



# Psikologi Perkembangan dalam Meningkatkan Emosional dari Anak-Anak Sampai Dewasa Akhir

Rosa Purba<sup>1</sup>, Masito Pangaribuan<sup>2</sup>, Naomi Hutapea<sup>3</sup>, Saryna Purba<sup>4</sup>, Dorlan Naibaho<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup>Institut agama Kristen Negeri Tarutung  
[dorlannaibaho4@gmail.com](mailto:dorlannaibaho4@gmail.com)

## Article Info

### Article history:

Received March 20, 2024

Revised March 27, 2024

Accepted March 29, 2024

### Keywords:

Emotional  
developmental psychology  
Children  
Teenager  
Mature

## ABSTRACT

Children from childhood to late adulthood experience periods where emotional levels are not controlled or where children begin to be sensitized to late adulthood to experience sensitivity to receive stimuli or stimuli. The purpose of this study was to determine the psychology of child development in improving emotional. The approach taken in this study is a skin research, namely observation (observation) and interviews. The results showed that when emotional development factors are inhibited, problems arise and social development can be influential. Like emotional babies when they have problems then arise in parenting and show emotional reactions through physical, shouting when they feel uncomfortable. Emotional problems children have problems that lead to unwanted behaviors such as boredom or laziness. The emotional level of adolescents is easily stressed because of the formation of identity and the emotional level of adults and elderly are irritable because they are connected in life problems.

*This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.*

## Article Info

### Article history:

Received March 20, 2024

Revised March 27, 2024

Accepted March 29, 2024

### Keywords:

Isi kata kunci  
Emosional  
Psikologi perkembangan  
Anak anak  
Remaja  
Dewasa

## ABSTRACT

Pada masa usia anak-anak sampai dewasa akhir mengalami masa-masa dimana tingkat emosional nya tidak terkontrol atau dimana anak-anak mulai peka sampai dewasa akhir mengalami kepekaan untuk menerima rangsangan atau stimulus. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui psikologi perkembangan anak dalam meningkatkan emosional. Pendekatan yang dilakukan dalam penelitian ini merupakan penelitian kualitatif yaitu pengamatan (observasi) dan wawancara. Hasil penelitian menunjukkan ketika faktor perkembangan emosional terhambat maka masalah-masalah timbul dan perkembangan sosial dapat berpengaruh. Seperti Emosional bayi ketika memiliki masalah maka timbul pada pola asuh dan memperlihatkan reaksi emosi melalui fisiknya, berteriak ketika merasa tidak nyaman. Emosional anak-anak memiliki masalah maka menimbulkan perilaku yang yang tidak diinginkan seperti kejenuhan atau malas. Tingkat emosi remaja mudah stres karena pembentukan jati diri dan Tingkat emosi dewasa dan lanjut usia mudah marah karna dihubungkan dalam persoalan-persoalan kehidupan.

*This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.*



**Corresponding Author**

Writers Name : Dorlan Naibaho

Intansi : Institut Agama Kristen Negeri Tarutung

Email : [dorlannaibaho4@gmail.com](mailto:dorlannaibaho4@gmail.com)**Pendahuluan**

Psikologi perkembangan adalah cabang ilmu psikologi yang memfokuskan pada studi tentang perubahan perilaku, pemikiran, emosi, dan interaksi individu sepanjang masa hidup mereka. Ini mencakup periode dari saat individu lahir hingga usia dewasa lanjut. Psikologi perkembangan mencoba memahami bagaimana manusia tumbuh dan berubah dalam berbagai aspek kehidupan mereka, termasuk fisik, kognitif, emosional, sosial, dan moral (Sumanto,2014).

Bidang ini menyelidiki bagaimana individu mengembangkan keterampilan, nilai-nilai, sikap, dan identitas mereka melalui pengalaman-pengalaman yang mereka alami sepanjang hidup. Psikologi perkembangan tidak hanya berfokus pada tahap-tahap perkembangan yang khas, tetapi juga mengakui bahwa perkembangan manusia bersifat unik dan tergantung pada faktor-faktor individu, lingkungan, dan budaya. Psikologi perkembangan pada Bayi adalah usia 0 bulan hingga 1 tahun, dengan pembagian sebagai berikut: Masa neonatal, yaitu usia 0 – 28 hari yang pertama masa neonatal dini, yaitu usia 0 – 7 hari, yang kedua masa neonatal lanjut, yaitu usia 8 – 28 hari. lalu masa pasca neonatal, yaitu usia 29 Masa bayi merupakan bulan pertama kehidupan kritis karena bayi akan mengalami adaptasi terhadap lingkungan, perubahan sirkulasi darah, serta mulai berfungsinya organ-organ tubuh Bayi merupakan manusia yang baru lahir sampai umur 1 tahun, namun tidak ada batasan yang pasti.

Pada masa ini manusia sangat lucu dan menggemaskan tetapi juga rentan terhadap kematian (Sumanto,2014). Tahan anak anak dimana usia 6 Tahun sampai 11 tahun anak mendapatkan kesempatan untuk bermain dan beraktivitas dengan orang lain, ia akan mengembangkan rasa inisiatif, mampu memimpin orang lain, serta membuat keputusan sendiri. Di sisi lain, jika tidak diberikan kesempatan untuk berinteraksi dengan orang lain, anak cenderung akan mengembangkan rasa bersalah dan ragu dengan kemampuannya namun Ketika emosional anak tidak sesuai dengan apa yang diinginkan maka anak-nak akan memberontak(olds dan Feldman, 2010).

Tahap remaja Menurut Santrock (2013) remaja merupakan tahap dimana individu berusia 11-18 tahun. Masa remaja merupakan masa dimana emosi tidak stabil serta perilaku dipengaruhi oleh emosi. Faktor yang mempengaruhi kematangan emosi menurut Hurlock (1999) yaitu usia, perubahan fisik dan kelenjar dari individu, dan pola asuh dari orang tua. Mampu mengontrol emosi, mampu memahami diri sendiri, berpikir sesuai realita, serta mampu mengungkapkan emosinya pada waktu yang tepat merupakan tanda bahwa seseorang telah mencapai emosi yang matang (Ghosh, 2019). Namun, sebuah penelitian dari Jobson (2020) mengungkapkan bahwa 74% remaja memiliki tingkat ketidakmatangan emosi yang tinggi. Remaja yang belum mencapai kematangan emosi, maka berpotensi tidak dapat mengendalikan emosinya secara efektif.



Tahap dewasa awal Diungkapkan oleh Erikson (dalam Monks, Knoers & Haditono, 2001), bahwa tahap dewasa awal yaitu antara usia 20 sampai 30 tahun. Pada tahap ini manusia mulai menerima dan memikul tanggung jawab yang lebih berat sehingga emosionalnya tidak stabil. Tahap dewasa madya Masa dewasa pertengahan (madya) atau yang disebut juga usia setengah baya dalam terminologi kronologis yaitu pada umumnya berkisar antara usia 40 - 60 tahun, merupakan periode yang panjang dalam rentang kehidupan manusia. Dimana pada usia ini ditandai dengan berbagai perubahan fisik maupun mental (Hurlock, 1999 : 320). Masa dewasa madya mencakup waktu yang lama dalam rentang hidup. Pada masa dewasa madya, individu melakukan penyesuaian diri secara mandiri terhadap kehidupan dan harapan sosial. Ketika emosi pada dewasa ini tidak stabil maka Menurut Hurlock (1999) tidak dapat menerima dirinya secara realistis, cenderung menganggap dirinya tidak berharga dan merasa orang lain melihatnya dengan cara bermusuhan dan menghina.

Tahap dewasa Akhir Hurlock(20000 juga mengemukakan bahwa usia lanjut dibagi menjadi usia lanjut dini (60-70 tahun) dan usia lanjut akhir (70 keatas) Tahap perkembangan pada masa usia berkaitan dengan perubahan yang akan oleh penurunan fungsi organ tion. Beberapa perubahan yang terjadi pada lansia antara lain penyusutan berat badan dan peningkatan jumlah masa lemak pada bagian tubuh yang kurus, berkurangnya jumlah air dalam tubuh, munculnya keriput karena berkurangnya kekencangan kulit, penurunan kemampuan sistem Cardiovascular mengurangi kemampuan hati untuk merespon stress, tulang keropos, sensitivitas mata menyebabkan penglihatan menjadi kabur, persepsi pendengaran terhadap frekwensi tinggi berkurang, penurunan performansi intelektual, psikomotor menjadi lambat (Kane, 1989). Berdasarkan beberapa penelitian dijelaskan maka penulis menyimpulkan beberapa tahap mulai anak-anak hingga dewasa akhir memiliki emosional yang sangat tinggi, tingkat kematangan emosionalnya rentan karena pengaruh lingkungannya.

## **Metode**

Pendekatan yang dilakukan dalam penelitian ini merupakan penelitian kualitatif yaitu pengamatan (observasi) dan wawancara. Metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi objek yang alamiah. Pada penelitian ini, peneliti menyajikan hasil penelitian secara kualitatif deskriptif yaitu data-data yang dikumpulkan berupa kata-kata, gambar dan bukan angka. Data tersebut berasal dari naskah wawancara, catatan lapangan. Dalam penelitian ini, peneliti terjun langsung ke lapangan guna mendokumentasikan proses penelitian sebagai bukti dalam pelaksanaan Setelah semua data terkumpul, peneliti kemudian menganalisis data-data tersebut dan selanjutnya menyusun data-data yang telah diperoleh kedalam bentuk deskripsi kata-kata penelitian.

## **Hasil**

Bayi: jesy joy marcellin sitanggang, 3 bulan, 14 febuari 2024 . Masalah, kalau mau tdr rewel, pampers penuh cengeng dan emosionalnya tidak stabil sehingga selalu nangis jika dan tidak mau diam sehingga terkadang penurunan makannya berkurang.



Nama : putri ranika, br. Karo. 25-09-2020, Kristenn dan sekarang umurnya 4 tahun. Kesukaan ayam, talents menggambar, masalah, tumbuh gigi lambat, bisa diajak kompromi umur 1 tahun udh bisa bicara , ramah , cepat berkawan Namun ketika emosinya tidak stabil maka anak ini mau memanggil ayahnya dan menangis histeris sedangkan ayahnya sudah meninggal sejak umurnya 1 tahun.

Remaja: daniel lot ujung , 15 7 2009. Masalah, hanya satu satu anak laki laki dan orang tua membuat kesibukann melalui psikomotorik anak. Seperti taekwondo, Tujuan , untuk cita cita dan masa depan anak. Orang tua berkeinginan anak menjadi angkatan, tentara. Namun daniel ini tidak suka bergaul sama teman-temannya dia lebih sering mengurung diri ketika ada masalah dalam kegiatannya, sehingga emosinya kurang dan tidak bisa dikontrol dan lebih menikmati kesendirian.

Dewasa awal : Egianinta Ginting, umur 20 tahun Tempat tanggal lahir, Medan 26 April 2005 Tempat tinggal desa Gajah Berastagi dan sekarang tinggal bersama bibi di gang surya indah dan memiliki saudara 1 orang. Orang tuanya sudah meninggal dan saudaranya sedang menempuh pendidikan dibangku kuliah di kalimantan. Egianinta ini memiliki permasalahan mulai dari sekolah, bibinnya suka kasar sama dia, dan tidak dapat kasih sayang karna diumur eginta 3 Tahun ayahnya sudah meninggal dan diumur 5 tahun ibunya Meninggal sehingga emosionalnya kurang terkontrol dikarenakan Kurang kasih sayang dan perhatian yang lebih dan suka membanding- bandingkan anak Bibinya tersebut.

Dewasa awal madya : Ernawati br. Panjaitan. 08 November 1978 ,suami andris marudut ujung. Masalah penglihatan kurang, orang sekitar suka iri, adanya kerinduan untuk anak. Dan emosionalnya tidak terkontrol dikarenakan lebih mendengarkan tetangga yang suka menggosipi keluarga mereka sehingga terkadang dibawa ke stress

Dewasa akhir : elisabeth br. Sembiring, S. Pd Lahir: 09 april 1956. Alamat: Gg. Surya indah berastagi Guru pensiunan 8 tahun SD memiliki anak Anak: 3 Masalah: diumur sekarang sering merasa rindu untuk ngumpul kepada anak anak. Karena anak ibu ini sudah merantau dan menikah.

#### **a. Waktu dan Tempat Penelitian**

Waktu penyusunan tentang masalah emosional pada tingkat anak sampai dewasa akhir pada observasi atau pengamatan ( melihat gerak geriknya mulai bulan April 2025 sekali seminggu (4 kali). Dan wawancara tanggal 5 dan 6 Mei 2024. Sehingga laporan tersebut menganalisis data-data selanjutnya menyusun data- data yang telah diperoleh kedalam bentuk deskripsi kata-kata penelitian. Lokasi penelitian dilakukan di Desa Abdi Kejora, Gang Surya Indah Nomor rumah 4, 7, 11, 5, 8, Kabupaten karo Kecamatan Berastagi Sumatra utara.

**b. Teknik Pengumpulan Data:**

## 1. Observasi

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang penting dalam penelitian, karena pada dasarnya tujuan utama dari sebuah penelitian adalah untuk mendapatkan data, tentunya dalam pengumpulan data menggunakan teknik pengumpulan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan (Sugiyono, 2009: 224). Dalam penelitian ini, peneliti melakukan observasi atau mengamati secara langsung ketempat Desa Abdi Kejora, Gang Surya Indah Nomor rumah 4, 7, 11, 5, 8, Kabupaten karo Kecamatan Berastagi Sumatra utara dan peneliti melaksanakan observasi dengan cara mengamati masalah emosional anak anak sampai dewasa akhir.

## 2. Wawancara

Wawancara adalah bentuk komunikasi antar dua orang, melibatkan seseorang yang ingin memperoleh informasi dari seorang lainnya dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan, berdasarkan tujuan tertentu. Secara garis besar wawancara artinya tak terstruktur dan terstruktur (Mulyana, 2002: 180), Berdasarkan uraian yang telah disebutkan diatas, maka bentuk wawancara yang meneliti terapan dalam penelitian adalah wawancara tak terstruktur atau sering disebut dengan wawancara mendalam, wawancara terbuka dan wawancara tersebut datang kerumah responden yang akan diwawancarai yang bersifat luwes, susunan kata dalam setiap pertanyaan yang akan diwawancarai berubah-ubah tergantung ide ide masing masing yang akan ditanyakan.

**Pembahasan**

Psikologi perkembangan adalah cabang ilmu psikologi yang memfokuskan pada studi tentang perubahan perilaku, pemikiran, emosi, dan interaksi individu sepanjang masa hidup mereka. Ini mencakup periode dari saat individu lahir hingga usia dewasa lanjut. Psikologi perkembangan mencoba memahami bagaimana manusia tumbuh dan berubah dalam berbagai aspek kehidupan mereka, termasuk fisik, kognitif, emosional, sosial, dan moral (Sumanto, 2014). Maka penulis mengangkat tentang emosional karena dalam permasalahan tersebut lebih menonjol dari setiap permasalahan anak-anak sampai usia tua

- a. Bayi: jesyee joy marcellin sitanggung Tahun pertama bayi adalah masa paling penting dalam perkembangan emosionalnya. Di sinilah saatnya si Kecil mulai belajar mengenali emosi mereka dan berusaha mengatasinya. Hubungan anak dengan orang tua dan anggota keluarga lain di sekelilingnya berperan penting dalam hal ini. Misalnya, Jesye lebih mudah belajar dan menyerap informasi baru saat dalam keadaan yang menyenangkan dan nyaman. Bila merasa aman dan nyaman dengan orang tua dan keluarganya sendiri, anak biasanya lebih mudah berinteraksi dengan orang-orang lain di sekelilingnya. Hal ini akan memengaruhi kecakapan sosialnya saat bersosialisasi di masyarakat, Ada kelincahan dari diri jesyee sehingga aktif dalam psikomoriknya. Tanda tanda masalah perkembangan emosional jesyee ketika orang tuanya tidak disampingnya sehingga sering terlihat gelisah, tegang dan pola



makan pun tidak teratur, terkadang meluapkan emosi, dan tidak mau sama orang jika orang tuanya tidak ada cara menenangkan bayi yang masalah emosionalnya tinggi yaitu :

- 1) Langsung diajak Berbicara dan tidak menakut takuti
- 2) Kenali tanda tanda sikecil akan meledak sebelum berusaha menenangkan jesyee ketika mau meluapkan amarahnya
- 3) Memberikan benda yang aman seperti mainan untuk bayi supaya terlihat stabil

- b. Nama : putri ranika, br. Karo. 25-09-2020 , Terkadang anak ini mengalami keadaan emosionalnya tidak stabil apabila lingkungannya seperti temannya mengejek dia tidak punya ayah, sering meluapkan emosinya dengan menangis dan tidak mau bergaul dengan temannya, mentalnya agak sedikit terganggu dan perilakunya melawan sama oran tuanya.

Pendekatan yang kami lakukan adalah selama wawancara karena kebiasaanya suka menggambar kami melatih anak ini untuk menggambar tentang keluarga seperti ibu dan menceritakan kasih sayang Ibu terhadap anak ini dan mengajak anak ini untuk bermain bersama teman-temannya dan memperingati teman-temannya untuk tidak saling mengejek.

- c. Remaja: daniel lot ujung , 15 7 2009 Adalah anak yang agresif dibidang twkondo namun jejaring temannya berkurang dikarenakan lebih suka mengurung diri bahkan setelah selesai kegiatannya terkadang menolak berinteraksi dengan anggota keluarganya yang tinggal serumah, dikarenakan lebih nyaman sendiri.

Pendekatan yang kami lakukan: Sharing sharing tentang apa yang dilakukan, dan mencintai pekerjaannya ketika sendiri contohnya main game, dan mendampingi anak ini dalam melakukan hal hal yang diinginkan seperti contoh mengajakkeliling-keliling dengan mengajak beliau untuk melihat jejaring komunitas yang bermanfaat seperti futsal, dan dengan itu beliau mau ikut mendaftar di ekstrakurikuler futsal untuk mendapatkan lebih banyak jejaring pertemanannya serta ngobrol sama orangtuanya dan memperingatkan bahwa anaknya harus diperhatikan lebih baik.

- d. Dewasa awal : Egianinta Ginting, umur 20 tahun Tempat tanggal lahir, Medan 26 April 2005. Kisahnya sangat menyedihkan , beliau kurang kasih sayang dari orang tuanya dan tinggal bersama bibinya, bibinya tidak memperdulikan egianinta ini sehingga terkadang beliau sering menangis , dan hampir tiap hari karena kelakuan bibi yang tidak sebanding dengan anaknya seperti yang dikatakan ibu tiri, seringkali merasa bahwa dia hidupnya tidak berharga dan rindu dengan keluarganya.

Pendekatan yang dilakukan adalah wawancara dan memberikan semangat kepada egianinta untuk menjalani masa depannya, dikarenakan beliau sangat ingin menjadi guru, maka memberikan konseling yang positif dengan memberi motivasi untuk egianinta jangan melihat dari masa lalu tapi lihat masa depan, harimu boleh sedih sekarang tapi yang akan datang senang karena kamu mendapatkan semangat yang luarbiasa untuk menjalani



hidupmu serta menyarankan untuk memiliki komunitas organisasi baik dimmaasyrakkat maupun gereja.

e. Dewasa awal madya : Ernawati br. Panjaitan. 08 November 1978

Pendekatan yang dilakukan adalah wawancara memberikan dukungan dan jangan mendengarkan perkataan yang negatif arahkan pandangan hal-hal yang positif selalu berusaha dan berdoa menaruh harapan sepenuhnya kepada Tuhan.

f. Dewasa akhir: elisabeth br. Sembiring, S. Pd Lahir: 09 april 1956.

Pendekatan yang dilakukan adalah wawancara memberikan dukungan dan memberikan arahan untuk mengikuti perkumpulan atau senam lansia, memberikan arahan pola makan yang sehat serta kesehatan.

## **Kesimpulan**

Psikologi perkembangan adalah cabang ilmu psikologi yang memfokuskan pada studi tentang perubahan perilaku, pemikiran, emosi, dan interaksi individu sepanjang masa hidup mereka. Ini mencakup periode dari saat individu lahir hingga usia dewasa lanjut. Psikologi perkembangan mencoba memahami bagaimana manusia tumbuh dan berubah dalam berbagai aspek kehidupan mereka, termasuk fisik, kognitif, emosional, sosial, dan moral (Sumanto, 2014). Dari deskripsi hasil wawancara dan observasi terhadap subjek, maka dapat disimpulkan. Hal ini dari hasil wawancara sepenuhnya membutuhkan konseling dan memberikan dukungan agar mereka bersemangat untuk menjalankan kehidupan dan adapun motivasi yang diberikan juga sehingga dapat menjalani masalah psikologis yang dihadapinya dapat berasal dari empati, kepedulian dan keinginan untuk tumbuh.

## **Daftar Pustaka**

Sumanto, Tri Admojo (2014). Psikologi Pendidikan, Yogyakarta:CAPS ; xi 252 hlm,23 cm; ISBN 978-602-9324

Olds and feldman, Papalia, Dianr E Feldman, Rut Duskin. Human Development(2010),Jakarta; Kencana xxxii, 933{138)

John W. Santrock (2013). Psychology, Yogyakarta; Erlangga; hal 20

Hurlock,E.B.1999.Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Alih bahasa: Istiwidayati dan Soedjarwo. Edisi Kelima. Jakarta: Erlangga.



- Jobson, M.C. (2020). Emotional Maturity Among Adolescents. *The International Journal of Indian Psychology*, 4 (7) 570-573. <https://doi.org/10.30877/ijmh.7.1.2020.35-41>
- Ghosh, S. (2019). Emotional Maturity Among Adolescents. *The International Journal of Indian Psychology*, 4(7), 570–573. <https://doi.org/10.25215/0704.065>
- Knoers, A.M.P, Haditono, Siti Rahayu (2001). Psikologi perkembangan pengantar dalam berbagai bagiannya F.J. Yogyakarta Gadjah Mada University Press
- Hurlock (2000). Psikologi Perkembangan; Jakarta Keane, R. (1989). *Essential of Clinical geriatrics*. Singapura: Mc Graw-Hill
- Sugiono (2009;224). *Metode penelitian*. Bandung
- Mulyana, Deddy (2002:180). *Ilmu Komunikasi*. (18). Bandung
- Sumanto (2014). *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta