

Stimulasi Perkembangan Sosial Emosional, Bahasa, Kognitif dan Fisik Anak Usia Dini

Evi Desmariani¹, Yelva Nofriyanti², Desmawati Roza³, Mardiah Wulandari⁴

¹²³⁴Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Adzkia
e-mail: evidesmariani@adzkia.ac.id, yelvanofriyanti@adzkia.ac.id,
desmawatiroza@adzkia.ac.id, mardiahwulandari@adzkia.ac.id

Abstrak

Penelitian ini merupakan studi literatur yang bertujuan untuk mengetahui Stimulasi Perkembangan Sosial Emosional, Bahasa, Kognitif dan Fisik Anak Usia Dini. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian dengan studi pustaka. Dalam penelitian menggunakan teknik pengumpulan data berupa studi literatur yang menggunakan berbagai sumber tertulis yang relevan dengan penelitian. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis induktif, yaitu analisis data dilakukan dengan tahapan pembahasan terhadap data dan informasi yang telah terkumpul agar bermakna baik berupa pola-pola, tema-tema maupun kategori. Pendidikan anak usia dini merupakan suatu bentuk stimulasi yang pada dasarnya adalah upaya-upaya intervensi yaitu menciptakan lingkungan sekitar anak usia dini agar mampu menstimulasi seluruh aspek perkembangan anak terutama aspek perkembangan social emosional, Bahasa dan fisik motoric anak. Intervensi merupakan sejumlah informasi yang diatur melalui pembelajaran tertentu untuk pertumbuhan, perkembangan maupun perubahan perilaku. Pada studi literatur penelitian ini, stimulasi semenjak dini adalah rangsangan yang diberikan kepada anak sejak lahir untuk mengoptimalkan perkembangan social emosional, bahasa, dan fisik motorik anak semenjak usia dini. Rangsangan ini bisa berupa aktivitas sederhana yang melibatkan indera, gerakan, serta letupan perasaan anak yang sangat berpengaruh terhadap sikap dan perilaku anak dalam berinteraksi social.

Kata Kunci : *Stimulasi, Sosial Emosional, Bahasa, Fisik Motorik*

Abstract

This research is a literature study which aims to determine the stimulation of social emotional, language and physical development in early childhood. The method used in this research is a research method using literature study. The research uses data collection techniques in the form of literature studies that use various written sources that are relevant to the research. The data analysis technique used in this research is inductive analysis, namely data analysis is carried out in stages of discussing the data and information that has been collected so that it is meaningful in the form of patterns, themes and categories. Early childhood education is a form of stimulation which is basically intervention efforts, namely creating an environment around early childhood so that it is able to stimulate all aspects of children's development, especially aspects of children's social emotional, language and physical motor development. Intervention is a amount of information that is organized through certain learning for growth, development or behavior change. In this research literature study, early stimulation is stimulation given to children from birth to optimize their social emotional, language and physical motor development.

This stimulation can be in the form of simple activities that involve the senses, movement and social interaction.

Keywords: *Stimulation, Social Emotional, Language, Physical Motor*

PENDAHULUAN

Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) merupakan investasi yang amat besar bagi keluarga dan juga bagi bangsa. Selain itu anak adalah aset bagi orang tua dan bangsa yang tidak ternilai harganya. Betapa bahagianya orang tua yang melihat anak-anaknya berhasil, baik dalam pendidikan, dalam keluarga dan masyarakat, maupun dalam karir. Pentingnya Pendidikan Anak Usia Dini tidak perlu diragukan lagi. Para ahli maupun masyarakat umum lazimnya sudah mengakui betapa pentingnya pendidikan yang diberikan kepada anak-anak sejak dini.

Pendidikan Anak Usia Dini pada hakekatnya adalah pendidikan yang diselenggarakan dengan tujuan untuk memfasilitasi pertumbuhan seluruh aspek kepribadian anak. Oleh karena itu, pendidikan anak usia dini perlu menyediakan berbagai kegiatan yang dapat mengembangkan berbagai aspek perkembangan yang meliputi motorik, fisik, bahasa, kognitif dan sosial emosional. Proses pendidikan bagi anak usia dini yang dalam pendidikan formal berupa Taman Kanak-kanak berbeda dengan pendidikan bagi orang dewasa. Pendidikan yang dilakukan hendaknya berupa pembelajaran bagi anak usia dini mengutamakan bermain sambil belajar dan belajar sambil bermain, secara alamiah bermain memotivasi anak.

Perkembangan anak merupakan masa pembentukan fondasi bagi kepribadian serta keterampilan yang akan menentukan pengalaman hidup anak selanjutnya. Pengalaman dan pendidikan bagi anak merupakan faktor yang paling menentukan dalam perkembangan anak itu sendiri. Pada tahap ini anak memiliki karakteristik yang terbentuk secara khas, dan terbagi dalam beberapa aspek yaitu aspek kognitif, bahasa, fisik motorik, moral dan sosial emosional. Agar bisa mempengaruhi kehidupan anak yang lebih baik dimasa mendatang, anak harus tumbuh dan berkembang menjadi manusia dewasa yang baik yang bisa mengurus dirinya sendiri dan tidak tergantung atau menimbulkan masalah pada orang lain, pada keluarga atau Masyarakat.

Perkembangan itu bergerak secara berangsur-angsur tetapi pasti, melalui suatu tahap ke tahap berikutnya, yang semakin hari semakin bertambah maju, mulai dari masa pembuahan sampai akhir hayat. Ini menunjukkan bahwa sejak masa konsepsi sampai meninggal dunia, individu tidak pernah statis, melainkan senantiasa mengalami perubahan-perubahan yang bersifat sistematis, progresif dan berkesinambungan. Namun perkembangan tersebut terbagi pada beberapa aspek. Aspek-aspek perkembangan tersebut meliputi perkembangan agama dan moral, perkembangan kognitif, perkembangan bahasa, perkembangan fisik motoric dan perkembangan social emosional serta semua aspek tersebut harus di stimulasi dengan baik.

Stimulasi adalah rangsangan yang dilakukan sejak bayi baru lahir, atau bahkan sebaiknya sejak masih di dalam kandungan. Stimulasi sebaiknya dilakukan setiap hari untuk merangsang semua sistem indera (pendengaran, penglihatan, perabaan, pembauan, pengecap) si kecil. Stimulasi awal yang tepat membantu membentuk sambungan saraf di otak, yang penting untuk kemampuan belajar dan berpikir di kemudian hari. Tanpa stimulasi yang memadai, perkembangan otak dapat terhambat, yang berdampak pada kemampuan kognitif dan sosial anak. Jika anak tidak diberikan stimulasi, perkembangan social emosional, bahasa dan fisik motoriknya bisa terhambat.

Anak mungkin jadi lebih lambat dalam belajar bersosialisasi, bicara, bergerak karena kurangnya rangsangan untuk otak anak.

Dengan demikian konsep perkembangan anak harus dipahami dan di stimulasi secara menyeluruh sehingga mampu memberikan hasil yang optimal bagi anak usia dini sebagaimana yang diharapkan. Berdasarkan hal ini maka penulis bermaksud mengkaji konsep Stimulasi Perkembangan Sosial Emosional, Bahasa, dan Fisik Anak Usia Dini.

METODE

Penelitian ini ialah penelitian studi literatur yang akan menemukan kajian teori yang relevan dan kemudian menganalisisnya yakni mengetahui Stimulasi Perkembangan Sosial Emosional, Bahasa, dan Fisik Anak Usia Dini. Studi Literatur di ungkapkan Ashori & Iswati (dalam Izzati, 2020) menjelaskan bahwasanya studi literatur adalah bentuk penelitian dengan menemukan bermacam kajian yang mempunyai hubungan dengan akan dibahas, mencari metode dan teknik penelitiannya kemudian menganalisisnya. Penelitian menggunakan teknik pengumpulan data berupa studi literatur yang menggunakan berbagai sumber tertulis seperti artikel, jurnal, dan dokumen yang relevan dengan penelitian yang relevan dengan penelitian. Menurut (Nazir, 2014) studi literatur adalah teknik pengumpulan data dengan mengadakan studi penelaahan terhadap buku-buku, literatur-literatur, catatan-catatan dan laporan-laporan yang ada hubungannya dengan masalah yang dipecahkan. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis induktif, yaitu analisis data dilakukan dengan tahapan pembahasan terhadap data dan informasi yang telah terkumpul supaya bermakna baik berupa pola-pola, tema-tema maupun kategori. Maka studi literatur yang sehubungan dengan ini ialah menghimpun semua data yang berkaitan dengan mengetahui Stimulasi Perkembangan Sosial Emosional, Bahasa, dan Fisik Anak Usia Dini

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konsep Pendidikan Anak Usia Dini

Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) pada hakikatnya ialah pendidikan yang diselenggarakan dengan tujuan untuk memfasilitasi pertumbuhan dan perkembangan anak secara menyeluruh atau menekankan pada pengembangan seluruh aspek kepribadian anak (Suyadi dalam Putri *et al.*, 2023). Di samping pertumbuhan anak pada usia dini berlangsung sangat cepat, masa prasekolah merupakan masa kesempatan ideal bagi anak untuk belajar mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya. Perkembangan anak mempunyai pola tertentu sesuai dengan garis waktu perkembangan. Setiap anak berbeda perkembangannya dengan anak yang lain, ada yang cepat ada yang lambat. Oleh karena itu, pembelajaran anak usia dini harus disesuaikan baik lingkup maupun tingkat kesulitannya dengan kelompok usia anak (Suyadi dalam Dio, 2022).

Konsep Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini

Perkembangan kognitif mencakup berbagai proses mental, termasuk persepsi, perhatian, bahasa, penalaran dan memori. Dalam proses mental tersebut semua informasi diolah untuk menghasilkan sebuah respon yang berwujud interaksi. Dari interaksinya tersebut, anak mulai membangun pemahaman tentang lingkungan di dalam otak mengikuti setiap tahapan usia perkembangannya.

Kognitif merupakan salah satu dari banyak aspek yang mempengaruhi proses berpikir setiap manusia. Proses Kognitif berhubungan kemampuan intelegensi yang menandai seseorang dengan berbagai minat terutama sekali ditujukan kepada ide-ide dan belajar. Perkembangan kognitif (Papalia, 2009) merupakan wujud kemampuan setiap anak dalam melakukan interaksi terhadap semua hal yang ada di sekelilingnya. Dalam

interaksi yang dilakukan ada banyak proses berpikir yang memberikan pengaruh antara anak dengan lingkungannya.

Konsep Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini

Salah satu yang ada didalam bidang perkembangan anak yaitu perkembangan sosial emosional. Perkembangan sosial emosional merupakan proses dimana kemampuan belajar dan perilaku anak yang berhubungan dengan individu untuk hidup dan berinteraksi dengan individu lain dalam kehidupan sehari hari (Rakhmawati dalam Ayatina & Zulfahmi, 2024). Perkembangan sosial emosional dapat meliputi kepribadian, emosi dan hubungan interpersonal (Indanah & Yulisetyaningrum, 2019 dalam Ayatina & Zulfahmi, 2024). Tingkat interaksi anak dengan orang lain dimulai dari orang tua, saudara, teman bermain hingga masyarakat luas.

Perkembangan sosial beriringan dengan perkembangan emosi anak, karena dalam perilaku anak dalam kehidupannya sangat dipengaruhi oleh emosi anak maka dari itu guru dan orangtua harus mengetahui tingkat perkembangan dan pengaruh emosi anak terhadap penyesuaian diri dan sosial (Dhiu & Fono, 2022 dalam Ayatina & Zulfahmi, 2024). Perkembangan sosial emosional anak memiliki dampak pada kehidupan yang akan mendatang (Abrahams dkk, 2019 dalam Ayatina & Zulfahmi, 2024).

Perkembangan sosial emosional anak usia dini ditandai dengan adanya perkembangan kemampuan anak untuk beradaptasi dengan lingkungan sekitar, memiliki rasa pertemanan yang melibatkan emosi, pikiran, dan tingkah laku mereka. Keterampilan sosial emosional diusia dini menjadi salah satu landasan bagi anak untuk menjadi pribadi dewasa yang bertanggung jawab, produktif, dan peduli.

Kemudian berbicara tentang perkembangan sosial emosional anak usia dini, tentu kita akan melihat terlebih dahulu perkembangan emosi. Dimana emosi juga merupakan letupan perasaan yang timbul dalam diri anak, baik positif maupun negatif dan sangat berdampak pada pribadi dan sosial anak. Emosi ada yang berbentuk takut, sedih, gembira dan semua itulah yang akan berpengaruh besar terhadap pembentukan keperibadian anak. Hurlock (1978:250) mengutarakan bahwa perkembangan sosial merupakan perolehan kemampuan berperilaku yang sesuai dengan tuntutan sosial. "Sosialisasi adalah kemampuan bertingkah laku sesuai dengan norma, nilai atau harapan sosial".

Menurut (Desmariansi dkk, 2021) Sosial emosional adalah salah satu aspek perkembangan anak yang harus distimulasi dan dikembangkan sejak dini. Anak akan memiliki sosial emosional yang baik apabila anak memiliki perkembangan sosial emosional yang berjalan sesuai dengan tahapan perkembangan usianya.

Konsep Perkembangan Bahasa Anak Usia Dini

Bahasa (Sowers, 2000) merupakan suatu sistem simbol yang digunakan oleh individu untuk mengkomunikasikan ide informasi. Bahasa sebagai alat komunikasi memiliki beberapa aspek. Sowers menyatakan bahwa aspek bahasa dapat dibagi menjadi dua jenis, yaitu aspek reseptif dan aspek ekspresif. Kedua aspek ini merupakan hal yang diperlukan dalam kegiatan berbahasa, agar dapat terjadi proses komunikasi.

Gardner (dalam Linda, 2004) mengungkapkan bahwa bahasa menjadi salah satu bagian dari teori kecerdasan majemuk yang merupakan kemampuan untuk berpikir dalam bentuk kata-kata dan menggunakan bahasa untuk mengekspresikan dan menghargai makna yang kompleks. Bahasa adalah bagian dari struktur mental yang diekspresikan anak melalui mimik, gestur dan ucapan. Selain banyak memproduksi kalimat tanya, anak mulai memproduksi kalimat negatif, dengan memberikan intervensi dan aturan berlebih terhadap ujaran orang dewasa. Pada akhirnya anak selalu menentang kalimat yang diucapkan oleh orang dewasa dan memperbaiki dengan kalimatnya sendiri atau berujar kebalikan dari apa yang didengar.

Hal ini sering sekali terdengar oleh telinga kita, dan merupakan kewajaran yang berhubung langsung dengan masa egosentris anak.

Konsep Perkembangan Motorik Anak Usia Dini

Menurut (Desmariansi, 2020) Perkembangan fisik adalah awal dan merupakan landasan yang mempengaruhi aspek lainnya, baik secara langsung maupun tidak langsung yang akan mempengaruhi perilaku, seperti tidak mau bergaul dan lain-lain. Artinya perkembangan fisik memberikan pengaruh pada aspek lain, seperti pada kecerdasan, psikis, perkembangan bahasa, kognitif, moral dan perkembangan yang lain, karena dalam badan yang sehat terdapat juga jiwa yang sehat. Untuk itu kita harus memberikan kesempatan yang seluas-luasnya kepada anak terutama untuk perkembangan fisik ini supaya anak terhindar dari permasalahan psikis.

Didalam tubuh kita ini terdapat dua perkembangan lagi yang disebut dengan perkembangan motorik kasar dan halus. Motorik adalah semua gerakan yang mungkin dapat dilakukan oleh seluruh tubuh. Perkembangan motorik adalah perkembangan unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh. Keterampilan motorik berkembang sejalan dengan kematangan syaraf dan otot. Aktifitas anak terjadi dibawah kontrol otak.

Berdasarkan pendapat (Suyadi, 2010) menjelaskan bahwa anak usia 5-6 tahun, anak lebih mampu bergerak secara simultan dengan mengkombinasikan secara terorganisir semua organ tubuhnya. Pemberian latihan kegiatan fisik motorik untuk anak usia Taman Kanak-kanak sangat bermanfaat bagi anak, untuk melatih gerakan-gerakan yang bermanfaat sesuai dengan tahapan perkembangannya yang dapat disampaikan melalui kegiatan bermain sesuai dengan prinsip belajar anak

Perkembangan fisik anak ditandai dengan berkembangnya perkembangan motorik kasar dan motorik halus. Perkembangan motorik khususnya merupakan proses individu menghasilkan pola gerakan pada tubuhnya dan berkembang menjadi keterampilan. Perkembangan motorik sangat dipengaruhi oleh organ otak, Otaklah yang mengatur semua gerakan yang dilakukan anak. Dalam proses perkembangan anak, motorik kasar berkembang lebih dahulu dibandingkan dengan motorik halus. Hal ini terbukti bahwa anak sudah dapat menggunakan otot-otot kakinya untuk berjalan sebelum anak mampu mengontrol tangan dan jari-jarinya untuk menggambar, menggunting atau menulis.

Berdasarkan pendapat (Meggit, 2012) menyatakan bahwa keterampilan motorik kasar (*gross motorik skill*) adalah penggunaan otot-otot besar dalam tubuh termasuk di dalamnya berjalan, melompat, berlari, memanjat, dll. Hampir semua aktivitas tubuh individu (Susanto, merupakan bentuk keterampilan motorik kasar yang setiap hari dilakukan. Jika motorik kasar melibatkan penggunaan otot-otot besar maka perkembangan motorik halus berorientasi pada penggunaan otot-otot kecil. Motorik halus menurut (Susanto, 2011) merupakan gerakan halus yang melibatkan bagian-bagian tertentu saja yang dilakukan oleh otot-otot kecil saja.

Menurut Lusiana, Ardisal, & Kasiyati, (2014) motorik halus anak adalah kemampuan anak untuk melakukan suatu kegiatan yang berkaitan dengan pengendalian gerak otot-otot kecil (halus) dan memerlukan koordinasi yang cermat. Perkembangan motorik sangat dipengaruhi oleh organ otak, Otaklah yang mengatur semua gerakan yang dilakukan anak. Semakin matangnya perkembangan sistem saraf otak yang mengatur otot, memungkinkan berkembangnya kompetensi atau kemampuan motorik anak. Menurut (Sari, 2020) perkembangan motorik halus anak ditekankan pada koordinasi gerakan motorik halus yang berkaitan dengan kegiatan meletakkan atau memegang suatu objek dengan menggunakan jari tangan.

Perkembangan motorik halus melibatkan kemampuan anak untuk mengkoordinasikan gerakan –gerakan kecil otot ,seperti mengambil benda kecil atau menulis. Menurut Santrock (dalam Nurjanah, 2017), kemampuan motorik halus adalah

kemampuan dengan melibatkan gerakan-gerakan yang diatur secara halus seperti menggenggam mainan, mengancingkan baju, atau melakukan apapun yang memerlukan keterampilan tangan. Perkembangan motorik halus sangat penting, karena berkontribusi pada kemampuan anak dalam melakukan kegiatan sehari-hari dan mempelajari keterampilan yang kompleks. Karakteristik anak dengan kecerdasan motorik halus yang baik, maka anak akan lebih mudah dalam melakukan beberapa aktivitas seperti memakai baju, menggunting, menggambar, dan menulis.

Menurut Sumantri (dalam Nurjani, 2019) menyatakan bahwa perkembangan motorik halus adalah penggunaan sekelompok otot-otot kecil seperti tangan dan jari jemari yang harus membutuhkan koordinasi tangan dan kecermatan serta keterampilan yang mencakup pemanfaatan menggunakan alat-alat untuk mengerjakan suatu objek. Sedangkan pendapat Maghfiroh, dalam (Hayuningtyas, 2020) untuk mengembangkan keterampilan motorik halus sekaligus menanggulangi rasa bosan pada anak, dapat diberikan stimulasi atau rangsangan berupa kegiatan yang menarik agar anak dapat belajar dengan bersemangat. Salah satu kegiatan untuk mengembangkan motorik halus anak adalah melalui kegiatan kolase. Kolase merupakan karya seni rupa yang terbuat dari berbagai material yang ditempelkan dalam satu agar serasi, menciptakan kesatuan karya yang memiliki nilai estetik yang unik (Heni Meila Sari, Yelva Nofriyanti, 2019). Kolase merupakan penggabungan berbagai bahan dalam satu komposisi yang serasi untuk menciptakan karya seni yang utuh.

Menurut pendapat (Desmariyani, 2020) Motorik kasar merupakan gerakan-gerakan kasar yang dilakukan dengan melempar, menendang, berlari, melompat dan lainnya. Sedangkan motorik halus merupakan gerakan halus yang dilakukan melalui menggunting, meremas, melipat, menempel dan banyak lagi kegiatan lainnya. Kedua perkembangan ini harus kita stimulasi dengan optimal serta kita harus memfasilitasi semua yang dibutuhkan untuk perkembangan tersebut dengan cara memperhatikan tahap tahap perkembangan anak

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat di simpulkan bahwa motorik kasar merupakan gerakan-gerakan kasar yang dilakukan dengan otot-otot besar seperti melempar, menendang, berlari, melompat dan lainnya. Motorik halus adalah kemampuan anak untuk melakukan suatu kegiatan yang berkaitan dengan pengendalian gerak otot-otot kecil (halus) dan memerlukan koordinasi yang cermat. Perkembangan motorik halus melibatkan kemampuan anak untuk mengkoordinasikan gerakan-gerakan otot kecil, seperti mengambil benda kecil, menulis, meremas, menggunting dan kegiatan yang menggunakan otot-otot kecil.

Stimulasi Perkembangan Sosial Emosional, Bahasa, dan Fisik Anak Usia Dini

Seorang anak akan mengalami proses tumbuh dan kembang. Tumbuh dan kembang merupakan dua hal yang berbeda. Tumbuh adalah bertambahnya jumlah dan ukuran sel dalam tubuh. Sehingga ukuran fisik juga ikut bertambah. Perubahannya terlihat secara kasat mata. Contoh: pertambahan Panjang Badan (PB), Tinggi Badan (TB), Berat Badan (BB), Lingkar Kepala (LK), dan Lingkar Lengan Atas (LiLA).

Sedangkan Kembang adalah pematangan fungsi alat/ organ tubuh serta kemampuan mental, intelegensi, dan perilaku. Perubahannya cenderung tidak terlihat secara kasat mata. Contoh: mampu merangkak, berjalan, melompat, mengunyah, bicara, mengenali orang dan lingkungan, sosialisasi, mandiri, rasa memiliki terhadap sesuatu, dll.

Ada juga yang disebut dengan Perkembangan, dimana pengertiannya adalah proses perubahan perilaku dan mental seseorang, yang meliputi emosi, sosial, kemampuan dan keterampilan. Perkembangan anak mencakup perkembangan kemandirian, moral, sosial, bahasa, fisik, dan kognitif. Misalnya:

1. Anak baru lahir/bayi, untuk mengungkapkan rasa lapar, sakit, takut dan sebagainya biasanya bayi tersebut menangis.
2. Pada usia 1 tahun, rasa tersebut diungkapkan dengan kata-kata, misalny Mama sakit atau minta minum.

Untuk membentuk generasi emas yang berkualitas dibutuhkan orangtua yang benar-benar berupaya memanfaatkan 6 (enam) tahun pertama untuk mendidik anak-anaknya secara optimal. Para orangtua dapat memanfaatkan kesempatan ini untuk membina potensi tumbuh kembang anak yang mencakup aspek fisik dan non fisik dengan memberikan Stimulasi bagi perkembangan mental, intelektual, emosional, moral dan sosial yang tepat dan benar sesuai usia anak agar anak dapat tumbuh dan berkembang secara optimal.

Stimulasi adalah kegiatan yang dilakukan untuk merangsang perkembangan anak dengan melibatkan panca indra dan motoriknya. Melalui aktivitas stimulasi, ibu dapat membuka jalan untuk meningkatkan koneksi saraf agar anak dapat bertumbuh kembang dengan baik dan menyeluruh. Stimulasi sendiri merupakan kunci yang dapat membantu membuka potensi otak anak untuk membentuk jutaan saraf setiap detik di masa pertumbuhannya. Mendorong kebiasaan stimulasi anak sejak dini berperan besar dalam tumbuh kembang anak secara keseluruhan. Jika tidak digunakan, koneksi ini akan lepas, dan di sini aktivitas stimulasi dini berperan, sehingga memupuk kapabilitas sosial, emosional, dan kognitif di masa depannya.

Mendorong kebiasaan stimulasi anak sejak dini berperan besar dalam tumbuh kembang anak secara keseluruhan. Beberapa manfaat yang didapat dari stimulasi yang baik antara lain:

- 1. Peningkatan pertumbuhan kognitif**, yaitu aktivitas seperti bermain dan bernyanyi dapat meningkatkan keterampilan kognitif anak, memperbaiki kemampuan berpikir dan komunikasi.
- 2. Manfaat jangka Panjang**, yaitu stimulasi anak sejak dini memberikan manfaat jangka panjang, seperti peningkatan kognitif dan prestasi akademik. Sebuah studi di Jamaika menyorot dampaknya terhadap kesehatan mental dan pendapatan saat dewasa yang salah satunya bersumber dari stimulasi dini di rumah.
- 3. Kesejahteraan sosial dan emosional**, yaitu anak yang mengalami stimulasi sejak dini memiliki tingkat depresi, perilaku kasar, dan masalah sosial yang lebih rendah.
- 4. Keterlibatan orang tua dan lingkungan rumah**, yaitu Orang tua yang paham soal stimulasi anak sejak dini memprioritaskan aktivitas pembelajaran yang bermanfaat dan menciptakan lingkungan rumah yang kondusif untuk perkembangan anak.
- 5. Peran stimulasi fisik** yaitu Aktivitas fisik, yang penting untuk kesehatan, juga membantu meningkatkan perkembangan anak. Aktivitas terkait koordinasi dan kekuatan di usia 0-8 tahun penting untuk kesehatan fisik.
- 6. Meningkatkan kreativitas dan imajinasi** yaitu paparan akan permainan imajinasi dan seni serta musik dapat meningkatkan kreativitas anak. Bukan hanya tentang seni, kreativitas dan imajinasi juga membantu anak belajar memecahkan masalah.
- 7. Meningkatkan keterampilan motoric** yaitu Aktivitas yang mendorong anak untuk bergerak dan berinteraksi dengan lingkungannya dapat meningkatkan keterampilan motorik halus dan kasar.

Pertumbuhan kognitif serta tumbuh kembang anak secara keseluruhan dibentuk oleh beragam jenis stimulasi, yang bisa dikategorikan ke dalam beberapa jenis, yakni:

- 1. Stimulasi fisik** yaitu stimulasi fisik seperti lari, lompat, atau bermain di lantai untuk bayi, dapat memperkuat otot, tulang, dan perkembangan motorik secara keseluruhan. Aktivitas yang memperkuat otot dan tulang, khususnya, seringkali terkait dengan meningkatnya

parameter pertumbuhan, sehingga berpotensi memengaruhi karakteristik pertumbuhan seperti tinggi badan.

2. Stimulasi kognitif yaitu Aktivitas yang menantang cara berpikir, mengingat, dan memecahkan masalah pada anak sangat penting untuk perkembangan kognitif. Bermain adalah cara utama anak memahami dunia, di mana setiap tindakannya seperti bereksperimen, berpikir, atau memecahkan masalah artinya dia belajar. Aktivitas yang mendukung perkembangan kognitif termasuk membaca buku, memecahkan *puzzle*, menggambar, menyusun, bermain mainan yang memiliki tombol untuk dipencet, dan juga mengizinkan anak lebih kreatif berkesenian. Untuk semakin menekankan pentingnya stimulasi lewat bermain, anak balita biasanya lebih baik saat mereka memimpin suatu aktivitas, mengindikasikan bahwa minatnya merupakan pendorong utama untuk mendapatkan keterampilan kognitif baru.

3. Stimulasi sensorik, yaitu rangsangan sensorik dapat memengaruhi pertumbuhan fisik, kognitif, dan emosional. Sejak bayi, stimulasi sensorik berulang seperti permainan *ciluk ba* membantu memahami lingkungan sekitar. Seiring dengan pertumbuhannya, pengalaman sensorik yang melibatkan sentuhan, penciuman, visual, pergerakan, dan pendengaran meningkatkan koneksi pada otak dan membantu menyaring beragam stimuli. Hal ini membantu anak, untuk misalnya fokus pada sebuah obrolan di tengah gangguan atau suara keras di sekitar. Lebih jauh lagi, aktivitas sensorik mulai dari bertalu, melukis dengan jari, belajar bahasa, kemampuan motorik, dan lainnya menawarkan pendekatan yang saling berkaitan terhadap perkembangan anak.

4. Stimulasi emosional dan social yaitu kemampuan anak untuk memahami emosi, identitas diri, dan interaksi dengan orang lain sangat penting untuk perkembangannya secara menyeluruh. Perkembangan ini tidak hanya meningkatkan kepercayaan diri dan empati tapi juga membuka jalan untuk hubungan yang lebih bermakna. Aktivitas seperti interaksi sosial, main peran, dan aktivitas berkelompok penting untuk membantu pertumbuhan ini. Orang tua dan pengasuh memainkan peran besar dengan cara terus menerus merawan aspek ini, sekaligus menetapkan batasan, memperkaya perbendaharaan kata untuk menyampaikan emosi, merangsang rasa ingin tahu, memandu interaksi sosial, dan memberikan dukungan positif. Pendekatan komprehensif ini mempengaruhi seluruh dimensi dari pertumbuhan anak.

5. Stimulasi kreatif, yaitu mendorong anak untuk lebih berkreasi dalam kesenian, musik, dan berimajinasi lebih dari sekadar menciptakan sebuah karya. Perjalanan kreativitas ini melibatkan anak dalam proses mengambil keputusan yang hadir dalam proses kreatif saat melukis, menulis, dan berpikir. Ketika diberikan kebebasan untuk melakukan kesalahan dan memecahkan masalahnya sendiri, anak-anak akan mulai memandang masalah dari berbagai sudut sekaligus meningkatkan kapasitasnya dalam berinovasi. Kesenian dan musik merupakan gerbang ke dalam kreativitas, dan proses kreatif ini ada dalam seluruh proses kehidupan, mulai dari memecahkan masalah sehari-hari hingga berinovasi. Sekolah dan rumah yang menghargai dan merawat semangat kreativitas ini akan memahami pentingnya imajinasi.

Setiap perjalanan tumbuh kembang anak dipengaruhi oleh beragam faktor baik secara internal maupun eksternal. Meski genetik merupakan pondasi utama perkembangan anak, namun elemen luar seperti lingkungan, nuansa sosiokultural, dan akses terhadap pendidikan juga membantu membentuk efektivitas beragam stimulasi.

Sebagai contoh, lingkungan di mana seorang anak tumbuh kembang, mencakup lingkungan fisik, hubungan sosial dengan keluarga dan sebaya, serta fasilitas pendidikan memiliki dampak besar pada masa kecilnya yang dapat dirasakan saat tumbuh besar nanti. Begitu juga status sosial ekonomi keluarga yang bisa menjadi pemicu atau justru menghambat proses stimulasi anak. Untuk benar-benar mendapatkan potensi stimulasi

kognitif, fisik, sensorik, kreatif, dan sosio emosional, penting untuk dipahami bahwa faktor-faktor ini memiliki keterlibatan yang besar.

Berikut ini beberapa cara memberikan stimulasi pada anak yang efektif dan mendukung tumbuh kembangnya:

1. Berikan anak pengalaman multisensorik. Dorong anak untuk terlibat dalam aktivitas yang merangsang berbagai indra sekaligus. Contohnya, bermain dengan mainan bertekstur atau main ke luar dan merasakan beragam jenis daun atau mendengarkan suara-suara yang berbeda.

2. Bercerita dengan interaktif. Alih-alih sekadar membacakan buku pada anak, bercerita secara interaktif juga dapat membantu. Ajak anak untuk memprediksi apa yang akan terjadi selanjutnya, atau biarkan mereka memilih jalan ceritanya sendiri. Metode ini tidak hanya memperbaiki kemampuan mendengar mereka, tapi juga mendorong kreativitas dan berpikir kritis.

3. Aktivitas fisik. Dorong anak untuk beraktivitas fisik, seperti menari, menangkap bola, atau olahraga terstruktur. Aktivitas fisik bukan hanya untuk tubuh, tapi juga membantu mengembangkan keterampilan motorik dan terkait dengan peningkatan fungsi kognitif pada anak-anak.

4. Main pemecahan masalah. Permainan seperti *puzzle*, *board game*, atau tebak-tebakan sederhana membantu merangsang pemikiran logis dan memperbaiki konsentrasi dan ingatan. Penting untuk memilih tantangan atau permainan yang sesuai usianya agar mereka tetap tertarik dan tidak frustrasi.

5. Biasakan interaksi sosial. Buat janji *playdate* atau aktivitas kelompok. Berinteraksi dengan anak sebaya mengajarkan anak mengenai empati, berbagi, dan membantu mengembangkan keterampilan sosioemosional anak. Di era interaksi digital seperti sekarang, interaksi sosial sangat bernilai harganya.

SIMPULAN

Stimulasi awal adalah fondasi penting untuk perkembangan anak. Melalui berbagai bentuk stimulasi fisik, kognitif, emosional, dan sosial—anak-anak dapat mengembangkan kemampuan yang akan membentuk karakter dan keterampilan mereka di masa depan. Stimulasi sejak dini penting untuk perkembangan anak karena dapat membantu membentuk karakter dan keterampilannya di masa depan. Stimulasi yang tepat dapat memperkuat koneksi neural di otak anak. Mendorong kebiasaan stimulasi anak sejak dini berperan besar dalam tumbuh kembang anak secara keseluruhan. Jika tidak digunakan, koneksi ini akan lepas, dan di sini aktivitas stimulasi dini berperan, sehingga memupuk kapabilitas sosial, emosional, dan kognitif di masa depannya. Bukan hanya meningkatkan kapasitas otak, namun stimulasi yang tepat juga dapat membantu meningkatkan kreativitas, keterampilan sosial, memperdalam proses berpikir, bahkan berdampak pada pertumbuhan fisik seperti tinggi badan.

DAFTAR PUSTAKA

- Desmariansi. (2020). *Perkembangan Fisik anak Usia Dini*. Padang: Pustaka Galeri Mandiri.
- HM Sari, Y Nofriyanti, [F. Mayar](#), 2019. Implementasi Kegiatan Kolase Menggunakan Serbuk Kayu terhadap Perkembangan Kreativitas Anak di PAUD Pasia Mutiara Padang. *Jurnal Pendidikan Tambusai*
- Sowers, Jyne. (2000). *Language Arts In Early Childhood*. Georgia: Georgia Fox University
- Linda, Bruce, Dee Dickinson. (2004). *Pembelajaran Berbasis Multiple Intelligences*. Intuisi Press.

- Papalia, Diane E., Sally Wendkos Olds, and Ruth Duskin Feldman. (2009). *Human Development*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Suyadi. (2010). *Psikologi Belajar PAUD*. Yogyakarta: Pedagogia
- Meggit, Carolyn. (2012). *Memahami Perkembangan Anak*. Jakarta: PT Indeks.
- Susanto, Ahmad. (2011). *Perkembangan anak usia dini*. Jakarta : Kencana Prenada Media
- Sari, D. P., Yetti, E., & Supena, A. (2019). *Pengaruh Metode Bermain Peran terhadap Kemampuan Berbicara Anak Usia Dini*. Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 3(2), 346-353.
- Nurjanah, N., Nugraha, A., & Kurniawan, D. (2020). *Efektivitas Metode Bermain Peran untuk Meningkatkan Kemampuan Berbicara Anak Usia Dini*. Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 4(2), 940-948.