

5 Permasalahan Anak Usia Dini dan Cara Menanganinya

SEP 21, 2022

Si Kecil sering membuat Mam stres dengan perilakunya yang semakin hari semakin unik? Mam tidak perlu terlalu khawatir.

Saat usia telah melewati fase tumbuh kembang, biasanya dia sedang mempelajari berbagai macam emosi dan juga berbagai hal yang tidak dia mengerti. Permasalahan perilaku dan emosional wajar terjadi terutama di usia 2 hingga 3 tahun dan bahkan seterusnya.

Permasalahan anak usia dini merupakan bagian dari tumbuh kembangnya. Meski demikian, sebaiknya Mam tidak selalu memaklumi perilaku yang menjadi masalahnya sebab jika dibiarkan, maka dapat berujung pada Si Kecil memiliki kebiasaan buruk di masa depan.

Di sisi lain, pada umumnya permasalahan perilaku ini biasanya hanya sementara saja dan akan berkurang dan hilang seiring dengan perkembangan sosial dan emosional Si Kecil. Untuk paham lebih lanjut mengenai permasalahan anak usia dini simak informasi berikut ini!

Permasalahan anak usia dini

Meski tidak selalu terjadi, namun umumnya permasalahan anak usia dini membuat meliputi hal-hal berikut yang sering terjadi pada Si Kecil, seperti:

Mengopol

Mengopol terjadi karena kandung kemih Si Kecil belum tumbuh dengan baik. Di luar itu, ada beberapa kemungkinan penyebab lainnya seperti ketidakseimbangan hormon, sembelit, mengalami stress dan kecemasan, riwayat mengopol di keluarga, atau mengalami ADHD.

Mam dapat melakukan beberapa hal untuk mengatasi masalah mengopol pada anak

seperti mengatur waktu minum, menjadwalkan waktu buang air, mengurangi asupan yang mengganggu kandung kemih, atau tidur lebih awal, dan lainnya.

Sulit makan

Di masa pertumbuhan, tidak jarang Mam menghadapi permasalahan ketika Si Kecil susah makan. Alasannya beragam, salah satunya adalah selera makan Si Kecil berubah-ubah karena adanya percepatan pertumbuhan serta aktivitas yang beragam.

Kapasitas perut yang kecil dan masalah perhatian juga bisa menjadi faktor. Si Kecil mudah terdistraksi oleh banyak hal di sekitarnya, sehingga rentang perhatian dia saat makan sangat pendek karena adanya gangguan yang dapat mengalihkan perhatiannya.

Hal yang bisa Mam lakukan antara lain, mengurangi jumlah porsi makanan setiap kali makan. Di sela-sela waktu makan, Mam dapat mengisinya dengan memberikan camilan sehat seperti buah atau sayuran.

Selama Si Kecil mengonsumsi makanan yang sehat, Mam tidak perlu khawatir Si Kecil mengalami kelaparan karena anak memiliki pertimbangan yang baik terkait jumlah makanan yang mereka butuhkan.

Jangan paksa Si Kecil untuk menghabiskan makanan karena itu akan membuatnya stres. Alih-alih, selalu apresiasi upayanya ketika mencoba makan satu sendok saja atau hanya satu teguk minuman saja.

Baca Juga: 5 Cara Mengatasi Anak yang Susah Makan Nasi

Tantrum

Di usia satu hingga tiga, Si Kecil baru belajar mengenali emosi diri yang ternyata sangat luas. Dia belum bisa mengekspresikannya dengan baik, meskipun dia memahami apa yang Mam katakan. Rasa frustrasi ini biasanya dilakukan dengan cara tantrum. Bentuknya bisa menangis dengan kencang, berteriak, dan melempar-lempar benda yang ada di sekelilingnya.

Yang bisa Mam lakukan jika dihadapkan pada situasi seperti ini adalah tetap tenang dan tidak ikut memarahinya. Tatap matanya dalam-dalam sambil menurunkan badan agar setara dengannya lalu genggam tangannya dan erat.

Menunjukkan rasa sayang dengan sentuhan fisik dapat membuatnya merasa nyaman. Jika tidak berhasil, biarkan dia meluapkan emosinya dan beri dia penjelasan setelahnya.

Manja

Beberapa hal yang menandai anak manja seperti sering menolak makanan yang

sudah disajikan. Dia selalu meminta makanan khusus dan jika tidak, dia akan menolak makan.

Anak yang manja biasanya akan berlaku seperti itu terus menerus. Selain itu, jika di usia 5-6 tahun Si Kecil masih sering tantrum ketika keinginannya tidak terpenuhi, itu jadi tanda lain anak manja. Saat masih kecil, tantrum adalah cara mereka mengekspresikan diri, tapi di usia 5-6 tahun, tantrum adalah tindakan yang manipulatif.

Masalah manja juga dapat dilihat dari betapa bergantungnya mereka pada Mam. Contohnya seperti tidak bisa tidur tanpa ditemani Mam, atau mengamuk saat harus berangkat ke sekolah atau day care. Ketergantungan pada orang tua memang wajar, namun seiring dengan bertambahnya usia, maka dia harus belajar nyaman dengan orang lain maupun saat sendirian.

Untuk mengatasinya, biasakan untuk membatasi Si Kecil dari hal-hal yang dapat membahayakan keselamatannya. Beri tahu apa yang boleh dan tidak boleh terkait batasan keamanan. Lebih sering beri contoh perilaku sosial yang positif dan usahakan agar terbuka dengan Si Kecil mengenai perilaku.

Yang penting adalah menunjukkan konsistensi terhadap nilai-nilai yang Mam tanamkan agar Si Kecil mendapatkan contoh yang baik.

Pemalu

Sifat pemalu pada anak adalah sifat yang normal dan umum terjadi. Hal tersebut terjadi karena kemampuan sosialnya belum matang dan minim pengalaman dengan situasi sosial. Dengan meningkatnya kemampuan serta pengalamannya dalam situasi sosial, sifat pemalu ini akan berangsor hilang, tapi tidak jarang berlangsung sekian lama. Sekitar 1 dari 5 anak bahkan tidak akan kehilangan sifat ini hingga dewasa. Yang bisa dilakukan adalah beradaptasi.

Tanda Si Kecil adalah anak pemalu biasanya ditunjukkan dengan dia tidak suka keramaian, selalu nempel pada Mam atau orang-orang terdekatnya di tempat bermain, dan dia enggan berpartisipasi pada aktivitas kelompok. Jika di atas usia 3 tahun sifat ini mengganggu kesehariannya, konsultasikan dengan dokter.

Di luar itu, Mam dapat melakukan beberapa hal, seperti hindari melabeli anak pemalu pada Si Kecil agar perasaan akan sifat menempel terus pada dirinya. Label pemalu juga dapat dijadikan tameng untuk menghindari situasi yang dianggap tidak nyaman.

Mam juga tak perlu menunjukkan bahwa malu adalah hal yang buruk dan jangan bandingkan dengan anak sebaya lainnya. Malu adalah problem sosial emosional yang dia hadapi, maka Mam dapat memilih teman bermain untuknya.

Jangan paksa Si Kecil bersosialisasi yang dapat membuatnya tertekan. Sebaiknya rencanakan playdate atau kelompok bermain dengan anak-anak yang dia merasa

nyaman atau familiar saat berada di sekitarnya. Selain itu, Mam dapat mencarikan teman bermain yang lebih muda dan tidak agresif agar dia juga nyaman.

Bangun kepercayaan diri Si Kecil sebelum mulai bermain. Di perjalanan, bocorkan kisi-kisi mengenai apa yang akan dilakukan di sana sehingga dia tahu apa yang akan dia lakukan. Usahakan jangan tiba terlambat saat sudah ramai dan bantu proses ice breaking jika Si Kecil terlihat ragu-ragu untuk bergabung dengan yang lainnya.

Nah, Mam berperan besar untuk menjaga perilaku Si Kecil agar tidak terlalu sering dihadapkan pada masalah-masalah seperti ini. Apalagi di usia tumbuh kembangnya, yang mana jika diabaikan, permasalahan ini dapat terjadi lagi di kemudian hari.

Pada dasarnya anak-anak membutuhkan nutrisi, inspirasi, dan stimulasi yang tepat sesuai dengan usianya. Pastikan agar Mam menggunakan #PercayaPilihanPintar untuk memperkokoh fondasi belajar SI Kecil sekaligus melengkapi kebutuhan nutrisi, salah satunya dengan memberikan susu pertumbuhan.

Susu merupakan asupan yang baik untuk diberikan kepada anak karena rasanya yang mudah diterima oleh anak dan mengandung nutrisi seperti protein, kalsium, zat besi, zink, DHA, dan vitamin yang baik untuk dukung tumbuh kembang Si Kecil.

S-26 Procal Nutrissentials adalah susu pertumbuhan untuk anak usia 1-3 tahun, dan S-26 Promise Nutrissentials adalah susu bubuk yang dapat dikonsumsi untuk anak usia di atas 3 tahun. Dengan pengalaman 100 tahun dari Wyeth Nutrition, dukung fondasi belajar Si Kecil.

Terus percaya pilihanmu, percaya S-26 Original . Selalu dukung fondasi belajar Si Kecil! Mam pintar, #PercayaPilihanPintar

Source :

health.clevelandclinic.org/how-to-help-your-child-stop-wetting-the-bed-2/

raisingchildren.net.au/toddlers/nutrition-fitness/common-concerns/toddler-not-eating

parenting.firstcry.com/articles/10-common-toddler-behavior-problems-and-their-solution/

webmd.com/parenting/features/spoiled-child

whattoexpect.com/toddler/behavior/shyness.aspx

Bagikan sekarang