

# Stimulasi, Intervensi, dan Deteksi Tumbuh Kembang Anak

SEP 21, 2022

Pertumbuhan anak-anak merupakan proses dinamis yang mencerminkan hubungan antara karakteristik biologi Si Kecil dengan lingkungan sekitarnya. Untuk mendukung pertumbuhan Si Kecil, cara yang bisa dilakukan adalah mendeteksi tumbuh kembang anak.

Pada prinsipnya, tumbuh kembang anak meliputi berbagai aspek, yakni fisik, kognitif, sosial dan emosional, bahasa, serta pembelajaran. Seluruh aspek itu memiliki bobot kepentingan yang sama, dan dengan menstimulasi aspek-aspek tersebut, maka Si Kecil akan mendapatkan manfaat untuk tumbuh kembangnya.

Untuk menstimulasi aspek-aspek tersebut, satu hal yang dapat Mam lakukan adalah mengajak atau membiarkan Si Kecil untuk bermain. Bermain merupakan cara belajar yang menyenangkan dan memungkinkan dia mempelajari banyak hal. Termasuk cara mengontrol diri, belajar bahasa, mengembangkan kognisi, kompetensi sosial, serta mendapatkan menyerap pengetahuan yang lebih luas.

Sejak lahir hingga usia 8 tahun, bermain jadi aspek penting dalam proses tumbuh kembang Si Kecil. Bermain juga memungkinkan Si Kecil belajar secara aktif dari lahir.

Dengan cara tersebut, Si Kecil akan terus menerus menerima dan mengontrol informasi untuk menciptakan makna melalui hubungan, interaksi dengan lingkungan, serta menjalani pengalaman belajar secara menyeluruh.

Lingkungan belajar atau bermain yang menyenangkan serta mampu menumbuhkan rasa memiliki, memberi tujuan, serta memberi mereka kebebasan akan meningkatkan motivasi anak-anak untuk belajar.

Perkembangan dan keinginan anak untuk belajar meningkat saat dia ditantang untuk melampaui apa yang saat ini mereka kuasai dan ketika mereka memiliki banyak kesempatan untuk memikirkan dan menunjukkan keterampilan yang baru diperoleh.<sup>1</sup>

# Faktor yang mempengaruhi kualitas tumbuh kembang anak

Secara prinsip, tumbuh kembang anak-anak merupakan suatu proses yang dinamis. Adanya hubungan antara berbagai faktor dalam hidup Si kecil tentu sangat mempengaruhi kualitas tumbuh kembangnya. Beberapa faktor yang mempengaruhi kualitas tumbuh kembang anak, yakni antara lain:

## Keturunan

Secara genetik, faktor ini menurunkan karakteristik fisik dari orang tua ke anak-anak. Aspek penampilan fisik yang dipengaruhi faktor ini meliputi tinggi, berat, struktur tubuh, tekstur rambut, mata, hingga kecerdasan. Di sisi lain, faktor keturunan juga membuat Si Kecil mengalami penyakit keturunan seperti masalah jantung, diabetes, obesitas, dan lain-lain.

## Lingkungan

Lingkungan memberi anak-anak stimulasi fisik dan psikologis bagi pertumbuhan Si Kecil. Lingkungan secara fisik, pertemanan, keluarga, maupun kondisi geografis sangat mempengaruhi tumbuh kembang Si Kecil sejak dini.

## Jenis kelamin

Jenis kelamin adalah faktor utama lain yang mempengaruhi tumbuh kembang fisik. Laki-laki dan perempuan tumbuh dengan cara berbeda, terutama menjelang masa puber. Laki-laki cenderung lebih tinggi dan lebih kuat secara fisik, perempuan cenderung dewasa lebih cepat saat remaja, sementara laki-laki membutuhkan waktu lebih lama untuk jadi dewasa. Perbedaan fisik juga membuat laki-laki lebih atletis dan cocok untuk melakukan aktivitas yang membutuhkan fisik yang kuat.

## Olahraga dan kesehatan

Pada anak-anak, berolahraga serta bermain dapat membantu membangun otot serta massa tulang. Olahraga yang benar membantu Si Kecil tumbuh dengan baik dan mencapai target lebih cepat atau tepat waktu. Olahraga juga membantu melawan penyakit dengan cara memperkuat sistem kekebalan tubuh.

## Hormon

Hormon pada sistem endokrin mempengaruhi berbagai fungsi tubuh. Diproduksi oleh kelenjar berbeda di bagian tubuh tertentu, hormon yang dihasilkan membantu mengontrol fungsi tubuh. Kemunculannya harus tepat waktu agar pertumbuhan fisik Si Kecil tetap normal.

## Nutrisi

Tubuh membutuhkan nutrisi yang seimbang agar bisa tumbuh dengan baik. Malnutrisi dapat menyebabkan kondisi atau penyakit yang memengaruhi tumbuh kembang anak-anak. Pastikan agar SI Kecil selalu menjalani pola makan seimbang yang kaya vitamin, mineral, protein, karbohidrat, serta lemak.

## Pengaruh keluarga

Sebagai orang-orang terdekat, keluarga memberi dampak besar pada tumbuh kembang Si Kecil di mana mereka tumbuh secara psikologis dan sosial. Siapapun yang merawat mereka harus menyayangi serta peduli pada SI Kecil agar dia tumbuh sebagai pribadi yang berfungsi dengan baik.

## Pengaruh geografis

Lokasi sekolah, lingkungan rumah, kesempatan dari masyarakat sekitar, serta lingkungan pertemanan sebayanya menjadi faktor sosial yang memengaruhi pertumbuhan Si Kecil. Lingkungan dengan fasilitas taman, perpustakaan, dan balai warga untuk beraktivitas dan berolahraga semua berperan dalam menumbuhkan kemampuan, talenta, serta komunitas.

## Status sosial ekonomi

Status sosial ekonomi keluarga menentukan kualitas kesempatan yang dia miliki. Anak dari keluarga berpunya bisa mendapat akses ke sekolah bagus dan mahal, mendapatkan sumber pembelajaran ekstra sekolah yang lebih bagus, serta bantuan khusus jika memang diperlukan. Sebaliknya, anak dari keluarga kurang mampu cenderung memiliki akses terbatas serta nutrisi yang kurang baik untuk mencapai potensi.

## Proses belajar

Selain akademik, proses belajar juga berperan membangun kekuatan mental, kecerdasan, emosi, dan keterampilan sosial Si Kecil agar mereka dapat hidup bermasyarakat. Proses belajar ini menjadi proses yang membantu pendewasaan Si Kecil. Jika dilakukan secara berulang-ulang, maka setiap proses belajar yang dia lalui akan semakin matang.

**Baca Juga:** Nutrisi Otak untuk Tumbuh Kembang Anak Optimal

## Periode tumbuh kembang anak

Pertumbuhan anak-anak dapat dibagi ke dalam empat periode, yakni: masa bayi, masa prasekolah, anak-anak, dan remaja. Di dalam masing-masing periode,

perkembangan fisik maupun psikologis Si Kecil akan terlihat. Meski demikian, beberapa anak mengalami gangguan tumbuh kembang. 3

Gangguan tumbuh kembang yang sering ditemukan pada anak-anak seperti, gangguan fisik di mana dia tumbuh terlalu kurus atau terlalu pendek yang tidak sesuai dengan grafik pertumbuhan anak, serta lambatnya kemampuan Si Kecil untuk bisa melakukan aktivitas fisik seperti duduk, berdiri, berjalan, berlari, juga lambatnya pertumbuhan kemampuan sosial, mental, serta komunikasi Si Kecil.

Jika Mam khawatir akan pertumbuhan Si Kecil, Mam dapat melakukan deteksi dini gangguan perkembangan berupa mengukur pertumbuhan tubuh, mulai dari pengukuran berat badan, tinggi badan, lingkar kepala, dan indeks massa tubuh. Selain itu, Mam juga bisa memeriksakan untuk mendeteksi penyimpangan perkembangan anak melalui tes daya dengar dan tes daya lihat.

Deteksi tumbuh kembang anak memang jadi cara yang tepat untuk mengantisipasi kemungkinan adanya gangguan perkembangan yang menghambat pertumbuhan anak. Namun, berbarengan dengan penerapan deteksi tersebut, tugas lain Mam adalah memenuhi kebutuhan nutrisinya. Di masa pertumbuhan, selain membutuhkan nutrisi yang cukup dan seimbang, Si Kecil juga membutuhkan inspirasi serta stimulasi yang tepat.

S-26 Procal Nutrissentials hadir untuk membantu memenuhi kebutuhan nutrisi Si Kecil. Jadikan rutinitas mengonsumsi S-26 Procal Nutrissentials setiap hari sebagai salah satu #CaraPintarMam untuk memperkokoh fondasi belajar Si Kecil.

Segelas susu ini mengandung tinggi Kolin, Asam Linoleat, serta Protein untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Selain itu, S-26 Procal Nutrissentials juga mengandung berbagai nutrisi seperti Zat Besi, Zink, Asam Folat, Vitamin B kompleks serta Vitamin B12 dan lainnya.

S-26 Procal Nutrissentials tersedia dalam rasa Vanila dengan berbagai varian ukuran mulai dari 400 gram, 700 gram, hingga 1400 gram.

Source :

[naeyc.org/resources/position-statements/dap/principles](https://naeyc.org/resources/position-statements/dap/principles)

[parenting.firstcry.com/articles/factors-that-affect-growth-and-development-in-children/](https://parenting.firstcry.com/articles/factors-that-affect-growth-and-development-in-children/)

[medlineplus.gov/ency/article/002456.htm](https://medlineplus.gov/ency/article/002456.htm)

Bagikan sekarang