

ADULTHOOD AND AGING: Life Events & Life Transition

**Dosen Pengampu:
Prof. Dr. Hj. Eti Nurhayati, M. Si**

Peristiwa Kehidupan

Positif

- Contoh: Menikah, diterima di tempat kerja

Negatif

- Contoh: Pasangan meninggal, dipecat dari pekerjaan

Perbedaan Usia dan Jenis Kelamin dalam Paparan Kehidupan

- Secara umum, orang muda lebih banyak paparan peristiwa kehidupan daripada orang yang lebih tua.
- Perbedaan usia dan jenis kelamin juga tampak dalam sifat peristiwa yang menimbulkan stres.
- Sumber stres yang paling menonjol bagi pria adalah pekerjaan, sedangkan sumber stres yang paling utama bagi wanita adalah kesehatan dan keluarga.

Beradaptasi dengan peristiwa kehidupan

- Ada dua faktor umum yang harus dipertimbangkan untuk memahami bagaimana individu beradaptasi dengan peristiwa kehidupan.
 1. Dari berbagai karakteristik individu dan lingkungan yang memediasi dampak peristiwa kehidupan.
 2. Dari proses adaptasi itu sendiri

Proses Adaptasi

- Jika tidak ada stres yang dirasakan, individu tersebut pada dasarnya tidak terpengaruh oleh peristiwa kehidupan.
- Jika peristiwa itu dinilai sebagai ancaman atau stres, individu tersebut mulai mencari cara untuk menyelesaikan konflik.