

Siska Oktari, M.Psi., Psikolog
Evantrida Mailyza Musly, M.Psi., Psikolog
Nelia Afriyeni, S.Psi., M.A.
Dr. Rozi Sastra Purna, M.Psi., Psikolog
Bunga Derima Putri
Della Ria Stefani R.



PARENTHINK

Perkembangan Anak pada 2 Tahun Pertama
yang Perlu Orang Tua Ketahui

PARENTHINK

**Perkembangan Anak pada 2 Tahun Pertama
yang Perlu Orang Tua Ketahui**



PARENTHINK

**Perkembangan Anak pada 2 Tahun Pertama
yang Perlu Orang Tua Ketahui**

Penulis:

Siska Oktari, M.Psi.,Psikolog | Evantrida Mailyza Musly, M.Psi.,Psikolog
Nelia Afriyeni, S.Psi.,M.A | Dr. Rozi Sastra Purna, M.Psi.,Psikolog
Bunga Derima Putri | Della Ria Stefani R.



Penerbit IPB Press
Jalan Taman Kencana No. 3,
Kota Bogor - Indonesia

C.01/12.2021

Judul Buku:

PARENTHINK (Perkembangan Anak pada 2 Tahun Pertama yang Perlu Orang Tua Ketahui)

Penulis:

Siska Oktari, M.Psi., Psikolog | Evantrida Mailyza Musly, M.Psi., Psikolog
Nelia Afriyeni, S.Psi., M.A. | Dr. Rozi Sastra Purna, M.Psi., Psikolog
Bunga Derima Putri | Della Ria Stefani R.

Penyunting Bahasa:

Dwi M Nastiti

Desain Sampul & Penata Isi:

Makhhub Khoirul Fahmi
Mokhammad Zulfatul Basith

Korektor:

Siti Julaela

Jumlah Halaman:

70 + 12 hal romawi

Edisi/Cetakan:

Cetakan 1, April 2022

PT Penerbit IPB Press

Anggota IKAPI
Jalan Taman Kencana No. 3, Bogor 16128
Telp. 0251 - 8355 158 E-mail: ipbpress@apps.ipb.ac.id
www.ipbpress.com

ISBN: 978-623-467-019-6

Dicetak oleh Percetakan IPB, Bogor - Indonesia
Isi di Luar Tanggung Jawab Percetakan

© 2022, HAK CIPTA DILINDUNGI OLEH UNDANG-UNDANG
Dilarang mengutip atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku
tanpa izin tertulis dari penerbit

Tahun Terbit Elektronik: 2022

eISBN: 978-623-467-031-8

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
BAB 1. PENDAHULUAN.....	1
1.1 Sebuah Pengantar: Menjadi Orang Tua	1
BAB 2. RANAH EMOSI.....	7
2.1 Memulai Interaksi Pertama dengan “Si Kecil”	7
2.2 Emosi: Lem Pelekat pada Interaksi Orang Tua dan Anak	8
2.3 Mengajarkan Anak Mengelola Emosi Sejak Dini	11
2.4 Reaksi Emosi Cara bayi Menjelaskan tentang Kondisi yang Dialami Anak.....	14
2.5 Kendala dalam Ranah Perkembangan Emosi	15
2.5.1 Kecemasan berpisah: si kecil yang “tidak bisa lepas” dari orang tua	15
2.5.2 Menjaga koneksi antara orang tua dan anak di tengah fase kecemasan berpisah.....	18
2.5.3 Anakku sangat rewel, mudah sekali menangis.....	20
2.6 Sosialisasi Ala Si kecil di Usia 0–2 tahun	23

BAB 3. RANAH BAHASA	25
3.1 Bagaimana Bayi Berkomunikasi?	25
3.2 Senyuman	26
3.3 Meraih Kata Pertama.....	27
3.4 Kendala dalam Ranah Perkembangan Bahasa	29
3.4.1 Kapan anak dapat didiagnosa mengalami keterlambatan bicara?.....	32
3.4.2 Mengenali penyebab gangguan bahasa dan komunikasi	33
3.4.3 Anak malas bicara	34
3.5 Bagaimana Melatih Kemampuan Bicara Anak?.....	35
BAB 4. RANAH SENSORIK DAN MOTORIK	37
4.1 Perkembangan Sensorik dan Motorik: Cara Baru Mengenali Dunia	37
4.2 Refleks Sementara Bayi.....	39
4.3 Menjelajahi Dunia dengan Kaki Sendiri	44
4.4 Kenapa Anak Terlambat Berjalan?	47
4.5 Melatih Perkembangan Motorik Halus Anak: Cikal Bakal Kemampuan Sehari-hari dan Belajar	48

BAB 5. RANAH KOGNISI.....	51
5.1 Bagaimana Cara Anak 0–2 tahun Belajar?	51
5.2 Cara Anak Usia 0–2 Tahun Berpikir.....	55
5.3 Apa Saja <i>Tools</i> untuk Stimulasi Perkembangan Berpikir Anak?	59
TABEL PERKEMBANGAN ANAK	63
DAFTAR PUSTAKA	69



DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1	Daerah Wernicke pada otak memengaruhi fungsi bahasa dan komunikasi	33
Gambar 4.2	Refleks moro pada bayi	39
Gambar 4.3	Refleks hisap pada bayi	40
Gambar 4.4	Refleks <i>rooting</i> pada bayi	41
Gambar 4.5	Refleks Darwin pada bayi.....	41
Gambar 4.6	Refleks Babinski pada bayi	42
Gambar 5.1	Iustrasi pembentukan skema sederhana pada anak.....	54
Gambar 5.2	Ilustrasi tahapan akomodasi pemahaman pada anak.....	55
Gambar 5.3	Alat permainan anak	62



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Perbedaan tipe temperamen anak	22
Tabel 3.1	Langkah stimulasi orang tua berdasarkan tahapan perkembangan bahasa anak	28
Tabel 3.2	Perkembangan bahasa dan komunikasi anak.....	30
Tabel 4.1	Jenis-jenis refleks bayi.....	43
Tabel 4.2	Panduan perkembangan anak berdasarkan rentang usia.....	46
Tabel 4.3	Perkembangan motorik kasar dan halus pada anak	50
Tabel 5.1	Tahapan berpikir anak dari lahir hingga usia 2 tahun	56
Tabel 5.2	Perkembangan anak.....	63



BAB 1. PENDAHULUAN

“Tidak pernah ada sekolah untuk menjadi orang tua, tetapi sebagai manusia kita diilhami sebuah sentuhan dan rasa untuk menjadi orang tua. Sebuah emosi intens yang melekat dan menjadi kekuatan baru untuk menjalani peran orang tua”

1.1 Sebuah Pengantar: Menjadi Orang Tua

Mengawali langkah baru sebagai orang tua akan dihadapkan dengan situasi yang kompleks. Situasi dan kondisi tak akan sama lagi dibandingkan saat masih berdua dengan pasangan. Segenap peran baru itu akan melekat di kedua sisi orang tua baik untuk ibu maupun ayah. Seiring dengan itu hadir perasaan yang tak akan bisa diungkapkan, sesuatu yang tak bisa dianalogikan dengan perasaan lainnya, menembus dimensi ruang dan waktu, sebangkah perasaan tentang hadirnya nyala kehidupan baru yang terlahir dari rahim seorang ibu dan dijaga oleh penjagaan sang ayah serta terlahir sebagai amanah Tuhan. Ini adalah lembaran baru tentang menjadi orang tua.

Hari-hari diwarnai dengan rasa yang beragam, seperti pelangi kehidupan, kadang tak selamanya memberikan lukisan yang indah, awan gelap atau hujan deras yang menyertai proses itu. Hari itu kadang dipenuhi dengan kebingungan, ketidaktahuan, kecemasan untuk bersikap, tetapi di sisi lain memberikan ketenangan dan rasa syukur yang luar biasa tentang si kecil yang hadir di keluarga kecil ini memberikan tujuan dan arah baru untuk menjadi kehidupan sebagai orang tua.

Mungkin jalan ini tidak akan selalu ada arahannya, menjadi *clueless* di setiap apa yang ditampilkan anak tentang hidup barunya di dunia. Namun, tak usah khawatir, memang tidak pernah ada sekolah untuk menjadi orang tua, tetapi sebagai manusia kita diilhami sebuah sentuhan dan rasa untuk menjadi orang tua. Sebuah emosi intens yang melekat dan menjadi kekuatan baru untuk menjalani peran orang tua ini. Kekuatan ini akan membuat kita bergerak untuk mengupayakan apa yang terbaik untuk anak.

Perlu dipahami bahwa perjalanan ini tidak menuntut sebuah kesempurnaan, tetapi sebuah “proses belajar” baik dari ayah, ibu, maupun anak itu sendiri di setiap fase perkembangannya. Ini adalah kolaborasi yang tepat untuk menilai hal apa yang bisa kita lakukan untuk memenuhi hal yang dibutuhkan oleh anak yang sesuai dengan periode perkembangannya. Meskipun terkadang kolaborasi itu tak selalu berjalan baik. Intervensi dari luar, seperti orang tua, anggota keluarga lainnya, ataupun orang lain terkadang menjadi “beban pikiran” kita dalam mengambil sikap dalam pengasuhan. Demi menjaga “kewarasan” berperan sebagai orang tua maka lapangkanlah dada untuk setiap saran yang mereka berikan, ambil sesuatu yang menurut kita itu bisa membantu dan kosongkan pikiran untuk hal yang mengganggu.

Selain itu, luasnya informasi yang tersebar tentang “gaya *parenting*” dan perkembangan anak di zaman ini, di satu sisi bisa memudahkan kita sebagai orang tua untuk memahami dari ke-*clueless*-an kita tadi, tetapi di sisi lain ini bisa menjadi informasi yang *overwhelmed*. Tak ada yang lebih tahu tentang diri kita sebagai sosok yang akan menjadi peran ini, dan tak ada pula yang lebih tahu kondisi si kecil dibandingkan kita orang tuanya. Setiap anak itu unik terlahir dari genetik kedua orang

tuanya maka benang merah itulah yang perlu kita lihat yang akan menjadi acuan pertama kita di tengah *clueless* kita sebagai orang tua dalam kebersamaan tumbuh kembang anak.

Setelah itu, perlu kita bekali diri kita dengan keilmuan tentang perkembangan anak. Jika kita ingin bisa memahami kondisi anak, pahami bagaimana ia berkomunikasi sesuai dengan usianya, pahami bagaimana ia menunjukkan emosi sesuai usianya, pahami bagaimana ia bersosialisasi sesuai usianya, dan pahami bagaimana ia berpikir di usianya. Ingat, patokannya adalah tentang bagaimana kita menanggapi si kecil sesuai dengan usianya bukan seolah-olah memperlakukannya, seperti kita memperlakukan orang dewasa.

Jika saat berusia 2 bulan ia belum bisa bicara dan hanya bisa berkomunikasi melalui tangisan dan mimik wajah, pahami itu. Jika di usia 9 bulan ia menunjukkan rasa takut untuk tidak mau lepas dari kita dan ingin selalu dekat dengan kita maka pahami itu. Jika di usia 18 bulan ia sangat aktif membongkar apapun yang ada di rumah membuat sesuatu yang seolah terlihat “berantakan” maka pahami itu. Pahami mengapa seperti itu? Lalu apa yang sebaiknya kita lakukan. Jika kita berharap anak akan cepat paham dengan perintah kita, ucapan kita, ini tidak akan selalu berlaku, ingat si kecil sedang tumbuh dan berkembang, mereka memang memiliki fitur berpikir, bicara, dan organ fisik, seperti manusia dewasa, tetapi semua itu belum matang.

Si kecil terlahir dengan segenap fitur yang luar biasa, tetapi juga dengan berbagai kerentanan dan ketidakberdayaannya. Mereka butuh kita sebagai orang tua untuk bisa memfungsikan diri mereka, untuk bisa membuat diri mereka tumbuh dan berkembang sesuai dengan fase perkembangannya sehingga menjadi manusia yang sehat fisik dan psikologis. Ini tidak terlahir dalam waktu semalam, tetapi sebuah

tugas mulia, “kepayahan” dan “pengorbanan” dengan cinta tanpa syarat orang tua. Tak ada cara lain selain belajar setiap harinya, belajar dari “sinyal” yang diberikan anak tentang dirinya dan belajar tentang berespons terhadap kondisi anak.

Sebagai psikolog kami paham dinamika ini, api semangat baru untuk menjadi orang tua inilah yang ingin saya berikan. Kita berada di tim yang sama, tetapi orang tualah yang akan menjalani tugas mulia ini sepenuhnya. Setiap orang tua mendambakan anak tumbuh dan berkembang secara sehat baik fisik maupun psikologis. Orang tua yang sadar tentang ilmu perkembangan anak dan mau belajar memahami kondisi anak inilah yang dibutuhkan.

Adapun hal penting dalam pengasuhan dan pendidikan anak itu yaitu:

1. Pengetahuan: (1) pengetahuan terkait dengan prinsip-prinsip pengasuhan, seperti mengetahui tentang fase dan tugas perkembangan anak serta stimulasi apa yang bisa diberikan kepada anak. (2) Pengetahuan tentang kondisi anak yang diperoleh dari kecermatan orang tua untuk melihat karakteristik unik anak, seperti temperamen dengan begitu kita bisa merespons anak sesuai dengan karakteristik uniknya, tetapi tetap berpatokan pada fase perkembangan anak. (3) Pengetahuan terkait dengan masalah-masalah apa saja yang biasanya terjadi pada fase perkembangan tersebut. Masalah yang muncul karena ada kendala-kendala yang menyertai yang dikaitkan dengan karakteristik perkembangan anak di usia itu.
2. Penghayatan sebagai orang tua, yaitu penghayatan tentang peran dan cinta tak bersyarat. Tugas ini tak mudah, kadang peristiwanya bermuatan bahagia, syukur, kelelahan, kemarahan ataupun

kekhawatiran. Banyak *emotional cost* untuk setiap kejadian. Kadang anak tidak berespons dengan apa yang kita harapkan, kadang kita juga tidak bisa memberikan sesuatu sesuai dengan apa yang anak inginkan, atau terkadang situasi lingkungan juga tak mendukung tentang apa yang ingin kita lakukan. Aksi sabar itu diperlukan jangan hanya sebatas kata, tetapi dicoba untuk dipraktikkan dan mengingat kembali esensi kita menjadi orang tua supaya kita kembali dalam bentuk berkesadaran

3. Memahami kondisi pribadi sebagai ayah dan ibu serta dalam waktu yang bersamaan sebagai tim. Perjalanan pengasuhan ini sesuatu yang besar dan cukup melelahkan, tetapi hasilnya akan sepadan dengan prosesnya maka untuk menjalani ini jangan lupa untuk sering mengecek “kewarasan diri” baik kita sebagai pribadi sendiri maupun sebagai tim. Dari ayah dan ibu yang baik-baik saja, memiliki banyak *tools* untuk dirinya, serta cadangan tenaga fisik dan psikologis yang banyak akan cukup untuk mengarungi lautan dunia pengasuhan. Kita tidak perlu untuk selalu menjadi baik-baik saja, tetapi menerima diri di tengah ketidakbaikan, meminta bantuan, dan mengisi tenaga kembali ini justru lebih baik. Sebab saya percaya setiap orang akan selalu mengupayakan yang terbaik untuk anaknya karena ini adalah sebuah kekuatan cinta tanpa syarat yang melekat pada diri kita yang kadang kita tak tau ini sudah menjadi sumber kekuatan kita untuk berjuang sejauh ini.

Selamat mengarungi dunia pengasuhan 2 tahun pertama, tentang semuanya dimulai dari sini, tentang semua proses belajarnya dimulai dari ini. Selamat menjadi orang tua dan selamat kebersamaan si kecil. Mari kita mulai proses belajar memahami si kecil.



BAB 2. RANAH EMOSI

“Layaknya sebuah komposisi yang pas dan selaras ini tidak melulu tentang menghadirkan rasa bahagia itu saja, tetapi bagaimana menerima suatu peristiwa yang tidak menyenangkan menjadi bagian yang bisa diterima dan dikelola anak. Oleh karena itu, orang tua berperan dalam menciptakan keseimbangan dan pembelajaran untuk seluruh ragam emosi yang dimiliki anak”

2.1 Memulai Interaksi Pertama dengan “Si Kecil”

Reaksi yang ditunjukkan oleh orang tua saat menatap si kecil yang dinanti selama 9 bulan tak bisa disembunyikan. Aura yang terpancar dari bagaimana kita menatapnya, menyentuhnya, menyapanya adalah makna dari cinta tanpa syarat yang sudah menyertai kedua sosok manusia ini yaitu ayah dan ibu. Inilah interaksi pertama antara orang tua dengan buah hatinya.

Beberapa hari ke depannya dalam interaksi ini, mungkin kita akan menemui banyak hal yang membingungkan, tetapi dengan memahami setiap sinyal interaksi yang dihadirkan oleh anak di fase perkembangannya ini akan menjadi media pembelajaran, seperti sinyal tentang bagaimana si kecil berkomunikasi, si kecil menunjukkan emosinya saat berespons terhadap situasi sosial tertentu, serta saat si kecil membangun kepercayaan terhadap dirinya dan mengeksplorasi dunianya. Esensi emosi merupakan sesuatu hal yang penting dalam berinteraksi apalagi interaksi yang dibangun antara orang tua dan anak.

Pertama kita akan mengenali tentang esensi emosi dalam interaksi orang tua dan anak. Ini akan bermuara pada proses pembangunan *bonding* antara orang tua dan Anak

2.2 Emosi: Lem Pelekat pada Interaksi Orang Tua dan Anak

Kita kembali lagi mengingat salah satu memori terbaik sebagai orang tua. Coba kita pejamkan mata dan bayangkan bagaimana rasanya pertemuan pertama dengan si kecil? Bayangkan bagaimana kejadian itu bermula, rasakan tentang emosi yang menyertainya. Semua akan sepakat bahwa ini adalah *one of our favorite memories as parent*. Kenapa bisa? Karena ada muatan emosi yang luar biasa di dalam pertemuan itu. Saking kayanya muatan itu memberikan kekuatan bagi kita untuk siap menjaga, mengasuh, melindungi, dan mengupayakan apapun yang terbaik untuk anak. Ya... perasaan luar biasa terhadap suatu kejadian yang dialami itulah yang disebut dengan emosi. Sebuah perasaan yang dialami oleh seseorang dalam situasi tertentu yang akan memengaruhi kesejahteraan psikologisnya. Inilah fungsi emosi dalam suatu interaksi sosial. Emosi sebagai medium yang membuat interaksi itu menjadi lebih bernilai, termasuk interaksi dalam pengasuhan antara orang tua dan anak.

Jika interaksi itu memberikan pengalaman yang bahagia maka kejadian itu akan bermuatan emosi positif, seperti emosi bahagia, suka cita. Sebaliknya, jika interaksi itu memberikan pengalaman yang tidak menyenangkan maka kejadian itu akan dimaknai negatif dengan emosi negatif yang menyertainya, seperti takut, khawatir, dan cemas. Pertanyaannya...seberapa kita menghadirkan berbagai pengalaman

dalam pengasuhan itu yang membuat anak merasakan “komposisi emosi” yang pas dalam setiap interaksi yang dibangun bersama dengan orang tuanya?

“Layaknya sebuah komposisi yang pas dan selaras ini tidak melulu tentang menghadirkan rasa bahagia itu saja, tetapi bagaimana menerima suatu peristiwa yang tidak menyenangkan menjadi bagian yang bisa diterima dan dikelola. Dengan demikian, menciptakan keseimbangan dan memberikan pembelajaran untuk seluruh emosi alamiah anak merupakan hal penting juga “

Sejak anak terlahir, ia sudah dibekali 6 emosi dasar yaitu *joy, surprise, sadness, disgust, anger, dan fear*. Selain menjadi muatan perasaan atas suatu kejadian, emosi ini juga menampilkan sebuah ekspresi yang menjadi sarana untuk berkomunikasi di periode awal perkembangan anak. Inilah sinyal pertama yang bisa kita kenali untuk menjadi arahan dalam menjalin interaksi dengan anak. Saat ia berada dalam kondisi yang menyenangkan atau tidak menyenangkan anak akan menampilkan ekspresi emosi tertentu. Secara umum, ada 2, yaitu tangisan dan senyuman yang juga nanti dipelajari pada buku ini menjadi salah satu cara anak mengomunikasikan sesuatu tentang apa yang ia rasa.

Pada usia 6 hingga 18 bulan mulai berkembang emosi lainnya, seperti rasa takut yang berkaitan dengan adanya periode *separation anxiety* pada bayi, yaitu periode saat anak muncul rasa takut akan berpisah dari orang tua. Pada usia 18 bulan hingga usia 2,5 tahun anak mulai menunjukkan ekspresi malu, cemburu, dan bangga sebagai bentuk respons dari adanya penilaian orang lain terhadap dirinya.

Meskipun emosi adalah kemampuan bawaan, tetapi bayi masih perlu interaksi dengan orang tua untuk mengetahui bagaimana semestinya reaksi emosi itu digunakan dengan tepat dalam menghadapi berbagai

situasi di dunia. Bayangkan saja anak memiliki kemampuan bawaan ekspresi sedih, takut, bahagia, marah yang muncul sebagai reaksi terhadap suatu situasi, akan tetapi anak sendiri tidak menyadari bahwa ini adalah bagian dari respons dirinya dan cara melakukan fungsi dengan benar. Saat inilah orang tua memberikan pemahaman tentang emosi apa yang dirasa anak, kenapa ia merasakan seperti itu, dan bagaimana semestinya, tentunya dengan bahasa dan cara yang dipahami anak 0–2 tahun.

Lalu perhatikan juga bagaimana reaksi emosi kita merespons suatu kejadian baik saat berinteraksi dengan anak maupun dengan orang lain. Saat orang tua memberikan sinyal sosial yang menunjukkan ekspresi emosi tertentu maka anak akan belajar tentang respons itu dan akan bereaksi pula untuk menunjukkan reaksi emosi terkejut dalam situasi yang hampir serupa. Misalnya saja kita sering berespons marah saat anak usia 15 bulan melakukan suatu eksplorasi yang seolah tampak seperti merusak barang milik ayah atau ibunya maka kita terbiasa mengekspresikan rasa marah dan memberikan larangan kepada anak dengan nada yang tinggi sebab hal inilah yang orang tua contohkan dan jadi pelajaran bagi anak tentang cara mengekspresikan emosi marah itu. Jangan sampai kita banyak sekali mengeluh tentang bagaimana emosi anak tanpa kita berkaca sendiri dulu tentang sejauh mana kita memberikan pengajaran yang tepat untuk setiap fungsi emosi sebagai reaksi dalam setiap peristiwa yang dialami. Ingatlah anak adalah murid terbaik dalam meniru berbagai apa yang ditampilkan orang tua termasuk emosi.

Selain itu, anak juga akan belajar banyak dari bagaimana reaksi emosi kita saat berespons dengan orang lain. Ini akan menjadi rujukan mereka saat berinteraksi dengan orang lain. Inilah yang disebut

dengan *social referencing*, misalnya saja sebagai orang tua kita sering kali berespons takut saat ada kucing yang menghampiri maka anak akan belajar setiap ia berinteraksi dengan kucing akan menunjukkan reaksi emosi yang sering kita tampilkan, seperti ketakutan. Sebaliknya, saat kita berespons tenang ketika kucing mendekat, mengelus, dan mengatakan bahwa kucing ini baik serta mengelusnya dan tidak akan menyakiti jika kita tidak melukai ia, anak juga akan berespons dengan ekspresi emosi ini. Rujukan reaksi emosi kita sebagai orang tua menjadi rujukan bagi anak dalam berespons terhadap situasi yang serupa.

2.3 Mengajarkan Anak Mengelola Emosi Sejak Dini

Setelah berkembangnya emosi dasar pada anak maka hal berikut yang perlu diajarkan adalah mengenai regulasi emosi. Regulasi emosi adalah kemampuan mengatur respons emosi untuk merespons lingkungan. Bayi dari dini sudah memiliki kemampuan ini, misalnya saja saat ia tidak nyaman dengan situasi maka bayi berusia 2 bulan akan menenangkan dirinya dengan menggunakan dirinya sendiri, seperti mengisap jempolnya.

Seiring dengan bertambahnya usia, emosi itu semakin muncul dengan banyak peristiwa dalam interaksi pengasuhan yang dialami. Namun, lagi-lagi, anak memiliki fitur emosi dalam berbagai situasi, anak tahu harus menunjukkan respons apa dalam suatu situasi, tetapi ia tak tahu bagaimana cara untuk mengendalikan suatu beban emosi yang besar terutama untuk kejadian yang tidak menyenangkan. Di sinilah peran orang tua untuk membantu mengajarkan anak meregulasi emosinya. Terdapat 2 pendekatan orang tua terhadap emosi anak, yaitu:

1. *Emotion-coaching parents*

Pada pendekatan ini, orang tua memonitor emosi anak, melihat emosi negatif anak sebagai peluang untuk pengajaran, membantu anak untuk melabeli emosinya, dan melatih anak bagaimana cara menghadapi emosi secara efektif dengan emosi.

2. *Emotion-dismissing Parents*

Pada pendekatan ini, orang tua melihat peran mereka adalah untuk membantu anak dalam mengabaikan dan merubah emosi negatif.

Contoh: saat anak berusia 18 bulan sedang merasa frustrasi tidak mampu memasukkan potongan *puzzle* sesuai dengan tempatnya, kemudian rasa frustrasi membuat anak menangis dan melemparkan mainan. Ibu dengan pendekatan *Emotion-coaching* akan menyadari perasaan anak bahwa ini adalah situasi sulit yang dihadapi anak, tetapi anak sendiri tidak tahu bagaimana mengelolanya maka ibu mengambil situasi ini sebagai momen untuk mengajarkan emosi “marah” dengan memverbalkan apa yang dirasakan oleh anak, seperti “*kakak merasa sangat kesal karena tidak bisa memasukkan mainan, padahal kakak sudah mencoba, kakak merasa sangat marah, seperti ingin melempar*”. Kata-kata ini diulang berkali-kali sambil menatap mata anak saat menjelaskan dengan menunjukkan emosi marah itu seperti apa. Tujuannya memberikan pengetahuan tentang emosi marah. Lalu berikan waktu bagi anak untuk mencerna emosi itu dengan tidak terburu-buru memberikan solusi penjelasan yang lain. Sesudah ibu melihat anak sudah mereda emosinya kontak mata terlihat maka di sanalah kita bisa mengajarkan bagaimana cara mengendalikan emosi ini dengan berkata “*kakak boleh marah, tetapi jangan merusak benda,*

kakak bisa ucapkan ke ibu 'kakak marah',” (dengan raut wajah marah, suara yang agak keras, dan menunjukkan bagaimana semestinya emosi marah itu).

Sementara jika ibu dengan pendekatan *emotion-dismissing* biasanya akan berespons segera untuk menghilangkan emosi marah anak itu dengan cara langsung menawarkan bantuan untuk menyelesaikan masalah anak atau justru menyepelkan perasaan anak atau mengabaikannya, seperti dengan kalimat “*aduh kaaak... jangan dilempar dong, masa mainnya begitu, rusak nanti mainannya, kalau begitu nanti bunda ga akan beliin lagi mainannya*” coba perhatikan kalimat di atas, ini tidak hanya mengabaikan rasa sedih anak, tetapi juga ditambah dengan menghukum anak saat ia sendiri dalam kondisi marah. Seperti istilah sudah jatuh, tertimpa tangga pula. Sedih sekali bukan?

Oleh karena itu, penting untuk bisa memahami emosi anak, terutama anak 0–2 tahun belum mengetahui tentang berbagai jenis emosi yang ada pada dirinya serta fungsi dan pengelolaannya bagaimana. Bukan karena ia tak mau, tetapi karena proses otak yang masih sedang berkembang maka diperlukan bantuan orang tua untuk melatih mereka supaya memiliki keterampilan dalam mengenal dan mengelola emosinya. Anak-anak yang dilaporkan mendapatkan pengalaman *emotion coaching* dilaporkan memiliki kemampuan dalam meregulasi emosi yang lebih baik dibandingkan anak yang mendapatkan pengalaman *emotion-dismissing*.

2.4 Reaksi Emosi Cara bayi Menjelaskan tentang Kondisi yang Dialami Anak

Selain memberikan pemaknaan terhadap suatu kejadian, emosi juga sebagai media komunikasi antara orang tua dengan anak terutama di tahun-tahun awal pengasuhan, saat kemampuan bicara anak belum banyak. Ekspresi emosi yang ditampilkan anak adalah cerminan dari apa yang dirasakannya. Ini ditunjukkan dari responsnya berupa mimik wajah dan *gesture*, seperti bayi berada dalam kondisi lapar maka ia akan menunjukkannya dengan cara membuat mimik wajah yang sedih dan diikuti dengan tangisan, atau bayi yang sedang dalam kondisi nyaman diikuti dengan ekspresi wajah yang tersenyum. Bayi yang takut saat bertatap dengan orang tak dikenalnya yang bukan orang tua dan anggota keluarga akan menunjukkan ekspresi emosi takut lalu menangis, atau bayi yang marah saat orang tua lama menggantikan pakaiannya yang sudah basah dengan ekspresi wajah memerah dan menangis dengan suara yang keras.

Apa yang bisa dijajaki orang tua dalam ranah emosi ini? Mengenali, mengamati, dan mencermati setiap reaksi yang ditunjukkan oleh anak saat menghadapi berbagai situasi yang dialaminya. Dengan begitu kita menjadi lebih tahu dan peka atas berbagai emosi anak dalam merespons kejadian tertentu. Ini akan menjadi kamus pemahaman emosi orang tua terhadap anak sehingga orang tua memiliki bahan mengajarkan keterampilan dalam mengelola emosi anak.

2.5 Kendala dalam Ranah Perkembangan Emosi

Dalam tahapan perkembangan emosi anak, kesulitan yang sering kali orang tua temui adalah saat anak berhadapan dengan berbagai emosi negatif, seperti sedih, takut, marah, khawatir, dan jijik. Terkadang kita merasa tak tega anak merasakan ini sehingga berusaha secepat mungkin untuk menghilangkannya padahal cara ini justru membuat anak tidak memiliki keterampilan dalam mempelajari emosi negatif dan mengelolanya sehingga emosi negatif itu bukan untuk dihilangkan dan dihindari, tetapi diajarkan untuk dikelola. Meskipun tantangannya akan jauh lebih sulit dan hasilnya tidak akan kita temui dalam satu dua kali percobaan, tetapi kesabaran dan keuletan kita sebagai orang tua dalam memberikan pengajaran ini akan memberikan keterampilan emosi yang baik untuk anak. Sebuah sumber daya yang baik untuk kemampuan ia bersosialisasi kelak. Berikut peristiwa yang muncul di usia 0–2 tahun terkait dengan perkembangan emosinya khususnya emosi negatif:

2.5.1 Kecemasan berpisah: si kecil yang “tidak bisa lepas” dari orang tua

Pernahkah anda mendapati anak sering kali menangis saat ia di gendong oleh orang lain yang bukan keluarganya? atau saat anak sedang bermain kemudian kita pergi sesaat dari pandangannya hanya sekadar untuk ke toilet sebentar? Ini adalah salah satu ekspresi emosi takut yang hadir pada anak yang pertama kali muncul pada usia 6 bulan menjadi lebih kental di usia 8–9 bulan.

Emosi

Takut muncul sebagai bentuk reaksi alamiah terhadap situasi yang mengancam atau bahaya. Sebuah kemampuan bawaan bayi untuk bisa melindunginya dari bahaya, seperti bertemu dengan orang asing yang bukan keluarga maka emosi takut ini akan muncul. Pada usia 9 bulan anak sudah mahir untuk membedakan anggota keluarga terdekatnya dengan orang lain sehingga intensitas akan rasa takut terhadap orang asing di luar keluarga akan muncul dan mencapai puncaknya di usia 12 bulan.

Lalu seiring meningkatnya kemampuan berjalan anak maka eksplorasi terhadap lingkungan mulai dilakukan oleh anak. Namun, selama ini anak melakukan eksplorasinya dan mendapatkan kita sebagai orang tua tiba-tiba menghilang dari pandangan anak akan memicu reaksi takut pada anak. Bagi kita mungkin hal ini adalah hal yang biasa. Sebagai orang dewasa kita memiliki pemahaman bahwa sebenarnya, secara realita, diri kita akan tetap ada meskipun tak di dekat anak, tetapi berbeda bagi anak. Mereka belum memiliki pemahaman atas ini, saat tidak melihat sosok kita di depannya, anak menyangka kita benar benar pergi dan mereka sendiri. Inilah yang membuat anak merasa takut untuk berpisah dari orang tua, bahkan untuk periode waktu yang sebentar saja. Periode ini muncul saat anak berusia 8–9 bulan dan akan mencapai puncaknya di usia 15 bulan.

Meskipun begitu, tidak seluruh anak menunjukkan ketakutan yang intens, setiap anak juga memiliki ciri khas dan keunikan dalam reaksi atas rasa takut ini, tentu ini dipengaruhi oleh temperamen (karakter biologis bawaan anak) serta bagaimana sejauh ini orang tua merespons dalam situasi itu juga menjadi pembelajaran baru bagi anak saat berhadapan dengan situasi yang terasa bahaya.

Bagaimana kita harus bertindak dalam situasi anak yang sedang mengalami kecemasan berpisah ini? Tidak lain adalah selalu memberikan perasaan aman bahwa kita sebagai orang tua tidak pergi menghilang, tetapi kembali lagi dalam periode waktu yang singkat. Memberikan penjelasan pada anak tentang situasi yang sebenarnya sambil memberikan kenyamanan kontak fisik saat akan kembali. Ini membantu menenangkan anak saat menghadapi situasi kecemasan berpisah. Jangan pernah berbohong kepada anak atau menipu anak saat kita memang pergi, sebab yang anak ketahui kita tidak pergi, tetapi realitanya ia tak bertemu dengan kita. Ini yang justru menimbulkan perasaan tak aman pada anak. Mereka merasa tak adanya jaminan orang tua untuk kembali dalam periode waktu yang singkat karena itu tidak terwujud.

Kita memperkenalkan anggota keluarga lain yang bisa menemani anak jika kita memang dalam kondisi mendesak yang mengharuskan pergi dalam periode waktu yang lama adalah solusi lain yang lebih memungkinkan. Ini memberikan jaminan kepada diri anak bahwa selama kita pergi, misalnya saat bekerja mereka tidak akan sendiri karena ditemani oleh kakek, nenek, atau anggota keluarga lainnya. Meskipun begitu, ini tetap saja memberikan konsekuensi atas berkurangnya interaksi antara ibu dan anak yang akan memengaruhi kelekatan anak (*attachment*). Meluangkan waktu untuk membangun koneksi kembali sesudah kita bekerja adalah kompensasi yang mesti dilakukan oleh orang tua.

Menghadirkan koneksi bukan memberikan benda atau materiil yang menyenangkan anak, tetapi memberikan waktu, ruang, dan diri kita sendiri dengan cinta tanpa syarat orang tua selama menemani anak bermain dan mengeksplorasi diri dan dunianya.

2.5.2 Menjaga koneksi antara orang tua dan anak di tengah fase kecemasan berpisah

Takut berpisah dari orang tua yang muncul di periode usia 8 bulan hingga 15 bulan memberikan arti bahwa ikatan yang terbentuk antara anak dengan orang tua itu menjadi pondasi yang penting tentang bagaimana anak akan mengeksplorasi dunianya. Ikatan berkembang sejak hamil dan mulai dibangun sejak anak terlahir di dunia. Ikatan dibentuk setiap harinya dalam periode pengasuhan berdasarkan pada pola interaksi yang dibangun oleh orang tua dan respons-respons yang dihadirkan oleh tua dalam menanggapi kebutuhan anak. Ikatan yang terbentuk inilah yang disebut dengan *attachment*, atau kita bisa menyebutnya dengan bahasa yang lebih dikenal yaitu *bonding*.

Ikatan ini dibangun secara bertahap setiap fase demi fase sebagai berikut:

- Fase 1: dari lahir–2 bulan
Bayi secara naluriah terikat dengan *figure* manusia. Orang asing, saudara, dan orang tua sama-sama memperoleh senyuman dan tangisan dari bayi.
- Fase 2: 2–7 bulan
Keterikatan mulai fokus pada satu *figure*, biasanya *primary caregiver* sebagai proses membedakan sosok yang dikenal dengan sosok yang asing.
- Fase 3: 7–24 bulan
Keterikatan spesifik berkembang. Dengan meningkatnya kemampuan motorik, bayi secara aktif mencari kontak dengan *primary caregiver*, yaitu ayah dan ibunya.

- Fase 4: 24–seterusnya

Anak mulai peka terhadap perasaan, tujuan, dan rencana orang lain sehingga ia mulai merencanakan tindakan mereka sendiri.

Ikatan emosional dan hubungan antara anak dan orang tua dihapuskan adalah pondasi yang paling penting untuk membangun kesehatan psikologis anak. ***Bagaimana pola interaksi ini terbentuk?*** Seperti orang tua yang sering kali merespons tangisan bayi di tengah ketidaknyamanannya dan kebutuhannya saat pertama tinggal dunia maka akan memberikan perasaan nyaman dan percaya bagi anak. Anak percaya bahwa di tengah ketidakberdayaannya dan hidup di dunia ini yakin bahwa ada orang tua yang selalu akan menjaga dan membantunya. Terutama dengan berbagai respons dari orang tua yang memberikan reaksi bahwa dunia adalah tempat yang aman. Namun sebaliknya, jika orang tua sering kali abai, tidak merespons segala ketidaknyamanan dan kebutuhan bayi, anak akan berpikir bahwa ia tidak memiliki keterikatan dan jaminan kepercayaan yang kuat tentang seseorang yang akan menemani ia mengeksplorasi dunia dan memberikan berbagai informasi tentang dunia. Ikatan ini dibangun sejak kecil dan akan sangat menentukan untuk kesejahteraan psikologis anak kelak. Jika tidak terbentuk *trust* di antara orang tua dan anak maka kemungkinan besar ia akan tumbuh menjadi pribadi yang memiliki kecemasan tinggi ketika dewasa.

Sejak kapan dan bagaimana kelekatan ini dibangun? Sesaat anak terlahir melalui interaksi dengan orang tua, ikatan ini sudah mulai terbangun dari berbagai respons yang orang tua hadirkan dalam memenuhi setiap kebutuhan anak. Proses mengasahi yang terjadi antara ibu dan anak adalah aktivitas terbaik yang bisa membantu kelekatan. Dengan demikian, saat ibu sedang mengasahi, manfaatkan aktivitas ini

bukan sekadar rutinitas keseharian saja, tetapi semayamkan cinta di setiap proses mengasahi. Tatap matanya serta belai lembut rambut dan kulitnya. Tajamkan rasa saat memberikan ASI, sesuatu yang sangat diperlukan anak yang itu hanya didapatkan dari ibunya. Percayalah kelekatan itu akan terbentuk dan menambah kekuatan semen pondasi kelekatan (*attachment*) antara ibu dan anak.

Pada usia 3 bulan, saat anak sudah mulai mengenali mana orang tuanya kontak itu semakin terlihat. Anak sering kali menatap dan melakukan kontak mata. Bereaksi melalui senyuman ataupun mengeluarkan suara terhadap sapaan orang tua. Pada usia 6 bulan interaksi antara anak dan orang tua mulai terlihat lebih jelas. Anak menjadikan orang tua sebagai “tempat yang aman” untuk menjelajah dan mempelajari lingkungan. Anak mungkin akan secara bebas memainkan mainan yang ada di sekitarnya. Namun, ketika ia menemukan mainan baru biasanya ia akan melihat ke arah orang tua. Seolah ingin bertanya, “*apakah tidak apa-apa bu, yah?*”. Jika itu aman bagi anak maka orang tua perlu menyampaikan izin secara verbal “*iya tidak apa-apa, bermainlah...ayah di sini*”. Hal ini perlu dilakukan agar orang tua tetap menjadi “tempat yang aman” bagi anak.

2.5.3 Anakku sangat rewel, mudah sekali menangis

Setiap anak terlahir dengan kondisi bawaan masing-masing. Ada yang memang terlahir menjadi anak yang “kalem” dan sebaliknya. Kondisi ini salah satunya dipengaruhi oleh jenis temperamen pada anak.

Temperamen adalah karakteristik anak dalam merespons lingkungannya. Setiap anak terlahir dengan kondisi temperamen yang berbeda. Ada anak yang tergolong tipe *easy children* dan *excitable children*. *Easy*

children yaitu anak yang tergolong “kalem” dan *excitable children* adalah anak yang cenderung mudah berespons terhadap lingkungan, seperti aktif secara fisik, sulit fokus, dan sering menangis atau cenderung rewel. Jadi, jika si kecil cenderung rewel tak perlu terlalu khawatir berlebihan. Hal ini merupakan faktor temperamen yang dimiliki si kecil.

Ada juga anak yang tergolong *shy*, mereka cenderung berhati-hati dan “agak lama panasnya” sehingga sering kali membutuhkan waktu untuk bisa berhadapan dengan orang baru atau memulai aktivitas yang baru. Mereka menjadi lebih *extra-sensitive*. Mereka juga lebih mudah untuk frustrasi, takut, dan sering mengikuti kita. Namun, jika kita memberikan perlakuan yang sesuai dengan temperamennya, seperti memberikan waktu bagi anak untuk beradaptasi dan mengenal lingkungannya dahulu hingga ia merasa lebih aman maka ini akan membuat ia menjadi lebih nyaman dalam mengeksplorasi lingkungannya.

Hal yang perlu diperhatikan orang tua adalah terlebih dulu mengenali tipe anak. Orang tua harus mencocokkan tipe anak dengan respons perilaku yang ingin diterapkan.

Contohnya orang tua yang cenderung bersemangat, memiliki suara yang keras harus menggunakan intonasi suara yang pelan dan volume yang rendah untuk menenangkan anak dengan tipe “*easy children*”. Begitupun sebaliknya, orang tua yang cenderung pendiam, bersuara pelan, dan cenderung pasif harus menjelma menjadi sosok yang bersemangat, aktif, dan memberikan stimulasi kepada anaknya yang tergolong tipe “*excitable children*”.

Normal untuk si kecil sedikit rewel, menangis ketika ia membutuhkan ataupun merasa tidak nyaman dengan sesuatu. Ini merupakan salah satu cara anak untuk mengundang perhatian. Cepat atau lambatnya orang tua dalam merespons tangisan si kecil akan memengaruhinya dalam mengembangkan rasa percaya dan kelekatan yang sehat dengan pengasuhnya. Berikut **Tabel 2.1** yang akan membantu orang tua memahami temperamennya (Karp 2002).

Tabel 2.1 Perbedaan tipe temperamen anak

	<i>Easy</i>	<i>Shy</i>	<i>Excitable</i>
<i>Aktivitas</i>	Aktif	Menyukai diam saat bermain	Gerusak dan sangat aktif
<i>Keteraturan</i>	Bisa diprediksi makan dan tidurnya	Bisa diprediksi makan dan tidurnya	Tidak bisa diprediksi
<i>Reaksi Pertama saat Bertemu dengan Orang Baru</i>	Tertarik	Menolak	Entah senang atau ditolak
<i>Menghadapi Perubahan</i>	Mudah	Menolak dan tidak senang	Mudah atau sangat kecewa
<i>Intensitas Perasaan</i>	Sedang/lembut	Mungkin sedang atau gelisah	Gelisah/ bersemangat
<i>Mood</i>	Senang, <i>easy going</i>	Senang, tetapi mudah tidak seimbang	Naik dan turun
<i>Kegigihan</i>	Tidak apa-apa dengan tidak caranya	Mudah kecewa atau ulet	Tidak menyerah
<i>Daya Distrak</i>	Fokus	Sangat fokus	Mudah terdistrak
<i>Sensitif terhadap Bunyi atau Bau</i>	Tidak banyak	Sangat sensitif	Tidak terlalu atau sangat

Pada beberapa kasus, tipe orang tua dan anak tidak sinkron secara otomatis. Oleh karena itu, dibutuhkan peran orang tua untuk menyesuaikan kondisi ini dalam membantu anak berkembang. Jika orang tua menghadapi kerewelan si kecil dengan amarah, hal ini dapat menyebabkan anak menjadi lebih stres dan dapat tumbuh menjadi pribadi yang rentan terhadap stres ketika dewasa nanti. Anak akan kekurangan kapasitas untuk mengelola permasalahan emosi. Oleh karena itu, orang tua perlu menenangkan diri terlebih dahulu sebelum berusaha untuk menenangkan si kecil.

2.6 Sosialisasi Ala Si kecil di Usia 0–2 tahun

Bayi sejak lahir hingga usia 2 tahun memiliki cara bersosialisasi ala dirinya sendiri pula. Saat kita sebagai orang tua merasa anak hanya berinteraksi dengan orang tuanya saja dan sedikit bertemu dengan teman-teman lain seusianya untuk bersosialisasi maka terkadang sebagai orang tua kita sering kali merasa khawatir bahwa anak tidak akan memiliki kemampuan sosial yang sesuai dengan usianya.

Padahal perkembangan kemampuan sosial anak itu justru dimulai dari interaksi pertama dengan orang tua hingga kelak ia memiliki jaminan keamanan dan *trust* untuk bisa siap bersosialisasi di luar lingkungan orang tua. Ini dimulai dari lingkaran anggota keluarga lain, baru dengan orang asing sehingga lagi-lagi dalam pengasuhan anak itu semua hal dilakukan secara bertahap sesuai dengan periode perkembangannya.

Kemampuan sosial bayi sejak kecil dimulai dengan interaksi *face to face* yang dibangun oleh anak. Menjalinkan kontak mata adalah langkah awal dalam melatih kemampuan sosial anak. Permainan cilukba

yang sering kali dimainkan untuk bayi ini akan melatih kemampuan kontak mata anak beserta emosi yang menyertai setiap interaksi itu yang akhirnya bermuara pada ikatan/*bonding* yang dibentuk antara orang tua dan anak.

Permainan cilukba yang berfokus pada kontak mata, vokal, sentuhan, dan gerakan orang tua akan selalu dipelajari bayi dan direkam sebagai salah satu materi *skill* sosial sehingga pada usia 2–3 bulan bayi akan menunjukkan respons interaksi yang berbeda terhadap orang dibandingkan dengan objek dengan lebih menunjukkan reaksi emosi, seperti berespons senyum kepada orang yang dikenal. Pada usia 6 bulan bayi semakin menunjukkan ketertarikan berinteraksi dengan orang tua dan anggota keluarga lainnya. Mereka sudah bisa merespons berbagai hal yang disebutkan orang tua mulai dari mengenali diri, kemudian mengulangi kata yang diucapkan oleh orang tua hingga merespons permainan atau kegiatan yang dilakukan bersama dengan orang tua. Ini secara bertahap akan berkembang di usia 7 hingga 12 bulan. Kemampuan sosial ini semakin berkembang seiring dengan kemampuan bahasa anak mulai tampak yang diikuti dengan kemampuan jalan anak yang mengakomodasi kemampuan sosial itu menjadi lebih sering bisa dilakukan. Pada usia 18–24 bulan anak sudah banyak meniru kegiatan yang sering dilakukan oleh orang tua dan bisa duduk memainkan permainan yang sama dengan anak lain seusianya.

BAB 3.

RANAH BAHASA

“Setiap ucapan, kata, dan intonasi yang kita sampaikan akan menjadi simpanan kosa kata bahasa anak tentang bagaimana pemakaian kata itu. Hingga sampai waktunya kemampuan dari organ-organ fungsi bicara semakin matang dan anak siap untuk mengomunikasikan kata dari apa yang sudah tersimpan (bahasa reseptif) maka saat itulah kata pertama anak terwujud”

3.1 Bagaimana Bayi Berkomunikasi?

Saat pertama kali menjadi orang tua kita sering kali bertanya, bagaimana bayi mengomunikasikan tentang berbagai hal yang diinginkannya? Bagaimana kita bisa tahu tentang apa yang dibutuhkannya? Bagaimana kita bisa tahu bahwa dia dalam kondisi yang baik-baik saja?

Menangis adalah cara bayi berkomunikasi. Jika kita sebagai orang tua mendapatkan bayi yang sering kali menangis, inilah salah satu bentuk komunikasi anak dari berbagai kondisi yang dialaminya di dunia yang baru ia tempati. Selayaknya kita yang baru saja menempati suatu tempat yang baru, kita mungkin saja dihadapkan pada situasi yang tidak nyaman. Melalui menangis, anak mengomunikasikan berbagai situasi yang tidak menyenangkan, seperti rasa lapar, haus, kondisi cuaca, dan lingkungan sekitar yang tidak ia sukai serta kondisi badannya yang merasa tidak nyaman, lelah atau sakit. Menangis ini adalah mekanisme penting yang dimiliki oleh bayi untuk bisa berkomunikasi dengan dunia luar.

Langkah yang perlu kita cermati adalah bagaimana kita dapat mengenali berbagai bentuk tangisan anak sehingga bisa memahami kebutuhan anak atas situasi yang sedang ia alami. Ada tiga jenis tangisan (Santrock 2007) yang membedakan cara bayi dalam berkomunikasi.

1. Tangisan basik

Pola ritmis yang biasanya terjadi dari tangisan, diikuti oleh periode diam yang singkat, diikuti tangisan bernada lebih tinggi dari tangisan awal, lalu istirahat sejenak sebelum diikuti dengan set berikutnya → biasanya terjadi ketika bayi merasa lapar.

2. Tangisan marah

Beberapa variasi tangisan biasa dengan lebih banyak udara yang dipaksa melewati pita suara.

3. Tangisan kesakitan

Tangisan yang terjadi tiba-tiba yang keras dan panjang, diikuti dengan menahan napas, tidak ada regekan awal sebelum tangisan ini → biasanya disebabkan oleh rasa tidak nyaman secara fisik

3.2 Senyuman

Senyuman juga merupakan bahasa bayi dalam merespons dunia. Terdapat beberapa arti dari senyuman yang dimunculkan anak, di antaranya:

1. *Reflexive smile*, sebuah senyum yang terjadi tanpa ada stimulus eksternal. Biasanya terjadi ketika bayi sedang tidur. Senyum ini muncul pada bayi hingga usia 1 bulan.

2. *Social smile*, sebuah senyum yang terjadi karena bayi merespons stimulus dari luar. Biasanya ketika anak merespons suara orang tua atau pengasuhnya.

Seiring dengan bertambahnya usia anak, kemampuan anak dalam berkomunikasi akan mulai berkembang yang dimulai dengan kemampuan anak untuk mengeluarkan beberapa bunyi untuk melatih kemampuan bicara anak. Selanjutnya diikuti dengan mengeluarkan bunyi 1 kata, seperti *babbling* hingga di usia 11–12 bulan anak mengeluarkan kata pertama.

3.3 Meraih Kata Pertama

Estafet pertama terkait keterampilan berkomunikasi anak yang kita inginkan sebagai orang tua adalah kemampuan berbicara. Melalui komunikasi verbal, orang tua tidak lagi memahami keinginan anak melalui tangisan, senyuman, dan *gesture*, tetapi sudah dengan bicara. Ini membuat kita jauh lebih bisa memahami tentang apa apa yang diinginkan atau tidak diinginkan anak dan tentunya tidak banyak drama *clueless* dalam pengasuhan anak 0–2 tahun. Meskipun begitu, kemampuan bicara anak tidak hadir begitu saja, membutuhkan stimulasi seiring dengan perkembangan otak setiap harinya. Kecerewetan orang tua dalam mengomunikasikan apapun terhadap anak saat berinteraksi adalah stimulasi terbaik anak dalam belajar bicara.

“Setiap ucapan, kata ,dan intonasi yang kita sampaikan akan menjadi simpanan kosa kata bahasa anak tentang bagaimana pemakaian kata itu. Hingga beberapa bulan kemudian kemampuan untuk menggerakkan organ-organ fungsi bicara semakin matang dan anak siap untuk mengomunikasikan kata dari apa yang sudah tersimpan dalam kamus bahasanya (bahasa reseptif) maka saat itulah kata pertama anak terwujud”

Tabel 3.1 Langkah stimulasi orang tua berdasarkan tahapan perkembangan bahasa anak

Usia	Perkembangan Bahasa	Langkah Stimulasi Orang Tua
Lahir –1 bulan	Anak mengomunikasikan keinginannya melalui tangisan.	Awali interaksi dengan menjalin kontak mata dengan anak dan menyebut nama anak
2–4 bulan	Anak melakukan <i>cooing</i> . <i>Cooing</i> adalah suara <i>gurgling</i> yang dibuat oleh bayi di bagian belakang tenggorokan dan biasanya digunakan untuk mengekspresikan rasa senang ketika berinteraksi dengan orang tua ataupun pengasuhnya.	
5 bulan	Anak mulai mengenali namanya ketika dipanggil.	Orang tua sering untuk mengucapkan nama anak berulang kali sambil menunjuk diri anak. Selanjutnya, seringlah bertanya dengan menyebutkan nama, atau menunjukkan diri anak dengan tangan orang tua
6–7 bulan	Bayi mulai <i>babbling</i> , ketika <i>babbling</i> bayi memproduksi konsonan-vokal, seperti ba, ma, ca, da.	Saat anak belajar <i>babbling</i> akan ada konsonan kata yang sering keluar biasanya kata yang sering diucapkan dan terdengar, bisa mulai mengajarkan anak kata pertama. Jika ia menyebutkan kata secara <i>babbling</i> maka kita perbaiki dengan kata yang tepat dengan menggerakkan mulut secara jelas di depan anak dan kontak mata terjalin
8–12 bulan	Menggunakan <i>gestures</i> / gerakan, seperti menunjuk suatu benda dan munculnya pemahaman akan kata-kata (<i>waving bye-bye</i> , mengangguk).	

Tabel 3.1 Langkah stimulasi orang tua berdasarkan tahapan perkembangan bahasa anak (lanjutan)

Usia	Perkembangan Bahasa	Langkah Stimulasi Orang Tua
13 bulan	Anak mulai mengeluarkan kata pertama, yaitu kata yang familiar baginya.	- Bisa sering bertanya tentang orang di sekitar,
18 bulan	Mulai memahami dan mengucapkan beberapa <i>vocabulary</i> dan rata-rata mereka sudah bisa mengatakan 50 kata.	- Bisa sering bertanya tentang benda sekitar, - Bisa meminta anak untuk mengulangi kata yang ingin Anda sampaikan saat ia meminta atau menunjuk sesuatu
18–24 bulan	Mulai menggunakan dua kata, contoh: ada kucing, di mana mobil? Dan menunjukkan adanya perkembangan yang pesat dalam memahami kata-kata.	- Bisa memperbaiki atau memberikan kosa kata baru saat anak menyebutkan kata yang sama untuk hal yang sebenarnya berbeda atau saat pengucapannya belum jelas maka diperbaiki dan diminta anak mengulangi

3.4 Kendala dalam Ranah Perkembangan Bahasa

Sebelum menilai apakah si kecil mengalami keterlambatan dalam bicara (*speech delayed*). Hal yang perlu dikenali terlebih dahulu adalah kemampuan bahasa yang dimiliki anak saat ini dan dibandingkan dengan usianya. Mari kita kenali dulu perkembangan bahasa reseptif dan ekspresif pada si kecil yang sesuai dengan tahap usianya.

Tabel 3.2 Perkembangan bahasa dan komunikasi anak

Usia	Perkembangan Bahasa dan Komunikasi
Lahir–6 bulan	Reseptif: <ul style="list-style-type: none"> • bereaksi terhadap suara • dapat diam ketika mendengar suara • mampu mengetahui sumber suara • mengenali nama dan kata, seperti “da..da” Ekspresif: <ul style="list-style-type: none"> • menangis • <i>babble (mengeluarkan 1–2 suku kata yang berulang, seperti da..da..)</i> • tertawa • memulai bermain suara • bereksperimen dengan suara
6–12 bulan	Reseptif: <ul style="list-style-type: none"> • menghentikan aktivitas ketika dikatakan “tidak” • mengikuti instruksi sederhana • memahami pernyataan singkat Ekspresif: <ul style="list-style-type: none"> • mengombinasikan suara vokal • meniru suara orang dewasa • mengucapkan kata pertama

Tabel 3.2 Perkembangan bahasa dan komunikasi anak (lanjutan)

Usia	Perkembangan Bahasa dan Komunikasi
12–18 bulan	Reseptif: <ul style="list-style-type: none">• melakukan perintah 2 kali berturut-turut, contoh: tutup pintu dan ambilkan bola• mengerti kata-kata baru, mendengarkan sajak/ lagu anak-anak Ekspresif: <ul style="list-style-type: none">• menggunakan 10 kata• meminta suatu objek dengan menyebut nama• menghubungkan suara, seperti membentuk kalimat
18–24 bulan	Reseptif: <ul style="list-style-type: none">• mengenali banyak kata dan kalimat singkat Ekspresif: <ul style="list-style-type: none">• menggunakan kalimat singkat• menggunakan kata ganti• membunyikan ulang kata terakhir dari kalimat/ sajak

Tabel 3.2 bisa menjadi panduan kita sebagai orang tua dalam melihat tahapan perkembangan anak. Namun, tidak usah khawatir jika hingga usia 3 tahun perkembangan bahasa si kecil belum seperti anak lainnya. Stimulasi yang tepat dan intens dari orang tua dapat membantu perkembangan anak hingga bisa menunjukkan perkembangan bahasa yang sesuai dengan rentang usianya.

Misalnya, saja kita melihat anak usia 18 bulan, tetapi belum banyak kata yang tidak bisa diucapkannya, lebih sering menggunakan *gesture* untuk meminta suatu. Hal pertama yang harus kita lihat dulu adalah tentang seberapa banyak kita mengajak anak mengobrol, seberapa sering meminta anak untuk meminta mengucapkan kata terlebih dahulu, serta seberapa sering kita membenarkan kata yang salah dan melabeli setiap kata dari berbagai hal yang diminta. Selanjutnya, bagaimana lingkungannya, seperti pemberian *gadget* atau *green screen* yang berlebihan atau tidak memiliki orang dewasa lainnya yang mampu menstimulasi perkembangan bicaranya. Jika semua hal ini sudah di cek dan terdapat kelalaian satu di antaranya maka saat anak berusia ini, kita sebagai orang tua masih punya banyak waktu untuk bisa memampukan anak dalam mencapai kemampuan berbahasanya sesuai dengan periode perkembangannya.

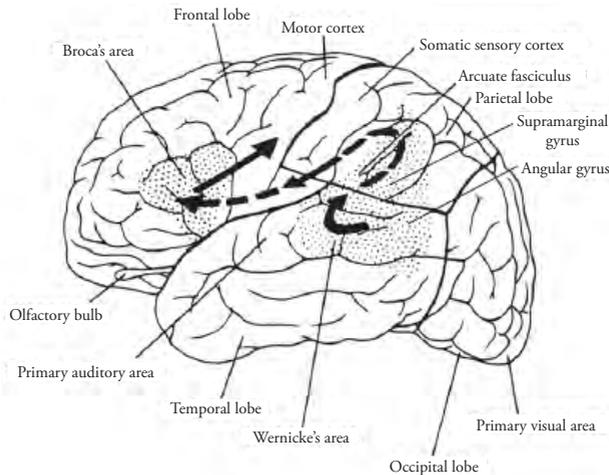
3.4.1 Kapan anak dapat didiagnosa mengalami keterlambatan bicara?

Penting untuk mengetahui *red flag* anak dalam berbahasa yaitu saat anak sudah menampilkan banyak keterlambatan kemampuan dibandingkan usianya. Jika ini sudah mencapai usia 3 tahun maka patut untuk dikhawatirkan dan dilakukan stimulasi segera mungkin. Sebab gangguan bahasa pada anak baru akan didiagnosis usia **4 tahun** dan cenderung stabil dari waktu ke waktu serta biasanya berlanjut hingga dewasa.

3.4.2 Mengenal penyebab gangguan bahasa dan komunikasi

Beberapa penelitian menemukan bahwa hal yang dapat menjadi penyebab terjadinya gangguan ini, yaitu faktor genetik, fungsi otak, dan faktor lingkungan.

- a. Genetik, sekitar 50–75% anak yang mengalami gangguan bahasa menunjukkan sejarah keluarga yang mengalami gangguan yang sama.
- b. Fungsi otak, cedera ke daerah Wernicke biasanya mengganggu kemampuan bahasa ekspresif dan reseptif. Jika kerusakan terjadi pada fasciculus arkuata, *speech* tidak terpengaruh, kecuali untuk gerakan berulang, tetapi *speech* yang dihasilkan mungkin tidak masuk akal. Kerusakan Broca menghasilkan kesulitan berbicara, tetapi tulisan dan pemahaman bahasa mungkin relatif tidak terpengaruh.



Gambar 3.1 Daerah Wernicke pada otak memengaruhi fungsi bahasa dan komunikasi

- c. Infeksi telinga, penyebab biologis lainnya yang dapat menyebabkan gangguan bahasa ekspresif adalah infeksi di telinga bagian tengah pada tahun pertama kehidupan.
- d. Lingkungan rumah, orang tua yang gagal dalam memberikan contoh terhadap anaknya dan kurang menstimulasi kemampuan bahasa anak. Anak yang memiliki gangguan bahasa ekspresif hanya mampu mengucapkan 2–3 kata, pada situasi ini orang tua juga menggunakan pola yang sama yaitu bahasa yang sederhana untuk menyesuaikan dengan anak. Hal tersebut dapat memengaruhi kemampuan bahasa anak dan menyebabkan gangguan dalam berbahasa dan berkomunikasi.

3.4.3 Anak malas bicara

Pada beberapa anak, ia tampak “malas bicara” sehingga membuat khawatir orang tua. Kemampuan bahasa reseptifnya dinilai tidak ada masalah sebab anak tampak mampu untuk memahami setiap kata yang diucapkan. Namun, kondisi ini kurang sejalan dengan kemampuan bahasa ekspresifnya. Jumlah dan intensitas kata yang diucapkan anak sangat minim dan anak lebih sering menunjuk ketika meminta sesuatu kepada orang tua.

Hal ini dapat disebabkan oleh beberapa hal, seperti permasalahan pada organ bicara anak. Orang tua dapat memeriksakan kondisi tersebut ke dokter anak untuk mengetahui kesiapan organ bicara anak untuk mendukung kemampuannya dalam berkomunikasi. Jika organ bicara anak tidak memiliki masalah, hal yang dapat menyebabkan kondisi ini adalah terkait stimulasi.

Sering kali kita mendengar kalimat, “*orang tua harus sabar*”. Hal ini berlaku dalam setiap aspek ketika mendampingi tumbuh kembang anak, tidak hanya ketika “berulah”. Orang tua juga harus sabar untuk menunggu anak dalam menyampaikan keinginannya guna melatih kemampuan bahasa anak. Jika orang tua terlalu “cepat tanggap” ketika anak meminta sesuatu, anak akan berpikir bahwa ia tidak perlu repot-repot untuk mengeluarkan energi untuk mengucapkan keinginannya karena ia memiliki orang tua yang cepat mengerti dengan keinginannya.

Lalu sebaiknya?

Jika anak meminta sesuatu, sebaiknya orang tua melatih anak untuk mengucapkan apa yang diinginkannya meskipun anak telah menunjuk barang yang dimintanya, “*apa itu? Kamu mau apa?*” Semakin sering anak terlatih untuk mengucapkan kata maka kualitas kata yang ia ucapkan akan semakin membaik dan jumlah kata yang dimiliki juga dapat meningkat. Momen ini dapat menjadi kesempatan untuk mengoreksi kata atau kalimat pada anak yang belum benar.

3.5 Bagaimana Melatih Kemampuan Bicara Anak?

Dalam perihal menstimulasi anak, ada momennya kita membantu anak yang disebabkan karena ketidakberdayaannya, tetapi ada pulanya kita bersikap “sabar” dan sedikit tega dengan kesulitan yang dihadapi anak. Sebab ada proses belajar dan tugas perkembangan yang perlu dikerjakan oleh anak di masa itu. Oleh karena itu, cermatilah momen tersebut, dampingi anak saat ia belajar, dan berjuang dalam menghadapi momen itu termasuk momen sederhana meminta

anak menyebutkan nama bendanya sebelum ia mendapatkan benda yang dimaksud. Lakukan secara *gentle* dengan balutan kasih sayang dan dukungan, anak akan mengerti bahwa perjuangannya tidak akan sendiri dan akan ada orang tua yang mendampingi. Inilah yang kita sebut sebagai mahalnya proses interaksi awal anak yang banyak menjadi media untuk mencapai perkembangan anak.

BAB 4.

RANAH SENSORIK DAN MOTORIK

“Kemampuan dalam berjalan adalah kemampuan yang melibatkan perkembangan motorik kasar. Ini tentang bagaimana anak menggerakkan kaki dan tangannya secara seimbang serta mengendalikan postur tubuhnya. Berjalan adalah awal bagi anak untuk menjelajahi dunia dengan kakinya sendiri dan disinilah penjelajahan terhadap dunia itu dimulai”

4.1 Perkembangan Sensorik dan Motorik: Cara Baru Mengenali Dunia

Kapan kita merasakan episode terbaik dalam pengasuhan? Salah satunya saat kita melihat momen “kepandaian” anak yang terus berkembang di setiap harinya. Sejak terlahir akan terjadi percepatan dalam pertumbuhan dan perkembangan yang memengaruhi masa perkembangan selanjutnya. Masa yang dikenal sebagai *golden age* berlangsung pada 1000 hari kehidupan anak (Sugeng *et al.* 2019). Otak bayi menunjukkan perkembangan yang pesat hingga tahun kedua kehidupannya dengan memiliki berat sebesar 75% dari otak orang dewasa (Santrock 2011). Artinya sejak lahir hingga di usia 2 tahun anak tidak berhenti untuk membuat koneksi antar neuron hingga tercipta jalur-jalur neuron yang kompleks setiap terjadinya perkembangan. Koneksi itu dibentuk melalui pengalaman baru yang dialami setiap harinya saat anak mengenal dunia. Tentu dalam menghadirkan pengalaman baru di setiap harinya diperlukan peranan penting kita sebagai orang tua.

Lalu bagaimana kita bisa mengetahui anak tumbuh dan berkembang?

Secara kasat mata kita bisa memantau pertumbuhan fisik anak, seperti perubahan ukuran, besar, jumlah, atau dimensi dari organ tubuh anak. Penting bagi kita sebagai orang tua untuk memerhatikan perubahan dari tumbuh kembang anak guna mendeteksi gangguan atau keterlambatan yang terjadi. Hal yang dapat dinilai dari pertumbuhan fisik anak, seperti pengukuran berat badan, tinggi badan, dan lingkaran kepala (Dirjen Kesmas dan Narendra dalam Chamida 2009). Selain pertumbuhan, kita juga bisa melihat perkembangan fisik, kita juga mampu melihat perkembangan sensorik dan motorik anak. Ini bisa diamati dari bagaimana organ dan fungsi tubuh anak bekerja di setiap tahapan perkembangan.

Hal yang paling mendasar bisa dilihat dari refleks yang ada pada bayi. ***Tabukah anda bahwa anak memiliki sejumlah refleks yang dibawanya sejak lahir?*** Refleks-refleks tersebut yang nantinya akan membantu si kecil untuk beradaptasi dan menjadi proses awal interaksi ke dunia. Menurut Dra. Retno Pudjiati Azhar (dalam Rosita 2018), refleks pada anak merupakan gerakan yang sudah ada sejak lahir secara biologis, bersifat bawaan, dan tidak perlu untuk diajarkan. Namun, tidak jarang bagi beberapa orang awam salah mengartikan refleks pada anak ini, seperti contoh ketika anak tiba-tiba tersentak atau kaget saat sedang tertidur pulas, tetapi anak tidak terbangun, dari contoh ini beberapa orang tua cenderung akan takut anaknya mengalami penyakit, seperti penyakit jantung. Namun, hal itu sebenarnya merupakan salah satu refleks kaget yang disebut refleks moro atau refleks hisap, seperti tiba-tiba anak dihadapkan puting susu ke pipi kemudian ia akan menggerakkan kepalanya.

Jika refleks ini berjalan sesuai dengan fungsinya atau karena ada dorongan lingkungan yang menyertainya artinya sensorik dan organ tubuh anak bekerja dengan baik yang menunjukkan otak anak berkembang dengan normal. Namun, Bunda, terdapat beberapa refleks bayi yang akan hilang nantinya seiring waktu berjalan dan ada pula refleks bayi yang permanen, *nah* berikut ini kita bahas terlebih dahulu refleks sementara yang dimiliki oleh anak:

4.2 Refleks Sementara Bayi

Terdapat beberapa refleks sementara yang dimiliki oleh anak, yaitu:

a. Refleks Moro

Refleks ini diartikan dengan gerakan mengembangkan tangan ke samping dengan lebar, jari-jari juga ikut dilebarkan, dan bayi membuat gerakan tangan seakan ingin memeluk seseorang. Oleh karena itu, refleks moro juga bisa disebut sebagai refleks peluk. Refleks ini timbul ketika anak merasa terkejut, jadi bunda dapat menimbulkan refleks ini dengan cara memukul bantal di samping kepala anak atau menepuk tangan anak. Refleks moro akan menghilang sekitar 4 bulan dan ketika anak berusia 6 bulan refleks ini mulai memudar.



Gambar 4.2 Refleks moro pada bayi

b. Refleksi Hisap

Refleksi ini timbul saat bunda merangsang pipi anak, refleksi hisap ini mempunyai fungsi untuk menenangkan bayi. Refleksi hisap ini bisa juga disebut sebagai refleksi oral dan umumnya refleksi ini timbul pada bulan-bulan awal saat bayi ingin mengetahui sesuatu melalui daerah mulut, refleksi hisap akan hilang saat bayi menyentuh usia 6 bulan.



Gambar 4.3 Refleksi hisap pada bayi

c. Refleksi *Rooting*

Refleksi ini juga disebut refleksi memutarakan kepala seakan mencari puting susu. Ketika bayi mendapatkan stimulasi taktil pada pipi atau daerah mulut. Ketika bunda menyentuh bagian sekitar mulut anak, anak akan menimbulkan reaksi ini.



Gambar 4.4 Refleksi *rooting* pada bayi

d. Refleksi Darwin

Refleksi ini timbul ketika bayi diberikan rangsangan dengan memberikan jari bunda kepada telapak tangan anak. Anak akan membuka telapak tangan kemudian akan menutup telapak tangannya seakan menggenggam jari bunda.



Gambar 4.5 Refleksi Darwin pada bayi

e. Refleksi Babinski

Refleksi ini terletak pada bagian kaki anak, ketika bunda menyentuh kaki anak maka jari kaki anak akan bergerak ke atas dan terbuka.



Gambar 4.6 Refleksi Babinski pada bayi

Lalu apakah refleksi ini akan menghilang?

Betul secara bertahap refleksi ini akan menghilang dan berubah menjadi lebih terkontrol seiring dengan kematangan kemampuan pada anak. Contohnya, pada refleksi moro yang akan terlihat di usia 5 bulan dan refleksi *rooting* yang akan berubah menjadi lebih terkendali untuk kemampuan makan dan minum si anak. Namun, apa yang terjadi saat refleksi yang seharusnya hilang, tetapi tidak hilang atau sebaliknya? Apabila orang tua mengalami hal ini maka terjadi keterlambatan dalam perkembangan anak dan sebaiknya langsung dikonsultasikan. Berikut ini **Tabel 4.1** mengenai refleksi bayi termasuk kapan refleksi tersebut muncul dan hilang.

Tabel 4.1 Jenis-jenis refleks bayi

Refleks	Keterangan
Mengejapkan mata	Stimulasi: sorotan cahaya, tiupan angin Respons bayi: menutup mata Pola perkembangan: permanen
Babinski	Stimulasi: telapak kaki diusap Respons bayi: menyebarkan jari kaki, memutar-mutarkan kaki Pola perkembangan: menghilang setelah 9 bulan hingga setahun
Moro (mengejutkan)	Stimulasi: stimulasi tiba-tiba, seperti mendengar suara nyaring Respons bayi: kaget, melengkungkan punggung, melemparkan kepala ke belakang, merentangkan lengan dan kaki serta dengan cepat menutupkannya ke pusat tubuh Pola perkembangan: menghilang setelah 3–4 bulan
Mencari	Stimulasi: leher atau pinggir mulut Respons bayi: membalikkan kepala, membuka mulut, dan mulai mengisap Pola perkembangan: menghilang setelah 3–4 bulan
Melangkah	Stimulasi: bayi diangkat dan kaki diturunkan untuk menyentuh permukaan Respons bayi: Menggerakkan kaki seolah-olah berjalan Pola perkembangan: Menghilang setelah 3–4 bulan
Mengisap	Stimulasi: benda menyentuh mulut Respons bayi: mengisap secara otomatis Pola perkembangan: menghilang setelah 3–4 bulan

Tabel 4.1 Jenis-jenis refleksi bayi (lanjutan)

Refleksi	Keterangan
Berenang	Stimulasi: bayi menaruh wajah ke bawah di dalam air Respons bayi: membuat gerakan-gerakan berenang yang terkoordinasi Pola perkembangan: menghilang setelah 6–7 bulan
Leher ditopang	Stimulasi: bayi ditelentangkan Respons bayi: mengepalkan tinju kedua tangan dan biasanya membalikkan kepala ke kanan (kadang-kadang disebut gaya pemain anggar karena bayi kelihatan seperti sedang dalam posisi pemain anggar) Pola perkembangan: menghilang setelah 2 bulan
Moro	Behavior → kaki, lengan, dan jari terbuka kemudian menutup Muncul → 7 bulan kehamilan Menghilang → usia 3 bulan
Darwin/ <i>Grasping</i>	Behavior → menggenggam Muncul → 7 bulan kehamilan Menghilang → usia 4 bulan
<i>Tonic Neck</i>	Behavior → kepala berputar ke salah satu arah Muncul → 7 bulan kehamilan Menghilang → usia 5 bulan

4.3 Menjelajahi Dunia dengan Kaki Sendiri

Saat anak pertama kali melangkah sering kali akan menjadi peristiwa yang dinanti. Bahkan ini salah satu hal yang sering ditanyakan oleh orang di sekitar kita. Berjalan adalah awal bagi anak untuk menjelajahi dunia dengan kakinya sendiri dan di sinilah eksplorasi terhadap dunia itu dimulai.

“Kemampuan dalam berjalan adalah kemampuan yang melibatkan perkembangan motorik kasar. Ini tentang bagaimana anak menggerakkan kaki dan tangannya secara seimbang dan mengendalikan postur tubuhnya. Oleh karena itu, anak yang bisa berjalan mesti dilatih dari bagaimana anak bisa mengendalikan postur tubuh bagian atas yang membuat anak dapat mengelola kekuatan tubuh pada bagian atas hingga ia bisa mendapati keseimbangan untuk melangkahkannya kakinya”

Mari kita bahas bagaimana anak bisa mengendalikan postur tubuh bagian atas terlebih dahulu.

Bermula dari kemampuan anak yang menggerakkan kepalanya, memutar lehernya untuk melihat ke arah sisi kiri dan kanan adalah awal untuk melatih otot leher anak. Hingga usia **3 bulan** anak sudah memiliki kemampuan untuk bisa mengangkat kepala sambil menoleh dan memiringkan badannya. Upaya yang bisa kita lakukan terhadap anak adalah mengajarkan anak untuk sering memanggil namanya dari sudut yang berbeda sehingga anak akan menoleh ke arah sana. Lalu perlahan lahan saat anak sudah memberikan sinyal dalam menggerakkan tubuhnya kita bisa mengajarkan anak untuk memiringkan tubuhnya ke kiri ke kanan, hingga ia bisa membalikkan tubuhnya ke dalam posisi terngkurap. Setelah itu, secara bertahap kita menambah durasi anak saat posisi tengkurap dengan menjadikan tangan sebagai pondasi yang akan menahan kepalanya untuk dimulai kegiatan mengangkat kepala. Hal ini akan bisa dilatih saat anak berusia 4–6 bulan. Meskipun di usia ini anak masih mengalami kesulitan untuk membalikan badannya kembali sehingga orang tua perlu untuk membantu anak. Pada **usia 4–6 bulan**, anak juga sudah mulai belajar untuk duduk dengan bantuan orang tua. Perlu diperhatikan saat kita akan membantu anak duduk, pastinya untuk memegang leher anak agar posisi tetap aman dan tidak ada cedera pada otot leher. Setelah beberapa kali latihan, anak nantinya dapat tengkurap tanpa perlu bantuan orang tua.

Selanjutnya, pada **usia 6–9 bulan**, anak sudah pandai dalam merangkak dan duduk tanpa bantuan, serta anak mulai belajar berdiri tanpa pegangan dan berjalan dengan bantuan orang tua. Hingga mencapai **usia 1 tahun**, anak sudah dapat berdiri tanpa bantuan dan memiliki kemampuan untuk berjalan. Namun, disarankan untuk orang tua tetap mengawasi anaknya agar tidak berjalan ke benda yang dapat membahayakan anak. Sampai usia 2 tahun, anak sudah memiliki lebih banyak gerakan dan kemampuan berjalan anak semakin berkembang sehingga anak sudah mampu untuk berlari.

Dalam prosesnya, setiap anak memiliki waktunya masing-masing dalam menguasai suatu kemampuan. Ada yang bisa menguasainya lebih cepat dan juga sebaliknya. Namun, karena ini bukanlah perlombaan jadi tidak perlu mencari siapa yang duluan. Hal yang perlu diperhatikan adalah menjaga agar *gap* usia si kecil tidak begitu jauh dari kemampuan yang seharusnya ia kuasai. Berikut panduan yang bisa anda gunakan untuk melihat si kecil masih dalam rentang usia yang sesuai untuk mencapai kemampuannya tersebut.

Tabel 4.2 Panduan perkembangan anak berdasarkan rentang usia

<i>Skill</i>	Usia Anak dapat Menguasai
<ul style="list-style-type: none"> • Anak sudah mulai menoleh ke sisi kanan-kiri • Anak sudah mulai mengangkat kepala • Anak sudah bisa menggulingkan badan, tetapi masih membutuhkan bantuan orang tua 	3 bulan
Tengkurap	3,2–5,4 bulan
Menggenggam mainan	3,3–3,9 bulan

Tabel 4.2 Panduan perkembangan anak berdasarkan rentang usia (lanjutan)

<i>Skill</i>	Usia Anak dapat Menguasai
Duduk tanpa bantuan	5,9–6,8 bulan
Berdiri dengan memegang sesuatu	7,2–8,5 bulan
Memegang dengan jempol dan jari	8,2–10,2 bulan
Berdiri sendiri	11,5–13,7 bulan
Berjalan baik	12,3–14,9 bulan
Bangkit dari posisi	12–18 bulan
Berguling ke segala arah	
Bangun <i>tower</i> dengan dua kubus	14,8–20,6 bulan
Jalan dengan perlahan	16,6–21,6 bulan
Berjalan sendiri tanpa terjatuh	18–24 bulan
Lompat	23,8–2,4 bulan
Menuruni anak tangga tanpa bantuan	
Berdiri satu kaki selama beberapa detik	

4.4 Kenapa anak terlambat Berjalan?

Kemampuan motorik kasar anak terutama kemampuan berjalan merupakan aspek penting pada anak. Namun, apa yang terjadi ketika anak mengalami keterlambatan dalam kemampuan ini, hal ini akan berdampak terjadinya *delayed walking* atau yang disebut keterlambatan dalam berjalan. Anak dapat dikatakan mengalami keterlambatan berjalan ketika berusia 18 bulan dan belum pandai untuk berjalan. Keterlambatan dalam berjalan ini dapat terjadi berdasarkan beberapa hal, di antaranya yaitu faktor pada fisik anak, seperti adanya kelainan pada otot, saraf, tulang, dan faktor lingkungan (seperti pengetahuan dari orang tua dan orang tua yang terlalu sibuk terhadap pekerjaannya).

Namun, pada umumnya faktor yang menyebabkan anak terlambat berjalan adalah jika kita sebagai orang tua jarang memberikan stimulus dalam kurun waktu yang lama.

Stimulus dapat dilakukan oleh orang tua, pengasuh, dan orang dewasa lainnya. Stimulus ini merupakan kebutuhan dasar dan dapat membantu anak untuk mencapai perkembangannya. Oleh karena itu, orang tua memiliki peran untuk mengarahkan stimulasi tersebut. Sebagai contoh, kita akan memberikan petunjuk kepada anak dan contoh cara berjalan dengan benar. Selain itu, Bunda dapat memberikan motivasi kepada anak, mengizinkan anak untuk bereksplorasi atau berjalan ke seluruh penjuru rumah.

4.5 Melatih Perkembangan Motorik Halus Anak: Cikal Bakal Kemampuan Sehari-hari dan Belajar

Setelah bayi mampu menopang badannya, bayi akan terus belajar untuk mengoptimalkan organ sensorik dan motorik tersebut. Oleh karena itu, jangan heran melihat anak kita saat sudah bisa berjalan, mereka akan gemar sekali untuk bergerak mencari tahu lingkungannya. Melalui proses inilah anak akan terus meng-*upgrade* kemampuan geraknya mulai dari melibatkan organ tubuh yang besar, seperti kaki dan tangan, berjalan, menaiki tangga, hingga melibatkan gerakan yang kecil (seperti penggunaan tangan dan jari. contohnya menggenggam benda, menggunakan sendok, dan memasukkan barang). Mulai dari gerakan yang sangat sederhana hingga menjadi terampil. Perkembangan yang melibatkan gerakan tangan jari dan koordinasi mata inilah yang disebut dengan kemampuan motorik halus anak.

Kemahiran anak dalam mengelola kemampuan motorik halus ini akan berkorelasi nanti terkait dengan kemampuan anak dalam mengelola kemandiriannya, seperti menggunakan pakaian, sepatu, makan, hingga dengan kemampuan belajar nantinya. Oleh karena itu, mempersiapkan anak yang matang secara motorik baik dari segi motorik kasar hingga motorik halus adalah bagian yang penting untuk membantu proses belajar anak di kemudian hari.

Upaya yang bisa kita lakukan adalah memberikan stimulus atau dorongan padanya untuk mengembangkan kemampuan ini melalui berbagai kegiatan sehari-hari, mulai dari memberikan kesempatan anak untuk bisa menyuapi makanannya sendiri dan mengambil pakaian sendiri meskipun dalam prosesnya kita akan dipenuhi dengan hal-hal yang dari segi sudut pandang orang tua ini, seperti “berantakan”. Makan sendiri justru lebih banyak tumpahnya, mengambil pakaian sendiri justru lebih banyak merusak tumpukan kain lainnya. Namun, di sinilah kesabaran yang lagi-lagi kita butuhkan untuk melatih anak dalam memahirkan kemampuannya. Mereka pun butuh waktu dan proses bertahap maka sediakan kebutuhan dan dukungan untuk anak sehingga proses memahirkan kemampuan motorik halus itu tidak diwarnai dengan emosi yang tidak menyenangkan. Berikut **Tabel 4.3** mengenai perkembangan motorik kasar dan halus anak yang bisa memandu anda dalam menilai perkembangan anak.

Tabel 4.3 Perkembangan motorik kasar dan halus pada anak

No	Ranah Perkembangan	Tingkat Pencapaian Perkembangan					
		Usia < 3 bulan	3–<6 bulan	6–<9 bulan	9–<12 bulan	12–18 bulan	18–<24 bulan
1.	Motorik Kasar	Refleks mengenggam benda yang menyentuh telapak tangan	Meraih benda di depannya	Melempar benda yang dipegang	Menarik benda yang terjangkau	Berjalan sendiri	Melompat di tempat
		Menegakan kepala saat ditelungkupkan	Tengkurap dengan dada	Merangkak ke segala arah	Berjalan dengan berpegangan	Naik tangga atau tempat yang lebih tinggi dengan merangkak	Naik tangga dengan berpegangan
2.	Motorik halus	Tengkurap	Duduk dengan bantuan	Duduk tanpa bantuan	Melakukan gerak an menendang bola	Menandang bola ke arah depan	Berjalan mundur beberapa langkah
		Berguling ke kiri dan kekanan		Berdiri dengan bantuan		Berdiri dengan satu kaki selama beberapa detik	Menarik benda yang tidak terlalu berat
		Memainkan jari tangan dan kaki	Memasukkan benda ke dalam mulut	Memegang badan dengan ibu jari dan jari telunjuk	Memegang benda kecil atau tipis	Memegang alat tulis	Meniru garis vertikal atau horizontal
		Memegang benda dengan lima jari	Memindahkan mainan dari satu tangan ke tangan yang lain	Meremas	Memukul atau mengetuk mainan	Membuat coret-coretan bebas	Memasukan benda ke wadah yang sesuai
						Menyusun menara tiga balok	Membalikan halaman buku walaupun belum sempurna
						Memegang gelas dengan 2 tangan	Menyobek kertas
						Menumpahkan benda dari wadah ke wadah	

BAB 5.

RANAH KOGNISI

“Proses belajar anak di usia 0–2 tahun adalah proses memahami tentang berbagai hal yang ada di dunia dengan mengintegrasikan pengalaman melalui sesuatu hal yang ia bisa ia inderai. Pengalaman itu membentuk skema pengetahuan”

5.1 Bagaimana Cara Anak 0–2 tahun Belajar?

Proses belajar anak di usia 0–2 tahun diperantarai oleh kemampuan sensorik dan motoriknya. Anak mengenal diri dan dunianya melalui aktivitas yang terlibat sensorik dan motorik. Sesuatu hal yang bisa diindera dan melibatkan gerakan sensorik-motorik. Oleh karena itu, jangan heran jika kita melihat anak usia 0–2 tahun sering kali mengenali benda di sekitarnya dengan memasukkan sesuatu ke mulutnya, memegangnya, menciumnya, atau mencicipinya sekalipun itu bukanlah hal yang bisa dimakan. Dengan mendapatkan pengalaman langsung melalui inderanya itu yang akan memberikan pemahaman, inilah proses belajar anak usia 0–2 tahun. Oleh karena itu, perlu untuk mengawasi proses ini serta menyediakan lingkungan yang kondusif bagi anak untuk mengeksplorasi dan mendapatkan proses belajarnya

Anak sangat tertarik dengan dunia yang ada di sekitar mereka. Buku, mainan, musik, sentuhan, dan suara adalah media bagi anak untuk belajar mengenal dunia dan mempelajari hal-hal dasar yang akan memengaruhi perkembangan kognisi mereka dan membantu mereka

dalam menguasai kemampuan nantinya. Munculnya ketertarikan anak dengan benda di sekitarnya merupakan gerbang bagi anak untuk memulai kemampuan belajar tentang dirinya terlebih dahulu yang kemudian dengan dunia. **Mengapa?**

Coba perhatikan bagaimana anak usia 2–3 bulan mulai tertarik dengan tangannya atau kakinya sendiri, mulai menyadari bahwa dirinya terdiri atas berbagai bagian tubuh yang memiliki fungsinya masing-masing. Bagi seorang bayi ini adalah sesuatu hal baru yang membuat ia terus berkali-kali mengulang perilaku yang sama dalam melihat jemari atau meraih kaki dengan tangannya. Pada periode ini anak sedang membentuk konsep tentang fisik dan tubuhnya. Hingga di bulan-bulan berikutnya ia mulai paham dengan organ tubuh yang ia miliki ternyata bisa mengenali sesuatu hal yang ada di sekitarnya, seperti mainan yang berada di dekatnya yang bisa ia raih atau mengetahui fungsi dari suatu benda dengan cara menggoncangkan mainan itu, menjilat, atau memakannya.

Contohnya lagi seperti anak usia 8 bulan yang diberikan mainan mobil-mobilan. Mungkin ia belum paham benda apa itu dan fungsinya bagaimana sehingga ia memasukkan mainan itu ke dalam mulutnya. Untuk mencari tahu tentang sebuah konsep dari suatu benda yang baru saja ia temui. Kerangka konsep pengetahuan yang diperoleh dari bagaimana anak mengorganisasikan inderanya dan menerjemahkannya ke dalam suatu informasi. Inilah yang disebut dengan skema. Beginilah proses belajar anak usia 0–2 tahun sampai tahun-tahun berikutnya mereka akan sibuk membentuk skema-skema baru tentang berbagai hal yang ia temui di lingkungannya.

Kemudian jika anak menemukan informasi baru tentang kerangka konsep sebelumnya, seperti mobil tadi ternyata saat digoyangkan ada roda yang bisa berputar dan mobil bisa berjalan maka bertambahlah informasi baru. Proses berpikir ini yang disebut dengan asimilasi. Ketika kita sebagai orang tua menghadirkan kembali jenis mobil lain, seperti mobil molen pengangkut beton maka anak akan mengganti kerangka konsepnya tentang mobil *“oh ternyata mobil itu banyak jenisnya, ga hanya mobil biasa city car, tetapi juga ada mobil lainnya, seperti mobil molen”*. Proses berpikir ini disebut dengan akomodasi

“Dengan demikian, proses belajar anak di usia 0–2 tahun yaitu proses memahami tentang berbagai hal yang ada di dunia dengan mengintegrasikan pengalaman itu melalui sesuatu hal yang ia bisa ia inderai. Pengalaman itu akan membentuk skema pengetahuan baru. Seiring bertambahnya pengalaman baru skema itu akan ditambah (asimilasi) ataupun diubah (akomodasi)”

Misalnya, anak 24 bulan pergi ke kebun binatang. Ada seekor burung, kemudian orang tua memperkenalkan hal yang dilihat anak *“itu namanya burung, nak!”* sehingga anak memulai membentuk skema dan beranggapan bahwa burung memiliki sayap, bisa terbang, memiliki paruh, bentuknya kecil, dan mengeluarkan suara *“ciitt ciitt ciitt”*.



Gambar 5.1 Ilustrasi pembentukan skema sederhana pada anak

Selanjutnya, anak melihat burung lainnya yang bentuknya serupa, tetapi berbeda warna maka bertambahlah informasi baru. Proses memasukkan informasi baru ke dalam pengetahuan yang sudah dimiliki anak sebelumnya jika pengetahuan yang baru cocok atau sesuai dengan pengetahuan yang lama, pengetahuan itu akan diadaptasi, proses ini disebut dengan asimilasi. Ibu kemudian memperkenalkan kembali jenis burung lainnya yaitu burung unta. Dari pengamatan anak, ia melihat ciri-ciri burung unta yang berbeda dengan ciri-ciri burung merpati maka anak akan mengubah skema mengenai “burung” yang telah dipahami sebelumnya dan memunculkan skema baru mengenai burung tidak hanya berbentuk kecil dan tidak harus memiliki sayap untuk terbang. Penyesuaian yang dilakukan oleh anak ketika informasi itu berbeda dan tidak sesuai dengan skema yang ada maka proses ini disebut akomodasi.



Gambar 5.2 Ilustrasi tahapan akomodasi pemahaman pada anak

Setelah anak melalui 2 tahapan asimilasi dan akomodasi tersebut, anak akan melakukan penyesuaian dalam proses kognitif/berpikir dan segera menuju ke tahap selanjutnya yaitu proses Ekuilibrium. Ekuilibrium atau yang bisa disebut keadaan ketika anak sudah berada pada keadaan seimbang antara proses berpikir dengan pengalaman di sekitarnya. Contohnya, anak yang sudah memahami bahwa burung ada yang memiliki ukuran kecil dan besar serta ada yang bisa dan ada yang tidak bisa terbang. Jadi, kita sebagai orang tua harus memahami bahwa anak tidak secara langsung mendapatkan pengetahuan dari hal yang dialaminya, tetapi juga terdapat proses berpikir secara aktif yang dilakukan oleh anak.

5.2 Cara Anak Usia 0–2 Tahun Berpikir

Secara umum proses berpikir anak adalah dengan membentuk skema dari setiap pengalaman yang ia alami. Namun, pada dasarnya dari lahir hingga usia 2 tahun anak memiliki beberapa tahapan berpikir ke

dalam enam sub-tahapan yang bergerak dari satu sub-tahapan ke sub-tahapan lainnya seiring dengan berkembangnya skema anak, antara lain:

Tabel 5.1 Tahapan berpikir anak dari lahir hingga usia 2 tahun

Subtahap	Pengertian	Contoh
1) Subtahap skema refleks	Subtahap ini muncul pada saat anak berusia 6 minggu, anak akan melatih dalam penggunaan refleks dan berusaha untuk mengontrolnya. Namun, anak belum dapat mengoordinasikan informasi dari indranya.	Laura yang saat ini berumur 2 minggu akan membuat gerakan mengisap tanpa adanya stimulus yang memicu timbulnya refleks ini. Ketika Laura memasuki usia 1 minggu, ia akan mencari puting payudara ibunya yang berada di dekat mulutnya. Tidak hanya dengan puting, anak juga dapat mengisap objek lainnya, seperti bantal maupun jarinya sendiri. Hal ini menurut Piaget sebagai langkah anak untuk mengasimilasikan objek-objek untuk menjadi skema hisap.
2) Subtahap reaksi sirkuler primer	Terjadi pada usia 1–4 bulan, pada subtahap ini anak akan mengulangi segala tingkah laku yang secara kebetulan anak menyukainya. Nantinya, segala aktivitas anak akan dipengaruhi oleh tubuh anak. Anak nantinya akan memperoleh adaptasi, seperti mereka yang mengisap berbagai objek mulai menggenggam objek tersebut.	Laura yang saat ini berusia 2 bulan sudah mulai kebiasaan mengisap jempolnya. Laura mulai memegang tangannya dan ketika diberi botol, Laura sudah dapat menyesuaikan dirinya dengan mengisap puting karet botol tersebut.

Tabel 5.1 Tahapan berpikir anak dari lahir hingga usia 2 tahun (lanjutan)

Subtahap	Pengertian	Contoh
3) Subtahapan Reaksi sirkuler sekunder	Terjadi saat usia 4–8 bulan, ketika anak mulai tertarik dengan lingkungan, anak akan mengulangi tindakan yang menarik baginya dan dilakukan secara sengaja tanpa tujuan yang belum jelas. Subtahapan ini juga berhubungan dengan koordinasi antara penglihatan dan pemaknaan anak.	<p>Laura yang tertarik untuk menjatuhkan sereal dari kursi makannya satu persatu untuk melihat masing-masing butir sereal terjatuh.</p> <p>Luna saat hendak tidur, ia mengayunkan kakinya untuk menyentuh boneka yang berada di atas kepalanya, ketika boneka itu bergerak, Luna kembali mengayunkan kakinya dan terus mengulangi hal tersebut.</p>
4) Subtahapan koordinasi reaksi sirkular sekunder	Muncul pada usia 9–12, anak sudah mulai untuk melihat suatu objek dalam bentuk tetap walaupun dilihat dari sudut pandang yang berbeda. Pada subtahap ini anak mulai mengoordinasikan skema yang dipelajarinya dan mulai dapat menentukan tujuan mereka.	Jojo ingin mengambil sebuah mainan yang berada disudut kamar, jojo merangkak untuk mengambil mainan tersebut. Pada saat menuju ke kotak mainan, orang tua Jojo menawarkan tangan, tetapi jojo mencoba untuk tidak memegang orang tuanya dan berhasil untuk memeluk kotak mainan tersebut. Setelah beberapa kali mencoba akhirnya Jojo dapat mengoordinasikan dua skema terpisah yaitu menolak bantuan berpegangan tangan dengan orang tua dan memeluk kotak mainan untuk mencapai satu tujuan.

Tabel 5.1 Tahapan berpikir anak dari lahir hingga usia 2 tahun (lanjutan)

Subtahap	Pengertian	Contoh
5) Subtahap fase reaksi sirkular tersier	Muncul pada usia 12–18 bulan. Tahap ini berhubungan dengan cara-cara baru untuk mencapai tujuan dan anak mulai melakukan eksperimen kecil untuk memvariasikan tindakan mereka serta bertujuan untuk menemukan hal baru baik mengenai objek maupun situasi. Terdapat <i>trial-and-error</i> dalam subtahap ini.	Vino tertarik dengan meja hias yang dibeli oleh orang tuanya. Vino kemudian memukul meja itu dengan keras dan juga memukulnya dengan pelan, Vino nantinya akan mendengar perbedaan bunyi yang dihasilkan dari tindakannya tersebut.
6) Kombinasi mental	Terjadi saat anak berusia 18–24 bulan, pada subtahap ini anak akan memulai mengasah kreativitasnya dan melakukan tindakan secara mental dan tidak lagi menggunakan <i>trial-and-error</i> untuk memecahkan masalah. Anak juga dapat menggunakan simbol, dapat berpura-pura, dan memberikan isyarat kata.	Yuna diberikan kotak mainan oleh orang tuanya dan di tengah kotak mainan itu ada sebuah celah yang menganga. Yuna menatap kotak mainan itu dengan cermat dan melakukan gerakan membuka lalu menutup mulutnya dan memasukkan jarinya ke celah lobang pada kotak dan berhasil.

5.3 Apa Saja *Tools* untuk Stimulasi Perkembangan Berpikir Anak?

Kita nantinya sebagai orang tua dapat merangsang perkembangan kognisi anak dengan berbagai cara. Tidak perlu menghadirkan benda yang mahal cukup dengan diri orang tua dan benda sekitar sudah menjadi material pembelajaran terbaik buat anak. Contohnya saja orang tua bisa bermain cilukba di usia awal, kemudian bisa bermain sembunyi dengan menutupi selimut lalu memanggil anak, bermain mengenali anggota tubuh saat mandi, mengenali berbagai jenis makanan dan peralatan makan saat makan, mengenali berbagai jenis pakaian dan peralatan kamar, serta bergerak menirukan bentuk dan suara binatang. Semua hal yang ada di sekitar orang tua dan diri orang tua sendiri itu adalah hal menarik dan materiil pembelajaran terbaik.

Jadi, stimulasi terbaik yang bisa diberikan kepada anak yaitu segala sesuatu yang dibutuhkan anak untuk bisa membantu anak melalui tugas perkembangannya. Sesuatu yang sesuai dengan proses belajar anak menurut usia anak dan berekspektasi lah sesuai dengan perkembangan dan kemampuan anak saat itu. Jika anak menemui kendala dalam prosesnya, bimbing dan bantu anak serta berikan apresiasi sehingga proses belajar ini menjadi sesuatu hal yang menyenangkan. Jika perlu buatlah suatu permainan yang akan mampu mengasah mereka, misalnya saja belajar menaruh benda-benda di rumah sesuai dengan warnanya dengan menyediakan 2 pilihan kotak berwarna. Secara umum, prinsip yang perlu diperhatikan yaitu:

1. Jika ingin anak mengenali sesuatu, berikan saja satu objek sederhana pada satu waktu oleh satu orang.
2. Bayi membutuhkan pengulangan terhadap benda yang diberikan terkait dengan cara penggunaannya atau sesuatu hal yang ingin kita ia pelajari, misalnya kita ingin anak mengajarkan anak cara memasukkan benda sesuai dengan warna maka lakukan itu berulang kali.
3. Objek itu harus diberikan sesuai dengan kemampuan rentang fokus anak dan tingkat kenyamanan, misalnya 5 menit saja dulu untuk bermainnya kemudian berlatih lagi nanti.
4. Berikan instruksi yang jelas dalam melakukannya. Jika perlu minta anak untuk mengulangnya, seperti saat kita menaruh benda ke dalam boks warna yang sesuai, sambil kita berkata “*warna merah*”.

Berikut ini beberapa contoh alat dan ciri alat bermain yang dapat digunakan pada anak:

a. Anak usia 0–12 bulan

- Fungsi permainan
 - melatih refleks-refleks anak (anak berumur satu bulan), seperti mengisap dan menggenggam
 - melatih kerja sama tangan dan mata
 - melatih kerja sama telinga dan mata
 - melatih mencari objek yang tidak kelihatan
 - melatih mengenal sumber asal suara
 - melatih kepekaan perabaan
 - melatih keterampilan dengan gerakan berulang-ulang

- Alat permainan yang dapat digunakan
 - benda yang aman dimasukkan ke mulut atau dipegang
 - alat permainan berupa gambar atau bentuk wajah
 - alat permainan yang dapat digoyangkan dan keluar suara
 - alat permainan berupa selimut dan boneka
 - giring-giring
- b. Anak usia 12–24 bulan
 - Fungsi permainan
 - mencari sumber suara/mengikuti sumber suara
 - memperkenalkan sumber suara
 - melatih anak melakukan gerakan mendorong dan menarik
 - melatih imajinasi
 - melatih anak melakukan kegiatan sehari-hari dengan bentuk yang menarik, misalnya ketika makan, makanan diberi bentuk bulat, *love* (hati), panda, dan sebagainya
 - Alat permainan yang dapat digunakan
 - Gendering, bola dengan giring-giring di dalamnya
 - Alat permainan yang dapat didorong dan ditarik
 - Alat permainan dari barang-barang rumah tangga, seperti cangkir, piring, sendok, botol plastik, ember, balok-balok besar, kardus besar, buku bergambar, kertas-kertas untuk dicoret, dan krayon/pensil warna



Gambar 5.3 Alat permainan anak

TABEL PERKEMBANGAN ANAK

Tabel 5.2 Perkembangan anak

Usia Bayi	Perkembangan Fisik	Perkembangan Kognitif	Perkembangan Emosi
0–1 bulan	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Rooting reflex</i>: Refleks mengisap (gerak refleks ini akan menghilang di usia 7 bulan) • <i>Grasping reflex</i> (gerak ini akan menghilang 3–4 bulan) digantikan genggamannya sukarela • Moro refleks (gerak refleks ini menghilang usia 4 bulan) • Refleks melangkah (gerak ini menghilang 8 minggu pertama) • Refleks renang (gerak ini menghilang usia 4–6 bulan) • Bayi akan menunjukkan respons terkejut atau menjadi diam ketika dia mendengar suara yang keras 	<ul style="list-style-type: none"> • Bayi merespons pada saat pipinya disentuh botol dan melihat ke arah benda • Bayi mengisap pada saat botol atau piring menempel pada bibir bayi 	<ul style="list-style-type: none"> • Bayi membuat tangisan saat berada dalam kondisi yang tidak nyaman dan membutuhkan sesuatu, seperti lapar, popok basah, atau badan sakit • Bayi tersenyum saat dia sedang tertidur

Tabel 5.2 Perkembangan anak (lanjutan)

Usia Bayi	Perkembangan Fisik	Perkembangan Kognitif	Perkembangan Emosi
<ul style="list-style-type: none"> 1–4 bulan 	<ul style="list-style-type: none"> • Pola tidur bayi sudah bisa lebih terprediksi, seperti saat bangun dan tidur pada usia 3 bulan • Bayi menggerakkan tangannya dengan membawanya ke arah muka dan memasukkan jari ke dalam mulut untuk pengalaman sensori (memberikan dorongan pengalihan pada alat indera) • Bayi mulai menggelengkan kepalanya dari satu arah ke arah lain dengan perut telentang di depan • Usia 2–3 bulan bayi sudah bisa untuk menegakkan kepalanya ke dalam ke dada (satu telungkup) • Usia 3–4 bulan menegakkan kepala lebih kuat, memutar kepala • Bayi akan seperti melompat ketika dalam posisi berdiri dengan kaki jauh dari permukaan datar • Pada usia 2–4 bulan, bayi bisa mencocokkan jenis suara tertentu pada wajah orang (menunjukkan respons yang berbeda), seperti tersenyum pada wajah yang dikenal • Pada usia 3–5 bulan bayi mengembangkan kemampuan untuk mengamati objek/benda yang bergerak (senang melakukan <i>tracking</i>/melacak/mengamati) • Bayi akan bereaksi saat mendengarkan suara yang sangat keras, seperti <i>vacuum</i>, alarm 	<ul style="list-style-type: none"> • Pada awalnya/usia yang lebih muda bayi langsung reflek mengisap saat puting atau botol menyentuh bibir, pada tahap ini bayi mungkin mengisap tanpa adanya stimulus, dan tindakan ini berulang sebagai bentuk kebutuhan yang kemudian diulang terus-menerus • Bayi mulai mengenali sekitar dengan cara menatap sekeliling dan menggerakkan kepalanya saat mendengar suara dan bentuk yang berbeda di lingkungannya • Bayi menemukan dan menyadari tubuhnya dengan menatap tangannya • Bayi merespons dengan cara menatap, menggerakkan mulut ke arah sumber suara dari lingkungan • Bayi belajar membangun kontrak mata untuk mempelajari wajah yang famililar 	<ul style="list-style-type: none"> • Bayi berkomunikasi dengan cara mengoceh (kata yang diucapkan tidak jelas/<i>cooing</i>), menggeliatkan badannya atau mendengus, ketika merespons dengan orang lain • Bayi membuat tangisan saat berada dalam kondisi yang tidak nyaman dan membutuhkan sesuatu, seperti lapar, popok basah, atau badan sakit • Tersenyum saat mendengar suara yang <i>familiar</i> • Tersenyum lebar saat melihat wajah ibu • Bayi mulai belajar mengenali wajah dan suara ibu serta akan memberikan reaksi yang berbeda dengan permainan saling menatap wajah untuk membangun interaksi sosial • Menunjukkan ekspresi tertarik saat bermain cilukba dan menunjukkan respons emosi ketika melakukan permainan cilukba • Bayi menunjukkan ketertarikan pada satu benda dengan selalu melihat ke arah benda itu bergerak

Tabel 5.2 Perkembangan anak (lanjutan)

Usia Bayi	Perkembangan Fisik	Perkembangan Kognitif	Perkembangan Emosi
4-6 bulan & 4-8 bulan	<p>Pada usia 4-6 bulan:</p> <ul style="list-style-type: none"> Bayi dapat mengangkat kepala dalam posisi telentang (otot lehernya sudah jauh lebih kuat) Memegang dada dalam posisi tengkurap dengan beban lengan di bawah (bayi sudah memiliki kekuatan di bagian atas untuk menopang badannya) Bayi dapat berguling dari perut ke samping (upaya untuk membalikkan badan) Berguling dari belakang ke perut Bayi dapat berdiri sebentar jika dipegang (latihan untuk menguatkan kekuatan) Membawa kaki ke mulut (bayi menguatkan bagian tubuh dengan cara meraih bagian kaki mereka dan dibawa ke wajah, ini juga membuat mereka mengenal diri) Bayi menyentuh benda yang ada di dekatnya, terutama benda bergerak (menggapai dengan tangan dan jari) 	<p>Pada usia 4-8 bulan:</p> <ul style="list-style-type: none"> Bayi menunjukkan ketertarikan dalam memanipulasi mainan dan benda. Misalnya, bayi yang lebih fokus sendiri pada benda yang digenggamnya atau memerhatikan dalam periode waktu yang lama Bayi mengeksplorasi objek dengan cara mengenggam, mengayunkan, dan melempar (bayi mempelajari efek dari memanipulasi benda) Bayi menunjukkan ketertarikan pada mainan kerincingan, benda yang bergerak, dan bereksperimen dengan mereka Bayi juga menonton ponsel yang bergerak dan menatap benda yang bergoyang lembut 	<p>Pada usia 4-6 bulan:</p> <ul style="list-style-type: none"> Bayi akan tersenyum pada siapapun yang tersenyum padanya Bayi akan tertawa dan mengeluarkan suara dari mulutnya untuk menarik perhatian orang lain Bayi menunjukkan reaksi marah dan menangis saat makanan atau mainannya diambil dari dirinya Bayi akan tertawa pada saat digelitik, senyum

Tabel 5.2 Perkembangan anak (lanjutan)

Usia Bayi	Perkembangan Fisik	Perkembangan Kognitif	Perkembangan Emosi
6–12 Bulan	<p>Pada usia 6-9 bulan:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dapat memindahkan mainan itu kembali atau mengambilnya jika ia ingin • Menggunakan jari kaki dan tangan untuk mendorong ke depan atau dalam lingkaran • Merangkak (bergerak dengan tangan lutut) • Memegang benda benda kecil (bayi sudah menggunakan seluruh tangannya dan menggunakan jarinya untuk mengambil mainan) • Duduk tanpa bantuan (bayi dapat duduk tanpa penyangga) pada usia 6–7 bulan • Usia 8 bulan belajar menarik diri dengan berpegangan pada kursi atau meja <p>Usia 9–12 bulan:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Berdiri sejenak tanpa dukungan (bayi masih mengutak kakinya untuk berdiri dan, tubuh bagian bawah sehingga ia sering berdiri dengan berpegangan) • Berjalan dengan bantuan (dengan bantuan orang dewasa), tetapi sesekali melangkah sendiri (variasi biasanya 2–4 bulan) 	<p>Pada usia 8–12 bulan:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bayi melihat suatu objek, kemudian menggenggamnya secara bersamaan • Bayi melihat mainan, kemudian memeriksanya dan mengeksplorasi mainan itu secara bersamaan melihat pandangan gerakan tangan dan suara • Bayi melihat blok, kemudian menaruhkannya ke dalam blok untuk dimainkan dengan yang lain. • Bayi menggerakkan tangan untuk merespons “No” • Bayi <i>bye bye</i> mengayunkan tangan, bahkan tanpa pancingan • Menunjukkan kemampuan memahami objek secara permainan (orang tua yang menyembunyi di balik selimut, kemudian bayi akan berusaha mencari dan menarik selimut tersebut) • Tertarik dan tertarik dalam mainan • Menunjukkan pemahaman bahwa objek itu punya tujuan, seperti bayi mulai secara berturut-turut menggunakan objek, seperti gosok gigi, telepon menyendok • Bahasa: menggunakan <i>gesture</i> menunjukkan untuk komunikasi • Anak gemar mendengarkan musik, cerita, atau ritme tertentu • Anak mengimitasi (meniru) suara yang dikeluarkan oleh pengasuhnya 	<p>Pada usia 6–9 bulan:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bayi akan memutar kepalanya atau melihat ke arah suara yang familiar • Bayi akan memberikan perhatian lebih pada suara yang lebih familiar serta menunjukkan ekspresi wajah dan tubuh untuk berinteraksi • Bayi akan mudah mengetahui orang lain yang sedang sedih, senang, atau marah dengan nada suara yang dikeluarkannya • Bayi gemar bermain cilukba dan menikmati permainan “terkejut” <p>Pada usia 9–12 bulan:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bayi mulai menunjukkan ekspresi wajah takut ketika berhadapan atau berinteraksi dengan orang di luar keluarga familiar • Bayi mulai merasa takut saat tidak melihat orang tuanya di sekitarnya • Bayi mengeluarkan suara tawa yang keras dan lepas saat bermain dengan orang lain • Bayi menunjukkan marah dengan menangis, melempar barang, atau menghentakkan kaki saat ingginnya ditolak

Tabel 5.2 Perkembangan anak (lanjutan)

Usia Bayi	Perkembangan Fisik	Perkembangan Kognitif	Perkembangan Emosi
13–18 bulan	<ul style="list-style-type: none"> • Senang menepuk tangan (bayi menepuk tangannya saat senang atau meniru orang dewasa) • Berjalan dengan bantuan, tetapi sesekali berpegangan pada benda atau orang dewasa • Bayi mulai mengenggam sendok dari orang tua jika ia makan akan menyuapi dirinya sendiri, memindahkan sendoknya • Bayi mulai bisa berjalan sendiri tanpa bantuan orang dewasa • Bayi mulai bisa mengetahui tangga dan merangkak untuk menavigasinya, membutuhkan bantuan orang dewasa yang dekat • Bayi bisa terpaku pada dua benda, bisa menumpukkan dua benda (menemukan pencemuran batu dalam motorik halusnya) • Bayi bisa melepas kaus kaki, sepatu, dan barang-barang lainnya, tetapi tidak bisa memasang kembali • Bayi memiliki kegemaran menumpuk barang, mengeluarkan barang, mendorong, menarik, dan mengisi ulang barangnya • Bayi bisa mencoret-coret atau memindahkan benda tanpa tujuan sampai mereka memiliki kontrol motorik dan visual 	<ul style="list-style-type: none"> • Melacak mainan yang sedang dipindahkan dan dapat mengambilnya jika ia melihatnya (bahkan jika melihat benda sebagian) • Menyenanginya benda yang memiliki sebab akibat, seperti menutup pintu • Mengikuti perintah sederhana dari orang dewasa atau anak • Memiliki ketertarikan pada buku jika orang dewasa membacanya. Tanpa bantuan, bayi akan memilih dan melihat buku serta membalikkan halamannya <p>Bahasa:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menggunakan satu kata bermakna untuk memberikan label objek atau orang (pencapaian kata pertama) • Kemampuan memahami kata (reseptif) mulai banyak, sekitar paham tentang aktivitas sehari-hari 	<ul style="list-style-type: none"> • Menunjukkan ekspresi yang membutuhkan orang tuanya saat ia melakukan eksplorasi dan bermain, misalnya selalu melihat dan mencari orang tua • Menangis pada saat ditinggal orang tuanya • Anak bisa terlibat bermain paralel dengan anak bayi seusianya • Mulai meniru perilaku saudara atau anak-anak di sekitarnya • Menunjukkan keinginan untuk bermain dengan orang lain dengan cara bermain bersembunyi dan tertawa • Mengajak orang tua atau keluarga lain untuk bermain dengan mengeluarkan senyuman yang lebar

Tabel 5.2 Perkembangan anak (lanjutan)

Usia Bayi	Perkembangan Fisik	Perkembangan Kognitif	Perkembangan Emosi
18–24 bulan	<ul style="list-style-type: none"> Berjalan naik turun di tangga dengan bantuan memegang tangga dan orang lain Berjalan di permukaan yang tidak rata (adanya pasir, kerikil, mirin, atau karpet) dengan bantuan pengasuh Berjalan selama beberapa minggu dan terjatuh dalam permukaan yang tidak datar, kemudian lebih banyak berjalannya Berdiri satu kaki dengan bantuan atau berdiri dengan satu kaki sambil mengangkat tangan ke dada atau ke atas untuk keseimbangan tubuhnya Berjalan cukup baik (bisa berlari, sesekali goyah) Menggunakan mainan beroda, seperti kereta api, mobil, truk dengan mudah (menyukai mainan berguling dan digegang) Menyukai medan yang tidak datar sebagai bentuk tempat bermain yang menarik Melampar bola yang jadinya <i>over handed</i> pelemparan Bisa makan sendiri, makanan yang disendok atau disuap sendiri menarik bagi balita Gemar menggemang dan mencubit Mulai muncul kemampuan untuk berpakaian sendiri di akhir tahun ini, memakai sepatu, kaos kaki, dan topi Mulai bisa dilatih kemampuan <i>toilet training</i> 	<ul style="list-style-type: none"> Mulai mengenali warna, anak bisa mengidentifikasi warna dari suatu objek dengan menunjuk atau menyentuh sebelum dia bisa menyebutkan nama dari warna itu Memiklati permainan <i>container</i> (anak senang menempatkan benda-benda ke dalam wadah dan menggunakan mainan yang memiliki tempat) Menyadari gambar di cermin (anak akan tersenyum) dan mengunjungi beberapa kali untuk memastikan dirinya yang di cermin adalah dirinya Mampu menunjukkan dirinya pada saat ditanyakan namanya Mampu menunjukkan gambar yang tepat saat orang tua bertanya sesuatu Mampu membalikkan halaman buku 2–3 kali untuk menemukan gambar yang dimaksud Tulisan masih berbentuk coretan Anak yang tidak pernah tantrum melihat anak tantrum lalu kesokkannya pada peristiwa yang sama, ia menggunakan tindakan di kejadian itu Bahasa <ul style="list-style-type: none"> Bisa mematuhi 3 instruksi yang berbeda dalam satu waktu tanpa <i>gesture</i> Bisa memberikan atau menunjukkan suatu benda dengan tepat saat diminta Bisa menunjukkan 12 objek yang familiar Bisa menyebutkan namanya saat ditanya Bisa menunjukkan 3 bagian tubuhnya saat diminta dan di akhir bisa menyebutkan namanya Menggunakan bahasa dengan intonasi dan <i>gesture</i> yang sesuai Bisa menyebutkan anggota keluarga Bisa mengeluarkan suara binatang atau menurunkan 	<ul style="list-style-type: none"> Saat ia sedang melakukan eksplorasi ke lingkungan baru, anak selalu melihat ke arah orang tua untuk memastikan orang tua ada di dekatnya Anak akan menunjukkan tanda-tanda stres, seperti sedih dan kemudian menangis pada saat ia menyadari orang tuanya pergi, kemudian tidak kembali dalam jangka waktu yang lama Setiap kali anak ingin dipenuhi kebutuhannya dan ditenggang saat ia merasa dalam kondisi menangis dan selalu mengarah ke orang tuanya Bisa terlibat bermain <i>solitary</i> dengan anak usia 2 tahunan dan mulai menunjukkan interaksi Menjadi frustrasi pada saat tidak bisa menunjukkan keinginannya melalui kata-kata Menunjukkan <i>temper tantrum</i> jika sulit mengemukakan keinginannya melalui verbal Bisa menunjukkan emosi bangga dan malu

DAFTAR PUSTAKA

- Chamidah AN. 2009. Deteksi dini gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak. *Jurnal pendidikan khusus*.5(2): 83–93.
- Elisanti AD. Perkembangan kemampuan berjalan anak usia 9–15 bulan yang menggunakan alat bantu berjalan (*baby walker*) di Puskesmas Bungah Gresik. Di dalam: Tampubolon U, Has E, Hamidah S, editor. Peningkatan Karir Dosen Melalui Penulisan Artikel Ilmiah. Prosiding Seminar Nasional. Gresik, Indonesia. Gresik: Akademi Kebidanan Delima Persada Gresik. hlm 30-34.
- Hanafi I, Sumitro EA. 2019. Perkembangan kognitif menurut Jean Piaget dan implikasinya dalam pembelajaran. *Alpen: Jurnal Pendidikan Dasar*. 3(2).
- Hasanah U. 2016. Pengembangan kemampuan fisik motorik melalui permainan tradisional bagi anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak*. 5(1): 717–733.
- Indraswari L. 2012. Peningkatan perkembangan motorik halus anak usia dini melalui kegiatan mozaik di Taman Kanak-Kanak Pembina Agam. *Jurnal Pesona PAUD*. 1(1): 1–13.
- Kania N. 2006. *Stimulasi Tumbuh Kembang Anak untuk Mencapai Tumbuh Kembang yang Optimal*. Bandung: Universitas Padjajaran.
- Karp H. 2004. *The Happiest Toddler on The Block*. USA: Bantam
- Khadijah K. 2016. *Pengembangan Kognitif Anak Usia Dini*. Medan: Perdana Publishing.
- Lismadiana L. 2013. Peran perkembangan motorik pada anak usia dini. *Jurnal Ilmiah Keolahragaan*. 2(3): 101–109.

- Marinda L. 2020. Teori Perkembangan kognitif Jean Piaget dan problematikanya pada anak usia sekolah dasar. *An-Nisa': Jurnal Kajian Perempuan dan Keislaman*. 13(1): 116–152.
- Pertiwi D, Drupadil RD, Syafrudin U. 2021. Persepsi orang tua terhadap pentingnya baca tulis hitung untuk anak usia 5–6 tahun. *PAUD Lectura: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*. 4(2): 24–35.
- Petty K. 2010. *Developmental Milestones of Young Children*. St. Paul, MN: Redleaf Press.
- Rosita R. 2018. Pengaruh refleks bayi sebagai pertahanan awal kehidupannya. *Istighna: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam*. 1(2): 22–36.
- Rosiyannah Y, Meilani SM. 2021. Pengembangan media stimulasi sensori anak usia 4–6 tahun berbasis aktivitas bermain tujuh indera. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*. 5(1): 941–957.
- Santrock JW. 2011. *Life Span Development. Thirteenth Edition*. New York: Mc Graw Hill.
- Santrock JW. 2012. *A Topical Approach to Life Span Development, Sixth Edition*. New York: Mc Graw Hill.
- Sigelman CK, EA Rider. 2015. *Life Span Human Development*. Stanford: Cengage Learning. Yorkton Court: Redleaf Press.
- Sugeng HM, Tarigan R, Sari NM. 2019. Gambaran tumbuh kembang anak pada periode emas usia 0–24 bulan di Posyandu wilayah Kecamatan Jatinangor. *Jurnal Sistem Kesehatan*. 4(3).
- Yulinawati C, Ismail D, Haksari EL, Rokhanawaty D. 2020. Penerapan metode bermain sebagai stimulasi untuk meningkatkan perkembangan anak. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*. 8(2): 147–152.
- Sumiyati S. 2018. Metode pengembangan motorik kasar anak usia dini. *Awlady: Jurnal Pendidikan Anak*. 4(1): 78–97.

PARENTHINK

Perkembangan Anak pada 2 Tahun Pertama
yang Perlu Orang Tua Ketahui



PT Penerbit IPB Press

Jalan Taman Kencana No. 3, Bogor 16128

Telp. 0251-8355 158 E-mail: ipbpress@apps.ipb.ac.id



IPB Press



Penerbit IPB Press



ipbpress.com

Keluarga

eISBN : 978-623-467-031-8



9 786234 670318 >

Keluarga

ISBN : 978-623-467-019-6



9 786234 670196 >