



Stimulasi yang Ideal untuk Perkembangan si Kecil

BAYI

ARTICLE

NOV 17, 2020

Orangtua bisa memberikan stimulasi yang baik dan ideal untuk anak dengan menyesuaikan usia perkembangannya. Selain itu, stimulasi diberikan dalam lingkungan yang nyaman dan dalam suasana bermain.

Listen

Stimulasi yang Ideal untuk Perkembangan si Kecil

Stimulasi yang baik memerlukan pola pengasuhan yang sesuai dengan perkembangan usia, interaktif, konsisten, teratur baik di rumah, keluarga besar, lingkungan rumah, tempat penitipan anak maupun sekolah.

Orangtua bisa memberikan stimulasi anak yang baik dan ideal dengan menyesuaikan usia perkembangannya. Selain itu, stimulasi diberikan dalam lingkungan yang nyaman dan dalam suasana bermain.

Stimulasi anak yang baik memerlukan pola pengasuhan yang sesuai dengan perkembangan usia, interaktif, konsisten, teratur baik di rumah, keluarga besar, lingkungan rumah, tempat penitipan anak maupun sekolah.

Perkembangan otak seorang anak yang tercermin dari perkembangan anak terdiri dari 4 domain, yaitu: (1) perkembangan motorik kasar-halus, (2) interaksi sosial, (3) kognitif/kecerdasan dan (4) bicara/bahasa.

Motorik kasar adalah kemampuan anak untuk duduk, merangkak, berdiri, berjalan sampai berlari dan melompat. Motorik halus adalah mencoret, makan-minum sendiri, melepas dan membuka baju sampai menulis dan membuat pekerjaan tangan.

Bicara/bahasa adalah kemampuan anak untuk mengerti larangan/perintah sampai menyatakan keinginan, bertanya, bercerita, menceritakan perasaan/emosi, berbagi cerita sampai berargumentasi. Kognitif/kecerdasan adalah kemampuan problem solving mulai dari yang sederhana seperti mencari mainan yang disembunyikan, menyusun puzzle atau mainan lego, kemampuan membaca/berhitung sampai kemampuan akademik baik di sekolah maupun di tempat kerja.

Nah, bagaimana kita sebagai orangtua memberikan stimulasi yang baik dan ideal untuk anak kita terutama di usia bayi-balita? Kapan stimulasi anak mulai diberikan?

Stimulasi anak yang diberikan sebaiknya merangsang anak diberbagai domain perkembangan. mulai diberikan sejak bayi baru lahir, bahkan sejak masa kehamilan.

Stimulasi anak diberikan dalam lingkungan yang nyaman, aman, penuh kasih sayang, konsisten, penuh atensi dan fokus dari orangtua dan pengasuh, serta dalam suasana bermain. Stimulasi yang diberikan tentu sesuai dengan usia perkembangannya. Stimulasi yang baik memerlukan pola pengasuhan yang sesuai dengan perkembangan usia, interaktif, konsisten, teratur baik di rumah, keluarga besar, lingkungan rumah, tempat penitipan anak maupun sekolah.

Stimulasi bayi usia 0-6 bulan

Perkembangan motorik kasar mulai hanya menggerak-gerakkan kepala sampai bisa berguling. Motorik halus mulai dari menggenggam dengan erat sampai bisa mengambil, meraih dan menggaruk benda yang kecil, perkembangan bahasa mulai mengoceh sampai berceloteh dan perkembangan interaksi sosial mulai dari senyum sosial sampai dapat mengenali wajah-wajah yang familiar.

Stimulasi anak diberikan terhadap multi domain perkembangan dengan cara berbicara dengannya sambil menatap wajahnya, mengajak tersenyum/tertawa, bernyanyi, memperkenalkan bayi pada wajah-wajah familiar, melatih bayi untuk tengkurap, berguling, merayap.

Ketika bayi sudah berusia lebih dari 3 bulan, berikan kesempatan yang banyak untuk bergerak dengan cara meletakkan di kasur/matras agar bayi punya kesempatan untuk mengembangkan pola gerak motornya sambil diajak bermain. Bayi jangan banyak digendong atau dibiarkan sendiri tanpa interaksi.

Stimulasi bayi usia 6-12 bulan

Perkembangan motorik kasar mulai dari berguling, merayap, merangkak, belajar duduk sampai berdiri. Motorik halus mulai dari menggaruk sampai menjimpit benda

kecil, memegang botol susu dan makan biskuit.

Perkembangan bicara/bahasa sampai mengoceh suku kata (babbling), menoleh jika dipanggil nama, tertawa jika diajak bermain dan menikmati permainan ciluk-ba serta senang melihat diri sendiri di cermin.

Stimulasi anak 1 tahun dapat dilakukan dengan belajar sambil bermain yang lebih variatif seperti mengejar bola sambil merangkak, memberikan mainan yang bisa bergerak, dilempar/dibentur-benturkan, bermain ciluk-ba, memanggil nama, memperlihatkan foto-foto atau memperkenalkan anggota keluarga besar.

Berikan kesempatan anak untuk lebih banyak bergerak, mengeksplorasi lingkungan dan permainan. Anak jangan banyak digendong, diletakkan di kursi, kereta dorong, atau baby walker. Pergunakan kursi makan, kereta dorong sesuai keperluan, sedangkan pemakaian baby walker sudah tidak dianjurkan lagi.

Pada usia 1 tahun sebagian besar anak mulai berdiri lepas tanpa berpegangan serta jalan berpegangan (merambat/dititah). Lakukan stimulasi anak 1 tahun dengan menyediakan lingkungan rumah yang aman, cukup luas untuk anak bergerak.

Stimulasi usia 1-2 tahun

Perkembangan motorik kasar anak belajar berjalan, berlari, naik turun tangga berpegangan, berjalan mundur, belajar melompat. Motorik halus anak mulai dapat menggunakan sendok untuk makan, menumpuk 6 kubus, dan bermain pura-pura (pretend play)/

Perkembangan bicara/bahasa anak mulai mengerti perintah dan ajakan. Bicara kata, bisa menunjuk/menyebut bagian wajah, tubuh, benda, foto anggota keluarga yang ditanyakan, mulai mengenal dan menyukai buku, dan mengetahui nama diri.

Stimulasi anak makin beragam dengan permainan yang dapat menstimulasi perkembangan. Anak akan lebih aktif dibandingkan usia sebelumnya, sehingga memerlukan pengawasan, waktu bermain dan teman bermain yang tepat.

Orangtua atau pengasuh sebaiknya menyediakan waktu untuk bermain dengan anak, menunjukkan cara bermain dengan alat permainan, memperlihatkan dan mengenalkan kosakata baru dari benda-benda sekeliling, gambar, maupun apa yang sedang dikerjakan. Anak juga masih senang bermain sendiri, belum mau berbagi.

Stimulasi 2-3 tahun

Perkembangan motorik kasar anak sudah lancar berlari, melompat, menendang bola, berdiri dengan 1 kaki, bermain sepeda roda tiga. Kemampuan motorik halus belajar mandiri dengan belajar melepas dan memakai baju dan sepatu, makan sendiri, belajar mandiri untuk BAK dan BAB.

Perkembangan interaksi sosial ditandai dengan mulai tertarik bermain dengan anak lain, belajar berbagi, menunggu giliran, menikmati permainan berkelompok walaupun masih sebentar. Perkembangan bicara/bahasa, anak mulai dapat menyusun kalimat terdiri dari 2-4 kata, mengajukan pertanyaan, menjawab pertanyaan sederhana, menyatakan keinginan, berimajinasi dan mulai dapat menyanyikan beberapa lagu anak-anak.

Stimulasi anak dengan mulai memperkenalkan dunia luar dengan mengajak anak secara rutin bertemu dengan anak-anak lain di sekitar rumah atau di sekolah PAUD (Pendidikan Anak Usia Dini), membacakan buku, meminta anak untuk bercerita apa yang dilihat dan didengar, mengajak anak melihat hal-hal baru, menjawab pertanyaan anak dan rasa ingin tahu anak dengan sabar.

Stimulasi 3-5 tahun

Perkembangan motorik kasar semakin berkembang, kebutuhan gerak terutama anak laki-laki semakin tinggi, gerakan motorik semakin lancar dan terkoordinasi, dapat mengendarai mobil-mobilan, sepeda dengan lancar, bermain bola.

Kemampuan motorik halus juga berkembang, mulai dapat menulis huruf sederhana, menggunting, melipat, mewarnai, mulai menggambar. Kemampuan interaksi sosial, anak makin senang bergaul, dapat bekerjasama, banyak bicara, mempunyai teman akrab, bangga dengan apa yang dimiliki, kadang-kadang berperilaku menentang. Mulai bisa bercerita dengan panjang, mengenal warna, menanyakan arti kata-kata, dapat berimajinasi dan pada usia 5 tahun dapat membedakan fakta dan khayalan.

Untuk dapat mengukur fondasi belajar si Kecil, Mam juga bisa melakukan pengecekan melalui Milestones Tracker pada laman resmi kami di sini.

Stimulasi anak menjadi lebih menyenangkan baik untuk anak maupun orangtua, karena sudah terjadi komunikasi timbal balik yang baik, sehingga orangtua atau pengasuh dapat mulai memberikan pilihan bagi anak tentang apa yang akan dilakukan hari ini, baju apa yang akan dipakai, mainan atau makanan apa yang akan dipilih, mendorong anak untuk dapat melakukan hal-hal bantu diri seperti makan, berpakaian, mandi, menggosok gigi, BAB dan BAK secara mandiri.

Semua hal tersebut penting untuk persiapan anak masuk sekolah.

Hal yang perlu diingat oleh orangtua adalah sebelum anak memasuki usia sekolah formal (TK-SD), adalah tugas orangtua untuk mempersiapkan anak memasuki sekolah agar siap fisik, mental dan emosional dengan cara memerhatikan apakah anak menunjukkan fase perkembangan yang sesuai untuk usianya, serta memberikan stimulasi yang sesuai.

Jangan lupa juga Mam bahwa ada S-26 Procal Nutriessentials untuk anak usia 1-3 dan S-26 Promise Nutriessentials 3-12 tahun yang bisa diberikan demi dapatkan nutrisi, inspirasi, dan stimulasi anak yang tepat untuk bantu ia siap belajar!



Customer reviews

0

0

Rate

0 global ratings

Ratings

• 5 ★

0

• 4 ★

0

• 3 ★

0

• 2 ★

0

• 1 ★

0

Add Your Rating