



bkkbn

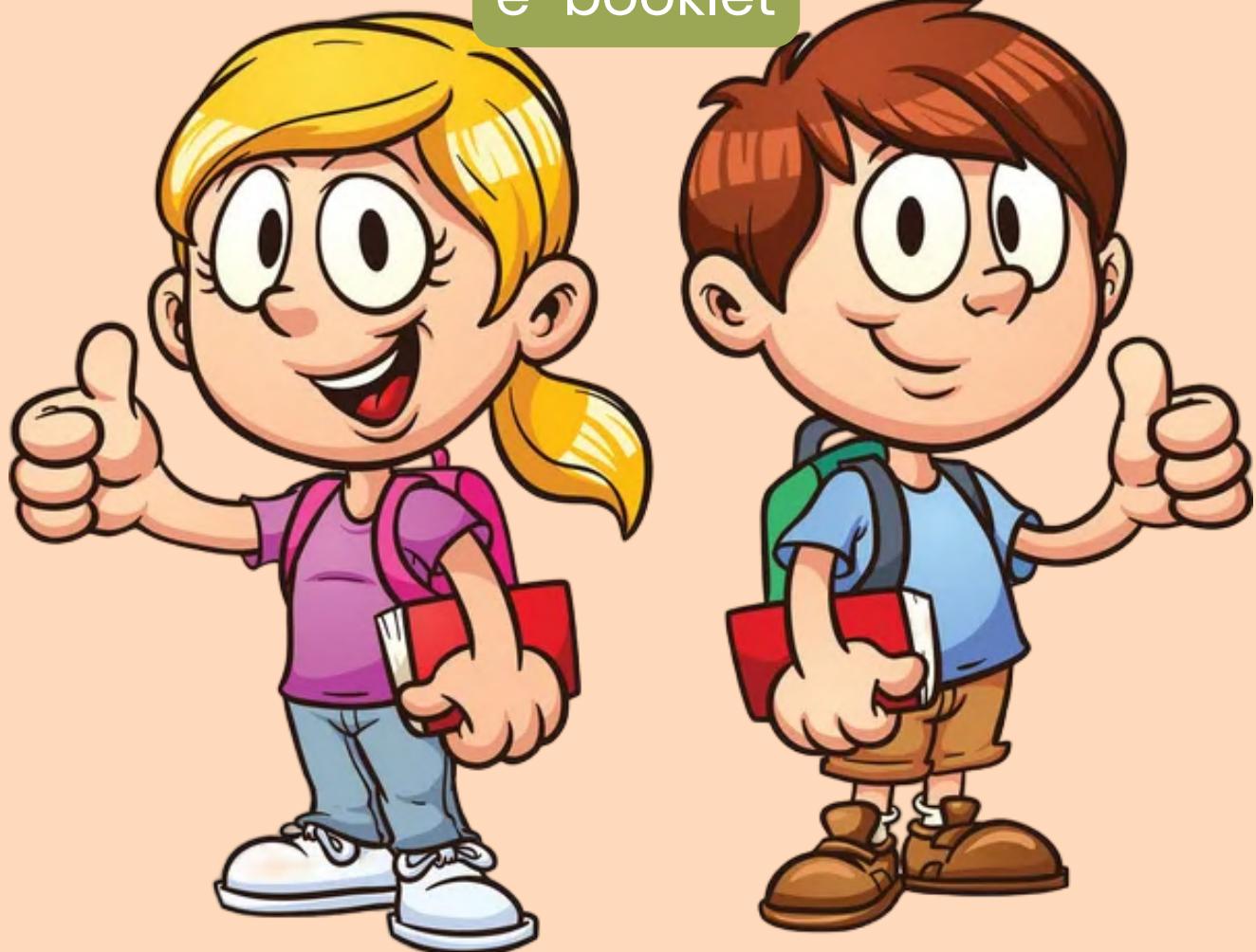
kedaireka

Kampus
Merdeka
INDONESIA JAYA



TUMBUH KEMBANG ANAK SEHAT

e-booklet



TIM Penyusun

Lia Dian A, S.ST., M.Tr.Keb | Claudia Banowati, S.ST., M.Keb | Fatimah, S.SiT., M.Kes
Puji Afiatna, S.Gz., M.Gz | Sri Mumpuni Yuniarsih, Ns., M.Kep | Ns. Dary, S.Kep., MSN



E-BOOKLET TUMBUH KEMBANG ANAK SEHAT

TIM PENYUSUN:

Lia Dian Ayuningrum, S.ST., M.Tr.Keb
(Universitas Alma Ata)

Claudia Banowati, S.ST., M.Keb
(Universitas Alma Ata)

Fatimah, S.SiT., M.Kes
(Universitas Alma Ata)

Puji Afiatna, S.Gz., M.Gz
(Universitas Ngudi Waluyo)

Sri Mumpuni
Yuniarsih.,S.Kep.,Ns.,M.Kep
(Universitas Pekalongan)

Ns. Dary, S.Kep., MSN
(Universitas Kristen Satya Wacana)

Desain dan Layout

Lia Dian Ayuningrum, S.ST., M.Tr.Keb
Claudia Banowati, S.ST., M.Keb
Sigit Nugroho, S.Gz

Reviewer:

Dr. Vivian Nanny Lia Dewi, S.ST., M.Kes
dan Dr. Tri Sunarsih, S.ST., M.Kes

PENDAHULUAN

Alhamdulillah. Tiada kata paling indah selain ucapan rasa syukur atas karunia dari Allah SWT, sehingga kami dapat menyelesaikan *e-booklet* "Tumbuh Kembang Anak Sehat".

e-booklet ini berisi informasi seputar pertumbuhan dan perkembangan anak usia 0-5 tahun beserta dengan stimulasi sederhana yang dapat dilakukan ibu untuk mendukung tumbuh kembang optimal.

Semoga dengan hadirnya *e-booklet* ini, mampu memberikan manfaat dan menjadi hal positif di kehidupan kita semua khususnya berkontribusi dalam upaya penurunan angka stunting di Jawa Tengah.

Yogyakarta, 11 Oktober 2022

Penyusun



MATERI 1.

PERTUMBUHAN ANAK

USIA 0-5 TAHUN



PERTUMBUHAN ANAK

USIA 0-5 TAHUN



Pertumbuhan berkaitan dengan masalah perubahan ukuran, besar, jumlah, atau dimensi pada tingkat sel, organ maupun individu. Pertumbuhan bersifat kuantitatif sehingga dapat diukur dengan satuan berat (gram, kilogram), satuan panjang (cm, meter), umur tulang, dan keseimbangan metabolisme (retensi kalsium dan nitrogen dalam tubuh)

Rata-rata pertambahan berat badan :

- Bayi usia 0-6 bulan: 140-200 gram setiap minggu
- Bayi usia 6-12 bulan: 85-140 gram setiap minggu
- Anak usia 1-2 tahun: 2,5 kg setiap tahun
- Anak usia 2-5 tahun: 2 kg setiap tahun

Rata-rata pertambahan tinggi badan yang ideal:

- Bayi usia 0-12 bulan: 25 cm
- Anak usia 1-2 tahun: 13 cm
- Anak usia 2-3 tahun: 9 cm
- Anak usia 4 tahun hingga 5 tahun: 5 cm setiap tahunnya



SUMBER: SOETIJININGSIH, C. H. (2018). SERI PSIKOLOGI PERKEMBANGAN: PERKEMBANGAN ANAK SEJAK PEMBUAHAN SAMPAI DENGAN KANAK-KANAK AKHIR. KENCANA.

TABEL PERTUMBUHAN MENURUT WHO



Umur	Berat Badan (kg)		Panjang Badan (cm)		Lingkar Kepala (cm)	
	Laki	Perempuan	Laki	Perempuan	Laki	Perempuan
1 Bulan	3,3 - 5,7	3,2 - 5,5	50,8 - 56,8	49,8 - 57,6	35 - 39,5	34,1 - 38,7
2 Bulan	4,2 - 6,9	4,0 - 6,7	54,4 - 62,6	53 - 61,1	37 - 41	35,6 - 40,4
3 Bulan	5,0 - 8,0	4,6 - 7,5	57,3 - 65,6	53,6 - 64	38 - 43	36,7 - 41,7
4 Bulan	5,6 - 8,7	5 - 8,3	59,7 - 68	57,8 - 66,4	39,3 - 44	38,1 - 43,3
5 Bulan	6 - 9,3	5,4 - 8,9	61,7 - 70,4	59,6 - 68,5	40 - 45	39 - 44
6 Bulan	6,3 - 9,8	5,8 - 9,3	63,2 - 71,9	61,2 - 70,3	41 - 45,7	39,6 - 44,8
7 Bulan	6,7 - 10,3	6 - 9,8	64,8 - 73,6	62,7 - 71,9	41,5 - 46,5	40,3 - 45,5
8 Bulan	6,9 - 10,7	6,2 - 10,2	66,2 - 75	64 - 73,5	42 - 47	40,8 - 46
9 Bulan	7,2 - 11,1	6,5 - 10,6	67,5 - 76,3	65,3 - 75	42,5 - 47,5	41,2 - 46,5
10 Bulan	7,4 - 11,4	6,8 - 10,9	68,7 - 77,9	66,5 - 76,4	43 - 48	41,5 - 47
11 Bulan	7,1 - 11,7	6,9 - 11,2	69,9 - 79,2	67,7 - 77,8	43,3 - 48,3	41,8 - 47,3
12 Bulan	7,8 - 12	7,1 - 11,5	71 - 81,5	68 - 79,2	43,5 - 48,6	42,2 - 47,6
15 Bulan	8,3 - 12,9	7,5 - 12,3	74,1 - 84,2	72 - 83	44,3 - 49,5	42,9 - 48,4
1,5 Tahun	8,8 - 13,7	8,1 - 13,2	76,9 - 87,7	74,9 - 86,5	44,8 - 50	43,5 - 49
2 Tahun	9,7 - 15,3	9 - 14,8	81,7 - 93,9	80 - 92,9	45,5 - 51	44,4 - 50
2,5 Tahun	10,5 - 16,8	10 - 16,5	86,2 - 98,2	83,6 - 97,7	46,3 - 51,7	45,1 - 50,8
3 Tahun	11,3 - 18,3	10,8 - 18,1	88,7 - 103,5	87,5 - 102,6	46,7 - 52,3	45,7 - 51,3
3,5 Tahun	12 - 19,7	11,7 - 19,7	91,9 - 107,8	91 - 107,2	47 - 52,7	46,1 - 51,8
4 Tahun	12,7 - 21,2	12,4 - 21,5	94,9 - 111,7	94 - 111,3	47,3 - 53,2	46,5 - 52,1
4,5 Tahun	13,4 - 22,6	13 - 23,2	97,6 - 115,5	97 - 115,2	47,5 - 53,5	46,8 - 52,5
5 Tahun	14,1 - 24,2	13,8 - 24,9	107 - 119,2	100 - 119	47,8 - 53,7	47,1 - 52,8

MATERI 2.

PERKEMBANGAN

USIA 0-5 TAHUN

&

STIMULASINYA



PERKEMBANGAN ANAK

USIA 0-5 TAHUN



Perkembangan adalah bertambahnya struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam kemampuan gerak kasar, gerak halus, bicara dan bahasa serta sosialisasi dan kemandirian. Perkembangan merupakan proses perubahan yang teratur dari satu tahapan ketahapan selanjutnya, artinya perkembangan anak mencakup perkembangan mental, kecerdasan, tingkah laku, budi pekerti sikap dan sebagainya. Apabila diamati, anak berkembang melewati proses pematangan, berlangsung secara bertahap dan dalam waktu tertentu. Kemampuannya meningkat dari sederhana menjadi kemampuan yang lebih sulit. Kita tidak boleh memaksa anak untuk menjalani proses perkembangan yang belum saatnya, seperti contoh: anak berkembang dari mulai tengkurap, dudu, lalu selanjutnya bisa berdiri sendiri tanpa dibantu oleh siapapun. Apabila anak memang belum bisa berdiri, namun dipaksa berdiri maka akan berpengaruh pada pertumbuhan kakinya yang menjadi tidak wajar.

SUMBER: SOETIJNINGSIH, C. H. (2018). SERI PSIKOLOGI PERKEMBANGAN: PERKEMBANGAN ANAK SEJAK PEMBUAHAN SAMPAI DENGAN KANAK-KANAK AKHIR. KENCANA.



PERKEMBANGAN USIA 0-3 BULAN



Berikan centang pada jika bayi mampu melakukannya

- Bayi menatap ke arah ibu
- Mengeluarkan suara ..oo..oo
- Tersenyum
- Menggerakkan tangan dan kaki
- Tertawa
- Mengangkat kepala tegak ketika tengkurap
- Menggerakkan kepala ke kanan dan ke kiri
- Membalas senyum ketika diajak berbicara
- Mengoceh



Jika bayi tidak bisa melakukan 1 hal di atas pada usia 3 bulan, segera bawa ke bidan

Bawa bayi setiap 3 bulan untuk periksa tumbuh kembang ke fasilitas kesehatan

STIMULASI ANAK USIA 0-3 BULAN

MOTORIK KASAR:

Mengangkat kepala, menahan kepala tetap tegak dan berguling-guling



MOTORIK HALUS:

- Memperhatikan benda bergerak.
- Melihat, meraih dan menendang mainan gantung
- Memegang benda

SUMBER: SULISTYAWATI, A. (2019). DETEKSI TUMBUH KEMBANG ANAK. JAKARTA: SALEMBHA MEDIKA

STIMULASI ANAK USIA 0-3 BULAN

KEMAMPUAN BICARA DAN BAHASA:

- Ajak bayi berbicara sesering mungkin
- Tirukan ocehan bayi sesering mungkin



KEMAMPUAN SOSIALISASI DAN KEMANDIRIAN

- Memberikan rasa aman dan rasa kasih sayang
- Ajak bayi untuk tersenyum
- Tenangkan bayi dengan mengayun atau bersenandung dengan nada lembut dan penuh kasih sayang

SUMBER:SULISTYAWATI, A. (2019). DETEKSI TUMBUH KEMBANG ANAK. JAKARTA: SALEMBHA MEDIKA



PERKEMBANGAN USIA 6 BULAN



Berikan centang pada jika bayi mampu melakukannya

- Mempertahankan posisi kepala tetap tegak
- Menggenggam mainan
- Posisi telungkup dengan dada diangkat
- Bersuara keras/bernada tinggi
- Berbalik dari telungkup ke telentang
- Tersenyum saat melihat mainan lucu
- Mengarahkan mata pada benda kecil(kacang)
- Meraih mainan
- Berusaha mengangkat leher saat diangkat



Jika bayi tidak bisa melakukan 1 hal di atas, segera bawa ke bidan

Bawa bayi setiap 3 bulan untuk periksa tumbuh kembang ke fasilitas kesehatan



STIMULASI ANAK USIA 6 BULAN



MOTORIK KASAR:

Angkat badan bayi ke posisi berdiri dengan menahan kedua ketiaknya. Amati apakah kaki bayi barusaha untuk menahan berat badannya. Jangan lepaskan semua beban ke kaki bayi, namun melepaskan perlahan sejauh kemampuan kaki menahan berat tubuhnya



MOTORIK HALUS:

- Memegang benda dengan kedua tangan secara kuat
- Bayi bisa memegang biskuit dan memasukkan ke dalam mulutnya tanpa dibantu
- Bayi dapat mengambil benda kecil (remahan biskuit)

SUMBER:SULISTYAWATI, A. (2019). DETEKSI TUMBUH KEMBANG ANAK. JAKARTA: SALEMBHA MEDIKA



STIMULASI ANAK USIA 6 BULAN

KEMAMPUAN BICARA DAN BAHASA:

- Mencari sumber suara. Upayakan jika ada suara, arahkan wajah bayi ke arah sumber suara (contoh suara kakaknya berbicara atau suara kucing)
- Ajarkan untuk menirukan suara-suara sederhana ("ma..ma atau pa..pa..")

ma..ma. pa..pa..



KEMAMPUAN SOSIALISASI DAN KEMANDIRIAN

- Ajak anak untuk bermain "ciluk-ba"
- Ajak anak untuk melihat dirinya di kaca

SUMBER:SULISTYAWATI, A. (2019). DETEKSI TUMBUH KEMBANG ANAK. JAKARTA: SALEMBHA MEDIKA



PERKEMBANGAN USIA 9 BULAN



Berikan centang pada jika bayi mampu melakukannya

- Merambat
- Mencari mainan yang dijatuhkan
- Posisi telungkup dengan dada diangkat
- Bersuara keras/bernada tinggi
- Berbalik dari telungkup ke telentang
- Tersenyum saat melihat mainan lucu
- Mengarahkan mata pada benda kecil(kacang)
- Meraih mainan
- Berusaha mengangkat leher saat diangkat



Jika bayi tidak bisa melakukan 1 hal di atas, segera bawa ke bidan

Bawa bayi setiap 3 bulan untuk periksa tumbuh kembang ke fasilitas kesehatan

STIMULASI ANAK USIA 9 BULAN

MOTORIK KASAR:

- Latih bayi untuk merangkak
- Dudukkan bayi di atas tempat tidur, lalu tarik kedua tangannya ke posisi berdiri
- Ketika bayi sudah dapat berdiri, letakkan mainan yang disukai di hadapannya, sehingga ia akan meraih mainan tersebut



MOTORIK HALUS:



- Ajak anak untuk membuat bunyi-bunyian. Contoh bermain genderang dengan cara mengetuk-ketuk kaleng kosong hingga menimbulkan suara
- Ajak anak bermain dengan mainan yang mengapung di air (contoh membuat kapal dari kertas)

SUMBER:SULISTYAWATI, A. (2019). DETEKSI TUMBUH KEMBANG ANAK. JAKARTA: SALEMBA MEDIKA



STIMULASI ANAK USIA 9 BULAN

KEMAMPUAN BICARA DAN BAHASA:
Ajak anak untuk menyebutkan nama
gambar di buku/majalah (contoh
nama benda atau nama hewan)



KEMAMPUAN SOSIALISASI DAN KEMANDIRIAN
Ajarkan anak untuk merespons komunikasi. Contoh ketika ayah atau ibunya pergi dan melambaikan tangan dengan mengucap kata "da...dah", maka ajarkan bayi untuk merespons dengan melambaikan tangan juga. Perlahan latih dengan merespon kata "da...dah",

SUMBER:SULISTYAWATI, A. (2019). DETEKSI TUMBUH KEMBANG ANAK. JAKARTA: SALEMBA MEDIKA



PERKEMBANGAN USIA 12 BULAN



Berikan centang pada jika bayi mampu melakukannya

- Berusaha mencari dalam petak-umpet
- Berdiri selama 30 detik
- Berjalan berpegangan
- Mengenal anggota keluarga
- Takut/ malu-malu pada orang baru
- Mengatakan kata "ma..ma.., pa..pa.."
- Memegang benda kecil
- Menumpuk 2 kubus kecil
- Menunjuk apa yang diinginkan tanpa menangis



Jika bayi tidak bisa melakukan 1 hal di atas, segera bawa ke bidan

Bawa bayi setiap 3 bulan untuk periksa tumbuh kembang ke fasilitas kesehatan



STIMULASI ANAK USIA 12 BULAN

MOTORIK KASAR:

- Latih anak untuk berjalan sendiri tanpa bantuan dengan memberikan mainan/makanan yang dia suka dihadapannya
- Ajarkan anak untuk naik dan turun tangga dengan anak tangga yang rendah. Diawali dengan orang tua menunjukkan caranya, kemudian anak mencoba

MOTORIK HALUS:

- Ajak anak bermain menyusun balok
- Berikan anak kertas dan pensil warna. Biarkan anak untuk menggambar atau mewarnai

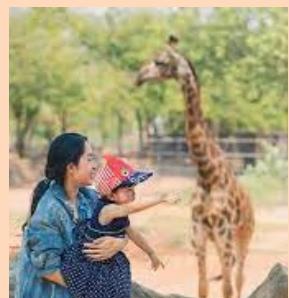
SUMBER:SULISTYAWATI, A. (2019). DETEKSI TUMBUH KEMBANG ANAK. JAKARTA: SALEMBHA MEDIKA



STIMULASI ANAK USIA 12 BULAN

KEMAMPUAN BICARA DAN BAHASA:

- Ajak anak untuk bernyanyi atau bersenandung
- Usahakan untuk berbicara tiap hari kepada bayi. sebutkan kata-kata yang ia ketahui, seperti makan, minum, bobok dll. Puji bayi jika benar mengucapkan



KEMAMPUAN SOSIALISASI DAN KEMANDIRIAN

- Sering mengajak anak untuk pergi ke tempat umum: toko, tempat bermain, kebun binatang dll
- Melatih buang air besar di kamar mandi/WC
- Berdandan dan berpakaian tanpa bantuan

SUMBER:SULISTYAWATI, A. (2019). DETEKSI TUMBUH KEMBANG ANAK. JAKARTA: SALEMBHA MEDIKA



PERKEMBANGAN USIA 15 BULAN

Si kecil sudah bisa apa ya ?



Berikan centang pada jika bayi
mampu melakukannya

- Mempertemukan 2 kubus
- Berjalan dengan baik
- Bertepuk tangan
- Memanggil "mama", "papa" saat melihatnya
- Membungkuk saat mengambil mainan
- Mengatakan kata "ma..ma.., pa..pa.."
- Memegang benda kecil
- Menunjuk apa yang diinginkan tanpa menangis



Jika bayi tidak bisa
melakukan 1 hal
di atas, segera bawa
ke bidan

Bawa anak setiap
3 bulan untuk periksa
tumbuh kembang
ke fasilitas kesehatan



PERKEMBANGAN USIA 18-21 BULAN



Berikan centang pada jika bayi mampu melakukannya

- Melemparkan bola yang diterima anak
- Belajar memegang cangkir
- Menirukan ibu saat "menyapu"/"mengelap"
- Menyebutkan 3 kata selain "mama-papa"
- Belajar berjalan mundur tanpa jatuh

Jika bayi tidak bisa melakukan 1 hal di atas, segera bawa ke bidan

Bawa anak setiap 3 bulan untuk periksa tumbuh kembang ke fasilitas kesehatan



PERKEMBANGAN USIA 2 TAHUN

Si kecil sudah bisa apa ya ?



Berikan centang pada jika anak mampu melakukannya

- Meniru pekerjaan rumah
- Berjalan mundur
- Melepaskan pakaian
- Menyebut 3-6 kata (bola, piring, buku)
- Naik tangga dan berlari-lari
- Mengatakan kata "ma..ma.., pa..pa.."
- Menunjuk 1 atau lebih bagian tubuh
- Belajar makan sendiri
- Membantu mengangkat piring
- Menendang bola kecil (tenis)



Jika anak tidak bisa melakukan 2 hal di atas, segera bawa ke bidan

Bawa anak setiap 6 bulan untuk periksa tumbuh kembang ke fasilitas kesehatan



PERKEMBANGAN USIA 3 TAHUN



Berikan centang pada jika anak mampu melakukannya

- Mencoret-coret kertas
- Bicara dengan baik 2 kata "terima kasih"
- Menyebutkan 2-5 nama hewan
- Mengikuti perintah dengan baik
- Menggambar garis lurus
- Melompat dengan kedua kaki
- Memakai sepatu sendiri
- Mengayuh sepeda roda tiga
- Melempar bola lurus
- Menumpuk 4 kubus tanpa berjatuhan



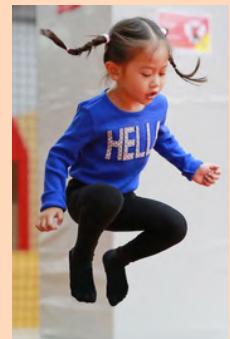
Jika anak tidak bisa melakukan 2 hal di atas, segera bawa ke bidan

Bawa anak setiap 6 bulan untuk periksa tumbuh kembang ke fasilitas kesehatan

STIMULASI ANAK USIA 2-3 TAHUN

MOTORIK KASAR:

Latih anak untuk memanjat, berlari, melompat, bermain bola, dan melatih keseimbangan badan



MOTORIK HALUS:

Ajak anak untuk bermain puzzle, menyusun balok, menggambar dan membuat gambar tempelan

SUMBER:SULISTYAWATI, A. (2019). DETEKSI TUMBUH KEMBANG ANAK. JAKARTA: SALEMBA MEDIKA



STIMULASI ANAK USIA 2-3 TAHUN



KEMAMPUAN BICARA DAN BAHASA:

- Membacakan buku cerita pada anak
- Latih anak untuk menyebutkan nama lengkapnya
- latih anak untuk bercerita tentang apa yang dilihat, baik dari buku atau saat berjalan-jalan



**HELLO
MY NAME IS**



KEMAMPUAN SOSIALISASI DAN KEMANDIRIAN

- Sering mengajak anak untuk pergi ke tempat umum: toko, tempat bermain, kebun binatang dll
- Melatih buang air besar di kamar mandi/WC
- Berdandan dan berpakaian tanpa bantuan

Sumber:

Pedoman Pelaksanaan Stimulasi, Deteksi, dan Intervensi Tumbuh Kembang Anak di Tingkat Pelayanan Kesehatan Dasar. Kementerian Kesehatan RI Tahun 2022.





PERKEMBANGAN USIA 4 TAHUN



Berikan centang pada jika anak mampu melakukannya

- Mengayuh sepeda >3 meter
- Mencuci tangan dengan baik tanpa arahan
- Berdiri satu kaki tanpa berpegangan
- Menggambar lingkaran
- Menyusun 8 kubus tanpa berjatuhan
- Mengikuti aturan permainan dengan teman
- Memakai baju/kemeja, celana panjang
- Menyebutkan nama lengkap



Jika anak tidak bisa melakukan 1 hal di atas, segera bawa ke bidan

Bawa anak setiap 6 bulan untuk periksa tumbuh kembang ke fasilitas kesehatan

STIMULASI ANAK USIA 4 TAHUN

MOTORIK KASAR: Berjalan mengikuti garis lurus
(buat garis lurus dengan kapur atau susun batu bata
memanjang di halaman rumah – tunjukkan pada anak
cara berjalan lurus di atas garis/di atas batu bata tersebut
dengan merentangkan kedua tangan ke samping untuk
melatih keseimbangan badan



MOTORIK HALUS:

- Ajarkan anak untuk bermain puzzle yang lebih sulit dari usia 2-3 tahun
- Beri anak selembar kertas dan pensil. Ajarkan anak untuk menggambar garis lurus, bulat, segi empat, segi tiga, menulis huruf dan angka, serta ajarkan menuliskan namanya
- Menggambar jari tangan dengan cat air

SUMBER:SULISTYAWATI, A. (2019). DETEKSI TUMBUH KEMBANG ANAK. JAKARTA: SALEMPA MEDIKA

STIMULASI ANAK USIA 4 TAHUN

KEMAMPUAN BICARA DAN BAHASA:

- Latih anak untuk bercerita mengenai dirinya, hobinya atau kesehariannya bersama temannya.
- Ibu dapat menunjukkan album foto anak kemudian bercerita dan bertanya mengenai peristiwa yang ada di foto tersebut



KEMAMPUAN SOSIALISASI DAN KEMANDIRIAN

- Latih anak untuk makan menggunakan sendok dan garpu dengan baik
- Bermain dengan anak dengan mengajak anak untuk membantu pekerjaan rumah tangga yang ringan
- Tunjukkan pada anak cara membersihkan tangan dan kaki dengan sabun. Kemudian ajarkan anak untuk mandi sendiri

Sumber:
Pedoman Pelaksanaan Stimulasi, Deteksi, dan Intervensi Tumbuh Kembang Anak di Tingkat Pelayanan Kesehatan Dasar. Kementerian Kesehatan RI Tahun 2022.



PERKEMBANGAN USIA 5 TAHUN



Berikan centang pada jika anak mampu melakukannya

- Menjawab pertanyaan dengan benar
- Menggantingkan baju
- Berdiri 6 detik dengan satu kaki
- Membedakan panjang-pendek
- Menggambar tanda "+"
- Mengerti makna "depan", "belakang"
- Menyebutkan 4 warna
- Melompat-lompat
- Tidak menangis saat ditinggal ibu



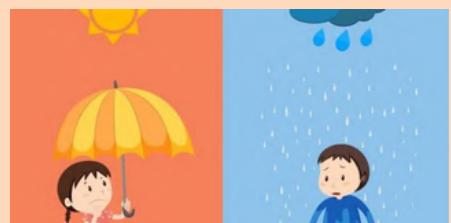
Jika anak tidak bisa melakukan 2 hal di atas, segera bawa ke bidan

Bawa anak setiap 6 bulan untuk periksa tumbuh kembang ke fasilitas kesehatan

STIMULASI ANAK USIA 5 TAHUN

KEMAMPUAN BICARA DAN BAHASA:

- Bercerita "ketika saya masih kecil". Ceritakan kepada anak masa kecil kita dan selanjutnya minta kepada anak untuk bercerita tentang masa kecilnya.
- Mengenal musim. Bantu anak untuk mengenal musim, yaitu musim hujan dan kemarau. Jelaskan pengaruh kedua musim tersebut terhadap tanaman, binatang dan alam sekitar



KEMAMPUAN SOSIALISASI DAN KEMANDIRIAN

- Berikan tugas rutin pekerjaan rumah pada anak
- Buat anak mau berinteraksi dan bermain dengan teman sebayanya
- Bermain "berjualan dan berbelanja di toko"

SUMBER:SULISTYAWATI, A. (2019). DETEKSI TUMBUH KEMBANG ANAK. JAKARTA: SALEMBA MEDIKA

STIMULASI ANAK USIA 5 TAHUN

MOTORIK KASAR:

Ajak anak untuk bermain lomba karung, main engklek dan lompat tali



MOTORIK HALUS:

Ajak anak untuk berkebun. Mulai dari menanam biji kacang hijau di kaleng/gelas yang diisi tanah. Ajak anak untuk menyiram tanaman dan memperhatikan pertumbuhan tanaman dari hari ke hari. Ajak bicara mengenai pertumbuhan tanaman



Sumber:
Pedoman Pelaksanaan Stimulasi, Deteksi, dan Intervensi Tumbuh Kembang Anak di Tingkat Pelayanan Kesehatan Dasar. Kementerian Kesehatan RI Tahun 2022.

LAMPIRAN

MATERI





PERKEMBANGAN ANAK USIA 12-18 BULAN

Berdasarkan skala Yaumil-mimi, tahap perkembangan anak usia 12-18 Bulan dapat diamati sebagai berikut:

1. Berjalan dan mengeksplorasi rumah serta kelilingnya
2. Menyusun dua atau tiga kubus
3. Dapat Mengatakan 5-10 kata
4. Menunjukkan rasa cemburu dan rasa bersaing
5. Naik atau turun tangga
6. Menyusun enam kubus
7. Menunjuk 1-2 bagian tubuh
8. Belajar makan sendiri
9. Menggambar garis lurus
10. Tertarik pada hal-hal baru



Sumber:Sulistyawati, A. (2019). Deteksi tumbuh kembang anak. Jakarta: Salemba Medika

PERKEMBANGAN KOGNITIF USIA 2-3 TAHUN



- a. Terlibat dalam permainan pura-pura dan imajinatif
- b. Mencocokkan bentuk
- c. Memahami konsep "aku"
- d. Bermain berdampingan dengan teman sebaya
- e. Mengurutkan warna
- f. Mengidentifikasi bagian tubuh dan fungsinya
- g. Menyelesaikan teka-teki 3 hingga 4 bagian

Sumber: Children's Hospitals and Clinics of Minnesota Patient/Family Education. (2015). Developmental milestones 2 to 3 years. <https://www.childrensmn.org/educationmaterials/childrensmn/article/15312/developmental-milestones-2-to-3-years/>

PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR USIA 2-3 TAHUN



1. Melompat di tempat dengan kedua kaki
2. Naik dan turun seluncuran balita
3. Mengayuh Pedal sepeda roda tiga
4. Berjalan naik dan turun tangga ketika satu tangan dipegang oleh orang dewasa
5. Berdiri sebentar dengan satu kaki ketika satu tangan dipegang oleh orang dewasa
6. Berjalan mundur

Sumber: Children's Hospitals and Clinics of Minnesota Patient/Family Education. (2015). Developmental milestones 2 to 3 years. <https://www.childrensmn.org/educationmaterials/childrensmn/article/15312/developmental-milestones-2-to-3-years/>

PERKEMBANGAN MOTORIK HALUS USIA 2-3 TAHUN



1. Menyusun balok 6 susun
2. Memegang krayon dengan ibu jari dan jari
3. Merangkai manik-manik besar pada tali yang kaku
4. Menggunting
5. Meniru garis vertikal dan horizontal, dan lingkaran
6. Menyalin garis dan lingkaran vertikal dan horizontal

Sumber: Children's Hospitals and Clinics of Minnesota Patient/Family Education. (2015). Developmental milestones 2 to 3 years. <https://www.childrensmn.org/educationmaterials/childrensmn/article/15312/developmental-milestones-2-to-3-years/>

PERKEMBANGAN SOSIO-EMOSIONAL USIA 2-3 TAHUN



1. Menggunakan garpu dan sendok
2. Mencuci dan Mengeringkan tangan dengan pengawasan
3. Menyikat gigi dengan bantuan
4. Menggunakan toilet secara konsisten (kadang-kadang beberapa kecelakaan)
5. Berpakaian dan menanggalkan pakaian sendiri dengan bantuan
6. Menyimpan barang-barang sendiri, membantu membersihkan dan menyimpan barang-barang



Sumber: Children's Hospitals and Clinics of Minnesota Patient/Family Education. (2015). Developmental milestones 2 to 3 years. <https://www.childrensmn.org/educationmaterials/childrensmn/article/15312/developmental-milestones-2-to-3-years/>

PERKEMBANGAN BAHASA USIA 2-3 TAHUN

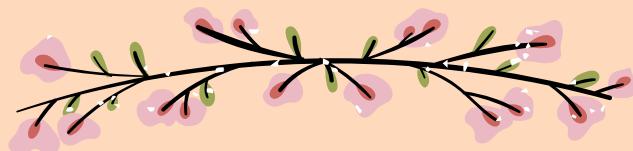


1. Menyebutkan nama, umur, warna dan tempat
2. Menggunakan dua-tiga kata dengan baik
3. Meniru dan mengulangi bunyi atau kata
4. Merespon ketika dipanggil
5. Melaksanakan Perintah

Sumber: Children's Hospitals and Clinics of Minnesota Patient/Family Education. (2015). Developmental milestones 2 to 3 years. <https://www.childrensmn.org/educationmaterials/childrensmn/article/15312/developmental-milestones-2-to-3-years/>

PERKEMBANGAN ANAK USIA

3-4 TAHUN



Anak-anak mengalami banyak perubahan dimulai sejak dari usia 3 hingga 5 tahun. Perubahan ini terungkap secara bertahap dari waktu ke waktu dan ditandai dengan milestones yang diterima secara umum.

Tetapi tidak semua anak berkembang dengan kecepatan yang sama dan ada rentang usia untuk semua perilaku perkembangan. Satu anak mungkin mencapai milestones lebih awal atau justru sebaliknya. Tahap perkembangan dapat diprediksi, meskipun munculnya keterampilan tertentu bervariasi pada setiap anak.



PERKEMBANGAN ANAK USIA 3-4 TAHUN

Berdasarkan skala Yaumil-mimi, tahap perkembangan anak usia 3-4 tahun dapat diamati sebagai berikut:

1. Berjalan-jalan sendiri mengunjungi Tangga
2. Berjalan sambil berjinjit
3. Belajar berpakaian dan melepaskannya
4. Menggambar garis silang
5. Menggambar orang hanya bagian kepala dan badan
6. Mengenal dua atau tiga warna
7. Bicara dengan baik
8. Menyebut nama sendiri, jenis kelamin dan umur
9. Banyak bertanya
10. Mengenal sisi atas, bawah, samping depan dan belakang
11. Mendengarkan cerita-cerita
12. Bermain dengan anak yang lain
13. Menunjukkan rasa sayang
14. Dapat melaksanakan tugas-tugas sederhana



Sumber:Sulistyawati, A. (2019). Deteksi tumbuh kembang anak. Jakarta: Salemba Medika

PERKEMBANGAN KOGNITIF USIA 3-4 TAHUN



Perkembangan Kognitif pada usia 3-4 tahun menurut Teori Piaget's berada pada tahap praoperasional, anak-anak mulai mampu berpikir tentang dunia menggunakan simbol. Simbol adalah sesuatu yang mewakili sesuatu yang lain. Penggunaan bahasa, baik berupa kata-kata maupun gerak tubuh, memudahkan untuk mengetahui dan berkomunikasi tentang dunia. Ini merupakan ciri kecerdasan praoperasional dan terjadi pada anak usia dini. Anak di peridoe usia ini mulai memahami konsep penghitungan dan mulai terlibat dalam permainan fantasi atau khayalan.

Sumber: Paris, J., Ricardo, A., & Rymond, D. (2019). *Child growth and development Version 1.2.*
College of the Canyons.

3 KATEGORI PERKEMBANGAN KOGNITIF



2. BERPIKIR LOGIS

Anak mulai memahami tentang perbedaan, jenis, pola, rencana, inisiatif dan mengenal hubungan sebab-akibat dalam kehidupan sehari-hari



3. BERPIKIR SIMBOLIK

Periode berfikir simbolik, anak mengenal, menyebutkan dan menggunakan konsep angka, huruf dan mampu mempresentasikan benda disekitar dan imajinasinya dalam bentuk gambar



KETERAMPILAN PERKEMBANGAN KOGNITIF



Beberapa kemampuan yang dicapai pada usia 3-4 tahun adalah:

1. Memperhatikan cerita dengan seksama dan mampu mengomentari
2. Tahu dan dapat mengidentifikasi dasar bentuk—persegi, lingkaran, segitiga
3. Mampu mengurutkan benda berdasarkan warna, ukuran, atau bentuk
4. Memahami konsep ukuran, seperti mana yang terkecil atau terbesar.
5. Mengetahui warna Merah, Biru dan Kuning
6. Senang berhitung dan melakukannya dengan suara keras
7. Memahami situasi berbahaya, seperti kompor itu panas atau mobil yang melaju cepat
8. Mengenali alasan sebab akibat
9. Menghitung 1-20
10. Menyebutkan huruf kapital dan menuliskannya



Sumber: Paris, J., Ricardo, A., & Rymond, D. (2019). *Child growth and development Version 1.2*. College of the Canyons.

PERKEMBANGAN MOTORIK USIA 3-4 TAHUN



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. Keterampilan motorik halus diperlukan untuk banyak aspek perawatan diri seperti anak-anak, misalnya: mengenakan sepatu, makan sendiri, membersihkan gigi sendiri.

Sumber: childevelopment. (2019). Gross Motor Skills | Gross Motor Skills Development | Kid Sense. dalam Mansur, A. R., & Andalas, U. (2019). Tumbuh kembang anak usia prasekolah. Andalas University Pres, 1(1).

PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR USIA 3-4 TAHUN

Menarik, Melempar dan Menangkap



Menendang dan berlari



Berjalan dan Melompat-lompat



Memanjat



Koordinasi mata dan tangan



Sumber: Mansur, A. R., & Andalas, U. (2019). Tumbuh kembang anak usia prasekolah. Andalas University Pres, 1(1).

PERKEMBANGAN MOTORIK HALUS USIA 3-4 TAHUN

Menggambar garis lurus



Mengenakan kemeja, baju, celana panjang



Mengenakan sepatu sendiri



Mencuci dan Mengeringkan tangan

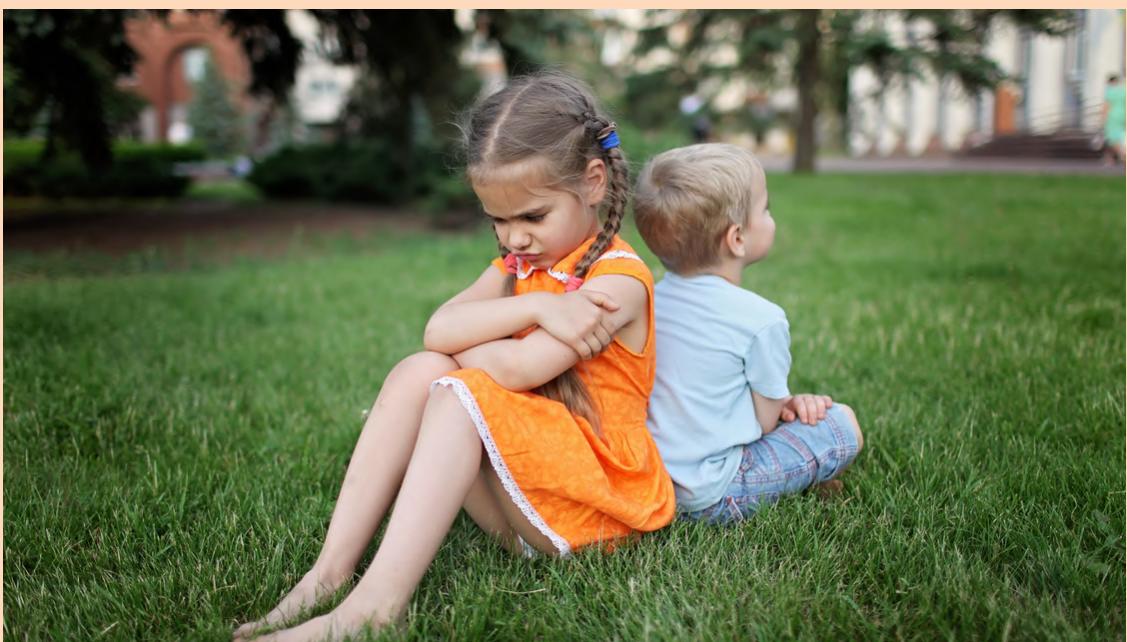


Menumpuk 8 buah kubus



Sumber: Buku Kesehatan Ibu dan Anak. 2020. Kementerian Kesehatan RI. Jakarta: Kementerian Kesehatan dan JICA

PERKEMBANGAN SOSIO-EMOSIONAL USIA 3-4 TAHUN



Pada usia 3-4 tahun, kemampuan anak meningkat dalam menunjukkan emosi, anak akan mulai memahami konsekuensi dari tindakan/ perilakunya, seperti pemahaman akan diri sendiri (kepercayaan diri, selalu takut, bersemangat untuk belajar, bangga dengan budaya mereka, takut akan kesalahan), bagaimana mereka berperilaku (seperti terus-menerus berkelahi, mudah marah, mampu menangani konflik), dan bagaimana mereka berhubungan dengan orang lain, terutama orang-orang yang berarti bagi mereka (misalnya, orang tua, guru, dan teman).

Sumber: Rahmawati, M., & Latifah, M. (2020). Penggunaan Gawai, Interaksi Ibu-Anak, Dan Perkembangan SosialEmosional Anak Prasekolah. Jur. Ilm. Kel. & Kons., 13(1), 75–86. <https://doi.org/10.24156/jikk.2020.13.1.75>

PERKEMBANGAN BAHASA USIA 3-4 TAHUN



Anak usia 3-4 tahun umumnya memiliki semangat dalam berbicara, keingintahuannya cenderung lebih besar, seperti menceritakan sesuatu yang terjadi di sekelilingnya kepada orang terdekat. Anak pada usia ini walaupun mempunyai semangat yang tinggi dalam berbicara sebagian dari mereka belum dapat menyusun kata dengan baik. Anak akan senang sekali memulai percakapan dengan kalimat atau kata, “Ada apa?”, “Di mana?”, “Bagaimana?” atau “Kenapa?”.

Sumber: Lestari, I. (2021). Perkembangan Bahasa pada Anak Usia 3-4 Tahun. *Jurnal Kualita Pendidikan*, 2(2), 113-118.

PERKEMBANGAN KOGNITIF USIA 4-5 TAHUN

Counting Activity



1. Membedakan besar-kecil
2. Menghitung menggunakan jari-jari
3. Menyebutkan minimal 4 warna
4. Menyebutkan hari-hari dalam seminggu
5. Memahami lawan kata
6. Mampu menyebutkan namanya
7. Banyak bertanya
8. Mampu mengikuti perintah
9. Berfantasi, contoh bermain peran sebagai dokter

Sumber: Sumber: Kyle, T. & Carman, S. (2013); Maredante, K.J., & Kliegman, R.M. (2019)

PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR USIA 4-5 TAHUN



1. Mampu berdiri dengan satu kaki
2. Melompat dengan satu kaki
3. Mampu melempar, menangkap, dan menendang bola
4. Menari
5. Berjalan Jinjit
6. Berjalan maju mundur dengan lincah
7. Naik turun tangga
8. Berayun dan memanjat



Sumber: Sumber: Kyle, T. & Carman, S. (2013); Maredante, K.J., & Kliegman, R.M. (2019)

PERKEMBANGAN MOTORIK HALUS USIA 4-5 TAHUN



1. Menggambar lingkaran dan segi empat
2. Menggambar orang terdiri dari kepala, badan, lengan atau kaki
3. Menggosok gigi sendiri
4. Memakai baju sendiri
5. Menggunakan gunting dengan baik
6. Mengikat dan melepas tali sepatu
7. Meniru menuliskan huruf



Sumber: Sumber: Kyle, T. & Carman, S. (2013); Maredante, K.J., & Kriegman, R.M. (2019)

PERKEMBANGAN SOSIO-EMOSIONAL USIA 4-5 TAHUN

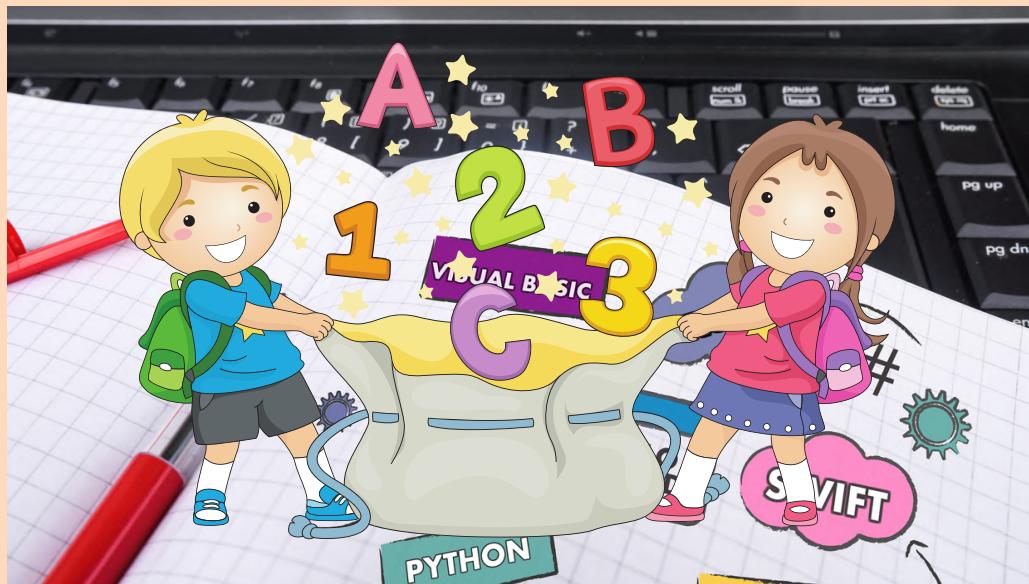


1. Menaruh minat pada aktivitas orang dewasa
2. Memprotes apabila dilarang apa yang diinginkan
3. Berteman dengan teman sebaya
4. Senang bermain dan beraktivitas dengan teman sebaya



Sumber: Sumber: Kyle, T. & Carman, S. (2013); Maredante, K.J., & Kliegman, R.M. (2019)

PERKEMBANGAN BAHASA USIA 4-5 TAHUN



1. Mendengar dan mengulang hal-hal penting, serta bercerita
2. Menunjukkan minat pada kata-kata baru dan artinya
3. Mampu berbicara menggunakan kalimat sederhana terdiri dari 3 kata atau lebih

Sumber: Sumber: Kyle, T. & Carman, S. (2013); Maredante, K.J., & Kliegman, R.M. (2019)

MARI WUJUDKAN TUMBUH KEMBANG OPTIMAL MENUJU GENERASI EMAS

Gambar dalam booklet ini didownload dari :
https://www.canva.com/id_id/pro/
google.com

