

MODUL BKR

PANDUAN KADER

TUMBUH KEMBANG ANAK REMAJA

	PERPUSTAKAAN MAN 1 OKU SELATAN		
NO.	13249		
TGL.	19-9-2022		
KELAS	3,CL.7		
ASAL	PR	RT	HO



Direktorat Pengembangan Ketahanan Keluarga
BADAN KOORDINASI KELUARGA BERENCANA NASIONAL
JAKARTA 2002

DIPERBANYAK OLEH
BADAN KOORDINASI KELUARGA BERENCANA NASIONAL
PROVINSI SUMATERA SELATAN
2008

KATA PENGANTAR

Gerakan Bina Keluarga Balita (BKR) merupakan salah satu kegiatan yang sangat strategis dalam ikut mengupayakan terwujudnya Sumber Daya Manusia Potensial melalui peningkatan kepedulian, pengetahuan dan sikap Keluarga khususnya orang tua dalam membina tumbuh kembang balitanya secara optimal.

Masa pertumbuhan dan perkembangan anak lima tahun pertama merupakan masa yang sangat peka, masa ini tidak mungkin terulang kembali bahkan disebut periode emas. Oleh karena itu pembinaan balita yang berhasil akan menjadi titik tolak bagi kemampuan anak dalam mengembangkan kepribadian dan kecerdasan yang akan memberikan kontribusi bagi keberhasilan selanjutnya.

Materi tumbuh kembang balita ini disusun dalam satu buku dengan maksud membantu mempermudah para kader dan petugas lainnya dalam memberikan penyuluhan kepada orang tua balita. Diharapkan dengan adanya materi ini dapat meningkatkan keberhasilan Gerakan Bina Keluarga Balita yang pada akhirnya merupakan kontribusi dalam pengembangan Sumber Daya Manusia Potensial.

Kepada semua pihak yang telah berperan serta dalam penyusunan buku ini kami ucapkan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya.

Jakarta, Pebruari 2003
Direktorat Pengembangan Ketahanan Keluarga
Direktur



Dr. Rihna Azrul Azwar, SKM

KATA PENGANTAR

Gerakan Bina Keluarga Balita (BKBB) merupakan salah satu kegiatan yang sangat strategis dalam ikut mengupayakan terwujudnya Sumber Daya Manusia Potensial melalui peningkatan kepedulian, pengetahuan dan sikap Keluarga khususnya orang tua dalam membina tumbuh kembang balitanya secara optimal.

Masa pertumbuhan dan perkembangan anak lima tahun pertama merupakan masa yang sangat peka, masa ini tidak mungkin terulang kembali bahkan disebut periode emas. Oleh karena itu pembinaan balita yang berhasil akan menjadi titik tolak bagi kemampuan anak dalam mengembangkan kepribadian dan kecerdasan yang akan memberikan kontribusi bagi keberhasilan selanjutnya.

Materi tumbuh kembang balita ini disusun dalam satu buku dengan maksud membantu mempermudah para kader dan petugas lainnya dalam memberikan penyuluhan kepada orang tua balita. Diharapkan dengan adanya materi ini dapat meningkatkan keberhasilan Gerakan Bina Keluarga Balita yang pada akhirnya merupakan kontribusi dalam pengembangan Sumber Daya Manusia Potensial.

Kepada semua pihak yang telah berperan serta dalam penyusunan buku ini kami ucapkan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya.

Jakarta, Pebruari 2003
Direktorat Pengembangan Ketahanan Keluarga
Direktur



Dr. Rihna Azrul Azwar, SKM

A. PENDAHULUAN

Masa anak dan remaja merupakan suatu tahapan perkembangan yang dilalui manusia dalam proses perkembangan diri, sejak lahir hingga akhir hayatnya. Dalam masa perkembangan ini terjadi perubahan-perubahan yang cukup bermakna, baik secara fisik, mental maupun sosial. Perubahan-perubahan tersebut memerlukan perhatian khusus dari lingkungan keluarga, khususnya orang tua agar dapat memberikan pendidikan dan pengasuhan kepada anak remaja secara optimal baik fisik maupun mentalnya.

Pengetahuan mengenai aspek tumbuh kembang anak dan remaja ini disusun melalui uraian dan contoh-contoh yang sederhana dan praktis, sehingga para kader dan orang tua dapat dengan mudah memberikan bimbingan kepada kelompok sasaran.

Materi tumbuh kembang anak dan remaja ini disusun untuk tujuan sebagai bahan pembekalan /pelatihan bagi kader Bina Keluarga Anak dan remaja (BKR), sekaligus dapat dipergunakan sebagai bahan penyuluhan dalam kegiatan kelompok BKR.

1. PENGERTIAN PERTUMBUHAN DAN PERKEMBANGAN

PERTUMBUHAN : ialah tahap perubahan ukuran dan bentuk tubuh atau anggota tubuh.

Contoh :

- Pertumbuhan tinggi badan
- Pertumbuhan berat badan
- Pertumbuhan alat kelamin

PERKEMBANGAN : ialah tahap perubahan fungsi yang sifatnya bukan fisik.

Yang dimaksud dengan perubahan adalah dari tidak bisa menjadi bisa

- Contoh :
- Perkembangan kecerdasan
 - Perkembangan sosial/kemasyarakatan
 - Perkembangan bahasa
 - Perkembangan emosi dan lain lain.

2. MENGAPA ORANGTUA PERLU MEMAHAMI TUMBUH KEMBANG ANAK DAN REMAJA ?

Pemahaman tumbuh kembang anak dan remaja bermanfaat bagi orang tua agar:

- Orang tua menyadari dan memahami tentang adanya perubahan fisik dan perilaku anak beserta permasalahannya.
- Orang tua dapat membimbing anak sesuai dengan tahap tumbuh kembang anak, sehingga anak siap menghadapi masa depan
- Orang tua mampu menciptakan suasana dan lingkungan keluarga yang positif sehingga anak dapat berkembang secara optimal.

3. PRINSIP TUMBUH KEMBANG ANAK DAN REMAJA

- a. Tumbuh kembang dipengaruhi oleh faktor bawaan dan faktor lingkungan yang saling mempengaruhi secara timbal balik.

- b. Tumbuh kembang mengikuti pola atau aturan tertentu dan berkesinambungan, misalnya:
- Pertumbuhan otak sangat pesat saat masa kandungan dan terus sampai anak berusia 6 tahun.
 - Perkembangan seksual amat pesat pada masa remaja dan terus sampai masa dewasa.
- c. Setiap anak memiliki ciri dan sifat yang khas, sehingga tidak ada dua anak yang persis sama, walaupun mereka kembar.
- d. Tumbuh kembang pada masa remaja paling mencolok dan mudah diamati :
- Anak perempuan tinggi badannya bertambah, sehingga kelihatan kurus dan tinggi
 - Anak laki-laki dalam waktu singkat terlihat tidak pantas memakai celana pendek karena kakinya memanjang.
- e. Kecepatan pertumbuhan dan perkembangan anak berbeda satu dengan yang lainnya akan tetapi dapat diamati secara umum sebagai berikut :
- remaja wanita mengalami pertumbuhan lebih cepat pada usia 10-13 tahun
 - remaja laki-laki mengalami pertumbuhan lebih cepat pada usia 13 –15 tahun
 - Usia ini disebut masa pertumbuhan yang cepat/masa akil baliq.

4. FAKTOR-FAKTOR APA YANG MEMPENGARUHI TUMBUH KEMBANG ANAK?

- Faktor bawaan : Faktor yang berasal dari dalam diri seseorang, yang diturunkan dari kedua orangtuanya, misalnya bakat, dsb.
- Faktor lingkungan : Faktor yang berasal dari luar dari seseorang, misalnya pendidikan, dsbnya.
- Faktor lingkungan dan hal-hal yang mempengaruhinya dapat dijabarkan sebagai berikut :
 1. Lingkungan keluarga : - penanaman nilai, moral, agama serta keharmonisan keluarga.
 2. Lingkungan sosial : - teman sepergaulan.
 3. Lingkungan pendidikan : - kesempatan belajar, kualitas guru, sekolah.
 4. Lingkungan kesehatan : - makanan, penyakit, pelayanan kesehatan.
 5. Lingkungan Alam : - Kesuburan tanah, iklim.

B. KONDISI DAN POTENSI ANAK USIA 6 - 11 TAHUN

1. Ciri-ciri Tumbuh Kembang Anak :

a. Pertumbuhan Jasmani

Terdapat kenaikan tinggi dan penambahan berat badan dengan bertambahnya umur.

- Perbandingan antara tinggi tubuh dan berat badan mulai seimbang.
- Pada usia yang sama anak laki-laki lebih pendek dari pada anak perempuan.
- Pada akhir masa ini, anak sudah mulai timbul tanda-tanda kematangan seks
 - anak perempuan ditandai dengan haid
 - Anak laki-laki ditandai dengan mimpi basah

b. Perkembangan mental

- Daya ingat kuat : ingatan anak pada usia 8-10 tahun sangat kuat sehingga mudah menghafal
- Pengamatan beralih kepada hal-hal yang nyata. Walaupun fantasi/khayal masih memegang peranan penting, tetapi anak kini mulai memasuki dunia nyata.
- Hasrat untuk mengetahui peristiwa-peristiwa nyata mendorong anak untuk meneliti dan melakukan kegiatan.
- Kemauan anak belum berkembang penuh, minat lebih banyak terpusat pada lingkungan bermain.
- Ungkapan emosi cenderung kurang baik; kesulitan atau kegembiraan pada orang lain kurang dapat bisa dihayati dan dipahami oleh anak. Perasaan tidak ditampakkan karena ia takut dan malu memaparkan perasaannya.

- Seringkali timbul perasaan takut dan cemas disatu sisi dan rasa ingin tahu dan coba-coba disisi lain terhadap sesuatu hal yang belum dikenalnya.
- Persahabatan anak pada masa ini masih belum kekal, mudah berganti-ganti dan sesuai dengan situasi sesaat.

2. Permasalahan Tumbuh Kembang Anak

- a. Lingkungan keluarga
 - (1) Hubungan orang tua atau keluarga yang tidak harmonis. Hal ini bisa menyebabkan gangguan perkembangan emosi, misalnya takut tidak mendapat perhatian dan kasih sayang orang tua.
 - (2) Disiplin kaku
Menanamkan kebiasaan atau disiplin dengan cara menghukum dapat menimbulkan dorongan balas dendam, rasa berdosa, tidak mempunyai kepercayaan diri.

- b. Lingkungan pergaulan
Anak yang dibesarkan dengan terlalu dimanja, dalam lingkungan pergaulan yang terbatas akan membentuk sikap egois, semua keinginannya harus terpenuhi dengan segera atau ia menjadi pemalu, kurang percaya diri.

- c. Lingkungan pendidikan
 - (1) Pelajaran makin bertambah banyak (banyaknya PR) sedangkan keinginan berkumpul dengan teman-teman (bermain) besar, bisa menimbulkan hambatan dalam penyesuaian pelajaran.
 - (2) Sikap guru yang kurang berwibawa, menyebabkan anak kurang bergairah untuk belajar.

3. Upaya yang dapat dilakukan untuk menanggulangi permasalahan anak adalah :

Orang tua dituntut untuk dapat mendengarkan dan berbicara dengan anak secara efektif.

Upaya-upaya tersebut dapat dilakukan melalui hal-hal sebagai berikut :

- Memberikan panutan/teladan yang baik bagi anak.
- Memberikan tuntunan dan pemberian keyakinan akan curahan kasih sayang orang tua.
- Memberikan dorongan moril dalam setiap usaha yang dilakukan dengan tutur kata yang halus.
- Dorongan dan melatih anak agar mampu membantu kegiatan yang menyangkut kepentingan orang lain.

4. Upaya yang dilakukan untuk tumbuh kembang optimal

Ada beberapa sisi yang perlu diperhatikan :

1. Sisi fisik :

- Pemberian makanan yang mengandung gizi seimbang
Makanan yang bergizi tidak harus mahal.

2. Sisi mental/emosi :

- Menunjukkan rasa kasih sayang dan perlindungan orang tua sehingga timbul rasa aman bagi anak.
- Mendorong anak agar melanjutkan pendidikan setinggi mungkin.
- Membiasakan anak untuk beribadah bersama keluarga.



3. Sisi Sosial

- Membimbing anak agar selalu menjaga sopan santun terhadap orang lain.
- Menanamkan tanggung jawab dan mengarahkan nilai sosial kemasyarakatan.

C. KONDISI DAN POTENSI PADA MASA REMAJA (11 sampai 19 Tahun)

1. Pengertian Masa Remaja

Masa remaja adalah : Masa peralihan antara masa anak-anak dengan masa dewasa (usia 11-19 tahun).

Pada masa remaja ada masa yang disebut masa pubertas (akil baliq) yaitu :

Masa puber pada wanita : 11-13 tahun, laki-laki : 13-15 tahun

Masa remaja : 14-19 tahun

2. Perbedaan Masa puber dengan masa remaja

Pada masa puber : Sering timbul perasaan bingung, cemas, gelisah, namun ia tidak mengetahui apa penyebab adanya perasaan tersebut.

Pada masa remaja : Perasaan mulai agak mantap. Ia mulai mengenal dirinya, menyadari tujuan hidup, dan mempunyai pendirian tertentu.

3. Ciri tumbuh kembang pada masa puber / akil baliq

- a. Perubahan Fisik : Perubahan anggota badan yang pesat, yaitu : hidung, tangan, kaki melebar, pinggul, bahu melebar, tungkai dan lengan memanjang.