

BAB I PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Istilah tumbuh kembang sebenarnya mencakup dua peristiwa yang sifatnya berbeda, tetapi saling berkaitan dan sulit dipisahkan yaitu pertumbuhan dan perkembangan. Dan untuk tercapainya tumbuh kembang yang optimal tergantung pada potensi biologik seseorang yang merupakan hasil interaksi berbagai faktor yang saling berkaitan, yaitu faktor genetik, lingkungan bio-fisiko-psiko sosial dan perilaku. Proses yang unik dan hasil akhir yang berbeda-beda yang memberikan ciri tersendiri pada setiap anak.

Oleh karena itu, tumbuh kembang harus menjadi perhatian bagi pemerintah, tenaga kesehatan, dan masyarakat khususnya supaya anak Indonesia dapat mencapai kesehatan yang optimal.

B. TUJUAN

Adapun tujuan dari makalah Tumbuh Kembang dan konsep bermain pada balita adalah mempelajari berbagai hal yang berhubungan dengan segala upaya untuk menjaga dan mengoptimalkan tumbuh kembang anak baik fisik, mental, sosial. Juga menegakkan diagnosis dini setiap kelainan tumbuh kembang dan kemungkinan penanganan yang efektif, serta mencari penyebab dan mencegah keadaan tersebut.

BAB II

TINJAUAN TEORITIS

2.1 TUMBUH KEMBANG PADA BALITA

A. DEFINISI

1. Pertumbuhan (*growth*) berkaitan dengan masalah perubahan dalam besar, jumlah, ukuran atau dimensi tingkat sel, organ maupun individu, yang bisa diukur dengan ukuran berat (gram, kilogram), ukuran panjang (cm, meter).
2. Perkembangan (*development*) adalah bertambahnya kemampuan (skill) dalam struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam pola yang teratur sebagai hasil dari proses pematangan. Menyangkut perkembangan emosi, intelektual dan tingkah laku sebagai hasil interaksi dengan lingkungannya.

B. FAKTOR YANG MEMPENGARUHI TUMBUH KEMBANG

1. Faktor genetik

Faktor genetik merupakan modal dasar dalam mencapai hasil akhir proses tumbuh kembang anak. Faktor genetik antara lain adalah berbagai faktor bawaan yang normal dan patologik, jenis kelamin, suku dan bangsa.

2. Faktor lingkungan

Lingkungan adalah merupakan faktor yang sangat menentukan tercapai atautidaknya potensi bawaan. Lingkungan ini merupakan “bio-fisiko-psiko-sosial” yang mempengaruhi individu setiap hari, mulai dari konsepsi sampai akhir hayatnya.

C. KEBUTUHAN DASAR ANAK

Secara umum digolongkan menjadi 3 kebutuhan dasar :

1. Kebutuhan fisik-bio-medis (ASUH)

Meliputi :

- pangan / gizi merupakan kebutuhan terpenting.
- Perawatan kesehatan dasar, antara lain imunisasi, pemberian ASI, penimbangan bayi / anak yang teratur, pengobatan kalau sakit, dll
- Pemukiman yang layak
- Higiene perorangan, sanitasi lingkungan
- Sandang

- Kesegaran jasmani, rekreasi

2. Kebutuhan emosi / kasih sayang (ASIH)

Pada tahun-tahun pertama kehidupan, hubungan yang erat, mesra dan selaras antara ibu atau pengganti ibu dengan anak merupakan syarat mutlak untuk menjamin tumbuh kembang yang selaras baik fisik, mental maupun psikososial.

Kekurangan kasih sayang ibu pada tahun-tahun pertama kehidupan mempunyai dampak negatif pada tumbuh kembang anak baik fisik, mental maupun sosial emosi. Kasih sayang dari orang tuanya (ayah, ibu) akan menciptakan ikatan yang erat (bonding) dan kepercayaan dasar (basic trust)

3. Kebutuhan akan stimulasi mental (ASAH)

Stimulasi mental merupakan cikal bakal dalam proses belajar (pendidikan dan pelatihan) pada anak. Stimulasi mental (ASAH) ini mengembangkan perkembangan mental psikososial : kecerdasan, keterampilan, kemandirian, kretivitas, agama, kepribadian, moral-etika, produktivitas.

D. CIRI-CIRI TUMBUH KEMBANG ANAK

1. Tumbuh kembang adalah proses yang kotinu sejak dari konsepsi sampai maturitas atau dewasa, yang dipengaruhi oleh faktor bawaan dan lingkungan.
2. Pola perkembangan anak adalah sama pada semua anak, tetapi kecepatannya berbeda antara anak yang satu dengan yang lain berbeda.
3. Perkembangan erat hubungannya dengan maturasi sistem susunan saraf.
4. Aktivitas seluruh tubuh diganti respon individu yang khas
5. Arah perkembangan anak adalah sefalokaudal.
6. Refleks primitif seperti refleks memegang dan berjalan akan menghilang sebelum gerakan volunter tercapai.

Pertumbuhan dan perkembangan selama masa bayi

Usia (bulan)	Fisik	Motorik kasar	Motorik halus
1	<ul style="list-style-type: none"> - Penambahan berat badan 150 – 210 gram setiap minggu selama 6 bulan pertama -Penambahan tinggi badan 2,5 cm setiap bulan selama 6 bulan pertama -Peningkatan lingkar kepala sebesar 1,5 cm selama 6 bulan pertama 	<p>Dapat memutar kepala dari satu sisi ke sisi lain</p> <p>Bila telungkup dapat mengangkat kepala sebentar dari tempat tidur.</p> <p>Menahan kepala sebentar secara paralel.</p>	<p>Tangan tertutup</p> <p>Refleks menggenggam kuat</p> <p>Tangan mengatup saat kontak dengan mainan.</p>
2	Refleks merangkak hilang	Bila telungkup, dapat mengangkat kepala hampir 45 derajat dari meja	Tangan sering terbuka Refleks menggenggam menghilang
3	Refleks primitif menghilang	Mampu menahan kepala lebih tegak bila duduk, tetapi masih menunduk ke depan. Memegang tangan sendiri	Refleks menggenggam tidak ada. Menggenggam tangan sendiri
4	Mulai merangkak	Keseimbangan kepala pada posisi duduk n\baik. Mampu duduk tegak bila disangga. Berguling dari telungkup ke sisi lain	Menggenggam objek dengan kedua tangan. Dapat memasukkan objek ke mulut.
5	Memulai tanda pertumbuhan gigi. BB lahir menjadi dua kali lipat	Bila duduk dapat menahan kepala dengan tegap. Dapat membalik dari posisi telungkup ke telentang	Memainkan jari-jari kaki.
6	Penambahan BB 90-150 gram setiap minggu	Bila akan menarik untuk posisi duduk, mengangkat	Memegang botol. Menggenggam kaki dan

	selama 6 bulan berikutnya. Penambahan TB 1,25 cm setiap bulan selama 6 bulan berikutnya.	kepala	menarik ke mulut.
7	Pertumbuhan gigi insisi tengah atas	Duduk tegak sebentar	Memindahkan objek dari satu tangan ke tangan lain
8	Mulai menunjukkan pola yang teratur dalam eliminasi kandung kemih dan defekasi	Duduk dengan mantap tanpa sokongan	Mulai menggenggam dengan menggunakan jari telunjuk, jari keempat, dan kelima terhadap bagian tungai bawah
9	Pertumbuhan gigi lateral atas	Menarik badan ke posisi berdiri dan berdiri berpegangan pada perabot	Menggunakan ibu jari dan jari telunjuk dalam menggenggam kasar
10	Bila pada posisi telungkup atau telentang mampu mengangkat kepala	Saat berdiri, mengangkat salah satu kaki untuk melangkah	Menggenggam objek dengan tangan
11	Muncul gigi lateral bawah	Bila duduk, berputar untuk meraih objek	Memiliki genggam yang lebih erat
12	Tiga kali BB lahir. Panjan lahir meningkat 50%. Lingkar kepala dan lingkar dada sama.	Berjalan dengan satu tangan dipegang	Dapat membalikkan halaman buku.
15	Lingkar kepala 48 cm. BB 11 kg. TB 78,7 cm	Berjalan tanpa bantuan Memanjat tangga	Mencoret-coret secara spontan
18	Secara fisiologis mampu mengendalikan sfingter	Melompat di tempat dengan kedua kaki	Dalam menggambar, membuat tekanan sesuai

		Duduk sendiri di kursi	tiruan
24	Lingkar kepala 49 – 50 cm Peningkatan BB 1,8 – 2,7 kg Gigi geligi utama 16 gigi	Naik dan turun tangga sendiri dengan dua kaki pada setiap langkah Berlari dengan seimbang, dengan langkah lebar	Dalam menggambar, meniru tekanan vertikal dan melingkar
30	Empat kali lipat BB lahir Gigi utama lengkap (20 gigi)	Melompat dengan kedua kaki Berdiri sebentar pada kedua kaki	Koordinasi jari baik, memegang krayon dengan jari bukan menggenggamnya

Pertumbuhan dan perkembangan anak pra sekolah

Usia (tahun)	Fisik	Motorik kasar	Motorik halus	Bahasa
3	Penambahan BB 1,8-2,7 kg Penambahan TB 7,5 cm	Mengendarai sepedaroda tiga. Melompat panjang	Secara benar memasukkan biji-bijian dalam botol berleher sempit. Dalam menggambar meniru lingkaran	Menggunakan kalimat lengkap dari tiga sampai empat kata. Mengajukan banyak pertanyaan
4	BB rata-rata 16 kg TB rata-rata 103 cm	Melompat dan meloncat pada satu kaki. Menangkap bola dengan tepat	Menggunakan gunting dengan baik untuk memotong gambar. Dapat memasang sepatu tapi tidak mampu mengikat talinya	Mengetahui lagu sederhana. Menyebutkan satu atau lebih warna.
5	BB rata-rata 18,7 kg.	Meloncat dan melompat pada	Mengikat tali sepatu.	Mengetahui nama hari dalam

	TB rata-rata 110 cm Pemunculan gigi permanen	kaki bergantian. Melempar dan menangkap bola dengan baik		seminggu, bulan, dan kata yang berhubungan dengan waktu lainnya.
--	---	---	--	--

2.2 KONSEP BERMAIN PADA BALITA

A. FUNGSI BERMAIN PADA ANAK

Dunia anak tidak dapat dipisahkan dengan dunia bermain. Keduanya bersifat universal di semua bangsa dan budaya. Diharapkan dengan bermain, anak akan mendapatkan stimulus yang mencukupi agar dapat berkembang secara optimal. Ada beberapa fungsi bermain pada anak yaitu sebagai berikut.

1. Perkembangan Sensorik

Aktivitas motor merupakan bagian yang berkembang pada masa bayi. Perkembangan sensorik motor ini didukung oleh keterampilan motorik kasar dan halus seperti stimulus visual, stimulus pendengaran, stimulus taktil (sentuhan), dan stimulasi kinetik. Stimulus sensorik yang diberikan oleh lingkungan anak akan direspon dengan memperlihatkan aktivitas-aktivitas motoriknya.

Stimulasi visual merupakan stimulasi awal yang penting pada tahap permulaan perkembangan anak. Anak akan meningkatkan perhatiannya pada lingkungan sekitar melalui penglihatannya. Oleh karena itu, orang tua disarankan untuk memberikan mainan warna-warni pada usia 3 bulan pertama.

Stimulasi pendengaran (stimulasi auditif) adalah sangat penting untuk perkembangan bahasanya (verbal), terutama pada tahun pertama kehidupannya. Memberikan sentuhan (stimulus taktil) yang mencukupi pada anak berarti memberikan perhatian dan kasih sayang yang diperlukan oleh anak. Stimulus semacam ini akan menimbulkan rasa aman dan percaya diri pada anak sehingga anak lebih responsif dan berkembang. Stimulasi kinetik akan membantu anak untuk mengenal lingkungan yang berberda.

2. Perkembangan Intelektual

Memberikan sumber-sumber yang beraneka ragam untuk pembelajaran:

Eksplorasi dan manipulasi bentuk, ukuran, tekstur, warna pengalaman dengan angka, hubungan yang renggang konsep abstrak. Kesempatan untuk mempraktikkan dan memperluas keterampilan berbahasa. Memberikan kesempatan untuk melatih pengalaman masa lalu dalam upaya mengasimulasinya kedalam persepsi dan hubungan baru. Membantu anak memahami dunia dimana mereka hidup dan membedakan antara fantasi dan realita.

3. Perkembangan Sosialisasi dan Moral

Sejak awal masa anak-anak bayi telah menunjukkan ketertarikan dan kesenangan terhadap orang lain terutama terhadap ibu. Dengan bermain, anak akan mengembangkan dan memperluas sosialisasi, belajar untuk mengatasi persoalan yang timbul, mengenal nilai-nilai moral dan etika, belajar mengenai apa yang salah dan benar, serta bertanggung jawab terhadap sesuatu yang diperbuatnya.

Pada tahun pertama, anak hanya mengamati objek di sekitarnya. Pada usia 2-3 tahun, biasanya anak suka bermainan peran seperti peran sebagai ayah, ibu dan lain-lain. Pada usia pra sekolah anak lebih banyak bergabung dengan kelompok sebayanya (peer group) mempunyai teman favorit.

4. Kreativitas

Situasi yang lebih menguntungkan/menyernagkan untuk berkreasi dari pada bermain. Anak-anak dapat bereksperimen dan mencoba ide-idenya. Sekali anak merasa puas untuk mencoba sesuatu yang baru dan berbeda, ia akan memindahkan kreasinya kesituasi yang lain. Memungkinkan fantasi dan imajinasi dan meningkatkan perkembangan bakat dan minat khusus. Untuk mengembangkan kreasi anak diperlukan lingkungan yang mendukung

5. Kesadaran Diri

Dengan aktivitas bermain, anak akan menyadari bahwa dirinya berbeda dengan yang lain dan memahami dirinya sendiri. Anak belajar untuk memahami kelemahan dan kemampuannya dibandingkan dengan anak yang lain. anak juga mulai melepaskan diri dari orang tuanya.

6. Nilai Terapeutik

Bermain dapat mengurangi tekanan atau stres dari lingkungan. Dengan bermain, anak dapat mengekspresikan emosi dan ketik puas atas situasi sosial serta rasa takutnya yang

tidak dapat diekspresikan di dunia nyata. Dengan bermain dapat memudahkan komunikasi verbal dan nonverbal tentang kebutuhan, rasa takut dan keinginan.

B. BERMAIN DI MASA BAYI

Aktivitas yang dianjurkan

Usia (bulan)	Stimulasi Visual	Stimulasi Auditif	Stimulasi Taktil	Stimulasi Kinetik
0 – 3	<ul style="list-style-type: none"> - Objek warna terang di atas tempat tidur - Bawa bayi ke berbagai ruangan sambil melakukan tugas - Tempatkan bayi di kursi bayi untuk pandangan vertikal pada lingkungan 	<ul style="list-style-type: none"> - Mengajak bicara - Gunakan mainan yang jika digoyangkan akan mengeluarkan suara 	<ul style="list-style-type: none"> - Membelai bayi sambil memandikan, pada penggantian popok - Menyisir - Menyelimuti 	<ul style="list-style-type: none"> - Ayun bayi - Tempatkan di kereta - Berjalan-jalan
4 – 6	<ul style="list-style-type: none"> - Menonton TV, mainan warna terang yang dapat dipegang 	<ul style="list-style-type: none"> - Mengajak bicara - Panggil namanya 	<ul style="list-style-type: none"> - Bermain air - Tempatkan tubuh bayi yang telanjang di atas permadani yang lembut dan halus dan gerakan ekstermitas 	<ul style="list-style-type: none"> - Membantu tengkurap, duduk di lantai - Tempatkan bayi di lantai untuk merangkak dan berguling
7 – 9	<ul style="list-style-type: none"> - Menonton TV, mainan warna terang yang dapat dipegang 	<ul style="list-style-type: none"> - Panggil namanya - Ajari memanggil orang tuanya - Memberitahu yang 	<ul style="list-style-type: none"> - Mengenal berbagai tekstur - Bermain air 	<ul style="list-style-type: none"> - Membantu tengkurap, duduk di lantai - Latih berdiri

10 - 12	<ul style="list-style-type: none"> - Bermain cilukba - Berikan bola rajutan atau benang untuk ditarik 	<ul style="list-style-type: none"> sedang dilakukan - Berikan perintah yang sederhana 		<ul style="list-style-type: none"> - Permainan tarik dorong
	<ul style="list-style-type: none"> - Ajak ke tempat ramai - Tunjukkan pada bayi gambar yang besar didalam buku 	<ul style="list-style-type: none"> - Tiru bunyi suara binatang - Menyebutkan bagian tubuh 	<ul style="list-style-type: none"> - Merasakan hangat atau dingin - Memegang makan sendiri - Biarkan bayi merasakan angin sepoi-sepoi (tiupan kipas angin) 	<ul style="list-style-type: none"> - Permainan tarik dorong - Kereta-keretaan

Bermain usia 0-12 bulan

Usia (bulan)	Stimulasi Visual	Stimulasi Auditorius	Stimulasi Taktil	Stimulasi Kinetik
--------------	------------------	----------------------	------------------	-------------------

0 – 6	<ul style="list-style-type: none"> - Mobil mainan anak-anak - Selimut berwarna kontraks 	Mainan kecil yang jika digoyangkan akan mengeluarkan bunyi dan dapat dipegang	<ul style="list-style-type: none"> - Main binatang - Selimut kapas lembut atau halus 	<ul style="list-style-type: none"> - Keranjang/ ayunan - Mainan yang diperberat atau dihisap
6 - 12	<ul style="list-style-type: none"> - Mainan berwarna-warni - Buku dengan cerita dan gambar yang terang 	Mainan yang jika digoyangkan akan menimbulkan bunyi (kerincingan) dengan ukuran bentuk dan suara yang berbeda serta berwarna terang	<ul style="list-style-type: none"> - Binatang- binatang dan boneka dengan tekstur yang lembut dan berbeda-beda 	<ul style="list-style-type: none"> - Boks aktivitas untuk keranjang bayi - Mainan yang dapat didorong dan ditarik

C. BERMAIN SELAMA USIA PRA-SEKOLAH

Perkembangan Fisik	Perkembangan Sosial	Perkembangan Mental dan Kreativitas
AKTIVITAN YANG DIANJURKAN		
<p>Memberikan ruang untuk anak untuk berlari, melompat dan memanjat.</p> <p>Ajarkan anak untuk berenang .</p> <p>Ajarkan olahraga dan aktivitas yang sederhana.</p>	<p>Anjurkan interaksi dengan anak-anak tetangga.</p> <p>Halangi anak jika dia menjadi destrukatif.</p> <p>Daftarkan anak ke sekolah khusus untuk ana-anak pra- sekolah.</p>	<p>Anjurkan usaha yang kreatif dengan bahan mentah.</p> <p>Membaca cerita.</p> <p>Pantau tontonan TV</p>
MAINAN YANG DIANJURKAN		
<p>Papan jungkit-jungkit.</p> <p>Perosotan dengan tinggi sedang.</p> <p>Ayunan yang dapat diatur.</p> <p>Kendaraan untuk dikendarai.</p> <p>Sepeda roda tiga</p>	<p>Rumah mainan berukuran anak.</p> <p>Boneka.</p> <p>Piring,meja.</p> <p>Main-mainan seperti truk, mobil,kereta dan pesawat.</p> <p>Baju-baju mainan untuk berdandan</p>	<p>Buku-buku.</p> <p>Puzzele jigsaw.</p> <p>Mainan bermusik.</p> <p>Permainan gambar.</p> <p>Kaca pembesar dan magnet.</p>

BAB III

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Tercapainya tumbuh kembang yang optimal tergantung pada potensi biologik seseorang yang merupakan hasil interaksi berbagai faktor yang saling berkaitan, yaitu faktor genetik, lingkungan bio-fisiko-psiko sosial dan perilaku. Proses yang unik dan hasil akhir yang berbeda-beda yang memberika ciri tersendiri pada setiap anak.

Dunia anak tidak dapat dipisahkan dengan dunia bermain. Aktivitas bermain merupakan salah satu stimulus bagi perkembangan anak secara optimal. Alat permainan pada anak hendaknya disesuaikan dengan jenis kelamin dan usia anak sehingga dapat merangsang perkembangan anak secara optimal untuk pengembangan aspek fisik, bahasa, kognitif dan soaial anak atau disebut dengan alat permainan edukatif (APE). Jenis permainan disesuaikan dengan usia anak.

B. SARAN

1. Tumbuh kembang harus menjadi perhatian bagi pemerintah, tenaga kesehatan, dan masyarakat khususnya supaya anak Indonesia dapat mencapai kesehatan yang optimal.
2. Diharapkan kepada orangtua dan keluarga agar memberi makanan seimbang kepada bayi dan balita untuk mencegah terjadinya kekurangan gizi yang menyebabkan terhambatnya pertumbuhan dan perkembangan.
3. Dalam memberikan alat permainan pada anak diharapkan kepada orang tua untuk menyesuaikan dengan umur anak.
4. Musik/ permainan yang mengandung bunyi merupakan salah satu permainan yang dapat merangsang stimulus anak, untuk itu dianjurkan untuk memberikan alat yang dapat mengeluarkan suara.