

Si Kecil dan Musik: Manfaat Stimulasi Musik dalam Perkembangan Anak

MEI 7, 2021

Saat merencanakan kehamilan, sudah seharusnya Mam mulai menerapkan gaya hidup sehat. Ini termasuk dalam memilih makanan persiapan kehamilan yang aman dan bernutrisi

Untuk sebuah kehamilan yang sehat, Mam harus mengkonsumsi makanan yang memiliki kecukupan zat nutrisi penting. Selamat merencanakan kehamilan yang sehat, Mam!

Banyak artikel dan tips tentang cara mendidik anak yang baik, salah satunya melalui musik. Ini adalah hal yang mudah karena kita bisa menemukan musik di mana saja. Musik juga bisa didapatkan dari berbagai benda seperti botol bekas, piring dan sendok, atau peralatan masak. Segala benda yang dipukul dengan irama teratur bisa menciptakan nada indah untuk didengar sebagai stimulasi musik untuk anak.

Kita sebagai orang dewasa mendengarkan musik untuk menghibur dan menyenangkan hati, untuk memperbaiki mood yang buruk, dan untuk memberikan suasana yang ceria. Namun, apa manfaat musik untuk si Kecil? Lebih dari yang orang dewasa bisa dapatkan, Mam!

Manfaat stimulasi musik untuk anak

Memperdengarkan musik sedini mungkin tidak ada salahnya, bahkan ketika si Kecil masih dalam kandungan. Musik yang tepat akan menstimulus gerak janin, memberikan ketenangan dan meredam kegelisahan. Jangan salah, Mam! Janin juga bisa merasakan gelisah jika kita sedang gelisah atau berada di tempat yang riuh, dan musik akan membantu menenangkannya.

Stimulasi musik untuk anak dalam tumbuh kembangnya dapat memberikan banyak manfaat. Selain mensenilasukan kemampuan bahasa dan literasi si Kecil, musik juga dapat mendukung kepintaran, sosial dan emosi, serta motorik kasar si Kecil. Musik akan menyelaraskan gerak tubuh dan kerja otak. Si Kecil bisa belajar kosakata baru melalui lirik di sebuah lagu atau anak akan belajar berbagai gerakan ketika sedang menari dengan irungan musik. Hal ini bisa menjadi latihan untuk motorik kasarnya.

Stimulasi musik untuk anak sebagai sarana sosialisasi

Di kelompok bermain, PAUD atau TK, salah satu sarana mengajarkan tentang sosialisasi tanpa paksaan adalah dengan stimulasi musik untuk anak. Melalui lagu yang dinyanyikan bersama, si Kecil akan belajar bekerja sama dengan temannya membentuk irama. Begitu pula ketika si Kecil sedang menari atau bermain musik dalam kelompok, ia akan belajar teamwork. Mereka belajar bekerja sama menghasilkan karya musik yang bagus.

Musik yang dimainkan atau diperdengarkan bersama akan membuat si Kecil belajar lebih kreatif, mudah berkompromi, melatih konsentrasi, berbagi, dan bekerja sama. Hal-hal ini akan sangat berguna ketika si Kecil memasuki usia sekolah atau terjun di masyarakat yang lebih luas.

Stimulasi musik untuk anak sesuai tahapan usianya

Musik adalah sarana untuk anak bereksresi, mengemukakan emosi melalui lagu dan tarian. Pada usia di bawah 1 tahun, mungkin si Kecil belum bisa bernyanyi Mam, tapi bukan berarti ia tak memahami musik. Si Kecil akan merespons dengan menggoyangkan tangan, anggukan kepala, atau ikut bernyanyi meski suara yang dikeluarkan belum jelas.

Pada usia batita, tak jarang si Kecil akan menggumamkan sambil bermain. Saat usia si Kecil lebih besar, ia sudah mulai bisa untuk memainkan instrumen musik atau bernyanyi. Setiap anak akan merespons musik yang diperdengarkan, meski hal ini bergantung pada tahapan usia.

• Musik untuk bayi

Bayi lebih dulu mengenali irama dibandingkan ketika mereka mengenali kata-kata. Tak ada salahnya memperkenalkan 1-2 kata sederhana kepada si Kecil pada usia ini melalui musik, Mam. Pilih lagu anak dengan lirik sederhana yang bisa dinyanyikan sambil memandikan, bermain, atau menuapinya. Tak ada salahnya memberikan stimulasi musik untuk anak dengan irama lembut ketika menidurkan. Hal ini akan memberikan ketenangan sehingga otak si Kecil beristirahat dengan optimal.

• Musik untuk usia batita

Pada usia ini, si Kecil sangat gemar menari mengikuti irama. Coba perdengarkan musik dengan irama ceria agar si Kecil tertarik menari mengikuti iramanya. Pada usia ini, si Kecil juga sudah mengenali lebih banyak kosakata. Ia dapat mengenali lirik lagu dengan lebih baik dan tak jarang menggantinya dengan kata lain untuk membuatnya lebih lucu.

• Musik untuk anak usia balita

Pada usia ini, si Kecil sudah mulai mengenal instruksi. Mereka juga mengenal musik sebagai suatu irama yang utuh berbentuk lagu atau nyanyian. Tidak hanya mendengarkan, coba lakukan stimulasi musik untuk anak dengan libatkannya dengan aktivitas mengikuti lirik lagu. Mam bisa menggunakan alat peraga berupa mainan, binatang atau anggota badan mereka seperti dalam lagu, "kepala pundak lutut kaki". Musik juga bisa digunakan sebagai alat pencair ketika anak-anak ini berkumpul pertama kali sehingga mereka bisa

lebih akrab satu sama lain.

- **Musik untuk anak usia sekolah**

Pada usia ini, si Kecil mulai belajar menghitung dan membaca. Kedua hal ini akan lebih mudah dipelajari dengan media musik. Melalui lagu-lagu dengan lirik berupa angka atau abjad, si Kecil akan belajar menghitung dan membaca dengan lebih menyenangkan. Saat usia ini, si Kecil juga sudah bisa dikatakan siap jika ingin belajar tentang instrumen musik, jadi tak ada salahnya menawarkan les musik kepada si Kecil, Mam.

Tidak ada salahnya memberikan stimulasi musik untuk anak sejak dini, Mam. Dengan musik, si Kecil bisa menjadi lebih tenang dan lebih bersuka cita. Si Kecil akan memperoleh banyak manfaat untuk tumbuh kembangnya. Manfaat yang kelak akan menjadi bekal si kecil memasuki dunia yang lebih luas dan menantang.

Referensi:

brighthorizons.com/family-resources/e-family-news/2010-music-and-children-rhythm-meets-child-development

Bagikan sekarang