

TUMBUH KEMBANG ANAK

Intan Silvana Mustikawati,
SKM, MPH

Pokok bahasan

- Pendahuluan
- Definisi pertumbuhan & perkembangan
- Tumbuh kembang janin
- Tumbuh kembang anak 0 – 5 tahun
- Tumbuh kembang anak 6 – 10 tahun
- Kebutuhan dasar anak

Pendahuluan

- Tumbuh kembang mencakup 2 peristiwa yang sifatnya berbeda, tetapi saling berkaitan dan sulit dipisahkan, yaitu pertumbuhan dan perkembangan

Pertumbuhan...

- Berkaitan dengan perubahan dalam besar, jumlah, ukuran tingkat sel, dll
- Diukur melalui gram, kilogram, pound (berat), cm, meter (panjang), umur tulang, keseimbangan metabolik

Perkembangan...

- Yaitu bertambahnya kemampuan struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dengan pola teratur
- Berkaitan dengan proses pematangan sel – sel tubuh, jaringan tubuh, organ – organ, dan sistem organ yang berkembang sesuai fungsinya

Tumbuh Kembang Anak

- Masa kanak – kanak adalah masa yang paling rawan, karena pada masa itu terjadi pertumbuhan dan perkembangan tubuh
- Kesehatan anak harus diperhatikan sedini mungkin untuk mendapatkan tumbuh kembang yang sempurna

Tumbuh Kembang Anak

- Untuk mendapatkan tumbuh kembang yang optimal, perawatan harus dilakukan sejak hamil
- Mencakup kecukupan gizi, persiapan mental, serta pemberian rangsangan pada anak sejak di kandungan

Tumbuh Kembang Janin

- Faktor – faktor yang mempengaruhi pertumbuhan & perkembangan janin dalam rahim yaitu;
 - Janin
 - Plasenta
 - Ketuban
 - Faktor ibu
 - Komplikasi kehamilan

Tumbuh Kembang Janin

- Plasenta berfungsi sangat vital untuk tumbuh kembang janin dalam rahim
- Masyarakat Indonesia masih menghormati plasenta yang dianggap berjasa besar memelihara janin selama kehamilan

Tumbuh Kembang Janin

- Fungsi plasenta yaitu;
 - Mempertahankan kehamilan & pertumbuhan janin
 - Penyekat antara darah ibu & janin
 - Penghalang masuknya berbagai penyakit menuju janin
 - Mendapatkan oksigen & nutrisi dari ibu
 - Membantu pada saat persalinan

Tumbuh Kembang Janin

- Fungsi ketuban yaitu;
 - Memberikan gerak bebas janin dalam rahim
 - Melindungi janin dari trauma
 - Sebagai penahan antara suhu panas dan dingin di sekitar janin
 - Membantu pada saat persalinan
 - Pembersih beberapa bakteri pada saat selaput lepas

Tumbuh Kembang Janin

- Faktor ibu yang mempengaruhi yaitu;
 - Faktor kesehatan ibu (fisik & mental)
 - Riwayat penyakit
- Faktor komplikasi kehamilan yang mempengaruhi yaitu;
 - Keguguran, kehamilan di luar kandungan, perdarahan, dll

Tumbuh Kembang Janin

Tiga tahap penting pertumbuhan hasil konsepsi;

- Tingkat ovum (umur 0 – 2 minggu)
 - Belum tampak bentuk dalam pertumbuhan

Tumbuh Kembang Janin

- Tingkat embrio (3 – 5 minggu)
 - Sudah terdapat rancangan bentuk alat – alat tubuh
- Tingkat janin (> 5 minggu)
 - Sudah berbentuk manusia

Tumbuh Kembang Anak 0 – 5 tahun

Usia 0-6 Bulan

- Bagian – bagian utama otak bayi sudah lengkap terbentuk
- Otak akan segera mengalami proses pematangan yang perlu ditunjang dengan pemenuhan zat – zat gizi yang tepat

Tumbuh Kembang Anak 0 – 5 tahun

- Periode pacu tumbuh otak (*brain growth spurt*)
 - Saat dimana otak berkembang sangat cepat
- Periode pacu tumbuh otak pertama dimulai ketika usia kehamilan ibu memasuki trimester ketiga
- Periode pacu tumbuh otak kedua terjadi setelah si kecil lahir hingga ia berusia dua tahun

Tumbuh Kembang Anak 0 – 5 tahun

- Sebagian besar percepatan tumbuh otak terjadi setelah bayi lahir
- Pemenuhan kebutuhan zat gizi dilakukan melalui pemberian ASI eksklusif (0 – 6 bulan)
- Komposisi zat gizi di dalam ASI sangat baik untuk memenuhi kebutuhan zat gizi sesuai tahapan tumbuh kembang bayi

Tumbuh Kembang Anak 0 – 5 tahun

- 4-6 minggu
 - Tersenyum spontan
 - Dapat mengeluarkan suara 1 – 2 minggu kemudian
- 12 – 16 minggu
 - Menegakkan kepala
 - Tengkurap sendiri
 - Menoleh ke arah suara
 - Memegang benda yang ditaruh di tangannya
 - Bermain ciluk – ba

Tumbuh Kembang Anak 0 – 5 tahun

- 20 minggu
 - Meraih benda yang didekatkan kepadanya
- 26 minggu
 - Dapat memindahkan benda dari satu tangan ke tangan lainnya
 - Duduk dengan bantuan kedua tangannya ke depan
 - Makan biskuit sendiri

Tumbuh Kembang Anak 0 – 5 tahun

- 9 – 10 bulan
 - Menunjuk dengan jari
 - Memegang benda dengan ibu jari dan jari telunjuk
 - Merangkak
 - Bersuara da... da....
- 13 – 15 bulan
 - Berjalan tanpa bantuan
 - Mengucapkan kata – kata tunggal
 - Memasukkan mainan ke dalam cangkir
 - Bermain dengan orang lain
 - Minum dari gelas
 - Mencoret – coret.

Tumbuh Kembang Anak 6 – 10 tahun

- Fisik
- Kognitif
- Emosi dan Sosial
- Bahasa
- Sensorik dan Motorik

a. Fisik

- Rata – rata berat badan bertambah sampai 3 kg dengan tinggi badan bertambah sekitar 6 cm setiap tahunnya
- Anak akan kehilangan 4 gigi susu setiap tahunnya, kemudian akan tumbuh gigi tetap

b. Kognitif

- Mulai berkembangnya kemampuan berpikir, memberikan alasan, memecahkan suatu masalah
- Konsep yang dapat dipahami oleh anak masih sederhana

c. Emosi dan Sosial

- Anak mulai menjalin persahabatan, berinteraksi dengan orang – orang di sekitarnya
- Penting untuk memiliki rasa percaya diri, merasa diri berarti, dan rasa memiliki

d. Bahasa

- Sebagian besar anak dapat memahami sekitar 13.000 kata
- Mulai dapat menulis beberapa kata yang sederhana
- Cara berpikir berangsur – angsur menjadi kompleks

e. Sensorik dan Motorik

- Anak mencapai kekuatan dan koordinasi otot
- Misalnya gerakan menendang, menangkap, melempar
- Mulai dapat melakukan kegiatan yang lebih kompleks, seperti menari, bermain bola, bermain piano, dll

Kebutuhan Dasar Anak

- Asuh
- Asih
- Asah

a. Asuh

- Yaitu kebutuhan biomedis pada anak
- Mencakup asuhan gizi anak selama dalam kandungan dan setelahnya, kebutuhan akan tempat tinggal, pakaian yang layak, perawatan kesehatan dini, dll

b. Asih

- Yaitu kebutuhan emosional pada anak
- Mencakup rasa aman, kasih sayang, perhatian, penghargaan, pujian, tanggung jawab, pengalaman baru, dll

c. Asah

- Yaitu kebutuhan stimulasi mental dini pada anak
- Mencakup proses pembelajaran, pendidikan, dan pelatihan yang diberikan sedini mungkin
- Terutama pada usia 4 – 5 tahun pertama (golden year)

Terima Kasih

