

PERKEMBANGAN MASA DEWASA DAN TUA

Perkembangan merupakan proses yang terjadi sepanjang hayat (*life-span development*) dan merupakan proses yang berkesinambungan,, wilayah perkembangannya tidak hanya terjadi pada masa anak-anak dan dewasa, tetapi pada hingga masa tua sampai meninggal dunia.

Pada umumnya, para psikolog menentukan waktu dimulainya usia dewasa sekitar usia 20 tahun sebagai awal masa dewasa dan berlangsung hingga sekitar usia 40-45 tahun. Pertengahan masa dewasa awal berlangsung sekitar usia 40-45 sampai sekitar usia 65 tahun, serta masa dewasa lanjut atau masa tua sekitar usia 65 tahun sampai meninggal.

Aspek perkembangan yang terjadi selama masa dewasa dan usia tua diantaranya meliputi perkembangan fisik, kognitif, dan psikososial.

A. Perkembangan Fisik

Perkembangan fisik pada masa ini mencapai muncaknya (pada masa dewasa awal) dan mengalami penurunan (masa dewasa akhir). Perkembangan pada masa ini meliputi:

1. Kesehatan badan
2. Perkembangan Sensori
3. Perkembangan Otak

B. Perkembangan Kognitif

Salah satu pertanyaan yang paling banyak menimbulkan kontroversi dalam studi perkembangan hidup manusia adalah kemampuan kognitif orang dewasa, seperti memori, kreativitas, intelegensi, maupun kemampuan belajar.

Perkembangan kognitif meliputi:

1. Perkembangan pemikiran postformal
2. Perkembangan memori
3. Perkembangan intelegensi

C. Perkembangan Psikososial

Selama masa dewasa, perkembangan dunia sosial dan personal dari individu menjadi lebih luas dan kompleks dibandingkan dengan masa-masa

sebelumnya karena pada masa ini individu memasuki peran kehidupan yang lebih luas.

Perkembangan psikososial ini meliputi:

1. Perkembangan keintiman
2. Cinta
3. Pernikahan dan keluarga
4. Perkembangan generativitas