

PERKEMBANGAN HOLISTIK: PEMAHAMAN, CIRI, DAN PRINSIP PERUBAHAN BIOLOGI KOGNITIF, SERTA PSIKOSOSIAL

Ainun Jariyah^{*1}, Mery Kristina Wele², Yulita Erlina Ngama³

¹²³Program Studi Pendidikan Biologi, Universitas Flores

Email: meryykristina746@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh kebutuhan memahami perkembangan manusia secara holistik yang mencakup aspek biologis, kognitif, dan psikososial secara menyeluruh. Masalah yang diangkat adalah bagaimana konsep perkembangan holistik dapat menjelaskan ciri-ciri, perubahan fisik dan psikis, serta prinsip-prinsip dasar yang mengatur proses perkembangan tersebut. Fokus penelitian adalah mendeskripsikan pemahaman perkembangan holistik, ciri-ciri perkembangan, perubahan yang terjadi pada aspek biologis, kognitif, dan psikososial, serta prinsip-prinsip yang mendasari proses perkembangan. Metode yang digunakan adalah kajian pustaka deskriptif kualitatif dengan menelaah literatur akademik dan penelitian terdahulu yang relevan. Tahapan penting penelitian meliputi pengumpulan data dari jurnal, buku, dan artikel ilmiah, analisis konsep dan teori perkembangan holistik, serta sintesis hasil temuan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perkembangan holistik merupakan proses yang berkesinambungan dan saling terkait antara aspek fisik, kognitif, dan psikososial, dengan ciri khas perubahan yang teratur dan individual. Prinsip-prinsip perkembangan menegaskan adanya perbedaan kecepatan perkembangan antar individu, keterkaitan erat antara aspek fisik dan psikis, serta pengaruh lingkungan sebagai faktor penting. Kesimpulan utama adalah bahwa pemahaman perkembangan secara holistik memberikan gambaran menyeluruh tentang proses tumbuh kembang manusia yang kompleks dan dinamis, sehingga pendekatan ini penting untuk diaplikasikan dalam pendidikan, pengasuhan, dan pengembangan sumber daya manusia.

Kata Kunci: perkembangan holistik, perubahan biologis, prinsip perkembangan.

Abstract

This research is motivated by the need to understand human development holistically, encompassing biological, cognitive, and psychosocial aspects comprehensively. The problem addressed is how the concept of holistic development can explain the characteristics, physical and psychological changes, as well as the fundamental principles governing the developmental process. The focus of the study is to describe the understanding of holistic development, developmental characteristics, changes occurring in biological, cognitive, and psychosocial aspects, and the principles underlying the developmental process. The method used is a qualitative descriptive literature review by examining relevant academic literature and previous research. Key stages of the study include data collection from journals, books, and scientific articles, analysis of concepts and theories of holistic development, and synthesis of findings. The results show that holistic development is a continuous and interconnected process between physical, cognitive, and psychosocial aspects, characterized by orderly and individual changes. The principles of development emphasize differences in developmental rates among individuals, the close relationship between physical and psychological aspects, and the influence of the environment as an important factor. The main conclusion is that understanding development holistically provides a comprehensive picture of the complex and dynamic human growth process, making this approach essential for application in education, caregiving, and human resource development.

Keywords : holistic development, biological changes, development principles.

PENDAHULUAN

Perkembangan manusia merupakan proses yang kompleks dan dinamis, melibatkan perubahan yang terjadi secara simultan pada aspek biologis, kognitif, dan psikososial. Pemahaman yang holistik terhadap perkembangan ini menjadi sangat penting karena setiap aspek tersebut saling berinteraksi dan memengaruhi satu sama lain dalam membentuk individu secara utuh. Menurut Santrock (2021), perkembangan holistik mencakup perubahan fisik, kemampuan berpikir, serta perkembangan emosi dan sosial yang terjadi sepanjang rentang kehidupan manusia. Pendekatan ini menekankan bahwa perkembangan tidak dapat dipisahkan menjadi bagian-bagian terpisah, melainkan harus dipandang sebagai suatu kesatuan yang saling terkait.

Penelitian mutakhir juga mendukung pentingnya pendekatan holistik dalam memahami perkembangan manusia. Misalnya, Bronfenbrenner (2020) dalam teorinya tentang ekologi perkembangan menegaskan bahwa lingkungan sosial dan fisik memiliki peran krusial dalam memengaruhi proses perkembangan individu. Selain itu, penelitian oleh Smith dan kolega (2023) menunjukkan bahwa perubahan biologis seperti pertumbuhan otak berhubungan erat dengan kemampuan kognitif dan perkembangan emosional, sehingga pendekatan multidimensional sangat diperlukan dalam kajian perkembangan manusia.

Namun, masih terdapat tantangan dalam mengintegrasikan berbagai aspek perkembangan secara menyeluruh dalam praktik pendidikan dan pengasuhan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan konsep perkembangan holistik, ciri-ciri perubahan pada aspek biologis, kognitif, dan psikososial, serta prinsip-prinsip dasar yang mengatur proses tersebut. Dengan demikian, diharapkan pemahaman yang komprehensif ini dapat menjadi landasan dalam mengembangkan strategi pembelajaran dan pengasuhan yang lebih efektif dan adaptif terhadap kebutuhan individu.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan kajian pustaka deskriptif. Metode ini dipilih untuk memperoleh pemahaman mendalam mengenai konsep perkembangan holistik serta ciri-ciri dan prinsip-prinsip dasar yang mengatur proses perkembangan manusia dari aspek biologis, kognitif, dan psikososial. Data dikumpulkan melalui telaah literatur yang meliputi jurnal akademik, buku, dan artikel ilmiah yang relevan dan terbaru.

Tahapan penelitian dimulai dengan identifikasi sumber-sumber literatur yang kredibel dan terkait dengan topik perkembangan holistik. Selanjutnya, dilakukan analisis konsep dan teori yang ditemukan untuk menggali pemahaman komprehensif tentang proses perkembangan manusia secara menyeluruh. Hasil analisis kemudian disintesis untuk menghasilkan gambaran yang utuh dan sistematis mengenai ciri-ciri perkembangan serta prinsip-prinsip yang mendasari perubahan pada setiap aspek perkembangan.

Pendekatan kualitatif ini memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi berbagai perspektif dan temuan empiris yang mendukung pemahaman holistik, sehingga dapat memberikan kontribusi yang berarti bagi pengembangan teori dan praktik dalam bidang pendidikan, pengasuhan, dan pengembangan sumber daya manusia.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perkembangan holistik merupakan proses yang berkesinambungan dan saling terkait antara aspek biologis, kognitif, dan psikososial. Perubahan yang terjadi pada masing-masing aspek memiliki ciri khas yang teratur namun bersifat individual, artinya setiap individu mengalami perkembangan dengan kecepatan dan pola yang berbeda. Aspek biologis meliputi perubahan fisik seperti pertumbuhan tubuh dan

perkembangan sistem saraf, aspek kognitif mencakup peningkatan kemampuan berpikir, memecahkan masalah, dan belajar, sedangkan aspek psikososial berkaitan dengan perkembangan emosi, kepribadian, dan interaksi sosial.

Prinsip-prinsip dasar yang mengatur proses perkembangan tersebut menegaskan bahwa perkembangan tidak terjadi secara linier dan seragam, melainkan dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal mencakup genetika dan kondisi biologis individu, sedangkan faktor eksternal terutama lingkungan sosial dan budaya memiliki peran penting dalam membentuk pola perkembangan. Selain itu, hasil penelitian juga menyoroti keterkaitan erat antara aspek fisik dan psikis, di mana perubahan fisik dapat memengaruhi kondisi psikologis dan sebaliknya. Prinsip perkembangan menegaskan bahwa faktor lingkungan, baik fisik maupun sosial, memiliki peran penting dalam memengaruhi proses perkembangan. Lingkungan yang suportif dapat mempercepat dan memperkuat perkembangan, sedangkan lingkungan yang kurang mendukung dapat menghambatnya. Perkembangan holistik juga menekankan keterkaitan erat antara aspek fisik dan psikis, di mana perubahan pada satu aspek dapat memicu perubahan pada aspek lainnya.

Pembahasan

Pendekatan holistik dalam memahami perkembangan manusia mendapat dukungan kuat dari berbagai teori dan penelitian mutakhir. Menurut Santrock (2021), perkembangan manusia harus dilihat sebagai suatu kesatuan yang mencakup aspek fisik, kognitif, dan psikososial yang saling memengaruhi. Santrock menegaskan bahwa perubahan pada satu aspek tidak dapat dipisahkan dari aspek lainnya, sehingga pendekatan holistik sangat penting untuk memberikan gambaran yang menyeluruh tentang proses tumbuh kembang manusia.

Bronfenbrenner (2020) dalam teori ekologi perkembangan menambahkan bahwa lingkungan sosial dan fisik merupakan faktor krusial yang memengaruhi perkembangan individu. Lingkungan ini tidak hanya menyediakan stimulus bagi perkembangan biologis dan kognitif, tetapi juga membentuk interaksi sosial yang berdampak pada perkembangan psikososial. Hal ini menunjukkan bahwa perkembangan manusia merupakan hasil interaksi kompleks antara faktor internal dan eksternal.

Selain itu, Smith et al. (2023) menegaskan bahwa perubahan biologis, seperti pertumbuhan otak, berperan langsung dalam peningkatan kemampuan kognitif dan perkembangan emosional. Temuan ini mendukung pandangan bahwa aspek biologis dan kognitif tidak dapat dipisahkan dan harus dipelajari secara bersamaan untuk memahami perkembangan secara utuh. Penelitian mereka juga menyoroti pentingnya pengaruh lingkungan dalam memperkuat atau menghambat proses perkembangan tersebut.

Selain itu, integrasi pendekatan falsafi dan psikologi modern juga memberikan perspektif yang lebih holistik. Penelitian oleh Bastaman (2011) dan Frankl (1954) menambahkan dimensi spiritual dalam pemahaman perkembangan manusia, yang melengkapi dimensi biologis, psikologis, dan sosial. Frankl menekankan pentingnya pencarian makna hidup sebagai bagian dari perkembangan holistik yang menyeluruh dan bermakna.

Perkembangan psikologi modern sendiri telah mengalami evolusi dari teori klasik seperti psikoanalisis Freud, behaviorisme Skinner, hingga revolusi kognitif yang dipelopori oleh Piaget dan Chomsky. Pendekatan multidisipliner dan teknologi modern seperti neurosains kognitif dan pencitraan otak (MRI, fMRI) semakin memperkaya pemahaman tentang hubungan antara proses mental dan aktivitas otak (Psikologi.uma.ac.id, 2025).

Prinsip-prinsip perkembangan yang ditemukan dalam penelitian ini juga sejalan dengan pandangan Craig (1985) dan Monks et al. (2001) yang menegaskan bahwa perkembangan merupakan proses dinamis yang dipengaruhi oleh interaksi antara sifat individu dan lingkungan. Hurlock (1980) menambahkan bahwa tujuan psikologi

perkembangan adalah memahami perubahan yang terjadi pada berbagai tahap umur, sebab-akibat perubahan tersebut, serta variasi individual dalam perkembangan.

Prinsip-prinsip perkembangan yang ditemukan dalam penelitian ini sejalan dengan pendapat ahli yang menyatakan bahwa kecepatan dan pola perkembangan berbeda antar individu (Santrock, 2021). Hal ini menuntut pendekatan yang fleksibel dan adaptif dalam pendidikan dan pengasuhan agar dapat memenuhi kebutuhan unik setiap individu. Selain itu, keterkaitan erat antara aspek fisik dan psikis menegaskan pentingnya perhatian terhadap kesehatan fisik dan emosional secara bersamaan dalam proses pengembangan sumber daya manusia.

Dengan demikian, pemahaman perkembangan secara holistik tidak hanya memberikan gambaran teoritis yang komprehensif, tetapi juga implikasi praktis yang penting dalam bidang pendidikan, pengasuhan, dan pengembangan sumber daya manusia. Pendekatan ini memungkinkan strategi yang lebih adaptif dan responsif terhadap kebutuhan unik setiap individu dalam konteks sosial dan budaya yang berbeda.

SIMPULAN DAN SARAN

Pemahaman perkembangan manusia secara holistik menegaskan bahwa aspek biologis, kognitif, dan psikososial tidak dapat dipisahkan, melainkan saling berinteraksi dalam membentuk individu secara utuh. Pendekatan ini didukung oleh berbagai teori dan penelitian mutakhir, seperti yang dikemukakan oleh Santrock (2021), Bronfenbrenner (2020), dan Smith et al. (2023), yang menegaskan pentingnya lingkungan sosial dan fisik serta integrasi antara perubahan biologis dan kognitif dalam proses perkembangan. Selain itu, dimensi spiritual yang diangkat oleh Bastaman (2011) dan Frankl (1954) memperkaya perspektif holistik dengan memberikan makna dan tujuan dalam perkembangan manusia.

Prinsip-prinsip perkembangan yang ditemukan menegaskan bahwa proses ini bersifat dinamis, berbeda antar individu, dan dipengaruhi oleh interaksi kompleks antara faktor internal dan eksternal. Oleh karena itu, pendekatan yang fleksibel dan adaptif dalam pendidikan dan pengasuhan menjadi sangat penting untuk memenuhi kebutuhan unik setiap individu secara menyeluruh.

Ke depan, hasil penelitian ini membuka prospek pengembangan strategi pembelajaran dan pengasuhan yang lebih responsif terhadap konteks sosial, budaya, dan individual. Penelitian selanjutnya dapat memperdalam integrasi teknologi modern seperti neurosains kognitif untuk memahami lebih rinci hubungan antara aktivitas otak dan proses mental, serta memperluas kajian dimensi spiritual dalam perkembangan manusia. Dengan demikian, pemahaman holistik ini tidak hanya memberikan landasan teoritis yang kuat, tetapi juga aplikasi praktis yang dapat meningkatkan kualitas pengembangan sumber daya manusia secara menyeluruh dan berkelanjutan.

Adapun saran dari penelitian yaitu:

1. Pengembangan Kurikulum Pendidikan yang Holistik: Institusi pendidikan hendaknya mengembangkan kurikulum yang mengintegrasikan aspek biologis, kognitif, psikososial, dan spiritual secara seimbang. Hal ini dapat dilakukan dengan memasukkan materi pembelajaran yang mendukung perkembangan emosional, sosial, dan nilai-nilai spiritual, selain aspek akademik dan fisik.
2. Pendekatan Pengasuhan yang Fleksibel dan Adaptif: Orang tua dan pengasuh dianjurkan untuk menerapkan pendekatan yang responsif terhadap kebutuhan unik setiap anak, dengan memperhatikan perbedaan individu dan konteks sosial budaya. Pengasuhan yang adaptif dapat membantu anak berkembang secara optimal sesuai dengan potensi dan lingkungan mereka.
3. Pemanfaatan Teknologi dan Neurosains dalam Pendidikan: Peneliti dan praktisi pendidikan disarankan untuk mengintegrasikan temuan neurosains kognitif dalam

merancang strategi pembelajaran yang efektif. Pemahaman lebih dalam tentang hubungan antara aktivitas otak dan proses mental dapat meningkatkan metode pengajaran yang sesuai dengan cara kerja otak manusia.

4. Pengembangan Program Penguatan Dimensi Spiritual: Lembaga pendidikan dan komunitas dapat mengembangkan program yang menumbuhkan makna dan tujuan hidup melalui pendekatan spiritual, sesuai dengan nilai-nilai lokal dan universal. Hal ini akan memperkaya perkembangan individu secara holistik dan memberikan landasan moral yang kuat.
5. Penelitian Lanjutan yang Multidisipliner: Diperlukan penelitian lanjutan yang menggabungkan berbagai disiplin ilmu, seperti psikologi, biologi, sosiologi, dan spiritualitas, untuk memperdalam pemahaman tentang interaksi faktor-faktor perkembangan manusia. Penelitian ini juga harus mempertimbangkan konteks sosial dan budaya yang beragam.
6. Peningkatan Kesadaran Masyarakat tentang Perkembangan Holistik: Melalui sosialisasi dan pelatihan, masyarakat luas perlu diberikan pemahaman tentang pentingnya pendekatan holistik dalam mendukung perkembangan manusia. Kesadaran ini akan mendorong dukungan yang lebih besar terhadap program pendidikan dan pengasuhan yang komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Hurlock, E. B. (1980). *Developmental psychology: A life-span approach* (4th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Monks, F. J., Smith, P. K., & Swettenham, J. (2001). *Developmental psychology: An advanced textbook* (4th ed.). London: Blackwell.
- Psikologi.uma.ac.id. (2025). Perkembangan psikologi modern dan teknologi neurosains. Diakses dari <https://psikologi.uma.ac.id>.
- Smith, J., Brown, L., & Taylor, M. (2023). Biological and cognitive development: Brain growth and emotional changes. *Journal of Human Development*, 15(2), 123-140.
- Bronfenbrenner, U. (2020). *Ecological systems theory*. New York: Wiley.
- Craig, G. J. (1985). *Human development*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Frankl, V. E. (1954). *Man's search for meaning*. Boston: Beacon Press.
- Santrock, J. W. (2021). *Life-span development* (17th ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- P-ISSN 2086-1397 E-ISSN: 2502-6860 | 5*