



PERKEMBANGAN FISIK ANAK AKHIR DAN PERKEMBANGAN PSIKOSOSIAL PADA MASA REMAJA

Padia Azzahra Hutasuhut¹⁾, Annisa¹⁾, Nur Hafiza¹⁾

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

Email: annisasisu70@gmail.com

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan perkembangan fisik anak akhir dan perkembangan psikososial remaja. Peneliti kemudian merangkum dan menyajikan data mengenai perkembangan fisik dan psikososial berdasarkan hasil studi literatur. Hasil analisis dan data literatur yang telah dipublikasikan sebelumnya menunjukkan bahwa semua orang mengalami masa kanak-kanak dan remaja, dimana pada masa tersebut individu akan mengalami banyak perubahan, baik perkembangan fisik, kognitif, psikologis, dan adaptasi anak sangat perlu demi mendukung perkembangannya.

Kata Kunci: *Perkembangan Fisik, Psikososial, Anak dan Remaja.*

Abstract

The aim of this research is to describe the physical development of late childhood and the psychosocial development of adolescents. Researchers then summarize and present data regarding physical and psychosocial development based on the results of literature studies. The results of analysis and previously published literature data show that everyone experiences childhood and adolescence, during which time individuals will experience many changes, including physical, cognitive, psychological development, and child adaptation is very necessary to support their development.

Keywords: *Physical Development, Psychosocial, Children and Teenagers*

PENDAHULUAN

Masa kanak-kanak merupakan masa terpanjang dalam kehidupan seseorang dan merupakan masa dimana seseorang atau individu itu sangat bergantung pada orang lain, masa ini dimulai setelah masa anak yang penuh dengan ketergantungan yaitu sekitar usia nol sampai dua tahun. Selanjutnya kita masuk ke masa anak usia dini (usia 2-6 tahun) dan anak usia dini, yang dimulai pada usia 6 tahun hingga anak mencapai kematangan seksual. Ketika seorang anak memasuki sekolah dasar pada usia enam sampai dua belas tahun, perkembangan anak akan sangat pesat, tidak hanya perkembangan fisiknya saja, tetapi juga perkembangan psikisnya. Masa ini disebut juga masa dimana anak lebih suka bermain di luar dan bergabung dalam kelompok bersama teman-temannya. Anak pada usia ini juga suka bermain secara fisik dan mempunyai dorongan mental yang kuat untuk memahami konsep dan bekerja secara logis dengan benda-benda yang dianggap tepat oleh anak atau simbol-simbol yang mempunyai arti tertentu. Masa kanak-kanak akhir, usia 12 hingga 15 tahun. Tahap ini merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Melalui bermain, anak mengembangkan keterampilan fisik, keterampilan dasar membaca, menulis, dan matematika, serta hubungan dengan keluarga dan teman sebaya.

Masa remaja merupakan tahapan dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Istilah remaja dikenal dengan istilah “pubertas” dan berasal dari kata Latin “*adrescere*” yang berarti pertumbuhan menuju kedewasaan atau perkembangan menuju kedewasaan. Masa remaja akhir merupakan masa kematangan fisik, psikis, dan sosial yang utuh. Remaja menunjukkan dua jenis gerakan ketika mereka mengembangkan rasa memiliki: gerakan menjauh dari orang tua dan gerakan menuju teman sebaya. Umumnya, pada tahap perkembangan remaja, keinginan untuk

menjalin hubungan dengan orang lain sangat meningkat.

Garis pemisah antara masa remaja awal dan akhir adalah sekitar usia 17 tahun, yaitu saat rata-rata remaja berada di bangku sekolah menengah atas. Ketika remaja mencapai usia senior, orang tua berasumsi bahwa anak-anak mereka hampir dewasa dan akan memasuki dunia karir dan melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi.

Beginilah rata-rata remaja masuk perguruan tinggi pada usia 18 tahun, mengubah karier dari pelajar ke pelajar. Untuk itu, terkait pemaparan diatas penelitian ini akan mengkaji lebih dalam dan menjelaskan bagaimana perkembangan fisik pada anak dan perkembangan psikososial pada remaja.

METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian kajian kepustakaan atau (*library research*). Untuk memperoleh data penelitian, peneliti mengumpulkan, menganalisis, dan menyusun sumber dari artikel, buku, dan penelitian terdahulu tentang perkembangan fisik pada anak akhir dan perkembangan psisosial pada masa remaja. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis isi. Peneliti berupaya menganalisis isi yang terkandung dalam sumber data, yang kemudian dihubungkan dengan sumber data lainnya. Mendes, Wohlin, Felizardo, dan Kalinowski (2020) menyatakan bahwa proses penelitian perpustakaan dilakukan melalui tinjauan literatur dan analisis gabungan dari topik terkait.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Perkembangan fisik pada anak akhir

Sebagaimana dikemukakan di atas, perkembangan adalah suatu proses kompleks aspek psikologis, sosial, dan fisik

kehidupan sehari-hari yang termasuk aspek keberadaan manusia mulai dari konsepsi hingga kematian. Paten tersebut juga diungkapkan oleh Santrock (2007) yang mengatakan bahwa perkembangan manusia merupakan hasil interaksi antara beberapa proses biologis (fisik), kognitif, dan emosional. Proses biologis atau fisik yang menjadi ciri suatu organisme dalam bentuk fisik dan parameter lingkungan, seperti budaya, yang dipengaruhi oleh proses psikologis.

Usia enam tahun menunjukkan bahwa perkembangan fisik anak yang lebih tua sudah cukup berkembang. Selain bagian dada dan badan yang jelas-jelas semakin besar sehingga badan menjadi lebih kokoh, hal ini dilakukan dengan memberikan tekanan pada tangan dan kaki. Akibat perkembangan tersebut, anak yang bersangkutan kini mampu melakukan aktivitas yang berkaitan dengan lingkungannya, seperti bermain, belajar, berinteraksi, bahkan bergerak lebih cepat dibandingkan sebelumnya. Berikut ini gambaran perkembangan fisik anak usia lebih besar. :

1. Di zaman sekarang, wajah menjadi semakin tidak rata dengan garis rahang dan mulut yang terlihat jelas, rambut miring, leher panjang, dada kendur, dan pipi dan tangan berangsur-angsur menyusut.
2. Seorang anak di zaman ini masih kesulitan memahami bagaimana bersikap sopan kepada orang lain. Mereka secara bertahap mengadopsi pendekatan yang lebih bijaksana dalam menangani pokok bahasan, membuat mereka tampak lebih dewasa.
3. Selama tahap awal pubertas, anak biasanya memiliki 22 gigi, dan gigi berikutnya akan tumbuh seiring perkembangannya.

Faktor-faktor perkembangan fisik pada anak, sebagai berikut:

1. Faktor genetik, hal ini dapat menyebabkan anak menjauhkan diri dari anak lain. Perbedaan orang Asia

dan Amerika (orang Amerika, Eropa, dan Australia).

2. Faktor lingkungan, yaitu membantu mengetahui apakah anak sudah mencapai potensi genetiknya. Dibandingkan tabung tinggi, lapisan tubuh lebih banyak menimbulkan efek negatif.
3. Gizi dan Kesehatan, membandingkan anak-anak yang mendapat gizi normal dan anak-anak yang kekurangan gizi menunjukkan bahwa anak-anak yang kekurangan gizi umumnya memiliki tubuh yang lebih tinggi dan tumbuh lebih cepat.
4. Status sosial dan ekonomi, karakteristik fisik anggota kelompok ekonomi selalu lebih rendah dibandingkan kelompok ekonomi kecil dan menengah. Kondisi ekonomi mempengaruhi cara keluarga makan, menjaga kesehatan, dan menyelesaikan tugas sekolah anak-anaknya.
5. Gejala emosi, anak-anak yang sering mengalami gejala emosi mungkin mengalami peningkatan kadar hormon adrenalin. Hal ini menurunkan tingkat hormon hipofisis, sehingga menyulitkan anak untuk tumbuh.

B. Perkembangan psikososial pada remaja

Perkembangan psikososial remaja merupakan tahap perkembangan kebingungan identitas dan peran. Kejelasan identitas dicapai ketika kepuasan orang tua dan keadaan seseorang tercapai, yang membantu remaja dalam mencari identitas, namun konflik yang tidak terselesaikan dapat berujung pada kegagalan, sehingga menimbulkan kebingungan tentang peran yang tidak bisa dijalankannya.

Masa remaja diartikan sebagai tahap dimana seseorang meninggalkan masa kanak-kanak dan memasuki masa dewasa. Hurlock (1980) menyatakan bahwa istilah "remaja" mempunyai arti luas yang mencakup kematangan mental, emosional,

sosial, dan fisik. Lebih lanjut disebutkan bahwa masa remaja biasanya diawali dengan kematangan seksual anak dan diakhiri dengan tercapainya kematangan usia secara

Dampak psikologis terhadap remaja dapat dibagi menjadi tiga tahap, yaitu masa remaja awal, masa remaja pertengahan, dan masa remaja akhir. Periode pertama, yang dikenal sebagai masa remaja awal atau *early adolescence*, terjadi antara usia 12 dan 14 tahun. Perkembangan anak usia dini ditandai dengan perubahan-perubahan yang cepat pada tubuhnya, seperti: percepatan pertumbuhan dan perubahan komposisi tubuh dengan dimulainya kematangan seksual. Tahap awal ditandai dengan perubahan psikologis berikut:

1. Meningkatnya kemampuan verbal dalam ekspresikan kata-kata
2. Dominan nya teman dekat/sahabat
3. Mencari kasih sayang selain kasih sayang dari orang tua
4. Berkelakuan kekanak-kanakan, dan

Di awal masa remajanya, mereka hanya terpengaruh oleh masa yang sedang tren, tidak dengan masa lalu. Sementara itu, mereka merasa tidak nyaman secara seksual dengan jenis hubungan yang mereka jalani, tetapi mereka kebanyakan bermain-main dan mulai merasakan tubuh mereka seolah-olah sedang melakukan masturbasi. Selain itu, anak-anak mulai mengonsumsi tembakau, alkohol, atau obat-obatan selama masa remaja awal. Kelompok sebaya mempunyai pengaruh yang sangat dominan satu sama lain. Tahap berikutnya adalah masa remaja pertengahan, yang sering dialami antara usia 15 dan 17 tahun dan ditandai dengan sejumlah perubahan-perubahan yaitu:

1. Mengeluh orangtua terlalu ikut campur dalam kehidupannya
2. Sangat memperhatikan penampilan
3. Berusaha untuk mendapat teman baru
4. Tidak atau kurang menghargai pendapat orang tua
5. Sering murung /moody

Saya sudah memiliki konsep panutan dan saya konsisten dengan kutipannya.

Masa remaja akhir dimulai pada usia 18 tahun dan ditandai dengan kematangan fisik yang sempurna. Perubahan psikososial yang ditemui antara lain;

1. Mengeluh karena orang tuanya terlalu ikut campur dalam kehidupannya
2. Sangat mementingkan penampilan
3. Berusaha mencari teman baru
4. Tidak menghargai atau tidak menghormati pendapat orang tuanya
5. Sering sedih / pemarah

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis tersebut, penulis menyimpulkan bahwa perkembangan adalah jaringan kompleks proses psikologis, sosial, dan fisik yang mencakup seluruh aspek keberadaan manusia sejak lahir hingga mati (Blocher, 1974). Pandangan ini juga didukung oleh Santrock (2007) yang menjelaskan bahwa pola perkembangan manusia muncul dari hubungan berbagai proses biologis (fisik), kognitif, dan sosioemosional. Perkembangan fisik anak semakin berkembang baik dan mulai terlihat pada usia 6 tahun, perubahan dapat dilihat dari bertambahnya panjang lengan dan kaki, dada dan badan terlihat lebih besar sehingga membuat badan terlihat lebih besar dan badan menjadi lebih kuat.

Setiap anak akan melewati masa remaja yang merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Pada masa ini perkembangan anak mengalami perubahan, baik itu perkembangan fisik, kognitif, maupun psikologis, dan anak perlu melakukan adaptasi. Dalam konteks ini, perkembangan psikososial juga dijelaskan sebagai proses pembelajaran dimana individu beradaptasi dengan norma dan aturan yang ada di lingkungannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Pediatri, S. (2010). Adolescent Development (Perkembangan Remaja). *Jurnal Psikologi*, 12 (1).
- Rusuli, I. (2022). Psikologi Remaja: Sebuah Sintesa Tiori Erick Erikson Dengan Konsep Alam. *Jurnal As-Salam*, 6 (1).
- Kurniawati N. A. et al. (2019). Tugas Perkembangan Pada Anak Akhir. *Jurnal Of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*, 3 (2).
- Winarsih W. E. (2021). Perkembangan Fisik Anak, Problem Dan Penanganannya. *Jurnal Of Early Childhood Islamic Education*, 8 (1).