



Catatan Kajian Sesi Kelima : Stimulasi dan Deteksi Tumbuh Kembang Anak Sejak Dini

- **Pemateri:** dr. Adika Mianoki, Sp.S(K), FINA.
 - **Modul:** Persiapan Sebagai Orang Tua
 - **Tanggal:** Selasa, 2 September 2025
-

Mukadimah: Anak Bukanlah Miniatur Orang Dewasa

Dokter Adika mengawali sesi dengan sebuah prinsip fundamental dalam dunia kesehatan anak:

"Anak bukanlah miniatur orang dewasa, tetapi mereka adalah makhluk kecil yang diyakini memiliki potensi diri untuk berkembang." ¹

Artinya, kita tidak bisa menyamakan anak dengan orang dewasa dalam versi kecil². Setiap

anak melalui tahapan tumbuh kembang yang unik dan berbeda di setiap jenjang usianya³. Oleh karena itu, cara kita bersikap dan mendidik anak usia 2 tahun tentu harus berbeda dengan anak usia 5 atau 7 tahun, karena masing-masing berada pada fase perkembangan yang spesifik.

Membedakan Pertumbuhan dan Perkembangan

Dokter menjelaskan bahwa "Tumbuh Kembang" mencakup dua proses yang berjalan beriringan namun memiliki sifat yang berbeda⁴. Keduanya dimulai sejak masa konsepsi (awal janin terbentuk) hingga dewasa, dan dipengaruhi oleh faktor bawaan (genetik) serta lingkungan⁵⁵⁵⁵.

1. Pertumbuhan (Growth)

- **Definisi:** Bertambahnya ukuran fisik, seperti jumlah sel, berat badan (BB), dan tinggi badan (TB)⁶⁶⁶⁶.
- **Sifat: Kuantitatif**, artinya bisa diukur dengan angka (kg, cm)⁷⁷⁷⁷.
- **Aspek yang Dipantau:** Berat Badan (BB), Panjang/Tinggi Badan (PB/TB), dan Lingkar Kepala (LK)⁸⁸⁸⁸⁸⁸⁸⁸⁸⁸⁸⁸⁸⁸⁸⁸.
- **Alat Pantau:** Kartu Menuju Sehat (KMS)⁹⁹⁹⁹.

2. Perkembangan (Development)

- **Definisi:** Bertambahnya kemampuan (*skill*) dalam struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks, seperti kemampuan motorik, bahasa, dan sosial¹⁰¹⁰¹⁰¹⁰.
- **Sifat: Kualitatif**, artinya menilai kualitas fungsi dan kematangan, bukan sekadar ukuran¹¹¹¹¹¹¹¹.
- **Aspek yang Dipantau:**
 - **Motorik Kasar (Gross Motor):** Kemampuan otot besar seperti duduk, berdiri, berjalan¹²¹²¹²¹².
 - **Motorik Halus (Fine Motor Adaptive):** Kemampuan otot kecil yang butuh koordinasi

cermat, seperti menjimpit, menggenggam, dan menulis¹³¹³¹³¹³.

- **Bahasa (Language):** Kemampuan merespons suara, berbicara, dan mengikuti perintah¹⁴¹⁴¹⁴¹⁴.
- **Sosial dan Kemandirian (Personal Social):** Kemampuan makan sendiri, berinteraksi, dan berpisah dari pengasuh¹⁵¹⁵¹⁵¹⁵.
- **Alat Skrining:** Denver Test II¹⁶¹⁶¹⁶¹⁶.

Periode Emas (Golden Period): Dokter menekankan bahwa periode paling penting untuk memantau tumbuh kembang adalah **masa balita (di bawah 5 tahun)**, karena pada masa inilah berbagai kelainan dapat dideteksi dan diintervensi secara efektif¹⁷.

Pertumbuhan Otak Anak: Fondasi Kecerdasan

Pertumbuhan otak adalah proses luar biasa yang dimulai sangat dini dan berkembang dengan kecepatan menakjubkan.

- **Tahapan Pertumbuhan Otak:**
 - **Dalam Kandungan:** Dimulai beberapa minggu setelah pembuahan¹⁸. Inilah mengapa gizi, kontrol rutin, dan manajemen stres ibu hamil sangat krusial.
 - **Tahun Pertama Kehidupan:** Otak berkembang sangat pesat, ukurannya menjadi dua kali lipat, dengan pembentukan **1 juta koneksi saraf baru per detik**¹⁹.
 - **Usia 3 Tahun:** Volume otak mencapai **80%** dari volume otak dewasa²⁰.
 - **Usia 5 Tahun:** Volume otak mencapai **90%** dari volume otak dewasa²¹.
- **Faktor yang Memengaruhi:**
 - **Nutrisi:** Asam lemak esensial seperti **Omega-3** (dari ikan salmon, tuna) sangat penting²².
 - **Stimulasi dan Interaksi:** Otak berkembang karena stimulus. Anak yang aktif, sering

diajak bicara, bermain, dan bernyanyi akan memiliki perkembangan otak yang lebih baik daripada anak yang pasif²³.

- **Hubungan Responsif:** Sentuhan kasih sayang, seperti menggandeng tangan, mengelus, dan menemani tidur, adalah fondasi kuat bagi perkembangan otak yang sehat²⁴.

Mengetahui Penyakit Saraf dan Gangguan Tumbuh Kembang pada Anak

Dokter Adika, sebagai spesialis saraf, menjelaskan beberapa gangguan umum yang perlu diwaspadai oleh orang tua.

- **Kejang Demam (Step):**

- **Definisi:** Kejang yang dipicu oleh demam tinggi, bukan karena kelainan di otak²⁵. Umumnya terjadi pada anak usia

6 bulan hingga 5 tahun²⁶.

- **Penanganan di Rumah (Menurut IDAI):**

1. **Tetap tenang dan tidak panik**²⁷.
2. Longgarkan pakaian anak, terutama di sekitar leher²⁸.
3. Posisikan anak **miring** untuk mencegah muntahan masuk ke paru-paru²⁹.
4. **JANGAN memasukkan benda apapun ke dalam mulut**, termasuk sendok atau tangan. Risiko bahaya (tersedak, luka) lebih besar daripada risiko lidah tergigit³⁰.
5. Dampingi anak selama dan sesudah kejang³¹.

- **Epilepsi:**

- **Definisi:** Gangguan pada sistem saraf pusat yang menyebabkan kejang berulang **tanpa dipicu demam**³².
- **Fakta Penting:** Dokter meluruskan mitos yang beredar. Epilepsi **sangat bisa disembuhkan** dengan pengobatan rutin yang tepat³³.

- **ADHD (GPPH):** Gangguan pemusatan perhatian, kesulitan fokus, sulit mengontrol

perilaku, dan hiperaktif³⁴.

- **Autisme:** Gangguan perkembangan kompleks yang meliputi gangguan komunikasi, interaksi sosial, dan imajinasi³⁵. Gejalanya bisa tampak sebelum anak berusia 3 tahun³⁶.

⚠ **Deteksi Dini dan Pencegahan: Peran Vital Orang Tua**

Deteksi dini adalah kunci. Semakin cepat penyimpangan diketahui, semakin baik hasil intervensinya.

- **Tahapan Deteksi Dini:**
 1. **Pengamatan oleh Orang Tua:** Orang tua harus *aware*. Kenali tahapan perkembangan normal (kapan harusnya bisa duduk, berjalan, bicara). Jika anak usia 2 tahun belum bisa mengucapkan satu kata pun, ini adalah tanda bahaya³⁷.
 2. **Pemeriksaan/Skrining:** Bawa anak ke Posyandu atau fasilitas kesehatan untuk skrining rutin³⁸.
 3. **Konsultasi Ahli:** Jika ditemukan kelainan, segera konsultasikan ke dokter spesialis anak untuk pemeriksaan lebih komprehensif³⁹.
- Pentingnya Posyandu dan KMS:

Dokter berpesan, "Jangan diremehkan imunisasi kemudian Posyandu itu penting ya untuk skrining awal." Jangan berpikir ke Posyandu hanya untuk dapat bubur kacang hijau. Di sana ada penimbangan, pengukuran, pemberian vitamin, dan imunisasi yang sangat bermanfaat untuk mendeteksi anak kurang gizi dan memantau tumbuh kembangnya⁴⁰⁴⁰.
- **Langkah-langkah Pencegahan:**
 - **Saat Hamil:** Lakukan pemantauan kehamilan rutin (ANC), penuhi nutrisi dan suplemen seperti asam folat⁴¹⁴¹⁴¹⁴¹.
 - **Setelah Lahir:** Berikan **imunisasi lengkap** (ini adalah hak anak!), penuhi gizi dengan ASI eksklusif, dan terus pantau KMS⁴²⁴²⁴²⁴².
 - **Stimulasi Rutin:** Orang tua adalah stimulator terbaik. Ajak anak berkomunikasi, ajari membaca, dan latih kemampuan motoriknya⁴³.
 - **Asah, Asih, Asuh:** Penuhi kebutuhan anak secara seimbang: stimulasi untuk kecerdasan (Asah), kasih sayang untuk emosi (Asih), dan pengasuhan untuk

kebutuhan fisik (Asuh)⁴⁴.

Sesi Tanya Jawab (Q&A)

 **Pertanyaan (Pak Tanjung):** Apakah benar perkembangan otak melambat atau berhenti setelah usia 22 tahun? Dan bagaimana mengatasi kecanduan obat pada usia dewasa yang membuat fokus hilang?

 **Jawaban Dokter:** Maturasi (pematangan) maksimal otak memang terjadi hingga usia remaja akhir (sekitar 20 tahun). Namun, otak tetap bisa "berkembang" dalam artian terus belajar dan menambah kemampuan sepanjang hidup melalui stimulasi. Untuk kecanduan obat, ini adalah masalah adiksi yang harus ditangani secara khusus oleh ahlinya, biasanya dokter psikiatri, karena penanganannya kompleks, bisa memerlukan obat penawar dan konseling.

 **Pertanyaan (Ibu Anonim):** Suami saya waktu kecil sering kejang demam. Apakah ini bisa menurun ke anak kami nanti?

 **Jawaban Dokter:** Faktor genetik memang ada pengaruhnya, meskipun tidak dominan seperti pada epilepsi. Namun, ini bisa diantisipasi. Kuncinya adalah waspada. Setiap anak di bawah 5 tahun yang demam harus segera ditangani. Sediakan selalu termometer dan obat penurun panas (parasetamol) di rumah. Begitu anak demam, langsung berikan obat agar suhu tidak naik terlalu tinggi dan memicu kejang.

 **Pertanyaan (Ibu Anonim):** Adik saya usia 8 tahun, sejak 1,5 tahun sering kejang demam dan perkembangannya mundur seperti bayi lagi, bicaranya belum jelas. Apa yang harus dilakukan?

 **Jawaban Dokter:** Ini sudah menunjukkan adanya gangguan perkembangan yang signifikan. Kejang yang berulang dapat memengaruhi fungsi otak. Saran saya, harus segera diperiksa ke dokter spesialis anak (jika ada, yang khusus tumbuh kembang) untuk pemeriksaan detail, termasuk rekam otak (EEG), untuk mencari tahu penyebabnya dan memberikan terapi yang tepat.

 **Pertanyaan (Putri Salsabila):** Bagaimana mencegah lidah tergigit saat kejang demam jika tidak boleh memasukkan benda ke mulut?

 **Jawaban Dokter:** Risiko lidah tergigit saat kejang itu lebih ringan dibandingkan risiko bahaya lain jika kita memasukkan benda ke mulut, seperti tersedak, luka di tenggorokan, atau bahkan menutup jalan napas. Oleh karena itu, anjurannya tetap: jangan memasukkan apapun ke dalam mulut.

 **Pertanyaan (Ibu Anonim):** Jika ingin skrining Tes Denver II, ke dokter spesialis apa dan seberapa sering?

 **Jawaban Dokter:** Ke dokter spesialis anak. Tes ini sifatnya anjuran dan sangat disarankan jika orang tua curiga ada keterlambatan pada anaknya. Untuk skrining rutin, bisa dilakukan setiap 6 bulan pada tahun pertama kehidupan.

Rangkuman Kuis Sesi 5: Stimulasi dan Deteksi Tumbuh Kembang Anak

Berikut adalah kompilasi soal dan jawaban berdasarkan materi yang disampaikan oleh dr. Adika Mianoki, Sp.S(K), FINA.

Soal 1

? **Pertanyaan:** Pernyataan yang benar tentang pertumbuhan, kecuali...

- (A) Bertambah ukuran dan jumlah sel
- (B) Kuantitatif
- (C) Bertambahnya berat badan
- (D) Bisa dipantau dengan KMS
- (E) Bertambahnya kemampuan

✓ **Jawaban Benar: E. Bertambahnya kemampuan**

Penjelasan: Materi Sesi 5 secara jelas membedakan **Pertumbuhan** (perubahan fisik yang bisa diukur seperti berat dan tinggi badan) dengan **Perkembangan** (bertambahnya kemampuan/skill). Oleh karena itu, "bertambahnya kemampuan" adalah ciri dari perkembangan, bukan pertumbuhan.

Soal 2

? **Pertanyaan:** Yang bukan aspek perkembangan adalah...

- (A) Kemampuan motorik
- (B) Berbahasa
- (C) Sosial
- (D) Lingkar kepala
- (E) Kognitif

✓ **Jawaban Benar: D. Lingkar kepala**

Penjelasan: Aspek perkembangan meliputi kemampuan motorik, bahasa, sosial, dan kognitif. Adapun **lingkar kepala** adalah parameter yang digunakan untuk mengukur **pertumbuhan** fisik otak, sama seperti berat dan tinggi badan.

Soal 3

? **Pertanyaan:** Yang bukan termasuk penyakit saraf pada anak adalah...

- (A) Kejang demam
- (B) Epilepsi
- (C) TBC
- (D) Autisme
- (E) ADHD

✓ **Jawaban Benar: C. TBC**

Penjelasan: Dalam presentasinya, dr. Adika Mianoki menyebutkan Kejang Demam, Epilepsi, ADHD, dan Autisme sebagai contoh gangguan/penyakit saraf pada anak. **TBC (Tuberkulosis)** adalah penyakit infeksi bakteri yang utamanya menyerang paru-paru, bukan penyakit saraf primer.

Soal 4

? **Pertanyaan:** Berikut ini adalah faktor risiko gangguan tumbuh kembang pada anak, kecuali...

- (A) Ibu risiko tinggi saat hamil
- (B) Pemberian imunisasi dasar
- (C) Infeksi pada saat kehamilan
- (D) Status gizi yang jelek
- (E) BB bayi lahir rendah

✓ **Jawaban Benar: B. Pemberian imunisasi dasar**

Penjelasan: Pertanyaan ini menanyakan "kecuali". Pilihan A, C, D, dan E semuanya adalah **faktor risiko** yang dapat menyebabkan gangguan tumbuh kembang. Sebaliknya, **pemberian imunisasi dasar** adalah salah satu langkah **pencegahan** yang sangat penting untuk melindungi anak dari penyakit yang bisa mengganggu tumbuh kembangnya.

Soal 5

? **Pertanyaan:** Penanganan kejang demam di rumah yang tidak tepat adalah...

- (A) Longgarkan pakain yang ketat terutama di sekitar leher
- (B) Memasukkan sendok ke dalam mulut
- (C) Pemberian obat anti kejang
- (D) Letakkan anak dalam posisi miring

- (E) Ukur suhu dan catat bentuk dan lama kejang yang terjadi

✓ **Jawaban Benar: B. Memasukkan sendok ke dalam mulut**

Penjelasan: Sesuai anjuran IDAI yang disampaikan dalam materi, tindakan yang **tidak tepat** dan sangat dilarang saat anak kejang adalah **memasukkan benda apapun ke dalam mulut**, termasuk sendok. Tindakan ini berisiko tinggi menyebabkan cedera, gigi patah, atau menyumbat jalan napas.