori jangka pendek, cenderung mengalami penurunan. Namun, kemampuan lain seperti pengetahuan umum, kosakata, dan kebijaksanaan yang diperoleh dari pengalaman hidup justru dapat tetap stabil atau bahkan meningkat. Hal ini menunjukkan bahwa perkembangan kognitif pada lansia tidak semata-mata identik dengan kemunduran.

Perkembangan emosional pada tahap ini sering ditandai oleh meningkatnya kemampuan regulasi emosi. Banyak lansia menunjukkan kestabilan emosional yang lebih baik dibandingkan tahap kehidupan sebelumnya. Pengalaman hidup yang panjang memungkinkan individu untuk mengembangkan perspektif yang lebih realistis dan menerima berbagai keterbatasan diri. Kemampuan menerima perubahan dan kehilangan menjadi aspek penting dalam kesejahteraan emosional dewasa akhir.

Namun demikian, lansia juga berpotensi menghadapi tantangan emosional, seperti perasaan kesepian, kehilangan pasangan hidup, atau penurunan peran sosial. Dukungan sosial dan emosional dari keluarga serta lingkungan sekitar sangat berperan dalam membantu lansia menghadapi tantangan tersebut. Dengan dukungan yang memadai, lansia dapat mempertahankan kesehatan mental dan menjalani kehidupan yang bermakna (Papalia & Martorell, 2020).

9.1.3 Perubahan Sosial dan Adaptasi pada Masa Lansia

Perkembangan sosial pada dewasa akhir dan lansia ditandai oleh perubahan peran dan pola interaksi sosial. Banyak individu memasuki masa pensiun, yang membawa perubahan signifikan dalam rutinitas harian dan identitas profesional. Pensiun dapat menjadi kesempatan untuk mengeksplorasi minat baru dan memperkuat hubungan sosial, namun juga dapat menimbulkan tantangan adaptasi jika tidak disertai dengan persiapan yang memadai.

Hubungan sosial pada masa lansia cenderung menjadi lebih selektif. Individu lebih memprioritaskan hubungan yang bermakna dan memberikan dukungan emosional. Keluarga, terutama anak dan cucu, sering menjadi sumber utama interaksi sosial. Selain itu, keterlibatan dalam kegiatan komunitas atau sosial dapat membantu lansia mempertahankan rasa memiliki dan tujuan hidup.

Adaptasi terhadap perubahan sosial dan peran kehidupan menjadi kunci keberhasilan perkembangan pada tahap ini. Konsep *successful aging* menekankan pentingnya keseimbangan antara kesehatan fisik, kesejahteraan psikologis, dan partisipasi sosial. Lingkungan yang inklusif dan ramah lansia berperan penting dalam mendukung adaptasi tersebut dan meningkatkan kualitas hidup individu lanjut usia (World Health Organization, 2021).

Secara keseluruhan, dewasa akhir dan lansia merupakan tahap perkembangan yang kompleks dan multidimensional. Meskipun ditandai oleh berbagai perubahan fisik, kognitif, sosial, dan emosional, tahap ini tetap menawarkan peluang untuk

pertumbuhan, pemaknaan hidup, dan kontribusi sosial. Pemahaman yang komprehensif mengenai pengertian dan karakteristik dewasa akhir serta lansia dapat membantu masyarakat menciptakan pendekatan yang lebih manusiawi dan suportif terhadap proses penuaan.

9.2 Perkembangan Fisik dan Kesehatan

Perkembangan fisik pada masa dewasa akhir merupakan bagian dari proses perkembangan manusia yang bersifat alami dan tidak terpisahkan dari penuaan biologis. Pada tahap ini, individu umumnya mengalami penurunan fungsi fisik secara bertahap, baik pada sistem muskuloskeletal, sensorik, maupun fisiologis secara umum. Meskipun penurunan tersebut tidak dapat dihindari sepenuhnya, kualitas hidup lansia sangat dipengaruhi oleh bagaimana individu dan lingkungan mengelola perubahan fisik tersebut. Oleh karena itu, perhatian terhadap kesehatan, pola makan, dan aktivitas fisik yang sesuai menjadi aspek krusial dalam mendukung kesejahteraan lansia.

9.2.1 Penurunan Fungsi Fisik pada Dewasa Akhir

Salah satu ciri utama perkembangan fisik pada dewasa akhir adalah menurunnya kekuatan otot dan massa otot, suatu kondisi yang dikenal sebagai *sarcopenia*. Penurunan ini berdampak pada berkurangnya kemampuan lansia dalam melakukan aktivitas fisik sehari-hari, seperti berjalan, mengangkat benda, atau menjaga keseimbangan tubuh. Selain itu, kepadatan tulang juga cenderung

menurun, sehingga meningkatkan risiko osteoporosis dan patah tulang, terutama pada lansia perempuan.

Fungsi sensorik turut mengalami penurunan seiring bertambahnya usia. Ketajaman penglihatan dan pendengaran sering kali berkurang akibat perubahan struktural pada mata dan telinga. Penurunan fungsi sensorik ini dapat memengaruhi kemampuan lansia dalam berinteraksi dengan lingkungan serta meningkatkan risiko kecelakaan, seperti jatuh. Di samping itu, sistem kardiovaskular dan pernapasan juga mengalami penurunan efisiensi, yang berdampak pada berkurangnya daya tahan tubuh terhadap aktivitas fisik.

Meskipun demikian, tingkat penurunan fisik pada dewasa akhir sangat bervariasi antarindividu. Faktor genetik, riwayat kesehatan, serta gaya hidup sepanjang kehidupan berperan besar dalam menentukan kondisi fisik lansia. Individu yang menjaga kesehatan sejak usia dewasa cenderung mengalami penurunan fungsi fisik yang lebih lambat dan tetap mampu mempertahankan kemandirian dalam kehidupan sehari-hari.

9.2.2 Kesehatan dan Pola Hidup Lansia

Kesehatan menjadi fokus utama pada masa dewasa akhir, mengingat meningkatnya kerentanan terhadap berbagai penyakit kronis, seperti penyakit jantung, diabetes, dan gangguan sendi. Oleh karena itu, pengelolaan kesehatan yang komprehensif sangat diperlukan untuk menjaga kualitas hidup lansia. Pola makan yang seimbang, dengan asupan nutrisi yang sesuai dengan kebutuhan usia

lanjut, berperan penting dalam mendukung fungsi tubuh dan mencegah komplikasi kesehatan.

Asupan protein yang cukup, misalnya, dapat membantu memperlambat penurunan massa otot, sementara konsumsi kalsium dan vitamin D mendukung kesehatan tulang. Selain itu, pengaturan asupan kalori menjadi penting untuk mencegah obesitas atau malnutrisi, yang keduanya dapat memperburuk kondisi kesehatan lansia. Pola makan yang sehat juga berkontribusi terhadap fungsi sistem imun, sehingga membantu lansia mempertahankan daya tahan tubuh.

Selain nutrisi, pemeriksaan kesehatan secara rutin menjadi bagian penting dari upaya menjaga kesejahteraan fisik pada dewasa akhir. Deteksi dini terhadap gangguan kesehatan memungkinkan penanganan yang lebih efektif dan mencegah penurunan fungsi yang lebih parah. Dalam konteks ini, peran tenaga kesehatan dan dukungan keluarga sangat penting dalam memastikan lansia mendapatkan perawatan yang memadai dan berkelanjutan.

9.2.3 Peran Aktivitas Fisik dalam Menjaga Kualitas Hidup

Meskipun kemampuan fisik menurun, aktivitas fisik tetap memiliki peran penting dalam kehidupan lansia. Aktivitas fisik yang disesuaikan dengan kondisi tubuh, seperti berjalan ringan, senam lansia, atau latihan keseimbangan, dapat membantu mempertahankan kekuatan otot, fleksibilitas, dan koordinasi gerak. Aktivitas ini juga berkontribusi dalam mengurangi risiko jatuh serta meningkatkan kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari.

Selain manfaat fisik, aktivitas fisik juga berdampak positif terhadap kesehatan mental dan emosional lansia. Keterlibatan dalam aktivitas fisik dapat meningkatkan suasana hati, mengurangi gejala depresi, dan memperkuat rasa percaya diri. Aktivitas yang dilakukan secara berkelompok juga memberikan kesempatan bagi lansia untuk bersosialisasi, sehingga mengurangi risiko isolasi sosial yang sering dialami pada masa dewasa akhir.

Pendekatan *active aging* menekankan bahwa penuaan yang sehat dapat dicapai melalui keterlibatan aktif individu dalam menjaga kesehatan fisik, mental, dan sosial. Penelitian menunjukkan bahwa lansia yang tetap aktif secara fisik dan sosial cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik serta tingkat kemandirian yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang kurang aktif (WHO, 2020). Oleh karena itu, dukungan lingkungan yang menyediakan kesempatan dan fasilitas bagi aktivitas fisik lansia menjadi sangat penting.

Secara keseluruhan, perkembangan fisik dan kesehatan pada dewasa akhir ditandai oleh penurunan fungsi biologis yang bersifat alami, namun tidak harus berujung pada penurunan kualitas hidup yang signifikan. Melalui perhatian terhadap kesehatan, pola makan yang tepat, dan aktivitas fisik yang sesuai, lansia dapat mempertahankan fungsi tubuh secara optimal dan menjalani kehidupan yang bermakna. Pendekatan yang holistik dan berkelanjutan menjadi kunci dalam mendukung kesejahteraan fisik dan kesehatan pada tahap akhir kehidupan.

9.3 Perkembangan Kognitif

Perkembangan kognitif pada masa lanjut usia atau lansia merupakan fase yang ditandai oleh perubahan yang bersifat heterogen dan sangat dipengaruhi oleh perbedaan individu. Tidak seperti tahap perkembangan sebelumnya yang relatif memiliki pola umum, perkembangan kognitif pada lansia menunjukkan variasi yang luas, baik dari segi kecepatan perubahan maupun jenis kemampuan kognitif yang terpengaruh. Pada tahap ini, beberapa fungsi kognitif tertentu cenderung mengalami penurunan, sementara fungsi lain justru dapat bertahan atau bahkan berkembang. Oleh karena itu, perkembangan kognitif pada lansia perlu dipahami secara komprehensif dan tidak semata-mata dipandang sebagai proses kemunduran.

9.3.1 Perubahan Fungsi Kognitif pada Lansia

Salah satu karakteristik utama perkembangan kognitif pada lansia adalah menurunnya beberapa kemampuan kognitif dasar, khususnya yang berkaitan dengan kecepatan pemrosesan informasi. Lansia umumnya membutuhkan waktu yang lebih lama untuk menerima, mengolah, dan merespons informasi dibandingkan individu yang lebih muda. Penurunan ini sering dikaitkan dengan perubahan biologis pada sistem saraf, seperti berkurangnya efisiensi transmisi impuls saraf dan perubahan struktur otak.

Selain kecepatan pemrosesan, fungsi memori tertentu juga dapat mengalami penurunan, terutama memori kerja dan memori episodik. Lansia mungkin mengalami kesulitan dalam mengingat

informasi baru atau detail peristiwa yang baru saja terjadi. Namun demikian, tidak semua aspek memori mengalami penurunan secara signifikan. Memori semantik, yaitu pengetahuan umum dan kosakata, cenderung relatif stabil bahkan dapat meningkat seiring bertambahnya pengalaman hidup.

Penting untuk ditekankan bahwa perubahan kognitif pada lansia tidak bersifat seragam. Faktor seperti tingkat pendidikan, kesehatan fisik, aktivitas mental, dan gaya hidup berperan besar dalam menentukan sejauh mana penurunan kognitif terjadi. Dengan demikian, perkembangan kognitif pada lansia harus dipahami sebagai hasil interaksi antara faktor biologis dan lingkungan (Harada et al., 2021).

9.3.2 Variasi Individu dalam Perkembangan Kognitif

Variasi antarindividu merupakan ciri menonjol dalam perkembangan kognitif pada lansia. Sebagian lansia mampu mempertahankan fungsi kognitifnya dengan baik hingga usia lanjut, sementara sebagian lainnya mengalami penurunan yang lebih cepat. Perbedaan ini menunjukkan bahwa penuaan kognitif bukanlah proses yang bersifat deterministik, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor protektif dan risiko.

Aktivitas kognitif yang berkelanjutan, seperti membaca, berdiskusi, dan mempelajari keterampilan baru, diketahui dapat membantu menjaga fungsi kognitif. Selain itu, keterlibatan sosial dan aktivitas fisik juga berkontribusi terhadap kesehatan kognitif lansia. Lansia yang tetap aktif secara sosial dan mental cenderung

menunjukkan fungsi kognitif yang lebih baik dibandingkan mereka yang kurang terlibat dalam aktivitas tersebut.

Kondisi kesehatan, seperti penyakit kronis dan gangguan neurologis, turut memengaruhi perkembangan kognitif pada lansia. Gangguan kesehatan tertentu dapat mempercepat penurunan fungsi kognitif, sementara manajemen kesehatan yang baik dapat membantu memperlambat proses tersebut. Oleh karena itu, pendekatan terhadap perkembangan kognitif lansia perlu mempertimbangkan kondisi individu secara holistik, bukan hanya faktor usia semata.

9.3.3 Kebijaksanaan dan Peran Pengalaman Hidup

Meskipun beberapa kemampuan kognitif dasar mengalami penurunan, perkembangan kognitif pada lansia juga ditandai oleh peningkatan dalam aspek kebijaksanaan dan pemanfaatan pengalaman hidup. Kebijaksanaan merujuk pada kemampuan menggunakan pengetahuan, pengalaman, dan pertimbangan moral untuk menghadapi permasalahan kehidupan secara bijaksana. Aspek ini sering kali berkembang seiring akumulasi pengalaman hidup dan refleksi yang mendalam.

Lansia cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik dalam memahami konteks sosial dan emosional suatu situasi. Mereka mampu melihat permasalahan dari berbagai sudut pandang dan mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang secara lebih matang. Kemampuan ini sangat berharga dalam pengambilan keputusan yang kompleks, terutama yang berkaitan dengan relasi sosial dan nilai-nilai kehidupan.

Pengalaman hidup yang panjang memungkinkan lansia mengembangkan strategi pemecahan masalah yang lebih adaptif. Alih-alih mengandalkan kecepatan berpikir, lansia sering menggunakan pengetahuan praktis dan intuisi yang diperoleh dari pengalaman sebelumnya. Hal ini menunjukkan bahwa kualitas kognitif pada lansia tidak semata-mata diukur dari kecepatan atau kapasitas memori, tetapi juga dari kedalaman pemahaman dan kebijaksanaan dalam menghadapi kehidupan (Glück & Bluck, 2020).

Secara keseluruhan, perkembangan kognitif pada lansia mencerminkan keseimbangan antara penurunan dan keberlanjutan fungsi kognitif. Meskipun kecepatan pemrosesan informasi dan beberapa aspek memori dapat menurun, kebijaksanaan dan kemampuan memanfaatkan pengalaman hidup sering kali meningkat. Variasi antarindividu menegaskan bahwa penuaan kognitif bukanlah proses yang seragam dan tidak selalu identik dengan kemunduran. Pemahaman yang tepat mengenai perkembangan kognitif pada lansia penting untuk mendorong pendekatan yang lebih positif, adaptif, dan menghargai potensi kognitif yang tetap dimiliki individu pada usia lanjut.

9.4 Perkembangan Sosial dan Emosional

Perkembangan sosial dan emosional pada masa dewasa akhir merupakan fase kehidupan yang ditandai oleh berbagai perubahan signifikan dalam peran sosial, kondisi kesehatan, serta relasi

interpersonal. Individu pada tahap ini dihadapkan pada penyesuaian terhadap masa pensiun, berkurangnya keterlibatan dalam peran produktif formal, serta kemungkinan mengalami kehilangan pasangan hidup atau teman sebaya. Perubahan-perubahan tersebut menuntut kemampuan adaptasi emosional yang matang agar kesejahteraan psikologis tetap terjaga. Dukungan keluarga dan lingkungan sosial menjadi faktor protektif yang sangat penting dalam membantu lansia menghadapi tantangan perkembangan ini.

9.4.1 Penyesuaian terhadap Pensiun dan Perubahan Peran Sosial

Pensiun merupakan salah satu peristiwa transisi utama pada masa dewasa akhir yang membawa implikasi sosial dan emosional yang kompleks. Berakhirnya peran kerja formal sering kali disertai dengan perubahan identitas sosial, rutinitas harian, serta jaringan sosial yang sebelumnya terbentuk di lingkungan kerja. Bagi sebagian individu, pensiun dapat dipersepsikan sebagai kesempatan untuk beristirahat dan mengeksplorasi minat pribadi. Namun, bagi individu lain, kondisi ini dapat menimbulkan perasaan kehilangan makna, penurunan harga diri, dan berkurangnya rasa produktivitas.

Penyesuaian yang berhasil terhadap pensiun sangat dipengaruhi oleh kesiapan psikologis dan dukungan sosial yang tersedia. Individu yang mampu memaknai pensiun sebagai fase baru kehidupan cenderung lebih adaptif secara emosional. Keterlibatan dalam aktivitas alternatif, seperti kegiatan sosial, keagamaan, atau hobi, membantu lansia mempertahankan rasa tujuan dan keterhubungan sosial. Dengan demikian, perubahan peran sosial

pada masa dewasa akhir tidak selalu berdampak negatif apabila diimbangi dengan strategi penyesuaian yang efektif.

9.4.2 Kehilangan Relasi dan Regulasi Emosi Lansia

Kehilangan pasangan hidup atau teman sebaya merupakan pengalaman yang relatif umum pada masa dewasa akhir dan memiliki dampak emosional yang mendalam. Proses berduka (*grieving process*) menuntut kemampuan regulasi emosi yang kuat, karena lansia harus menghadapi perasaan sedih, kesepian, dan kerentanan emosional. Intensitas respons emosional terhadap kehilangan sangat bervariasi, tergantung pada kualitas hubungan yang hilang, sistem dukungan sosial, serta karakteristik kepribadian individu.

Dalam konteks perkembangan emosional, lansia sering kali menunjukkan kemampuan regulasi emosi yang lebih stabil dibandingkan fase kehidupan sebelumnya. Pengalaman hidup yang panjang memungkinkan individu mengembangkan perspektif yang lebih luas dalam memaknai peristiwa kehilangan. Namun demikian, tanpa dukungan sosial yang memadai, risiko munculnya masalah kesehatan mental, seperti depresi dan isolasi sosial, dapat meningkat secara signifikan.

Lingkungan keluarga memainkan peran krusial dalam membantu lansia melewati masa berduka. Kehadiran anggota keluarga yang empatik dan responsif memberikan rasa aman emosional dan mengurangi perasaan kesepian. Selain itu, interaksi sosial yang berkelanjutan dengan komunitas sebaya membantu

lansia mempertahankan keterhubungan sosial dan mempercepat proses penyesuaian emosional (Carr & Moorman, 2020).

9.4.3 Dukungan Sosial dan Kesejahteraan Emosional Lansia

Dukungan sosial merupakan determinan utama kesejahteraan emosional pada masa dewasa akhir. Dukungan ini dapat bersumber dari keluarga, teman, tetangga, maupun komunitas sosial yang lebih luas. Bentuk dukungan tidak hanya terbatas pada bantuan instrumental, tetapi juga mencakup dukungan emosional, seperti perhatian, empati, dan penghargaan terhadap pengalaman hidup lansia.

Kualitas hubungan sosial terbukti lebih penting daripada kuantitas interaksi. Hubungan yang bermakna dan saling mendukung membantu lansia mempertahankan rasa dihargai dan memiliki peran dalam lingkungan sosial. Partisipasi dalam kegiatan sosial atau komunitas memberikan kesempatan bagi lansia untuk berkontribusi dan berbagi pengalaman, yang pada gilirannya meningkatkan kepuasan hidup.

Dari perspektif perkembangan, kesejahteraan emosional lansia juga dipengaruhi oleh kemampuan individu dalam menerima perubahan dan keterbatasan yang menyertai proses penuaan. Strategi koping yang adaptif, seperti penerimaan diri dan pemaknaan positif terhadap pengalaman hidup, berkontribusi terhadap stabilitas emosional. Penelitian mutakhir menunjukkan bahwa lansia yang memiliki jaringan dukungan sosial yang kuat cenderung menunjukkan tingkat kebahagiaan dan kesehatan mental yang lebih

baik, meskipun menghadapi berbagai tantangan fisik dan sosial (Windsor et al., 2021).

Secara keseluruhan, perkembangan sosial dan emosional pada masa dewasa akhir merupakan proses penyesuaian yang menuntut keseimbangan antara penerimaan perubahan dan pemeliharaan keterhubungan sosial. Penyesuaian terhadap pensiun, perubahan peran sosial, serta pengalaman kehilangan menjadi tantangan utama yang memerlukan dukungan emosional yang berkelanjutan. Peran keluarga dan lingkungan sosial sangat menentukan dalam menjaga kesejahteraan emosional lansia agar tetap mampu menjalani kehidupan dengan bermakna dan bermartabat.

9.5 Latihan Soal

1. Jelaskan karakteristik perkembangan pada masa dewasa akhir dan lansia.
2. Apa saja perubahan fisik yang umum terjadi pada masa lansia?
3. Bagaimana perkembangan kognitif pada dewasa akhir dapat berbeda antarindividu?
4. Sebutkan tantangan sosial dan emosional yang dihadapi lansia.
5. Mengapa dukungan keluarga penting bagi kesejahteraan lansia?

Bab 10: Peran Lingkungan, Budaya, dan Pendidikan dalam Perkembangan

10.1 Peran Lingkungan dalam Perkembangan

Lingkungan memiliki peran yang sangat penting dalam memengaruhi perkembangan individu sepanjang rentang kehidupan. Perkembangan manusia tidak hanya ditentukan oleh faktor biologis atau genetik, tetapi juga oleh konteks lingkungan tempat individu tumbuh dan berinteraksi. Lingkungan menyediakan rangsangan, pengalaman, serta nilai-nilai yang membentuk cara individu berpikir, bersikap, dan berperilaku. Oleh karena itu, kajian perkembangan modern menempatkan lingkungan sebagai faktor kunci yang berinteraksi secara dinamis dengan karakteristik internal individu dalam proses *human development*.

Lingkungan yang dimaksud mencakup berbagai sistem, mulai dari lingkungan terdekat seperti keluarga dan sekolah hingga lingkungan yang lebih luas seperti masyarakat dan budaya. Setiap lingkungan tersebut memiliki kontribusi yang berbeda, namun saling berkaitan dalam membentuk kepribadian, nilai, serta pola perilaku individu. Pemahaman mengenai peran lingkungan menjadi penting

untuk menjelaskan perbedaan perkembangan antarindividu serta untuk merancang intervensi pendidikan dan sosial yang efektif.

10.1.1 Peran Lingkungan Keluarga

Lingkungan keluarga merupakan konteks pertama dan paling mendasar dalam perkembangan individu. Sejak lahir, individu berinteraksi secara intensif dengan anggota keluarga yang berperan sebagai sumber utama pemenuhan kebutuhan fisik, emosional, dan sosial. Pola asuh, kualitas hubungan emosional, serta nilai-nilai yang ditanamkan dalam keluarga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pembentukan kepribadian dan konsep diri individu.

Keluarga berfungsi sebagai tempat individu belajar mengenai norma, aturan, dan peran sosial. Melalui interaksi sehari-hari, anak mengamati dan meniru perilaku orang tua atau pengasuh, yang kemudian membentuk kebiasaan dan sikap dasar. Lingkungan keluarga yang hangat, suportif, dan konsisten cenderung mendukung perkembangan emosional yang sehat, sedangkan lingkungan keluarga yang penuh konflik atau kurang responsif dapat meningkatkan risiko masalah perilaku dan emosional.

Selain itu, keluarga juga berperan dalam menyediakan stimulasi kognitif awal yang penting bagi perkembangan intelektual. Ketersediaan dukungan belajar, komunikasi yang efektif, serta kesempatan eksplorasi berkontribusi pada kesiapan anak dalam menghadapi tuntutan pendidikan formal. Dengan demikian, kualitas lingkungan keluarga menjadi salah satu prediktor penting keberhasilan perkembangan individu pada tahap-tahap selanjutnya (Papalia & Martorell, 2020).

10.1.2 Peran Lingkungan Sekolah

Sekolah merupakan lingkungan perkembangan yang memiliki peran strategis setelah keluarga, terutama pada masa kanak-kanak dan remaja. Sebagai institusi pendidikan formal, sekolah tidak hanya berfungsi untuk mentransfer pengetahuan akademik, tetapi juga sebagai arena sosialisasi yang penting. Di sekolah, individu belajar berinteraksi dengan teman sebaya dan figur otoritas di luar keluarga, serta mengembangkan keterampilan sosial dan emosional yang lebih kompleks.

Lingkungan sekolah memengaruhi perkembangan kognitif melalui kurikulum, metode pembelajaran, dan kualitas interaksi antara guru dan peserta didik. Proses pembelajaran yang kondusif dapat merangsang kemampuan berpikir kritis, kreativitas, dan pemecahan masalah. Sebaliknya, lingkungan sekolah yang kurang mendukung dapat menghambat motivasi belajar dan perkembangan potensi individu. Oleh karena itu, iklim sekolah yang positif dan inklusif menjadi faktor penting dalam menunjang perkembangan optimal.

Selain aspek akademik, sekolah juga berperan dalam pembentukan nilai dan sikap moral. Melalui aturan sekolah, kegiatan ekstrakurikuler, dan interaksi sosial, individu belajar mengenai tanggung jawab, kerja sama, dan keadilan. Pengalaman-pengalaman ini berkontribusi pada pembentukan karakter dan kesiapan individu untuk berperan secara aktif dalam masyarakat. Dengan demikian, lingkungan sekolah menjadi wahana penting dalam integrasi aspek kognitif, sosial, dan moral perkembangan individu.

10.1.3 Peran Lingkungan Masyarakat dan Budaya

Lingkungan masyarakat dan budaya memberikan konteks yang lebih luas bagi perkembangan individu. Nilai-nilai budaya, norma sosial, serta sistem kepercayaan yang berlaku dalam masyarakat memengaruhi cara individu memaknai pengalaman hidup dan berperilaku dalam berbagai situasi. Budaya menentukan apa yang dianggap penting, benar, atau pantas, sehingga berperan dalam pembentukan identitas dan orientasi nilai individu.

Masyarakat juga menyediakan berbagai sumber daya dan kesempatan yang dapat mendukung atau membatasi perkembangan. Akses terhadap pendidikan, layanan kesehatan, serta lingkungan sosial yang aman berkontribusi pada kualitas perkembangan individu. Sebaliknya, kondisi sosial yang kurang mendukung, seperti kemiskinan atau diskriminasi, dapat menjadi faktor risiko yang menghambat perkembangan. Dalam perspektif perkembangan, individu dipandang sebagai bagian dari sistem sosial yang saling memengaruhi, di mana perubahan pada lingkungan masyarakat dapat berdampak langsung pada kesejahteraan individu.

Pendekatan ekologi dalam kajian perkembangan menekankan bahwa individu berkembang melalui interaksi berlapis dengan berbagai sistem lingkungan, mulai dari keluarga hingga masyarakat luas. Interaksi tersebut bersifat dinamis dan berlangsung sepanjang kehidupan. Oleh karena itu, upaya mendukung perkembangan individu perlu mempertimbangkan konteks sosial dan budaya secara menyeluruh (Lerner, 2021).

Secara keseluruhan, lingkungan memiliki peran yang fundamental dalam membentuk perkembangan individu sepanjang kehidupan. Lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat berkontribusi secara sinergis dalam membentuk kepribadian, nilai, serta pola perilaku individu. Pemahaman mengenai peran lingkungan menegaskan bahwa perkembangan manusia merupakan hasil interaksi kompleks antara faktor internal dan eksternal. Dengan menciptakan lingkungan yang suportif dan kondusif, potensi individu dapat berkembang secara optimal dan berkelanjutan.

10.2 Pengaruh Budaya terhadap Perkembangan

Budaya merupakan konteks fundamental yang membentuk perkembangan individu sepanjang rentang kehidupan. Melalui budaya, individu mempelajari cara berpikir, berperilaku, serta berinteraksi dengan lingkungan sosialnya. Nilai, norma, dan tradisi yang hidup dalam suatu masyarakat berfungsi sebagai kerangka acuan yang mengarahkan perkembangan sosial, moral, dan emosional seseorang. Oleh karena itu, perkembangan manusia tidak dapat dipahami secara terlepas dari latar budaya tempat individu tumbuh dan berpartisipasi.

10.2.1 Budaya sebagai Kerangka Perkembangan Individu

Budaya mencakup seperangkat nilai, kepercayaan, norma, dan praktik yang diwariskan dari satu generasi ke generasi berikutnya. Kerangka budaya ini membentuk cara individu memaknai pengalaman hidup serta menentukan perilaku yang

dianggap dapat diterima atau tidak dalam masyarakat. Sejak usia dini, individu telah terpapar pada nilai-nilai budaya melalui keluarga, lingkungan sosial, dan institusi pendidikan. Proses internalisasi budaya ini berlangsung secara bertahap dan berkelanjutan.

Dalam konteks perkembangan kognitif, budaya memengaruhi cara individu memproses informasi dan memecahkan masalah. Pola berpikir yang berkembang dalam suatu budaya tertentu dapat mendorong penekanan pada kolektivitas atau individualitas, harmoni sosial atau pencapaian personal. Dengan demikian, perbedaan budaya dapat menghasilkan variasi dalam gaya berpikir dan strategi belajar individu. Budaya juga memengaruhi bahasa sebagai alat utama dalam membangun dan mengekspresikan pemikiran, sehingga perkembangan kognitif dan bahasa sangat terkait dengan konteks budaya tempat individu berada.

Selain itu, budaya berperan sebagai pedoman dalam pembentukan identitas diri. Identitas individu tidak hanya dibangun melalui karakteristik personal, tetapi juga melalui afiliasi budaya, seperti etnisitas, agama, dan nilai-nilai komunitas. Identitas budaya ini memberikan rasa memiliki dan kontinuitas, yang penting bagi perkembangan psikososial individu.

10.2.2 Pengaruh Budaya terhadap Perkembangan Sosial dan Moral

Perkembangan sosial individu sangat dipengaruhi oleh norma dan aturan yang berlaku dalam budaya tertentu. Budaya menentukan pola interaksi sosial, seperti cara berkomunikasi,

mengekspresikan emosi, serta membangun relasi dengan orang lain. Dalam budaya yang menekankan hierarki, misalnya, hubungan sosial cenderung bersifat formal dan menghormati otoritas. Sebaliknya, budaya yang lebih egaliter mendorong interaksi yang terbuka dan setara.

Budaya juga memainkan peran penting dalam perkembangan moral. Nilai-nilai budaya menjadi dasar bagi individu dalam menilai benar dan salah, baik dan buruk. Standar moral ini diajarkan melalui proses sosialisasi, baik secara eksplisit melalui aturan dan ajaran, maupun secara implisit melalui keteladanan dan praktik sehari-hari. Dengan demikian, perkembangan moral individu tidak bersifat universal sepenuhnya, melainkan dipengaruhi oleh konteks budaya yang melingkupinya.

Perbedaan budaya dapat menghasilkan variasi dalam orientasi moral, misalnya antara penekanan pada kewajiban sosial dan harmoni kelompok dibandingkan dengan penekanan pada hak individu dan keadilan personal. Pemahaman mengenai pengaruh budaya ini penting dalam konteks masyarakat multikultural, agar perbedaan nilai dan perilaku dapat dipahami sebagai variasi perkembangan yang kontekstual, bukan sebagai penyimpangan.

10.2.3 Budaya dan Perkembangan Emosional

Budaya tidak hanya membentuk aspek sosial dan moral, tetapi juga memengaruhi perkembangan emosional individu. Setiap budaya memiliki aturan tersendiri mengenai ekspresi dan regulasi emosi, yang sering disebut sebagai *emotional display rules*. Aturan ini menentukan emosi apa yang boleh diekspresikan, kepada siapa,

dan dalam situasi apa. Sebagai contoh, beberapa budaya mendorong ekspresi emosi secara terbuka, sementara budaya lain menekankan pengendalian diri dan pengekangan emosi.

Pengaruh budaya terhadap regulasi emosi berdampak pada cara individu mengelola stres, konflik, dan hubungan interpersonal. Individu yang tumbuh dalam budaya yang mendukung ekspresi emosi cenderung lebih terbuka dalam mengungkapkan perasaan, sedangkan individu dari budaya yang menekankan pengendalian emosi mungkin lebih memilih strategi regulasi internal. Kedua pendekatan ini memiliki implikasi yang berbeda terhadap kesejahteraan emosional, tergantung pada konteks sosial dan dukungan lingkungan.

Selain itu, budaya juga memengaruhi makna yang diberikan individu terhadap pengalaman emosional. Peristiwa yang dianggap menimbulkan rasa malu, bangga, atau bersalah dapat berbeda antarbudaya. Oleh karena itu, pemahaman mengenai perkembangan emosional perlu mempertimbangkan konteks budaya agar interpretasi terhadap perilaku emosional individu menjadi lebih akurat dan adil.

Kajian kontemporer dalam psikologi perkembangan menegaskan bahwa budaya merupakan komponen integral dalam proses perkembangan manusia. Pendekatan *cultural developmental psychology* menekankan bahwa perkembangan individu terjadi melalui interaksi dinamis antara faktor biologis dan konteks budaya yang spesifik (Bornstein, 2021). Dengan demikian, perkembangan

tidak dapat dipandang sebagai proses yang seragam, melainkan sebagai hasil adaptasi individu terhadap nilai dan tuntutan budaya.

Dalam dunia yang semakin global dan multikultural, pemahaman mengenai pengaruh budaya terhadap perkembangan menjadi semakin penting. Interaksi lintas budaya menuntut individu untuk mampu memahami dan menghargai perbedaan nilai, norma, dan cara berperilaku. Perspektif perkembangan yang sensitif terhadap budaya dapat membantu pendidik, praktisi, dan pembuat kebijakan dalam merancang intervensi yang lebih inklusif dan kontekstual.

Secara keseluruhan, budaya berperan sebagai fondasi yang membentuk perkembangan sosial, moral, dan emosional individu. Nilai, norma, dan tradisi budaya memberikan arah bagi cara individu berpikir, berperilaku, dan berinteraksi dengan orang lain. Oleh karena itu, pemahaman mengenai perkembangan manusia harus selalu mempertimbangkan konteks budaya sebagai elemen yang tidak terpisahkan dari proses perkembangan itu sendiri (Kagitcibasi, 2020).

10.3 Peran Pendidikan dalam Perkembangan Individu

Pendidikan memiliki peran strategis dalam mendukung perkembangan individu secara menyeluruh, mencakup aspek kognitif, sosial, dan emosional. Melalui proses pendidikan, individu tidak hanya memperoleh pengetahuan akademik, tetapi juga

mengembangkan keterampilan berpikir, kemampuan berinteraksi sosial, serta kematangan emosional yang diperlukan untuk menghadapi tantangan kehidupan. Pendidikan, baik yang berlangsung dalam konteks formal education maupun non-formal education, menjadi sarana utama untuk mempersiapkan individu agar mampu beradaptasi dan berkontribusi secara konstruktif dalam masyarakat yang terus berkembang.

10.3.1 Pendidikan dan Pengembangan Potensi Kognitif

Peran pendidikan dalam pengembangan potensi kognitif tercermin melalui proses pembelajaran yang terstruktur dan sistematis. Pendidikan membantu individu mengembangkan kemampuan berpikir kritis, pemecahan masalah, dan pengambilan keputusan yang rasional. Melalui pembelajaran, individu diajak untuk memahami konsep, menganalisis informasi, serta mengintegrasikan pengetahuan baru dengan pengalaman yang telah dimiliki. Proses ini mendorong perkembangan fungsi kognitif tingkat tinggi yang sangat dibutuhkan dalam kehidupan akademik maupun professional.

Pendidikan formal, seperti yang berlangsung di sekolah dan perguruan tinggi, memberikan kerangka kurikulum yang dirancang untuk mengembangkan kemampuan intelektual secara bertahap. Sementara itu, pendidikan nonformal melengkapi proses tersebut melalui pelatihan, kursus, dan kegiatan pembelajaran di luar sistem sekolah yang lebih fleksibel dan kontekstual. Kedua jalur pendidikan ini berkontribusi dalam memperluas wawasan dan meningkatkan kapasitas kognitif individu sepanjang rentang kehidupan.

Selain transfer pengetahuan, pendidikan juga berperan dalam membentuk cara berpikir ilmiah dan sikap reflektif. Individu didorong untuk mempertanyakan informasi, mengevaluasi bukti, dan mengembangkan argumen yang logis. Dengan demikian, pendidikan tidak hanya berfokus pada hasil belajar, tetapi juga pada proses berpikir yang mendasari terbentuknya pengetahuan. Pendekatan ini sejalan dengan tuntutan masyarakat modern yang memerlukan individu dengan kemampuan berpikir adaptif dan kreatif (Slavin, 2020).

10.3.2 Peran Pendidikan dalam Perkembangan Sosial dan Emosional

Selain aspek kognitif, pendidikan memiliki kontribusi penting dalam perkembangan sosial dan emosional individu. Lingkungan pendidikan menyediakan ruang interaksi sosial yang memungkinkan individu belajar bekerja sama, berkomunikasi, dan menghargai perbedaan. Melalui interaksi dengan pendidik dan sesama peserta didik, individu mengembangkan keterampilan sosial yang mendukung pembentukan hubungan interpersonal yang sehat.

Pendidikan juga berperan dalam membentuk nilai, sikap, dan karakter individu. Melalui kegiatan pembelajaran dan budaya institusi pendidikan, individu diperkenalkan pada norma sosial, tanggung jawab, dan etika dalam kehidupan bermasyarakat. Proses ini membantu individu membangun identitas diri dan kesadaran sosial yang menjadi dasar perilaku prososial. Dalam konteks ini, pendidikan tidak hanya berfungsi sebagai sarana akademik, tetapi juga sebagai wahana pembentukan kepribadian.

Perkembangan emosional turut difasilitasi melalui pendidikan yang memperhatikan kebutuhan afektif peserta didik. Pendekatan pembelajaran yang suportif dan inklusif membantu individu mengenali, mengekspresikan, dan mengelola emosi secara sehat. Konsep social-emotional learning menekankan pentingnya pengembangan kesadaran diri, empati, dan regulasi emosi sebagai bagian integral dari proses pendidikan. Dengan dukungan pendidikan yang tepat, individu dapat mengembangkan ketahanan emosional dan kemampuan menghadapi tekanan sosial secara adaptif.

10.3.3 Pendidikan sebagai Sarana Adaptasi dan Kontribusi Sosial

Peran pendidikan dalam perkembangan individu tidak terlepas dari fungsinya sebagai sarana adaptasi terhadap perubahan sosial dan tuntutan zaman. Melalui pendidikan, individu memperoleh keterampilan dan sikap yang memungkinkan mereka menyesuaikan diri dengan perkembangan ilmu pengetahuan, teknologi, dan dinamika sosial. Pendidikan membekali individu dengan kompetensi yang relevan untuk berpartisipasi aktif dalam kehidupan ekonomi, sosial, dan budaya.

Pendidikan juga berperan dalam mendorong partisipasi dan kontribusi individu dalam masyarakat. Individu yang memiliki akses terhadap pendidikan berkualitas cenderung lebih mampu berkontribusi secara produktif dan bertanggung jawab. Pendidikan membantu individu memahami peran sosialnya dan mendorong keterlibatan dalam kegiatan yang bermanfaat bagi lingkungan

sekitarnya. Dalam konteks ini, pendidikan menjadi fondasi penting bagi pembangunan masyarakat yang berkelanjutan.

Lebih lanjut, pendidikan mendukung konsep lifelong learning, yaitu pembelajaran yang berlangsung sepanjang hayat. Individu didorong untuk terus belajar dan mengembangkan diri, tidak hanya pada masa sekolah, tetapi juga pada tahap dewasa dan lanjut usia. Pendekatan ini menegaskan bahwa pendidikan merupakan proses berkelanjutan yang mendukung perkembangan individu dalam menghadapi perubahan dan tantangan kehidupan. Dengan demikian, pendidikan berfungsi sebagai sarana pemberdayaan individu agar mampu menjalani kehidupan secara bermakna dan berkontribusi positif bagi masyarakat (OECD, 2021).

Secara keseluruhan, pendidikan memiliki peran sentral dalam mengembangkan potensi kognitif, sosial, dan emosional individu. Melalui pendidikan formal dan nonformal, individu memperoleh pengetahuan, keterampilan, dan sikap yang diperlukan untuk beradaptasi dan berperan aktif dalam masyarakat. Pemahaman terhadap peran pendidikan ini penting untuk memastikan bahwa proses pendidikan dirancang secara holistik dan berorientasi pada pengembangan individu secara utuh.

10.4 Interaksi Lingkungan, Budaya, dan Pendidikan

Perkembangan individu tidak dapat dilepaskan dari konteks lingkungan, budaya, dan pendidikan yang saling berinteraksi secara

dinamis. Ketiga unsur ini membentuk kerangka pengalaman hidup yang memengaruhi cara individu berpikir, berperilaku, serta memaknai dunia sosialnya. Lingkungan menyediakan kondisi fisik dan sosial tempat individu tumbuh, budaya memberi sistem nilai dan makna, sementara pendidikan berperan sebagai wahana terstruktur untuk mentransmisikan pengetahuan, keterampilan, dan nilai. Interaksi yang selaras di antara ketiganya berkontribusi pada perkembangan yang optimal dan berkelanjutan sepanjang rentang kehidupan.

10.4.1 Lingkungan sebagai Konteks Perkembangan

Lingkungan mencakup berbagai lapisan konteks, mulai dari keluarga, sekolah, hingga masyarakat luas, yang secara bersama-sama memengaruhi perkembangan individu. Kualitas lingkungan fisik dan sosial menentukan jenis stimulasi, dukungan, serta peluang belajar yang tersedia. Lingkungan yang aman, suportif, dan kaya interaksi sosial memungkinkan individu mengembangkan kompetensi kognitif, sosial, dan emosional secara lebih optimal.

Selain faktor fisik, lingkungan sosial berperan penting dalam membentuk pola interaksi dan regulasi emosi. Hubungan yang positif dengan orang tua, pendidik, dan teman sebaya menyediakan dukungan emosional serta model perilaku adaptif. Sebaliknya, lingkungan yang kurang kondusif, seperti yang ditandai oleh konflik berkepanjangan atau keterbatasan akses terhadap sumber daya pendidikan, berpotensi menghambat perkembangan individu. Oleh karena itu, upaya menciptakan lingkungan yang inklusif dan

mendukung menjadi prasyarat penting bagi keberhasilan pendidikan dan perkembangan manusia secara menyeluruh.

Dalam perspektif perkembangan, lingkungan juga bersifat dinamis dan berubah seiring waktu. Individu tidak hanya dipengaruhi oleh lingkungan, tetapi juga berperan aktif membentuk dan memilih lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan serta tujuan perkembangannya. Interaksi timbal balik ini menegaskan bahwa lingkungan merupakan konteks aktif dalam proses perkembangan, bukan sekadar latar pasif.

10.4.2 Budaya sebagai Sistem Nilai dan Makna

Budaya berfungsi sebagai sistem nilai, norma, dan praktik yang membingkai pengalaman individu dalam kehidupan sosial. Melalui budaya, individu belajar mengenai cara berpikir, berperilaku, dan berinteraksi yang dianggap tepat dalam suatu masyarakat. Nilai budaya memengaruhi pola pengasuhan, gaya komunikasi, serta orientasi pendidikan yang diterapkan dalam keluarga dan lembaga pendidikan.

Dalam konteks perkembangan individu, budaya berperan dalam membentuk identitas diri dan rasa memiliki. Individu menginternalisasi nilai budaya melalui proses sosialisasi yang berlangsung sejak dini dan berlanjut sepanjang hayat. Proses ini memengaruhi cara individu memaknai keberhasilan, kegagalan, serta hubungan sosial. Perbedaan budaya juga menghasilkan variasi dalam praktik pendidikan dan harapan terhadap peran individu dalam masyarakat.

Pendidikan yang mengabaikan konteks budaya berisiko menciptakan kesenjangan dan ketidaksesuaian antara materi pembelajaran dan pengalaman hidup peserta didik. Oleh karena itu, pendekatan *culturally responsive education* menekankan pentingnya mengintegrasikan latar belakang budaya peserta didik ke dalam proses pembelajaran. Pendekatan ini membantu menciptakan lingkungan belajar yang relevan, bermakna, dan adil, sehingga peserta didik merasa dihargai dan termotivasi untuk belajar. Penelitian mutakhir menunjukkan bahwa pendidikan yang sensitif terhadap budaya berkontribusi positif terhadap keterlibatan belajar dan perkembangan sosial-emosional individu (Gay, 2020).

10.4.3 Pendidikan sebagai Penghubung Lingkungan dan Budaya

Pendidikan berperan sebagai jembatan yang menghubungkan lingkungan dan budaya dalam proses perkembangan individu. Melalui pendidikan, nilai budaya ditransmisikan secara terstruktur, sekaligus disesuaikan dengan tuntutan lingkungan sosial yang terus berubah. Lembaga pendidikan memiliki tanggung jawab untuk menciptakan iklim belajar yang mendukung keberagaman budaya dan memfasilitasi interaksi sosial yang positif.

Pendidikan yang efektif tidak hanya berfokus pada pencapaian akademik, tetapi juga pada pengembangan kompetensi sosial dan emosional. Kurikulum yang inklusif dan kontekstual memungkinkan peserta didik mengaitkan pengetahuan dengan pengalaman hidup mereka, sehingga pembelajaran menjadi lebih

bermakna. Selain itu, praktik pedagogis yang kolaboratif mendorong peserta didik untuk belajar menghargai perbedaan dan mengembangkan empati dalam interaksi sosial.

Lingkungan pendidikan yang positif juga berperan dalam membangun rasa aman dan dukungan emosional bagi peserta didik. Hubungan yang konstruktif antara pendidik dan peserta didik memperkuat motivasi belajar dan kesejahteraan psikologis. Ketika pendidikan dirancang dengan mempertimbangkan konteks lingkungan dan budaya, proses pembelajaran tidak hanya mentransfer pengetahuan, tetapi juga membentuk karakter dan kesiapan individu untuk berpartisipasi secara produktif dalam masyarakat. Pendekatan ini sejalan dengan kerangka *whole child development* yang menekankan keseimbangan antara aspek akademik, sosial, dan emosional dalam pendidikan modern (Darling-Hammond et al., 2020).

Secara keseluruhan, interaksi antara lingkungan, budaya, dan pendidikan membentuk ekosistem perkembangan individu yang kompleks dan saling bergantung. Lingkungan menyediakan konteks dan sumber daya, budaya memberi makna dan nilai, sementara pendidikan berfungsi sebagai mekanisme integratif yang mengoptimalkan potensi individu. Pendidikan yang sensitif terhadap budaya dan didukung oleh lingkungan yang positif memungkinkan individu berkembang secara utuh, adaptif, dan berkelanjutan dalam menghadapi tantangan kehidupan yang terus berubah.

10.5 Latihan Soal

1. Jelaskan peran lingkungan dalam memengaruhi perkembangan individu.
2. Bagaimana budaya dapat memengaruhi perkembangan sosial dan emosional seseorang?
3. Jelaskan peran pendidikan dalam mendukung perkembangan individu.
4. Mengapa interaksi antara lingkungan, budaya, dan pendidikan penting dalam perkembangan manusia?
5. Berikan contoh bagaimana pendidikan yang sensitif budaya dapat mendukung perkembangan peserta didik.

Profil Penulis

Dr. Yurni, M.Si. lahir di Jambi pada 5 November 1977. Saat ini, ia berdomisili di Jl. KH. A. Majid Roffar No. 14, Kota Jambi. Ia menempuh pendidikan sarjana (S1) Sastra Prancis di Universitas Gadjah Mada (UGM), kemudian melanjutkan studi magister (S2) di bidang Psikologi di universitas yang sama. Gelar doktor (S3) di bidang Psikologi diperolehnya dari Universitas Negeri Malang. Saat ini, ia berprofesi sebagai dosen di Universitas Batanghari Jambi.

Dr. H. Fu'ad Arif Noor, S.Ag., M.Pd. lahir di Demak pada 14 Juni 1976. Saat ini, ia berdomisili di Sorogenen RT 5 RW I, Kalicilik, Demak 59514, Jawa Tengah. Ia menyelesaikan pendidikan doktor (S3) di bidang Studi Islam dengan konsentrasi Pendidikan Anak Usia Dini Islam (PAUDI) di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Saat ini, ia berprofesi sebagai dosen sekaligus menjabat sebagai Wakil Ketua I Bidang Akademik di STPI Bina Insan Mulia. Kepada para pembaca, ia menyampaikan bahwa membaca buku ini akan membantu dalam memahami psikologi perkembangan.

Irpan Zuhri, M.Psi., Psikolog. lahir di Keretak pada 29 Maret 1998. Saat ini, ia berdomisili di Desa Katis RT 004. Ia menyelesaikan pendidikan sarjana (S1) Psikologi di Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa Yogyakarta, kemudian melanjutkan pendidikan Magister Profesi Psikologi Klinis (S2) di Universitas Ahmad Dahlan. Saat ini, ia berprofesi sebagai dosen PGSD di Universitas Muhammadiyah Bangka Belitung serta sebagai Psikolog Klinis di Yayasan Rumah Bintang Ceria Bangka Belitung. Kepada para pembaca, ia berharap buku ini dapat memberikan manfaat dalam membantu memahami berbagai aspek dalam psikologi perkembangan.

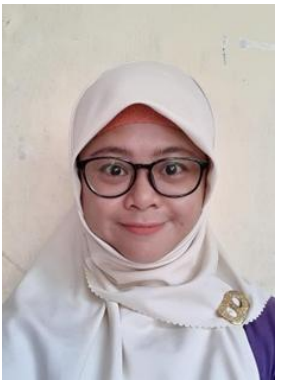
Geizy Azhari Putri, M.Psi., Psikolog. lahir di Payakumbuh pada 6 Juni 1993. Saat ini, ia berdomisili di Perum Villa Kartama, Kota Pekanbaru. Ia menyelesaikan pendidikan sarjana (S1) Psikologi di UIN Sultan Syarif Kasim Riau, kemudian melanjutkan pendidikan Magister Psikologi Profesi (S2) di Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta. Saat ini, ia berprofesi sebagai dosen sekaligus psikolog. Kepada para pembaca, ia menyampaikan bahwa “tanaman tidak tumbuh lebih cepat dengan cara ditarik daunnya; ia tumbuh karena diberi nutrisi, air, dan waktu yang tepat. Begitu juga dengan jiwa manusia.” Ia mengajak untuk bertumbuh dengan kesadaran, bukan dengan ketergesaan.

Uswatul Hasni, M.Pd. lahir di Batusangkar pada 20 Agustus 1995. Saat ini, ia berdomisili di Jorong Pasar Pulau Punjung, Kecamatan Pulau Punjung, Kabupaten Dharmasraya. Ia menyelesaikan pendidikan magister (S2) di bidang Pendidikan Anak Usia Dini. Saat ini, ia berprofesi sebagai dosen. Kepada para pembaca, ia menyampaikan bahwa perkembangan manusia pada masa prenatal merupakan fondasi awal bagi kehidupan. Buku ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang komprehensif mengenai proses perkembangan manusia, sehingga dapat menumbuhkan kesadaran bahwa setiap individu memiliki makna dan potensi yang perlu dihargai serta dikembangkan secara optimal.

Yora Harlistyarintica, S.Pd., M.Pd. lahir di Yogyakarta pada 10 Januari 1993 dan saat ini berdomisili di Jakarta. Ia menyelesaikan pendidikan sarjana (S1) Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini (PG PAUD) di Universitas Negeri Yogyakarta, kemudian melanjutkan pendidikan magister (S2) PAUD di universitas yang sama. Saat ini, ia berprofesi sebagai dosen di Universitas Negeri Jakarta. Kepada para pembaca yang dihormati, ia menyampaikan bahwa pengetahuan mengenai perkembangan anak usia dini merupakan dasar yang sangat penting dalam proses pendidikan dan pengasuhan. Dengan memahami berbagai fase perkembangan, pendidik dan orang tua dapat memberikan rangsangan yang tepat serta menghargai setiap tahap yang dilalui anak. Ia berharap Bab 5 dalam buku ini dapat memberikan manfaat bagi guru dan orang tua dalam mendukung anak agar tumbuh dan berkembang secara optimal.

Dr. Lydia Weniati Augustiana, M.Pd.K. lahir di Yogyakarta pada 26 Agustus 1967. Saat ini, ia berdomisili di Ruko Dukuh Zamrud Blok S 2/25, Padurenan, Mustika Jaya, Kota Bekasi. Ia menyelesaikan pendidikan dasar hingga menengah di Yogyakarta, yakni di SD Bopkri Demangan 1 Yogyakarta (1980), SMP Negeri 2 IKIP Yogyakarta (1983), dan SMA Negeri 6 Yogyakarta (1986). Pendidikan sarjana (S1) Seni Rupa ditempuh di IKIP Negeri Yogyakarta dan diselesaikan pada tahun 1993. Ia kemudian melanjutkan pendidikan magister (S2) Pendidikan Agama Kristen di STT Kadesi, Bogor, dan lulus pada tahun 2015. Gelar doktor (S3) Pendidikan Agama Kristen diperolehnya dari STT Moriah, Gading Serpong, pada tahun 2021. Saat ini, ia berprofesi sebagai dosen tetap di Universitas Kristen Immanuel (UKRIM) Yogyakarta. Kepada para pembaca, ia menyampaikan bahwa bimbingan konseling merupakan proses yang dirancang untuk memberikan dukungan yang berkelanjutan dan sistematis kepada siswa agar dapat mengembangkan potensi diri secara optimal, baik dalam aspek pribadi, sosial, maupun pendidikan. Melalui bimbingan konseling, siswa dibantu untuk mengatasi berbagai kesulitan, mengambil keputusan secara bijaksana, serta mencapai perubahan sikap dan perilaku yang positif.

Shin Prathiwi, S.Pd., M.Pd. lahir di Surakarta pada September 1992. Saat ini, ia berdomisili di Jogobondo RT 03/21, Palur, Mojolaban, Sukoharjo. Ia menyelesaikan pendidikan magister di bidang Pendidikan Anak Usia Dini. Saat ini, ia berprofesi sebagai dosen, penulis, dan juga menjalankan usaha sebagai wiraswasta. Kepada para pembaca, ia berharap karya ini dapat memberikan manfaat serta memotivasi untuk terus berkembang dan berkarya.



Nandhini Hudha Anggarasari, M.Psi., Psikolog. lahir di Sleman pada 25 Oktober 1983. Saat ini, ia berdomisili di Dusun Babakan No. 49 RT 03 RW 06, Desa Parigi, Kecamatan Parigi, Kabupaten Pangandaran 46393. Ia menyelesaikan pendidikan magister (S2) di bidang Psikologi dan saat ini berprofesi sebagai dosen. Kepada para pembaca, ia menyampaikan bahwa buku adalah jendela dunia, dan membaca merupakan kunci untuk membukanya.

Vania Ardelia, S.Psi., M.Sc. lahir di Surabaya pada 11 April 1994. Saat ini, ia berdomisili di Rungkut, Surabaya. Ia menyelesaikan pendidikan sarjana (S1) Psikologi di Universitas Airlangga, kemudian melanjutkan pendidikan magister (S2) Clinical Psychology di University of Groningen. Saat ini, ia berprofesi sebagai dosen. Kepada para pembaca, ia menyampaikan pesan, *"The strongest trees grow against the wind."*

Daftar Pustaka

Abidin, A. S. Z., Ishak, S. N., Bakar, R. N. A., & Rahman, A. A. (2022). Significance of sensory activities among toddlers for sensory skills development. Environment Behaviour Proceedings Journal, 7, 15–27.

Adolph, K. E., & Franchak, J. M. (2021). The development of motor behavior. Wiley.

Al-Harbi, S. S. (2020). Language development and acquisition in early childhood. Journal of Education and Learning (EduLearn), 14(1), 69–73. https://doi.org/10.11591/edulearn.v14i1.14209

Armstrong, M. (2021). Armstrong's handbook of human resource management practice (15th ed.). Kogan Page.

Arnett, J. J. (2020). Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties (3rd ed.). Oxford University Press.

Bakken, L., Brown, N., & Downing, B. (2017). Early childhood education: the long-term benefits. Journal of Research in Childhood Education, 31(2), 255–269. https://doi.org/10.1080/02568543.2016.1273285

Baltes, P. B. (2021). The development of human development: The legacy of Paul B. Baltes. Cambridge University Press.

Beers, S. Z. (2020). 21st century skills: Preparing students for their future. National Education Association.

Berk, L. E. (2023). Development through the lifespan. Pearson.

Blakemore, S. J., & Mills, K. L. (2020). The developing adolescent brain. Current Opinion in Neurobiology.

Blass, R. B., & Carmeli, Z. (2020). Further reflections on the role of sexuality in psychoanalytic theory. The International Journal of Psychoanalysis, 101(3), 521–536.

Bornstein, M. H. (2020). Parenting infants. Handbook of Parenting, 2nd ed.

Bronfenbrenner, U. (Ed.). (2005). Making Human Beings Human: Bioecological Perspectives on Human Development. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.

Bronfenbrenner, U., & Morris, P. A. (2021). The bioecological model of human development. Handbook of Child Psychology and Developmental Science.

Brown, B. B., & Larson, J. (2009). Peer relationships in adolescence. *Handbook of Adolescent Psychology*, 2, 74–103.

Carr, D., & Moorman, S. M. (2020). End-of-life family caregiving and bereavement. Annual Review of Sociology, 46, 1–21.

Ceka, A., & Murati, R. (2016). The role of parents in the education of children. Journal of Education and Practice, 7(5), 61–64.

Chein, J., Albert, D., O'Brien, L., Uckert, K., & Steinberg, L. (2011). Peers increase adolescent risk taking by enhancing activity in the brain's reward circuitry. *Developmental Science, 14*(2), F1–F10.

Darling-Hammond, L., Flook, L., Cook-Harvey, C., Barron, B., & Osher, D. (2020). Implications for educational practice of the science of learning and development. Applied Developmental Science, 24(2), 97–140.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2021). Self-determination theory: A macrotheory of human motivation, development, and health. Canadian Psychology/Psychologie canadienne, 62(2), 1–10.

Denham, S. A., Bassett, H. H., & Wyatt, T. (2020). The socialization of emotional competence. Guilford Press.

Diamond, A. (2020). Executive functions. Annual Review of Psychology.

Domitrovich, C. E., Durlak, J. A., Staley, K. C., & Weissberg, R. P. (2020). Social-emotional learning: The future of prevention. *School Psychology Review*, 49(1), 5–16.

Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. Child Development, 82(1), 405–432. https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x

Erikson, E. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: Norton.

Erikson, E. H. (1963). Childhood and society (2nd ed.). Norton.

Feldman, R. (2020). What is resilience: An affiliative neuroscience approach. World Psychiatry, 19(2), 132–150.

Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. Human Relations, 7(2), 117–140. https://doi.org/10.1177/001872675400700202

Garcia-peinado, R. (2024). The impact of classroom climate on emotional development in childhood. Environment and Social Psychology, 9(1), 1–17. https://doi.org/10.54517/esp.v9i1.1868

Gay, G. (2020). Culturally responsive teaching: Theory, research, and practice (3rd ed.). Teachers College Press.

Gilligan, C. (1982). In a Different Voice: Psychological Theory and Women's Development. Harvard University Press.

Glover, V. (2020). Prenatal stress and its effects on the fetus and the child: Possible underlying biological mechanisms. Advances in Neurobiology, 25, 269–283.

Glück, J., & Bluck, S. (2020). Wisdom, aging, and well-being. The Journals of Gerontology: Series B.

Gonzalez, S. L., Alvarez, V., & Nelson, E. L. (2019). Do gross and fine motor skills differentially contribute to language outcomes ? a systematic review. Frontiers in Psychology, 10, 1–16. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02670

Goswami, U. (2020). Cognitive development: The learning brain. Psychology Press.

Graham, S., Berninger, V., Weintraub, N., & Schafer, W. (1998). Development of handwriting speed and legibility in Grades 1–9. Journal of Educational Research, 92(1), 42–52.

Grissmer, D., Grimm, K. J., Allison, S. M., Aiyer, S. M., & Murrah, W. M. (2010). Fine motor skills and early comprehension of the world: Two new school readiness indicators.

Developmental Psychology, 46(5), 1008–1017. https://doi.org/10.1037/a0020104

Harada, C. N., Natelson Love, M. C., & Triebel, K. L. (2021). Normal cognitive aging. Clinics in Geriatric Medicine.

Harter, S. (2012). *The Construction of the Self: Developmental and Sociocultural Foundations*. New York: Guilford Press.

Harter, S. (2012). The construction of the self: Developmental and sociocultural foundations (2nd ed.). Guilford Press. https://doi.org/10.21834/ebpj.v7iSI7.3760 https://doi.org/https://doi.org/10.3390/ijerph19105967

Johnstone, A., Martin, A., Cordovil, R., Fjørtoft, I., Iivonen, S., Jidovtseff, B., Lopes, F., Reilly, J. J., Thomson, H., Wells, V., & McCrorie, P. (2022). Nature-based early childhood education and children's social, emotional and cognitive development: a mixed-methods systematic review. International Journal of Environmental Research and Public Health, 19(10), 1–30.

Jones, S. M., Barnes, S. P., Bailey, R., & Doolittle, E. (2021). Social and emotional learning: A principled science of human development in context. Educational Psychologist.

Kagitcibasi, C. (2020). Culture and development: Applied developmental science. Cambridge University Press.

Kirk, G., & Jay, J. (2018). Supporting kindergarten children's social and emotional development: examining the synergetic role of environments, play, and relationships. Journal of Research

in Childhood Education, 32(4), 472–485. https://doi.org/10.1080/02568543.2018.1495671

Kohlberg (1984): The Psychology of Moral Development terbit 1984.

Kuhl, P. K. (2020). Infant speech perception and language acquisition. Annual Review of Psychology.

Lachman, M. E., Teshale, S., & Agrigoroaei, S. (2020). Midlife as a pivotal period in the life course: Balancing growth and decline at the crossroads of youth and old age. International Journal of Behavioral Development, 44(1), 1–14.

Lehrer, J., Bigras, N., & Laurin, I. (2017). Preparing children and families for the transition to school: the role of early childhood educators. International Journal of Transitions in Childhood, 10, 3–23.

Likhar, A., Baghel, P., & Patil, M. (2022). Early childhood development and social determinants. Cureus, 14(9), 1–6. https://doi.org/10.7759/cureus.29500

Lindsey, E. W. (2021). Emotion regulation with parents and friends and adolescent internalizing and externalizing behavior. *Children, 8*(4), 299.

Marcia, J.E. (1966). Development and validation of ego-identity status. *Journal of Personality and Social Psychology, 3*(5), 551–558.

Masten, A. S. (2018). Resilience theory and research on children and families: past , present , and promise. Journal of Family Theory & Review, 1–20. https://doi.org/10.1111/jftr.12255

Mathis, R. L., & Jackson, J. H. (2020). Human resource management (15th ed.). Cengage Learning.

Moore, K. L., Persaud, T. V. N., & Torchia, M. G. (2020). The developing human: Clinically oriented embryology. Elsevier.

Neaum, S. (2010). Child development for early childhood studies. Learning Matters.

Newman, B. M., & Newman, P. R. (2020). Development through life: A psychosocial approach. Cengage Learning.

OECD. (2021). Beyond academic learning: First results from the survey of social and emotional skills. OECD Publishing.

Ormrod, J. E. (2020). Human learning (8th ed.). Pearson.

Papalia, D. E., & Martorell, G. (2020). Experience human development. McGraw-Hill Education.

Perronet, J., Wesselink, R., & Blom, H. (2021). Strategic human resource management. Wiley.

Piaget, J. (1932). The moral judgment of the child. Harcourt, Brace & Company.

Reyna, V. F., & Farley, F. (2006). Risk and rationality in adolescent decision making. *Psychological Science in the Public Interest, 7*(1), 1–44.

Rowe, M. L., & Weisleder, A. (2020). Language development in context. Annual Review of Developmental Psychology.

Santrock, J. W. (2014). Child Development (14th ed.). McGraw-Hill Education.

Sari, D. P., & Handayani, P. (2022). Pembelajaran STEM untuk Meningkatkan Minat Siswa dalam Bidang Sains dan Teknologi. Jurnal Pendidikan dan Teknologi, 5(2), 87-98.

Sawyer, S. M., Azzopardi, P. S., Wickremarathne, D., & Patton, G. C. (2020). The age of adolescence. The Lancet Child & Adolescent Health.

Schunk, D. H. (2020). Learning theories: An educational perspective (8th ed.). Pearson Education.

Schwartz-Mette, R. A., Lawrence, H. R., Shankman, J., Fearey, E., & Harrington, R. (2021). Intrapersonal emotion regulation difficulties and maladaptive interpersonal behavior in adolescence. *Research on Child and Adolescent Psychopathology, 49*(6), 749–761.

Scott, S.K., & Saginak, K.A. (2016). *Adolescence: Physical and cognitive development*. (ed) Capuzzi, D., & Stauffer, M.D. *Human Growth and Development across the life span, Application for counselor*. Wiley

Selman, R. L. (1980). The Growth of Interpersonal Understanding: Developmental and Clinical Analyses. Academic Press.

Slavin, R. E. (2020). Educational psychology: Theory and practice. Pearson Education.

Smetana, J. G. (2011). *Adolescents, families, and social development: How teens construct their worlds*. Wiley-Blackwell.

Steinberg, L. (2020). Adolescence (12th ed.). McGraw-Hill Education.

Stodden, D. F., Goodway, J. D., Langendorfer, S. J., Roberton, M. A., Rudisill, M. E., Garcia, C., & Garcia, L. E. (2008). A developmental model of motor competence in childhood and adolescence. Kinesiology Review, 3(2), 126–146.

Taylor, R. D., Oberle, E., Durlak, J. A., & Weissberg, R. P. (2020). Promoting positive youth development through school-based social and emotional learning interventions. Child Development, 91(2), 345–361.

Thompson, R. A. (2020). Early attachment and later development: Reframing the questions. Handbook of Attachment, 3rd ed.

Vygotsky, L. S. (1978). Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes. Harvard University Press.

Wentzel, K. R. (2017). Peer relationships, motivation, and academic performance at school. *Handbook of Competence and Motivation*.

Windsor, T. D., Curtis, R. G., & Luszcz, M. A. (2021). Social engagement in late life: A protective factor for psychological well-being. Psychology and Aging, 36(3), 344–356.

Woolfolk, A. (2020). Educational psychology. Pearson Education.

World Health Organization. (2021). Decade of healthy ageing 2021–2030. World Health Organization.

Yuliana, D. (2021). Penerapan Pendekatan STEM dalam Meningkatkan Kemampuan Analitis Siswa. Jurnal Ilmu Pendidikan, 7(1), 45-58.

Zeng, N., Ayyub, M., Sun, H., Wen, X., Xiang, P., & Gao, Z. (2017). Effects of physical activity on motor skills and cognitive

development in early childhood : a systematic review. BioMed Research International, 1–13. https://doi.org/10.1155/2017/2760716

Zimmerman, B. J. (2020). Self-efficacy and self-regulated learning: A social cognitive perspective. Dalam D. H. Schunk & J. A. Greene (Ed.), Handbook of self-regulation of learning and performance (2nd ed.). Routledge.

PT Cipta Digital Edukasi

Buku ajar yang berjudul Psikologi Perkembangan: Konsep, Tahapan, dan Dinamika Kehidupan Manusia mengulas perjalanan kehidupan manusia dari masa bayi hingga usia lanjut, dengan menyoroti perubahan fisik, kognitif, emosional, dan sosial yang terjadi di setiap tahap. Disajikan secara runtut dan mudah dipahami, buku ini membantu pembaca mengenali bagaimana individu tumbuh, beradaptasi, serta menghadapi berbagai tantangan dalam setiap fase kehidupan.

Buku ini ditujukan untuk masyarakat umum yang ingin memperluas wawasan tentang proses perkembangan manusia, sehingga dapat lebih memahami diri sendiri maupun orang lain dalam berbagai tahap kehidupan. Pembahasan dalam buku ini juga menggambarkan keterkaitan antara faktor lingkungan, keluarga, dan pengalaman hidup dalam membentuk kepribadian serta perilaku seseorang. Dengan penjelasan yang jelas dan relevan dengan kehidupan sehari-hari, pembaca diajak memahami dinamika perkembangan manusia secara menyeluruh.

ISBN 978-634-7701-59-6 (PDF)