

# 3 Periode Penting Fase Perkembangan Anak Usia Dini

MAR 12, 2021

Pertumbuhan dan perkembangan pada anak tidak dapat dipisahkan. Perkembangan kognitif, motorik, dan personal-sosial si Kecil adalah aspek yang perlu dipahami Mam.

*Tahap perkembangan anak yang paling kritis berlangsung di masa usia dini, yaitu antara usia 0 hingga 6 tahun*

Pertumbuhan dan perkembangan anak tidak dapat dipisahkan. Perkembangan kognitif, motorik, dan personal-sosial si Kecil adalah aspek penting yang perlu dipahami oleh setiap orang tua, terutama Mam.

Tahap perkembangan anak yang paling kritis berlangsung di masa usia dini, yaitu antara usia 0 hingga 6 tahun.

Dengan memahami masa perkembangan anak ini, Mam dapat mendukung tumbuh kembang si Kecil secara optimal.

## Mengapa Perkembangan Anak Usia Dini Sangat Penting?

Tahukah Mam? Perkembangan otak anak mencapai 80% kapasitas dewasa pada tiga tahun pertama kehidupannya. Pada saat si Kecil berusia 5 tahun, otaknya sudah mencapai 90% dari perkembangan total, sementara sisanya berlangsung secara perlahan hingga usia dewasa (18 tahun). Oleh karena itu, usia dini menjadi fase perkembangan anak yang kritis dan perlu diperhatikan secara saksama.

Pertumbuhan (seperti tinggi dan berat badan) dan perkembangan (seperti kemampuan berpikir atau berbicara) berjalan beriringan. Meski setiap anak memiliki kecepatan perkembangan yang berbeda, memahami tahapan umumnya dapat membantu Mam memantau kemajuan si Kecil.

Lalu, apa saja tahapan penting dalam perkembangan anak usia dini, khususnya di rentang usia 1-3 tahun? Berikut ini adalah rincian aspek perkembangan yang perlu

Mam perhatikan untuk mendukung si Kecil mencapai milestone penting dalam hidupnya.

# Tahapan Perkembangan Anak Usia 1-3 Tahun

Perkembangan kognitif, motorik, dan personal-sosial di usia ini mencakup tingkat perkembangan anak yang berbeda-beda, namun saling mendukung dalam setiap aspek. Berikut adalah rincian tahapan perkembangan tersebut:

## 1. Perkembangan Kognitif

Usia 1-2 Tahun:

- Mengenali benda sederhana dan memahami instruksi sederhana.
- Menunjukkan rasa ingin tahu dengan eksplorasi, seperti menggoyangkan atau menjatuhkan benda untuk melihat hasilnya.

Usia 2-3 Tahun:

- Membentuk kalimat pendek.
- Mulai bermain pura-pura seperti menjadi dokter atau koki, yang menunjukkan kemampuan bermain imajinatif.
- Memulai aktivitas menyortir benda berdasarkan warna atau bentuk sebagai bagian dari pengenalan kategori.

**Baca Juga: Manfaat Mengenal Tahapan Perkembangan Anak**

## 2. Perkembangan Motorik

Usia 1-2 Tahun:

- Berjalan tanpa bantuan, mulai berlari meski masih terhuyung, dan dapat naik tangga dengan bantuan.
- Mampu menumpuk balok menjadi menara kecil atau memasukkan benda ke dalam wadah.
- Mulai dapat menggunakan sendok untuk makan.

Usia 2-3 Tahun:

- Mampu berjalan mundur dan mulai berlari dengan lebih baik.
- Bermain sepeda roda tiga sebagai latihan keseimbangan.
- Mencorat-coret atau menggambar garis sederhana menggunakan krayon, menunjukkan perkembangan motorik halus.

### **3. Perkembangan Personal-Sosial**

Usia 1-2 Tahun:

- Menunjukkan kebutuhan atau keinginan dengan menunjuk tanpa menangis
- Mulai mencoba makan atau minum sendiri, meskipun sering berantakan.
- Menikmati interaksi sederhana dengan orang tua seperti bermain "cilukba".

Usia 2-3 Tahun:

- Belajar menggunakan toilet secara bertahap (potty training) dengan mengenali kapan harus buang air
- Meniru kegiatan sehari-hari, seperti membawa barang ringan atau membantu dengan tugas sederhana
- Bermain dengan anak lain, meskipun masih sulit untuk berbagi.

## **Stimulasi Tepat untuk Anak Usia 1-3 Tahun**

Mam, stimulasi yang tepat memegang peranan penting untuk mendukung masa perkembangan anak usia 1-3 tahun. Berikut adalah beberapa aktivitas yang dapat dilakukan untuk membantu si Kecil tumbuh optimal:

### **1. Bermain dan Membaca**

- Bacakan cerita bergambar untuk mendorong pengenalan kata, gambar, dan memperluas kosakata si Kecil
- Libatkan anak dalam aktivitas membaca interaktif dengan bertanya atau menunjuk gambar.

### **2. Eksplorasi Fisik**

- Dorong aktivitas seperti berjalan, memanjat, dan berlari untuk mendukung koordinasi motorik kasar.
- Bermain di luar ruangan, seperti menjelajahi taman atau kebun, dapat membantu si Kecil mengeksplorasi lingkungan dan mengasah keterampilan fisiknya.

### **3. Aktivitas Kreatif**

- Gunakan alat seni sederhana seperti krayon atau cat jari untuk mengembangkan motorik halus si Kecil (EYFS Framework, 2024).
- Ajak si Kecil untuk mencoret-coret atau menggambar bentuk sederhana, yang juga mendorong kreativitasnya.

## **4. Permainan Imajinatif**

- Bermain pura-pura seperti menjadi dokter atau koki untuk mendukung kreativitas dan keterampilan sosial.
- Aktivitas ini juga membantu si Kecil belajar memahami peran dalam kehidupan sehari-hari.

## **5. Permainan Interaktif dan Edukatif**

- Bermain “Cilukba” untuk merangsang rasa ingin tahu si Kecil (SEE), memproses informasi dan gerakan (THINK), serta meniru respons dalam permainan (ACT).
- Aktivitas lain seperti bermain teka-teki sederhana atau menyortir benda berdasarkan warna dan bentuk dapat merangsang kemampuan berpikir kritis.

# **Pentingnya Stimulasi dalam Proses Belajar**

Kurangnya stimulasi dapat memicu keterlambatan perkembangan pada anak. Oleh karena itu, pemberian stimulasi yang tepat waktu dan sesuai sifat anak sangat penting. Hal ini akan membantu mengoptimalkan proses belajar dalam masa perkembangan anak yang melibatkan:

- SEE: Anak mengamati hal baru di sekitarnya.
- THINK: Anak memproses informasi dan mencari solusi atau ide baru.
- ACT: Anak menjadi mandiri dan kreatif dalam bertindak.

Dengan melakukan berbagai aktivitas stimulasi ini, Mam tidak hanya mendukung pertumbuhan fisik dan kognitif si Kecil, tetapi juga mempersiapkannya untuk belajar dan menghadapi tantangan di masa depan.

Selain mengajak Si Kecil belajar sambil bermain, Mam juga harus jangan lupa juga untuk memberikan nutrisi optimal yang untuk mendukung tumbuh kembangnya. Salah satu dukungan yang Mam bisa berikan untuk si Kecil adalah dari susu pertumbuhan S-26 Procal Nutrissentials untuk anak usia 1 hingga 3 tahun. Sedangkan, jika Si Kecil sudah mencapai usia 3 tahun ke atas, Mam bisa mendukung tumbuh kembang optimalnya dengan S-26 Promise Nutrissentials.

S-26 Procal dan Promise Nutrissentials mengandung lebih dari 26 nutrisi yang dibutuhkan Si kecil untuk dukung Awal Belajar Pintarnya sebagai Little Learner!

S-26 Procal & Promise Nutrissentials dilengkapi dengan Kolin, Omega 3 & 6, protein, zat besi, selenium, zink, vitamin A, vitamin B2 dan B12, serat pangan, serta tinggi kalsium untuk memaksimalkan awal belajar pintar Si Kecil.

Jadi jangan lupa ya, Mam! Setiap orang tua harus memahami masa perkembangan anak di masa usia dini agar dapat memantau perkembangan si Kecil secara saksama. Dengan begitu, potensi gangguan perkembangan sekecil apapun pada si Kecil dapat cepat terdeteksi dan dilakukan penanganan sedini mungkin sehingga proses tumbuh kembang yang optimal dapat tetap tercapai.

## Source

- Development and Milestones for Toddlers (1 - 3 Years). Retrieved on December 5, 2024, from <https://www.michigan.gov/mikidsmatter/parents/toddler/milestones>
- Cognitive Developmental Milestones. Retrieved on December 5, 2024, from <https://www.verywellmind.com/cognitive-developmental-milestones-2795109>

Play and toddler cognitive development | Raising Children Network. Retrieved on December 5, 2024, from <https://raisingchildren.net.au/toddlers/play-learning/play-toddler-development/thinking-play-toddlers>

- Gross Motor Skills in Babies, Toddlers, and Preschoolers. Retrieved on December 5, 2024, from <https://www.parents.com/gross-motor-skills-7498909>

Fine motor skills. Retrieved on December 5, 2024, from <https://help-for-early-years-providers.education.gov.uk/physical-development/fine-motor-skills>

- Toddler development: MedlinePlus Medical Encyclopedia. Retrieved on December 5, 2024, from <https://medlineplus.gov/ency/article/002010.htm>

Social & Emotional Development Milestones for Toddlers (1 - 3 Years). Retrieved on December 5, 2024, from <https://www.michigan.gov/mikidsmatter/parents/toddler/social>

- What Toddler Social Development Looks Like: Ages 1 and 4. Retrieved on December 5, 2024, from <https://www.parents.com/toddlers-preschoolers/development/social/social-development-milestones-ages-1-to-4/>

Social Development in Preschoolers - HealthyChildren.org. Retrieved on December 5, 2024, from <https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/preschool/Pages/Social-Development.aspx>

-in-Preschoolers.aspx

Bagikan sekarang