

PERAN PSIKOLOGI PERKEMBANGAN DALAM DUNIA PENDIDIKAN ANAK SMP

Novita Pardamean Sianturi¹, Ayudhia Diarang²,
Heskia Loho³, Aprilia Rasjid⁴

Institut Agama Kristen Negeri Manado^{1,2,3,4}

novitapsianturi@gmail.com¹, ayudhiadiarang@gmail.com²,
lohoheskia@gmail.com³, apriliasasjid@gmail.com⁴

Abstract

This article discusses the importance of developmental psychology in the education of junior high school children, who are in the age range of 10 to 14 years old. Psychology, derived from the words "psyche" (soul) and "logos" (science), is a field that investigates the mental processes, actions and behaviors of humans in relation to their environment. Developmental psychology specifically studies mental and behavioral changes throughout an individual's life. A deep understanding of developmental psychology is essential for educators and parents of middle school children, in order to understand and respond to their physical, cognitive, social, and emotional developmental needs. The methodology used in this study is the desk research method, which involves collecting and analyzing data from various literature sources such as reference books, articles, and journals. Through this method, the researcher identified important ideas, principles, and perspectives relevant to the topic. The research findings show that developmental psychology plays a vital role in the education of middle school children. Educators need to understand children's developmental phases in order to design appropriate learning programs, as well as identify and address developmental issues that may arise. The main challenges in the developmental process of middle school children include the development of technology and social media, academic pressure, media influence, and mental health issues. The proposed solutions include digital education, study time management, emotional support, monitoring social media use, anti-cyberbullying programs, and access to mental health services. Thus, applying the principles of developmental psychology in the education of junior high school children can create a learning environment that supports physical, emotional, and social development, and produce a quality generation. Collaboration between educators, psychologists and parents is essential to achieve this goal.

Abstrak

Artikel ini membahas pentingnya psikologi perkembangan dalam pendidikan anak SMP, yang berada dalam rentang usia 10 hingga 14 tahun. Psikologi, yang berasal dari kata "psyche" (jiwa) dan "logos" (ilmu), adalah bidang yang menyelidiki proses mental, perbuatan, dan perilaku manusia dalam hubungannya dengan lingkungannya. Psikologi perkembangan khususnya mempelajari perubahan mental dan perilaku sepanjang kehidupan individu. Pemahaman yang mendalam tentang psikologi perkembangan sangat penting bagi pendidik dan orang tua anak SMP. Tantangan utama dalam proses perkembangan anak SMP meliputi perkembangan teknologi dan media sosial, tekanan akademik, pengaruh media, dan masalah kesehatan mental. Solusi yang diusulkan meliputi pendidikan digital, manajemen waktu belajar, dukungan emosional, pemantauan penggunaan media sosial, program anti-bullying siber, dan akses ke layanan kesehatan mental. Dengan demikian, menerapkan prinsip-prinsip psikologi perkembangan dalam pendidikan anak SMP dapat menciptakan lingkungan belajar yang mendukung perkembangan fisik, emosional, dan sosial, serta menghasilkan generasi berkualitas. Kolaborasi antara pendidik, psikolog, dan orang tua sangat penting untuk mencapai tujuan ini.

Correspondence:

shantiruata@iakn-manado.ac.id

Article History:

Submitted:
Juli. 18, 2024

Reviewed:
Juli 24, 2024

Accepted:
Agustus. 15, 2024

Keywords:

Psikologi,
Perkembangan,
Pendidikan SMP

Copyright:

©2024, Authors.

License:



Pendahuluan

Psikologi berasal dari kata “psyche” dan “logos”, yang berarti “jiwa” dan “ilmu”. Penulis sepakat bahwa psikologi adalah bidang yang menyelidiki dan membahas proses jiwa dan mental serta perbuatan dan perilaku manusia sehubungan dengan lingkungannya. Rumusan ini memiliki banyak ahli psikologi yang setuju. Psikologi bertujuan untuk memahami bagaimana individu berpikir, merasa, dan berperilaku dalam berbagai situasi. Psikologi juga merupakan ilmu yang mempelajari perilaku dan proses mental manusia. Bidang ini mencakup berbagai aspek seperti emosi, motivasi, kognisi, interaksi sosial dan perkembangan.¹ Psikologi perkembangan, sebagai cabang dari psikologi yang mempelajari perubahan mental dan perilaku yang terjadi sepanjang hidup seseorang. Ini mencakup pemahaman tentang berbagai fase perkembangan, seperti identitas, konflik generasi, dan pencarian jati diri, yang semuanya sangat relevan dalam konteks pendidikan anak SMP.

Menurut beberapa ahli, psikologi perkembangan adalah ilmu yang mempelajari faktor-faktor yang mempengaruhi proses perkembangan seseorang dari masa bayi hingga usia tua. Pendekatan ini membantu pendidik untuk memahami dan mendukung perkembangan siswa dalam berbagai aspek, termasuk kognitif, sosial, emosional, dan motivasional. Psikologi perkembangan membantu kita memahami bagaimana individu berubah dan beradaptasi sepanjang hidup mereka. Ini penting untuk berbagai bidang, termasuk kesehatan mental, kebijakan sosial, dan pendidikan. Pendidikan sendiri adalah proses usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara.

Pendidikan dapat dibagi menjadi beberapa tingkatan, yaitu: Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD): Meliputi pendidikan bagi anak usia 0-6 tahun untuk mengembangkan potensi dan kesiapan mereka sebelum memasuki pendidikan formal, pendidikan dasar: Terdiri dari pendidikan untuk tingkat SD/MI dan SMP/MTs yang bertujuan untuk memberikan dasar pengetahuan dan keterampilan kepada siswa, pendidikan menengah: Meliputi pendidikan untuk tingkat SMA/MA/SMK yang lebih mengarah pada pematangan pengetahuan dan kesiapan siswa untuk melanjutkan ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi, pendidikan tinggi: Meliputi pendidikan di perguruan tinggi (Diploma, Sarjana, Magister, Doktor) yang mempersiapkan individu untuk memasuki dunia kerja atau menjadi ahli di bidang tertentu (Menurut UUD RI Nomor 20 Tahun 2003). Pendidikan SMP merupakan tingkat pendidikan menengah pertama di Indonesia yang ditempuh setelah pendidikan dasar. Pendidikan ini bertujuan untuk memberikan landasan pengetahuan, keterampilan, dan nilai-nilai moral kepada siswa dalam persiapan untuk melanjutkan ke pendidikan menengah atas atau dunia kerja.²

Peran Psikologi Perkembangan sangat penting dalam konteks pendidikan dan pembelajaran, karena memahami perkembangan psikologis individu membantu dalam merancang pendekatan pendidikan yang sesuai dengan tahapan perkembangan anak atau remaja. Psikologi perkembangan meneliti bagaimana individu berkembang dari segi fisik, kognitif, emosional, sosial, dan moral. Dalam konteks pendidikan, psikologi perkembangan membantu guru dan pendidik untuk mengidentifikasi kebutuhan perkembangan siswa serta memilih strategi pengajaran yang

¹ David Myers, 2018, *Psychology*, New York: Worth Publishers.

² Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. 2022 *Modul Pembelajaran Interaktif Pendidikan Kewarganegaraan untuk SMP/MTs*, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.

tepat.³ Psikologi perkembangan sangat penting untuk pendidikan SMP. Pemahaman tentang psikologi perkembangan sangat penting untuk guru yang mengajar di kalangan SMP karena membantu mereka untuk memahami dan merespons kebutuhan perkembangan unik setiap anak. Peran psikologi perkembangan dalam pendidikan SMP sangat luas. Pertama, psikologi perkembangan membantu pendidik memahami fase perkembangan anak pada usia SMP yang mencakup pertumbuhan fisik, kognitif, sosial, dan emosional. Dengan mengetahui hal ini, guru dapat membuat program pembelajaran yang sesuai dengan tingkat perkembangan anak agar supaya proses belajar mengajar dapat menjadi lebih menyenangkan dan efektif. Peran psikologi perkembangan dalam pendidikan anak SMP juga melibatkan pemahaman terhadap masalah-masalah perkembangan yang mungkin muncul pada anak SMP. Dengan adanya pemahaman ini, pendidik dan orang tua dapat mengidentifikasi, mencegah, dan mengatasi masalah-masalah perkembangan pada anak SMP dengan lebih baik sehingga memberikan lingkungan belajar yang mendukung bagi anak SMP. Dengan demikian, kolaborasi antara psikologi perkembangan, pendidik, dan orang tua sangatlah penting dalam menciptakan lingkungan pendidikan secara menyeluruh dan mendukung perkembangan anak SMP.

Dengan penerapan prinsip-prinsip psikologi perkembangan dalam dunia pendidikan anak SMP, diharapkan dapat tercipta lingkungan belajar yang memenuhi kebutuhan perkembangan setiap individu dan menghasilkan generasi yang berkualitas. Peran psikologi perkembangan dalam dunia anak SMP sangat penting untuk memahami dan mendukung perkembangan fisik, emosional, dan sosial anak-anak pada usia ini. Anak-anak SMP berada pada tahap perkembangan pubertas, yaitu usia sepuluh hingga empat belas tahun, yang ditandai dengan perubahan fisik, perkembangan emosi, dan penyesuaian diri dengan lingkungan sekitar mereka. Psikologi perkembangan juga memainkan peran yang krusial dalam dunia pendidikan anak di tingkat SMP. Melalui pemahaman mendalam tentang tahapan perkembangan fisik, kognitif, sosial, dan emosional, psikologi perkembangan membantu para pendidik memahami kebutuhan individual setiap siswa. Dengan demikian, mereka dapat menyusun strategi pengajaran yang sesuai, memaksimalkan potensi perkembangan setiap siswa secara holistic.

Pada tingkat SMP, anak-anak berada dalam fase yang penting dalam pembentukan identitas dan kemandirian mereka. Psikologi perkembangan memberikan wawasan tentang bagaimana mereka memahami dunia, berinteraksi dengan teman sebaya, serta menangani tekanan akademik dan sosial yang mungkin mereka hadapi. Dengan pemahaman ini, pendidik dapat menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan optimal siswa dalam berbagai aspek kehidupan mereka. Pentingnya peran psikologi perkembangan dalam pendidikan anak SMP juga terlihat dalam upaya untuk mengidentifikasi dan mendukung siswa yang mengalami kesulitan belajar atau masalah perilaku. Melalui pendekatan yang berbasis bukti dan pemahaman yang mendalam tentang perkembangan individu, pendidik dapat memberikan intervensi yang tepat waktu dan efektif, meningkatkan kemungkinan kesuksesan akademik dan sosial siswa.⁴

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kepustakaan untuk mengumpulkan dan menganalisis data dari berbagai sumber yang relevan dengan topik psikologi perkembangan dalam konteks pendidikan anak SMP. Dengan memahami perubahan kognitif, sosial, emosional, dan motivasi yang dialami oleh siswa SMP, pendidik dapat merancang strategi pembelajaran yang lebih efektif dan responsif terhadap kebutuhan perkembangan siswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa psikologi perkembangan memainkan peran vital dalam pendidikan anak SMP. Tantangan

³ Lotte Berk, 2020, *Development Through the Lifespan*, Boston: Pearson Education.

⁴ Anita Woolfolk, 2020, *Educational Psychology*, London: Pearson.

utama yang dihadapi oleh siswa pada tahap ini mencakup perkembangan media sosial, pengaruh media, tekanan akademis, dan masalah kesehatan mental. Dengan pendekatan yang tepat, pendidik dapat membantu siswa mengatasi tantangan-tantangan ini dan mendukung perkembangan mereka secara holistik.

Penelitian ini juga menyoroti beberapa temuan penting dari para ahli di bidang psikologi perkembangan, termasuk teori perkembangan kognitif Piaget, teori perkembangan sosial dan emosional Erikson, serta teori motivasi Dweck. Dengan memanfaatkan pemahaman ini, pendidik dapat menciptakan lingkungan belajar yang mendukung dan memberdayakan siswa untuk mencapai potensi penuh mereka. Dalam upaya untuk mengatasi tantangan yang dihadapi oleh anak SMP, penelitian ini menawarkan beberapa solusi praktis, termasuk edukasi digital, manajemen waktu, dukungan emosional, pemantauan penggunaan media sosial, dan peningkatan akses ke layanan kesehatan mental. Dengan pendekatan yang komprehensif dan berbasis pada prinsip-prinsip psikologi perkembangan, pendidik dapat membantu siswa mengatasi tantangan-tantangan ini dan mendukung perkembangan mereka secara optimal. Artikel ini akan membahas tentang apa itu psikologi, psikologi perkembangan, pendidikan dan bagaimana peran psikologi perkembangan pada masa anak SMP, tantangan serta solusi yang akan dihadapi selama proses perkembangan.

DESKRIPSI TEORITIK

Definisi Psikologi

Psikologi berasal dari kata-kata “psyche” dan “logos”, yang berarti “jiwa” dan “ilmu”. Penulis sepakat bahwa psikologi adalah bidang yang menyelidiki dan membahas proses jiwa dan mental serta perbuatan dan perilaku manusia sehubungan dengan lingkungannya. Rumusan ini memiliki banyak ahli psikologi yang setuju. Perkembangan menunjukkan suatu proses tertentu, yaitu suatu proses yang menuju ke depan dan tidak dapat diulang kembali. Perkembangan manusia mengalami perubahan yang sedikit, tetapi tidak dapat terulang kembali. Pendidik yang mengutamakan psikologi untuk tujuan pendidikan lebih fokus pada manusia sebagai subjek psikologi. Psikologi adalah bidang yang menyelidiki bagaimana tingkah laku manusia berhubungan dengan lingkungannya⁵.

Definisi Psikologi Perkembangan

Psikologi perkembangan adalah bidang ilmu yang mempelajari perubahan mental dan perilaku yang terjadi sepanjang hidup seseorang. Pemahaman tentang fase perkembangan seperti identitas, konflik generasi, dan pencarian jati diri sangat penting dalam membangun strategi pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan siswa dalam pendidikan anak SMP. Pemahaman psikologi perkembangan harus dipelajari setelah penjelasan mendalam tentang konsep-konsep tersebut. Psikologi perkembangan didefinisikan sebagai bidang yang mempelajari jiwa dan tingkah laku manusia selama tahap perkembangan mereka, mulai dari konsepsi hingga usia tua, berdasarkan pertumbuhan, kematangan, belajar, dan pengalaman.⁶ Encyclopedia International menyatakan bahwa psikologi perkembangan adalah cabang psikologi yang fokus pada perilaku anak. Sepanjang sejarah, fokus diskusinya berpusat pada analisis komponen perilaku anak yang mungkin berkontribusi pada perkembangan perilaku dewasa yang kompleks. Berikut ini adalah pengertian psikologi perkembangan menurut beberapa ahli

1. Para ahli psikologi perkembangan memberikan beberapa definisi berikut: Menurut Prof. Dr. FJ Monks, Prof. Dr. AMP Knoers, dan Prof. Dr. Siti Rahayu Haditoro, “Psikologi

⁵ Elfi Yuliani Rochmah, 2014, *Psikologi Perkembangan (Sepanjang Rentang Hidup)*, Ponorogo: Stain Po Press.

⁶ Elfi Yuliani, 2021, *Psikologi Perkembangan*, Yogyakarta: teras.

perkembangan adalah suatu ilmu yang mempersoalkan faktor-faktor umum yang mempengaruhi proses perkembangan yang terjadi dalam diri seseorang”.

2. Menurut Dra. Kartini Kartono, “psikologi perkembangan (psikologi anak) adalah suatu ilmu yang mempelajari tingkah laku manusia yang dimulai dengan masa bayi, anak pemain, anak sekolah, masa remaja, sampai masa remaja menjelang dewasa.”
3. Menurut Carter V. Good dalam Kamus Pendidikan, psikologi perkembangan adalah cabang psikologi yang mempelajari bagaimana perilaku berkembang dengan mempertimbangkan filogenetik dan ontogenetik, termasuk semua fase pertumbuhan dan penurunan. Walaupun bentuk dan polanya dapat dipertukarkan, ini menunjukkan bahwa ada payung yang lebih luas dari pengertian ilmu jiwa keturunan.⁷

Definisi Pendidikan

Pendidikan adalah proses usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara. Pendidikan dapat dibagi menjadi beberapa tingkatan, yaitu:

1. Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD): Meliputi pendidikan bagi anak usia 0-6 tahun untuk mengembangkan potensi dan kesiapan mereka sebelum memasuki pendidikan formal.
2. Pendidikan Dasar: Terdiri dari pendidikan untuk tingkat SD/MI dan SMP/MTs yang bertujuan untuk memberikan dasar pengetahuan dan keterampilan kepada siswa.
3. Pendidikan Menengah: Meliputi pendidikan untuk tingkat SMA/MA/SMK yang lebih mengarah pada pematapan pengetahuan dan kesiapan siswa untuk melanjutkan ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi.
4. Pendidikan Tinggi: Meliputi pendidikan di perguruan tinggi (Diploma, Sarjana, Magister, Doktor) yang mempersiapkan individu untuk memasuki dunia kerja atau menjadi ahli di bidang tertentu.

Metode Penelitian

Metode yang peneliti gunakan dalam artikel ini adalah metode penelitian kepustakaan karena pentingnya untuk mendapatkan informasi dari suatu penelitian tentang kebenaran, metode Penelitian kepustakaan adalah jenis penelitian yang melibatkan pengumpulan data dan informasi melalui penggunaan berbagai sumber daya yang ada di perpustakaan, seperti buku referensi, hasil penelitian sebelumnya yang serupa, artikel, catatan, dan berbagai jurnal yang berhubungan dengan topik penelitian.⁸ Selain mengumpulkan informasi dan data literatur metode ini juga menganalisis informasi dan data yang telah dikumpulkan untuk mengidentifikasikan ide-ide penting, prinsip-prinsip dan perspektif yang relevan dengan topik yang dibahas.

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian dan penelusuran kami menemukan bahwa dalam hasil pembahasan atau penelitian ini kami penulis mengetahui bahwa dalam psikologi perkembangan

⁷ Kayyis Fithri Ajuhri, 2019, *Psikologi Perkembangan Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*”, Yogyakarta: penerbar media pustaka.

⁸ Milya Sari., Asmendri, 2020, “*Penelitian Kepustakaan (Library Research) dalam Penelitian Pendidikan IPA*”, *jurnal Penelitian Bidang IPA dan Pendidikan IPA*, vol 6, (<https://core.ac.uk/download/pdf/335289208.pdf>), diakses pada tanggal 15 Juni 2024.

dalam konteks dunia pendidikan anak SMP banyak sekali peneliti- peneliti mengidentifikasi perspektif yang sangat relevan sehingga temuan peneliti menunjukkan bahwa psikologi perkembangan memainkan peran vital dalam konteks pendidikan anak SMP. Kemudian juga ada tantangan utama dalam proses perkembangan anak SMP yaitu perkembangan media sosial (medsos), pengaruh media, dan masalah kesehatan mental.

Dalam penelitian ini ada perbedaan dimana temuan dari penulis sebagai pembaca dengan teori yang digunakan yaitu teori kepustakaan dimana penulis dapat sangat dipengaruhi oleh pandangan pribadi dan emosional mereka sendiri, teori yang digunakan dalam kajian kepustakaan dapat memberikan pendekatan yang lebih analisis dalam memahami dan menafsir suatu karya sastra dalam berbagai perspektif yang angat luas.

Kami juga menemukan beberapa hasil penelitian dari beberapa peneliti yang terkenal dalam dunia psikologi perkembangan

1. Perkembangan Kognitif: Anak-anak pada tahap SMP berada dalam fase operasional formal menurut teori Piaget. Mereka mulai mampu berpikir abstrak dan logis. Studi menunjukkan bahwa guru yang memahami tahap perkembangan kognitif siswa dapat merancang strategi pengajaran yang lebih efektif, seperti penggunaan metode problem-solving dan diskusi kelompok untuk merangsang kemampuan berpikir kritis.⁹
2. Perkembangan Sosial dan Emosional: Masa SMP adalah periode penting dalam perkembangan sosial dan emosional. Erikson menyatakan bahwa anak-anak pada tahap ini menghadapi krisis identitas vs. kebingungan peran. Penelitian menemukan bahwa dukungan sosial dari teman sebaya dan guru sangat berpengaruh dalam membantu siswa mengembangkan identitas yang positif.¹⁰ Program pembelajaran yang menekankan kerjasama dan komunikasi interpersonal dapat meningkatkan keterampilan sosial dan emosional siswa.
3. Motivasi dan Pembelajaran Teori: motivasi seperti Teori Dweck tentang mindset menunjukkan bahwa keyakinan siswa tentang kemampuan mereka mempengaruhi keberhasilan akademis mereka. Penelitian oleh (Yeager dan Dweck: 2020) menunjukkan bahwa intervensi yang dirancang untuk mengubah mindset siswa dari fixed mindset ke growth mindset dapat meningkatkan motivasi dan prestasi akademis. Oleh karena itu, pendekatan psikologi perkembangan yang menggabungkan prinsip-prinsip motivasi dapat meningkatkan keterlibatan dan hasil belajar siswa.
4. Peran Guru: Guru tidak hanya sebagai pengajar, tetapi juga sebagai fasilitator perkembangan psikologis siswa. Penelitian menunjukkan bahwa pelatihan guru dalam psikologi perkembangan dapat meningkatkan efektivitas pengajaran dan memberikan dampak positif pada kesejahteraan siswa (Woolfolk: 2019). Guru yang memiliki pemahaman tentang teori perkembangan dapat lebih responsif terhadap kebutuhan individu siswa.
- 5.

Peran psikologi perkembangan dalam dunia anak SMP

Perkembangan psikologi dalam dunia anak SMP meliputi beberapa hal antara lain

1. Perubahan fisik

Anak-anak mulai mengalami perkembangan fisik yang cukup jelas pada usia SMP, salah satunya adalah ketidakproporsionalan tinggi dan berat badan. Selain itu, ciri-ciri seksual sekundernya mulai terlihat. Orang tua harus mendampingi anak dalam situasi ini, memberi

⁹ John W. Santrock, 2018, *Child Development*, New York: McGraw-Hill Education.

¹⁰ Ibid hal. 4

tahu mereka, memahami mereka, mengarahkan mereka, dan memberi mereka pengetahuan yang diperlukan tentang perubahan fisik yang terjadi. Anak perempuan dapat pergi dengan ibunya, dan anak laki-laki dapat pergi dengan ayahnya. Di lingkungan sekolah, guru harus sensitif terhadap kondisi perkembangan ini. Sangat penting untuk memberikan instruksi dan pengetahuan kepada siswa tentang cara menjadi sesuatu yang tidak mencolok.¹¹

2. Perubahan sosial

Anak-anak SMP juga mengalami kecenderungan psikologis yang signifikan, seperti keinginan untuk menyendiri dan bergaul, serta keinginan untuk bebas dari pengawasan orang tua dan membutuhkan bantuan dan bimbingan orang tua. Selain itu, mereka mulai mempertimbangkan norma atau prinsip moral dengan situasi yang terjadi dalam kehidupan orang dewasa.¹²

3. Perkembangan Emosi

Masa remaja awal ditandai dengan peningkatan kesadaran diri dan kebutuhan untuk diterima oleh teman sebaya.¹³ Pendidik dapat memanfaatkan pengetahuan ini untuk menciptakan lingkungan belajar yang mendukung perkembangan kecerdasan emosional dan keterampilan sosial. Implementasi pembelajaran kooperatif dan program mentoring teman sebaya telah terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan siswa untuk mengelola emosi dan berinteraksi secara positif

4. Motivasi dan identitas diri

Pendidik dapat mendukung proses ini dengan menyediakan kesempatan bagi siswa untuk mengeksplorasi minat dan bakat mereka melalui kegiatan ekstrakurikuler dan program pengembangan karir. Penelitian menunjukkan bahwa pendekatan ini dapat meningkatkan motivasi intrinsik siswa dalam belajar.¹⁴

Tantangan dalam Proses Perkembangan Anak SMP

1. Perkembangan Teknologi dan Media Sosial: penggunaan teknologi dan media sosial yang meningkat dapat mempengaruhi perkembangan kognitif dan emosional anak. Anak-anak sering terpapar informasi yang berlebihan dan tidak selalu sesuai dengan usia mereka, yang dapat mengganggu konsentrasi dan meningkatkan kecemasan.
2. Tekanan Akademis: anak SMP mulai menghadapi tuntutan akademis yang lebih besar dibandingkan dengan masa sebelumnya. Mereka harus menyesuaikan diri dengan peningkatan beban pelajaran dan ujian.¹⁵
3. Pengaruh Media dan Teknologi: Penggunaan media sosial dan teknologi digital dapat memengaruhi perkembangan sosial dan emosional anak. Mereka dapat terpapar konten yang tidak sesuai atau mengalami cyberbullying.¹⁶

¹¹ Prestasi global, 2015, "Perkembangan Psikologi Anak Usia Sekolah Menengah (SMP)" jurnal sekolah prestasi global, (www.prestasiglobal), diakses pada tanggal 24 Juni 2024.

¹² Kemendikbud, 2020, "Karakteristik Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP)", (www.siln-riyadh.kemdikbud), diakses pada tanggal 6 Juni 2024.

¹³ JA Durlak dkk, 2022, "The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions", jurnal Child Development, vol 82, diakses pada tanggal 24 Juni 2024.

¹⁴ Richard Ryan., Edward Deci, 2020, "Intrinsic and extrinsic motivations Classic definitions and new directions", jurnal Contemporary Educational Psychology, vol 25, diakses pada tanggal 24 Juni 2024.

¹⁵ Jacquelynne Eccles., Robert W Roeser, 2011, *Schools as developmental contexts during adolescence*, journal of Research on Adolescence, 21, diakses pada tanggal 24 Juni 2023.

¹⁶ Patti M Valkenburg., Jessica T Piotrowski, 2017, *Plugged In: How Media Attract and Affect Youth*, Yale: University Press.

4. Masalah Kesehatan Mental: Remaja awal berisiko mengalami masalah kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, dan gangguan makan. Kesadaran dan dukungan dari lingkungan sekitar sangat penting untuk mengatasi masalah ini.¹⁷

Solusi Mengatasi Tantangan dalam Proses Perkembangan Anak SMP

1. Perkembangan Teknologi dan Media Sosial
 - Edukasi Digital: Mengajarkan literasi digital pada anak-anak, termasuk cara mengidentifikasi informasi yang valid dan bagaimana menggunakan teknologi secara bertanggung jawab, dapat membantu mengurangi dampak negatif dari paparan informasi yang berlebihan. Orang tua dan sekolah dapat bekerja sama untuk menyediakan program edukasi yang menyeluruh mengenai penggunaan internet dan media sosial yang sehat dan aman.
 - Batasan Waktu Layar: Menetapkan batasan waktu penggunaan perangkat elektronik dan media sosial dapat membantu anak-anak mengembangkan kebiasaan yang lebih sehat dan mencegah gangguan konsentrasi. Misalnya, American Academy of Pediatrics merekomendasikan waktu layar yang terbatas dan teratur untuk anak-anak di usia sekolah.¹⁸
2. Tekanan Akademis
 - Manajemen Waktu dan Belajar: Mengajarkan keterampilan manajemen waktu dan strategi belajar yang efektif dapat membantu anak-anak menghadapi beban akademis yang meningkat. Misalnya, penggunaan teknik seperti pembelajaran interval (spaced repetition) dan pembuatan jadwal belajar yang seimbang dapat mengurangi stres akademis.
 - Dukungan Emosional dan Konseling: Sekolah dapat menyediakan layanan konseling dan program dukungan emosional untuk membantu siswa mengelola stres dan kecemasan terkait akademik. Konselor sekolah dapat memberikan bimbingan tentang cara mengatasi tekanan akademis serta menawarkan dukungan moral.¹⁹
3. Pengaruh Media dan Teknologi
 - Pemantauan dan Pengawasan: Orang tua dan pendidik harus lebih aktif dalam memantau dan mengawasi penggunaan media sosial oleh anak-anak. Ini bisa termasuk memeriksa pengaturan privasi dan mengawasi interaksi online mereka untuk menghindari paparan konten yang tidak sesuai atau cyberbullying.
 - Program Anti-Cyberbullying: Mengimplementasikan program pendidikan tentang cyberbullying di sekolah dapat membantu meningkatkan kesadaran dan memberikan alat kepada siswa untuk melindungi diri mereka sendiri. Program ini harus mencakup cara melaporkan cyberbullying dan bagaimana bersikap positif secara online.²⁰
4. Masalah Kesehatan Mental

¹⁷ Anita Thapar., dkk, 2011, *Rutter's Child and Adolescent Psychiatry*, Hoboken: Wiley-Blackwell.

¹⁸ American Academy of Pediatrics, 2016, **Media and Young Minds**, journal of Pediatrics, vol 138, diakses pada tanggal 24 Juni 2024.

¹⁹ John Dunlosky., dkk, Rawson 2013, "**Improving Students' Learning With Effective Learning Techniques: Promising Directions From Cognitive and Educational Psychology**", journal of Psychological Science in the Public Interest, vol 14, diakses pada tanggal 24 Juni 2024.

²⁰ Sameer Hinduja., Justin Patchin, 2015, **Bullying Beyond the Schoolyard: Preventing and Responding to Cyberbullying**, Kanada: Corwin Press.

- Pendidikan dan Kesadaran: Meningkatkan kesadaran mengenai kesehatan mental melalui program-program pendidikan dapat membantu siswa dan orang tua mengenali tanda-tanda awal dari masalah seperti depresi dan kecemasan. Sekolah dan komunitas dapat mengadakan seminar dan workshop tentang pentingnya kesehatan mental dan cara menjaga kesejahteraan psikologis.
- Akses ke Layanan Kesehatan Mental: Memastikan bahwa siswa memiliki akses yang mudah ke layanan kesehatan mental, termasuk konseling dan terapi, adalah kunci untuk menangani masalah kesehatan mental pada tahap awal. Ini dapat mencakup kerja sama dengan profesional kesehatan mental dan penyediaan sumber daya di sekolah.

Pendekatan pastoral konseling pada anak SMP

pendekatan pastoral konseling harus menggunakan sejumlah pendekatan khusus yang berfokus pada kebutuhan dan kesulitan khusus yang dihadapi oleh remaja. Berikut ini adalah beberapa strategi yang dapat digunakan:

- a) Pendidikan dan Literasi Media: Memberikan anak-anak SMP pengetahuan tentang media dan kemampuan untuk memahami dan mengevaluasi konten media secara kritis. Ini membantu mereka menghindari dampak negatif dari konten media sosial.²¹
- b) Meningkatkan Keterampilan Sosial dan Emosional Kegiatan kelompok dan instruksi membantu meningkatkan keterampilan sosial dan emosional. Metode ini membantu anak mempelajari empati, komunikasi, dan mengelola emosi.²²
- c) Konseling Individu dan Kelompok: Konseling individu dan kelompok membahas kesehatan mental, manajemen stres, dan strategi coping. Konseling pastoral memungkinkan anak berbicara tentang masalah mereka dan menemukan solusi berdasarkan nilai-nilai.
- d) Pendekatan Spiritual Menggabungkan ajaran agama dan spiritual dalam konseling. Metode ini dapat membantu anak mengatasi kecemasan, depresi, dan stres yang terkait dengan penggunaan media sosial, serta memberikan kedamaian batin.
- e) Pelatihan Orang Tua: Orang tua dididik tentang cara mendukung anak mereka dalam penggunaan media sosial yang sehat dan menemukan tanda-tanda kesehatan mental²³.

Pendekatan pastoral konseling pada anak SMP bertujuan untuk membantu anak mengatasi masalah, memperkuat nilai-nilai spiritual, serta mengembangkan kesejahteraan emosional mereka. Dengan pendekatan ini, diharapkan anak dapat tumbuh dan berkembang secara holistik baik secara spiritual maupun psikologis.

Kesimpulan

Psikologi adalah bidang ilmu yang mempelajari jiwa dan perilaku manusia, termasuk bagaimana individu berinteraksi dengan lingkungannya. Psikologi perkembangan, sebagai salah satu cabangnya, fokus pada perubahan mental dan perilaku sepanjang hidup seseorang, dari masa bayi hingga usia tua. Pemahaman ini penting untuk diterapkan dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk pendidikan. Psikologi perkembangan sangat penting dalam pendidikan anak SMP

²¹ Leslie J. Francis dan Andrew Village, *Pastoral Care and Counselling*, London Nama Penerbit: SCM Press, 2015 hlm 101-105.

²² Kathleen A. Cahalan, *Introducing the Practice of Ministry*, Collegeville, Liturgical Press, 2010 hlm 89-92.

²³ Howard W. Stone, *Brief Pastoral Counseling: Short-term Approaches and Strategies*, Minneapolis, Fortress Press, 1994 hlm 45-48.

(Sekolah Menengah Pertama). Psikologi perkembangan dalam konteks pendidikan mencakup perkembangan kognitif, perkembangan sosial dan emosional masa SMP, motivasi dan pembelajaran, peran guru. Anak-anak pada usia ini mengalami berbagai perubahan fisik, kognitif, sosial, dan emosional yang signifikan.

Dengan memahami tahapan perkembangan ini, guru dan pendidik dapat: mengembangkan program pembelajaran yang sesuai, mengidentifikasi dan mengatasi masalah perkembangan, menciptakan lingkungan belajar yang mendukung. Anak-anak SMP menghadapi berbagai tantangan dalam proses perkembangan mereka, termasuk perkembangan teknologi dan media sosial, tekanan akademis, pengaruh media dan teknologi, masalah kesehatan mental. Untuk mengatasi tantangan-tantangan tersebut, beberapa solusi yang dapat diterapkan meliputi: edukasi digital dan batasan waktu, manajemen waktu dan dukungan emosional, pemantauan dan program anti-cyberbullying, pendidikan dan akses ke layanan kesehatan mental.

Menurut Hurlock (2003), remaja menghadapi beberapa tugas perkembangan umum, seperti memahami kondisi fisiknya, mengakui peran dalam masyarakat, belajar tentang hubungan dengan lawan jenis, mencapai kemandirian emosional dan finansial, mengembangkan kemampuan intelektual, mengenali nilai-nilai orang dewasa, melakukan praktik tanggung jawab sosial, dan mempersiapkan diri untuk pernikahan dengan demikian. Pemahaman tentang psikologi perkembangan sangat penting untuk mendukung perkembangan fisik, emosional, dan sosial anak-anak usia SMP.

Dengan menerapkan prinsip-prinsip psikologi perkembangan dalam pendidikan, diharapkan tercipta lingkungan belajar yang memenuhi kebutuhan perkembangan setiap individu, sehingga menghasilkan generasi yang berkualitas. Kolaborasi yang efektif antara pendidik, orang tua, dan ahli psikologi perkembangan adalah kunci untuk menciptakan lingkungan pendidikan yang holistik dan mendukung perkembangan optimal anak SMP. Secara keseluruhan, psikologi perkembangan memiliki peran penting dalam mendukung proses pendidikan anak SMP dengan memahami dan mengatasi berbagai tantangan perkembangan yang mereka hadapi.

Referensi

- Ajuhri, Kayyis Fithri. 2019. *Psikologi Perkembangan Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*". Yogyakarta: penerbit media pustaka.
- Berk, Lotte. 2020. *Development Through the Lifespan*. Boston: Pearson Education.
- Dunlosky, John dkk. Rawson 2013. "Improving Students' Learning With Effective Learning Techniques: Promising Directions From Cognitive and Educational Psychology". *Journal of Psychological Science in the Public Interest*. Vol 14. Diakses pada tanggal 24 Juni 2024.
- Durlak, JA dkk. 2022. "The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions". *Journal of Child Development*. Vol 82. Diakses pada tanggal 24 Juni 2024.
- Eccles, Jacquelynne., Roeser, Robert W. 2011. *Schools as developmental contexts during adolescence*, *Journal of Research on Adolescence*. Vol 21. Diakses pada tanggal 24 Juni 2023.
- Global, Prestasi 2015. "Perkembangan Psikologi Anak Usia Sekolah Menengah (SMP)". *Jurnal sekolah prestasi global*. (www.prestasiglobal.com). Diakses pada tanggal 24 Juni 2024.

- Hinduja, Sameer., Patchin, Justin. 2015. *Bullying Beyond the Schoolyard: Preventing and Responding to Cyberbullying*. Kanada: Corwin Press.
- Hurlock, Elizabeth Bergner. 2003. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi Kelima. Jakarta: Erlangga.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. 2022. *Modul Pembelajaran Interaktif Pendidikan Kewarganegaraan untuk SMP/MTs*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.
- Kemendikbud. 2020. "Karakteristik Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP)". (www.siln-riyadh.kemdikbud). Diakses pada tanggal 6 Juni 2024.
- Myers, David. 2018. *Psychology*. New York: Worth Publishers.
- Pediatrics, American Academy of. 2016. *Media and Young Minds*. Journal of Pediatrics. Vol 138. Diakses pada tanggal 24 Juni 2024.
- Rochmah, Elfi Yuliani. 2014. *Psikologi Perkembangan (Sepanjang Rentang Hidup)*. Ponorogo: Stain Po Press.
- Rochman, Elfi Yuliani. 2021. *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: teras.
- Ryan, Richard., Deci, Edward. 2020. "Intrinsic and extrinsic motivations Classic definitions and new directions". Journal Contemporary Educational Psychology. Vol 25. Diakses pada tanggal 24 Juni 2024.
- Sari, Milya., Asmendri. 2020. "Penelitian Kepustakaan (Library Research) dalam Penelitian Pendidikan IPA". Jurnal Penelitian Bidang IPA dan Pendidikan IPA. vol 6. (<https://core.ac.uk/download/pdf/335289208.pdf>). Diakses pada tanggal 15 Juni 2024.
- Thapar, Anita., dkk. 2011. *Rutter's Child and Adolescent Psychiatry*, Hoboken: Wiley-Blackwell.
- Valkenburg, Patti M., Piotrowski, Jessica T. 2017. *Plugged In: How Media Attract and Affect Youth*. Yale: University Press.
- Woolfolk, Anita. 2020. *Educational Psychology*. London: Pearson.
- Yeager, D. S., & Dweck, C. S. 2020. *Mindsets That Promote Resilience: When Students Believe That Personal Characteristics Can Be Developed*. Educational Psychologist. Vol 55. Diakses pada tanggal 30 Juni 2024.