

See discussions, stats, and author profiles for this publication at: <https://www.researchgate.net/publication/337856968>

TUMBUH KEMBANG ANAK USIA PRASEKOLAH

Book · December 2019

CITATIONS

0

READS

22,959

3 authors, including:



[Arif Rohman Mansur](#)

Universitas Andalas

1 PUBLICATION 0 CITATIONS

SEE PROFILE

Some of the authors of this publication are also working on these related projects:



Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia Prasekolah [View project](#)

TUMBUH KEMBANG ANAK USIA PRASEKOLAH

Ns.Arif Rohman Mansur, M.Kep.



Andalas University Press

TUMBUH KEMBANG ANAK USIA PRASEKOLAH

- Penulis** : Ns. Arif Rohman Mansur, M.Kep.
Editor : Dr. Ns. Meri Neherta, S.Kep, M.Biomed
Ns. Ira Mulya Sari, M.Kep. Sp.Kep.An
Desain Sampul : Syamsul Hidayat
Tata Letak : Syamsul Hidayat
Ikhsanul Anwar
ISBN : 978-602-6953-83-4
Ukuran Buku : 15,5 x 23 cm
Tahun Terbit : November 2019
Cetakan : Pertama
Anggota : Asosiasi Penerbit Perguruan Tinggi Indonesia (APPTI)

Dicetak dan diterbitkan oleh :

*Andalas University Press
Jl. Situjuh No. 1, Padang 25129
Telp/Faks. : 0751-27066
email : cebitunand@gmail.com*

Hak Cipta Pada Penulis © 2019

Hak Cipta dilindungi Undang-Undang.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah Robbil Alamin, segala puji hanya bagi Allah Subhanahu wa ta'ala yang telah memberikan nikmatnya kebaikan bisa menjadi sempurna. Sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan buku yang berjudul “Tumbuh Kembang Anak Usia Prasekolah”.

Berawal dari peran penulis sebagai seorang ayah yang memiliki anak usia prasekolah, penulis ingin lebih memahami karakteristik khas tumbuh kembang anak usia prasekolah (3-5 tahun). Berbagai tahap perkembangan yang dialami oleh anak pada usia ini seperti perkembangan otak, psikososial, kognitif, moral dan spiritual, motorik kasar, motorik halus, sensorik, komunikasi dan bahasa, emosional dan sosial sangat membutuhkan peran kita sebagai orang tua (ayah atau ibu) dalam pencapaian tahap perkembangan yang berkualitas pada setiap aspek perkembangan anak tersebut.

Pada periode usia prasekolah orang tua perlu memberikan pemenuhan kebutuhan tumbuh kembang sesuai dengan berbagai karakteristik aspek pertumbuhan dan perkembangan anak. Memahami konsep perkembangan merupakan hal yang sangat penting bagi orang tua maupun perawat dalam merawat anak atau memberikan asuhan keperawatan yang berkualitas.

Penulis menyadari bahwa buku ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu penulis membuka diri untuk menerima berbagai masukan dan kritik yang membangun untuk penyempurnaan isi buku ini.

Padang, 04 Oktober 2019

Ns. Arif Rohman Mansur, M.Kep

DAFTAR ISI

Prakata	iii
Daftar Isi	v
BAB I Pertumbuhan Anak Usia Prasekolah	1
A. Pengertian Pertumbuhan	3
B. Pertumbuhan Fisik Anak Usia Prasekolah	6
C. Pematangan Sistem Organ Anak Usia Prasekolah	7
BAB II Perkembangan Anak Usia Prasekolah	9
A. Pengertian Perkembangan	9
B. Perkembangan Otak Anak	11
C. Perkembangan Psikososial	14
D. Perkembangan Kognitif	20
E. Perkembangan Moral dan Spiritual	25
F. Perkembangan Keterampilan Motorik Kasar	29
G. Keterampilan Motorik Halus	32
H. Perkembangan Sensorik	37
I. Perkembangan Komunikasi dan Bahasa	39
J. Perkembangan Emosional dan Sosial	41
BAB III PRINSIP PERTUMBUHAN DAN PERKEMBANGAN	47
A. Prinsip Tumbuh Kembang	47
B. Faktor Yang Mempengaruhi Pertumbuhan dan Perkembangan	50
BAB IV. PEMENUHAN KEBUTUHAN TUMBUH KEMBANG PERIODE USIA PRASEKOLAH	59
A. Kebutuhan Fisis Biomedis	60
B. Kebutuhan Emosi atau Kasih Sayang (Asih)	61
C. Pemberian Kebutuhan Stimulasi (Asah)	61
D. Pemenuhan Kebutuhan Nutrisi	61
E. Pemenuhan Kebutuhan Kesehatan	65
F. Pemenuhan Kebutuhan Kebersihan	66
G. Pemenuhan Kebutuhan Eliminasi	66
H. Pemenuhan Kebutuhan Tidur Dan Istirahat	66
I. Pemenuhan Kebutuhan Pertumbuhan Dan Perkembangan ...	67

BAB V BIMBINGAN ANTISIPASI PADA ANAK USIA PRASEKOLAH	69
A. Keselamatan Anak	70
B. Keamanan di Dekat Kolam Air	72
C. Keamanan di Rumah	73
D. Mencegah Anak Menjadi Perokok Pasif	74
E. Mencegah Cedera	75
F. Mencegah Keracunan	76
G. Mempromosikan Kesehatan dan Mencegah Penyakit	77
H. Memelihara Anak	78
I. Konsep Utama Tumbuh Kembang Pada Anak Usia Prasekolah	79
DAFTAR PUSTAKA	81
BIOGRAFI PENULIS	58

PENDAHULUAN

Anak usia prasekolah adalah anak yang berusia antara 3 sampai 6 tahun, pada periode ini pertumbuhan fisik melambat dan perkembangan psikososial serta kognitif mengalami peningkatan. Anak mulai mengembangkan rasa ingin tahunya, dan mampu berkomunikasi dengan lebih baik. Permainan merupakan cara yang digunakan anak untuk belajar dan mengembangkan hubungannya dengan orang lain (DeLaune & Ladner, 2011).

Usia prasekolah merupakan periode yang optimal bagi anak untuk mulai menunjukkan minat dalam kesehatan, anak mengalami perkembangan bahasa dan berinteraksi terhadap lingkungan sosial, mengeksplorasi pemisahan emosional, bergantian antara keras kepala dan keceriaan, antara eksplorasi berani dan ketergantungan. Anak usia prasekolah mereka tahu bahwa dapat melakukan sesuatu yang lebih, tetapi mereka juga sangat menyadari hambatan pada diri mereka dengan orang dewasa serta kemampuan mereka sendiri yang terbatas (Kliegman, Behrman, Jenson, & Stanton, 2007).

Usia tiga hingga lima tahun disebut *The Wonder Years* yaitu masa dimana seorang anak memiliki rasa keingintahuan yang tinggi terhadap sesuatu, sangat dinamis dari kegembiraan ke rengekan, dari amukan ke pelukan. Anak usia prasekolah adalah penjelajah, ilmuwan, seniman, dan peneliti. Mereka suka belajar dan terus mencari tahu, bagaimana menjadi teman, bagaimana terlibat dengan dunia, dan bagaimana mengendalikan tubuh, emosi, dan pikiran mereka. Dengan sedikit bantuan dari Anda, periode ini akan membangun fondasi yang aman dan tidak terbatas untuk seluruh masa kecil putra atau putri Anda (Markham, 2019).

Setiap orang tua mengidamkan memiliki anak yang sehat, cerdas, berpenampilan menarik, dan berakhlak mulia. Prinsip memperhatikan bibit, bobot, bebet yang berkembang di masyarakat kita sejak jaman dahulu dalam memilih calon pasangan hidup salah satunya bertujuan untuk mendapatkan keturunan yang sesuai dengan kriteria tersebut. Seiring dengan perkembangan zaman prinsip tersebut cenderung telah diabaikan, padahal prinsip tersebut tidak selamanya bertentangan dengan teori pertumbuhan dan perkembangan anak. Selain faktor keturunan masih terdapat faktor lain yang mempengaruhi kualitas seorang anak. Kualitas seorang anak dapat dinilai dari proses tumbuh

kembang. Proses tumbuh kembang merupakan hasil interaksi faktor genetik dan faktor lingkungan. Faktor keturunan adalah faktor yang berhubungan dengan gen yang berasal dari ayah dan ibu, sedangkan faktor lingkungan meliputi lingkungan biologis, fisik, psikologis, dan sosial.

BAB I

PERTUMBUHAN ANAK USIA PRASEKOLAH



(<https://labblog.uofmhealth.org/rounds/should-growth-hormone-be-used-for-short-stature-kids>)

A. PENGERTIAN PERTUMBUHAN

Pertumbuhan merupakan perubahan yang bersifat kuantitatif (dapat diukur) perubahan ukuran tubuh dan bagiannya seperti peningkatan jumlah sel, jaringan, struktur, dan sistem. Sebagai contoh pertumbuhan fisik seseorang dengan bertambahnya tinggi badan, berat badan, kepadatan tulang, dan struktur gigi dan polanya dapat diprediksikan. Tahap pertumbuhan yang paling cepat terjadi pada usia prenatal, bayi dan usia remaja (DeLaune & Ladner, 2011). Pengertian lain tentang pertumbuhan adalah berkaitan dengan perubahan dalam besar, jumlah, ukuran atau dimensi tingkat sel, organ maupun individu. Dapat diukur dengan ukuran berat (gram, kilogram), ukuran panjang (cm, meter), umur tulang, dan lain-lain (Ikatan Dokter Indonesia, 2003).

Pertumbuhan mengacu pada perubahan ukuran dan fungsi seluruh tubuh atau bagian tubuh. Ini adalah perubahan kuantitatif yang dapat diukur dengan menilai perubahan pada berat, panjang,

tinggi, dan keluaran fungsional (Bowden & Greenberg, 2010). Pertumbuhan normal adalah perkembangan dari perubahan tinggi, berat, dan lingkaran kepala yang sesuai dengan standar yang ditetapkan untuk populasi tertentu.

Pertambahan pertumbuhan ditafsirkan dalam konteks potensi genetik untuk anak tertentu. Pertumbuhan normal merupakan cerminan dari keseluruhan kesehatan dan status gizi. Memahami pola pertumbuhan normal memungkinkan deteksi dini penyimpangan patologis (misalnya, kenaikan berat badan yang buruk karena gangguan metabolisme, perawakan pendek karena penyakit radang usus) dan dapat mencegah evaluasi yang tidak perlu pada anak-anak dengan variasi normal pertumbuhan yang dapat diterima (Lifshitz & Cervantes, 1996).

Perawat meningkatkan kesehatan kliennya pada orang sejak masa lahir hingga kematian. Semua orang, berapapun usianya, memiliki kebutuhan perawatan kesehatan yang unik baik pada aspek tingkat perkembangan fisik, intelektual, emosional, sosial budaya spiritual, dan lingkungan. Perawat dalam merencanakan dan memberikan perawatan yang holistik, perlu memahami karakteristik pertumbuhan dan perkembangan yang khas, tugas, dan kebutuhan klien dari segala usia (Taylor, Lillis, LeMone, & Lynn, 2011).

Perkembangan fisik setiap orang telah ditentukan sebelumnya berdasarkan pola warisan genetik pada kromosom. Anak yang belum lahir akan memulai kehidupan dengan karakteristik fisik spesifik. Faktor lingkungan semenjak anak lahir hingga tahun-tahun awal pertumbuhan memberikan pengaruh psikologis awal dan kontak sosial melalui pengalaman positif atau negatif dengan orang tua maupun pengasuh. Sebagai contoh pengaruh lingkungan di sekitar anak dapat berkembang melalui pengasuh secara langsung atau dari keluarga, perkembangan dipengaruhi oleh berbagai macam pengalaman psikososial, kognitif, moral, dan perkembangan spiritual dipupuk melalui interaksi dalam keluarga, sekolah, dan komunitas. Pemahaman berbagai variabel-variabel yang saling terkait ini pada tahapan kehidupan tertentu melalui teori pertumbuhan dan perkembangan manusia (DeLaune & Ladner, 2011).

Pertumbuhan dan perkembangan terjadi secara teratur, berurutan, terus menerus dan kompleks. Semua manusia mengalami pola pertumbuhan dan tingkat perkembangan yang sama, tetapi karena pola dan tingkat ini bersifat individual, variasi yang luas dalam

perubahan biologis dan perilaku dianggap normal. Dalam setiap tingkat perkembangan, capaian pada tahap tertentu yang akan terjadi dapat diidentifikasi misalnya, kapan pertama kali bayi dapat berguling, merangkak, berjalan, atau mengucapkan kata-kata pertamanya. Meskipun pertumbuhan dan pengembangan terjadi secara individual untuk orang yang berbeda, generalisasi tertentu dapat dibuat tentang sifat pengembangan manusia untuk semua orang. Pertumbuhan mempunyai dampak terhadap aspek fisik, sedangkan perkembangan berkaitan dengan fungsi pematangan intelektual dan emosional individu (Taylor et al., 2011).

Tujuan dari perawatan anak adalah untuk memaksimalkan potensi setiap anak. Kita perlu memahami tahap pertumbuhan, perkembangan, dan perilaku normal untuk memantau perkembangan anak-anak, untuk mengidentifikasi keterlambatan atau kelainan dalam perkembangan, dan untuk menasihati orang tua. Selain pengalaman klinis dan pengetahuan pribadi, praktik yang efektif membutuhkan pengetahuan dengan perspektif teoretis utama dan strategi berbasis bukti untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan. Pemahaman bagaimana kekuatan biologis dan sosial berinteraksi dalam hubungan orangtua-anak, dalam keluarga, dan antara keluarga dan masyarakat yang lebih besar. Pertumbuhan adalah indikator untuk kesejahteraan secara keseluruhan, penyakit kronis, dan stres interpersonal dan psikologis. Dengan memantau anak-anak dan keluarga dari masa ke masa, kita dapat mengamati hubungan timbal balik antara pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif, motorik, dan emosional. Memahami model perkembangan akan membantu menjelaskan pola perilaku normal dan membantu dengan pencegahan masalah perilaku (Kliegman et al., 2007).

B. PERTUMBUHAN FISIK ANAK USIA PRASEKOLAH

Tubuh anak usia prasekolah akan tumbuh 6,5 hingga 7,8 cm per tahun. Tinggi rata-rata anak usia 3 tahun adalah 96,2 cm, anak-anak usia 4 tahun adalah 103,7 cm dan rata-rata anak usia 5 tahun adalah 118,5 cm.



Sumber : <https://www.drbatras.com/node/2851>

Pertambahan berat badan selama periode usia prasekolah sekitar 2,3 kg per tahun. Rata-rata berat badan anak usia 3 tahun adalah 14,5 kg dan akan mengalami peningkatan menjadi 18,6 kg pada usia 5 tahun. Tulang akan tumbuh sekitar 5 hingga 7,5 sentimeter per tahun

Lemak bayi yang hilang dan pertumbuhan otot selama tahun-tahun prasekolah menjadikan penampilan anak terlihat lebih kuat dan dewasa. Panjang tengkorak juga bertambah sedikit, dengan rahang bawah menjadi lebih jelas. Rahang atas melebar selama tahun prasekolah sebagai persiapan untuk munculnya gigi permanen, biasanya mulai sekitar usia 6 Tahun (Kyle, 2012; MedlinePlus, 2019).

C. PEMATANGAN SISTEM ORGAN ANAK USIA PRASEKOLAH

Sebagian besar sistem tubuh telah matang pada usia prasekolah. Mielinisasi sumsum tulang belakang memungkinkan untuk kontrol usus dan kandung kemih menjadi lengkap pada sebagian besar anak pada usia 3 tahun.

No	Sistem Organ	Proses Pematangan
1	Pernafasan	– Ukuran struktur pernapasan terus bertambah – Jumlah alveoli terus meningkat, mencapai jumlah orang dewasa sekitar 7 tahun. – Pipa Eustachius relatif pendek dan lurus.
2	Jantung	– Denyut jantung menurun – Tekanan darah sedikit meningkat selama usia prasekolah – Suara Murmur jantung yang bukan kelainan dapat didengar dengan auskultasi – Pemisahan bunyi jantung kedua kadang terdengar dengan jelas.
3	Gigi	– Anak prasekolah harus memiliki 20 gigi sulung pada usia 3 tahun
4	Usus	– Usus kecil terus bertambah panjang. – Buang Air Besar (BAB) sebanyak satu atau dua kali sehari. – Anak usia 4 tahun umumnya memiliki kontrol usus yang sudah baik.
5	Uretra	– Uretra atau Saluran Kencing tetap pendek pada anak laki-laki dan perempuan, membuat mereka lebih rentan terhadap infeksi saluran kemih dibandingkan dengan orang dewasa
6	Kandung Kemih	– Anak biasanya sudah mampu mengontrol kandung kemih, ketika berusia 4 dan 5 tahun, tetapi terkadang kehilangan kontrol khususnya dalam situasi stres atau menegangkan.
7	Tulang dan otot	– Tulang terus bertambah panjang dan otot-otot terus menguat dan menjadi dewasa.
8	Sistem Otot	– Sistem muskuloskeletal masih belum sepenuhnya matang, membuat anak-anak prasekolah rentan terhadap cedera, terutama dengan aktivitas berlebihan.

BAB II

PERKEMBANGAN ANAK USIA PRASEKOLAH



(Sumber : monkeybusinessimages/iStock/Getty Images)

A. PENGERTIAN PERKEMBANGAN

Perkembangan merupakan suatu pola yang teratur terkait perubahan struktur, pikiran, perasaan, atau perilaku yang dihasilkan dari proses pematangan, pengalaman, dan pembelajaran. Perkembangan adalah sebuah proses yang dinamis dan berkesinambungan seiring berjalannya kehidupan, ditandai dengan serangkaian kenaikan, kondisi konstan, dan penurunan. Proses pertumbuhan dan perkembangan manusia berasal dari efek yang saling terkait dari faktor keturunan dan lingkungan. Manusia secara bersamaan mengalami proses tumbuh dan berkembang secara fisik, kognitif, psikososial, dimensi moral, dan spiritual, dengan masing-masing dimensi menjadi bagian penting dari keseluruhan pribadi (Taylor et al., 2011).

Perkembangan anak adalah bagian mendasar dari perkembangan manusia, menekankan bahwa arsitektur otak dibentuk pada tahun-

tahun pertama, dari interaksi warisan genetik dan pengaruh lingkungan di mana anak tinggal (Fraser Mustard, 2009; Shonkoff et al., 2012).

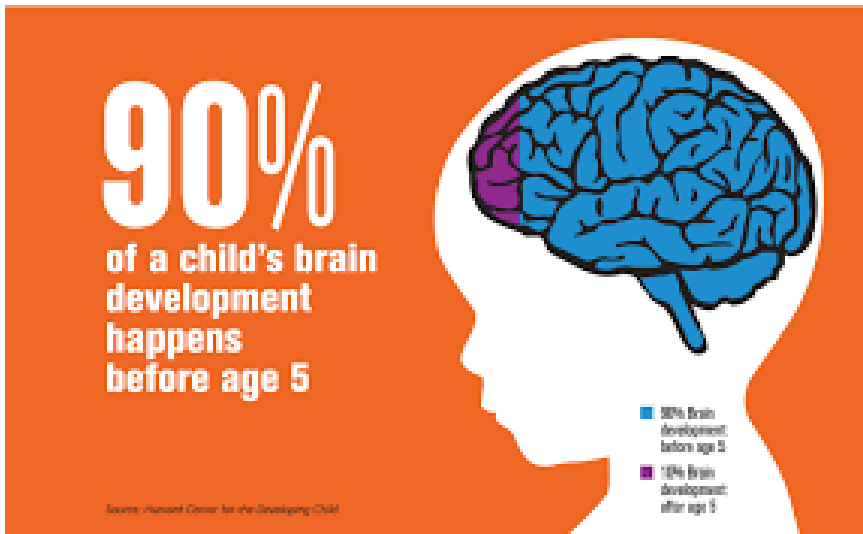
Perkembangan, tingkat fungsi individu seorang anak merupakan dampak dari proses pematangan sistem saraf dan reaksi-reaksi psikologis, tidak semata-mata ditentukan oleh genetika (alam) atau lingkungan (pengasuhan), melainkan oleh kombinasi keduanya. Tinggi badan adalah fungsi dari anugerah genetik anak (biologis), kebiasaan makan (psikologis), dan akses ke makanan bergizi (sosial). (Kliegman et al., 2007).

Perkembangan mengacu pada Perubahan Perilaku terkait kemampuan fungsional seseorang dan keterampilan, yang bersifat kualitatif yang sulit diukur (DeLaune & Ladner, 2011). Perkembangan merupakan sebuah proses yang dinamis dan berkesinambungan seiring berjalannya kehidupan, ditandai dengan serangkaian tahap kenaikan, konstan dan juga tahap penurunan. Proses pertumbuhan dan perkembangan manusia berasal dari berbagai efek yang saling terkait dari faktor keturunan dan lingkungan. Manusia secara bersamaan tumbuh dan berkembang secara fisik, kognitif, psikososial, dimensi moral, dan spiritual, dengan masing-masing dimensi menjadi bagian penting dari keseluruhan pribadi. Perkembangan adalah bertambahnya kemampuan dalam struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam pola yang teratur, termasuk aspek sosial atau emosional akibat pengaruh lingkungan (Taylor et al., 2011).

Pertumbuhan dan perkembangan manusia ditopang oleh proses perubahan. Perubahan pada aspek fisik dapat terjadi sebagai pembentukan jaringan, pembesaran struktur, dan organ serta otot mencapai tingkat penuh kekuatan dan fungsi mereka. Perubahan perkembangan terjadi pada individu baik secara kognitif, keterampilan bahasa, dan sosial. Teori membantu menjelaskan banyak faktor yang membentuk kepribadian kita dan proses yang mempengaruhi pertumbuhan kita. Perkembangan mengacu pada perubahan kualitatif yang dipandang sebagai individu memperoleh keterampilan baru. Proses bahasa dan pemikiran, kapasitas untuk mengembangkan hubungan sosial, dan munculnya kepribadian yang unik adalah semua produk perkembangan manusia. Alat penilaian perkembangan berkemampuan kognitif, dan penilaian psikologis dapat diukur seiring berubah seiring waktu di area ini (Bowden & Greenberg, 2010).

Perkembangan keterampilan dan fungsi anak berlangsung dari yang sederhana hingga yang kompleks dan dari yang umum untuk spesifik. Seorang anak kecil, misalnya, tidak langsung dari belajar bicara ke belajar menulis. Sebagai gantinya, beberapa pencapaian perkembangan lainnya harus terjadi, setiap bangunan berdasarkan pencapaian pada tahap perkembangan sebelumnya, untuk mencapai tahap yang lebih spesifik dan keterampilan yang lebih tinggi. Perkembangan berlangsung secara kepala ke kaki atau cephalocaudal, mode dan secara proximodistal, atau garis tengah ke pinggiran. Misalnya, bayi yang belajar mengangkat kepalanya dan kemudian duduk, merangkak, berjalan, dan berlari berkembang dengan cara sefalokaudal (Bowden & Greenberg, 2010).

B. PERKEMBANGAN OTAK ANAK

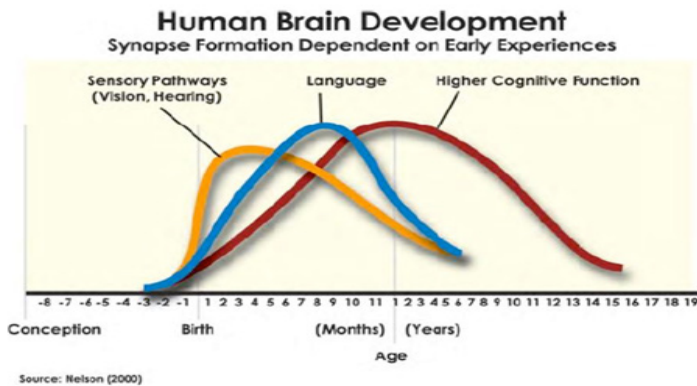


<http://www.woodlandhillsprivateschool.com/programs/preschool/why-is-preschool-important>

Penelitian menunjukkan dampak mendalam dari pengalaman awal pada perkembangan otak (plastisitas saraf) telah menjelaskan hubungan interaksi alam dan pengasuhan. Otak bayi terdiri dari 100 miliar neuron saat lahir, dan masing-masing neuron atau sel saraf berkembang rata-rata 15.000 sinapsis pada usia 3 tahun. Jumlah sinapsis tetap konstan selama dekade pertama kehidupan karena jumlah neuron menurun. Sinapsis pada jalur yang sering digunakan

dipertahankan, sedangkan atrofi lebih jarang ditemukan. Dengan demikian, pengalaman (nurture) memiliki efek langsung pada sifat fisik otak (alam). Anak-anak dengan bakat dan temperamen yang berbeda (alam) juga mendapat rangsangan yang berbeda dari lingkungan mereka (pengasuhan). Pengalaman awal dalam kehidupan anak sangat penting karena pembelajaran berlangsung lebih efisien di sepanjang jalur sinaptik yang sudah mapan (woodlandhillsprivateschool, 2018)

Pengalaman traumatis juga dapat memicu perubahan yang bertahan lama dalam sistem neurotransmitter dan endokrin yang memediasi respons stres, dengan efek yang dicatat di kemudian hari. Tetapi pengalaman, positif atau negatif, jarang menentukan hasil total. Sebaliknya, mereka mengubah probabilitas dengan satu atau cara lainnya, dengan mempengaruhi kemampuan anak untuk merespons secara adaptif terhadap rangsangan di masa depan. Plastisitas otak berlanjut hingga remaja, dengan perkembangan lebih lanjut dari korteks prefrontal, yang penting dalam pengambilan keputusan, perencanaan masa depan, dan kontrol emosional. (Kliegman et al., 2007).



<http://www.woodlandhillsprivateschool.com/programs/preschool/why-is-preschool-important>

Penelitian Neuroscience menunjukkan bahwa perkembangan otak selama 5 tahun pertama lebih cepat, intensif dan sensitif terhadap pengaruh eksternal atau lingkungan. Tahun-tahun pembentukan ini adalah ketika anak-anak membangun fondasi mereka untuk belajar dan kesuksesan masa depan. Dengan mengikuti pendidikan usia prasekolah, Anda dapat memanfaatkan tahap pembelajaran terbaik perkembangan otak anak Anda dan memiliki fasilitator yang terlatih dan berkualitas (Pendidik Pendidikan Dini dalam banyak kasus), yang dapat memaksimalkan hasil pembelajaran. Kualitas pengasuh utama (Ibu atau bapak) dapat memiliki dampak penting bagi pembelajaran anak. Pendidikan prasekolah membantu anak-anak kecil mengembangkan keterampilan fungsi kognitif, motorik, dan fungsi eksekutif yang merupakan dasar membangun kecerdasan intelektual dan kecerdasan emosional yang baik. Lingkungan prasekolah memungkinkan anak-anak untuk mengeksplorasi baik di dalam maupun di luar ruangan, dan yang paling penting adalah dapat memberikan anak-anak kesempatan untuk berinteraksi dengan teman sebayanya dan menstimulasi pertumbuhan / perkembangan sosial dan emosional.

Anak usia prasekolah seringkali dapat membantu mengetahui apakah seorang anak memiliki kebutuhan dan memberikan kesempatan untuk intervensi dini. Intervensi awal membantu untuk merawat kebutuhan anak-anak di tahun-tahun formatif mereka, yang biasanya menghasilkan hasil yang jauh lebih baik daripada jika ditemukan dan diobati di kemudian hari (woodlandhillsprivateschool, 2018).

C. PERKEMBANGAN PSIKOSOSIAL



Menurut Erik Erikson, tugas perkembangan psikososial pada usia prasekolah adalah **Membangun Rasa Inisiatif Versus Rasa Bersalah**, anak usia prasekolah adalah siswa yang ingin tahu, mereka sangat antusias mempelajari hal-hal baru. Anak usia prasekolah merasakan suatu perasaan prestasi ketika berhasil dalam melakukan suatu kegiatan, dan merasa bangga dengan seseorang yang membantu anak untuk menggunakan inisiatifnya. Anak usia prasekolah ingin mengembangkan dirinya melebihi kemampuannya, kondisi ini dapat menyebabkan dirinya merasa bersalah. Tahap pengembangan hati nurani selesai selama periode prasekolah, dan tahap ini merupakan dasar untuk tahap perkembangan moral yaitu anak dapat memahami benar dan salah.

Selama tahap perkembangan sebelumnya, kepercayaan versus ketidakpercayaan, anak-anak hampir sepenuhnya bergantung pada orang lain untuk perawatan dan keamanan mereka. Selama tahap inilah anak-anak membangun dasar kepercayaan pada lingkungan sekitarnya. Namun, ketika mereka maju ke tahap kedua, penting bagi anak-anak kecil untuk mulai mengembangkan rasa kemandirian dan kontrol pribadi.

Ketika mereka belajar melakukan hal-hal baru untuk diri mereka sendiri, mereka membangun rasa kontrol atas diri mereka

sendiri dan juga kepercayaan dasar pada kemampuan mereka sendiri. Mendapatkan rasa kendali pribadi terhadap dunia merupakan sesuatu yang sangat penting pada tahap perkembangan ini. Anak-anak pada usia ini menjadi semakin mandiri dan ingin mendapatkan kontrol lebih besar atas apa yang mereka lakukan dan bagaimana mereka melakukannya (Kyle, 2012).

Pelatihan toilet (*Toilet Training*) memainkan peran utama; belajar mengendalikan fungsi tubuh seseorang mengarah pada perasaan kontrol dan rasa kemandirian. Peristiwa penting lainnya termasuk mendapatkan kontrol lebih besar atas pemilihan makanan, mainan, dan pakaian. Anak-anak dalam tahap perkembangan ini sering merasa perlu untuk melakukan hal-hal secara mandiri, seperti memilih apa yang akan mereka kenakan setiap hari, mengenakan pakaian mereka sendiri, dan memutuskan apa yang akan mereka makan. Walaupun hal ini sering membuat orang tua dan pengasuh merasa frustrasi, ini merupakan bagian penting dari pengembangan rasa kontrol diri dan otonomi pribadi.



Anak-anak yang berhasil menyelesaikan tahap ini merasa aman dan percaya diri, sedangkan mereka yang tidak berhasil dibiarkan dengan rasa tidak mampu dan keraguan diri. Anak-anak yang memiliki kepercayaan pada keterampilan mereka lebih mungkin untuk berhasil dalam tugas-tugas berikutnya seperti menguasai keterampilan sosial, akademik, dan lainnya (Cherry, 2019).

Melakukan toilet training memang harus melihat kesiapan anak secara fisik dan mental serta kesiapan orangtua. Tetapi prosesnya juga tidak boleh terlambat dilakukan. Usia 2-3 tahun harus sudah dikenalkan ke toilet, apa itu BAK dan BAB. Jika sudah lewat dari usia 3 tahun, apalagi ketika akan memasuki masa sekolah, namun belum diberi toilet training, itu akan berpengaruh terhadap perkembangan sosial si kecil. Manfaat toilet training berkaitan dengan kemandirian si kecil. Toilet training juga membuat anak mengetahui bagian-bagian tubuh serta fungsinya. Pada usia 2-3 tahun, umumnya anak lebih siap untuk melakukan toilet training. Berikut ini merupakan cara melatih anak Buang Air Kecil (BAK) dan Buang Air Besar (BAB) mandiri :”Mengajarkan anak balita untuk BAK (Buang Air Kecil) atau BAB (Buang Air Besar) secara mandiri atau bahasa yang lebih trendnya yaitu toilet training itu sebenarnya gampang-gampang susah, tergantung kesabaran dari orangtua atau si pengasuh anak. Dengan toilet training, balita tidak perlu memakai diapers atau popok lagi, dan rumah bersih dari BAK dan BAP anak (ibudanaku, 2014).

1. Mengenalkan pada anak mengenai apa itu BAK dan BAB

Anak usia 2 tahun dapat diajak ke kamar mandi kemudian lepaskan popoknya, ketika duduk di toilet katakan kepada anak “Adik, ayo pipis..” atau “adik mau poop?” dengan terus mengajak anak berkomunikasi, anak akan cepat mengerti

2. Memperhatikan tanda-tanda

Tanda-tanda yang diperlihatkan setiap anak bisa jadi berbeda. Orangtua harus peka mengenali ketika anak mengejan, meremas celananya, menyilangkan kaki, mundur ke pojok, atau bersembunyi. Tandanya dia akan BAK atau BAB.

3. Mengatur pola waktu dan jangan bosan

Ketika anak baru banyak minum dan makan, sesekali tanyakan apakah dia mau BAK atau BAB, mungkin dapat dengan jeda waktu antara setengah jam sampai satu jam setelah minum, tapi untuk BAB mungkin orangtua bisa mengatur waktunya lebih agak lama. Atau bisa juga anak dibiasakan untuk BAB setiap pagi atau sore.

4. Mengajak anak untuk buang air ke toilet setiap akan tidur

Hal ini lama kelamaan akan menjadi suatu kebiasaan buat anak, sehingga anak tahu tempat buang air yang benar.

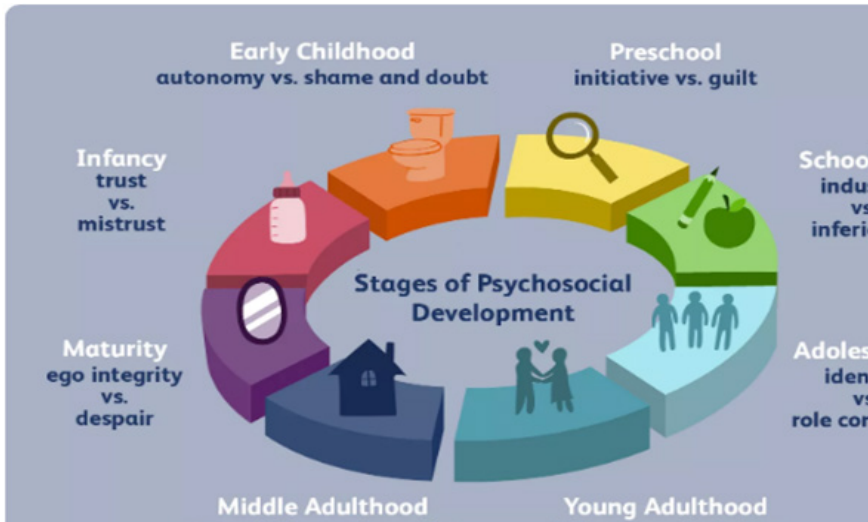
5. Mengurangi frekuensi pemakaian diapers/popok

Di usia satu tahun keatas biasanya anak sudah mulai mengerti tentang cara buang air, jika siang hari biarkan anak tanpa popoknya, biasanya diusia ini anak sudah mulai jarang BAK dan BAB sudah mulai teratur.

6. Jangan mudah menyerah tetapi tidak boleh memaksakan

Setiap anak berbeda dalam hal kesiapannya mempelajari sesuatu, kita hanya mengajarkan dan mengarahkannya. Apapun aktivitas bersama anak, buatlah anak merasa nyaman, jangan memaksakannya.

7. Ketika dalam waktu 2 hingga 4 jam, diapers anak tetap kering itu tandanya anak sudah bisa mulai toilet training.



<https://www.verywellmind.com/erik-eriksons-stages-of-psycho-social-development-2795740>

Inisiatif versus rasa bersalah adalah tahap ketiga dari teori perkembangan psikososial Erik Erikson. Tahap ini terjadi selama tahun-tahun prasekolah, antara usia 3 dan 5. Selama tahap inisiatif versus rasa bersalah, anak-anak mulai menegaskan kekuatan dan kontrol mereka atas dirinya melalui permainan dan interaksi sosial lainnya. Selama dua periode pertama ini, fokusnya adalah anak-anak membentuk rasa percaya pada dunia serta perasaan kemandirian dan otonomi.

Ketika anak-anak memasuki usia prasekolah, mereka memulai tahap ketiga perkembangan psikososial yang berpusat pada inisiatif versus rasa bersalah. Jika mereka telah berhasil menyelesaikan dua tahap sebelumnya, anak-anak sekarang memiliki perasaan bahwa dunia dapat dipercaya dan bahwa mereka dapat bertindak secara mandiri. Sekarang penting bagi anak-anak untuk belajar bahwa mereka dapat mengerahkan kekuatan atas diri mereka sendiri dan dunia. Mereka perlu mencoba berbagai hal sendiri dan mengeksplorasi kemampuan mereka sendiri.

Anak-anak perlu mulai menegaskan kontrol dan kekuasaan atas lingkungan dengan mengambil inisiatif dengan merencanakan kegiatan, menyelesaikan tugas dan menghadapi tantangan. Selama tahap ini, penting bagi pengasuh untuk mendorong penjelajahan dan membantu anak-anak membuat pilihan yang tepat. Pengasuh yang meremehkan kemampuan anak, dapat menyebabkan anak-anak merasa malu pada diri mereka sendiri dan menjadi terlalu bergantung pada bantuan orang lain.

Tahap ini kadang-kadang bisa membuat orang tua merasa gagal karena anak-anak mulai melakukan kontrol lebih besar atas hal-hal yang berdampak pada kehidupan mereka. Keputusan semacam itu dapat berasal dari teman-teman bermainnya, kegiatan yang mereka lakukan, dan cara mereka melakukan peran yang berbeda. Orang tua dan orang dewasa lainnya mungkin ingin membimbing anak-anak dengan teman-temannya, kegiatan, atau pilihan tertentu, tetapi anak-anak mungkin menolak dan bersikeras membuat pilihan mereka sendiri. Meskipun hal ini dapat menyebabkan beberapa pertentangan dengan keinginan orang tua pada waktu-waktu tertentu, penting untuk memberi anak-anak kesempatan untuk membuat pilihan seperti itu. Namun, penting agar orang tua terus menegakkan batasan yang aman dan mendorong anak-anak untuk membuat pilihan yang baik melalui pemberian teladan dan memberikan apresiasi.

Permainan dan imajinasi berperan penting pada tahap ini. Anak-anak memiliki rasa inisiatif yang diperkuat dengan diberi kebebasan dan dorongan untuk bermain. Ketika upaya untuk terlibat dalam permainan fisik dan imajinatif dihambat oleh pengasuh, anak-anak mulai merasa bahwa upaya yang diprakarsai sendiri adalah sumber rasa malu. Anak-anak yang terlalu diarahkan oleh orang dewasa akan berusaha untuk mengembangkan rasa inisiatif dan kepercayaan pada kemampuan mereka sendiri.



Sukses dan Gagal pada tahap selanjutnya, sangat ditentukan sukses di tahap ini. Sedangkan apabila gagal akan menghasilkan rasa bersalah. Apa yang dimaksud Erikson dengan **rasa bersalah**? Pada dasarnya, **anak-anak yang gagal mengembangkan rasa inisiatif pada tahap ini dapat muncul dengan rasa takut mencoba hal-hal baru**. Ketika mereka berupaya langsung melakukan sesuatu yang dituju, mereka mungkin merasa bahwa mereka melakukan sesuatu yang salah. Sementara kesalahan tidak dapat dihindari dalam hidup, anak-anak yang sukses mencapai tahap inisiatif akan memahami bahwa kesalahan terjadi dan mereka hanya perlu mencoba lagi. Sebaliknya, anak-anak yang mengalami kesalahan akan menafsirkan kesalahan sebagai tanda kegagalan pribadi, dan mungkin dibiarkan dengan perasaan bahwa mereka adalah sangat jelek atau buruk (Cherry, 2019).

Tugas orang tua pada tahap perkembangan ini adalah :

1. Orang tua mengetahui bahwa anak usia prasekolah belajar mengendalikan diri melalui interaksi dengan orang lain.
2. Orang tua mulai memberikan informasi pendidikan seks sesuai dengan tingkat pemahaman anak.
3. Orang tua harus membiasakan membacakan buku cerita untuk anak.

D. PERKEMBANGAN KOGNITIF



(Sumber : <http://www.easternct.edu/cece/cognitive/>)

Menurut teori Jean Piaget anak usia prasekolah berada di tahap praoperasi. Pemikiran pra operasi mendominasi selama tahap ini dan didasarkan pada pemahaman dunia yang mementingkan diri sendiri. Pada fase prakonseptual pra operasi berpikir, anak tetap egosentris dan mampu **mendekati masalah hanya dari satu sudut pandang**. Anak usia prasekolah muda memahami konsep penghitungan dan mulai terlibat dalam permainan fantasi atau khayalan. Mereka percaya bahwa pikirannya sangat kuat, fantasi yang dialami melalui pemikiran magis memungkinkan anak-anak prasekolah untuk membuat ruang di dunianya yang nyata.

Melalui khayalan dan pemikiran magis, anak usia prasekolah memuaskan rasa ingin tahu mereka tentang perbedaan di dunia sekitar mereka. Anak usia prasekolah juga sering memiliki teman khayalan. Teman ini berfungsi sebagai cara kreatif bagi anak usia prasekolah untuk mencontoh berbagai kegiatan dan perilaku serta praktik keterampilan berbicara. Terlepas dari imajinasi ini, namun anak usia prasekolah dapat dengan mudah beralih antara fantasi dan kenyataan sepanjang hari.

Anak dalam fase intuitif dapat menghitung 10 atau lebih objek, dengan benar menyebutkan setidaknya empat warna, dan lebih memahami konsep waktu, dan dia tahu tentang hal-hal yang digunakan dalam kehidupan sehari-hari, seperti peralatan, uang, dan makanan. Anak usia prasekolah juga menghubungkan sifat-sifat seperti manusia dengan benda mati. Perolehan keterampilan bahasa pada periode Todler ditingkatkan pada periode prasekolah. Perluasan kosa kata memungkinkan anak usia prasekolah untuk maju lebih jauh dengan pemikiran simbolis. Pada usia ini, anak belum sepenuhnya memahami konsep kematian atau sifatnya permanen. Mereka mungkin bertanya kapan kakek atau nenek mereka yang meninggal akan kembali.

Tempat pendidikan anak usia dini memainkan peran penting dalam mendukung perkembangan kognitif anak-anak. Mereka menyiapkan bahan dan lingkungan secara hati-hati, merencanakan pengalaman pembelajaran, menyediakan perancah sesuai kebutuhan, dan memanfaatkan momen yang dapat digunakan untuk belajar. Orang dewasa dapat membantu anak-anak mengembangkan keterampilan untuk memahami dunia di sekitar mereka dan bersemangat melakukan proses belajar.

Sangat penting bagi pendidik anak usia dini untuk memilih kegiatan yang tepat sehingga balita mengembangkan potensi mereka sepenuhnya. Fakta menunjukkan bahwa periode usia prasekolah sangat penting guna membangun dasar untuk belajar pada periode usia sekolah. Selama masa prasekolah membangun fondasi, anak akan mulai terlibat dalam permainan yang memiliki tujuan. Anak-anak prasekolah mulai membentuk pemahaman baru, saat mereka memperluas pengalaman mereka dengan dunia di sekitarnya.

Anak usia prasekolah sangat ingin belajar, dan **cara terbaik bagi mereka untuk belajar pada usia ini adalah melalui permainan.** Jika Anda bertanya pada diri sendiri bagaimana siswa dapat meningkatkan keterampilan kognitif mereka, berikut ini adalah contoh beberapa kegiatan utama yang dapat dimasukkan ke dalam rutinitas harian Anda untuk mempromosikan pengembangan kognitif anak usia prasekolah: Apakah Anda Ingin mengetahui apa saja kegiatan yang dapat membangun keterampilan kognitif di kelas?

Berikut adalah beberapa contoh untuk membantu siswa meningkatkan keterampilan kognitif mereka.

1. Permainan Pencocokan Memori

Permainan **pencocokan memori** atau **permainan kartu** sederhana memungkinkan anak usia prasekolah bekerja secara intelektual melalui masalah untuk menemukan jawaban atau solusi. Ada ratusan aktivitas pencocokan memori untuk dipilih, tetapi tidak peduli yang mana yang Anda pilih, semuanya melibatkan pengembangan keterampilan yang sama:



(Sumber : <https://www.themeasuredmom.com/free-matching-memory-game-for-kids-transportation/>)

- Identifikasi item atau beberapa item.
- Ingat barangnya.
- Cari item yang cocok.
- Identifikasi kapan kecocokan ditemukan.
- Menemukan pasangan bisa sangat memuaskan dan membuat anak sangat bangga dengan penemuan mereka, itulah sebabnya mengapa banyak anak usia prasekolah menyukai ini.

2. Teka-Teki



Teka-teki memberi anak-anak peluang untuk mengasah keterampilan memecahkan masalah, saat mereka memikirkan bagian mana yang cocok atau tidak. Permainan ini melatih anak usia prasekolah untuk menyelesaikan masalah dan berpikir dengan cara yang lebih logis. Karena hanya ada satu cara untuk memecahkan teka-teki (sepotong cocok atau tidak), permainan ini juga mengajarkan anak bagaimana menjadi pribadi yang lebih sabar. Sebagai seorang pendidik atau pengasuh, berikanlah perhatian ekstra dan dorong anak-anak untuk terus mencari bagian yang tepat jika mereka mulai tidak sabar.

3. Sortifikasi Dan Klasifikasi



Pengkategorian memainkan peran besar dalam perkembangan kognitif anak usia prasekolah. **Melalui sortasi, anak-anak mulai memahami bahwa hal-hal tertentu memiliki persamaan dan perbedaan.** Jenis pemikiran logis ini membentuk dasar untuk konsep matematika masa depan dan bahkan tugas sehari-hari. Pilih aktivitas yang mendorong penyortiran dan mengklasifikasikan item, seperti **menyortir mainan berdasarkan warna, jenis atau ukuran.**

4. Pengurutan



Anak usia prasekolah biasanya menggunakan rutinitas mereka sendiri untuk memahami peristiwa dan mengingat urutan. Mereka

memahami waktu secara umum (misalnya, “kemarin” bisa berarti sesuatu yang terjadi kapan saja di masa lalu), tetapi dapat bekerja pada keterampilan urutan mereka untuk mengembangkan rasa waktu yang lebih baik. Misalnya, Anda bisa meminta anak usia prasekolah untuk menggambar urutan rutinitas pagi Anda dengan urutan yang benar. Sebagai seorang pendidik, ingatlah untuk menekankan urutan kata-kata seperti, pertama, mulai, selesai, berikutnya, terakhir, lalu, sebelum, setelah, dll. Sehingga mereka menjadi bagian dari kosakata anak prasekolah.

Anak-anak prasekolah biasanya menggunakan rutinitas mereka sendiri untuk memahami peristiwa dan mengingat urutan. Mereka memahami waktu secara umum (misalnya, “kemarin” bisa berarti sesuatu yang terjadi kapan saja di masa lalu), tetapi dapat bekerja pada keterampilan urutan mereka untuk mengembangkan rasa waktu yang lebih baik.

Misalnya, Anda bisa meminta anak prasekolah untuk menggambar urutan rutinitas pagi Anda dengan urutan yang benar. Sebagai seorang pendidik, ingatlah untuk menekankan urutan kata-kata seperti, pertama, mulai, selesai, berikutnya, terakhir, lalu, sebelum, setelah, dll. Sehingga mereka menjadi bagian dari kosakata anak prasekolah. Orang tua perlu mengetahui bahwa anak-anak pada usia prasekolah, mereka belajar sesuatu melalui penggunaan kata “Mengapa.”

E. PERKEMBANGAN MORAL DAN SPIRITUAL



(<https://www.verywellfamily.com/a-guide-to-the-moral-development-of-preschoolers-4144880>)

Anak usia prasekolah dapat memahami konsep benar dan salah dan sedang mengembangkan hati nurani. Suara batin yang

memperingatkan atau mengancam berkembang saat usia prasekolah. Kohlberg mengidentifikasi tahap ini (antara 2 dan 7 tahun) sebagai tahap prakonvensional, yang ditandai dengan orientasi hukuman-dan-kepatuhan (Kohlberg, 1984). Anak usia prasekolah mereka tunduk pada kekuasaan (orang dewasa). Standar moral anak adalah standar orang tua mereka atau orang dewasa lain yang memengaruhi mereka, belum tentu milik mereka sendiri. Anak usia prasekolah mematuhi standar-standar itu untuk mendapatkan hadiah atau menghindari hukuman. Sejak usia prasekolah anak menghadapi tugas psikososial inisiatif versus rasa bersalah, wajar bagi anak untuk mengalami rasa bersalah ketika terjadi kesalahan. Anak itu mungkin memiliki keyakinan kuat bahwa jika seseorang sakit atau sekarat, maka hal itu karena kesalahan dan penyakit atau kematian itu adalah hukuman (Ford, 2007).

Seiring perkembangan moral anak, ia belajar bagaimana menghadapi perasaan marah. Terkadang cara yang dipilih anak untuk menghadapi perasaan itu mungkin tidak pantas, seperti berkelahi dan menggigit. Anak usia prasekolah sangat sering berimajinasi dan berfantasi (Brazelton & Sparrow, 2008). Anak usia prasekolah juga menggunakan pengalaman hidup mereka yang terbatas untuk membuat merasakan dan membantu mereka mengatasi krisis. Mereka perlu mempelajari batasan perilaku yang dapat diterima secara sosial dan juga mempelajari imbalan sopan santun. Anak usia prasekolah mulai membantu dalam keluarga dan mulai memahami konsep memberi dan menerima hubungan (Ford, 2007).

Imajinasi anak usia prasekolah memungkinkan segala sesuatu menjadi mungkin, jadi dia tidak memiliki pandangan logis tentang hal itu (seperti yang dilakukan orang dewasa). Anak usia prasekolah memiliki pengalaman hidup yang terbatas, sehingga mereka dapat memproyeksikan perasaan kepada orang atau situasi baru. Mereka dapat menggunakan proyeksi ini untuk membantu memahami apa yang terjadi di sekitar mereka. Anak usia prasekolah dapat memproyeksikan orang tua mereka atau perasaan atau karakteristik pengasuh terhadap "Tuhan": jika ibu marah, maka Tuhan mungkin juga marah. Keyakinan agama keluarga dapat memengaruhi pola makan anak, cara mendisiplinkan yang digunakan orang tua, dan bahkan bagaimana pandangan orang tua terhadap anak mereka. Perawat perlu mengetahui tentang praktik doa atau ibadah keluarga, hal ini dapat digunakan untuk memfasilitasi pelaksanaan kegiatan ibadah selama anak sakit atau dirawat di rumah sakit (Ford, 2007).

Anak akan mengembangkan rasa moralitas, prinsip-prinsip yang mempengaruhi cara ia memperlakukan orang lain dan bagaimana ia memandang keadilan. Keyakinan inti, temperamen, dan pengalaman hidupnya hanyalah beberapa hal yang akan memengaruhi moralitasnya. Setiap hari, anak usia prasekolah dikelilingi oleh teman-teman dan situasi yang akan memandu perkembangan moralnya, diantaranya adalah teman bermain di sekolahnya atau alur cerita di acara TV favorit akan membentuk pandangan anak. Sebagai orang tua, Anda mungkin ingin memiliki pengaruh pada bagaimana ia mengembangkan rasa benar versus rasa bersalah dan menanamkan nilai-nilai yang Anda anggap penting. Namun, tidak selalu mudah untuk mengetahui pada usia berapa yang tepat untuk membimbing anak Anda secara moral atau bahkan bagaimana memulainya (Kyle, 2012).

Apa yang Orang Tua Harus Ketahui Tentang Perkembangan Moral anak pada usia 2 tahun, anak-anak mulai merasakan emosi dan memahami setidaknya ada perbedaan antara apa yang benar dan apa yang salah. **Todler dan anak usia prasekolah termotivasi oleh konsekuensi dari ancaman, oleh karena itu sejak awal perkembangan moral mereka, dapat diamati bahwa mereka sangat memperhatikan tentang hukuman daripada perasaan orang lain.** Anak Anda mungkin mulai menunjukkan tanda-tanda empati, jika ia melihat anak lain yang sedang kesal. Akan tetapi empati seringkali tidak berkembang sampai anak mendekati usia 4 atau 5 tahun. Jangan khawatir jika anak Anda sepertinya tidak peduli jika dia menyakiti orang lain, dengan bimbingan dari Anda, empati anak akan datang pada waktunya.

Bagaimana cara mengenali pilihan-pilihan moral yang dibuat oleh anak usia prasekolah. Berikut adalah beberapa keputusan moral yang mungkin dihadapi oleh anak usia prasekolah:

- Apakah saya membagikan mainan saya dengan teman walaupun saya tidak mau?
- Apakah saya akan memukul teman yang tidak mau bermain dengan saya?
- Haruskah saya merebut mainan kakak saya, karena saya ingin bermain dengannya?
- Apakah saya tidak mau antri karena saya tidak ingin menunggu giliran saya?
- Apakah saya mengambil kue ketika ayah saya tidak melihat?

Ketika anak Anda sering melanggar kode moral yang sudah Anda tetapkan, kondisi ini merupakan kesempatan untuk membantunya untuk belajar. Strategi disiplin yang Anda gunakan, dikombinasikan dengan strategi proaktif yang Anda gunakan untuk mengajarnya hal yang benar dan salah, akan memandu perkembangan moral anak usia prasekolah.

Penelitian menunjukkan anak-anak mulai memahami kisah moral sekitar usia 5 atau 6 tahun. Namun, anak usia prasekolah kurang mampu memahami pelajaran hidup dari sebuah cerita tentang orang lain. Konsepnya terlalu abstrak. Jadi, yang penting untuk bersikap konkret tentang moral. Katakan hal-hal tertentu seperti, **“Kami tidak mengambil barang milik orang lain karena mengambil barang yang bukan milik kami adalah perbuatan yang salah.** Hal tersebut dapat menyakiti perasaan orang lain ketika kami melakukan hal itu dan pekerjaan kami adalah bersikap baik kepada orang lain, tidak mengambil hak milik mereka. “

Ketika pemahaman moral anak Anda meningkat, mulailah memintanya untuk mengidentifikasi pelajaran hidup dalam sebuah cerita. Baca buku dan saksikan cerita dengan berbagai pelajaran moral dan periksa pemahaman anak Anda tentang bagaimana dia bisa menggeneralisasikan pelajaran itu ke dalam hidupnya sendiri.

Selain itu, pantau dengan cermat apa yang anak yang dilihat oleh anak Anda. Misalnya apa yang dilihat dari acara televisi, buku, youtube, facebook, instagram atau video game yang melanggar kode moral, dapat memiliki pengaruh negatif pada anak usia prasekolah apabila orang tua tidak mengajarkan pada anak hal yang benar sesuai nilai moral yang baik.



(Sumber : <https://pikstagram.org/media/Bz2Woo6Bd4f>)

Ketika anak usia prasekolah melanggar kode moral dengan menyakiti orang lain, ia harus memiliki reaksi emosional terhadapnya, dan sementara rasa bersalah adalah tanda hati nurani yang sehat. Rasa bersalah berasal dari pemikiran, "Saya melakukan hal yang buruk." Sebagai orang tua, Anda ingin membimbing agar anak merasa bersalah daripada malu. Seorang anak yang merasa bersalah mungkin menyadari dia masih orang baik yang mampu membuat pilihan yang lebih baik di masa depan.

Rasa bersalah adalah reaksi normal dan sehat. Hal ini berarti anak Anda menyesali apa yang telah ia lakukan dan hal itu dapat memotivasi dia untuk menebus kesalahannya. Perasaan bersalah juga dapat mencegahnya melakukan kesalahan yang sama di masa depan. Malu, di sisi lain, dapat menyebabkan anak Anda percaya bahwa ia tidak mampu melakukan hal yang benar, dan hal itu mungkin memakan banyak keputusan yang dia buat dalam hidup. Seorang anak yang merasa malu, misalnya, mungkin tidak menentang tekanan teman sebaya atau mungkin tidak membela dirinya sendiri ketika hak-haknya dilanggar.

Tegurlah Anak Anda apabila memilih hal yang buruk, Anda dapat mempengaruhi apakah anak Anda merasa malu atau bersalah setelah dia melakukan kesalahan. Jika Anda mengungkapkan kemarahan pada anak ia akan lebih cenderung merasa malu, jadi hindarilah menegur karakter anak Anda dengan mengatakan hal-hal seperti, "Anak nakal!" Atau "Saya sangat kecewa dengan Kamu." Sebaliknya, fokuslah pada perbuatan anak Anda dengan mengatakan hal-hal seperti, "Nak, Kamu membuat pilihan yang buruk," atau "Saya Sangat kecewa dengan pilihan buruk yang kamu buat."

Selain itu, perbaiki perilaku anak Anda, bukan melampiaskan emosi. Jadi, alih-alih mengatakan, "Berhentilah menjadi marah," atau "Tidak ada yang perlu disesalkan," Ingatkan orang tua bahwa **mengajarkan agama dengan memberikan contoh merupakan pendekatan terbaik untuk anak usia prasekolah.**

F. PERKEMBANGAN KETERAMPILAN MOTORIK KASAR

Keterampilan motorik kasar (fisik) adalah keterampilan yang membutuhkan gerakan seluruh tubuh dan yang melibatkan otot-otot besar untuk melakukan fungsi sehari-hari, seperti berdiri dan berjalan, berlari dan melompat, dan duduk tegak di meja. Keterampilan koordinasi mata-tangan seperti keterampilan bola (melempar,

menangkap, menendang) serta mengendarai sepeda atau skuter dan berenang (childdevelopment, 2019).

Ketika sistem muskuloskeletal anak prasekolah terus matang, keterampilan motorik yang ada menjadi lebih baik dan yang baru berkembang. Anak usia prasekolah memiliki kontrol yang lebih besar atas gerakannya dan kurang grogi daripada anak balita. Perbaikan yang signifikan pada aspek keterampilan motorik terjadi selama periode usia prasekolah.



(<https://www.parentingclub.co.id/smart-stories/7-tahap-perkembangan-motorik-anak>)

Keterampilan Motorik Kasar Anak prasekolah gesit sambil berdiri, berjalan, berlari, dan melompat. Dia bisa naik, turun tangga dan berjalan maju dan mundur dengan mudah. Berdiri berjinjit atau dengan satu kaki masih membutuhkan konsentrasi ekstra. Anak usia prasekolah tampaknya berada pada gerakan konstan. Ia juga menggunakan tubuh untuk memahami konsep-konsep baru (seperti menggunakan lengan dalam gerakan “menenggak”

Mengapa keterampilan motorik kasar penting? Keterampilan motorik kasar penting untuk memungkinkan anak-anak melakukan fungsi sehari-hari, seperti berjalan dan berlari, keterampilan bermain (mis. Memanjat) dan keterampilan olahraga (mis. Menangkap, melempar dan memukul bola dengan tongkat). Namun, hal ini sangat penting untuk keterampilan perawatan diri sehari-hari seperti berpakaian (di mana Anda harus bisa berdiri dengan satu kaki untuk meletakkan kaki Anda ke kaki celana tanpa terjatuh) dan memanjat masuk dan keluar mobil atau bahkan masuk dan keluar tempat tidur.(childdevelopment, 2019)

Kemampuan motorik kasar juga memiliki pengaruh pada fungsi sehari-hari lainnya. Sebagai contoh, kemampuan anak untuk mempertahankan postur berdiri tegak. Apabila tidak terpenuhi maka akan mempengaruhi kemampuan mereka untuk berpartisipasi dalam keterampilan motorik halus (misalnya menulis, menggambar dan memotong) dan duduk tegak untuk menghadiri pelajaran di kelas, yang kemudian berdampak pada proses pembelajaran akademik mereka. Keterampilan motorik kasar berdampak pada daya tahan Anda untuk menghadapi satu hari penuh sekolah (duduk tegak di meja, bergerak di antara ruang kelas, membawa tas sekolah yang berat). Mereka juga memengaruhi kemampuan Anda untuk bergerak di lingkungan Anda (mis. Berjalan-jalan di sekitar barang-barang kelas seperti meja, menaiki bukit taman bermain yang miring atau untuk naik turun eskalator yang bergerak). Tanpa keterampilan motorik kasar yang seimbang, seorang anak akan banyak berusaha keras untuk melakukan tugas sehari-hari seperti makan, merapikan mainan mereka, dan buang air kecil atau buang air besar (childdevelopment, 2019).

Ada banyak keterampilan motorik kasar pada periode usia pra sekolah fisik yang berkembang selama bermain menggunakan motorik kasar seperti:

1. Mengembangkan koordinasi otot besar melalui aktivitas yang memungkinkan untuk menarik, melempar, menangkap, dan menendang.
2. Mengembangkan keterampilan bepergian dan keterampilan gerak motorik untuk bermanuver di lingkungan mereka dan dalam kelompok besar.
3. Mengembangkan keterampilan mengendalikan otot dan menyeimbangkan melalui aktivitas seperti berjalan, melompat-lompat, berlari, memanjat, meraih, dll.
4. Mengembangkan koordinasi mata-tangan

Tugas orang tua pada tahap perkembangan motorik kasar adalah :

1. Memberikan pujian pada anak ketika mampu melakukan aktivitas secara mandiri
2. Mengecek lingkungan rumah untuk keselamatan sebagai balita, karena aktivitas fisiknya lebih banyak.
3. Menyediakan lingkungan yang aman untuk bermain dan eksplorasi.



<https://www.preschool-plan-it.com/preschool-gross-motor-skills.html>

G. KETERAMPILAN MOTORIK HALUS

Keterampilan motorik halus berbeda dari keterampilan motorik kasar, Keterampilan motorik halus diperlukan untuk banyak aspek perawatan diri seperti anak-anak, misalnya: mengenakan sepatu, makan sendiri, membersihkan gigi sendiri. Perkembangan motorik halus merupakan komponen penting dari kesejahteraan anak-anak. Sejak lahir hingga usia anak delapan tahun, anak-anak secara terus-menerus mendapatkan, memperbaiki, dan menggabungkan fungsi dan keterampilan motorik mereka dan mengintegrasikan keterampilan mereka.

Perkembangan motorik halus memiliki implikasi penting bagi keterlibatan anak-anak dalam seni rupa, menggambar, dan pengalaman menulis yang muncul. Menulis adalah proses kompleks yang membutuhkan pengembangan bahasa, informasi visual, pengetahuan huruf alfabet, pengetahuan kata dan konsep cetak, untuk beberapa nama. Kontrol motorik untuk menghasilkan teks melalui menggambar, membuat tanda dan representasi simbol dari huruf sangat penting dalam mengkomunikasi pesan. Pengembangan motorik halus sangat penting dalam mengembangkan kemampuan membuat tanda dan

menulis secara efektif, sehingga pesan dapat dikomunikasikan (State Government of Victoria, 2018).

Anak berusia 3 tahun dapat menggerakkan masing-masing jari secara independen dan mampu menggenggam peralatan dan krayon seperti cara orang dewasa, dengan ibu jari satu sisi dan jari-jari di sisi lain. Ia juga dapat menulis dengan bebas, menyalin lingkaran, menelusuri kotak, dan makan sendiri tanpa banyak makanan yang ditumpahkan. Sekitar usia 3 hingga 4 tahun, anak-anak mulai menggunakan ritsleting dan kancing, dan terus mendapatkan kemandirian dalam berpakaian dan membuka pakaiannya sendiri. Pada usia ini, anak-anak juga dapat mulai menggunakan gunting untuk memotong kertas. Pengasuh harus yakin untuk memberikan anak-anak gunting “anak” yang tumpul untuk alasan keamanan (Oswalt, 2019).

Anak berusia 3 hingga 4 tahun terus mengasah keterampilan makan mereka dan dapat menggunakan peralatan seperti garpu dan sendok. Anak juga dapat menggunakan alat tulis yang lebih besar, seperti krayon, dalam pegangan menulis daripada hanya menggenggam mereka dengan kepalan tangan mereka. Mereka juga dapat menggunakan gerakan memutar dengan tangan mereka, berguna untuk membuka kenop pintu atau memutar tutup wadah. Karena anak-anak sekarang dapat membuka wadah dengan tutup, pengasuh harus memastikan bahwa zat-zat berbahaya seperti pembersih dan obat-obatan disimpan jauh dari jangkauan di area yang terkunci untuk mencegah keracunan yang tidak disengaja (Oswalt, 2019).

Selama usia 4 hingga 5 tahun, anak-anak terus mengasah keterampilan motorik halus dan membangun keterampilan sebelumnya. Misalnya, mereka sekarang dapat mengancingkan dan membuka kancing pakaian mereka sendiri. Keahlian artistik mereka meningkat, dan mereka dapat menggambar figur tongkat sederhana dan menyalin bentuk seperti lingkaran, kotak, dan huruf besar. Namun, menggambar bentuk yang lebih rumit mungkin membutuhkan waktu lebih lama. Anak dapat menulis surat, memotong kertas dengan gunting secara akurat, dan mengikat tali sepatu.

Berikut ini merupakan 15 Aktivitas Menyenangkan Untuk Melatih Motorik Halus Anak. Banyak orang tua menginginkan buah hatinya bisa menulis secepatnya. Namun terkadang mereka kurang mempersiapkan buah hatinya dengan baik. Beberapa anak mungkin sudah mengenal bentuk-bentuk huruf dengan baik, namun karena

kemampuan motorik halus mereka tidak terasah dengan baik, maka memegang pensil saja mereka masih terlihat sangat kaku. Ada banyak aktivitas menyenangkan yang bisa melatih motorik halus anak, supaya otot-otot jari menjadi kuat, otot tangan berfungsi dengan baik, serta lentur menggerakkan jemari mereka. Ada banyak aktivitas menyenangkan yang bisa dilakukan oleh anak-anak berusia 3-5 tahun agar mereka memiliki kemampuan motorik halus yang baik.(Kak Zepe, 2016).

1. Menggunting kertas

Sebelum memulai aktivitas ini, kita perlu mengajarkan anak cara memegang gunting yang benar. Cara memegang gunting yang benar adalah ibu jari dan jari tengah masuk ke dalam kedua lubang gunting. Jari telunjuk berada di bagian luar agar posisinya stabil saat gunting digerakkan. Sedangkan kedua jari lainnya menekuk ke arah telapak tangan. Posisi yang benar akan membantu proses penguatan otot-otot jemari sehingga kita perlu memperhatikan hal ini.

2. Melipat kertas

Kemampuan ini berguna untuk menguatkan otot-otot telapak tangan dan jemari tangan, terutama saat anak melipat dan menekan lipatan. Aktivitas ini bisa dimulai dengan lipatan sederhana, misalnya dengan membentuk bangun datar, membuat amplop, tempat foto, dan lainnya.

3. Memutar koin

Kita bisa membuat kompetisi memutar koin. Mereka yang bisa memutar koin paling lama akan menjadi pemenang. Atau kita bisa mengajak anak untuk memutar koin di atas meja. Sehingga mereka yang bisa memutar koin tanpa membuat koin keluar atau jatuh dari atas meja akan mendapatkan *reward*. Hal ini akan memacu mereka untuk memutar sekencang-kencangnya. Aktivitas ini berguna untuk melenturkan otot kecil pada jari tangan.

4. Menghubungkan titik-titik

Kita bisa mengajak anak untuk menghubungkan titik-titik dengan urutan yang benar (biasanya diurutkan berdasarkan nomor atau huruf), sehingga pada akhirnya akan membentuk gambar benda, hewan, dan lainnya. Selain latihan jemari tangan, aktivitas ini juga akan menguatkan otot lengan anak. Usahakan anak melakukan aktivitas ini di atas meja, agar otot lengan anak bisa bekerja dengan

lebih fleksibel.

5. Menjiplak

Buatlah sebuah bangun, misalnya bentuk bintang, di atas sebuah kertas karton. Lalu gunting bentuk bintang tersebut. Kita minta anak untuk menggambar bintang menggunakan jiplakan yang telah kita buat. Kemudian kita bisa meminta mereka menghiasi atau mewarnai bentuk-bentuk bintang yang telah selesai mereka buat. Bentuk-bentuk benda bisa divariasi dengan bentuk-bentuk yang lain, misalnya bulan, awan, rumah, dan lainnya.

6. Meronce

Kekuatan dan kelenturan otot jari tengah, telunjuk, dan jempol sangat penting agar bisa memegang pensil dengan benar. Aktivitas ini bisa membantu untuk menguatkan tiga jari itu. Kita hanya meminta anak memasukkan manik-manik ke dalam sebuah benang untuk membuat sebuah kalung.

7. Menempel bentuk

Kegiatan ini bisa diawali dengan menggunting bentuk-bentuk atau kita sudah menyiapkan beberapa bentuk berbahan kertas. Setelah itu kita bisa meminta anak untuk menempelkan bentuk-bentuk tersebut di atas sehelai kertas untuk selanjutnya akan dihiasi dan diwarnai.

8. Bermain *playdough* atau *wax*

Permainan terkesan lebih bebas. Bisa kita berikan di saat jam istirahat. Biarkan mereka bermain sesuka mereka untuk membuat benda-benda seturut dengan imajinasi mereka. Selain bermain *playdough*, aktivitas yang serupa dengan ini adalah **“Membuat Aneka Kreasi dengan Kertas Bekas dan Jiplakan”**



<https://www.education.vic.gov.au/childhood/professionals/learning/ec literacy/emergentliteracy/Pages/finemoto.aspx#link100>

9. Menyobek dan mendaur ulang kertas

Aktivitas ini dimulai dengan meminta anak untuk menyobek kertas menjadi sobekan-sobekan kecil. Lalu memasukkannya ke dalam sebuah baskom berisi air. Selanjutnya anak akan meremas-remas kertas berair itu sampai lembut. Aktivitas ini juga mampu menguatkan otot jari-jari anak.

10. Menggambar dan mewarnai

Aktivitas ini merupakan favorit anak-anak. Anak-anak kita minta untuk menggambar pemandangan atau gambar lainnya, lalu kita meminta mereka untuk mewarnainya. Selain itu, kita juga bisa meminta mereka untuk mewarnai gambar. Gambar-gambar bertipe “gambar garis” bisa banyak kita temukan di *internet*.

11. Memecahkan plastik bergelembung pembungkus barang

Plastik bergelembung ini biasa kita temukan sebagai pembungkus benda-benda pecah belah. Namun kita bisa membelinya di toko-toko plastik atau kardus. Kita minta anak untuk memecahkan gelembung dengan jari berurutan. Misalnya kita berikan satu lembar plastik yang berisi 50 gelembung. Kita minta anak memecahkan gelembung-gelembung itu dengan jari yang berbeda, tiap jari harus berhasil memecahkan 10 gelembung.

12. Memindahkan barang dengan jepitan jemuran

Barang-barang yang bisa dipindahkan adalah benda-benda yang ukurannya lebih kecil dari penjepit jemuran itu. Kita bisa meminta anak untuk memindahkan pensil, penghapus, spidol, dan benda lainnya dengan penjepit baju dari satu tempat ke tempat lainnya.

13. Memasang tali Sepatu

Agar permainan ini lebih menarik, kita bisa memakai aktivitas ini menjadi sebuah kompetisi. Kita minta siswa membentuk dua baris. Setiap anak harus berhasil memasukkan tali sepatu dan mengeluarkannya lagi dengan cepat dan cara yang benar

14. Mainan Menjahit

Mainan ini biasanya berbentuk sepasang baju yang sama dan memiliki lubang di dekat permukaannya. Letak lubang pada “baju” tersebut juga sama. Dua pasang “baju” itu harus disatukan dengan seutas benang.

15. Menyusun balok dan puzzle

Mainan ini banyak dijual di toko-toko mainan. Permainan ini sudah sangat umum dimainkan di TK dan sudah menjadi properti mainan wajib yang harus dimiliki sekolah.

H. PERKEMBANGAN SENSORIK

Pendengaran utuh saat lahir dan harus tetap demikian sepanjang usia prasekolah. Indera penciuman dan sentuhan terus berkembang sepanjang tahun-tahun prasekolah. Anak usia prasekolah yang masih muda mungkin memiliki indera perasa yang tidak terlalu membedakan daripada anak yang lebih besar, **mereka berisiko lebih tinggi untuk menelan benda asing secara tidak sengaja**. Ketajaman visual terus mengalami kemajuan dan harus sama secara bilateral. Pada usia 5 tahun memiliki ketajaman visual 20/40 atau 20/30. Penglihatan warna masih utuh pada usia ini.



(<https://parenting.dream.co.id/ibu-dan-anak/pilih-permainan-sensorik-yang-merangsang-perkembangan-si-kecil-1702286.html>)

Permainan sensorik bisa menciptakan kesenangan dan pengalaman belajar yang kreatif untuk buah hati. Anak-anak akan belajar keterampilan penting seperti memecahkan masalah dan berpikir kreatif. Caranya, dengan memanfaatkan benda-benda yang ada di rumah. Justru dengan memanfaatkan barang yang selalu digunakannya anak akan lebih mengerti. Permainan ini punya efek dahsyat bagi kemampuan kognitif, linguistik dan sosial anak. Berikut ini adalah contoh permainan sensorik menurut (Nugraheni, 2017) :

1. Merangsang kemampuan linguistik

Ketika anak-anak diberikan barang-barang untuk bermain, mereka belajar mengetahui makna dari sebuah kata baru. Contohnya “ keras” . Anak akan tahu artinya dan mungkin akan mengambil benda yang teksturnya keras tanpa berpikir banyak. Mungkin kata tersebut sulit untuk diartikan oleh anak-anak, tapi anak dapat mengetahui maksudnya. Kumpulkan benda-benda di rumah beragam tekstur, keras, lembek, lunak, lembut. Biarkan anak memilih barang sesuai instruksi tekstur yang diberikan oleh Anda. Ajarkan mana benda yang keras, kasar, lembek, lembut

2. Membangun kemampuan kognitif

Apakah pernah menyuruh buah hati membangun sesuatu dari balok-balok kayu? Kalau belum, cobalah. Karena hasilnya sangat menakjubkan. Hal itu mengajarkan mereka untuk membuat keputusan, memecahkan masalah, dan berpikir kreatif ketika memiliki kesempatan. Tak perlu produk balok yang mahal, bisa juga memanfaatkan tumpukan boks bekas di rumah.

3. Mendorong bersosialisasi

Permainan sensorik mendorong anak untuk berkerjasama. Mereka bisa membangun koneksi, mengembangkan kemampuan berbicaranya, belajar bergiliran, mengekspresikan diri, dan berkolaborasi dengan yang lain. Saat di rumah, coba buat antrian mengambil minum atau makan. Libatkan ayah, sepupu atau kakek dan nenek. Mintalah mereka membuat antrian saat mengambil cemilan atau makanan.

4. Untuk kesehatan fisik

Semua anak berkembang dengan caranya sendiri. Ada yang bergerak cepat, ada juga yang bergerak lambat. Permainan sensorik adalah cara yang tepat untuk mengembangkan kemampuan motoriknya. **Lompat kodok, main bola, atau berjalan mengikuti garis akan sangat seru dan melatih fisiknya.** Jangan lupa untuk sering-sering mengajaknya main di luar rumah dan bertemu dengan banyak teman sebayanya. Hal ini akan sangat berdampak positif pada perkembangan kognitif dan sosialnya.

I. PERKEMBANGAN KOMUNIKASI DAN BAHASA



<https://www.under5s.co.nz/shop/Hot+Topics+Articles/Child+Development/Speech+development+in+preschool+children.html>

Akuisisi bahasa memungkinkan anak usia prasekolah untuk mengekspresikan pikiran dan kreativitas. Periode usia prasekolah merupakan masa penyempurnaan keterampilan bahasa. Anak berusia 3 tahun menggunakan kalimat pendek yang hanya berisi informasi penting. Kosakata pada anak usia 3 tahun terdiri dari sekitar 900 kata. Anak usia prasekolah dapat memperoleh sebanyak 10 hingga 20 kata baru per hari dan pada usia 5 tahun biasanya memiliki kosakata 2.100 kata (Taylor et al., 2011).

Pada akhir periode usia prasekolah, anak menggunakan kalimat yang terstruktur seperti orang dewasa. Anak usia 3 hingga 6 tahun mulai mengembangkan kemampuan untuk menghubungkan suara, suku kata, dan kata-kata saat berbicara. Awalnya, anak terlihat gagap. Anak mungkin mengatakan konsonan berulang atau “um.” Gagap biasanya timbul antara usia 2 dan 4 tahun, dan sekitar 75% anak-anak akan pulih darinya tanpa terapi (Prasse & Kikano, 2008). Orang tua harus memperlambat bicara mereka dan harus memberi anak waktu untuk berbicara tanpa terburu-buru atau menyela. Beberapa suara

tetap sulit diucapkan bagi anak-anak usia prasekolah dengan benar seperti : “f,” “v,” “s,” dan “z” biasanya dikuasai pada usia 5 tahun. tahun, tetapi beberapa anak tidak menguasai suara “sh,” “l,” “th,” dan “r” sampai usia 6 atau lebih.

Komunikasi pada anak usia prasekolah bersifat konkret, karena mereka belum mampu berpikir abstrak. Meskipun konkret alam, komunikasi anak usia prasekolah bisa sangat rumit dan terlibat; dia mungkin berbicara tentang mimpi dan fantasi. Selain memperoleh kosa kata dan mempelajari penggunaan tata bahasa yang benar, keterampilan bahasa reseptif anak usia prasekolah juga menjadi halus. Anak usia prasekolah sangat selaras dengan suasana hati orang tua dan mudah menangkap emosi negatif dalam percakapan. **Jika anak usia prasekolah mendengar orang tua membahas hal-hal yang menakutkan bagi anak, imajinasi anak prasekolah dapat memicu perkembangan ketakutan dan mengarah pada salah tafsir atas apa yang telah didengar anak itu.**

Kekhawatiran umum bagi orang tua adalah perkembangan bicara dan bahasa pada anak usia prasekolah mereka. Variasi dalam perkembangan dari satu anak ke anak lain dapat ada karena lingkungan, genetika, kesehatan, dan kebutuhan khusus. Pada anak usia prasekolah, kemampuan berbahasa merupakan suatu hal yang sangat penting karena dengan bahasa yang digunakan, seorang anak prasekolah dapat berkomunikasi dengan temantemannya atau orang-orang dewasa di sekitarnya. Bahasa juga membantu anak prasekolah untuk meminta dan meraih apa yang diinginkan, mampu menjaga diri, serta melatih kontrol diri (Bawono, 2017).

J. PERKEMBANGAN EMOSIONAL DAN SOSIAL



(Sumber :

<https://www.paud.id/2015/09/ciri-perkembangan-emosional-anak.html>

Anak usia prasekolah cenderung memiliki emosi yang kuat. Mereka sangat bersemangat, bahagia, dan bingung dalam satu saat, kemudian merasa sangat kecewa setelahnya. Anak usia prasekolah memiliki imajinasi yang jelas, dan ketakutan sangat nyata. Sebagian besar anak seusia ini telah belajar mengendalikan perilaku mereka. Mereka dapat menyebutkan perasaan yang mereka miliki untuk bertindak berdasarkan perasaan itu. Kuatnya perasaan dapat diekspresikan melalui tanah liat, permainan air, menggambar atau melukis, atau permainan dramatis seperti dengan boneka. Anak usia prasekolah sedang mengembangkan rasa identitas, mereka menyadari bahwa mereka adalah laki-laki atau perempuan. Mereka tahu bahwa mereka memiliki keluarga, komunitas, atau budaya tertentu (Kyle, 2012).

Anak usia prasekolah mampu membantu orang lain dan terlibat dalam rutinitas, orang tua dapat memberikan dukungan dan membantu anak dengan mengembangkan keterampilan sosial dan emosional yang akan dibutuhkan ketika itu anak masuk sekolah. Anak usia prasekolah berkembang dengan komunikasi satu lawan satu dengan orang tua. Selama komunikasi interaktif, anak-anak belajar

untuk mengekspresikan perasaan dan ide-ide mereka. Komunikasi interaktif tidak hanya menumbuhkan perkembangan emosional dan moral tetapi juga harga diri dan perkembangan kognitif. Mengajukan pertanyaan kepada anak prasekolah mengharuskan anak untuk memikirkan niatnya sendiri atau motivasi dan mendorong pengembangan kosa kata. Orang tua dapat menggunakan komunikasi individu sebagai waktu untuk mengeksplorasi yang benar dan yang salah, dengan demikian lebih lanjut berkontribusi pada perkembangan moral. Mereka akan merasa dihargai ketika perkataan dan pikiran di dengarkan oleh orang tuanya.

Menetapkan beberapa aturan sederhana dan menegakkannya secara konsisten memberi anak usia prasekolah struktur dan keamanan yang mereka butuhkan untuk mempromosikan perkembangan moral. Orang tua atau pengasuh dapat membantu anak memberi nama pada emosi yang sedang dialami. Ketakutan sangat nyata bagi anak usia prasekolah karena imajinasi aktif mereka dan dapat menghasilkan berbagai emosi. Orang tua harus menanyakan perasaan atau emosi anak, kemudian membicarakan dengan anak alternatif untuk menghadapi emosi.

Orang tua harus memberi anak waktu yang mereka butuhkan untuk menyelesaikan tugas. Ini membantu membangun rasa pencapaian. Pada usia ini, anak mungkin mulai menunjukkan minat pada seksualitas dasar (Papalia, Olds, & Feldman, 1990). Anak usia prasekolah ingin mengetahui mengapa tubuh anak laki-laki dan perempuan berbeda, bagaimana fungsi organ reproduksi, dan dari mana bayi berasal. Orang tua harus menjawab anak dengan jujur dan langsung, menggunakan istilah anatomi yang benar. Penjelasan panjang tidak perlu, hanya sederhana jawaban. Keingintahuan ini adalah fungsi normal pada usia prasekolah, dan keingintahuan mungkin juga melibatkan bermain dengan alat kelamin.

Anak-anak usia prasekolah belajar untuk berbicara tentang perasaan mereka dan perasaan orang lain. Perkembangan sosial-emosional, bagaimanapun, melibatkan lebih dari sekedar mengekspresikan emosi. Ini memerlukan bergiliran, menjadi mandiri dalam mengikuti rutinitas, berinteraksi lebih banyak dengan teman sebaya, terlibat dalam hubungan yang bermakna dengan orang lain, mengendalikan emosi, dan mengembangkan citra diri yang positif. Keterampilan ini sangat penting untuk partisipasi anak-anak yang sukses dalam pengalaman sekolah dan rumah dan untuk pertumbuhan

mereka secara keseluruhan.

Anak-anak usia prasekolah menampilkan berbagai emosi dengan cara yang berbeda. Misalnya, mereka mungkin berkata, “Aku kesal,” mereka mungkin mencocokkan ekspresi wajah dengan bahagia, marah atau sedih, atau mereka mungkin tertawa ketika bersemangat. Pada saat yang sama, mereka juga meningkatkan kemampuan mereka untuk mengelola emosi mereka agar sesuai dengan situasi dan lingkungan dan untuk mengendalikan emosi mereka (mis., Terpisah dengan mudah dari anggota keluarga). Meskipun anak-anak prasekolah lebih baik daripada balita dalam mengatur emosi, mereka masih membutuhkan banyak bantuan dan latihan dengan mengembangkan perilaku yang sesuai ini.

Anak usia prasekolah dengan kemandirian yang sehat akan mengikuti rutinitas dan kegiatan harian yang dapat diprediksi baik di sekolah maupun di rumah, mereka mulai mengidentifikasi teman dekat dan meminta teman itu untuk bermain, bermain secara mandiri dengan mainan dan bahan-bahan di rumah, sekolah, atau taman bermain di pekarangan, dan menyelesaikan banyak tugas perawatan diri, seperti berpakaian, pergi ke kamar mandi, makan makanan ringan, makan sendiri, atau bersiap-siap untuk tidur. Anak usia prasekolah mandiri juga akan memberi tahu pengasuh tentang hari mereka dan belajar dan menggunakan kosa kata baru setiap hari.

Kemampuan anak untuk berbicara tentang emosi atau perasaan mereka sendiri, serta perasaan dan emosi orang lain. Ini adalah komponen penting dari perkembangan sosial-emosional karena ini membantu anak-anak memahami pengalaman emosional mereka sendiri dan pada saat yang sama, membantu mereka untuk mengakui dan memahami pengalaman emosional orang lain. Kemampuan ini akan membantu anak memecahkan masalah dan mengatur emosi mereka sendiri; keterampilan ini sangat penting untuk keberhasilan pada periode usia prasekolah dan seterusnya.

Anak usia prasekolah juga belajar dari cara orang lain merespons emosi mereka. Keterampilan sosial-emosional terkait erat dengan keluarga anak, latar belakang budaya, dan pengalaman awal. Anak-anak belajar dengan berinteraksi dan membentuk hubungan dengan anggota keluarga, sekolah, dan komunitas mereka. Jika orang tua memahami perasaan anak-anak, memenuhi kebutuhan mereka, memberikan respon dan mendukung, mereka akan mampu mengomunikasikan kebutuhan dan berbicara dengan teman sebaya

ketika terjadi pertikaian. Gunakan bahasa yang sesuai dengan perkembangan dan berikan contoh percakapan dan isyarat untuk diikuti anak-anak jika mereka membutuhkan bantuan memecahkan suatu masalah (Kyle, 2012).

1. PERKEMBANGAN EMOSI ANAK USIA PRASEKOLAH (3-4 TAHUN)

- 1) Anak mampu menggunakan kata-kata untuk menggambarkan perasaan dasar seperti sedih, bahagia, marah dan bersemangat
- 2) Anak mampu merasa menyesal dan mengerti dia harus meminta maaf ketika dia telah melakukan kesalahan - meskipun Anda mungkin perlu memberikan banyak pengingat.
- 3) Anak merasa murah hati dan menunjukkan bahwa dia memahami bahwa dalam hidup kita harus saling berbagi dengan orang lain tetapi jangan berharap dia berbagi sepanjang waktu.

2. PERKEMBANGAN EMOSI ANAK USIA PRASEKOLAH (4-5 TAHUN)

- 1) Anak mampu menggunakan kata-kata untuk menggambarkan perasaan yang lebih kompleks seperti frustrasi/Kegagalan, jengkel dan malu
- 2) Anak mampu menyembunyikan kebenaran tentang sesuatu, jika dia merasa bersalah, malu atau takut.
- 3) Anak mampu lebih baik dalam mengelola emosi yang kuat seperti kemarahan, frustrasi dan kekecewaan, dan memiliki lebih sedikit amarah.

3. PERKEMBANGAN EMOSI ANAK USIA PRASEKOLAH (5 TAHUN)

- 1) Anak mampu menggunakan kata-kata untuk menggambarkan perasaan yang kompleks seperti rasa bersalah dan kecemburuan
- 2) Anak menjadi lebih sadar akan perasaannya terhadap orang lain dan menindaklanjuti, misalnya anak Anda mungkin baik kepada teman dan keluarga dan ingin lebih membantu Anda
- 3) Anak akan berusaha sungguh-sungguh untuk mengikuti aturan agar terhindar dari masalah (State Government of Victoria, 2018)

4. CARA MEMBANTU ANAK USIA PRASEKOLAH ANDA MENGEMBANGKAN KETERAMPILAN SOSIAL

- 1) Memberikan kesempatan pada anak Anda untuk bermain dengan anak-anak lain atau teman-teman bermain dapat membantunya mengembangkan persahabatan.
- 2) Anda dapat mulai dengan berbicara pada anak Anda tentang siapa yang bermain dengannya. Kemudian Anda dapat berbicara dengan orang tua lain tentang teman bermain, baik di rumah Anda, di taman setempat atau di tempat lain yang memberi anak banyak ruang dan kesempatan bermain.
- 3) Anda juga dapat membantu anak Anda belajar tentang menjadi teman yang baik sebagai bagian dari kehidupan keluarga sehari-hari. Berbicara dan mendengarkan juga keterampilan penting untuk persahabatan, misalnya dengan menunjukkan minat pada apa yang orang lain katakan dan ajukan pertanyaan. Waktu makan keluarga bisa menjadi waktu yang tepat untuk menjadi mengembangkan keterampilan ini dan memberi anak Anda kesempatan untuk mempraktikkannya. (State Government of Victoria, 2018).

BAB III

PRINSIP PERTUMBUHAN DAN PERKEMBANGAN

Semua orang memiliki bakat individu dan kemampuan yang berbeda-beda dalam perkembangan mereka sebagai entitas yang unik. Tidak ada aturan mutlak dalam memprediksi tingkat yang tepat dari perkembangan individu. **Tahap perkembangan dapat diprediksi, meskipun munculnya keterampilan tertentu bervariasi pada setiap orang.** Misalnya, tidak semua bayi berguling di usia yang sama, tetapi kebanyakan berguling sebelum mereka merangkak (DeLaune & Ladner, 2011)

Anak-anak berkembang secara bertahap dengan cara yang ditentukan. Ada tiga pertimbangan utama terkait pertumbuhan dan perkembangan. Pertama, hasil pengembangan di arah cephalocaudal. Cephalocaudal adalah perkembangan dari kepala ke ekor; atas ke bawah. Kedua, pengembangan berlangsung secara progresif, artinya dari dekat ke jauh dan garis tengah ke pinggiran. Misalnya, batang tubuh berkembang di depan lengan dan kaki. Pengembangan mulai ke tangan dan kaki, lalu jari dan jari kaki. Pertimbangan ketiga adalah pembangunan itu berlangsung dari keterampilan motorik kasar (mis. berjalan, melompat, mengendarai sepeda) untuk meningkatkan keterampilan motorik. Keterampilan motorik kasar menyediakan dasar untuk perkembangan motorik baru seperti makan, mewarnai, atau mengancingkan kemeja (Ward & Hisley, 2015).

A. PRINSIP TUMBUH KEMBANG

Pertumbuhan dan perkembangan terjadi teratur dan berurutan secara kontinu dan kompleks. Semua manusia mengalami pola pertumbuhan dan tingkat perkembangan hal yang sama. Karena pola-pola ini dan levelnya individual, variasi biologis yang luas dan perubahan perilaku dianggap normal. Di dalam masing-masing tahapan perkembangan, tahapan tertentu dapat diidentifikasi; untuk Misalnya, ketika waktu bayi berguling, merangkak, berjalan, dan berkata kata-kata pertamanya (Taylor et al., 2011).

Pertumbuhan dan perkembangan mengikuti secara teratur dan dapat diprediksi. Perkembangan cephalocaudal (berjalan dari kepala ke kaki) adalah tren pertama, dengan kepala dan otak berkembang pertama kali, diikuti oleh panjang tubuh, tangan dan kaki. Tren kedua adalah proximodistal perkembangan, yang berarti pertumbuhan berlangsung dari gerakan motorik kasar (seperti belajar mengangkat satu kepala) ke gerakan motorik halus (seperti belajar untuk mengambil mainan dengan jari). Tren terakhir adalah perkembangan simetris tubuh, dengan kedua sisi tubuh berkembang sama (Taylor et al., 2011).

Pertumbuhan dan perkembangan keduanya dibedakan dan terintegrasi. Saat jalur saraf berkembang, mereka menjadi lebih terspesialisasi, memungkinkan anak yang sedang tumbuh untuk menanggapi rangsangan yang berbeda. Sepanjang rentang hidup, setiap kemampuan yang dipelajari terbangun pada kemampuan yang dipelajari sebelumnya sehingga semakin kompleks tugas bisa diselesaikan. Misalnya, balita belajar menggunakan sendok menggabungkan keterampilan motorik, koordinasi tangan-mata, kognitif pola, dan imitasi sosial dari menonton orang lain. Sebagai anak-anak tumbuh dan berkembang, tugas belajar menggunakan sendok menjadi dasar, membentuk dasar untuk keterampilan belajar membutuhkan ketangkasan lebih manual.

Berbagai aspek pertumbuhan dan perkembangan terjadi secara berbeda tahap dan pada tingkat yang berbeda, dan dapat dimodifikasi. Misalnya, otot dan tulang keduanya tumbuh paling cepat selama tahun pertama kehidupan. Selama masa balita dan prasekolah, pertumbuhan tulang melambat, tetapi serat otot bertambah besar dan kekuatan. Periode perkembangan bicara yang paling intens adalah berusia antara 3 dan 5 tahun. Kematangan seksual dimulai selama tahun praremaja dan berlanjut ke tahun dewasa, tetapi didasarkan pada gender dan identitas peran seks yang ditetapkan dari kelahiran.

Laju pertumbuhan dan perkembangan adalah spesifik untuk setiap orang. Baik keterampilan fisik dan psikologis dan pematangan bervariasi diantara orang-orang. Misalnya, saat belajar berjalan, seorang anak berfokus pada tugas dan sementara melambat pada aspek perkembangan bahasa. Variasi rasial juga dapat dilihat, anak-anak Asia cenderung lebih kecil daripada anak-anak kulit putih pada usia yang sama. Selain itu, faktor keturunan genetik seseorang membatasi batas atas yang bisa dicapai dalam pertumbuhan dan pembangunan.

Tabel 1. Prinsip Pertumbuhan dan Perkembangan Anak

	Prinsip	Deskripsi/Contoh
1	Perkembangan terjadi dari arah <i>cephalocaudal</i> (kepala-ke-kaki), otak dan kepala manusia berkembang pertama kali kemudian diikuti tubuh, tangan dan kaki.	Bayi mengangkat kepalanya sebelum duduk.
2	Perkembangan terjadi secara proximodistal, pertumbuhan berlangsung dari gerakan motorik kasar (seperti belajar untuk mengangkat kepala) untuk gerakan motorik halus (seperti belajar untuk mengambil mainan dengan jari).	Bayi dapat menggerakkan lengan sebelum memungut benda dengan tangan dan jari-jarinya. Fungsi lebih dekat ke garis tengah tubuh (Proksimal) berkembang sebelum fungsi lebih jauh dari garis tengah tubuh (distal).
3	Perkembangan terjadi secara teratur dari yang sederhana sampai kompleks dan dari umum ke khusus. Pertumbuhan dan perkembangan yang teratur dan berurutan, serta terus menerus dan kompleks.	Bayi merangkak sebelum berjalan. Seorang anak memegang krayon dengan seluruh tangan sebelum dapat memahami antara ibu jari dan jari. Kontrol motorik kasar dicapai sebelum motorik halus koordinasi. Semua manusia mengalami yang sama pola pertumbuhan dan tingkat perkembangan.
4	Pola pertumbuhan dan perkembangan bersifat kontinu, teratur, dan dapat diprediksi. Namun, laju pertumbuhan dan perkembangan tidak terjadi dengan kecepatan yang sama.	Periode pertumbuhan yang cepat (mirip dengan pertumbuhan pada masa remaja) bergantian dengan periode pertumbuhan yang lebih lambat (pada masa dewasa tengah).
5	Semua orang mengalami proses perkembangan yang sama.	Perbedaan antar individu dapat terjadi, namun proses ini berlangsung terus menerus
6	Setiap orang mengalami tahap-tahap pertumbuhan dan pengembangan pada tingkat individu.	Seorang anak yang tumbuh lebih lambat mungkin lebih pendek dari anak lain pada usia yang sama.

7	Setiap tahap perkembangan memiliki karakteristik khusus.	Bayi untuk bertahan hidup bergantung pada orang lain baik secara fisik dan emosional. Masa remaja ditandai dengan pencarian identitas.
8	Setiap tahap perkembangan memiliki tugas-tugas tertentu yang harus dicapai atau diperoleh selama waktu tertentu tugas dari satu tahap perkembangan menjadi landasan untuk tugas-tugas di tahap berikutnya Pada setiap periode perkembangan terdapat harapan sosial	Bayi harus menguasai tugas psikologis Mengembangkan rasa kepercayaan, sebagaimana Seorang remaja yang dapat membangun Identitasnya. Balita belajar menggunakan sendok menggabungkan keterampilan motorik, koordinasi tangan-mata, kognitif pola, dan imitasi sosial dari menonton orang lain. Harapan sosial ini berbentuk tugas perkembangan yang memungkinkan orang tua dan guru mengetahui pada usia berapa anak mampu menguasai berbagai pola perilaku.
9	Terdapat beberapa tahap pertumbuhan dan perkembangan yang lebih penting daripada yang lain.	Trimester pertama kehamilan merupakan saat yang kritis bagi perkembangan janin, pada fase kritis ini janin paling rentan terhadap berbagai kecacatan (misalnya, obat-obatan, bahan kimia, virus).
10	Faktor keturunan genetik seseorang menempatkan pembatasan pada batas atas yang dapat dicapai dalam pertumbuhan dan perkembangan.	Anak keturunan ras asia cenderung lebih kecil daripada anak-anak kulit putih pada usia yang sama.

B. FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PERTUMBUHAN DAN PERKEMBANGAN

Perdebatan tentang pengaruh lingkungan dengan pengasuhan terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak sudah berlangsung lama. Manakah faktor yang merupakan pengaruh yang lebih kuat dalam pembentukan esensi seseorang? Lingkungan menggambarkan sifat-sifat yang melekat di dalamnya. Pengasuhan anak diterima, budaya, atau “waktu” di dalam kehidupan anak. Tampaknya keduanya secara intrinsik berpengaruh. “Secara umum, gen bertanggung jawab atas untuk membentuk semua sel (neuron) dan koneksi umum antara berbagai area otak sementara pengalaman bertanggung jawab untuk memperbaiki hal itu koneksi, membantu setiap anak beradaptasi

dengan yang khusus dengan lingkungan (geografis, budaya, keluarga, sekolah, peer group). Potensi genetik diperlukan, tetapi DNA saja tidak dapat membuat anak untuk berbicara (Ward & Hisley, 2015)

1. WARISAN GENETIK



(<https://www.kompasiana.com/bhtrg/54ff845ba33311f94b5105bd/reinkarnasi-atau-genetik>)

Pada saat pembuahan sel telur oleh sel sperma, setiap manusia menerima jumlah kromosom yang sama dari masing-masing orangtua. Karakteristik yang diwarisi dari setiap orang tua dibawa gen pada 23 pasang kromosom, yang membawa informasi genetik yang menentukan diferensiasi, pertumbuhan, dan fungsi seluler orang tersebut. Sebagai hasil, karakteristik fisik seperti tinggi, ukuran tulang, dan warna mata dan rambut diwariskan dari keturunan keluarganya. Karakteristik lain, seperti kepribadian, tidak begitu jelas diidentifikasi dengan warisan genetik, tetapi penelitian sedang berlangsung pada area ini. Faktor keturunan mempengaruhi perkembangan banyak penyakit, seperti kanker dan diabetes. Proyek Genom Manusia, selesai pada tahun 2003, adalah proyek penelitian nasional dan internasional untuk memetakan estimasi 35.000 hingga 140.000 gen dalam kromosom manusia (Taylor et al., 2011).

Serangkaian proses yang kompleks mentransmisikan informasi genetik dari orang tua ke anak-anak. Komposisi genetik dari suatu

individu menentukan karakteristik fisik seperti warna kulit, tekstur rambut, wajah, struktur tubuh, serta kecenderungan untuk penyakit tertentu (mis., Tay-Sachs, anemia sel sabit). Keturunan adalah cetak biru genetik dari mana seorang individu tumbuh dan berkembang; itu sangat menentukan tingkat perkembangan fisik dan mental (DeLaune & Ladner, 2011).

Genetika memeriksa sifat fisik dan kimia dari molekul yang mengatur struktur dan fungsi setiap sel dalam tubuh. Molekul-molekul ini, atau gen, akan mempengaruhi akan menjadi siapa anak itu dan menjadi apa dia nanti. Gen dan kromosom anak mengandung kode kusus yang memiliki instruksi untuk menentukan jenis kelamin anak, warna mata, tinggi badan, kecenderungan untuk penyakit tertentu, dan bahkan pemicu yang membuat semua jalur metabolisme bekerja dengan benar. Selain itu, para ilmuwan sedang menyelidiki peran genetika pada munculnya perilaku tertentu seperti homoseksualitas, depresi, perilaku adiktif, dan perilaku kekerasan (Bowden & Greenberg, 2010).

Ketika seorang anak muncul dengan karakteristik fisik atau gejala tertentu itu mungkin menunjukkan kondisi klinis, pengujian genetik dapat digunakan sebagai alat diagnostik. Misalnya orang tua dari anak yang lahir dengan ileus meconium dapat diminta untuk menyetujui genotyping untuk menentukan apakah ileus meconium berhubungan dengan adanya cystic fibrosis. Tes prediktif dapat diselesaikan pada anak-anak yang dianggap asimtomatik untuk penyakit tertentu atau predisposisi untuk penyakit tertentu (mis., jika anak memiliki genotipe tertentu, ia sedang meningkat risiko untuk mengembangkan kondisi tertentu, tetapi tidak semuanya). Tes prediktif juga dapat digunakan untuk menentukan apakah anak berada pada risiko predisposisi untuk perkembangan diabetes tipe 1 pada masa kanak-kanak atau kanker payudara saat dewasa (Bowden & Greenberg, 2010).

Pengaruh biologis pada perkembangan termasuk genetika, paparan dalam rahim terhadap teratogen, penyakit pascanatal, paparan zat berbahaya, dan pematangan. Adopsi dan studi kembar secara konsisten menunjukkan bahwa hereditas menyumbang sekitar $\frac{1}{2}$ dari varians dalam IQ dan dalam sifat kepribadian lainnya, seperti keramahan dan keinginan untuk hal-hal baru. Gen spesifik yang mendasari sifat-sifat ini sudah mulai diidentifikasi. Efek pada pengembangan paparan teratogen pranatal, seperti merkuri dan alkohol, dan infeksi postnatal seperti meningitis dan cedera otak traumatis, telah dipelajari secara luas. Setiap penyakit kronis dapat

mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan, baik secara langsung atau melalui perubahan nutrisi, pengasuhan, atau interaksi teman sebaya (Kliegman et al., 2007).

2. PENGALAMAN HIDUP



(<http://barubelajarjalan.blogspot.com/2015/03/belajar-dari-pengalaman-hidup-mahal.html>)

Pengalaman seseorang juga dapat memengaruhi laju pertumbuhan dan pengembangan. Misalnya, bandingkan tingkat pertumbuhan fisik anak yang keluarganya mampu membeli makanan, tempat tinggal, dan perawatan kesehatan dengan anak-anak yang keluarganya mengalami kemiskinan atau mengalami kekurangan sumber daya. Anak yang keluarganya kurang beruntung secara ekonomi memiliki risiko lebih tinggi mengalami fisik dan keterlambatan mental dalam pertumbuhan dan perkembangan. Contoh lain dari pengaruh pengalaman hidup adalah orang dewasa ketika berusia lebih tua yang sedang menikmati masa pensiun dan keduanya memiliki pendapatan yang memadai dan sistem pendukung aktif. Jika individu mengalami penurunan dalam salah satu variabel ini, kemungkinan akan mengalami perkembangan psikologis yang negative (DeLaune & Ladner, 2011).

3. STATUS KESEHATAN

Anak yang mengalami kesehatan berkembang secara normal sepanjang siklus hidupnya. Namun, apabila anak sakit atau mengalami kecacatan dapat mengganggu pencapaian tahap perkembangan. Individu dengan kondisi kronis akan sering mengalami keterlambatan dalam tahap perkembangan. Sakit atau cacat dapat mengganggu pencapaian tahap perkembangan. Individu dengan kondisi kronis akan sering mengalami penundaan dalam memenuhi tahapan perkembangannya (DeLaune & Ladner, 2011).

4. FAKTOR PRENATAL, INDIVIDU, DAN PENGASUH

Perkembangan janin dapat dipengaruhi oleh usia ibu. Sebagai contoh ibu yang melahirkan pada usia kurang dari 15 tahun (terlalu muda) atau lebih dari 35 tahun (terlalu tua) memiliki risiko yang lebih besar. Penyalahgunaan zat, perawatan prenatal dan gizi ibu hamil yang tidak adekuat dan penyalahgunaan obat-obatan. Faktor individu yang mungkin timbul dalam perkembangan diubah dari lahir sampai remaja termasuk bawaan atau gangguan genetik, kerusakan otak akibat kecelakaan atau penyalahgunaan, visi dan gangguan pendengaran, penyakit kronis, nutrisi yang tidak memadai, kemoterapi atau terapi radiasi, keracunan timbal, kemiskinan, dan penyalahgunaan zat. Faktor pengasuh yang melakukan pengabaian dan kekerasan pada anak dapat berpengaruh negatif terhadap perkembangan yang mengabaikan dan melanggar, keterbelakangan mental atau ketidakmampuan belajar. (Taylor et al., 2011).

5. LINGKUNGAN

Kualitas tumbuh kembang anak tergantung interaksi antara faktor genetik (heredokonstitusional) dan faktor lingkungan (ekosistem). Faktor genetik merupakan faktor bawaan anak, yaitu potensi anak yang akan menjadi ciri khasnya. Faktor lingkungan yang sering disebut milieu merupakan tempat anak tersebut hidup, dan berfungsi sebagai penyedia kebutuhan dasar anak. Fungsi lingkungan sebagai penyedia (provider) kebutuhan dasar anak. Lingkungan dapat dikelompokkan ke dalam 4 macam lingkungan, yaitu : lingkungan keluarga, lingkungan perlindungan kesehatan anak, lingkungan masyarakat, dan lingkungan stimulasi atau pendidikan. Lingkungan diharapkan mampu menyediakan ketiga kebutuhan dasar anak. Kobayashi membagi lingkungan dalam 4 ekosistem, yaitu seperti gambar diagram di bawah ini.

1. Ekosistem mikro. Ekosistem ini merupakan ekosistem terkecil, tetapi berhubungan sangat erat dengan anak. Interaksi ekologiannya berjalan terutama melalui kontak kulit dan fungsi sensoris lain.
2. Ekosistem mini. Ekosistem ini dicerminkan oleh keluarga dan tempat tinggal yang merupakan suatu unit dalam masyarakat.
3. Ekosistem meso. Ekosistem ini meliputi kelompok bermain, sekolah dan sarana lainnya. Faktor sosial budaya terutama di bidang pendidikan memegang peran penting.
4. Ekosistem makro. Ekosistem ini dicerminkan oleh keadaan masyarakat dan lembaga-lembaga yang ada di dalamnya. (Ikatan Dokter Indonesia, 2003).

semua tahap pembangunan. faktor lingkungan dapat mengubah proses perkembangan anak seperti kemiskinan dan kekerasan. Pengaruh masing-masing faktor dapat terjadi secara mandiri, tetapi saling terkait,. Sebagai contoh bayi yang kekurangan gizi di dalam Rahim, maka akan berakibat sel-sel otak berkembang lebih sedikit dibandingkan bayi yang mendapatkan asupan gizi prenatal yang memadai.

6. PENGARUH KEBUDAYAAN



(Sumber : <http://fatkhan.web.id/pengaruh-budaya-asing-terhadap-gaya-hidup-remaja-indonesia/>)

Masyarakat mengharapkan orang untuk menguasai keterampilan tertentu dalam setiap periode perkembangan. Seorang individu pada usia tertentu menguasai tugas tertentu yang ditentukan oleh budaya.

Sebagai contoh, waktu untuk penguasaan pelatihan toilet sangat dipengaruhi oleh norma budaya. Berikut ini adalah contoh bagaimana sosialnya harapan menghambat pertumbuhan dan perkembangan seseorang:

- Seorang anak yang tumbuh di rumah tangga yang miskin secara ekonomi mungkin menerima makanan yang tidak memadai, tempat tinggal, pengasuhan emosional, dan stimulasi intelektual dengan gangguan yang diakibatkan pada perkembangan fisik, psikososial, dan kognitif.
- Seorang wanita mungkin tidak diharapkan untuk sepenuhnya menggunakan kemampuannya intelektualnya dengan demikian, dia telah mengubah perkembangan kognitif.
- Seorang pria mungkin berkecil hati untuk menunjukkan kelembutan dan perilaku memelihara; Keputusan seperti itu menyebabkan disfungsi perkembangan psikososial. (DeLaune & Ladner, 2011).

7. PERTEMANAN



(<https://zuwaily.blogspot.com/2012/11/pengertian-dan-pengaruh-teman-sebaya.html>)

Anak usia prasekolah juga membutuhkan interaksi dengan teman-teman. Mempelajari cara berteman dan berteman adalah bagian penting dari sosial perkembangan. Teman mungkin anak-anak lain di lingkungan itu atau mereka yang berada di taman kanak-kanak atau tempat penitipan anak. Teman istimewa adalah seseorang itu

anak prasekolah dapat peduli, berbicara, dan bermain. Anak usia prasekolah lebih cenderung untuk menyetujui aturan dan ingin menyenangkan teman dan menjadi seperti mereka. Anak prasekolah suka menyanyi, menari, dan berakting dan akan menikmati kegiatan ini bersama teman-teman. Perbedaan pendapat mungkin terjadi, tetapi orang tua dapat mendorong anak-anak untuk mengekspresikan pandangan mereka, mendiskusikan dan menyelesaikan konflik, dan terus menjadi teman.

Anak-anak dapat belajar prasangka di rumah sebelum memasuki sekolah atau penitipan anak. Cara-cara keluarga melihat ras atau budaya lain dapat ditunjukkan secara halus atau terang-terangan dalam kegiatan rutin sehari-hari. Anak usia prasekolah sedang mengembangkan hati nurani, jadi sikap toleransi dapat memengaruhi nilai-nilai anak. Seperti pada masa Todler, nilai yang diberikan keluarga pada kemandirian akan memengaruhi perkembangan anak dari konsep-diri yang sehat.

Beberapa budaya lebih menghargai membaca dan mendidik daripada yang lain. Jika membaca tidak dihargai di rumah, maka anak prasekolahlah juga tidak suka membaca di sekolah. Makanan yang disajikan di rumah seringkali sangat spesifik dengan latar belakang etnis keluarga. Sebagai anak prasekolah terkena orang budaya lain di sekolah, dia mungkin suka atau tidak suka makanan yang disajikan. Menjelajahi kebiasaan atau praktik budaya yang dilakukan keluarga berpartisipasi dalam adalah penting agar praktik-praktik ini dapat dimasukkan dengan aman ke dalam rencana perawatan anak.

8. PERANGAI

Pada saat anak-anak berusia 3 tahun, mereka menyadari bahwa apa yang mereka lakukan sebenarnya penting. Akan sangat membantu bagi orang tua untuk melihat anaknya seorang peserta aktif dalam hubungan orangtua-anak. Temperamen anak telah menjadi indikator yang dapat diandalkan tentang bagaimana orang tua mungkin mengharapkan anak untuk bereaksi dalam situasi tertentu. Ketika orang tua selaras dengan temperamen anak prasekolah, lebih mudah untuk menemukan cara untuk memudahkan transisi dan perubahan untuk anak itu. Di bidang orientasi tugas, temperamen dapat berkisar dari yang sangat penuh perhatian dan gigih terhadap yang lebih teralihkan dan aktif (Child Development Institute, 2019).

Fleksibilitas sosial anak juga terlihat jelas pada usia ini. Seorang anak yang cukup mudah beradaptasi akan menangani rangsangan

dari dunia luar dengan cara mendekati daripada menjauhinya. Temperamen juga menentukan tingkat reaktivitas (ambang sensorik anak responsif, tinggi versus rendah). Ini menentukan kualitas suasana hati anak dan intensitas reaksi terhadap rangsangan, perubahan, atau situasi. Ketika orang tua terbiasa dengan orientasi tugas anak, fleksibilitas sosial, dan reaktivitas, mereka dapat menyusun dengan lebih baik kegiatan dan situasi untuk anak.

Anak berusia 4 tahun lebih baik dalam belajar mengendalikan diri dan dapat menggunakan kemunduran dalam perilaku yang sesuai sebagai peluang untuk pertumbuhan. Keterampilan bahasa anak lebih mampu mengikuti ide-ide yang kompleks. Anak usia 4 tahun mampu melihat manfaat dari tumbuh dewasa. Namun, kesadaran akan kekuatan diri ini dapat menimbulkan ketakutan tambahan. Anak usia 5 tahun yang memiliki tipe temperamen yang lebih rentan, berbeda dengan temperamen yang percaya diri, mungkin lebih cenderung mengalami ketakutan.

9. KETAKUTAN

Dengan imajinasi mereka yang jelas, anak-anak prasekolah mengalami berbagai ketakutan. Anak-anak prasekolah mungkin takut dengan suara keras seperti mesin Sirine (api) atau anjing yang menggonggong. Monster imajiner dapat menakuti anak itu. Anak-anak prasekolah sering takut pada orang yang tidak mereka kenal juga kepada orang-orang aneh (Sinterklas atau orang-orang yang terlihat atau berpakaian sangat berbeda dari yang biasa mereka lakukan). Banyak anak-anak prasekolah takut akan kegelapan. Anak-anak prasekolah juga mungkin takut akan serangga dan juga binatang yang tidak mereka kenal.

Anak prasekolah memori cukup lama sehingga ia mungkin takut kembali ke dokter ketika mengalami prosedur menyakitkan, selama sebelumnya kunjungan. Orangtua harus mengakui ketakutan daripada meminimalkannya. Mereka kemudian dapat berkolaborasi dengan anak mengenai strategi untuk bertransaksi dengan rasa takut.

BAB IV

PEMENUHAN KEBUTUHAN TUMBUH KEMBANG PERIODE USIA PRASEKOLAH

Tahap perkembangan anak dari usia 3 sampai 6 disebut tahap prasekolah. Selama tahap ini, pertumbuhan fisik melambat dan perkembangan psikososial dan kognitif mengalami peningkatan. Selama periode ini anak sering mengucapkan rasa ingin tahu dan anak lebih mampu untuk berkomunikasi. Orang tua harus mengetahui bahwa anak mereka akan sering menggunakan kata " mengapa " yang diperlukan untuk menunjang perkembangan kognitif dan perkembangan psikososial. Anak mulai memperluas lingkungan di luar rumah mereka, dengan bermain yang merupakan mekanisme yang digunakan oleh anak prasekolah untuk mempelajari dan mengembangkan hubungan dengan lingkungan yang disekitarnya.

Ada 4 prinsip dasar hak anak yang terkandung di dalam Konvensi Hak-hak Anak yang disetujui oleh Majelis Umum Perserikatan Bangsa-bangsa pada tanggal 20 Nopember 1989 dan telah diratifikasi Indonesia pada tahun 1990, yaitu: Non-diskriminasi, Kepentingan yang terbaik bagi anak, Hak untuk hidup ; kelangsungan hidup; dan perkembangan, serta Penghargaan terhadap pendapat anak. Kebutuhan dasar anak secara garis besar adalah kebutuhan fisis biomedis (asuh), emosi/kasih sayang (asih), dan kebutuhan akan stimulasi mental (asah). Ketiga kebutuhan dasar tersebut saling berkaitan.

Anak perlu distimulasi sejak dini untuk mengembangkan sedini mungkin kemampuan sensorik motorik, emosi-sosial, bicara, kognitif, kemandirian, kreativitas, kepemimpinan, moral dan spiritual anak. Pemberian stimulasi kepada anak merupakan proses pembelajaran, pendidikan, dan pelatihan kepada anak. Hal ini harus dilakukan sedini mungkin, dan sangat penting pada 4 tahun pertama kehidupan. Merangsang fungsi : sensorik, motorik, emosi-sosial, bicara, kognitif, mandiri, kreativitas, kepemimpinan, moral. Stimulasi mental dini mengembangkan perkembangan mental psikososial yaitu kecerdasan, budi luhur, moral dan etika, kepribadian, ketrampilan berbahasa,

kemandirian, kreativitas, produktivitas, dan lain-lain. Kebutuhan akan stimulasi mental dapat diberikan baik secara formal, informal maupun non formal.

A. KEBUTUHAN FISIS BIOMEDIS (ASUH)

Meliputi pangan, yaitu kebutuhan gizi, perawatan kesehatan dasar seperti pemberian ASI, imunisasi, penimbangan teratur dan periodik, sandang, papan, kebersihan badan & lingkungan, pengobatan, olahraga, bermain kesegaran jasmani serta rekreasi. Upaya pemenuhan kebutuhan fisis biomedis dapat dilakukan melalui pelayanan Kesehatan:

1. Anak perlu dipantau/diperiksa kesehatannya secara teratur. Penimbangan anak minimal 8 kali setahun dan dilakukan SDIDTK minimal 2 kali setahun.
2. Pemberian kapsul vitamin A dosis tinggi setiap bulan februari dan agustus.
3. Tujuan pemantauan yang teratur untuk mendeteksi secara dini dan menanggulangi bila ada penyakit dan gangguan tumbuh kembang, mencegah penyakit serta memantau pertumbuhan dan perkembangan anak.
4. Anak perlu diberikan imunisasi dasar lengkap agar terlindung dari penyakit-penyakit yang dapat dicegah dengan imunisasi
5. Meliputi Kebersihan makanan, minuman, udara, pakaian, rumah, sekolah, tempat bermain dan transportasi.
6. Anak perlu bermain, melakukan aktivitas fisik dan tidur karena hal ini dapat merangsang hormone pertumbuhan, nafsu makan, merangsang metabolisme karbohidrat, lemak dan protein, merangsang pertumbuhan otot dan tulang.
7. Anjurkan orang tua untuk memberikan asupan makanan untuk memenuhi kebutuhan vitamin D, kalsium, dan fosfor.
8. Berikanlah Pujian ketika anak berusaha melakukan kegiatan secara mandiri
9. Ajarkan orang tua untuk melakukan toilet training secara sabar dan konsisten.
10. Anak dapat makan makanan dalam jumlah yang lebih banyak dan beraneka ragam.

B. KEBUTUHAN EMOSI ATAU KASIH SAYANG (ASIH)

1. Merupakan ikatan yang erat, serasi dan selaras antara ibu dan anaknya, untuk menjamin tumbuh kembang diperlukan pada tahun-tahun pertama kehidupan anak untuk menjamin mantapnya tumbuh kembang fisis, mental dan psikososial anak.
2. Memberikan rasa aman + nyaman, dilindungi, diperhatikan (minat, keinginan, pendapat), diberi contoh (bukan dipaksa), dibantu, didorong, dihargai, penuh kegembiraan, koreksi (bukan ancaman / hukuman) pola asuh demokratik.

C. PEMBERIAN KEBUTUHAN STIMULASI (ASAH)

Milyaran sel otak dibentuk sejak anak di dalam kandungan usia 6 bulan dan belum ada hubungan antar sel-sel otak (sinaps) orang tua perlu merangsang hubungan antar sel-sel otak. Bila ada rangsangan akan terbentuk hubungan-hubungan baru (sinaps) semakin sering dirangsang akan makin kuat hubungan antar sel-sel otak semakin kompleks/luas merangsang otak kiri dan kanan secara seimbang untuk mengembangkan multiple intelegen dan kecerdasan yang lebih luas dan tinggi. Stimulasi mental secara dini akan mengembangkan mental-psikososial anak seperti kecerdasan, budi luhur, moral, agama dan etika, kepribadian, ketrampilan Bahasa, kemandirian, kreativitas, produktivitas, dst.

D. PEMENUHAN KEBUTUHAN NUTRISI

1. Anak prasekolah membutuhkan kalori per unit berat badan terus menerus secara perlahan sampai 90 kkal/kg. Rata-rata asupan sekitar 1800 kalori per hari.
2. Kebutuhan cairan juga menurun sedikit sekitar 100 ml/kg sehari tetapi bergantung pada tingkat aktivitas, kondisi cuaca, dan keadaan kesehatan.
3. Kebutuhan protein adalah 1,2 g/kg, untuk rata-rata konsumsi harian 24 g. Diet rendah lemak direkomendasikan, namun penting agar diet tidak boleh menyebabkan kekurangan nutrien seperti kalsium
4. Sebagian besar anak usia 3-5 tahun makan lebih dari 3 kali sehari, mereka mempunyai perut yang kecil. Sehingga memberi makan 5 hingga 6 kali sehari lebih baik dari pada tiga

kali sehari.

5. Meningkatkan asupan kalori secara bertahap, dengan makanan ringan yang bergizi. (Anak usia prasekolah membutuhkan makanan yang sama dengan orang dewasa, tetapi dalam jumlah yang lebih sedikit.)
6. Hindari makanan yang mengandung tinggi lemak, gula, dan garam (makanan cepat saji).
7. Anak-anak usia prasekolah suka mengonsumsi satu jenis makanan pada waktu makan, dan lebih memilih makanan yang diberi bumbu serta hangat-hangat kuku.
8. Anak lebih menyukai makanan dalam bentuk sederhana, tidak banyak bumbu, diberikan pada suhu ruangan, misalnya dalam bentuk sup, telur dadar atau ceplok, semur, dan puding.
9. Berikan makanan dengan warna yang menarik, misalnya tomat dan wortel. Makanan kering sebaiknya disertai dengan makanan yang berkuah dan semua jenis makanan disajikan dalam ukuran sedemikian rupa sehingga dapat dipegang anak atau potongan sekali gigit serta dalam suasana yang menyenangkan misalnya percakapan dengan interaksi positif). (Soekarti, Soetardjo, & Almatsier, 2011)
10. Ketika anak mencapai usia 4 tahun, mereka mulai memasuki periode makan yang khas pada anak yang berperilaku lebih pemberontak dan ceroboh.
11. Pada usia 5 tahun anak menjadi lebih dapat menerima untuk mencoba makanan baru atau bereksperimen dengan rasa yang baru atau peralatan makan yang berbeda.
12. Saat makan bisa menjadi konflik bila orang tua terlalu berharap anak menjalankan tata cara makan yang sempurna. Biasanya anak usia 5 tahun siap untuk sisi “sosial” makan, tetapi anak usia 3 atau 4 tahun masih mengalami kesulitan duduk dengan tenang sepanjang waktu makan keluarga yang lama (Wong, 2009)
13. Orang tua mempunyai peran utama dalam membentuk lingkungan makan dalam keluarga, yang berkaitan dengan pengalaman awal anak dalam makan (Birch et al, 2001).
14. Asupan makanan yang seimbang, sehat dan aman untuk anak usia prasekolah. Makanan yang seimbang, sehat dan aman bagi anak usia prasekolah merupakan komponen yang

- penting dalam memberikan asupan makanan pada anak, syarat makanan yang diberikan adalah makanan yang mudah dicerna dan tidak merangsang (terlalu pedas atau asam).
15. Orang tua menyediakan berbagai jenis makanan pokok, protein, sayur dan buah.
 16. Berikan makanan sumber zat besi (Fe) kacang-kacangan, sayuran hijau tua. Makanan harus berasal dari bahan segar dan bebas dari kuman dan bahan kimia berbahaya (pengawet, pewarna, pemanis buatan).
 17. Bila anak tidak suka sayur, sementara diganti buah-buahan yang disukai. Minum air putih bersih yang aman dan cukup jumlahnya (100 ml/kg/hari).
 18. Sediakan makanan yang menarik dikonsumsi dan gunakan garam beryodium.
 19. Memasak makanan sampai matang, suhu tepat, peralatan dan kebersihan diri
 20. Hindari makanan atau minuman yang manis atau selingan yang berlebihan. Batasi konsumsi minyak dan lemak maksimal 15-25 % dari kebutuhan energi.
 21. Jangan memaksakan makanan yang tidak disukai anak. Jelaskan kepada anak manfaat setiap jenis makanan yang dikonsumsi dan bacalah label pada makanan yang dikemas.
 22. Pengelolaan makanan diatas dapat dilakukan oleh orang tua sesuai dengan kemampuannya dan dapat diganti atau dimodifikasi dengan bahan makanan lain yang serupa.
 23. Meningkatkan perilaku makan yang sehat bagi anak prasekolah. Perilaku makan yang sehat pada anak usia prasekolah dapat berkontribusi terhadap perkembangan kognitif, perhatian, kemampuan belajar, perilaku di kelas, dan kehadiran di sekolah.
 24. Upaya tersebut dapat dilakukan dengan meningkatkan asupan buah-buahan dan sayur-sayuran, membawakan camilan atau makanan ke sekolah.
 25. Tidak menggunakan makanan sebagai hadiah atau memberikan hadiah agar anak memakan makanan yang tidak disukainya, memotivasi anak untuk makan sesuai dengan nafsu makannya (Departement of health south australia, 2004).

26. Salah satu cara membujuk anak untuk makan makanan dengan gizi seimbang adalah dengan memperkenalkan makanan baru dalam jumlah kecil dan mengulangi pemberiannya beberapa kali sampai anak mengenalnya.
27. Berikan makanan sebelum anak mengalami kecapean atau lelah, yaitu dengan memberikan aktivitas, istirahat dan tidur yang cukup agar nafsu makan meningkat.
28. Berikan kesempatan pada anak untuk makan sendiri, walaupun membutuhkan waktu lebih lama atau banyak makanan yang tumpah.
29. Anak akan meniru orang dewasa dalam hal makan dan menyenangi makanan. Makan bersama keluarga secara teratur, baik makan pagi, siang atau malam sangat penting untuk anak-anak belajar tentang makanan sehat, dan untuk membentuk pola makan yang baik (Soetardjo & Soekarti, 2011).
30. Metode lain yang dapat dilakukan agar anak mau makan sehingga kebutuhan gizinya dapat terpenuhi menurut (Syahreni, 2011) adalah menyajikan makanan dalam rasa yang enak, bentuk yang menarik, menggunakan piring atau mangkok dengan sendok yang sama setiap kali makan, memberi kesempatan anak untuk beristirahat setelah bermain aktif kemudian baru menawarkan makanan pada anak, menghindari pertengkaran atau penanaman disiplin ketika memberikan makan pada anak.
31. Meningkatkan lingkungan yang menyenangkan selama makan, upaya meningkatkan lingkungan makan secara fisik diantaranya adalah menyediakan ruangan makan jauh dari sesuatu yang dapat mengalihkan perhatian anak seperti televisi dan mainan.
32. Membiasakan anak untuk duduk di meja makan, sediakan tempat anak seharusnya duduk.
33. Jangan mengajak anak makan sambil berjalan-jalan disekitar rumah. Sediakan berbagai jenis makanan sehat untuk kelompok usia anak.
34. Menawarkan porsi makanan sesuai usia anak, biasanya lebih sedikit dibandingkan porsi orang dewasa. Membatasi asupan lemak, gula dan garam dalam minuman dan makanan (Ministry of Health New Zealand, 2012)

35. Memberikan contoh pada anak untuk mengkonsumsi berbagai jenis makanan sehat yang anda inginkan, membuat suasana yang positif dan menyenangkan selama waktu makan serta berikan dorongan terhadap sikap yang sehat tentang asupan makanan (Ministry of Health New Zealand, 2012).
36. Hindari pemberian ancaman, teriakan, pemaksaan atau hukuman ketika memberikan asupan makanan karena semua itu membuat anak merasa kegiatan makan bukanlah sesuatu yang menyenangkan dan tersenyumlah ketika memberi atau mengajak anak makan.
37. Berusaha untuk makan bersama sebagai wadah untuk menjalin komunikasi antar anggota keluarga (Sulistyoningsih 2011)

E. PEMENUHAN KEBUTUHAN KESEHATAN

1. Anak usia prasekolah memiliki masalah kesehatan yang umum di masa balita. Penyakit menular dan infeksi saluran pernapasan, terutama dengan peningkatan interaksi dengan anak-anak lain di sekolah dan tempat penitipan anak.
2. Anak usia prasekolah yang rawan mengalami kecelakaan karena peningkatan rasa ingin tahu mereka tentang lingkungan di sekitarnya.
3. Beberapa kelainan bawaan, seperti hipospadia, hernia inguinal, dan anomali jantung membutuhkan operasi pada usia ini.
4. Karies gigi banyak terjadi pada usia prasekolah ini.
5. Komunikasi anak menjadi lebih lancar
6. Obesitas pada tahap usia prasekolah merupakan ancaman yang signifikan bagi kesehatan anak. Kondisi ini meningkatkan risiko penyakit diabetes mellitus tipe 2 dan penyakit kardiovaskular.
7. Perawat memainkan peran penting dalam mengidentifikasi anak-anak yang berisiko mengalami obesitas. Perawat mengajarkan keluarga tentang konsekuensi dari kondisi kesehatan anak, memberikan informasi dan mempromosikan kesehatan pada tahap usia prasekolah ini.
8. Anjurkan orang tua untuk memberikan asupan makanan untuk memenuhi kebutuhan vitamin D, kalsium, dan fosfor.
9. Ajarkan orang tua untuk melakukan toilet training secara sabar dan konsisten.

F. PEMENUHAN KEBUTUHAN KEBERSIHAN

1. Jelaskan pentingnya mencuci tangan sebelum makan dan sesudah Buang Air Besar (BAB). *(Anak usia prasekolah mampu menjaga kebersihan, tapi terus membutuhkan bantuan dan pengingat.)*
2. Bantulah anak menyikat gigi setelah makan. *(Anak usia prasekolah mampu menjaga kebersihan, tapi terus membutuhkan bantuan dan pengingat.)*
3. Mengajarkan anak cara membersihkan sisa Buang Air Besar (BAB).
4. Merawat dan memeriksakan gigi anak secara rutin ke dokter gigi *(Karies gigi sering dimulai pada usia ini).*

G. PEMENUHAN KEBUTUHAN ELIMINASI

1. Tahap toilet training sudah selesai, tetapi kemungkinan anak tetap mengompol di tempat tidur.
2. Meminta anak untuk kencing terlebih dahulu, untuk mengosongkan kandung kemih saat akan tidur. Beberapa anak membutuhkan waktu lebih lama.
3. Anak-anak tidak boleh dimarahi atau dihukum karena mengompol.

H. PEMENUHAN KEBUTUHAN TIDUR DAN ISTIRAHAT

Anak usia prasekolah membutuhkan sekitar 11 hingga 12 jam tidur setiap hari, mereka jarang tidur di siang hari. Kecuali apabila mereka sangat lelah, banyak anak prasekolah menolak untuk tidur malam dan siang. Kebiasaan sebelum tidur terus berlanjut menjadi dan penting untuk melanjutkan mereka di tahun-tahun prasekolah. Anak harus memiliki waktu istirahat dengan penurunan stimulasi akan memungkinkan anak untuk tertidur lebih mudah. Berikut ini adalah kebiasaan rutin sebelum tidur yang perlu diajarkan orang tua pada anaknya :

1. Menetapkan waktu tidur serta waktu bangun pagi, dan melaksanakannya secara konsisten.
2. Hindari konsumsi gula atau kopi di malam hari.
3. Hindari aktivitas yang merangsang seperti banyak beraktivitas sebelum tidur.

4. Jangan biarkan anak menonton televisi di tempat tidur.
5. Jadikan kamar tidur anak sebagai area yang nyaman di rumah.
6. Berikan lampu redup di kamar anak jika dia takut gelap.
7. Televisi mati pada waktu tertentu
8. Mandi
9. Permainan yang tenang atau membaca / bercerita
10. Berdoa sebelum tidur
11. Pertahankan ketenangan di kamar tidur dan di dekatnya untuk meningkatkan kemampuan anak untuk tertidur.

Mimpi buruk sering terjadi pada anak-anak prasekolah sebagai hasil dari perjuangan anak untuk membedakan mana yang nyata dari yang tidak. Ketika sebuah anak terbangun dari mimpi buruk, dia sering menangis dan mungkin bisa menceritakan apa mimpi itu. Orang tua seharusnya memvalidasi ketakutan anak daripada mengabaikannya. Mengatakan, "Ya, saya setuju, monster itu menakutkan; itu bagus hal yang tidak nyata "lebih tepat daripada," Jangan konyol: monster tidak nyata."

Mimpi buruk tidak harus disamakan dengan teror malam. Setelah mimpi buruk, anak itu terangsang dan interaktif, tetapi teror malam terjadi berbeda: beberapa saat setelah tertidur, anak itu tampaknya terbangun dan berteriak. Anak biasanya tidak banyak menanggapi orangtua menenangkan, tetapi dia akhirnya berhenti menjerit dan kembali tidur. Teror malam sering menakutkan bagi orang tua karena anak tampaknya tidak menanggapi mereka. Salah satu teknik yang dapat membantu mengurangi kejadian teror malam adalah untuk membangunkan anak sekitar 30 hingga 45 menit ke dalam siklus tidur. Jika dilanjutkan setiap malam selama sekitar satu minggu, siklus teror malam mungkin terjadi rusak.

I. PEMENUHAN PEMENUHAN PERTUMBUHAN DAN PERKEMBANGAN

1. Ketakutan pada malam hari dan mimpi buruk merupakan sesuatu yang normal
2. Meskipun setiap anak tumbuh dan berkembang tidak sama, tetapi terdapat rentang yang normal.
3. Sebagian besar waktu anak digunakan untuk bermain dengan teman-temannya.

4. Memfasilitasi anak untuk melakukan permainan yang mendorong aktivitas fisik dan kreativitas.
5. Memberikan batas konsisten, adil, dan baik terhadap perilaku anak.
6. Masalah tidur biasanya hilang dengan sendiri; orang tua memberikan rasa tenang pada anak ketika mengalami gangguan tidur.
7. Bermain adalah pekerjaan anak, orang dewasa harus memberikan waktu, ruang, peralatan, dan keamanan, tetapi tidak harus mengatur permainan anak.
8. Perawat dapat menggunakan proses permainan untuk membantu mengurangi rasa takut dan kecemasan pada anak usia prasekolah.
9. Anak prasekolah belajar tentang lingkungan disekitarnya, mengembangkan perilaku sosial yang diharapkan dan dapat mengurangi keteganga.

(DeLaune & Ladner, 2011; Ikatan Dokter Indonesia, 2003; Ministry of Health NZ, 2015; Soekarti, Soetardjo, & Almatsier, 2011; Wilson & Hockenberry, 2014)

BAB V

BIMBINGAN ANTISIPASI PADA ANAK USIA PRASEKOLAH



(Sumber : <https://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/safety-practices/article/active-supervision>)

Bimbingan antisipatif (atau konseling preventif) adalah saran yang diberikan perawat anak untuk menghindari masalah yang bisa terjadi di masa yang akan datang. Topik-topik seperti nutrisi, pencegahan cedera, manajemen perilaku, stimulasi perkembangan, pendidikan seks, dan pendidikan kesehatan umum semua dapat dicakup selama setiap kunjungan. Kekhawatiran yang paling sering termasuk pendapat untuk dan menentang menyusui dan sunat, kebijakan rumah sakit tentang perawatan di rumah dan kehadiran ayah di ruang bersalin, cara untuk mengurangi persaingan saudara kandung. (Schmitt, 2009).

Bimbingan antisipasi berfokus pada upaya promotif dan preventif dalam bentuk pendidikan kesehatan, dimana kebutuhan individu pada masing-masing tahap tumbuh kembang berbeda-beda. Tujuannya adalah memperkecil masalah yang dapat diantisipasi atau dicegah oleh orang tua atau keluarga. Berikut ini merupakan tips memberikan pendidikan kesehatan atau bimbingan antisipasi.

A. KESELAMATAN ANAK



(Sumber:https://www.ahaparenting.com/parenting-tools/safety/top_safety_tips_kids)

Ketika anak Anda menjadi lebih mandiri dan menghabiskan lebih banyak waktu di dunia luar, penting bagi Anda dan anak Anda untuk mengetahui cara agar tetap aman. Berikut adalah beberapa tips untuk melindungi anak Anda (CDC, 2019; Kyle, 2012; Taylor et al., 2011) :

1. Beri tahu anak Anda mengapa pentingnya berhati-hati berlalu lintas. Katakan pada anak Anda untuk tidak bermain di jalan atau mengejar bola yang nyasar. *(Kecelakaan adalah penyebab utama cedera dan kematian pada anak-anak usia prasekolah, paling sering kecelakaan sepeda motor, tenggelam, luka bakar, dan keracunan)*
2. Berhati-hatilah saat membiarkan anak Anda mengendarai sepedanya. Jagalah Anak anda di trotoar dan jauh dari jalan dan selalu minta dia memakai helm.
3. Periksa peralatan bermain di luar ruangan, pastikan tidak ada bagian yang longgar atau ujung yang tajam.
4. Awasi anak Anda setiap saat, terutama saat dia bermain di luar.
5. Pastikan keamanan di dalam air, Ajari anak Anda untuk berenang, tetapi awasi dia setiap saat ketika ia berada di dalam atau di sekitar kolam air (termasuk kolam anak-anak).

6. Mulailah pelajaran berenang dan ajarkan keselamatan di dalam air.
7. Ajari anak Anda bagaimana cara aman di sekitar orang asing. (*Anak-anak berisiko bahaya dari fisik dan pelecehan seksual dan harus diajarkan bagaimana untuk menghindari situasi yang mungkin meningkatkan risiko tersebut*)
8. Letakkan anak Anda di kursi mobil yang menghadap ke depan dengan sabuk pengaman sampai ia mencapai ketinggian atau batas berat tertinggi yang diizinkan oleh pabrikan kursi mobil. Setelah anak Anda melampaui kursi mobil yang menghadap ke depan dengan sabuk pengaman, sudah saatnya baginya untuk bepergian di kursi pendorong, tetapi masih di kursi belakang kendaraan. Administrasi Keselamatan Lalu Lintas Jalan Raya Nasional memiliki informasi tentang cara menjaga anak Anda tetap aman saat mengendarai kendaraan.
9. Amankan obat-obatan dan desinfektan dari jangkauan anak-anak.
10. Gunakan stop kontak listrik yang aman
11. Ajarkan anak cara naik dan turun tangga yang aman.
12. Jangan memberikan makanan kecil keras, mainan kecil, atau balon.
13. Gunakan kursi mobil yang aman dan helm sepeda.
14. Ajarkan keselamatan berlalu lintas
15. Ajarkan untuk tidak pernah berbicara dengan orang asing.
16. Jangan pernah meninggalkan anak sendirian di depan umum atau tanpa pengawasan di dalam mobil.
17. Ajarkan tentang bahaya kebakaran, dan cara menyelamatkan diri apabila terjadi kebakaran di rumah.
18. Penyebab kecelakaan yang paling banyak menyebabkan kematian pada anak-anak, adalah keinginan untuk mengeksplorasi lingkungan dan kemampuan kognitif pre operasional yang mengarah pada Risiko anak usia prasekolah mengalami kecelakaan.
19. Anak-anak di tahap ini sering bertindak impulsif dan tidak dapat diharapkan untuk mengingat dan mengikuti semua aturan keselamatan.

20. Orang tua harus memahami pentingnya mengajari anak-anak arti kata " TIDAK " untuk mencegah kecelakaan.
21. Kecelakaan umum yang mempengaruhi anak usia prasekolah adalah : kecelakaan mobil, luka bakar, jatuh, tenggelam, gigitan binatang, dan konsumsi zat beracun.
22. Hal ini penting bagi perawat untuk menekankan pendidikan tentang perlindungan dari potensi bahaya.
23. Praktik keselamatan yang dikembangkan oleh anak usia prasekolah dapat dilakukan seumur hidup.
24. Orang dewasa terbaik dapat mengajarkan anak usia prasekolah tentang pencegahan kecelakaan melalui pemodelan peran. Misalnya, orang tua yang memakai sabuk pengaman setiap kali mereka masuk ke dalam mobil yang tidak hanya melindungi diri mereka sendiri tetapi juga mengajarkan kepada anak penting kecelakaan tindakan pencegahan.

B. KEAMANAN DI AIR

Anak usia lima tahun adalah waktu yang tepat bagi seorang anak untuk belajar berenang. Anak-anak pada usia ini secara fisik mampu melakukannya aktivitas dan memiliki kematangan kognitif untuk menyelesaikan tugas berenang dan keselamatan dasar di air. Program renang harus ber fokus tentang teknik berenang yang tepat serta langkah-langkah keamanan. Orang tua dan pengasuh harus dilatih Resusitasi Jantung Paru (RJP) (Committee on Injury, 2010)



<https://www.hpsj.com/accept-the-challenge-keep-our-kids-water-safe-this-summer/>

Rumah dengan kolam renang harus memiliki alat penyelamat yang mudah diakses. Anak usia prasekolah harus diajari dan jangan pernah menyelam ke dalam air sampai orang dewasa mengecek kedalamannya. Anak usia prasekolah masih terlalu muda untuk dibiarkan tanpa pengawasan di sekitar kolam air, bahkan jika mereka tahu bagaimana cara berenang. Anak usia prasekolah tidak boleh diizinkan berenang di sungai yang alirannya deras. Anak usia prasekolah yang naik perahu atau memancing di tepi sungai harus mengenakan pelampung pribadi. American Academy of Pediatrics merekomendasikan agar semua kolam renang diberi pengaman dengan pagar setinggi setidaknya 1,52 meter dan memiliki gerbang yang dapat dipasang sendiri untuk melindungi anak-anak (Committee on Injury, 2010).

C. KEAMANAN DI RUMAH

Pistol, korek api, kolam air, naik sepeda, dan racun merupakan sumber cedera potensial pada anak periode usia prasekolah. Persentase cedera nonfatal tertinggi di antara anak usia prasekolah. Pada kelompok usia ini, kecelakaan kendaraan bermotor merupakan penyebab cedera paling fatal, selanjutnya adalah tenggelam. Sebagian besar cedera juga terjadi di atau di sekitar rumah, termasuk luka bakar dan keracunan (Centers for Disease Control, 2006)



<https://gunsafepicks.com/blog/safe-gun-house-children/>

D. MENCEGAH ANAK MENJADI PEROKOK PASIF

Perokok pasif merupakan seseorang yang menghirup asap yang dihembuskan oleh seorang yang sedang merokok. Perlu kita ketahui bahwa di dalam asap rokok mengandung lebih dari 7.000 bahan kimia. Ratusan zat beracun dan sekitar 70 zat beracun tersebut dapat menyebabkan kanker. Perokok pasif menyebabkan banyak masalah kesehatan pada anak-anak, termasuk serangan asma yang lebih sering dan parah, infeksi pernafasan, dan infeksi telinga.



<http://www.emro.who.int/tfi/quit-now/secondhand-smoke-impacts-health.html>

Perokok pasif dapat menyebabkan masalah kesehatan yang serius pada anak-anak. Berbagai hasil penelitian menunjukkan bahwa anak yang orang tuanya merokok lebih sering mengalami sakit. Pertumbuhan paru-paru mereka lebih sedikit dibandingkan dengan anak-anak yang tidak menghirup asap rokok, dan mereka lebih banyak mengalami penyakit bronkitis dan pneumonia.

Mengi dan batuk lebih sering terjadi pada anak-anak yang menghirup asap rokok. Apabila anak Anda menjadi perokok pasif, kondisi ini dapat memicu terjadinya serangan asma pada anak. Anak-anak dengan asma yang menjadi perokok pasif akan mengalami serangan asma yang lebih parah dan sering. Serangan asma yang parah

dapat membahayakan nyawa seorang anak. Anak-anak yang orang tuanya merokok di sekitar mereka, juga didapatkan lebih banyak yang mengalami infeksi telinga, keluarnya cairan di telinga yang lebih sering.(CDCTobaccoFree, 2017).

Orang tua dapat membantu melindungi anak-anak mereka dari perokok pasif dengan mengambil tindakan berikut:

1. Jangan mengizinkan siapa pun merokok di dalam rumah Anda.
2. Jangan mengizinkan siapa pun merokok di dalam mobil Anda, meskipun dengan jendela mobil yang terbuka.
3. Pastikan tempat penitipan anak dan sekolah anak Anda bebas dari asap rokok.
4. Jika berada di tempat umum, carilah rumah makan dan tempat lain yang tidak mengizinkan merokok. Upaya ini akan melindungi Anda dan keluarga Anda dari bahaya menjadi perokok pasif (CDCTobaccoFree, 2017).

E. MENCEGAH CEDERA

Tahukah Anda bahwa cedera merupakan penyebab utama kematian pada anak di bawah usia 4 tahun di Amerika Serikat? Sebagian besar cedera ini dapat dicegah. Seringkali, cedera terjadi karena orang tua tidak mengetahui apa yang dapat dilakukan anak-anak mereka. Anak-anak belajar dengan cepat, dan sebelum Anda menyadarinya, anak Anda akan melompat, berlari, mengendarai sepeda roda tiga, dan menggunakan berbagai macam alat. Anak Anda memiliki risiko untuk cedera karena jatuh, tenggelam, keracun, terbakar, dan tertabrak mobil, anak Anda tidak mengerti apa itu bahaya saat bermain atau bereksplorasi.



<https://www.dciins.com/blog/the-most-common-daycare-injuries-and-how-to-prevent-them.html>

Karena kemampuan anak Anda sangat hebat sekarang, ia akan menemukan berbagai situasi berbahaya yang tidak ada habisnya di rumah maupun di lingkungan. Anak Anda dapat jatuh dari mainan keluar dari jendela, menuruni tangga, dari sepeda atau roda tiga, dan dari apa pun yang dapat dinaiki. Gunakan tikar yang telah diuji keamanannya atau material lepas (karet parut, pasir, kepingan kayu, atau kulit kayu). Kunci pintu menuju tempat berbahaya, gunakan gerbang di tangga dan pasang pelindung jendela, pasang pagar di halaman bermain.

Ruangan dapur dapat menjadi tempat yang berbahaya bagi anak Anda, terutama saat Anda memasak. Sang anak dapat terkena cairan panas, minyak panas, dan makanan panas menyebabkan luka bakar yang serius. Berikanlah kegiatan atau aktivitas yang aman untuk anak Anda, ketika Anda sedang memasak. Ingatlah bahwa peralatan dapur dan permukaan panas lainnya seperti setrika, oven, pemanas dinding, dan pemanggang dapat menyebabkan kulit anak melepuh. Jika kulit anak Anda melepuh, segera tuangkan air dingin di area yang terbakar, biarkan selama beberapa menit untuk mendinginkannya. Kemudian tutup luka bakar secara longgar dengan perban kering atau kain bersih. Bawalah anak ke Puskesmas atau rumah sakit untuk perawatan luka bakar yang parah (Healthy Children, 2015).

F. MENCEGAH KERACUNAN

Keracunan dapat terjadi pada siapa saja, di mana saja, dan kapan saja, tetapi anak-anak sangat berisiko karena mereka sangat senang bereksplorasi dan memasukkan sesuatu ke dalam mulut sebagai bagian dari perkembangan normal mereka. Keracunan paling sering terjadi pada anak-anak berusia dibawah lima tahun, khususnya anak yang berusia antara satu dan tiga tahun memiliki risiko yang paling besar.



<https://www.ahchealthenews.com/2016/03/23/preventing-poisoning-children/>

Orang tua dan pengasuh sering terheran-heran dengan ternyata di rumah mereka terdapat banyak zat beracun yang dapat dapat mengenai, dihirup atau ditelan oleh anak mereka. Anda dapat mengurangi risiko keracunan yang tidak disengaja dengan menyimpan dan menggunakan obat-obatan dan zat beracun dengan aman. Kematian akibat keracunan jarang terjadi, tetapi anak yang keracunan akan membutuhkan perawatan darurat dan perawatan di rumah sakit dalam kasus yang parah.

Apa itu racun? Setiap produk rumah tangga atau obat yang digunakan secara tidak benar dapat menjadi racun. Racun termasuk: obat-obatan (mis. parasetamol, obat resep, tablet tidur) produk pembersih (deterjen, pemutih, tiriskan pembersih) kosmetik (parfum, penghapus cat kuku, cologne, make-up) bahan kimia lain seperti bensin, alkohol, rokok, lem, herbisida dan pestisida tanaman beracun. Keracunan dapat terjadi jika zat tersebut tertelan, terhirup, tumpah pada kulit, terciprat ke mata atau disuntikkan.

Pertolongan pertama untuk keracunan segera panggil ambulans jika anak Anda pingsan, berhenti bernapas atau sulit bernapas, atau sedang bugar. Jika Anda mencurigai seorang anak terkena racun, jangan coba dimuntahkan. Jangan menunggu sampai gejala muncul. Bawa anak dan wadah produk yang terminum, akan sangat membantu untuk mengetahui jenis bahan dan berapa banyak bahan tersebut ditelan.

Mencegah keracunan dapat dilakukan dengan cara menyimpan bahan kimia, obat-obatan, dan produk pembersih di lemari yang terkunci, jauh dari jangkauan anak-anak (setidaknya dengan tinggi 1,5 m). Segera singkirkan setelah menggunakan atau membelinya, gembok dan lemari yang dapat dikunci dapat dibeli di toko bahan bangunan. Semprotan kebun, pupuk, cat, pengencer dan produk perangkat keras lainnya harus disimpan di lemari yang terkunci di garasi atau gudang dan jauh dari jangkauan anak-anak. Tinggalkan semua bahan kimia, obat-obatan dan produk pembersih dalam wadah aslinya dengan label yang jelas dan pastikan tutupnya aman. (The Royal Children's Hospital, 2018).

G. MEMPROMOSIKAN KESEHATAN DAN MENCEGAH PENYAKIT

1. Jika anak menelan timah atau mengalami keracunan, bawalah anak ke pelayanan kesehatan untuk dilakukan pemeriksaan yang tepat. *(Keracunan timbal pada balita menyebabkan kerusakan fungsi otak)*
2. Berikan anak imunisasi. *(Ajarkan dan dorong orang tua untuk mematuhi dengan jadwal imunisasi yang direkomendasikan dan Perawat harus mendorong orang tua agar anak diimunisasi dan untuk menjaga catatan imunisasi saat ini)*
3. Melakukan pemeriksaan mata.
4. Memeriksa fungsi pendengaran anak.
5. Anak usia prasekolah sering takut terhadap perawatan gigi dan rumah sakit. Hindari rawat inap pada anak jika memungkinkan, siapkan anak sebelum menjalani perawatan di rumah sakit. *(Anak-anak prasekolah menganggap pemeriksaan ke dokter gigi atau tindakan medis sebagai suatu hukuman).*
6. Orangtua harus memberi contoh yang baik, jujur kepada anak.
7. Persiapan untuk prosedur dan rawat inap dapat membantu menurunkan rasa takut dan kecemasan pada anak.
8. Perawat yang cerdas dapat memanfaatkan dengan membuat pendidikan kesehatan yang menyenangkan dalam rangka untuk mempromosikan kesehatan.

H. MEMELIHARA ANAK

Ingatlah bahwa anak-anak Anda akan belajar dari apa yang Anda lakukan serta apa yang Anda katakan. Berikanlah contoh yang baik untuk anak Anda, batasi jumlah waktu anak dalam melihat tayangan televisi, Youtube, Video Game dsb (Stark, 1997)

1. Hindari tayangan televisi yang terdapat unsur kekerasan atau adegan seksual.
2. Bacakan untuk anak Anda.
3. Bawa anak Anda ke tempat yang aman di mana ia dapat berlari.
4. Daftarkan anak Anda mengikuti program Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD)
5. Berkunjunglah ke tempat sekolah atau tempat pendidikan anak Anda sendiri dan perhatikan bagaimana guru atau pengasuh berinteraksi dengan anak-anak.

I. KONSEP UTAMA TUMBUH KEMBANG ANAK USIA PRASEKOLAH

- Anak usia prasekolah mengalami tingkat pertumbuhan yang lebih lambat dan memiliki penampilan yang lebih ramping dan kurus dibandingkan dengan anak usia balita.
- Tugas psikososial utama pada periode usia prasekolah adalah mengembangkan rasa inisiatif.
- Perkembangan kognitif berubah dari pendekatan egosentris kedalam pemahaman yang lebih empatik tentang apa terjadi di luar diri anak.
- Anak usia prasekolah memperoleh keterampilan motorik tambahan dan menampilkan penyempurnaan signifikan pada kemampuan motorik halus.
- Keterampilan kognitif dan bahasa yang berkembang pada periode usia prasekolah membantu mempersiapkan anak untuk sukses di sekolah.
- Disfluensi atau keragu-raguan dalam berbicara merupakan hal yang normal pada periode usia prasekolah dan yang dengan kondisi tersebut, anak usia prasekolah akan mendapatkan keterampilan bahasa dan kosa kata.
- Kosakata seorang anak usia prasekolah meningkat menjadi sekitar 2.100 kata, dan anak berbicara dalam kalimat penuh.
- Anak prasekolah membutuhkan diet seimbang dengan kandungan lemak antara 20% dan 30% dari kalori yang dikonsumsi.
- Aktivitas fisik yang memadai dan pemberian diet padat nutrisi (bukan makanan tinggi lemak dan gula) adalah dasar untuk pencegahan obesitas pada anak prasekolah.
- Perawatan gigi yang memadai adalah penting untuk kesehatan gigi sulung.
- Anak-anak prasekolah membutuhkan sekitar 11-13 jam tidur per hari dan mendapat manfaat dari rutinitas tidur terstruktur. Paling sering tanpa tidur siang di siang hari
- Karena imajinasi aktif anak prasekolah, mimpi buruk pada malam hari dapat terjadi selama periode ini.
- Keselamatan dan pencegahan cedera tetap menjadi fokus pada periode usia prasekolah.

- Struktur, penetapan batas yang tepat, dan konsistensi adalah kunci untuk disiplin yang efektif pada periode prasekolah.
- Istirahat merupakan cara mendisiplinkan yang efektif untuk anak usia prasekolah

DAFTAR PUSTAKA

- Bawono, Y. (2017). Kemampuan berbahasa pada anak prasekolah: Sebuah kajian pustaka. *Prosiding Temu Ilmiah Nasional X Ikatan Psikologi Perkembangan Indonesia*, 1.
- Bowden, V. R., & Greenberg, C. S. (2010). *Children and their families: The continuum of care*. Lippincott Williams & Wilkins.
- Brazelton, T. B., & Sparrow, J. (2008). *Touchpoints-Three to Six: Your Child's Behavioral and Emotional Development* (New edition edition). Da Capo Lifelong Books.
- CDC. (2019, February 20). Child Development: Preschooler (3-5 years old) | CDC. Retrieved September 24, 2019, from Centers for Disease Control and Prevention website: <https://www.cdc.gov/ncbddd/childdevelopment/positiveparenting/preschoolers.html>
- CDCTobaccoFree. (2017, January 11). Health Effects of Secondhand Smoke. Retrieved October 1, 2019, from Centers for Disease Control and Prevention website: https://www.cdc.gov/tobacco/data_statistics/fact_sheets/secondhand_smoke/health_effects/index.htm
- Centers for Disease Control. (2006). CDC injury fact book. *Atlanta, GA: National Center for Injury Prevention and Control*.
- Cherry, K. (2019). Learning How to Become Self-Reliant in Psychosocial Stage 2. Retrieved August 25, 2019, from Verywell Mind website: <https://www.verywellmind.com/autonomy-versus-shame-and-doubt-2795733>
- Child Development Institute. (2019). Is your child easy or difficult to raise? Retrieved September 26, 2019, from https://childdevelopmentinfo.com/child-development/temperament_and_your_child/temp3/
- childdevelopment. (2019). Gross Motor Skills | Gross Motor Skills Development | Kid Sense. Retrieved October 3, 2019, from Kid Sense Child Development website: <https://childdevelopment.com.au/areas-of-concern/gross-motor-skills/>
- Committee on Injury, V. (2010). Prevention of Drowning. *Pediatrics*, 126(1), 178–185. <https://doi.org/10.1542/peds.2010-1264>

- DeLaune, S. C., & Ladner, P. K. (2011). *Nursing Fundamentals: Standards & Practice*. Cengage Learning.
- Ford, G. S. (2007). Hospitalized kids: Spiritual care at their level. *Journal of Christian Nursing*, 24(3), 135–140.
- Fraser Mustard, J. (2009). Early human development-Equity from the start-Latin America. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 7(2), 639–680.
- Healthy Children. (2015). Safety for Your Child: 2 to 4 Years. Retrieved September 30, 2019, from HealthyChildren.org website: <http://www.healthychildren.org/English/ages-stages/toddler/Pages/Safety-for-Your-Child-2-to-4-Years.aspx>
- ibudanaku. (2014). Mengajarkan Anak Toilet Training. Retrieved September 25, 2019, from Ibu dan Aku—Tempat Informasi & Aktivitas Seru Mom dan si Kecil website: <https://ibudanaku.com/ruangmom/artikel/mengajarkan-anak-toilet-training>
- Ikatan Dokter Indonesia, U. (2003). *Buku Pedoman Pelatihan DETEKSI DINI & PENATALAKSANAAN KORBAN CHILD ABUSE and NEGLECT Bagi TENAGA PROFESIONAL KESEHATAN*. Jakarta: Depkes.
- Kak Zepe. (2016, Sabtu Desember). 15 Aktivitas Menyenangkan Untuk Melatih Motorik Halus Anak – Dunia Belajar Anak. Retrieved September 18, 2019, from <https://www.duniabelajaranak.id/kak-zepe-lagui-anak-15-aktivitas-menyenangkan-untuk-melatih-motorik-halus-anak/>
- Kliegman, R. M., Behrman, R. E., Jenson, H. B., & Stanton, B. M. (2007). *Nelson textbook of pediatrics e-book*. Elsevier Health Sciences.
- Kohlberg, L. (1984). *The Psychology of Moral Development: The Nature and Validity of Moral Stages* (1st edition). San Francisco: Harper & Row.
- Kyle, T. (2012). *Essentials of pediatric nursing*. Lippincott Williams & Wilkins.
- Lifshitz, F., & Cervantes, C. D. (1996). Short stature: Pediatric Endocrinology. *Marcel Dekker*, 25(1), 25–31.
- Markham, L. (2019). Learn what your preschooler needs to thrive. Retrieved September 25, 2019, from <https://www.ahaparenting.com/Ages-stages/preschoolers/wonder-years>
- MedlinePlus. (2019). Preschooler development: MedlinePlus Medical

- Encyclopedia. Retrieved October 3, 2019, from <https://medlineplus.gov/ency/article/002013.htm>
- Ministry of Health NZ. (2015). Food and Nutrition Guidelines for Healthy Children and Young People (Aged 2–18 years): A background paper. Retrieved October 1, 2019, from Ministry of Health NZ website: <https://www.health.govt.nz/publication/food-and-nutrition-guidelines-healthy-children-and-young-people-aged-2-18-years-background-paper>
- Nugraheni, M. (2017). Pilih Permainan Sensorik yang Merangsang Perkembangan Si Kecil. Retrieved September 18, 2019, from Parenting.dream.co.id website: <https://parenting.dream.co.id/ibu-dan-anak/pilih-permainan-sensorik-yang-merangsang-perkembangan-si-kecil-1702286.html>
- Oswalt, A. (2019). Early Childhood Physical Development: Gross and Fine Motor Retrieved October 3, 2019, from <https://www.gracepointwellness.org/462-child-development-parenting-early-3-7/article/12755-early-childhood-physical-development-gross-and-fine-motor-development>
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (1990). *A child's world: Infancy through adolescence*. McGraw-Hill New York.
- Prasse, J. E., & Kikano, G. E. (2008). Stuttering: An overview. *American Family Physician*, 77(9).
- Shonkoff, J. P., Garner, A. S., Siegel, B. S., Dobbins, M. I., Earls, M. F., McGuinn, L., ... Committee on Early Childhood, A. (2012). The lifelong effects of early childhood adversity and toxic stress. *Pediatrics*, 129(1), e232–e246.
- Soekarti, M., Soetardjo, S., & Almatsier, S. (2011). *Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan Moesijanti Soekarti, Susirah Soetardjo, Sunita Almatsier—Gramedia Digital Indonesia*.
- Stark, L. O. (1997). Anticipatory Guidelines 3-5 years. Retrieved September 25, 2019, from <http://users.bestweb.net/~drlois/aguide4.html>
- State Government of Victoria. (2018). Social and emotional development for preschoolers. Retrieved October 2, 2019, from <https://www.education.vic.gov.au:443/parents/child-development/Pages/preschoolers-social-emotional.aspx>

- Taylor, C., Lillis, C., LeMone, P., & Lynn, P. A. (2011). *Fundamentals of nursing: The art and science of nursing care*. Lippincott Philadelphia.
- TheRoyalChildren'sHospital.(2018).KidsHealthInfo:Safety:Poisoning prevention. Retrieved September 30, 2019, from https://www.rch.org.au/kidsinfo/fact_sheets/Safety_Poisoning_prevention/
- Ward, S., & Hisley, S. (2015). *Maternal-Child Nursing Care Optimizing Outcomes for Mothers, Children, & Families*. FA Davis.
- Wilson, D., & Hockenberry, M. J. (2014). *Wong's Clinical Manual of Pediatric Nursing-E-Book*. Elsevier Health Sciences.
- woodlandhillsprivateschool. (2018). Why is Preschool Important? Retrieved September 25, 2019, from <http://www.woodlandhillsprivateschool.com/programs/preschool/why-is-preschool-important>



BIOGRAFI PENULIS

Penulis lahir di Jepara, pada hari jum'at 28 Agustus 1987. Penulis merupakan anak kelima dari lima bersaudara dari pasangan H. Tolha Mansur (Rahimahulloh) dan ibu Hj. Siti Chotijah. Penulis menyelesaikan pendidikan dasar di Sekolah Dasar Negeri Jambu IX Mlonggo pada tahun 1999, pendidikan menengah pertama di SLTP Negeri 1 Jepara pada tahun 2002 dan Sekolah Menengah Atas di SMA Negeri 1 Jepara pada tahun 2005. Pada tahun 2005 penulis diterima di Program Studi Ilmu Keperawatan (PSIK) Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada (UGM) dan memperoleh gelar sarjana (S.Kep) pada tahun 2009 dan pendidikan Profesi Ners (Ns) pada tahun 2010.

Penulis pernah bekerja di STIKes Madani Yogyakarta sejak tahun 2009, pada tahun 2012 penulis mengikuti pendidikan pascasarjana di Program Studi Magister Keperawatan Universitas Gadjah Mada (UGM) dan memperoleh gelar Magister Keperawatan (peminatan anak) pada bulan Januari 2015. Pada tahun 2016 telah memperoleh Sertifikat Pendidik sebagai Dosen profesional dari Kemenristekdikti dengan nomor registrasi 16105304405468. Penulis pernah menjabat sebagai Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan (2011-2012), Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabmas / LPPM (2014-2017), Wakil Ketua 1 Bidang Akademik (2017-2018). Penulis juga pernah menjadi pengelola Jurnal Kesehatan Madani Medika dari tahun 2014-2017.

Alhamdulillah atas karunia Allah Subhanahu Wa Ta'ala penulis pernah mendapatkan Hibah Penelitian selama 4 tahun berturut-

turut yang dibiayai oleh DIPA Kopertis V D.I. Yogyakarta pada tahun 2015, 2016 dan 2018 serta Hibah Penelitian Dosen Pemula (PDP) Kemenristek Dikti pada tahun 2017. Beberapa buku atau modul pembelajaran yang pernah ditulis oleh peneliti adalah Buku Panduan Praktikum Keperawatan Anak 1, Keperawatan Anak 2 dan Keperawatan Anak 3, Buku Panduan Praktikum Biostatistik, Praktikum Riset Keperawatan, dan Buku Cara Memahami dan Merawat Anak Cerebral Palsy. Selain itu peneliti juga pernah mempublikasikan beberapa hasil penelitian di jurnal nasional maupun di prosiding seminar nasional dan internasional.

Saat ini penulis bekerja sebagai Dosen di Bagian Anak dan Maternitas, Fakultas Keperawatan Universitas Andalas sejak 01 April 2019 sampai sekarang sebagai Dosen CPNS (*Mohon doanya semoga bisa segera menjadi PNS 100 %*) dan dapat segera melanjutkan pendidikan pada jenjang S-3 dengan beasiswa di luar negeri. “Aamin Ya Allah”. Penulis menikah dengan Agustin, Amd.Keb pada tahun 2009 dan dikarunia 3 orang putra yang bernama Muhamad Ihsan Darussalam, Ahsan, dan Dzulqarnain adz-Dzahabi.

