Bayi (6-12 Bulan)
Article

# Sudah Tahu Wonder Week Pada Fase Bayi Rewel?

**JUL 18, 2024**

Pernahkan Mam frustasi saat si Kecil tiba-tiba menjadi lebih rewel, mudah menangis, dan selalu menempel pada Mam? Jika ya, mungkin saja si Kecil sedang mengalami wonder Week.

Fase bayi rewel sebenarnya berkaitan dengan perkembangan mental bayi. Otak mereka tiba-tiba berubah drastis sehingga menyebabkan indra berkembang pesat. Inilah yang disebut dengan lompatan pada Wonder Week.

## Apa Itu Wonder Week?

Istilah wonder weeks pertama kali diperkenalkan oleh pasangan ilmuwan asal Belanda, Frans Plooij dan Hetty van de Ritj dalam buku The Wonder Weeks yang terbit pada tahun 1992.

Dalam buku itu, mereka mendeskripsikan fase perkembangan mental bayi atau lonjakan mental yang dialami bayi mulai dari usia lima minggu hingga 20 bulan pertama kelahiran.

Di masa ini disebutkan, si Kecil harus melalui fase perkembangan mental untuk membantu membangun kesadaran akan dunia di sekitar mereka. Namun, tahap-tahap ini sering menyebabkan anak frustasi karena segala sesuatu begitu aneh dan baru, mereka mudah tersinggung, cemas, sengsara hingga akhirnya menjadi rewel.

Mereka mengatakan, dalam periode tersebut, semua bayi mengalami fase rewel pada usia yang hampir sama. Selama 20 bulan pertama kehidupan, ada sepuluh lompatan perkembangan.

Bayi yang mengalami wonder week ditandai dengan 3C: crying (menangis), clingy (menempel pada ibu), dan cranky (rewel).

## Hubungan Wonder Week dan Fase Bayi

# Rewel

Fase bayi rewel bisa terjadi pada minggu ke 5, 8, 12, 19, 26, 37, 46, 55, 64 dan 75. Namun tetap ada perbedaan 1-2 minggu antara bayi yang satu dengan yang lain.

Faktanya Mam, semua bayi mengalami fase rewel. Hal ini karena terjadi perubahan besar dalam perkembangannya.

Bayi yang biasanya tenang akan bisa menjadi rewel seperti bayi aktif dan temperamental.

Sementara bayi yang lebih temperamental biasanya lebih rewel di periode wonder week hingga membuat Mam lelah. Namun, hal ini wajar.

Bayi rewel karena selama masa perkembangan 5-20 bulan, si Kecil belajar menerima lingkungan dan memastikan ada seseorang yang menjaganya

Saat si Kecil merasa tidak tenang, menghadapi stres, lelah, lapar, tumbuh gigi, imunisasi, dan merasakan perubahan, mereka akan menjadi rewel dan meminta kenyamanan pada orangtuanya.

Inilah mengapa, saat sedang berada di fase bayi rewel, si Kecil sangat membutuhkan kehadiran Mam dan Pap dan selalu ingin terus menempel.

Baca Juga: Cara Merawat Bayi Baru Lahir di Rumah

# Tips dan Cara Menenangkan Bayi Rewel

Seperti disebutkan di atas Mam, fase bayi rewel adalah bagian dari perkembangan setiap anak, termasuk bayi rewel setelah imunisasi dan tumbuh gigi.

Meski fase ini tidak menyenangkan, fase ini akan berlalu.

Jika Mam bertanya berapa lama bayi rewel saat tumbuh gigi, jawabannya bervariasi. Namun, umumnya, fase ini berlangsung sekitar 3 hingga 5 hari.

Ada beberapa tips yang dapat diikuti oleh Mam untuk membantu melewati fase bayi rewel ini.

## 1. Menggendong bayi

Menggendong bayi adalah cara mudah untuk menjaga si Kecil tetap dekat dan Mam masih bisa menyelesaikan pekerjaan lain.

Dengan menggendongnya, pekerjaan Mam selesai dan si Kecil merasa bahagia dan aman.

## 2. Tetap dekat tapi jangan terlalu dekat

Jika Mam sedang sibuk dan tidak bisa menggendong si Kecil, Mam bisa meletakkan mereka di area terjangkau. Pastikan Mam tetap bisa melihat dan mendengar si Kecil.

Saat sedang memasak, misalnya, Mam bisa berbicara dan bernyanyi.

Kebanyakan bayi hanya ingin merasa ditenangkan oleh suara dan keberadaan orang tua.

## 3. Berikan sesuatu yang familiar

Berikan sesuatu yang familiar bagi si Kecil seperti mainan favorit atau sesuatu yang meninggalkan bau Mam seperti syal atau pakaian.

## 4. Jangan ikut menangis di depan si Kecil

Saat si Kecil rewel, memang membuat frustasi dan ingin menangis. Namun jangan biarkan si Kecil melihat Mam menangis.

Lebih baik Mam pergi ke kamar atau kedai kopi sebentar untuk mengumpulkan energi, jika sudah kembalilah ke pelukan si Kecil.

## 5. Usahakan untuk tetap tenang

Cara menenangkan bayi rewel karena tumbuh gigi yang terbaik adalah berusaha tetap tenang. Lakukan yang terbaik agar Mam bisa mengendalikan emosi Anda. Jika Mam emosi, itu akan menambah kecemasan dan kesusahannya.

Namun sebaliknya, jika Mam tenang, si Kecil akan merasa lebih aman dan akhirnya belajar untuk melakukan hal yang sama.

Itu tadi ulasan mengenai wonder week yang kerap dibarengi dengan fase bayi rewel. Semoga informasi di atas membantu ya, Mam!

Bagikan sekarang




Optimalkan Milestone &
Perkembangan Otak si Kecil
BERSAMA
Wyeth Nutrition
S-26
ParenTeam
JOIN SEKARANG >