

Post-Power Syndrome Anggota PWRI Tinjauan Dukungan Keluarga dan Keterlibatan dalam Organisasi Sosial

Cristin Dwi Ardelia Safira

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945

Dra. Adnani Budi Utami, M.S

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945

Hetti Sari Ramadhani, M.Si

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945

E-mail: adnani@untag-sby.ac.id

Abstract

This study aims to find the relationship between family support and the tendency of post power syndrome and compare individuals involved in the organization with those who are not involved. This research method uses a quantitative approach with purposive sampling technique involving 50 respondents of PWRI branch X members in Mojosongo, Surakarta. The results of data analysis showed a negative correlation between family support and the tendency of post power syndrome, which means the higher the family support, the lower the tendency of post power syndrome. There is no difference between individuals involved in the organization and those not involved in the organization.

Keywords: *Post Power Syndrome, Family Support, Involvement in Social Organizations*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menemukan hubungan antara dukungan keluarga dengan kecenderungan post power syndrome dan membandingkan individu yang terlibat dalam organisasi dengan yang tidak terlibat. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik purposive sampling yang melibatkan 50 responden anggota PWRI ranting X di Mojosongo, Surakarta. Hasil analisis data menunjukkan adanya korelasi negatif antara dukungan keluarga dan kecenderungan post power syndrome, yang berarti semakin tinggi dukungan keluarga, semakin rendah kecenderungan post power syndrome. Tidak ada perbedaan antara individu yang terlibat dalam organisasi dan yang tidak terlibat dalam organisasi.

Kata kunci: *Post Power Syndrome, Dukungan Keluarga, Keterlibatan dalam Organisasi Sosial*

Pendahuluan

Setiap orang mengalami perubahan pada tubuh dan pikiran saat menua. Pada orang tua, perubahan ini melibatkan sistem kekebalan tubuh, penglihatan, pendengaran, dan kesehatan mental. Lansia memiliki tugas perkembangan seperti menyesuaikan diri dengan peran baru setelah pensiun. Jika mereka berhasil melakukannya, mereka akan merasa puas dan bahagia. Namun, beberapa orang mungkin mengalami masalah mental setelah pensiun, yang disebut *Post Power Syndrome*. *Post Power Syndrome* adalah kecemasan yang dialami lansia setelah pensiun. Hal ini bisa membuat mereka lebih sensitif dan rentan terhadap stres. Beberapa gejala fisik dan emosional yang mungkin muncul termasuk penampilan yang lebih tua, kesepian, kehilangan harga diri, depresi, dan perilaku agresif. Faktor-faktor seperti kepuasan kerja, usia, kesehatan, dan status sosial sebelum pensiun dapat mempengaruhi munculnya gejala ini. Dukungan dari keluarga dan keterlibatan dalam organisasi sosial dapat membantu mencegah *Post Power Syndrome*. Dukungan keluarga dalam bentuk perhatian, kasih sayang, dan bantuan materi dapat memberikan rasa nyaman dan membuat lansia merasa dicintai. Selain itu, terlibat dalam kegiatan organisasi sosial memberikan kesibukan dan kesempatan untuk berinteraksi

dengan orang lain. Hal ini dapat mengurangi stres, kecemasan, dan depresi. Pensiunan juga perlu menerima perubahan dalam rutinitas dan menemukan kegiatan yang bermanfaat bagi diri mereka. Penghargaan, cinta, dan dukungan dari orang terdekat serta keterlibatan dalam kegiatan sosial akan membantu meningkatkan semangat hidup lansia. Melalui dukungan keluarga dan partisipasi dalam organisasi sosial, risiko terkena *Post Power Syndrome* dapat dikurangi.

Untuk mencegah gejala *Post Power Syndrome*, penting bagi individu untuk menghadapi pensiun dengan penerimaan diri dan menyesuaikan diri dengan perubahan tersebut. Dukungan sosial dan keterlibatan dalam kegiatan yang bermanfaat dapat membantu individu menemukan makna dan tujuan baru dalam hidup mereka setelah pensiun.

Dalam kajian ini terdapat tinjauan pustaka yang membahas tentang *Post Power Syndrome*, dukungan keluarga, dan keterlibatan dalam organisasi sosial pada lansia yang menjadi anggota PWRI Ranting X Mojosongo, Surakarta.

Penelitian ini didasarkan pada pemahaman bahwa lansia yang baru saja pensiun dapat mengalami *Post Power Syndrome*, yaitu kecemasan, stres, dan gejala depresi yang timbul setelah kehilangan peran, status, dan tanggung jawab dalam pekerjaan mereka. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kemunculan gejala ini adalah dukungan sosial yang diterima dari keluarga. Dukungan ini mencakup perhatian, kasih sayang, dan bantuan dari anggota keluarga yang dapat memberikan rasa nyaman dan kepastian bagi lansia. Dalam tinjauan pustaka ini, peneliti mengacu pada penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa dukungan keluarga dapat membantu mencegah atau mengurangi gejala *Post Power Syndrome* pada lansia.

Selain dukungan keluarga, keterlibatan dalam organisasi sosial juga dianggap penting dalam mengatasi *Post Power Syndrome*. Melalui keterlibatan dalam kegiatan organisasi sosial, lansia dapat memperoleh kesibukan baru, menjalin hubungan sosial yang positif, dan merasa memiliki peran yang penting dalam masyarakat. Tinjauan pustaka ini mengacu pada penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa keterlibatan dalam kegiatan organisasi sosial dapat meningkatkan kesejahteraan dan kualitas hidup lansia, serta mengurangi risiko terjadinya gejala depresi dan kecemasan.

Dalam konteks penelitian ini, PWRI Ranting X Mojosongo, Surakarta adalah organisasi sosial yang menjadi fokus kajian. Peneliti tertarik untuk mengeksplorasi sejauh mana dukungan keluarga dan keterlibatan dalam organisasi sosial ini dapat mempengaruhi kecenderungan *Post Power Syndrome* pada anggota PWRI di ranting tersebut. Tinjauan pustaka ini menjadi dasar teoretis bagi penelitian ini, mengaitkan antara konsep *Post Power Syndrome*, dukungan keluarga, dan keterlibatan dalam organisasi sosial dengan konteks kajian yang spesifik.

Dengan meninjau pustaka yang relevan, penelitian ini berharap dapat memberikan pemahaman yang lebih baik tentang hubungan antara dukungan keluarga, keterlibatan dalam organisasi sosial, dan kecenderungan *Post Power Syndrome* pada lansia yang menjadi anggota PWRI Ranting X Mojosongo, Surakarta.

Metode

Menurut Sugiyono (2018), populasi adalah sekelompok orang atau hal yang memiliki ciri-ciri tertentu yang ditentukan oleh peneliti untuk diteliti dan ditarik kesimpulan dari hasil penelitian tersebut. Dalam penelitian ini, populasi yang diteliti adalah anggota PWRI ranting X yang berjumlah 50 pensiunan di wilayah Mojosongo, Solo. Peneliti

menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional untuk menjawab pertanyaan tentang hubungan antara variabel dalam penelitian ini. Data yang digunakan dalam penelitian ini diperoleh secara langsung dan dapat dihitung untuk memberikan jawaban terhadap masalah yang sedang diteliti. Untuk mengumpulkan informasi yang dibutuhkan, peneliti menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpulan data.

Uji normalitas merupakan uji yang dilakukan untuk mengetahui apakah data penelitian berasal dari populasi yang sebarannya normal. Normalitas diperlukan untuk mengetahui apakah data variabel *post power syndrome* dan dukungan keluarga berdistribusi normal atau tidak. Uji ini peneliti menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov dengan bantuan *SPSS 25 windows*. Apabila nilai signifikansi $> 0,05$ maka dapat dikatakan bahwa data berdistribusi dengan normal, begitupun sebaliknya apabila nilai signifikansi $< 0,05$ maka data berdistribusi tidak normal.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

N	Test Statistic	Sig	Keterangan
50	0,89	0,200	Normal

Berdasarkan tabel di atas, diketahui nilai signifikan $0,200 > 0,05$ selain itu peneliti menguji data pada 50 responden maka nilai tabel Kolmogorov-smirnov sebesar 0,089 dan nilai signifikan lebih besar dari nilai tabel. Maka dapat disimpulkan berdistribusi normal dan dapat ditentukan analisis data yang sesuai.

Hasil

1. Pelaksanaan Penelitian

Pengambilan data pada penelitian ini tentang kecenderungan *post power syndrome* ditinjau dari dukungan keluarga dan keterlibatan dalam organisasi sosial pada anggota PWRI yang diperoleh melalui pengumpulan data secara langsung (tatap muka) di kantor pertemuan PWRI. Pengumpulan data dilakukan rentang waktu mulai tanggal 26 Mei hingga 29 Mei 2023. Jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 50 pensiunan, yang memenuhi kriteria usia 59-80 tahun.

Tabel 2. Data responden

Usia	Jumlah Responden
59 tahun – 69 tahun	30 responden
70 tahun – 80 tahun	20 responden
Total	50 responden

2. Data kategorisasi

Pada hasil kategorisasi dibawah ini dapat dilihat bahwa terdapat kecenderungan *post power syndrome* dengan kategori sedang sebanyak 31 responden, sedangkan dukungan keluarga terdapat 40 responden dengan kategori sedang, dan pada variabel keterlibatan dalam organisasi sosial terdapat 50 responden dengan kategori rendah.

Tabel 3. Data Kategorisasi

Variable	Kategori			Total	Rata-rata
	Rendah	Sedang	Tinggi		
Post Power Syndrome	9	31	10	50	Sedang
Dukungan Keluarga	-	40	10	50	Sedang
Keterlibatan	50	-	-	50	Rendah

3. Uji Hipotesis pertama

Pengujian ini dilakukan untuk menganalisa korelasi antara variabel dukungan keluarga dan keterlibatan dalam organisasi sosial dengan *post power syndrome*. Pengujian ini dilakukan menggunakan analisis data regresi linear sederhana dengan bantuan *IBM SPSS for windows versi 25*. Pendekatan ini digunakan karena berdistribusi normal dan hubungan antara variabel bersifat linear.

a. Hasil Regresi linear

Tabel 4. hasil Regresi linear sederhana

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig
	B	Std Error			
Constant	54,263	2,553		21,252	000
Dukungan Keluarga	-0,092	0,029	- 422	- 225	3,002

Berdasarkan data yang tercantum pada tabel diatas, terdapat hubungan negatif dan signifikan antara dukungan keluarga dengan kecenderungan *post power syndrome* dengan hasil signifikan sebesar 0,002 ($p < 0,005$) dan $r_{xy} = - 422$ maka hipotesis pertama diterima artinya semakin tinggi dukungan keluarga maka akan semakin rendah kecenderungan post power syndrome dan begitupun sebaliknya

b. Koefisien Determinasi (R kuadrat)

Analisis koefisien determinasi (R kuadrat) untuk mengetahui sumbangan atau kontribusi dari dukungan keluarga terhadap *post power syndrome*. Nilai koefisien determinasi (R Kuadrat) disajikan pada tabel berikut ini:

Tabel 5. Hasil Uji Koefisien Determinasi

Model	R	R Square
1	0,422	0,178

Berdasarkan tabel diatas, terlihat bahwa R adalah 0,422 dengan tingkat signifikan 0,002 ($p < 0,05$), menunjukkan bahwa terdapat kontribusi yang signifikan dari dukungan keluarga terhadap *post power syndrome*. Koefisien determinasi atau R square sebesar

0,178 menunjukkan bahwa 17,8% variasi dalam *post power syndrome* kontribusi dari dukungan keluarga. Dapat disimpulkan bahwa hasil dari uji koefisien determinasi dukungan keluarga sebanyak 17,8% terhadap *post power syndrome*, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

4. Uji Hipotesis kedua

a) Uji independent sampel t-test

Dalam penelitian ini, setelah melakukan uji normalitas dan homogenitas menentukan analisis data terakhir menggunakan uji independent sampel t-test. Pada uji ini diolah pada dua sampel apakah hasilnya signifikan atau tidak. Pengujian ini dilakukan untuk mengetahui adakah perbedaan kecenderungan pada individu yang terlibat menjadi pengurus organisasi dengan individu yang tidak menjadi pengurus organisasi.

Tabel 6. Hasil uji sample independent t-test

PPS	Keterlibatan	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
0		10	45,90	11,100	3,510
1		40	46,20	8,172	1,292

Berdasarkan pada tabel dibawah pada variabel keterlibatan dalam organisasi dengan *post power syndrome* dapat dilihat pada kolom lower dan upper masing-masing bernilai negative lower -7,296 dan upper bernilai positif 5,196. Sedangkan sig (2-tailed) bernilai 0,737 yang artinya tidak signifikan. Maka dari data diatas menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan kecenderungan *post power syndrome* yang signifikan pada individu yang terlibat menjadi pengurus dengan individu yang tidak terlibat menjadi pengurus maka hipotesis ditolak.

Pembahasan

Penelitian ini dilakukan untuk meneliti hubungan antara dukungan keluarga dan keterlibatan dalam organisasi sosial dengan kecenderungan *post power syndrome* pada anggota PWRI. Penelitian menggunakan metode regresi linear sederhana dan uji independent sample t-test dengan menggunakan aplikasi *SPSS Statistic 25 for Windows*.

Hasil uji hipotesis pertama menunjukkan adanya korelasi negatif dan signifikan antara dukungan keluarga dan kecenderungan *post power syndrome*. Koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar -0,422 dengan hasil yang negatif, dan nilai signifikansi sebesar 0,002 yang lebih kecil dari 0,005. Oleh karena itu, hipotesis pertama diterima, yang berarti semakin tinggi dukungan keluarga, semakin rendah kecenderungan *post power syndrome*, dan sebaliknya. Individu yang mendapatkan dukungan keluarga yang baik cenderung mengalami *post power syndrome* yang lebih rendah. Dalam analisis ini, 40 responden memiliki dukungan keluarga dalam kategori sedang, sementara 10 responden memiliki dukungan keluarga yang tinggi. Dukungan keluarga juga memberikan kontribusi sebesar 17,8%. Terdapat 31 responden yang mengalami kecenderungan *post power syndrome* dalam kategori sedang. Penelitian sebelumnya oleh Syifa (2022) juga menemukan bahwa dukungan keluarga memiliki pengaruh terhadap kecenderungan *post power syndrome*, dimana semakin tinggi dukungan keluarga, semakin rendah kecenderungan individu mengalami *post power syndrome*.

Dukungan keluarga merupakan perilaku pelayanan yang dilakukan oleh keluarga melalui dukungan emosional, instrumental, penilaian, dan informasi. Hal ini menunjukkan bahwa individu setelah pensiun membutuhkan dukungan keluarga dari orang-orang di sekitarnya, seperti anak, menantu, cucu, dan saudara-saudara. Temuan ini juga sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Hidayat dkk (2020) yang menyatakan bahwa dukungan keluarga memiliki pengaruh dalam mencegah terjadinya *post power syndrome*. *Post power syndrome* ditandai dengan stres, depresi, dan ketidakbahagiaan yang dialami oleh individu yang mengalaminya. Oleh karena itu, dukungan keluarga yang memberikan ikatan emosional setidaknya memberikan kekuatan pada lansia untuk menjalani hari tua dengan lebih baik dan mengurangi kecenderungan *post power syndrome*.

Dukungan keluarga yang tinggi berdampak pada individu yang telah memasuki masa pensiun. Beberapa bentuk dukungan keluarga yang dapat diberikan oleh lansia meliputi pemberian kasih sayang dari keluarga, yang membuat lansia merasa dicintai dan dikasihi oleh anak, menantu, dan cucunya. Memberikan bantuan dan berdiskusi bersama keluarga juga membuat lansia merasa dihargai dan dihormati keberadaannya. Selain itu, meluangkan waktu untuk berkumpul atau berlibur bersama juga membuat lansia bahagia karena merasa tidak dilupakan oleh keluarga. Menurut Anggara (2017), dukungan keluarga merupakan salah satu bentuk terapi keluarga yang dapat diberikan setelah pensiun.

Hasil hipotesis kedua untuk melihat perbedaan antara individu yang terlibat menjadi pengurus organisasi dan yang tidak terlibat menjadi pengurus menunjukkan bahwa hipotesis tersebut ditolak. Analisis menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan dalam kecenderungan *post power syndrome* antara individu yang terlibat menjadi pengurus organisasi dan yang tidak terlibat menjadi pengurus organisasi. Nilai signifikansi (sig) sebesar 0,731 ($>0,005$), yang berarti tidak ada perbedaan yang signifikan. Terdapat 31 responden dengan kecenderungan *post power syndrome* dalam kategori sedang. Dapat disimpulkan bahwa baik individu yang terlibat maupun yang tidak terlibat menjadi pengurus akan mengalami kecenderungan *post power syndrome* dalam kategori sedang.

Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk meneliti kecenderungan *post power syndrome* yang dipengaruhi oleh dukungan keluarga dan keterlibatan dalam organisasi sosial pada anggota PWRI ranting X. Penelitian ini menggunakan metode regresi linear sederhana dengan melibatkan 50 responden anggota PWRI berusia 59-80 tahun. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif antara dukungan keluarga dan kecenderungan *post power syndrome*. Semakin tinggi dukungan keluarga, semakin rendah kecenderungan *post power syndrome*, sehingga hipotesis pertama diterima. Namun, pada variabel keterlibatan dalam organisasi sosial, tidak ditemukan perbedaan yang signifikan dalam kecenderungan *post power syndrome* antara individu yang terlibat menjadi pengurus dan yang tidak terlibat menjadi pengurus.

Saran bagi keluarga dan peneliti selanjutnya, keluarga perlu memberikan dukungan, perhatian, dan fasilitas yang dibutuhkan untuk mencegah atau menghindari terjadinya *post power syndrome*. Mereka dapat menghabiskan waktu bersama, menerima anggota keluarga dengan penuh kasih sayang dan perhatian; serta peneliti selanjutnya sebaiknya mempertimbangkan variabel lain selain dukungan keluarga dan keterlibatan dalam organisasi sosial dalam mempelajari *post power syndrome*, seperti dukungan sosial dan variabel lainnya.

Referensi

- Andi, Rina. (2018). Rancangan modul pelatihan untuk meningkatkan resiliensi pada pensiunan pegawai negeri sipil yang mengalami gangguan post power syndrome dipemerintahan provinsi Sulawesi selatan. *Jurnal psikologi*, 16(2)
- Abdul R, Suyanto. (2016). Post-Power Syndrome dan Perubahan Perilaku Sosial Pensiunan Guru. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(1) 77-79
- Ananda Putri P, Nono Hery Y. (2022). pengaruh Optimisme dan Penerimaan Diri terhadap Kecenderungan Post Power Syndrome pada Kepala Sekolah Negeri di Kota Surabaya Menjelang Pensiun. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(2).
- Andi Nur S, Eny S, Syamsiah R. (2019). Pengaruh reminiscence group terapi terhadap status harga diri lansia *post power syndrome*. *Journal of Islam Nursing*, 4(1).
- Anggara, T. Y. (2017). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga dengan Kejadian Depresi pada Lansia Usia 60-74 Tahun. Jombang : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika
- Darmodjo, B., & Martono, H. (2004). Buku ajar geriatri: Ilmu kesehatan usia lanjut. Jakarta: Balai Penerbit FKUI
- Dinsi, V, Setiati, E., & Yuliasari, E. 2006. Ketika Pensiun Tiba. Jakarta: Wijayata Media Utama.
- Friedman, M.M., Bowden, O & Jones, M.(1998).Buku ajar keperawatan keluarga.Jakarta: EG
- Handayani, Y .2008. Post Power Syndrome pada Pegawai Negeri Sipil yang Mengalami Masa Pensiun.
- Hidayat, F., Hamid, A., dan Lestari, R. F. (2020). Hubungan Dukungan Sosial dengan Kejadian Post Power Syndrome pada Pensiunan Gurudi Desa Payung Sekaki Kelurahan Labu Baru Timur Kota Pekanbaru. *Al Asalmiya Nursing: Journal of Nursing Sciences*, 9(1), 1–9.
- Hurlock, E. B. (1980). Psikologi perkembangan suatu pendekatan rentang kehidupan edisi kelima. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, E.B. (2004). Psikologi perkembangan suatu pendekatan rentang kehidupan edisi kelima. Jakarta: Erlangga.
- Hawari, D. (2013). Manajemen stres cemas dan depresi. Jakarta: FKUI.
- Istiqomah N, Yeniar I. (2015). Harga diri dan kecenderungan post power syndrome pada pensiunan pegawai negeri sipil anggota PWRI cabang kota Cirebon. *Jurnal Empati*, 4(1).
- Indriana, Y. 2012. Gerontologi dan Progeria. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Kartono, K. 2000. Hygiene Mental. Jakarta : CV. Mandar Maju.
- Lailan, L. L., dan Indriana, Y. (2015). Dukungan Sosial dan Kecenderungan Post Power Syndrome pada Pensiunan TNI dan POLRI Anggota Persatuan Purnawirawan dan Warakawuri TNI dan POLRI DPC PEPABRI Kabupaten Banyumas. *Jurnal Empati*, 4(4),113–117.
- Muhith, A., & Siyoto, S. (2016). Pendidikan keperawatan gerontik. Penerbit Andi
- Nabilah R, Lukmawati, Ris'an. (2021). Kepuasan Hidup pada Lansia Pensiunan Guru yang Bekerja sebagai Honorer. *Indonesian Journal of Behavioral Studies*. 1(2).
- Opana. (2015). Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Post Power Syndrome pada pensiunan PNS Anggota PWRI Denpasar. *Jurnal Empati*,2(1), 1–8.
- Osborne, J. W. (2012). Psychological effect of the transition to retirement. *Canadian Journal of Counseling and Psychotherapy*, 46 (1), 45-58.

- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology Biopsychological Interactions*. Jhon Wiley & Sons, Inc
- Semium, Y.(2006).*Kesehatan mental 3*.Yogyakarta: Kasinus
- Syarif (2016) “Studi fenomenologi pada lansia pendiri bank sampah”. *Jurnal Indigenous*. Vol1 (2). EISSN: 2541450
- Syifa R. 2022. Pengaruh dukungan keluarga terhadap *post power syndrome* pada lansia yang sudah tidak bekerja di desa windujanteng kecamatan kadugadek kabupaten kuningan. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan.
- St. Fatimah AZ, Ahmad Y, Ahmad. (2014). Salah berjamaah dan penurunan post power syndrome pada pensiunan. *Jurnal Ilmiah psikologi*, 6(1).
- Suardiman, S.P. 2012. *Psikologi Usia Lanjut*. Yogyakarta : Gadjah Mada University Press
- Sugiyono (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta. Bandung.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: CV Alfabeta.
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears, D. O. (2006). *Social psychology (12th ed.)*. New Jersey, NJ: Pearson Education
- Tri Puji A. (2022). Religiusitas, Social Support, dan Kecerdasan Emosional Terhadap Post Power Syndrome pada Karyawan Menjelang Pensiun PT. Tjiwi Kimia Tbk. *Jurnal Manajemen dan Bisnis Sriwijaya*, 20(1).
- Turner, J. S & Helms, D. B.(1983). *Life-span Developmental*. Second Edition. New York : Holt - Saunders International Editions.