

## **MEMPERKENALKAN TAHAP-TAHAP PERKEMBANGAN MENTAL PSIKO-SOSIAL PADA REMAJA DI SEKOLAH SMA KETAPANG 3 BOGOR**

\*Noer Saelan Tadjudin

\*\*Vivian Camsennius

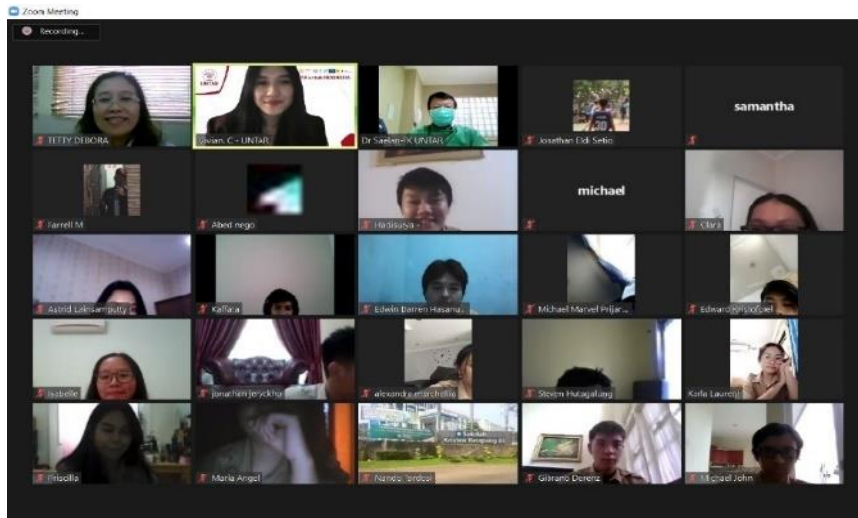
*Editor: Frangky Selamat*

Perkembangan mental seorang individu sejak lahir hingga remaja sangat penting sebagai dasar fondasi mental saat dewasa. Perkembangan mental ini dipengaruhi oleh lingkungan keluarga dan orang-orang yang bermakna di sekelilingnya. Setiap tahap perkembangan terdapat krisis yang harus dilalui yang bila tidak diselesaikan dengan baik akan berakibat timbulnya masalah mental di kemudian hari. Orang tua sebaiknya memiliki pengetahuan cara mendidik anak yang baik dan bijak agar dapat berkembang secara optimal.

Pengetahuan mengenai tahap-tahap perkembangan psikososial manusia dapat membantu para orang tua atau guru di sekolah dalam mendidik dan membesarkan anak. Para remaja yang akan menjadi orang tua di kemudian hari perlu dibekali pengetahuan mengenai psikologis anak.

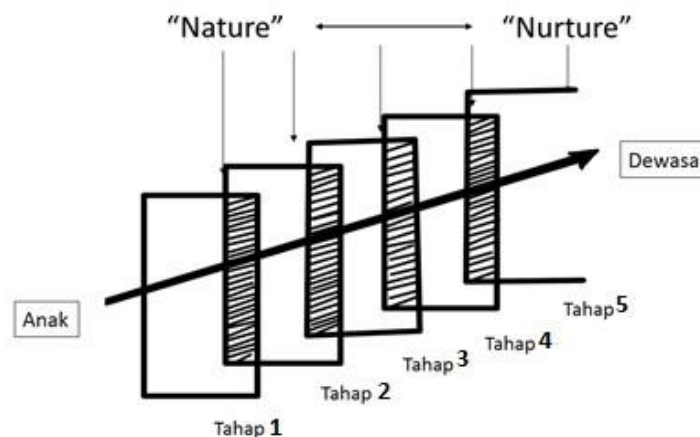
Atas undangan dari SMA Kristen Ketapang III Bogor, tim pengabdian kepada masyarakat Universitas Tarumanagara (Untar) menyelenggarakan seminar *online* melalui aplikasi Zoom Meetings dengan tema “Lebih Mengetahui Psikologis pada Remaja – Krisis dan Orang Yang Bermakna” pada Kamis, 22 Oktober 2020.

Acara yang bertujuan memperkenalkan tahap-tahap perkembangan psikososial menurut teori Erik H. Erikson, dengan harapan para guru dan anak remaja dapat memahami serta mengaplikasikan tahap-tahap tersebut dalam kehidupan mereka sebagai orang tua, dihadiri oleh para guru dan siswa kelas IX, X dan XII IPS dan IPA, seperti disajikan pada gambar 1.



Gambar 1. Foto Bersama 69 siswa/i SMA Kristen Ketapang III Bogor

Menurut Erik H Erikson (1963) tiap tahap perkembangan manusia dipengaruhi dan diarahkan dari hasil interaksi dinamik antara “*nature*” (lingkungan) dan “*nurture*” (biologik) yang berkesinambungan membentuk fondasi mental yang baik terutama saat menjalani masa remaja seperti ditampilkan pada gambar 2 berikut ini.



Gambar 2. Tahapan Perkembangan Manusia dari hasil Dinamik antara “*nature*” dan “*nurture*”

Menurut Erik H Erikson (1963) terdapat delapan tahap perkembangan psikososial yang diuraikan sebagai berikut.

### **Tahap 1, Krisis: *Trust vs Mistrust***

Tahap *infancy* 0-18 bulan, krisis pada tahap ini bila bayi berhasil membangun rasa percaya terhadap si pengasuh, dia akan merasa nyaman dan terlindungi sehingga timbul *trust*. Sebaliknya bila bayi tersebut merasa tidak nyaman dan tidak percaya pada lingkungan sekitar serta selalu curiga pada orang lain timbul *mistrust*. Orang yang bermakna pada tahap ini adalah ibu atau pengganti ibu/pengasuhnya.

### **Tahap 2, Krisis: *Autonomy vs Doubt***

Tahap *toddler* 18 bulan–3 tahun, krisis pada tahap ini adalah memberi kesempatan anak bergerak/ruang gerak serta kemandirian sehingga anak menjadi pribadi yang mandiri dan percaya diri (*autonomy*). Sebaliknya menjadi anak yang lemah, tidak kompeten, malu dan ragu-ragu terhadap kemampuannya (*doubt*). Orang yang bermakna pada tahap ini adalah ibu atau pengganti ibu/pengasuhnya.

### **Tahap 3, Krisis: *Initiative vs Guilt***

Tahap *early childhood* 3–6 tahun, krisis pada tahap ini anak sudah memiliki sedikit kecakapan dalam mengolah kemampuan motorik dan bahasa sehingga mulai matang dan cenderung lebih agresif dalam mengeksplor lingkungan mereka baik secara fisik maupun sosial (*initiative*). Kegagalan pada tahap ini akan menyebabkan anak cenderung memiliki perasaan bersalah kepada orang tua (*guilt*). Orang yang bermakna pada tahap ini adalah seluruh keluarga.

### **Tahap 4, Krisis: *Industry vs Inferiority***

Tahap *middle childhood* 6–12 tahun, krisis pada tahap ini aktifitas fisik meningkat, berkompetisi, berinteraksi dengan orang yang mempunyai otoritas di sekolah, anak akan memperoleh suatu rasa mampu menyelesaikan sesuatu dengan sempurna (*industry*), mampu menghasilkan sesuatu guna melawan suatu rasa rendah diri (*inferiority*). Orang yang bermakna pada tahap ini adalah teman-teman sekolah.

## **Tahap 5, Krisis: *Identity vs Role Confusion***

Tahap *adolescence* 12–18 tahun, krisis pada tahap ini seorang remaja akan mencoba banyak hal untuk mengetahui jati diri mereka yang sebenarnya (*identity*). Bila gagal maka akan terjadi kebingungan terhadap jati dirinya (*role confusion*). Orang yang bermakna pada tahap ini adalah teman-teman sebaya, tokoh-tokoh nasional, idola-idola dan sebagainya.

Tahap 1-5 ini merupakan fondasi pembentukan mental untuk tahap dewasa muda/*young adulthood* dan tahap selanjutnya.

## **Tahap 6: Krisis *Intimacy vs Isolation***

Tahap *young adulthood* 21–40 tahun, krisis pada tahap ini seseorang mulai selektif untuk membina hubungan yang intim hanya dengan orang-orang tertentu yang sepaham (*intimacy*). Namun, jika dia mengalami kegagalan, maka akan muncul rasa keterasingan dan jarak dalam berinteraksi dengan orang (*isolation*). Orang yang bermakna pada tahap ini adalah teman berlainan jenis kelamin. Keberhasilan fase ini tidak terlepas dari keberhasilan fase-fase sebelumnya.

## **Tahap 7: Krisis *Generativity vs Stagnation***

Tahap *middle year* 40–65 tahun, krisis pada tahap ini seseorang harus terus tumbuh/produktif (*generativity*) dan jika mereka tidak mampu atau tidak mau memikul tanggung jawab ini, maka mereka akan menjadi stagnan atau egois (*stagnation*). Orang yang bermakna pada tahap ini adalah keluarga besar atau institusi/tempat kerja.

## **Tahap 8: Krisis *Integrity vs Despair***

Tahap *laters year* dengan usia 65–meninggal, krisis pada tahap ini di mana seseorang mulai mengulas kembali kehidupan di masa lampau menemukan kepuasan, merencanakan tujuan hidup baru setelah pensiun, dan membagi pengetahuan dengan orang lain (*integrity*). Bila gagal dalam kehidupan sebelumnya maka akan merasa tak berguna, takut akan ancaman kematian, putus asa (*despair*). Orang yang bermakna pada tahap ini adalah pada individu-individu yang mengembangkan perasaan berguna.

Pengetahuan tahap-tahap perkembangan psikososial terutama sejak bayi hingga remaja menjadi titik krusial manusia untuk membentuk fondasi mental yang baik.

Acara seminar dengan topik yang menarik ini memperoleh sambutan hangat dari para guru dan siswa. Pihak sekolah mengusulkan agar kegiatan serupa dilaksanakan lagi di masa mendatang sebagai program berkesinambungan.

\*Dosen Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara

\*\*Mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi, Universitas Tarumanagara