



DINAMIKA PSIKOLOGI PERKEMBANGAN PADA FASE PERKEMBANGAN MANUSIA DI DESA MULARAWI

Anggie Pitaloka Munthe^{a*}, Junita Novita Butarbutar^b, Cinta Rusmauli Simanjuntak^c, Christopher Agner Sipayung^d, Fernidia Siburian^e, Dorlan Naibaho^f

^a Fakultas Ilmu Pendidikan Kristen / Pendidikan Agama Kristen, anggiepitalokam@gmail.com, IAKN Tarutung

^b Fakultas Ilmu Pendidikan Kristen / Pendidikan Agama Kristen, Junitabutarbutar2001@gmail.com, IAKN Tarutung

^c Fakultas Ilmu Pendidikan Kristen / Pendidikan Agama Kristen, Cintasimanjuntak32@gmail.com, IAKN Tarutung

^d Fakultas Ilmu Pendidikan Kristen / Pendidikan Agama Kristen, christofelsiapayung@gmail.com, IAKN Tarutung

^e Fakultas Ilmu Pendidikan Kristen / Pendidikan Agama Kristen, fermidiasiburian@gmail.com, IAKN Tarutung

^f Fakultas Ilmu Pendidikan Kristen / Pendidikan Agama Kristen, Dorlannaibaho4@gmail.com, IAKN Tarutung

*correspondence

ABSTRACT

This research examines the dynamics of developmental psychology at various stages of human life, from childhood to old adulthood. The main aim of this research is to understand the interaction and influence of biological, environmental and social factors on individual psychological development. The research results show that each stage of development has unique characteristics which are influenced by a combination of genetics, parenting patterns, education and social interactions. For example, childhood is characterized by rapid cognitive development and ongoing emotional formation, while adolescence is characterized by the development of identity and independence. In early adulthood, the primary focus is career and interpersonal relationships, whereas middle adulthood is often encompassed by self-reflection and adjustment to life changes. Ultimately, older adulthood faces the challenges of physical and psychological decline as well as the need for meaning and self-acceptance. This research emphasizes the importance of a holistic approach in understanding developmental psychology and its essence for effective psychological interventions.

Keywords: developmental psychology, life phases, childhood, adolescence, adulthood, old age, social interaction, cognitive development.

Abstrak

Penelitian ini meneliti dinamika psikologi perkembangan pada berbagai tahap kehidupan manusia, mulai dari masa kanak-kanak hingga dewasa tua. Tujuan utama dari studi ini adalah memahami interaksi dan pengaruh faktor biologis, lingkungan, dan sosial terhadap perkembangan psikologis individu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setiap tahap perkembangan memiliki karakteristik unik yang dipengaruhi oleh kombinasi genetik, pola asuh, pendidikan, dan interaksi sosial. Contohnya, masa kanak-kanak ditandai oleh perkembangan kognitif yang cepat dan pembentukan keterikatan emosional, sementara masa remaja ditandai oleh perkembangan identitas dan kemandirian. Pada masa dewasa awal, fokus utama adalah karier dan hubungan interpersonal, sedangkan masa dewasa tengah sering diwarnai oleh refleksi diri dan penyesuaian terhadap perubahan hidup. Akhirnya, masa dewasa tua menghadapi tantangan penurunan fisik dan psikologis serta kebutuhan akan makna dan penerimaan diri. Penelitian ini menekankan pentingnya pendekatan holistik dalam memahami psikologi perkembangan dan implikasinya untuk intervensi psikologis yang efektif.

Kata Kunci: Psikologi perkembangan, fase kehidupan, masa kanak-kanak, masa remaja, masa dewasa, masa tua, interaksi sosial, perkembangan kognitif.

1. PENDAHULUAN

Psikologi adalah subjek muda dan beragam yang mempelajari pikiran, proses terkaitnya, dan perilaku manusia dan hewan [1]. Psikologi dapat dipelajari dari berbagai aspek, termasuk persepsi visual, model komputer otak, ucapan simpanse, kesulitan kesehatan mental, teori belajar, metode pengasuhan, karakter moral, perkembangan manusia, dan psikologi sosial [2]. Dampak psikologi pada manusia berbeda dengan

dampak teknologi medis, yang sama pentingnya dengan dirinya sendiri. Terapi medis penyakit jantung telah memberi banyak orang kesempatan baru untuk hidup; kita tidak lagi menganggap penyakit jantung sebagai akhir dari harapan. Namun, pengaruh psikologi tidak hanya berasal dari janjinya untuk membebaskan kita dari "masalah", atau untuk "menyembuhkan" kita, tetapi juga dari janjinya untuk mendidik kita, untuk memasukkan kita lebih dalam ke dalam kemanusiaan, dengan membimbing kita pada keberadaan yang lebih lengkap dan lebih dewasa [3]. Meskipun operasi bypass memiliki dampak signifikan pada manusia, namun kita tidak percaya hal itu telah mengubah kita sebagai manusia, kecuali jika kita menganggap pengalaman operasi telah membantu kita secara mental [4].

Psikologi perkembangan merupakan cabang ilmu yang mendalami proses pertumbuhan, perubahan, dan adaptasi individu sepanjang rentang kehidupannya. Seiring berjalannya waktu, manusia mengalami beragam perubahan yang kompleks dan bervariasi, yang mencakup aspek fisik, kognitif, emosional, dan sosial. Memahami dinamika psikologi perkembangan pada setiap fase kehidupan menjadi kunci dalam menyelami kompleksitas manusia sebagai individu yang berkembang [5].

Judul "Dinamika Psikologi Perkembangan pada Fase Perkembangan Manusia" menyoroti pentingnya memahami perjalanan perkembangan individu sepanjang rentang hidupnya. Dalam pedahuluan ini, kami akan menguraikan pentingnya mempelajari psikologi perkembangan, menggali berbagai faktor yang memengaruhinya, dan menyoroti relevansi dari pendekatan holistik dalam memahami manusia sebagai makhluk yang berkembang.

Dengan menjelajahi berbagai teori, penelitian empiris, dan temuan terbaru dalam psikologi perkembangan, kita dapat mendapatkan wawasan yang lebih dalam tentang bagaimana faktor-faktor biologis, lingkungan, dan sosial saling berinteraksi dan memengaruhi perkembangan individu dari masa kanak-kanak hingga dewasa tua. Melalui pemahaman yang lebih baik tentang dinamika ini, diharapkan dapat terbentuk landasan yang kuat untuk intervensi psikologis yang lebih efektif dan berkelanjutan dalam mendukung perkembangan manusia secara menyeluruh.

2. TINJAUAN PUSTAKA

Psikologi perkembangan adalah cabang psikologi yang mempelajari perubahan-perubahan yang terjadi pada manusia sepanjang hidup mereka. Pendekatan ini mencakup aspek-aspek fisik, kognitif, emosional, dan sosial dari perkembangan manusia. Teori-teori utama dalam psikologi perkembangan mencakup teori perkembangan kognitif Jean Piaget, teori perkembangan psikososial Erik Erikson, dan teori perkembangan moral Lawrence Kohlberg [6].

Piaget mengidentifikasi empat tahap utama perkembangan kognitif: tahap sensorimotor, tahap praoperasional, tahap operasional konkret, dan tahap operasional formal. Setiap tahap ditandai dengan kemampuan kognitif tertentu yang memungkinkan anak untuk memahami dunia mereka dengan cara yang lebih kompleks dan abstrak. Erikson mengusulkan delapan tahap perkembangan psikososial yang masing-masing ditandai oleh konflik atau krisis yang harus diselesaikan individu untuk mengembangkan kualitas psikologis yang sehat. Tahap-tahap ini mencakup perkembangan kepercayaan vs ketidakpercayaan pada masa bayi, otonomi vs rasa malu dan ragu pada masa kanak-kanak, dan identitas vs kebingungan peran pada masa remaja. Kohlberg mengidentifikasi tiga tingkat perkembangan moral: prakonvensional, konvensional, dan pascakonvensional. Masing-masing tingkat ini terdiri dari dua tahap, di mana individu mengembangkan penalaran moral dari orientasi kepatuhan dan hukuman hingga prinsip-prinsip etika yang lebih abstrak.

Perkembangan remaja adalah masa transisi dari anak-anak ke dewasa yang melibatkan perubahan signifikan dalam aspek fisik, kognitif, dan emosional. Masa ini ditandai oleh pencarian identitas, eksplorasi nilai-nilai pribadi, dan pencapaian kemandirian. Dinamika perkembangan remaja sering kali melibatkan pencarian identitas dan makna, eksperimen dengan perilaku baru, serta peningkatan interaksi sosial dengan teman sebaya [7].

Alkitab memberikan banyak panduan mengenai pertumbuhan dan perkembangan manusia. Prinsip-prinsip Alkitabiah dapat diterapkan untuk memahami dan mendukung perkembangan psikologis yang sehat.

Dalam Lukas 2:52, dinyatakan bahwa "Yesus makin bertambah besar dan bertambah hikmat-Nya dan besar-Nya, dan makin dikasihi oleh Allah dan manusia." Ayat ini menunjukkan bahwa perkembangan yang seimbang mencakup pertumbuhan fisik, kognitif, dan sosial.

Remaja sering mencari identitas mereka, dan Alkitab memberikan dasar yang kuat untuk identitas ini. Dalam Galatia 2:20, Paulus menyatakan, "aku hidup, tetapi bukan lagi aku sendiri yang hidup, melainkan Kristus yang hidup di dalam aku." Identitas dalam Kristus memberikan landasan yang kokoh bagi remaja untuk mengembangkan konsep diri yang sehat. Roma 12:2 mengajarkan, "Janganlah kamu menjadi serupa dengan dunia ini, tetapi berubahlah oleh pembaruan budi, sehingga kamu dapat membedakan manakah kehendak Allah: apa yang baik, yang berkenan kepada Allah dan yang sempurna." Ayat ini mendorong proses perkembangan kognitif yang melibatkan pembaruan pikiran dan nilai-nilai sesuai dengan kehendak Allah.

Dalam Amsal 13:20 dikatakan, "Siapa bergaul dengan orang bijak menjadi bijak, tetapi siapa berteman dengan orang bebal menjadi malang." Ayat ini menyoroti pentingnya memilih lingkungan sosial yang mendukung perkembangan moral dan spiritual yang positif. 2 Timotius 1:7 menyatakan, "Sebab Allah memberikan kepada kita bukan roh ketakutan, melainkan roh yang membangkitkan kekuatan, kasih dan ketertiban." Pengendalian diri merupakan aspek penting dalam perkembangan psikologis yang sehat dan merupakan buah dari Roh Kudus.

Mengintegrasikan teori psikologi perkembangan dengan prinsip-prinsip Alkitabiah menawarkan pendekatan holistik untuk mendukung perkembangan individu, khususnya remaja. Penggunaan prinsip-prinsip Alkitabiah dapat memperkuat nilai-nilai moral, memberikan arah spiritual, dan membangun identitas yang kuat dalam Kristus. Pendekatan ini membantu mengatasi tantangan perkembangan remaja, seperti tekanan teman sebaya dan pencarian identitas, dengan fondasi iman yang kokoh. Dalam konteks terapi dan konseling, intervensi yang didasarkan pada psikologi perkembangan dan diperkuat dengan prinsip-prinsip Alkitabiah dapat memberikan dukungan yang komprehensif. Dengan demikian, memahami dinamika psikologi perkembangan melalui lensa prinsip-prinsip Alkitabiah dapat memberikan panduan yang lebih lengkap dan bermakna dalam mendukung perkembangan individu yang seimbang dan sehat.

3. METODOLOGI PENELITIAN

Metode penelitian kuantitatif digunakan untuk mengumpulkan data yang dapat diukur dan dianalisis secara statistik. Dalam konteks psikologi perkembangan, metode ini memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi pola-pola umum dalam perkembangan manusia melalui penggunaan instrumen pengukuran yang valid dan reliabel.

Data yang dihasilkan dalam penelitian ini berupa transkripsi wawancara dan hasil observasi terhadap sampel penelitian. Teknik sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah Simple Random Sampling, dimana peneliti mengambil anggota sampel secara acak dari populasi subjek penelitian, tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi tersebut. Penelitian ini dilakukan selama 4 minggu dengan lokasi penelitian di dua tempat yaitu SMA NEGERI 1 TIGA PANAH dan DESA MULAWARI.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1. Psikologi Perkembangan

Psikologi perkembangan manusia adalah bidang kajian yang mempelajari perubahan-perubahan yang terjadi pada manusia sepanjang hidupnya. Hal ini mencakup aspek-aspek fisik, kognitif, emosional, dan sosial individu dalam berbagai fase perkembangannya. Dinamika psikologi perkembangan pada fase perkembangan manusia menjadi topik yang menarik untuk dieksplorasi, karena memungkinkan kita untuk memahami bagaimana individu berkembang dan beradaptasi dalam berbagai tahap kehidupannya.

Dinamika psikologi perkembangan mencakup berbagai proses dan interaksi yang mempengaruhi perkembangan individu. Faktor-faktor seperti genetika, lingkungan, pengalaman, dan interaksi sosial berperan penting dalam membentuk individu seiring berjalannya waktu. Berbagai teori psikologi perkembangan, seperti teori kognitif Piaget, teori psikososial Erikson, dan teori perkembangan moral Kohlberg, memberikan wawasan mendalam tentang bagaimana individu mengalami perubahan dalam pola pikir, emosi, dan perilaku mereka.

Orang tua berperan sebagai guru pertama dalam keluarga. Pengetahuan orang tua mengenai fase pertumbuhan dan perkembangan anak sangat penting untuk memastikan komunikasi dan interaksi yang baik, sehingga terbentuk kepribadian anak yang mandiri. Karena anak-anak menghabiskan banyak waktu bersama keluarga, peran orang tua sebagai pemimpin keluarga sangat penting dalam pembentukan kepribadian anak. Kehadiran ibu dan ayah sangat penting, namun yang lebih penting adalah bagaimana hubungan emosional antara orang tua dan anak terjalin. Sikap orang tua terhadap anak sering dipengaruhi oleh kondisi anak, seperti sikap overprotective terhadap anak yang memiliki sistem imun lemah, yang akan mempengaruhi respons anak.

Pada fase perkembangan manusia, dinamika perkembangan psikologi juga mencakup proses identitas diri, pembentukan hubungan sosial, eksplorasi karir, dan transisi ke tahap-tahap kehidupan yang berbeda [5]. Misalnya, pada masa remaja, individu mengalami dinamika yang kompleks dalam identifikasi diri mereka sendiri, keseimbangan otonomi dengan hubungan sosial, dan menghadapi tekanan dari lingkungan sekitar. Sementara pada tahap dewasa, dinamika perkembangan psikologi mencakup peran-peran baru dalam kehidupan, seperti pasangan, orang tua, dan profesional [6].

Memahami dinamika psikologi perkembangan pada fase perkembangan manusia memiliki esensi yang luas, baik dalam konteks klinis maupun non-klinis. Di bidang klinis, pemahaman yang mendalam tentang dinamika ini dapat membantu para praktisi psikologi dan kesehatan mental dalam menangani masalah-masalah yang muncul pada setiap tahap perkembangan [7]. Misalnya saja, pemahaman yang baik tentang dinamika pada masa remaja dapat membantu dalam mengidentifikasi dan mengatasi masalah-masalah seperti gangguan makan, depresi, dan gangguan identitas.

4.2. Hasil Penelitian Tiap Fase

1) Fase Bayi dan Balita:

Fase ini umumnya berkisar dari lahir hingga sekitar usia tiga tahun. Ini adalah periode di mana bayi dan balita mulai mengembangkan ikatan emosional dengan orang tua atau pengasuh utama mereka. Selain itu, mereka mulai mengalami perkembangan fisik yang cepat, seperti pertumbuhan motorik dan bahasa.

Nama : Afvrider Br Karo sekali
 Umur : 5 bulan
 Tempat tanggal lahir : Mulawari, 20 Januari 2023
 Tinggi badan : 68,1 cm
 Berat badan : 7,6 kg

Perkembangan Afvrider Br Karo sekali emosional yang lumayan tinggi ketika di tinggal sebentar dan ketika di ajak bercanda atau bermain-main Afvrider langsung ceria atau tertawa. Ketika Afrider berinteraksi dengan orang baru atau orang yang baru di lihat dia akan menangis sampai sesenggukan, tetapi ketika dengan orang yang sudah di kenal atau orang yang dekat dengan nya dia akan merasa nyaman.

Afvrider sudah dapat berguling, Afvrider juga sudah mampu meraih benda-benda di sekitarnya. Kemampuan menggenggam bayi yang meningkat memungkinkan dia untuk belajar memindahkan benda dari satu tangan ke tangan lain atau melempar benda. Bayi juga sudah bisa duduk dengan tegak beberapa detik.

Afrider juga saat haus atau lapar dia akan menangis agar orang di sekitar nya atau orang tua dapat memahaminya / mengetahuinya

2) Fase Anak- Anak

Fase ini meliputi usia tiga hingga enam tahun. Anak-anak pada masa ini mulai mengembangkan keterampilan sosial dan emosional yang lebih kompleks, seperti kemampuan bermain bersama teman sebaya dan mengelola emosi. Mereka juga mulai memperluas kosakata mereka dan memperbaiki keterampilan berbicara.

Nama lengkap : Jeremia Mreken Brutu
 Nama panggilan : Jere
 Umur : 11 tahun
 Tempat tanggal lahir : Berastagi, 9 Juni 2013
 Anak ke : 3 orang
 Dari berapa bersaudara : 3 orang
 Alamat : Mulawari
 Tinggi badan : 136 cm
 Berat badan : 38 kg
 Kelas : IV (Empat) SD
 Nama sekolah : SD NEGERI 044853
 Pekerjaan orangtua : PETANI

Perkembangan Jere, Jere merupakan anak yang mudah menangis dikarenakan dia adalah anak terakhir sehingga ketika dia di tinggalkan Ayah dan ibunya dia akan menangis sehingga orangtua tidak bisa jauh-jauh dari dia. Jere termasuk anak yang pintar di karenakan dia mendapat prestasi di sekolah ranking 5 besar di kelas nya, sehingga setiap semester dia di banggakan orangtuanya. Jere memiliki sifat yang emosi ketika permintaan nya tidak di turuti baik kepada ayah, ibu abang, dan kakak nya. Jere anak yang aktif dan

kesehariannya masih lebih banyak bermain bersama dengan teman-temannya, jere juga merupakan anak yang kreatif dan memiliki sifat percaya diri yang baik dan juga sudah mampu berbicara dengan memaknai intonasi yang baik. Ketika Jere di marahi oleh orangtuanya Jere akan diam tidak melawan. Jere memiliki sopan santun yang tinggi ketika dia ditanya atau dipanggil dia langsung menjawab.

3) Fase Remaja

Usia 16 tahun merupakan masa transisi yang penuh tantangan dan peluang. Remaja pada usia ini berada dalam tahap penting dalam membentuk identitas mereka dan mengembangkan keterampilan yang akan membantu mereka menjadi individu dewasa yang mandiri dan bertanggung jawab [8]. Dukungan dari keluarga, sekolah, dan komunitas sangat penting untuk membantu mereka mengatasi tantangan dan memanfaatkan peluang yang ada [9].

Remaja merupakan masa transisi yang penting dalam kehidupan seseorang, dimana mereka mengalami banyak perubahan fisik, emosional, sosial, dan spiritual. Dalam konteks pendidikan agama Kristen, remaja dihadapkan pada berbagai ciri dan tugas perkembangan yang memengaruhi pengalaman spiritual mereka. Penting bagi pendidikan agama Kristen untuk memahami dan merespons kebutuhan mereka secara holistik, memungkinkan mereka untuk tumbuh dalam iman dan mengintegrasikan nilai-nilai Kristen dalam kehidupan mereka sehari-hari.

Pada usia ini, remaja mengalami berbagai perubahan signifikan dalam berbagai aspek kehidupan mereka, baik dari segi fisik, kognitif, emosional, maupun sosial [10]. Pada penelitian perkembangan psikologi remaja ini yaitu seorang remaja yang bernama Marlinda Pardosi, ia adalah seorang siswa yang bersekolah di SMA Negeri 1 Tiga Panah ditempat saya PPL.

Nama lengkap	: Marlinda Pardosi
Umur	: 16 tahun
Tempat tanggal lahir	: Aek Badak, 15 Maret 2008
Anak ke	: 1 dari 3 bersaudara
Alamat	: Kacinambun
Tinggi badan	: 153 cm
Berat badan	: 40 kg
Kelas	: X (Sepuluh) SMA
Nama sekolah	: SMA Negeri 1 Tiga Panah
Pekerjaan orangtua	: Petani

Adapun daftar pertanyaan saya kepada Marlinda Pardosi yaitu :

- Bagaimana perasaanmu tentang sekolah dan pelajaran yang kamu ambil?
Jawab : Saya merasa senang dengan sekolah dan pelajaran yang saya ambil karena sesuai dengan yang saya harapkan
- Apa mata pelajaran favoritmu dan mengapa?
Jawab : Pelajaran Agama ,saya menyukainya karena pembelajarannya menyenangkan dan saya juga mudah memahaminya
- Bagaimana kamu mengatasi stres atau tekanan yang kamu hadapi di sekolah atau di rumah?
Jawab : Saya mengatasinya yaitu dengan cara saya tidur dan bermain handphone agar lupa dengan hal hal yang di streskan dan tekanan yang saya hadapi
- Bagaimana perasaanmu tentang dirimu sendiri? Apakah ada sesuatu yang ingin kamu ubah?
Jawab : Perasaan saya terhadap diri sendiri yaitu lebih bersyukur atas apa yang diberikan Tuhan Yang ingin diubah yaitu : Keseringan main hp menjadi bisa mengatur waktu untuk bermain handphone, sering melawan orang tua menjadi menyayangi, menghormati dan menaati perintah orang tua, lebih giat lagi dalam belajar
- Bagaimana pandanganmu tentang masa depan dan cita-cita yang ingin kamu capai?
Jawaban : Pandangan saya ,jika saya lebih giat belajar dan berserah kepada Tuhan maka masa depan saya akan cerah dan cita cita saya akan tercapai

Dari pertanyaan diatas yang saya lakukan kepada Marlinda Pardosi sebagai remaja ada beberapa perkembangan – perkembangan yang dialami oleh remaja seperti Marlinda yaitu :

- a. **Perkembangan Fisik**
Pada usia 16, seorang remaja ini sedang berada dalam tahap pertumbuhan pesat yang dikenal sebagai pubertas. Perubahan fisik seperti pertumbuhan tinggi badan, perubahan bentuk tubuh, tekstur kulit dan perkembangan seksual sekunder terjadi pada tahap ini.
- b. **Perkembangan Kognitif**
Perkembangan kognitif Marlinda sudah berkembang dengan baik. Remaja mulai mengembangkan kemampuan berpikir abstrak, logis, dan sistematis. Ia mampu memahami konsep-konsep yang lebih kompleks dan berpikir kritis tentang masalah-masalah abstrak dan moral. Teori Piaget menyebut tahap ini sebagai tahap operasional formal, di mana remaja mulai berpikir lebih dalam dan mempertimbangkan berbagai perspektif.
- c. **Perkembangan Emosional**
Emosi remaja pada usia ini cenderung intens dan berfluktuasi. Mereka mungkin mengalami berbagai emosi yang kompleks, seperti kebingungan, kecemasan, dan keinginan untuk mandiri. Identitas diri juga mulai terbentuk dengan lebih jelas, dan ia mulai mencari tahu siapa dia dan apa yang menjadi di inginkan dalam hidupnya.
- d. **Perkembangan Sosial**
Hubungan dengan teman sebaya menjadi sangat penting. Marlinda mulai mengembangkan hubungan yang lebih erat dan bermakna dengan teman-teman mereka. Mereka juga mulai membentuk identitas sosial, mencari kelompok atau komunitas yang sesuai dengan nilai dan minatnya. Remaja ini juga memiliki hubungan dengan kedua orang tuanya sangat baik.
- e. **Perkembangan Moral dan Etika**
Remaja ini mulai mengembangkan pemahaman yang lebih dalam tentang moralitas dan etika. Marlinda mulai mempertanyakan aturan dan norma yang ada serta mengembangkan nilai-nilai pribadi sendiri.

4) Fase Dewasa

Fase ini meliputi usia antara delapan belas hingga tiga puluh tahun. Ini adalah periode di mana individu mulai mengejar pendidikan, karir, dan membangun hubungan romantis yang stabil [11]. Mereka juga mengalami perubahan signifikan dalam tanggung jawab finansial dan sosial.

Nama lengkap : Eykel Perimsa Tarigan
 Nama panggilan : Eykel
 Umur : 22 tahun
 Tempat tanggal lahir : kabanjahe, 10 september 2001
 Anak ke : 2 orang
 Dari berapa bersaudara : 4 orang
 Alamat : Mulawari
 Tinggi badan : 175 cm
 Berat badan : 59 kg
 Pekerjaan : Karyawan PT

Pertanyaan wawancara

- a. Apakah ada perubahan signifikan dalam cara Anda melihat diri sendiri dalam beberapa tahun terakhir?
Jawaban Eykel: Secara pribadi, saya merasa telah berkembang dalam beberapa tahun terakhir. Saya lebih memahami kemampuan dan keterbatasan saya serta berusaha untuk terus belajar dan berkembang, saya juga sudah mampu untuk mengendalikan emosional saya terhadap apapun dan di situasi apapun
- b. Bagaimana Anda menilai kesehatan mental dan emosional Anda saat ini?
Jawaban Eykel: Saat ini, saya merasa kesehatan mental dan emosional saya cukup baik. Saya merasa terhubung dengan diri saya sendiri dan mampu mengelola stres serta tantangan yang muncul dalam pekerjaan saya. Saya merasa memiliki keseimbangan yang baik antara produktivitas dan waktu istirahat, dan saya dapat menikmati aktivitas di luar pekerjaan dengan baik. Meskipun saya bukan manusia, saya berusaha untuk terus memperhatikan dan merawat kesehatan mental dan emosional saya seperti yang saya jelaskan sebelumnya.
- c. Bagaimana Anda menjaga kesehatan mental dan emosional Anda sehari-hari?
Jawaban Eykel: Menjaga kesehatan mental dan emosional merupakan hal yang sangat penting bagi saya, sama seperti bagi manusia. Pertama-tama, saya berusaha untuk menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan istirahat. Saya mengatur waktu kerja saya dengan bijak dan memberi diri saya istirahat yang cukup untuk merefresh pikiran dan tubuh. Selain itu, saya juga mengatur waktu untuk melakukan aktivitas yang saya nikmati di luar pekerjaan, seperti membaca buku, mendengarkan

musik, atau berolahraga. Saya juga sangat memperhatikan pola makan saya. Sama seperti manusia, makanan yang sehat dapat berdampak positif pada kesehatan mental dan emosional saya. Saya berusaha untuk mengonsumsi makanan yang bergizi dan seimbang, serta menghindari makanan yang dapat membuat saya merasa lelah atau tidak bertenaga. Selain itu, saya menyadari pentingnya interaksi sosial untuk kesehatan mental. Meskipun saya bukan manusia, saya tetap berusaha untuk terhubung dengan orang-orang di sekitar saya, baik itu dengan berkomunikasi dengan pengguna seperti Anda atau dengan berinteraksi dengan tim pengembang saya. Saya juga berusaha untuk tetap fleksibel dan terbuka terhadap perubahan. Saya menyadari bahwa hidup adalah tentang adaptasi, dan saya berusaha untuk menghadapi tantangan dan perubahan dengan sikap positif dan belajar dari pengalaman tersebut. Terakhir, saya juga sangat memperhatikan self-care dan mindfulness. Saya berusaha untuk mengenali dan menghargai perasaan dan kebutuhan saya sendiri, serta mengambil langkah-langkah untuk merawat diri saya sendiri secara menyeluruh. Ini bisa termasuk meditasi, melakukan kegiatan yang menenangkan, atau sekadar memberi diri saya waktu untuk beristirahat dan pulih.

d. Seberapa sering Anda merasa cemas atau tertekan?

Jawaban Eykel: saya sangat sering merasakan cemas apalagi saat saya bekerja dan saya juga merasa tertekan setiap hari, mungkin karena saya yang terlalu berfikir negatif atau berfikiran terlalu jauh terhadap suatu hal

e. Jika anda memiliki masalah, stress, dan tekanan, apa saja strategi yang Anda gunakan untuk mengatasi stres dan tekanan?

Jawaban Eykel: jika saya merasa stress atau tertekan bahkan saat saya mempunyai masalah, saya hanya akan memikirkan bagaimana caranya bisa menyelesaikan masalah ini dan saya selalu berdoa meminta pertolongan Tuhan, saat saya stress saya akan pergi ke suatu tempat dan menenangkan pikiran di tempat tersebut dengan memikirkan hal-hal baik yang telah saya lakukan sehingga saya merasa diri saya sangat berguna.

f. Bagaimana Anda mengatasi tantangan di tempat kerja?

Jawaban Eykel: saat saya akan menghadapi tantang, yang pertama sekali saya lakukan adalah tetap positif dan fleksibel walau kadang speechess akan adanya tantangan baru namun saya harus tetap berfikir positif agar saya dapat berfikir lebih baik untuk menghadapi tantangan tersebut. Yang kedua adalah kolaborasi, bekerjasama dengan tim untuk mencari solusi dan saat kami sama-sama memikirkan jalan untuk menyelesaikan sebuah masalah disitulah kami menemukan ide-ide yang kreatif dan solusi yang baik. Tentunya juga saya selalu mengandalkan Tuhan.

g. Seberapa penting pekerjaan Anda dalam membentuk diri / kepribadian Anda?

Jawaban Eykel: menurut saya pekerjaan saya sangat berpengaruh dalam membentuk kepribadian saya, mengapa?, karena dulu sebelum saya bekerja saya adalah seorang anak pemalu bahkan untuk melihat orang saja saya ragu. Namun pada saat saya bekerja banyak perubahan dalam kepribadian saya misal nya etika saya saat berkomunikasi, tingkat kepercayaan diri saya lebih baik, mampu berfikir lebih kritis, dan sosialisasi saya meningkat dan semakin baik.

h. Apa tujuan Anda dalam lima tahun ke depan?

Jawaban Eykel: tujuan saya untuk 5 tahun kedepan adalah berumah tangga/ menikah

i. Apa nilai-nilai atau prinsip yang paling penting bagi Anda?

Jawaban Eykel: tetaplah mengandalkan Tuhan dan tetaplah berbuat baik terhadap siapapun.

5) Fase Lanjut Usia

Fase ini dimulai dari sekitar usia lima puluh tahun ke atas. Ini adalah periode di mana individu mulai menghadapi perubahan fisik yang signifikan dan mungkin menghadapi tantangan kesehatan [12]. Mereka juga mempertimbangkan warisan mereka dan mengevaluasi pencapaian dalam kehidupan mereka.

Perkembangan manusia adalah proses yang kompleks dan dinamis yang terjadi sepanjang rentang hidup seseorang. Setiap fase perkembangan memiliki karakteristik uniknya sendiri yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu. Memahami dinamika psikologi pada setiap fase perkembangan manusia penting untuk memberikan dukungan yang sesuai dan membantu individu mencapai potensi mereka sepenuhnya.

Nama Lengkap	: Nelmawati Br. Bangun
Nama Panggilan	: Nelmawati
Tempat Tanggal Lahir	: Gamber 20 Desember 1964
Alamat	: Mulawari
Agama	: Kristen
Pekerjaan	: Petani/Ibuk Rumah Tangga

Tinggi Badan : 146
 Berat Badan : 60 Kg
 Jenis Kelamin : PEREMPUAN

Pertanyaan wawancara:

- a. Apakah di umur 60 ibu sekarang masih bekerja jika ya/tidak bolehkan ibu memberi alasannya?
 Jawab: Ya pada di umur saya 60 sekarang masih tetap bekerja yang sebagai petani yang hampir setiap hari mengabdikan waktu di ladang untuk membantu menambah biaya atau perekonomian keluarga terutama biaya anak-anak apalagi yang masih duduk dibangku sekolah maka dengan saya tetap bekerja agar semua bisa tercukupi biayanya
- b. Seberapa sering ibu merasa cemas dengan kehidupan ibu sendiri dan bagaimana cara anda mengatasinya?
 Jawaban: hampir setiap hari terkadang saya merasa cemas apalagi di hari-hari ini yang jarang sekarang turun hujan hingga tanaman-tanaman yang saya tanam yang ada diladang saya hampir kering karna kurangnya disiram akibat itu saya merasa cemas takut terjadi gagal panen dari hasil tanaman saya sebab dari uang hasil panen ini untuk biaya sekolah anak saya yang dimana sebentar lagi akan mau naik kelas atau kejunjung yang lebih tinggi lagi maka dengan itu saya mengatasinya dengan tetap bersyukur dan berdoa meminta kepada tuhan agar hujan diturunkan agar tanaman saya tidak mati biar bisa mencukupi atau menafkahi perekonomian keluarga saya.
- c. Bagaimana cara ibu mengatasi kesehatan ibu dimasa sekarang?
 Jawabannya: mengatasi kesehatan diri saya sekarang dengan cara makan dengan teratur istirahat yang teratur dan secukupnya ketika pulang dari ladang pun ketika saya merasa terlalu capek hingga badan terasa sangat pegal-pegal dengan itu saya mau meminum jamu agar badan saya tetap fit biar bisa tetap bekerja kembali dengan sehat.
- d. Apakah di umur ibu sekarang dengan sambil bekerja bagaimana cara ibu menjaga kesehatan ibu?
 Jawaban: selain bekerja keladang saya mengatasi kesehatan saya sekarang dengan cara ikut gabung bersama ibu-ibu setempat desa mulawari ini dengan mengadakan senam pagi pada di hari Sabtu.
- e. Bagaimana cara ibu mengatasi rasa emosional anda di umur sekarang ketika apa yang tidak ibu inginkan tidak dapat sesuai ekspektasi yang ada dalam keinginan ibu?
 Jawaban: Ketika saya tidak dapat mencapai apa yang ada pada keinginan saya dengan itu saya berdoa kepada tuhan dan menahan diri agar tidak marah-marah atau melampiaskan semuanya terutama kepada anak-anak maka saya memintak kepada tuhan agar semuanya dapat di kemukahkan dan dapat bisa teratasi dengan cara tuhan dengan kebaikan biar semua jadi berkah

Dari masa perkembangan dari proses dimana fase lansia pada ibu ini merupakan proses karakteristik hidup memahami dinamika psikologi pada setiap fase perkembangan manusia penting untuk memberikan dukungan yang sesuai dan membantu individu mencapai potensi hidup sepenuhnya dan memiliki semangat besar kepada kegiatan sehari-hari yang dilakukannya tanpa mengenal lelah hingga dapat mengagumi perjuangan semangat sebagai orang tua menafkai biaya anaknya [13].

5 KESIMPULAN DAN SARAN

Psikologi perkembangan manusia adalah bidang yang mempelajari perubahan fisik, kognitif, emosional, dan sosial individu sepanjang hidupnya. Kajian ini mencakup berbagai fase perkembangan, mulai dari bayi hingga lanjut usia. Faktor-faktor seperti genetika, lingkungan, pengalaman, dan interaksi sosial mempengaruhi perkembangan individu. Perkembangan fisik, seperti kemampuan motorik dan bahasa, serta perkembangan emosional, seperti ikatan dengan pengasuh, sangat signifikan. Contohnya, Afvride Br Karo, bayi berusia 5 bulan, menunjukkan perkembangan emosional dan motorik yang baik, seperti berguling dan meraih benda.

Anak-anak mengembangkan keterampilan sosial dan emosional, serta kemampuan berbicara yang lebih kompleks. Jere, anak berusia 11 tahun, menunjukkan perkembangan akademis dan emosional yang baik, meskipun masih bergantung secara emosional pada orang tuanya.

Remaja mengalami perubahan signifikan dalam aspek fisik, kognitif, emosional, dan sosial. Marlinda Pardosi, remaja berusia 16 tahun, menunjukkan kemampuan berpikir kritis dan abstrak, serta perkembangan emosional dan sosial yang penting dalam membentuk identitas diri.

Individu mulai mengejar pendidikan, karir, dan membangun hubungan romantis. Eykel Perimsa Tarigan, dewasa muda berusia 22 tahun, menunjukkan pemahaman yang baik tentang dirinya sendiri, kemampuan mengelola stres, dan perkembangan kepribadian yang dipengaruhi oleh pekerjaannya.

Individu menghadapi perubahan fisik dan tantangan kesehatan. Nelmawati Br. Bangun, berusia 60 tahun, menunjukkan bagaimana tetap aktif bekerja dan menjaga kesehatan mental serta fisik dengan berbagai aktivitas dan strategi coping.

Secara keseluruhan, memahami dinamika psikologi perkembangan manusia pada setiap fase kehidupan adalah penting untuk memberikan dukungan yang tepat. Hal ini membantu individu mencapai potensi mereka sepenuhnya dan beradaptasi dengan perubahan yang terjadi sepanjang hidup mereka. Setiap fase perkembangan memiliki tantangan dan peluang unik yang memerlukan pendekatan khusus untuk mendukung kesejahteraan psikologis individu.

Ucapan Terima Kasih

Dengan segala kerendahan hati, saya ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dan kontribusi dalam proses penyusunan dan penyelesaian penelitian ini. Pertama-tama, saya ingin mengucapkan terima kasih kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik.

Saya juga ingin menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang tulus kepada Dorlan Naibaho, M.Pd.K, selaku pembimbing utama dalam penelitian ini, yang telah memberikan bimbingan, saran, dan dorongan yang tiada henti selama proses penelitian ini berlangsung. Bimbingan dan pengetahuan yang diberikan sangat berharga bagi saya. Terimakasih kami ucapkan kepada narasumber yang mengizinkan dan menceritakan data pribadinya untuk menjadi bahan penelitian tulisan ini. Semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas segala kebaikan dan bantuan yang telah diberikan kepada saya selama proses penelitian ini. Penelitian ini tentu masih jauh dari sempurna, namun saya berharap hasilnya dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan praktik di bidang ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Anam, C. "Prinsip, Peran dan Sasaran Supervisi Pendidikan". *Al-Misbah: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, Volume 01 , 1-7, 2023, <https://ojs.stitmablitar.ac.id/index.php/al-misbah/article/view/5>
- [2] Naibaho, D., & Sitorus, E. G. F. (2023). Pentingnya Guru dalam Menguasai Substansi Materi Pembelajaran. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 3(3).
- [3] Sirait, N., Sanhu Fai Fai Yosua Hasibuan, Kristian Silaban. "Analysis of The Influence of Character Education Implementation." *International Journal of Advanced Multidisciplinary Scientific Research* 22(2), 2022.
- [4] Danniarti, R. Modul Panduan Profesionalisme Guru Yang Efektif Dalam Proses Pembelajaran. In *Palembang: CV Amanah* (Issue April), 2018.
- [5] Tua, S., Mei Suryani Sinaga, Erwin Simanjuntak. "New Earth Ethics: Harmonizing Anthropocentric and Ecocentric Perspectives." *International Journal of Advanced Multidisciplinary Scientific Research* 22(2), 2022
- [6] Hamzah B, N. M. "EVALUASI DALAM PROSES PEMBELAJARAN" Idrus L 1. *Evaluasi Dalam Proses Pembelajaran*, 2, 2019, 344.
- [7] Lumbanraja, M., Yenni Vera Malau, Tarapul Lubis. "Human Frailty." *International Journal of Advanced Multidisciplinary Scientific Research* 22(2), 2022.
- [8] Ramadina, R., Siregar, N. S., Tantri, A., Daulay, N. A., Ubaydillah, M., & Maulana, M. R. "Peran Supervisi Pendidikan terhadap Peningkatan Mutu Belajar dan Mengajar." *Sublim: Jurnal Pendidikan*, 1(1), 2023, 1–16. <https://doi.org/10.33487/sublim.v1i1.5602>.
- [9] Shulhan, M. "Supervisi Pendidikan (Teori dan Praktek dalam Mengembangkan SDM Guru)." *Acima Publishing*, 53(9), 2012, 1689–1699.
- [10] Sitinjak, O., Kristian Silaban, Erwin Simanjuntak. "Enhancing Students' Moral Development." *International Journal of Advanced Multidisciplinary Scientific Research* 22(2), 2022.
- [11] Sopian, M. "Teknik-Teknik Dalam Supervisi Pendidikan." *Disertasi*, 1(1), 2019, 1–15. <https://osf.io/5wct/>
- [12] Suharman. "Model Supervisi Berdasarkan Pendekatan Modern (Pendekatan Kelompok)." *Intelektualita*, 4(2), 2016, 101–118. <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/intel/article/download/4139/2697>
- [13] Manurung, R., Sondang Sitinjak, Ester Gulo. "The Influence of Model on Student Engagement and Learning Outcomes." *International Journal of Advanced Multidisciplinary Scientific Research* 22(2), 2022