

Usia Berapa Bayi Bisa Melihat? Ini Tahapan yang Perlu Diperhatikan

JUL 16, 2024

Mam, tahukah pada usia berapa bayi bisa melihat? Sebenarnya, penglihatan si Kecil berkembang secara bertahap sejak lahir hingga usia 12 bulan. Pada saat baru lahir, penglihatan bayi masih buram dan belum bisa fokus dengan jelas.

Bayi tidak lahir langsung dengan semua kemampuan visual yang mereka perlukan dalam hidup. Kemampuan memfokuskan mata, menggerakkannya secara akurat, dan menggunakannya bersama-sama harus dipelajari.

Selain itu, mereka perlu belajar bagaimana menggunakan informasi visual yang dikirimkan mata ke otak mereka untuk memahami dunia di sekitar mereka dan berinteraksi dengannya dengan tepat. Lalu, di usia berapa bayi bisa melihat dengan jelas? Simak terus informasi ini, ya, Mam.

Usia Berapa Bayi Bisa Melihat? Begini Tahapannya

Usia berapa bayi bisa melihat adalah salah satu aspek penting dalam perkembangannya. Sejak lahir, bayi sudah memiliki kemampuan untuk melihat. Namun, penglihatannya masih belum sempurna dan terus berkembang hingga usia 12 bulan. Berikut tahap penglihatan bayi yang harus Mam perhatikan.

1. Saat Baru Lahir

Bayi yang baru lahir memiliki penglihatan yang belum berkembang dengan baik. Dunia mereka didominasi oleh warna hitam, putih, dan abu-abu. Selain itu, mereka juga tidak terlalu sensitif terhadap cahaya.

Pada minggu pertama, bayi baru bisa melihat objek sejauh 20-25 cm, namun di usia 6

minggu jarak tersebut sudah bertambah menjadi 30 cm. Yang menarik, perkembangan penglihatan ini terus berlanjut hingga bayi berusia 12 bulan.

2. Usia 2 hingga 3 bulan

Di usia ini, umumnya si Kecil bisa fokus pada berbagai macam objek yang lebih kecil dan dapat membedakan warnanya (terutama merah dan hijau). Selain itu, si Kecil sudah mulai mampu mengenali wajah orang lain dan membedakan ekspresi wajah.

Bayi biasanya sudah bisa melacak dan mengikuti objek yang bergerak lambat pada usia tiga bulan. Sebelumnya, bayi akan mengikuti objek besar yang bergerak lambat dengan gerakan tersentak-sentak dan gerakan otot mata yang tidak halus. Pada usia 3 bulan, bayi biasanya sudah bisa melacak objek dengan gerakan mata yang lebih lancar.

3. Usia 4 hingga 5 bulan

Pada usia ini, perkembangan penglihatan bayi semakin pesat. Mereka mulai mengulurkan tangan untuk meraih benda-benda di sekitar mereka, bahkan mungkin mencoba memukul benda yang digantung dengan tangan mereka.

Kemampuan fokus mereka juga meningkat, terlihat dari kemampuan mereka untuk mengamati balok dengan saksama. Selain itu, bayi pada tahap ini sudah bisa mengenali botol susu mereka dan menunjukkan ketertarikan pada diri mereka sendiri dengan melihat bayangan mereka di cermin atau mengamati tangan mereka sendiri.

4. Usia 6 hingga 7 bulan

Di usia ini, si Kecil sudah bisa melihat warna secara lengkap dan objek pada jarak yang lebih jauh. Kemampuan motorik dan koordinasi mata-tangan mereka juga meningkat, seperti terlihat dari kemampuan mereka untuk mengambil mainan yang terjatuh.

Bayi di tahap ini akan mulai menggerakkan kepala mereka untuk mengikuti objek yang menarik perhatian mereka. Mereka mungkin juga menunjukkan preferensi terhadap warna tertentu. Selain itu, rasa ingin tahu mereka yang semakin besar terlihat dari ketertarikan mereka untuk menyentuh bayangan mereka sendiri di cermin.

5. Usia 8 hingga 12 bulan

Pada tahap usia ini, si Kecil mulai mampu memperkirakan jarak/kemampuan ini terus meningkat di usia 10 bulan, dimana mereka sudah bisa meraih benda dengan jempol dan telunjuk, memberikan implikasi bahwa mereka mampu memperkirakan jarak dengan lebih akurat.

Di usia 9 bulan, warna mata bayi sudah mencapai warna definitif atau warna asli,

namun di kemudian hari bisa mengalami sedikit perubahan meski tidak terlalu kentara. Lalu pada saat ulang tahun pertama, bayi sudah bisa merangkak dan mencoba untuk berjalan karena penglihatan mereka sudah jelas.

Baca Juga: Cara Merawat Bayi Baru Lahir dengan Tepat

Tips Mendukung Kemampuan Penglihatan si Kecil

Setelah Mam mengetahui berapa usia bayi bisa melihat, Mam perlu menerapkan beberapa cara untuk mendukung perkembangan si Kecil, terutama kemampuan penglihatannya. Orang tua dapat membantu mendukung perkembangan penglihatan si kecil dengan melakukan beberapa tips berikut:

1. Lakukan kontak mata

Kontak mata sangatlah penting untuk stimulasi penglihatan bayi. Luangkan banyak waktu untuk menatap bayi Mam, tersenyum, dan berbicara. Hal ini membantu mereka untuk melihat kembali dan melatih otot mata mereka.

2. Perlihatkan kombinasi warna kontras tinggi

Saat mata bayi mulai berkembang, retina mereka hanya bisa melihat perbedaan antara warna terang dan gelap atau kombinasi warna kontras, misalnya warna merah, biru dan hijau. Memberikan stimulasi visual yang tepat pada bayi melalui objek dan warna membantu retina mereka tumbuh dan mendukung saraf optik yang terhubung ke otak. Hal ini penting untuk perkembangan optimal area visual di otak bayi.

3. Siapkan mainan pendukung

Saat bayi sudah bisa merangkak, Mam bisa memberikan si Kecil mainan yang bisa disusun dan dibongkar pasang. Selain itu, sediakan juga benda-benda yang bisa mereka pegang dan lihat secara bersamaan. Dengan bermain, bayi Mam akan belajar menggunakan mata, tangan, dan kakinya secara terkoordinasi.

Nah, Mam sudah mengetahui kapan usia berapa bayi bisa melihat. Dengan mengetahui tahapan usia berapa bulan bayi bisa melihat, Mam bisa mendukung tumbuh kembang mereka dengan tips yang telah disebutkan tersebut.

Source :

Children's Hospital Los Angeles. Eye Development in Babies. Dari chla.org/vision-center-ophthalmology/eye-development-babies. Diakses 7 April 2024

AOA. Infant Vision: Birth to 24 Months of Age. Dari aoa.org/healthy-eyes/eye-health-for-life/infant-vision?sso=y. Diakses 7 April 2024

Nationwide Children's. Infant Vision Birth to One Year. Dari nationwidechildrens.org/family-resources-education/health-wellness-and-safety-resources/helping-hands/infant-vision-birth-to-one-year. Diakses 7 April 2024

HealthyChildren.org. Infant Vision Development: What Can Babies See? Dari healthychildren.org/English/ages-stages/baby/Pages/Babys-Vision-Development.aspx. Diakses 7 April 2024

Hyvärinen, L., Walther, R., Jacob, N., Chaplin, K. N., & Leonhardt, M. (2014). Current Understanding of What Infants See. *Current ophthalmology reports*, 2(4), 142-149. doi.org/10.1007/s40135-014-0056-2

Verywell Health. Milestones in Infant Vision Development. Dari verywellhealth.com/top-milestones-in-vision-development-3421601. Diakses 7 April 2024

University of Rochester Medical Center. Vision Milestones - Health Encyclopedia. Dari umc.rochester.edu/encyclopedia/content.aspx?contenttypeid=85&contentid=P01093. Diakses 7 April 2024

ICR. Baby's vision development in the first year of life. Dari icrcat.com/en/how-does-babys-vision-develop-in-their-first-year/. Diakses pada 7 April 2024

Verywell Family. Tips for Developing Your Baby's Visual Tracking Skills. Dari verywellfamily.com/baby-vision-developing-visual-tracking-skills-284476. Diakses pada 7 April 2024

All About Vision. What Colors are Best for a Baby's Nursery? Dari allaboutvision.com/eye-care/parents-kids/nursery-colors-and-baby-vision/. Diakses pada 7 April 2024

Bagikan sekarang