

## Stimulasi Perkembangan Psikososial Usia Dewasa Tengah (30-60 Tahun)

Nofrida Saswati<sup>1\*</sup>, Isti Harkomah<sup>1</sup>, Sutinah<sup>1</sup>

<sup>1</sup> STIKES Harapan Ibu Jambi

\*e-mail: nofridasaswati@gmail.com

### Abstrak

Masyarakat di kelurahan Legok sebagian besar adalah usia dewasa tengah, sebagian beraktivitas sebagai petugas kebersihan, pencari ikan, dan ada juga yang di rumah saja mengurus keluarga. masyarakat belum mengetahui perkembangan psikososial usia dewasatengah, belum tahu cara mengatasi jika ada penyimpangan perkembangan. Pada tahap usia dewasa tengah dimana seseorang mempersiapkan diri terhadap perubahan fisik yang akan dialaminya sehingga akan berdampak kepada perubahan psikososial individu. Tujuan dari kegiatan pengabdian ini meningkatkan stimulasi perkembangan psikososial usia dewasa tengah. Maka dari itu diperlukannya pendidikan kesehatan terkait stimulasi perkembangan psikososial usia dewasa tengah. Adapun metode yang dilakukan adalah ceramah dan demonstrasi. Setelah dilakukan penyuluhan ada peningkatan kemampuan masyarakat terkait cara mengatasi penyimpangan usia dewasa tengah.

**Kata Kunci:** Stimulasi, psikososial, dewasa tengah

### Abstract

*Most of the people in Legok sub-district are middle-aged adults, some are active as cleaners, fishers, and some are at home taking care of their families. the community does not yet know the psychosocial development of the middle aged age, do not know how to overcome if there are developmental deviations. In the middle stage of adulthood where someone prepares for the physical changes that will be experienced so that it will have an impact on individual psychosocial changes. The purpose of this service activity increases the stimulation of psychosocial development in middle adulthood. Therefore the need for health education is related to stimulation of psychosocial development in middle adulthood. The methods used are lectures and demonstrations. After counseling, there was an increase in community capacity related to how to deal with middle-aged adults.*

**Keywords:** Stimulation, psychosocial, middle adult

## 1. PENDAHULUAN

Usia dewasa tengah merupakan usia dimana seseorang sudah mulai terjadi penurunan pada aspek fisik dan bertambahnya tanggung jawab, pada usia dewaa tengah ini seseorang lebih dewasa dalam berfikiran, namun ada kalanya terjadi ketidak siapan terkait dalam perubahan fisik yang berdampak kepada psikisnya. Pada usia dewasa tengah ini juga sesorang lebih memaknai hidupnya, melakukan hal, yang positif yang bermanfaat bagi dirinya dan orang lain (Monks, F.J, Knoers, A.M.P & Haditono S. 2002).

Hasil penelitian Qiang (2005), pada akhir dewasa madya seseorang memiliki kecenderungan persoalan yang khas, seperti pekerjaan yang muncul sangat mungkin telah terselesaikan oleh mereka dalam mencapai pensiun, tetapi dalam situasi-situasi yang menuntut usia dewasa madya mencapai status memadai dalam jabatan, banyak

diantara dewasa madya (khususnya pria) merasa tidak puas dalam pekerjaannya, masalah berkaitan dengan pola keluarga ada beberapa faktor yang menyulitkan seseorang dewasa madya dalam mengadakan (Qiang L. 2005). Untuk meningkatkan stimulasi perkembangan psikososial maka diperlukannya suatu kegiatan pengabdian kepada masyarakat terkait stimulasi perkembangan psikososial usia dewasa tengah (30-60 tahun), yang mana kegiatan ini akan meningkatkan kemandirian masyarakat dalam melakukan perkembangan psikosialnya. Kegiatan ini dilatarbelakangi dengan banyaknya usia dewasa tengah yang tidak mengetahui bagaimana cara melakukan stimulasi perkembangan psikososial usia dewasa tengah, ciri-ciri normal perkembangan usia dewasa tengah, ciri-ciri abnormal dan cara mengatasi jika ada penyimpangan perkembangan psikososial. Dari permasalahan tersebut menginspirasi pengabdian untuk melakukan kegiatan ini agar masyarakat mampu bersosialisasi dengan satu sama lainnya tanpa ada hambatan psikis. Masalah yang dihadapi masyarakat Kelurahan Legok di usia dewasa tengah ini adalah belum mengetahui stimulasi perkembangan psikososial usia dewasa tengah.

Masalah yang dihadapi oleh masyarakat terkait menghadapi usia dewasa tengah dimana warga ada yang tidak mau bersosialisasi antar satu dan lainnya, tidak mau mengikuti kegiatan pengajian dimasyarakat, sebagian ada juga warga yang mau bersosialisasi ikut pengajian rutin yang diadakan setiap sebulan sekali, persoalan lainnya yang dihadapi di daerah Legok berdasarkan laporan dari salah satu warga bahwa banyak masyarakat yang mempunyai perilaku dan kebiasaan menyimpang seperti konsumsi narkoba, sementara para orang tua belum tahu bagaimaimana caranya untuk menghadapi anak mereka yang mempunyai perilaku menyimpang tersebut, maka dari itu disini orang tua di tantang agar mampu melakukan perubahan perilaku pada anaknya, dimana salah satu dari ciri-ciri perkembangan usia dewasa tengah adalah peduli kepada orang lain, saling mengingatkan dan menasehati jika ada kesalahan yang dilakukan dengan cara yang baik.

Maka dari itu masyarakat membutuhkan edukasi terkait anggota keluarga yang mengalami penyimpangan perilaku. Masalah yang dihadapi oleh masyarakat Kelurahan Legok adalah masalah ekonomi dimana sebagian besar berpenghasilan sebagai pencari ikan, petugas kebersihan tata kota. Hubungan tidak harmonis dengan pasangan dikarenakan ekonomi yang rendah, ada juga anaknya yang melakukan penyimpangan perilaku seperti merokok, konsumsi narkoba, orang tua sudah menasehati namun anaknya melawan. Kebanyakan untuk membiayai sekolah anaknya mereka mendapatkan bantuan dari Dinas Sosial Kota Jambi, sehingga dari berbagai permasalahan hidup yang dihadapi diperlukannya kesiapan masyarakat Kelurahan Legok khususnya usia dewasa tengah ini untuk mengatasi masalah yaitu dengan cara diberikannya kegiatan stimulasi perkembangan psikososial usia dewasa tengah (30-60 tahun).

Usia dewasa tengah, mulai melakukan kehidupan secara mandiri, lebih peduli dengan lingkungan sosial, melakukan kegiatan yang bermanfaat. Perubahan psikososial pada usia dewasa tengah ini terjadi karena masalah yang terjadi dalam kehidupan terkait pekerjaan dan keluarga. Pengaruh yang besar terhadap perkembangan psikologis dan fisik seseorang dikarenakan hubungan intim, tahap perkembangan psikososial yang dialami individu selama pertengahan masa dewasa disebabkan karena generativitas (Desmita R. 2008). Kegiatan yang bermanfaat pada usia dewasa tengah ini yaitu dengan melakukan kegiatan yang bermanfaat seperti, mengikuti pengajian, mendidik anak dengan baik, mampu mengontrol emosi, mampu menyelesaikan masalah yang dihadapi dengan cara konstruktif.

Generativitas pada usia dewasa tengah ini mempersiapkan diri untuk mendidik dan membimbing anaknya agar anaknya sebagai generasi penerus mampu menjadi manusia yang lebih baik yang bermanfaat bagi dirinya sendiri dan orang lain. (IPKJI. 2014). Usia dewasa tengah adalah usia dimana terjadinya transisi dari usia muda ketahap usia dewasa tengah yang merupakan dari tahap-tahap proses perkembangan manusia. Dewasa tengah merupakan masa perubahan baik penampilan fisik yang dikarenakan penuaan, kesepian yang disebabkan oleh kehilangan pasangan hidup dan anak-anak yang sudah berkeluarga (Muzakkiyah, N. & S. Religiusitas. 2016). Selain itu pekerjaan yang sudah purna jabatan yang sangat dimungkinkan pendapatan sudah tidak lagi diperoleh seperti saat masa muda. Belum ada upaya yang dilakukan untuk meningkatkan stimulasi perkembangan psikososial usia dewasa tengah. Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat usia dewasa tengah terhadap stimulasi perkembangan psikososial usia dewasa tengah.

## 2. METODE

Metode pelaksanaan kegiatan ini dilakukan dengan cara ceramah, diskusi dan demonstrasi. Proses Kegiatan di mulai dari pengumpulan responden dimana responden di ambil secara total sampling, kemudian pengabdian meminta kesediaan dari responden untuk menjadi peserta dalam pengabdian kepada masyarakat, setelah itu melakukan penyebaran instrumen untuk mengetahui pengetahuan awal responden terkait dengan stimulasi perkembangan psikososial usia dewasa tengah dan selanjutnya memberikan materi penyuluhan tentang pengertian perkembangan dewasa tengah (usia 30-60 tahun), ciri perkembangan dewasa tengah yang normal, ciri penyimpangan perkembangan dewasa tengah, yang dapat dilakukan keluarga bila terjadi penyimpangan perkembangan (IPKJI. 2014). Kegiatan ini dilakukan dengan metode ceramah dan diskusi, setelah itu mendemonstrasikan kegiatan normal yang dilakukan peserta usia dewasa tengah. Adapun bahan dan alat yang digunakan adalah PPT, leaflet, buku kerja.

## 3. HASIL

Kegiatan ini dilakukan oleh tim Dosen Kelompok Bidang Ilmu Keperawatan Jiwa STIKES Harapan Ibu Jambi pada tanggal 10 November 2018. Penyuluhan Stimulasi perkembangan psikososial usia dewasa tengah (30-60 tahun) kegiatan ini untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait Stimulasi perkembangan psikososial usia dewasa tengah, sehingga diharapkan dapat diterapkan dalam keseharian untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam meningkatkan stimulasi perkembangan psikososial, mengetahui ciri-ciri penyimpangan usia dewasa tengah, mengetahui perkembangan yang normal pada usia dewasa tengah, dan mengetahui peran keluarga jika ada anggota keluarga yang mengalami penyimpangan.

Melalui penyuluhan ini (Gambar 1 & 2) diharapkan masyarakat sedikit demi sedikit mulai memahami bagaimana caranya melakukan stimulasi perkembangan psikososial usia dewasa tengah.

Faktor-faktor yang mendukung kegiatan ini antara lain :

- a. Peserta memiliki kemauan yang besar untuk mendapatkan informasi terkait stimulasi perkembangan psikososial usia dewasa tengah.
- b. Penyuluhan tentang stimulasi perkembangan psikososial usia dewasa tengah didukung oleh aparat setempat seperti Bapak RT yang menyediakan tempat.



Gambar 1. Penjelasan materi penyuluhan



Gambar 2. Peserta memberikan pertanyaan

#### 4. PEMBAHASAN

##### a. Pendidikan Kesehatan dan Diskusi

Pendidikan kesehatan dilakukan di rumah warga yaitu di rumah Ibu Z dengan melibatkan pihak dari dinas sosial. Pendidikan kesehatan dilakukan oleh pengabdian kepada anggota masyarakat dengan dewasa tengah yang berusia 30-60 tahun. Proses merupakan serangkaian kegiatan yang dilakukan dan *output* merupakan hasil dari kegiatan yang sudah dilakukan. Hasil yang diharapkan dari kegiatan ini adanya perubahan perilaku dari awalnya yang perilaku menyimpang agar bisa berubah menjadi perilaku yang baik. Metode kegiatan yang pengabdian lakukan ceramah dan diskusi yang membahas tentang pengertian perkembangan dewasa tengah, ciri perkembangan dewasa tengah yang normal, ciri penyimpangan perkembangan dewasa tengah, kegiatan yang dilakukan keluarga bila terjadi penyimpangan perkembangan.

Setelah dilakukan penyuluhan peserta mampu menjelaskan kembali terkait materi yang diberikan, peserta mampu melakukan upaya jika terjadi penyimpangan. Peserta sangat antusias selama diskusi, peserta bertanya terkait materi yang disampaikan.



**b. Proses Kegiatan**

Kegiatan dimulai dari penjelasan materi terkait pengertian perkembangan dewasa tengah (usia 30-60 tahun), disaat penjelasan tim anggota sebagai fasilitator untuk memotivasi peserta agar berperan aktif selama kegiatan. Selanjutnya penyampaian materi tentang ciri perkembangan dewasa tengah yang normal, hasil diskusi peserta mampu mengetahui apa itu perkembangan dewasa tengah dan ciri perkembangan dewasa tengah yang normal, peserta telah melakukan kegiatan yang positif, selanjutnya penjelasan ciri penyimpangan perkembangan dewasa tengah, peserta masih ada yang mempunyai ciri penyimpangan yaitu ada yang tidak memiliki pekerjaan yang tetap sehingga tidak memperoleh penghasilan yang menetap, selanjutnya pemberian materi terkait apa saja yang dilakukan peserta bila terjadi penyimpangan perkembangan, peserta mampu melakukan kegiatan yang bermanfaat seperti mengikuti kegiatan sosial, di masyarakat, menjalin hubungan baik.

**5. KESIMPULAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa pendidikan kesehatan dengan metode ceramah dan diskusi mampu meningkatkan pengetahuan peserta terkait stimulasi perkembangan psikososial usia dewasa tengah dan peserta mampu melakukan kegiatan yang bermanfaat seperti melakukan kegiatan sosial dengan masyarakat, menjalin hubungan dengan orang lain. Kegiatan ini direkomendasikan untuk meningkatkan pengetahuan peserta yang mengalami penyimpangan perkembangan agar peserta mampu melakukan kegiatan yang positif yang berguna bagi diri sendiri dan lingkungannya.

**6. SARAN**

Tim Pengabdian masyarakat diharapkan mampu menjalin mitra dengan dinas sosial terkait program kerja yang serupa terutama kelompok binaan.

**7. UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada STIKES Harapan Ibu Jambi, pimpinan dan masyarakat Kelurahan Legok, yang telah mendukung terlaksananya kegiatan ini.

**8. DAFTAR PUSTAKA**

Desmita R. (2008). Psikologi Perkembangan. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

IPKJI. (2014). Workshop Keperawatan Kesehatan Jiwa. Jakarta: Universitas Indonesia.

Monks, F.J, Knoers, A.M.P, Haditono S. (2002). Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.).

Muzakkiyah, N. & S. Religiusitas. (2016). Penyesuaian Diri Dan Subjektive Well Being. J Psikologi Indonesia. 2016:5 (1).

Qiang L. (2005). Subjective Well-Being and Mortality in Chinese Oldest Old. Working Paper. Germany: Max Planck Institute for Demographic Research