

## Perkembangan Masa Bayi

**Oti Aprillia**

Universitas Islam Negeri Sjech M. Djambek Bukittinggi

Email: [otiaprilliaaa@gmail.com](mailto:otiaprilliaaa@gmail.com)

**Nadia Gufran**

Universitas Islam Negeri Sjech M. Djambek Bukittinggi

Email: [nadiagufran06@gmail.com](mailto:nadiagufran06@gmail.com)

**Linda Yarni**

Universitas Islam Negeri Sjech M. Djambek Bukittinggi

Email: [lindayarni1978@gmail.com](mailto:lindayarni1978@gmail.com)

**Abstract.** *This study aims to explain the development of infancy in the form of characteristics, developmental tasks, physical development and psychological functions. This research uses a qualitative approach with a literature study, namely a method of collecting theories from books and journal articles. The results of this study conclude that the characteristics of infancy are that infancy is a real period, a period where growth and change are rapid, a period of reduced dependence, a period of increased individuality, the beginning of socialization, the beginning of the development of sex role classification, an interesting period, the beginning of creativity, and a dangerous period. The developmental tasks of infancy are learning to walk, eating solid food controlling the elimination of body waste, achieving good physiological stability, learning the basics of speech, learning to relate emotionally to others and forming simple concepts about social and natural reality. The physical development of infancy includes weight, height, physical proportions, bones, muscles and fat, body build, teeth, nervous system, and the development of sense organs. Infancy is also a time of establishing fundamental growth patterns for sleeping, eating and toileting.*

**Keywords:** *Infancy Development, Developmental Tasks, Physical, Psychological Functions.*

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan tentang perkembangan pada masa bayi berupa ciri-ciri, tugas perkembangan, perkembangan fisik dan fungsi psikologis. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan studi pustaka yaitu metode dengan pengumpulan teori-teori dari buku maupun artikel jurnal. Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa ciri-ciri masa bayi yaitu masa bayi adalah masa yang sesungguhnya, masa dimana pertumbuhan dan perubahan berjalan pesat, masa berkurangnya ketergantungan, masa meningkatnya individualitas, permulaan sosialisasi, permulaan berkembangnya penggolongan peran seks, masa yang menarik, permulaan kreativitas, dan masa berbahaya. Tugas perkembangan masa bayi adalah belajar berjalan, makan makanan padat mengendalikan pembuangan kotoran tubuh, mencapai stabilitas fisiologis yang baik, mempelajari dasar-dasar berbicara, belajar berhubungan emosional dengan orang lain serta membentuk konsep-konsep sederhana tentang kenyataan sosial dan alam. Perkembangan fisik masa bayi meliputi berat, tinggi, proporsi fisik, tulang, otot dan lemak, bangun tubuh, gigi, susunan saraf, dan perkembangan organ perasa. Masa bayi juga merupakan masa pembentukan pola-pola pertumbuhan fundamental untuk tidur, makan dan buang air.

**Kata kunci:** *Perkembangan Masa Bayi, Tugas Perkembangan, Fisik, Fungsi Psikologis.*

### LATAR BELAKANG

Masa bayi merupakan masa emas untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi sehingga perlu mendapat perhatian khusus. Masa bayi adalah masa keemasan sekaligus masa kritis perkembangan seseorang. Dikatakan masa kritis karena pada masa ini bayi sangat peka

terhadap lingkungan dan dikatakan masa keemasan karena masa bayi berlangsung sangat singkat dan tidak dapat diulang kembali.

Setiap bayi mengalami tahap pertumbuhan dan perkembangan dalam masa hidupnya. Pertumbuhan dan perkembangan merupakan proses yang berkesinambungan, bersifat kontinue, dan pertumbuhan merupakan bagian dari proses perkembangan. Penting untuk memahami perkembangan masa bayi karena ini adalah waktu ketika berbagai kemampuan dan keterampilan dasar berkembang. Perkembangan masa bayi juga mempengaruhi perkembangan selanjutnya.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi pustaka. Adapun fokus penelitian ini tentang perkembangan pada masa bayi. Sumber teori dan bahan analisis kajian menggunakan referensi ilmiah meliputi buku, dan artikel jurnal.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Ciri-ciri Masa Bayi**

Masa bayi berlangsung dua tahun pertama setelah periode bayi yang baru lahir dua minggu. Masa bayi memiliki ciri-ciri tertentu, meskipun sama dengan ciri-ciri periode-periode lain dalam rentang kehidupan, yang sangat penting adalah selama dua tahun masa bayi ini. Ciri-ciri tersebut membedakan masa bayi dari periode-periode sebelumnya dan sesudahnya (Hurlock, 1991).

Setiap tahapan perkembangan memiliki ciri-ciri perkembangan tertentu yang berbeda dengan tahap perkembangan lainnya. Periode bayi baru lahir juga mempunyai ciri yang perlu dipahami, terutama oleh orangtua, agar dapat memberi perlakuan yang lebih tepat pada bayinya (Soetjningsih, 2018). Berikut ini adalah ciri-ciri masa bayi :

1. Masa bayi adalah masa dasar yang sesungguhnya

Meskipun seluruh masa anak-anak terutama tahun-tahun awal dianggap sebagai masa dasar. Namun, masa bayi adalah dasar periode kehidupan yang sesungguhnya karena pada saat ini banyak pola perilaku, sikap, ekspresi, dan emosi terbentuk (Hurlock, 1991; Anekasari, 2017).

Ada empat alasan yang menyebabkan mengapa dasar-dasar yang diletakkan pada masa bayi itu sangat penting. Pertama, berlawanan dengan tradisi, sifat-sifat yang buruk tidak berkurang dengan bertambahnya usia anak, sebaliknya, pola-pola yang terbentuk pada permulaan kehidupan cenderung mapan, apakah itu sifat baik atau buruk, berbahaya atau bermanfaat. Kedua, kalau pola perilaku yang kurang baik atau kepercayaan dan sifat yang buruk mulai berkembang, maka semakin cepat hal-hal itu diperbaiki akan semakin mudah bagi anak. Ketiga, karena dasar-dasar awal cepat berkembang menjadi kebiasaan melalui pengulangan, maka dasar-dasar itu akan selamanya mempengaruhi penyesuaian pribadi dan sosial. Dan keempat, karena faktor belajar dan pengalaman memakinkan peran yang penting dalam perkembangan (Hurlock, 1991).

2. Masa bayi adalah masa di mana pertumbuhan dan perubahan berjalan pesat

Bayi berkembang pesat, baik secara fisik maupun secara psikologis. Meskipun pertumbuhan pesat terjadi pada seluruh periode bayi, namun yang terpesat adalah dalam tahun pertama. Perubahan tidak hanya terjadi dalam penampilan tetapi juga dalam kemampuan. Pertumbuhan dan perkembangan intelektual bayi, berjalan sejajar dengan pertumbuhan dan perubahan fisik. Sebelum masa bayi berakhir periode ini, bayi mampu mengerti banyak hal dan dapat mengutarakan kebutuhan dan keinginan dengan berbagai cara yang sekiranya dapat dimengerti oleh orang lain (Hurlock, 1991; Fitriani *dkk.*, 2023).

3. Masa bayi adalah masa berkurangnya ketergantungan

Masa bayi merupakan masa dimana ketergantungan terhadap orang lain perlahan mulai berkurang. Bayi ingin melakukan hal-hal yang diinginkan tanpa bantuan orang lain. Berkurangnya ketergantungan ini, merupakan efek dari pesatnya perkembangan pengendalian tubuh yang memungkinkan bayi untuk belajar merangkak, berguling, duduk, berdiri, dan akhirnya berjalan. Kemandirian juga meningkat dengan berkembangnya kemampuan bayi untuk mengkomunikasikan kebutuhan-kebutuhannya kepada orang lain. Bayi tidak senang diperlakukan seperti bayi, ia tidak mau lagi membiarkan orang lain melakukan hal-hal yang dapat dilakukan atau yang dianggapnya bisa dilakukan sendiri. Jika keinginannya ingin mandiri ini dilarang, maka ia akan protes melalui amarah atau tangisan (Fitriani *dkk.*, 2023; Hurlock, 1991).

4. Masa bayi adalah masa meningkatnya individualitas

Masa bayi merupakan masa meningkatnya kemandirian dan individualitas, dimana bayi mulai mengembangkan hal-hal yang sesuai dengan kemampuan dan minatnya. Individualitas bayi tampak dalam penampilan dan pola perilakunya. Dengan meningkatnya individualitas, maka tiap bayi harus diperlakukan sebagai individu. Tidak dapat diharapkan teknik-teknik latihan anak yang sama akan cocok untuk semua bayi (Hurlock, 1991; Fitriani *dkk.*, 2023).

5. Masa bayi adalah permulaan sosialisasi

Masa bayi merupakan awal dari proses sosialisasi, dimana bayi telah dapat menunjukkan keinginannya untuk menjadi bagian dari kelompok sosial. Bayi pada periode ini mengembangkan ikatan emosi dengan ibunya yang nantinya ketika ia telah mendapatkan kepuasan dari hubungan dengan ibunya, maka bayi mengembangkan hubungannya dengan orang lain dengan hangat (Hurlock, 1991; Fitriani *dkk.*, 2023).

6. Masa bayi adalah permulaan berkembangnya penggolongan peran seks

Masa ini merupakan masa dimana bayi dididik untuk dikenalkan dengan kebiasaan menurut jenis kelaminnya masing-masing. Hampir dari saat dilahirkan anak laki-laki diperlukan sebagai laki-laki dan perempuan sebagai perempuan. Anak laki-laki, misalnya diberi pakaian warna biru, diselimuti dengan selimut biru dan kamarnya tidak diberi hiasan jumbai-jumbai dan kerat-kerat seperti kamar anak perempuan. Mainan dipilihkan yang sesuai dengan anak laki-laki dan mereka diberikan cerita-cerita tentang anak laki-laki dan kegiatan-kegiatannya (Mulyana, 2022; Hurlock, 1991).

Tradisi pengenalan seks yang sama juga diperlakukan kepada anak perempuan. Tekankan pada anak perempuan untuk bersikap sesuai dengan jenis kelaminnya sejak masa bayi tidak terlampaui kuat seperti pada anak laki-laki, meskipun penggolongan peran seks merupakan bagian dari awal pendidikan anak perempuan. Secara tidak langsung anak perempuan peran seksnya sudah ditetapkan pada masa bayi dengan memperbolehkan mereka menangis dan menunjukkan tanda-tanda lain “kelemahan wanita” yang tidak diperkenankan pada bayi laki-laki (Hurlock, 1991).

7. Masa bayi adalah masa yang menarik

Masa bayi merupakan masa yang menarik bagi orang lain, dimana tubuh bayi berukuran kecil, memiliki perut buncit, tangan dan kaki kecil dan justru kepalanya besar membuat bayi semakin menjadi menarik. Anak-anak yang usianya lebih tua

juga menyukai bayi seperti halnya orang dewasa dimana menganggap bayi adalah individu yang menarik karena ketergantungan dan ketidakberdayaannya (Fitriani *dkk.*, 2023; Hurlock, 1991).

8. Masa bayi merupakan permulaan kreativitas

Masa bayi adalah masa permulaan kreativitas yang pada awalnya diperkenalkan dan diajarkan oleh orang tua, nantinya akan menjadi dasar bagi bayi untuk mengembangkan kreativitasnya. Misalnya orang tua memperkenalkan sendok dan piring, bayi mengembangkan kreativitasnya dengan memukul-mukul piring dengan sendok yang dipegangnya dan menimbulkan suara yang menyenangkan bagi bayi (Fitriani *dkk.*, 2023; Hurlock, 1991).

9. Masa bayi adalah masa berbahaya

Meskipun semua tahapan dalam rentang kehidupan mengandung bahaya, tetapi bahaya tertentu lebih banyak terdapat selama masa bayi daripada dalam periode-periode lain. Bahaya dapat merupakan bahaya fisik dan bahaya psikologis. Bahaya fisik yang paling sering terjadi adalah penyakit atau kecelakaan karena kurang mampunya bayi dalam koordinasi otot dan mengendalikan lingkungannya. Pada bahaya psikologis ketika pola-pola buruk telah terbentuk pada masa bayi, maka periode selanjutnya akan berdampak buruk pula (Fitriani *dkk.*, 2023; Hurlock, 1991).

Dalam buku lain menyatakan bahwa, masa bayi neonatal merupakan periode berbahaya baik secara fisik maupun psikologis karena bayi harus melakukan penyesuaian radikal pada lingkungan yang baru dan sangat berbeda dengan kondisi sebelumnya, dan ini dibuktikan dengan tingginya tingkat kematian pada periode ini (Soetjningsih, 2018).

### **Tugas Perkembangan Masa Bayi**

Tugas perkembangan adalah tugas yang muncul pada saat atau sekitar suatu periode tertentu dari kehidupan individu, yang jika berhasil akan menimbulkan rasa bahagia dan membawa ke arah keberhasilan dalam melaksanakan tugas-tugas berikutnya, namun jika gagal, menimbulkan rasa tidak bahagia dan kesulitan dalam menghadapi tugas-tugas berikutnya (Bawono, 2020; Sunarti, 2004).

Pada masa bayi, anak mengalami perkembangan yang pesat dalam segala hal, mulai dari fisik, kognitif, sosial, hingga emosional. Pada masa ini, anak belajar untuk mengenal dunia sekitarnya melalui indera, mulai dari penglihatan, pendengaran, hingga perabaan. Tugas perkembangan pada masa bayi adalah mengembangkan hubungan yang sehat dan

aman dengan orang tua atau pengasuh, serta mengembangkan kemampuan motorik dan kognitif dasar (Irmayanti *dkk.*, 2023).

Karena pola perkembangan dapat diprediksi, bahkan jika bayi yang berbeda mencapai hal-hal penting pada pola ini pada usia yang berbeda, dapatlah dibuat standar dari harapan-harapan sosial dalam bentuk tugas-tugas perkembangan.

Tentu saja sebagian tugas perkembangan masa bayi ini belum dapat sepenuhnya dikuasai pada saat masa bayi hampir berakhir, tetapi dasar-dasarnya harus sudah diletakkan (Hurlock, 1991). Berikut ini adalah bentuk tugas perkembangan masa bayi yang dikemukakan oleh Havighurst :

- a. Belajar berjalan
- b. Belajar memakan makanan padat
- c. Mengendalikan pembuangan kotoran tubuh
- d. Mencapai stabilitas fisiologis yang baik
- e. Mempelajari dasar-dasar berbicara
- f. Belajar berhubung secara emosional dengan orang tua, keluarga, dan orang lain
- g. Membentuk konsep-konsep sederhana tentang kenyataan sosial dan alam (Hurlock, 1991; Sumanto, 2014).

Ketika masa bayi berakhir, semua bayi normal sudah mulai belajar berjalan, meskipun dengan tingkat kecakapan yang berbeda-beda. Mereka juga sudah belajar memakan makanan keras dan mencapai stabilitas fisiologis yang cukup baik. Pembuangan kotoran yang merupakan tugas utama sudah dapat dikendalikan dan akan sepenuhnya dikuasai dalam waktu setahun atau dua tahun. Bayi juga sudah mulai menambah kosa kata yang berguna, dapat menyebutkan kata-kata yang digunakan secara tepat, dapat mengerti pernyataan dan perintah-perintah yang sederhana, dan dapat menggabungkan beberapa kata menjadi kalimat yang berarti, tetapi kemampuan mereka untuk berkomunikasi dengan orang lain dan untuk mengerti apa yang dikatakan orang lain kepada mereka masih dalam tingkat yang rendah. Oleh karena itu masih banyak yang harus dikuasai sebelum mereka masuk sekolah (Hurlock, 1991).

Perkembangan yang pesat dari susunan saraf, pengerasan tulang, dan penguatan otot, memungkinkan bayi menguasai tugas-tugas perkembangan masa bayi, tetapi keberhasilan bayi dalam hal ini banyak bergantung pada kesempatan yang diberikan untuk menguasai tugas tersebut dan bergantung pada bantuan serta bimbingan yang diperoleh (Hurlock, 1991).

Bayi yang berkembang lambat dalam penguasaan tugas-tugas perkembangan masa bayi akan mengalami kesulitan pada saat ia mencapai awal masa kanak-kanak dan diharapkan untuk menguasai tugas-tugas perkembangan selama tiga tahun. Dasar yang kurang baik dalam keterampilan motorik atau berbicara, akan menyulitkan anak untuk menguasai berbagai keterampilan di bidang perkembangan itu. Sebaliknya, kalau tugas perkembangan ini dikuasai dengan baik maka bayi akan memiliki dasar yang dibutuhkan untuk berhasil menguasai keterampilan berbicara, keterampilan motorik dan bentuk pengendalian tubuh lainnya yang penting untuk menjadi bagian dari kelompok sebayanya, yaitu salah satu tugas perkembangan yang penting dari awal masa kanak-kanak (Hurlock, 1991).

### **Perkembangan Fisik Masa Bayi**

Pertumbuhan yang pesat selama rentang kehidupan terjadi pada masa bayi dan pada periode pubertas. Pada masa bayi, perkembangan fisik secara jelas dapat diamati pada enam bulan pertama yang dimana pertumbuhannya terus bertambah dengan pesat. Selama tahun pertama, peningkatan berat tubuh lebih besar daripada peningkatan tinggi dan selama tahun kedua terjadi penurunan. Selain itu, yang berkembang ialah proporsi, tulang, otot dan lemak, bangun tubuh, gigi, susunan saraf, dan organ perasa. Kalau pertumbuhan pesat yang merupakan ciri dari periode pranatal dari awal periode pascanatal tidak berkurang setelah lahir, anak dapat tumbuh menjadi raksasa. Telah diperhitungkan bahwa kalau tingkat penambahan berat tubuh sama besarnya dengan tingkat pertumbuhan yang terjadi selama tahun pertama, seorang anak yang waktu lahir beratnya tujuh pon akan mempunyai berat sebesar 230,029 pon pada usia sebelas tahun (Hurlock, 1991; Jahja, 2011).

Meskipun pola umum dari pertumbuhan dan perkembangan sama bagi semua bayi, tetapi tetap ada perbedaan dalam tinggi, berat, kemampuan sensorik, dan bidang perkembangan fisik lain. Beberapa bayi memulai kehidupan dengan badan yang lebih kecil dan perkembangan yang kurang normal. Mungkin ini disebabkan karena belum cukup umur atau kondisi fisik yang buruk akibat ibu kekurangan gizi, mengalami tekanan, atau kondisi kurang baik lainnya selama periode pranatal. Akibatnya, bayi itu cenderung tertinggal dari teman-teman sebayanya dalam tahun-tahun di masa bayi (Hurlock, 1991).

Pola pertumbuhan fisik bayi laki-laki maupun perempuan adalah sama. Namun di dalam kelompok seks terdapat perbedaan yang menonjol. Selama tahun pertama terdapat sedikit perbedaan dalam tinggi dan berat tubuh antara bayi kulit hitam dan bayi kulit putih dari tingkat ekonomi yang sama. Perbedaan mulai tampak dalam tahun kedua, karena anak kulit hitam umumnya lebih ramping daripada anak kulit putih (Hurlock, 1991).

Juga terdapat perbedaan dalam ukuran tubuh bayi dari tingkat sosial ekonomi yang berlainan. Bayi yang orang tuanya dari tingkat sosial ekonomi yang rendah cenderung lebih kecil, baik dalam berat maupun tinggi, daripada bayi yang orang tuanya berasal dari tingkat sosial ekonomi yang lebih tinggi. Bentuk tubuh, yang mulai tampak dalam tahun kedua juga menyebabkan perbedaan dalam tinggi dan berat (Hurlock, 1991).

Selama periode masa bayi perbedaan-perbedaan tidak saja terus berlangsung tetapi tampak semakin mencolok. Perbedaan dalam berat lebih besar daripada perbedaan dalam tinggi. Ini disebabkan karena perbedaan berat sebagian bergantung pada bentuk tubuh dan sebagian lagi bergantung pada kebiasaan makan dan jenis makanan (Hurlock, 1991).

Meskipun terdapat perbedaan dalam pertumbuhan dan perkembangan fisik, tetapi dapat diperoleh gambaran umum dari pola perkembangan fisik selama masa bayi sebagai berikut:

a. Berat

Pada usia empat bulan, berat bayi biasanya bertambah dua kali lipat. Pada usia satu tahun berat bayi rata-rata tiga kali berat pada waktu lahir atau sekitar 21 pon. Pada usia dua tahun rata-rata berat bayi Amerika adalah 25 pon. Peningkatan berat tubuh selama bayi terutama disebabkan karena peningkatan jaringan lemak.

b. Tinggi

Tinggi badan bayi secara proporsional lebih lambat dari pertumbuhan berat badan selama tahun pertama dan lebih cepat pada tahun kedua. Pada usia empat bulan, ukuran bayi antara 23 dan 24 inci, pada usia satu tahun, antara 28 dan 30 inci, dan pada usia dua tahun, antara 32 dan 34 inci.

c. Proporsi fisik

Pertumbuhan kepala berkurang dalam masa bayi, sedangkan pertumbuhan badan dan tungkai meningkat. Jadi bayi berangsur-angsur menjadi kurang berat di atas dan tampak lebih ramping dan tidak gempal pada masa akhir bayi.

d. Tulang

Jumlah tulang meningkat selama masa bayi. Pengerasan tulang dimulai pada awal tahun pertama, tetapi belum selesai sampai masa puber. Ubun-ubun atau daerah otak yang lunak 50% bayi yang lahir telah tertutup pada usia delapan belas bulan, dan pada hampir semua bayi telah tertutup pada dua tahun.

e. Otot dan lemak

Otot-otot sudah ada pada waktu lahir tetapi dalam bentuk yang belum berkembang. Otot-otot itu berkembang lambat selama masa bayi dan lemah.

Sebaliknya, jaringan lemak berkembang pesat, sebagian karena tingginya kadar lemak di dalam susu yang merupakan bahan makanan pokok bagi bayi.

f. Bangun tubuh

Selama tahun kedua, ketika proporsi tubuh berubah, bayi mulai memperlihatkan kecenderungan bangun tubuh yang karakteristik. Tiga bentuk bangun tubuh yang paling lazim adalah *ektomorfik*, yang cenderung panjang dan langsing, *endomorfik*, yang cenderung bulat dan gemuk, dan *mesomorfik*, yang cenderung berat, keras, dan empat persegi panjang.

g. Gigi

Rata-rata bayi mempunyai empat hingga enam gigi susu pada usia satu tahun dan enam belas pada usia dua tahun. Gigi yang pertama muncul adalah gigi depan yaitu gigi seri bawah muncul terlebih dahulu kemudian menyusul tumbuhnya gigi seri bagian atas kira-kira pada usia 6-8 bulan, sedangkan yang terakhir adalah raham. Empat gigi susu yang terakhir biasanya baru muncul pada tahun pertama masa kanak-kanak.

h. Susunan saraf

Pertumbuhan otak tampak dengan bertambah besarnya ukuran tengkorak kepala. Diperkirakan  $\frac{1}{4}$  dari berat otak orang dewasa dicapai pada usia sembilan bulan dan  $\frac{3}{4}$  pada akhir tahun kedua. Pada waktu lahir, berat otak adalah  $\frac{1}{8}$  berat total bayi, Pertambahan berat otak paling pesat pada usia dua tahun. Otak kecil yang berperan penting untuk menjaga keseimbangan dan pengendalian tubuh, bertambah beratnya tiga kali lipat satu tahun sesudah kelahiran. Ini berlaku juga untuk otak besar. Sel-sel yang belum matang, yang ada pada waktu kelahiran, terus berkembang sesudah kelahiran tetapi secara relatif beberapa sel baru terbentuk.

i. Perkembangan organ perasa

Pada usia tiga bulan, otot mata sudah cukup terkoordinasi untuk memungkinkan bayi melihat sesuatu secara jelas dan nyata dan sel-sel kerucut sudah berkembang baik untuk memungkinkan mereka melihat warna. Pendengaran berkembang pesat selama waktu ini. Penciuman dan pengecap yang berkembang baik pada waktu kelahiran, terus membaik selama masa bayi. Bayi sangat tanggap terhadap semua perangsang kulit karena tekstur kulit mereka yang tipis dan karena semua organ perasa yang berhubungan dengan peraba, tekanan, rasa sakit, dan suhu berkembang dengan baik (Hurlock, 1991; Yusuf, 2000).

## **Fungsi Psikologis**

Masa bayi adalah masa pembentukan pola-pola pertumbuhan psikologis fundamental untuk makan, tidur, dan buang air, meskipun pembentukan kebiasaan tersebut mungkin tidak selesai pada akhir masa bayi (Hurlock, 1991; Suryanah, 1996). Berikut adalah pola-pola yang terbentuk pada masa bayi :

### 1. Pola tidur

Selama tahun pertama masa bayi, lama rata-rata tidur malam meningkat dari 8,5 jam pada tiga minggu pertama hingga 10 jam pada 12 minggu pertama dan selanjutnya tetap konstan selama sisa tahun tersebut. Selama tiga bulan pertama, penurunan jumlah waktu tidur siang diimbangi oleh peningkatan jumlah waktu tidur malam. Sepanjang pertama, siklus bangun tidur selama kira-kira satu jam terjadi baik pada waktu tidur siang maupun tidur malam, dengan tidur lelap hanya kira-kira 23 menit (Hurlock, 1991).

Pola tidur ini berguna untuk mengontrol keadaan tidur dan bangun. Jadi, otak mengatur jumlah rangsangan yang diterima bayi, baik secara internal maupun eksternal. Tidur secara teratur dapat membantu bayi mencegah rangsangan eksternal sehingga diberikan kesempatan pada fisiknya untuk beristirahat. Di samping itu, tidur juga berfungsi meningkatkan rangsangan internal, sehingga dapat mendorong perkembangan otak bayi yang sehat. Bayi yang baru lahir menghabiskan lebih banyak waktunya untuk tidur. Rata-rata bayi yang baru lahir tidur selama 16 hingga 17 jam sehari, walaupun ada beberapa bayi yang rata-rata tidurnya lebih sedikit, sekitar 10 hingga 11 jam per hari, dan ada pula yang lebih lama, yaitu sampai 21 jam per hari. Biasanya jumlah tidur bayi itu berkurang secara teratur setiap bulan (Desmita, 2008).

Pada usia kira-kira 1 bulan, umumnya bayi mulai tidur lebih lama pada malam hari, dan pada usia kira-kira 4 bulan pola tidurnya mendekati pola tidur orang dewasa, yang menghabiskan masa tidur terlama mereka pada malam hari dan masa bangun terlama mereka pada siang hari. Pada umur 6 bulan, masa tidur bayi rata-rata hanya 13 hingga 14 jam per hari dan pada umur 24 bulan, hanya 11 hingga 12 jam per hari (Desmita, 2008).

Berdasarkan hasil penelitian menjelaskan, tidur adalah salah satu aktivitas utama otak selama perkembangan awal dan memainkan peran penting dalam perkembangan kognitif dan psikososial yang sehat di awal kehidupan. Membangun pola tidur yang sehat selama tahun-tahun pertama kehidupan, seperti rutinitas waktu tidur yang teratur dan konsisten, lingkungan tidur yang aman dan nyaman, serta asosiasi awal

tidur yang tepat. Efek dari tidur pada perkembangan otak dini, khususnya pada pembelajaran dan memori, serta regulasi emosional (Jiang, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar bayi diduga mengalami keterlambatan atau perkembangan yang tidak lazim pada usia 6 dan 12 bulan, dengan tidak ada perbedaan di antara kedua skala tersebut. Dugaan keterlambatan atau perkembangan yang tidak lazim adalah berhubungan dengan posisi tidur menyamping, lebih banyak terbangun di malam hari, dan periode terjaga yang lebih lama hanya pada usia 6 bulan. Pada usia 4-5 tahun, diduga keterlambatan atau perkembangan tidak lazim yang diamati pada usia 6 dan 12 bulan menghilang (Manacero & Nunes, 2021).

## 2. Pola makan

Sejak kelahiran hingga usia empat atau lima bulan, semua pola makan adalah dalam bentuk mengisap dan menelan. Oleh karena itu, makanan haruslah dalam bentuk cair. Mengunyah umumnya baru muncul dalam pola perkembangan sebulan sesudah menggigit. Akan tetapi, seperti menggigit, mengunyah adalah dengan cara yang khas bayi, dan memerlukan banyak latihan sebelum menjadi sempurna (Hurlock, 1991).

Ketidaksukaan makan, yang mulai berkembang pada tahun kedua, sering merupakan akibat dari perpanjangan pola makan ala bayi. Setelah terbiasa dengan makanan cair, cukup sulit bagi bayi untuk menyesuaikan diri dengan makanan yang agak keras. Hal ini menambah ketidaksukaan mereka terhadap makanan, sekalipun mereka mungkin menyukai rasanya (Hurlock, 1991).

## 3. Pola buang air

Pengendalian buang air besar rata-rata mulai pada usia 6 bulan, sedangkan pengendalian buang air kecil mulai antara usia 15 dan 16 bulan. Dalam hal buang air besar, kebiasaan pengendalian terbentuk pada akhir masa bayi, meskipun sekali-sekali dapat juga terjadi penyimpangan, khususnya ketika bayi lelah, sakit, atau secara emosional sangat senang. Sebaliknya, pengendalian buang air kecil, belumlah sempurna pada akhir masa bayi. Jarang basah (buang air kecil) selama siang hari dapat diharapkan untuk sebagian besar waktu, kecuali bila si bayi sakit, lelah, atau tegang secara emosional. Tidak basah pada malam hari sulit diharapkan dari rata-rata anak sampai beberapa tahun berikutnya (Hurlock, 1991).

Buang air yang terkendali atau terlatih merupakan suatu bentuk keterampilan fisik dan motorik yang harus dicapai oleh bayi. Kemampuan untuk mengendalikan buang air ini sangat tergantung pada kematangan otot dan motivasi yang mereka miliki. Ketika baru di lahirkan, bayi belum mampu mengendalikan buang airnya, sehingga buang air setiap saat. Pada usia 4 bulan, interval buang airnya sudah bisa diramalkan. Pengendalian buang air besar rata-rata di mulai pada usia 6 bulan, dan kebiasaan pengendalian buang air besar untuk terbentuk pada akhir masa bayi. Sedangkan pengendalian buang air kecil mulai pada usia 15 hingga 16 bulan, namun sampai akhir masa bayi masa bayi pengendalian buang air kecil ini belum sempurna (Al-Faruq & Sukatin, 2021).

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan uraian dari hasil pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa perkembangan masa bayi adalah bahwa masa bayi merupakan periode yang sangat penting dalam kehidupan manusia karena banyak perkembangan fisik, kognitif, dan sosial yang terjadi pada saat ini. Artikel ini memberikan informasi yang sangat berguna bagi orang tua, guru, dan profesional kesehatan dalam memahami dan membantu perkembangan bayi mereka. Saran untuk penelitian selanjutnya adalah untuk mengeksplorasi lebih lanjut faktor-faktor yang memengaruhi perkembangan bayi, seperti nutrisi, stimulasi, dan lingkungan sosial. Selain itu, penelitian dapat dilakukan untuk mengembangkan program intervensi yang efektif untuk membantu bayi yang mengalami keterlambatan perkembangan.

## DAFTAR REFERENSI

- Al-Faruq, M.S.S. & Sukatin 2021. *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: CV Budi Utama.
- Anekasari, R. 2017. *Psikologi Perkembangan*. Pekalongan: PT. Nasya Expanding Managament.
- Bawono, Y. 2020. *Mengapa Perbendaharaan Kata Anak Prasekolah Tidak Menigkat Setelah Menonton Televisi?* Surabaya: CV Jakad Media Publishing.
- Desmita 2008. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Fitriani, A., Fahlevi, R. & Aini, K. 2023. *Psikologi Perkembangan*. Padang: PT Global Eklusif Teknologi.
- Hurlock, E.B. 1991. *Psikologi Perkembangan*. Kelima ed. Jakarta: Erlangga.
- Irmayanti, N., Pranajaya, S.A., Lodo, R.Y., Haluti, F., Hariyani, F., Ningsih, D.R., Fatsena, R.A. & Uce, L. 2023. *Psikologi Anak*. Padang: PT Global Eksekutif Teknologi.

- Jahja, Y. 2011. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana.
- Jiang, F. 2020. *Sleep and Early Brain Development*. *Annals of Nutrition and Metabolism*, .
- Manacero, S. & Nunes, M.L. 2021. Longitudinal study of sleep behavior and motor development in low-birth-weight preterm children from infancy to preschool years: Sleep behavior and motor development. *Jornal de Pediatria*, 97(1): 44–51.
- Mulyana, H.H.E.T. 2022. *Keperawatan Komunitas II*. Tasikmalaya: Langgam Pustaka.
- Soetjiningsih, C.H. 2018. *Perkembangan Anak Sejak Pembuahan Sampai dengan Kanak-kanak Akhir*. Pertama ed. Jakarta: Kencana.
- Sumanto 2014. *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: PT Buku Seru.
- Sunarti, E. 2004. *Mengasuh Dengan Hati*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Suryanah 1996. *Keperawatan Anak Untuk Siswa SPK*. Jakarta: EGC.
- Yusuf, S. 2000. *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.