Anak (3 tahun+)
Artikel

Ciri-Ciri Perkembangan Akal, Fisik, Sosial Anak Usia 4 Tahun

MAR 15, 2021

2 MINS

Ketika si Kecil berumur 4 tahun, ia mulai menunjukkan ciri-ciri seperti yang dimiliki orang dewasa, yaitu ia sudah punya pikiran sendiri, mampu memproses pikiran, dan memiliki kemauan sendiri.

Pada umur 4 tahun si Kecil sudah bisa membuat rencana dan menyelesaikan tugas. Ia biasanya lebih ingin mandiri serta bisa membuat keputusan sendiri.

Ketika si Kecil menginjak usia 4 tahun, ia mulai menunjukkan perkembangan anak usia 4 tahun yang signifikan dalam berbagai aspek, termasuk kemampuan berpikir, fisik, dan sosial. Pada usia ini, anak mulai mengeksplorasi dunia dengan rasa ingin tahu dan kepercayaan diri yang baru. Mereka juga mulai menunjukkan ciri-ciri yang menyerupai orang dewasa, seperti memiliki pemikiran sendiri, mampu memproses ide-ide, dan memiliki kemauan yang kuat.

Di usia ini, si Kecil mulai bisa membuat rencana dan menyelesaikan tugas sederhana. Mereka biasanya lebih mandiri dan mampu membuat keputusan sendiri. Selain itu, usia 4 tahun merupakan masa transisi penting, di mana anak perlahan meninggalkan dunia kanak-kanak dan mulai memasuki dunia yang lebih luas dengan tantangan dan peluang baru.

Mari kita lihat tahapan perkembangan si Kecil dalam hal Akal, Fisik, dan Sosial:

Perkembangan Akal

Pada tahap tumbuh kembang anak 4 tahun ini, si Kecil mulai menunjukkan perkembangan pesat dalam berpikir logis, kreativitas, dan kemampuan memproses informasi yang lebih kompleks. Mereka semakin penasaran terhadap dunia di sekitar mereka dan memahami banyak hal melalui imajinasi dan eksplorasi.

1. Kemampuan Bahasa dan Berbicara

Anak pada usia ini mampu berbicara dengan kalimat yang lebih panjang dan kompleks,

menggunakan kata sambung seperti “karena” atau “tetapi.” Mereka juga mulai menceritakan cerita sederhana dengan urutan yang lebih jelas. Selain itu, mereka mulai mengenal dan menggunakan kata-kata untuk menjelaskan perasaan, seperti “bingung” atau “senang.”

Namun, penting bagi Mam untuk mengenali tanda perkembangan bahasa anak 4 tahun yang perlu diwaspadai.

Jika si Kecil belum bisa berbicara dalam kalimat lengkap, kosakatanya sangat terbatas, atau sulit dipahami oleh orang di luar keluarga, hal ini bisa menjadi sinyal speech delay yang perlu ditindaklanjuti.

Setiap anak memang berkembang dengan kecepatannya sendiri, tetapi konsultasi dini ke dokter spesialis anak akan membantu memastikan si Kecil mendapat dukungan yang tepat.

2. Kemampuan Berhitung dan Logika

Si Kecil mulai belajar mengenal konsep matematika, seperti berhitung hingga 10, mengenal beberapa huruf, dan mempelajari penjumlahan sederhana hingga angka 4. Mereka juga bisa mengenali warna, bentuk, dan konsep seperti “sebelum” dan “sesudah,” serta membedakan bentuk bundar, persegi, dan segitiga.

3. Kreativitas dan Imajinasi

Melalui aktivitas seperti menggambar, anak dapat menciptakan pola atau bentuk sendiri, meskipun hasilnya mungkin belum sempurna atau sulit dikenali orang lain. Misalnya, mereka menggambar rumah tanpa pintu atau orang tanpa tangan. Namun, mereka sering menjelaskan apa yang digambar setelah selesai.

Pada tahap ini, si Kecil juga mulai mengenal nama-nama hari, bulan, dan musim, meskipun pemahaman tentang jam masih terbatas.

Mereka sudah mampu mengidentifikasi warna utama tanpa kesulitan dan terus belajar melalui rasa penasaran mereka yang tinggi.

Perkembangan Sosial

Pada usia 4 tahun, si Kecil mulai memahami bahwa tindakan mereka memengaruhi orang lain. Mereka menunjukkan kemampuan bersosialisasi yang lebih baik, belajar mengendalikan emosi, dan mulai menunjukkan empati yang berkembang.

Perkembangan ini sangat penting dalam perkembangan anak usia 4 tahun dan membentuk dasar hubungan sosial mereka di masa depan.

1. Interaksi dengan Teman Sebaya

Anak mulai menikmati bermain bersama teman-teman, menunjukkan kemampuan berbagi dan

bergantian dalam permainan.

Mereka dapat bekerja sama dalam permainan kelompok seperti permainan pura-pura. Si Kecil juga mulai memahami emosi orang lain dan mampu memberikan dukungan, misalnya dengan menghibur teman yang sedih melalui pelukan atau kata-kata sederhana.

2. Empati dan Pengendalian Emosi

Imajinasi si Kecil berkembang pesat, yang terlihat dalam permainan pura-pura seperti bermain menjadi dokter atau guru.

Melalui permainan ini, mereka belajar memahami sudut pandang orang lain. Anak juga mulai mengekspresikan emosi secara verbal, dibandingkan sekadar menangis atau berteriak.

Mereka juga mulai belajar mengelola emosi dengan menggambar atau berbicara tentang apa yang dirasakan.

3. Pemahaman tentang Peraturan dan Tanggung Jawab

Si Kecil mulai memahami aturan sosial sederhana, seperti tidak boleh melompat dari tempat tinggi. Mereka mulai belajar bertanggung jawab atas tindakan mereka dan mengerti konsekuensi dari perilaku mereka.

Anak juga mulai memahami rutinitas, seperti pergi ke sekolah di pagi hari dan percaya bahwa orang tua akan menjemput mereka di siang hari.

4. Pemahaman Emosional yang Lebih Dalam

Mereka mulai belajar apa yang menyebabkan emosi tertentu, seperti sedih atau marah, dan menyadari bahwa orang lain mungkin memiliki tanggapan berbeda terhadap situasi yang sama.

Anak juga mulai memahami konsep hari spesial, seperti ulang tahun atau hari raya, dan menantikannya dengan penuh antusiasme, terutama karena mereka mengasosiasikan hari-hari ini dengan hadiah atau momen bahagia.

Kemampuan bercanda juga mulai terlihat, yang menjadi bagian penting dalam membangun interaksi sosial mereka.

Perkembangan Fisik

Di usia 4 tahun, si Kecil mengalami pertumbuhan yang signifikan, baik dalam keterampilan motorik kasar maupun halus. Kemampuan ini mendukung eksplorasi yang lebih luas dan kemandirian yang lebih baik dalam menjalani aktivitas sehari-hari.

1. Motorik Kasar

Si Kecil mampu berjalan, berlari, melompat, dan menyeimbangkan diri dengan berdiri di satu kaki selama beberapa detik. Kemampuan ini menunjukkan koordinasi tubuh yang semakin baik.

Di sisi lain, Anak sudah bisa naik turun tangga tanpa bantuan, menggunakan satu kaki pada setiap anak tangga, serta dapat menghindari halangan saat berjalan atau berlari. Mereka juga mulai mahir menggunakan sepeda roda tiga, menunjukkan peningkatan kemampuan koordinasi antara tangan dan kaki.

2. Motorik Halus

Anak mulai terampil menggunakan tangannya untuk berbagai aktivitas, seperti menuangkan air dari teko ke gelas tanpa tumpah, menggunting bentuk sederhana, dan membuat kalung dari manik-manik.

Si Kecil sudah bisa menggambar dengan lebih detail, seperti menggambar orang dengan bagian tubuh lengkap, termasuk mata dan mulut. Mereka juga mulai belajar menulis nama, mengancingkan baju, dan menggunakan sendok serta garpu dengan baik, menunjukkan kemandirian yang semakin berkembang.

Berat dan Tinggi Badan Ideal Anak Usia 4 Tahun

Selain memantau milestone kemampuan, Mam juga perlu memperhatikan pertumbuhan fisik si Kecil secara keseluruhan. Berdasarkan Standar Antropometri Anak dari Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 2 Tahun 2020, acuan berat dan tinggi badan anak usia 4 tahun adalah sebagai berikut. Untuk anak laki-laki usia 4 tahun, berat badan normal berada di kisaran 14,4–19,3 kg dengan tinggi badan sekitar 99,9–109,4 cm.

Untuk anak perempuan usia 4 tahun, berat badan normal berkisar antara 13,7–18,6 kg dengan tinggi badan sekitar 98,7–108,1 cm. Angka ini merupakan rentang normal berdasarkan standar WHO yang diadopsi Kemenkes — bukan target kaku. Jika berat atau tinggi badan si Kecil berada di luar rentang ini, sebaiknya diskusikan dengan dokter anak untuk evaluasi lebih lanjut.

Baca Juga: Manfaat Omega 3 dan 6 untuk Tumbuh Kembang Si Kecil

Cara Stimulasi Perkembangan Anak Usia 4 Tahun di Rumah

Mendukung perkembangan si Kecil tidak harus dengan alat mahal, stimulasi sehari-hari di

rumah sudah sangat berdampak. Untuk motorik kasar, ajak si Kecil bermain aktif seperti lompat tali, petak umpet, atau bersepeda roda tiga.

Untuk motorik halus dan kognitif, kegiatan menggambar, mewarnai, menggunting kertas, atau menyusun puzzle sangat efektif melatih konsentrasi dan kreativitas.

Guna mendukung kemampuan bahasa, biasakan membacakan cerita setiap malam dan tanya "Menurut kamu, apa yang akan terjadi selanjutnya?" agar si Kecil terlatih berpikir. Untuk perkembangan sosial-emosional, bermain peran misalnya pura-pura jadi dokter atau guru, membantu anak memahami sudut pandang orang lain. Ingat, kunci stimulasi yang efektif adalah konsistensi dan suasana yang menyenangkan,

Setelah memahami berbagai tahapan dalam perkembangan anak usia 4 tahun, penting bagi Mam untuk memberikan dukungan nutrisi yang tepat agar si Kecil mencapai potensi optimalnya.

Wyeth S-26® Gold Series hadir sebagai solusi nutrisi yang dirancang khusus oleh Wyeth Nutrition Expert untuk mendukung kemampuan belajar, pertumbuhan fisik, dan daya tahan tubuh anak.

Dengan kandungan seperti sfingomielin dan fosfolipid untuk pembentukan membran sel otak, DHA, Omega 3 & 6, kolin, dan zat besi, S-26 Gold membantu meningkatkan daya ingat, fungsi kognitif, dan proses belajar progresif si Kecil.

Untuk pertumbuhan fisik, S-26 Gold mengandung protein, kalsium, vitamin D, dan fosfor yang penting untuk mendukung pembentukan tulang yang kuat serta mempertahankan kepadatan gigi dan tulang.

Kandungan alfa laktalbumin dari whey protein membantu nutrisi agar mudah diserap tubuh, mendukung pertumbuhan aktif anak. Selain itu, S-26 Gold juga mendukung daya tahan tubuh dengan kombinasi oligofruktosa, vitamin C, selenium, dan zinc untuk menjaga kesehatan sistem pencernaan dan meningkatkan daya tahan tubuh, sementara vitamin B kompleks membantu metabolisme energi dan pembentukan jaringan tubuh.

Wyeth S-26 Gold menawarkan pilihan nutrisi yang sesuai dengan setiap tahap usia si Kecil: S-26 Procal Gold untuk anak usia 1-3 tahun, mendukung nutrisi penting di fase awal pertumbuhan; S-26 Promise Gold untuk usia 3-12 tahun, membantu memenuhi kebutuhan nutrisi di masa perkembangan pesat; dan S-26 Procal Gold pHPro, dengan protein terhidrolisis parsial untuk anak dengan sensitivitas tertentu.

Dengan formulasi yang ilmiah dan terpercaya, Wyeth S-26 Gold adalah mitra andalan Mam untuk memastikan tumbuh kembang si Kecil secara optimal. Berikan nutrisi terbaik agar si Kecil tumbuh percaya diri, aktif, dan siap menjelajahi dunia.

Source

- Language development: 4-5 years. Retrieved on December 5, from https://raisingchildren.net.au/preschoolers/development/language-development/language-4-5-years

- Developing Fine Motor Skills in Preschoolers. Retrieved on December 5, from https://www.parents.com/toddlers-preschoolers/development/physical/child-developing-motor-skills/

Social Skills: Empathy at Age 4 | Milestones | PBS KIDS for Parents. Retrieved on December 5, from https://www.pbs.org/parents/learn-grow/age-4/social-skills/empathy

- Empathy in Preschoolers: Exploring Profiles and Age- and Gender-Related Differences - PMC. Retrieved on December 5, from https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10741930

- Important Milestones: Your Baby By Four Years | CDC. Retrieved on December 5, from https://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/milestones/milestones-4yr.html

- 4-to-5 Year Old Child Developmental Milestones. Retrieved on December 5, from https://www.webmd.com/parenting/4-to-5-year-old-milestones

- The Year Ahead: Age 4. Retrieved on December 5, from https://www.parents.com/kids/development/physical/developmental-milestones-age-four/

- Important Milestones: Your Baby By Four Years | CDC. Retrieved on December 5, from https://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/milestones/milestones-4yr.html

4-5 years: preschooler development. Retrieved on December 5, from https://raisingchildren.net.au/preschoolers/development/development-tracker/4-5-years

Bagikan sekarang




Ashton
Science Olympiad Medalist
Dazelin
Tech Science Medalist
Aleesya
Ice Skating Medalist
Optimalkan Potensi
Hebat si Kecil
BERSAMA
Wyeth Nutrition
S-26
ParenTeam
JOIN SEKARANG >