

Psikologi anak usia dini

Oleh: Sutji Martiningsih Wibowo

Diajukan pada Ceramah Guru PAUD se Jabar
Di selenggarakan di PAUD UNGGULAN JAWA BARAT,
BUNDA GANESA
17 Desember 2008

Mengasuh dan mendidik anak usia dini.

Mengasuh dan mendidik anak merupakan suatu tugas yang penuh tantangan yang sangat menarik. Pada saat mengamati anak tumbuh dan berkembang kita sering menemukan hal-hal baru yang mengagumkan dan yang sering kali justru menimbulkan dorongan-dorongan baru untuk mempelajari lebih lanjut apa yang terjadi pada anak-anak asuhan kita. Dari kegiatan mengasuh sehari-hari yang kita lakukan pada anak didik kita, kita seringkali (bisa) mempelajari berbagai bagai hal antara lain bagaimana membuat anak didik/ asuh kita selalu berminat, bagaimana membuat agar anak didik kita selalu bergembira saat mempelajari sesuatu.

Makalah ini mencoba menggambarkan secara umum hal apa yang perlu disadari pengasuh dan pendidik anak usia dini berdasarkan beberapa penelitian mutakhir.

Untuk memulai pembicaraan ini maka kita perlu mengingat ada 3 hal penting yang terjadi pada anak didik kita yaitu:

(1) Kita menghadapi individu anak yang baru mulai memunculkan mengembangkan ketrampilan-ketrampilan dasar, dengan lain perkataan kita bertugas untuk mengoptimalkan perkembangan anak.

Seorang pendidik/ pengasuh seyogyanya sadar bahwa anak usia dini sedang mulai memunculkan ketrampilan-ketrampilan baru, baik berupa ketrampilan-ketrampilan fisik maupun ketrampilan mentalnya. Biasanya ketrampilan-ketrampilan baru akan sering dicoba berulang-ulang oleh anak, misalnya anak usia 2 tahun akan sering mengulangi kata-kata yang baru dia kenali, anak usia 3 tahun saat mulai bisa menggunting akan sibuk sekali menggunting-gunting benda-benda(kertas atau kain) yang dia temui, anak usia 4 tahun pada saat dia mulai menguasai ketrampilan motoriknya, dia akan menyukai gerakan gerakan motorik kasar (meloncat-loncat, memanjat, meluncur dan lain sebagainya), anak usia 4- 5 tahun pada saat dia mulai mengenali huruf- huruf, maka ia akan sibuk sekali membaca huruf- huruf yang dia temui .

Yang perlu menjadi perhatian adalah:

1.1 Kita perlu memahami apa yang sedang terjadi pada anak. Dan mengenali apa yang dibutuhkan anak untuk berkembang saat ini (apakah saat ini anak sedang ingin melati kemampuan-kemampuan dasar untuk berkomunikasi? Apakah saat ini anak sedang minta perhatian untuk memastikan bahwa dia memang akan mendapat perhatian dan rasa aman? Apakah anak sedang ingin mengembangkan kemampuan motoriknya? Apakah anak sedang mengungkapkan sesuatu? dan lain selanjutnya.

1.2 Kita perlu mengetahui, hal apa saja yang harus kita lakukan untuk memenuhi kebutuhan perkembangan anak. Dalam hal ini pengasuh dan pendidik yang baik akan memusatkan pertimbangan-pertimbangannya, pada anak, bukan memusatkan sepenuhnya pada kebutuhan pengasuh sendiri (waktunya mendesak, sehingga anak harus dipaksa).

1.3 Dengan mengenali kebutuhan anak, pengasuh dan pendidik bisa mengambil tindakan-tindakan yang justru mengoptimalkan perkembangan anak (misalnya memberi dorongan yang tepat pada anak yang kurang percaya diri untuk mencoba, mengajak anak-anak lain untuk membantu anak dan lain sebagainya).

1.4 Untuk bisa melakukan hal tersebut di atas, maka pengasuh perlu belajar mengenali berbagai media yang menarik baik berupa cara-cara, kegiatan-kegiatan atau materi yang bisa menarik anak dan mengemasnya dalam program-program kegiatan yang menarik, sedemikian rupa sehingga anak selalu merasa tertantang ingin mencobanya sendiri.

(2). Kita harus menyadari bahwa setiap anak itu unik.

Pengasuh dan pendidik harus sadar bahwa ada karakteristik umum pada anak-anak di tahapan usia bayi dan pada tahapan usia dini. Namun para pengasuh juga harus menyadari bahwa pada masing-masing anak di tahapan

bayi dan tahapan usia dini memiliki sifat yang berbeda-beda. Bila pengasuh/pendidik menyadari hal ini maka proses pengembangan ketrampilan pada anak-anak yang berbeda akan lebih mudah dilakukan. Untuk mengenali perbedaan-perbedaan yang menyolok, atau mengenali apakah hal yang ditampilkan anak masih berada pada batas normal atau tidak, perlu bantuan dari ahlinya (psikolog).

Hal lain yang merupakan keunikan anak adalah temperamennya. Pendidik/pengasuh perlu menyadari ada anak yang mudah menyesuaikan diri, ada pula anak yang membutuhkan waktu lebih banyak untuk menyesuaikan diri dengan situasi baru. Sebagai contoh, ada anak yang bila datang terlambat, maka dia jadi merasa gelisah, sehingga mereka cenderung minta perhatian yang lebih dari anak-anak lain. Ada juga anak lain yang mengalami masalah masalah mengutarakan diri, atau anak-anak yang kepekaannya amat tinggi, cengeng, atau anak-anak yang sangat kaku dan lain sebagainya. Membuat anak merasa aman adalah salah satu hal terpenting yang perlu dilakukan oleh pengasuh dan pendidik. Dengan landasan rasa aman dengan kesabaran dan dukungan pengasuh dan pendidik, maka anak dengan masalah temperamen (yang membutuhkan waktu untuk berkembang) akan lebih mudah mengembangkan dan melatih ketrampilan-ketrampilannya.

(3). Anak perlu dipahami dan dihargai .

Bila kita menyadari bahwa anak merupakan individu yang sedang memunculkan ketrampilan-ketrampilannya dan bila kita menyadari bahwa

mereka adalah individu yang unik, maka pada saat kita berperan menjadi pengasuh atau pendidik maka kita harus belajar mengikuti perkembangan anak itu sendiri. Beri kesempatan pada anak untuk mengikuti derapnya sendiri. Dengan **memahami anak dan dengan menghargai** keinginannya untuk belajar dan berkembang maka pelaksanaan program optimasi perkembangan anak akan bisa berjalan memuaskan.

Pendapat-pendapat mutakhir dalam pengasuhan anak usia dini.

Selain ke 3 hal tersebut diatas, ada hasil hasil penelitian yang baru yang perlu kita pertimbangkan. Penelitian-penelitian mengenai perkembangan otak yang mutakhir, memberikan banyak sumbang saran bagi pelaksanaan optimasi perkembangan anak usia dini. Beberapa hal yang bisa diungkapkan disini adalah sebagai berikut :

(1) **Masa dini merupakan sebuah mas yang amat penting bagi pembentukan otak.**

Pada saat dilahirkan, otak bayi terdiri dari beribu ribu cel yang disebut neurons dan synapsis yang merupakan cikal bakal bagi pengembangan semua aspek tingkah lakunya kelak pada masa mereka dewasa. Otak bayi ini berada dalam keadaan siap kembang artinya otak ini bisa berkembang kearah mana saja, tergantung pada bagaimana lingkungan tempat dia diasuh dan dibesarkan itu bertindak dan mungkin membutuhkan usaha besar untuk mengembalikannya. Selama bayi berkembang synapsis yang tidak pernah digunakan akan dibuang, hingga pada saat dia berusia 12 tahun, maka otak

tersebut memiliki bentuk dan pola tertentu yang relatif mantap dimana selanjutnya bentuk dan pola otak itu akan dipertahankan namun akan terus diperkaya melalui proses belajar sehingga individu menjadi dewasa. Bagaimana bentuk dan pola yang dicapai hingga bayi berkembang dan mencapai usia 12 tahun, amat tergantung pada apa yang biasa digunakan individu dan bagaimana dia menggunakannya. Begitulah keadaan otak si bayi. Neuron dan synaps yang sering digunakan dengan baik dan menyenangkan biasanya akan makin lama makin tumbuh dengan sempurna, sedangkan neuron dan synaps yang tidak digunakan atau digunakan secara tidak tepat maka akan mengalami kemunduran atau perkembangannya terganggu. Synapsis yang digambarkan sebagai tumbuh dengan baik diatas bisa terjadi pada saat bayi mengalami pengalaman-pengalaman melalui indranya, misalnya dia mengamati berbagai warna, ekspresi wajah pengasuh yang menyenangkan, meraba, membaui, mengecap dan mendengar. Dengan demikian bagaimana sel-sel otak bayi bisa terangsang, amat tergantung pada bagaimana lingkungan memberikan rangsangannya. Bila bayi itu dibesarkan di sebuah ruang yang steril, yang tidak memberikan rangsang rangsang, tidak distimulasi, maka besar kemungkinan kecerdasannya tidak tumbuh.

Kesimpulannya : pengasuh dan pendidik berkewajiban menciptakan situasi dan suasana yang mengandung berbagai pengalaman yang memperkaya jiwa anak dan yang bisa mengembangkan seluruh aspek perkembangan yang dimiliki anak.

(2) **Emosi merupakan hal penting dalam pembentukan otak.**

Pengalaman emosi dan pengalaman sosial masa dini, amat mempengaruhi perkembangan fungsi otak. Stress yang berkepanjangan pada anak akan merubah struktur otaknya, dan akan mengembangkan kecenderungan kecenderungan untuk menjadi depresif atau menjadi agresif.

Stres negative seperti marah, atau takut akan menghambat proses belajar. (Bayangkan pada saat anda belajar ketika duduk di bangku sekolah, apakah anda bisa memusatkan perhatian anda pada saat guru anda tersebut marah besar?, atau apakah pelajaran yang diajarkan guru yang terkenal galak dan suka menghukum bisa masuk dalam pikiran anda?, Contoh lain, apakah anda bisa mengajarkan sesuatu pada saat anak sedang menangis?).

Dalam keadaan stress, otak akan memproduksi zat cortisol. Pada saat synapsis di otak disiram dengan cortisol, maka synapsis itu tidak peka terhadap stimulasi. Artinya, proses belajar dalam otak seolah olah tertutup.

Cortisol meningkatkan kewaspadaan dan perhatian pada ancaman ancaman dan mengurangi kewaspadaan serta mengurangi perhatian anak pada hal-hal yang lain misalnya belajar. (contoh : bila anda dalam ketakutan maka anda anda tidak bisa memfokuskan pada apa yang dikatakan oleh orang itu). Bila hal ini terjadi terus menerus maka, synaps-synaps yang tidak dipergunakan itu akan dibuang oleh otak. Dalam keadaan ini maka perlu diadakan intervensi oleh ahlinya (psikolog) untuk bisa mengenali hal apa yang menyebabkan stress dan langkah-langkah intervensi apa yang bisa dilakukan untuk mengurangi stress.

Apa yang membuat seorang bayi atau seorang anak menjadi stress? Pada bayi dan anak usia dini, stress bisa terjadi bila merasa kesakitan dan bila kebutuhan dasarnya tidak terpenuhi, misalnya, haus, lapar, tidak mendapatkan kasih sayang yang konsisten, terabaikan dan diperlakukan kasar.

Sebaliknya, situasi emosi yang positif, misalnya kegembiraan, kebahagiaan, relasi sosial yang menyenangkan akan menyebabkan otak memproduksi serotonin. **Serotonin** ini merupakan zat yang diproduksi oleh otak yang akan membuat otak/ **memerintahakan pikiran supaya tenang dan bisa mencerna informasi-informasi yang masuk.** Pada saat ini, synaps-synaps menjadi bisa menerima stimulasi sehingga terjadi proses belajar. (Dulu pada saat kita masih bersekolah, guru yang cara mengajarnya mudah kita pahami adalah guru yang mengajarnya sering disertai lelucon-lelucon, sehingga kita merasa santai dan mudah memahami pelajaran. Orang yang bisa membuat kita tertawa, membuat kita merasa dihargai, dan bisa membagikan pikiran pikirannya dengan kita untuk memahami sesuatu, biasanya orang tersebut berhasil mengajarkan sesuatu pada Hasil penelitian memang mengungkapkan bahwa tertawa lepas karena bahagia dan senang membuat pemikiran kita lebih segar dan lebih siaga untuk menerima informasi baru.

Bayi dan anak usia ~~ini~~ yang bicaranyanya belum sempurna mengekspresikan emosinya melalui tangisan atau melalui bunyi-bunyian. Agar terjadi perkembangan yang optimal maka pengasuh seyogyanya

menjawab tangisan bayi atau bunyi bunyian yang diungkapkan oleh bayi.

Pengasuh yang responsif adalah pengasuh yang mengenali ekspresi emosi bayi dan anak asuhnya, dan yang kemudian menjawab ungkapan ungkapan emosi bayi dan anak asuhnya sesuai dengan apa yang mereka dibutuhkan. Dengan demikian pengasuhan yang responsif, pengasuhan yang hangat, berfungsi melindungi anak dan bayi dari stress dan berperan mengoptimalkan perkembangan emosi bayi.

Kesimpulannya:

Seorang pengasuh atau pendidik anak usia dini, seyogyanya menampilkan sikap yang penuh kehangatan, yang konsisten, dan mampu memahami kebutuhan emosi anak, serta bereaksi sesuai kebutuhan kebutuhan bayi dan anak tersebut.

Dalam kegiatan pengasuhan anak, pengasuh dan pendidik, seyogyanya menciptakan suasana yang menyenangkan, yang menggembarakan, supaya anak tidak menjadi tegang dan tidak merasa stress/tertekan.

(3) Berbicara pada bayi dan membacakan cerita pada anak.

Hasil penelitian juga mengungkapkan bahwa bayi yang sering diajak berbicara mengenai hal-hal yang riil (nyata) yang sedang dialami bayi, diiringi oleh sikap pengasuh yang memahami kebutuhan bayi saat ini, disertai tatapan wajah yang menyenangkan, kelak pada usia 2 tahun akan

memiliki perbendaharaan kata-kata yang relatif lebih banyak bila dibandingkan dengan bayi-bayi yang stimulasi kata-katanya terbatas.

Hasil penelitian lain menunjukkan bahwa anak usia dini yang sering di bacakan cerita, sambil bersama-sama memandangi gambar yang sesuai cerita, yang dibacakan dalam cara pendekatan yang hangat dan menyenangkan, maka anak-anak ini akan belajar membaca lebih mudah dari pada anak-anak yang tidak pernah di ceritai oleh pengasuhnya.

Dibacakan buku pada anak ,fungsinya sama dengan diajak berbicara pada bayi. Kedua peristiwa tersebut mengandung beberapa hal yang penting untuk mengoptimasikan perkembangan, yaitu:

- a. Kedua pihak, anak dan pengasuh, sama-sama memfokuskan perhatian pada gambar dan cerita. Walaupun bayi masih amat muda dan belum memahami arti kata-kata, hanya dengan mendengarkan kata-kata, kegiatan ini bisa membangun kemampuan otak untuk menyerap beberapa kata.
- b. Dalam kegiatan ini terdapat rangsangan emosional yang penting yaitu yang memberikan rasa aman pada anak maupun bayi. Duduk dalam pangkuan pengasuh, menimbulkan rasa aman, dan anak merasa bahwa membaca dan berkata kata merupakan hal yang menyenangkan untuk dipelajari.
- c. Dengan melihat dan membaca, serta mendengar kata kata dikaitkan dengan keadaan riil, anak dilatih untuk memfokuskan pada sesuatu hal,

anak juga dilatih untuk mengkatkan antara yang dia baca dengan peristiwa sederhana yang dia alami.

(4) Pentingnya musik bagi anak.

Mendengarkan nyanyian dan mendengarkan musik merupakan salah satu hal penting bagi bayi dan anak. Dengan musik, **yang tidak bising**, anak bisa mengenali ritme, intonasi, melodi, kata-kata, dan harmoni. Dengan musik anak juga mengenali konsep-konsep keurutan, mengenali pola yang selalu berulang. Kedua hal terakhir ini merupakan hal penting untuk mengembangkan konsep-konsep kognitif. Dan perlu untuk mengembangkan berpikir matematik. Bersamaan mendengar musik, pengasuh bisa membawa anak dalam kegiatan gerak yang sesuai dengan sifat musik tersebut. Bayi digendong sambil diayun sesuai tuntunan musik anak diajak bergerak untuk mengikuti ritme dari musik. Dan terutama mereka bisa diajak menyanyi.

Kesimpulan :

Kegiatan melibatkan diri dalam musik, bisa memperhalus kepekaan emosi sesuai dengan bobot emosi yang di sandang oleh musik itu sendiri.

Kegiatan musik bisa melatih kepekaan kepekaan lain seperti penghayatan ritme, penghayatan melodi atau intonasi,

Kegiatan melibatkan diri pada musik bisa merangsang pengenalan kata-kata baru, merangsang konsep-konsep keurutan dan merangsang munculnya konsep- konsep pola yang berulang.

(5) Pentingnya stimulasi perabaan untuk perkembangan otak.

Stimulasi perabaan merupakan hal yang sangat penting bagi perkembangan bayi dan anak. Pada bayi yang premature, pemijatan (dengan menggunakan krim atau merangsang permukaan kulit bayi dengan sikat yang sangat halus), akan membantu memulihkan perkembangannya yang mungkin agak terlambat. Dari hal ini bisa disimpulkan bahwa bayi-bayi memang sangat menyukai bila ia digendong dengan hangat, atau dia juga sangat suka bila dia dibelai-belai punggungnya.

Kesimpulannya: seyogyanya pengasuh membina hubungan fisik dengan bayi, merangkulnya atau menepuk-nepuk punggungnya dengan hangat.

(6) Pentingnya kegiatan kegiatan fisik pada anak.

Pentingnya kegiatan fisik pada bayi dan anak, sudah semenjak lama diketahui oleh para pengasuh dan pendidik. Hasil penelitian mutakhir juga mengungkapkan bahwa anak-anak yang banyak bergerak dan banyak menggunakan ototnya, menunjukkan perkembangan kognitif yang lebih baik. Sedangkan anak-anak yang banyak dihambat gerakannya, misalnya banyak dikurung di boks, di alat belajar jalan (walkers) atau di kursi bayi, maka ada kecenderungan rasa irigin tahunya terbatas, dan kemampuan penyelesaian masalahnya juga tergolong kurang.

Penutup

Mengasuh dan mendidik anak usia dini merupakan suatu tugas yang amat menyenangkan. Namun demikian dibalik kesenangan tersebut, ada tanggung jawab besar yaitu harus dilaksanakan dengan mengikuti kaidah-kaidah yang telah disusun dalam program pengasuhan tertentu. Ada hal-hal yang perlu diingat oleh pengasuh dan pendidik:

- a. Pengasuhan pada usia dini bertujuan mengoptimalkan perkembangan bayi dan anak, yang harus disesuaikan dengan kebutuhan-kebutuhan pada usianya.
- b. Optimasi perkembangan di usia dini menjadi landasan bagi perkembangan-perkembangan di usia selanjutnya baik perkembangan pada masa usia sekolah, usia remaja maupun di usia dewasa.
- c. Agar perkembangan anak di usia dini optimal maka pengasuh dan pendidik, harus bersikap responsif, yaitu mengenali kebutuhan-kebutuhan anak untuk berkembang dan kedua, pengasuh dan pendidik harus berespons bertindak sesuai dengan kebutuhan-kebutuhan anak tersebut.
- d. Kebutuhan-kebutuhan anak usia dini adalah dia butuh rasa aman dan bisa mengembangkan keyakinan bahwa dia akan selalu aman sehingga bisa membentuk suatu kepercayaan bahwa dirinya selalu berada dalam keadaan aman dan bebas bereksplorasi. Kebutuhan dukungan lingkungan pada anak usia dini, lebih dari anak-anak diusia yang lebih tua .

Kepustakaan:

Dopyera, Margaret Lay and John Dopyera (1993) *Becoming a teacher Of Young Children*, McGraw-Hill, Inc. New York.

Maxim, George W (1980): *The very Young: Guiding children from Infancy through the early years*. Wadsworth Publishing Company. Belmont California.

Miller, Karen (2001) : *Ages and stages*. Telshare Publishing Co., Inc. West Palm Beach, Fl.

Santrock, John W. (2007) : *Child development*. McGraw-Hill International Edition. New Delhi.