

**LAPORAN KEGIATAN  
PENGABDIAN MASYARAKAT**



**Diskusi**  
**Tumbuh Kembang Anak Usia 2 tahun**  
*“The Terrible Two”*

**Oleh:**  
**dr. Merita Arini, MMR**

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN RUMAH SAKIT**  
**PROGRAM PASCASARJANA**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**  
**TAHUN 2016**

## HALAMAN PENGESAHAN

1. Judul : Diskusi Tumbuh Kembang Anak Usia 2 tahun “*The Terrible Two*”
2. Bidang : Kesehatan
3. Tim Pengusul
  - a. Nama Lengkap : dr. Merita Arini, MMR.
  - b. Jenis Kelamin : Wanita
  - c. NIK : 19871116 201504 173234
  - d. Disiplin Ilmu : Manajemen Rumah Sakit
  - e. Jabatan : -
  - f. Fakultas/ Jurusan : Program Pascasarjana, Prodi Manajemen Rumah Sakit
  - g. Alamat : Jalan Lingkar Selatan, Tamantirto, Kasihan, Bantul
  - h. Telp/ fax : 0274 387656 ext. 218/ 0274 387658
  - i. E-mail : merita.arini@yahoo.com
4. Jumlah Anggota Tim : -  
Nama Anggota Tim
5. Lokasi Kegiatan : Jalan Wijilan no 27D, Panembahan, Kraton Yogyakarta
6. Waktu Program : 27 Juli 2016
7. Belanja yang diusulkan : Rp 1.000.000,00

Yogyakarta, 18 Agustus 2016

Mengetahui,  
Kaprodi MMR,

Pengusul,

Dr. dr. Arlina Dewi, M.Kes.  
NIK 19681031 200310 173060

dr. Merita Arini, MMR  
NIK 19871116 201504 173234

## LAPORAN KEGIATAN

### A. ANALISIS SITUASI

Anak merupakan investasi generasi suatu bangsa, sehingga kualitas anak sangat menentukan keberlangsungan generasi dan kualitas bangsa. Kualitas anak sangat ditentukan oleh keberlangsungan proses tumbuh-kembangnya sejak periode di dalam kandungan dan periode awal kehidupannya selama masa kritis pada 3 tahun pertama (IDAI, 2014).

Umur 2 tahun adalah bagian dari *golden age* anak yang sering dikenal dengan istilah *terrible two* atau *terrific two*. Pada usia ini tidak hanya masalah pertumbuhan anak yang meliputi penambahan ukuran antropometris, namun perkembangan yang meliputi peningkatan kemampuan berbahasa, emosi, motorik halus, dan kasar harus menjadi perhatian. Anak usia 2 tahun mulai menunjukkan independensi sehingga banyak orangtua yang mengeluhkan sulitnya mengendalikan anak pada usia tersebut.

KUAS (Komunitas Ibu ASI Store) adalah sebuah organisasi nonformal beranggotakan ibu-ibu usia produktif yang aktif dalam kegiatan jual beli *online* perlengkapan ibu, bayi, dan anak. Anggota komunitas ini merupakan para ibu terpelajar yang seringkali menjadi sumber informasi yang dipercaya oleh masyarakat dalam memberikan informasi seputar kesehatan ibu dan anak. Oleh karena itu, diskusi terkait tumbuh kembang anak khususnya usia 2 tahun diharapkan dapat memberikan bekal untuk mengkampanyekan upaya-upaya optimalisasi tumbuh kembang anak serta menciptakan keluarga yang sehat, aman, dan ramah anak kepada masyarakat luas. Pembahasan mengenai anak usia 2 tahun secara spesifik diperlukan mengingat belum banyak promosi kesehatan yang membahas khusus mengenai hal tersebut.

### B. TUJUAN KEGIATAN

- a. Meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang tumbuh kembang normal anak usia 2 tahun
- b. Meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya stimulus tumbuh kembang yang sesuai untuk anak usia 2 tahun.

### **C. MANFAAT KEGIATAN**

Dengan kegiatan ini diharapkan dapat:

- a. Meningkatkan peran serta masyarakat dalam deteksi dini tumbuh kembang anak
- b. Meningkatkan peran serta masyarakat dalam membentuk generasi muda Indonesia yang sehat dan unggul

### **D. PELAKSANAAN KEGIATAN**

1. Ceramah
  - a. *Brainstorming*
  - b. Penyampaian materi
2. Diskusi dan tanya jawab

### **E. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Anak adalah manusia sejak pembuahan sampai berakhirnya proses tumbuh kembang yang secara operasional diterjemahkan menjadi dari saat awal kehamilan sampai dengan usia 18 tahun. Proses tumbuh kembang anak selama masa kritis 3 tahun pertama kehidupannya harus terpantau dan tercatat dengan baik, yang bertujuan menemukan adanya gangguan tumbuh kembang secara dini sehingga dapat dilakukan penanganan sedini mungkin sebelum anak melewati masa kritisnya (IDAI, 2014).

Pada tahap awal dilakukan *brainstorming* untuk menyaring persepsi peserta dalam hal tumbuh kembang anak usia 2 tahun. Hasilnya didapatkan bahwa sebagian besar orang tua memiliki keluhan yang sama, yaitu bahwa anak usia 2 tahun ke atas mulai nakal, sulit diatur, mudah mengamuk/ tantrum, suka berteriak, dan sebagainya. Para orang tua tidak tau pasti apakah anak-anak tersebut berada dalam fase tumbuh kembang yang normal atau tidak. Sebagian besar baru menitik beratkan pada upaya pencapaian berat badan normal, tinggi badan normal, memenuhi asupan bergizi, dan hal-hal lain yang lebih bersifat tumbuh dibanding kembang.

Anak usia 2 tahun mengalami pertumbuhan dan perkembangan pesat fungsi organ baik otak maupun tubuhnya. Sehingga selain aktivitas fisik yang meningkat, perkembangan emosi dan psikis juga meningkat pesat (CDC, 2016). Oleh karena itu, orang tua perlu memantau bahkan melakukan upaya deteksi dini tumbuh kembang anak khususnya anak umur 2 tahun. Banyak capaian-capaian perkembangan motorik dan sensorik yang terjadi pada tahap ini, meliputi kemampuan berbahasa, toilet training,

kemandirian dalam kegiatan harian, motorik kasar dalam permainan, maupun motorik halus (IDAI, 2014).

Tidak hanya mempelajari aspek tumbuh kembang normal, orang tua juga perlu belajar bersikap secara positif terhadap anak khususnya usia 2 tahun yang mulai menunjukkan perkembangan sikap independensi. Sikap orang tua terhadap “kenakalan” anak usia 2 tahun dapat turut mempengaruhi pembentukan kepribadian anak. Orangtua perlu banyak membekali diri dengan berbagai cara seperti dengan membaca buku-buku parenting maupun mengikuti kelas/ seminar parenting. Dibutuhkan kreativitas, kesabaran, kelembutan, dan juga ketegasan orangtua dalam menghadapi perilaku anak usia 2 tahun.

## **F. KESIMPULAN**

1. Anak usia 2 tahun berada dalam *milestone* tumbuh kembang pesat meliputi aspek bahasa, psikis, motorik, dan sensorik.
2. Peserta pada umumnya memiliki keingintahuan dan kesadaran tinggi tentang bagaimana upaya-upaya untuk mengoptimalkan tumbuh kembang anak.

## **REFERENSI:**

- CDC, 2016, Child Development; Toddlers (2-3 years of age). Diakses dari <http://www.cdc.gov/ncbddd/childdevelopment/positiveparenting/toddlers2.html> pada 18 Agustus 2016.
- Rekomendasi Ikatan Dokter Anai Indonesia (IDAI) No.: 002/Rek/PP IDAI/I/2014, Pemantauan Tumbuh-Kembang Anak, diakses dari <http://www.idai.or.id/professional-resources/rekomendasi/pemantauan-tumbuh-kembang-anak> pada 18 Agustus 2016.
- Maya A, 2016, Memilih Mainan Anak 2 Tahun, Diakses dari <https://id.theasianparent.com/memilih-mainan-anak-2-tahun/> pada 18 Agustus 2016.
- Ridwan K, 2016, Lebih Jauh tentang Terrible Two. Diakses dari <http://smartmama.com/2015/08/31/lebih-jauh-tentang-terrible-two> pada 18 Agustus 2016.

# LAMPIRAN



# **Tumbuh Kembang Anak Usia 2 tahun “The Terrible Two”**

Dr. Merita Arini, MMR.

# Usia 2 tahun ???

- Belajar Mandiri
- Perubahan emosi yang sangat cepat/  
*mood swing*
- Mudah tantrum
- Negativistik
- Otonomi





Because of children's growing desire  
to be independent,

**the "terrible twos"**



# Pertumbuhan dan Perkembangan OTAK anak 2 tahun

- Bagian otak depan, khususnya sistem limbik, telah sangat berkembang
- Perkembangan terkait berbagai fungsi, antara lain emosi, tingkah laku, motivasi, dan memori.

# Perkembangan sensorik dan kognitif

- dapat berbicara dengan menggabungkan 2-3 kata
- kosa kata meningkat menjadi sekitar 50-300 kata
- anak menjadi bisa berkomunikasi tentang kebutuhannya
- Hal-hal semacam ingin ke [toilet](#), sedang haus atau sedang lapar, kini bisa disampaikannya lebih jelas.
- anak mulai bisa memakai dan melepas baju sendiri
- Anak bisa menunjukkan objek yang disebutkan dan mulai mengetahui nama-nama anggota keluarga atau orang yang dekat dengannya, serta mengetahui bagian-bagian tubuhnya.

# Pertumbuhan fisik,

- tumbuh lengkapnya 16 gigi susu pertama,
- Secara umum, tubuhnya menjadi makin kuat dan terlihat lebih tinggi dan lebih ramping

# Perkembangan keterampilan motorik

- kemampuan untuk bisa berlari dengan koordinasi yang lebih baik.
- Keseimbangan anak juga telah menjadi lebih baik. Anak bisa berdiri sambil mengambil objek, melempar bola, dan bisa menendang bola tanpa kehilangan keseimbangannya.
- Mulai terampil di lingkungannya, dia bisa memutar gagang pintu, bisa memperhatikan buku dan membalik halamannya, bisa menumpuk 7 balok mainan, dan siap untuk menjalani *toilet training*.
- Anak juga bisa berjalan menaiki atau menuruni tangga sendirian sambil berpegangan.

# Perkembangan emosi dan sosial

- belajar untuk mengenali dan mengendalikan emosi secara bertahap
- belum bisa mengkomunikasikan perasaannya dengan baik sehingga kerap merasa frustrasi
- mulai bisa menunjukkan kemandirian serta suka meniru orang lain yang lebih tua darinya
- mulai bersemangat bertemu dan bermain bersama teman
- anak-anak biasanya mengalami masalah kebiasaan, seperti menghisap jempol, *temper tantrum*, dan mengalami mimpi buruk

# Catatan Penting !!!

- Bermain adalah salah satu proses belajar pada anak-anak.
- Fasilitasi rasa ingin tahu anak dan keinginan anak untuk mengeksplorasi atau menjelajah lingkungannya dengan aman
- Anak belajar bahwa tidak semua keinginannya harus dipenuhi pada saat itu

# Menghadapi “The Terrible Two”

- Tenang
- Tegass
- Alihkan perhatian
- Beri pengertian





# Mainan anak disesuaikan perkembangannya

Memilih mainan anak sebaiknya disesuaikan dengan tahap perkembangan anak. Untuk anak 2 tahun, perkembangan mereka adalah :

- sudah mulai tahu mana yang aman dan mana yang berbahaya
- sudah mulai dapat bersosialisasi dengan anak-anak lain yang sebaya
- sering membawa mainan kecil ke tempat tidur
- sudah dapat menyusun benda-benda seperti balok-balok kecil

# 1. Mainan yang dapat dinaiki dan dijalankan dengan pedal dan kaki



Contohnya : mobil-mobilan

- Mainan ini melatih gerak motorik anak
- Melatih keseimbangan badan
- Melatih koordinasi otak, tangan, dan kaki
- Membangun rasa percaya diri pada anak ketika mengendarainya
- Merangsang keingintahuan, karena ia dapat menelusuri tempat-tempat yang diinginkan dengan 'kendaraan' tersebut

## 2. Permainan tentang aktivitas sehari-hari

Contohnya : permainan masak-masakan, dokter-dokteran, sekolah-sekolahan

- Mainan ini melatih interaksi sosial anak
- Melatih anak agar saling berbagi dan bekerja sama
- Melatih imajinasi anak
- Melatih kreatifitas anak



# 3. Permainan olah raga

Contohnya : basket untuk anak kecil, bola, panjatan, prosotan, dsb.

- Permainan ini melatih koordinasi otak, tangan, dan kaki
- Melatih keseimbangan tubuh
- Melatih gerak motorik
- Membuat anak berolah raga, sehingga sehat dan mengurangi obesitas (kegemukan)
- Melatih aspek sosial anak, karena ada sistem giliran bermain, serta memperkenalkan anak dengan menang dan kalah. Ia harus belajar bisa menerima kekalahan dan juga melatih sifat kompetitifnya.



*“In fact, two-year-olds are among the brightest and funniest people you may ever encounter. They are curious and lively – they are experiencing the world on their terms.”*  
(Pureen Conversations)

# *Further Reading*

- <http://www.cdc.gov/ncbddd/childdevelopment/positiveparenting/toddlers2.html>
- <http://www.idai.or.id/professional-resources/rekomendasi/pemantauan-tumbuh-kembang-anak>
- [\*\*https://id.theasianparent.com/memilih-mainan-anak-2-tahun/\*\*](https://id.theasianparent.com/memilih-mainan-anak-2-tahun/)
- <http://www.alodokter.com/Idealnya-Tumbuh-Kembang-Anak-2-Tahun-adalah-Seperti-Ini>
- <http://smartmama.com/2015/08/31/lebih-jauh-tentang-terrible-two>

## HALAMAN PENGESAHAN

1. Judul : Diskusi Tumbuh Kembang Anak Usia 2 tahun "*The Terrible Two*"
2. Bidang : Kesehatan
3. Tim Pengusul
  - a. Nama Lengkap : dr. Merita Arini, MMR.
  - b. Jenis Kelamin : Wanita
  - c. NIK : 19871116 201504 173234
  - d. Disiplin Ilmu : Manajemen Rumah Sakit
  - e. Jabatan : -
  - f. Fakultas/ Jurusan : Program Pascasarjana, Prodi Manajemen Rumah Sakit
  - g. Alamat : Jalan Lingkar Selatan, Tamantirto, Kasihan, Bantul
  - h. Telp/ fax : 0274 387656 ext. 218/ 0274 387658
  - i. E-mail : merita.arini@yahoo.com
4. Jumlah Anggota Tim : -  
Nama Anggota Tim
5. Lokasi Kegiatan : Jalan Wijilan no 27D, Panembahan, Kraton Yogyakarta
6. Waktu Program : 27 Juli 2016
7. Belanja yang diusulkan : Rp 1.000.000,00

Yogyakarta, 18 Agustus 2016

Mengetahui,

Kaprodi MMR,



Dr. dr. Arlina Dewi, M.Kes.

NIK 19681031 200310 173060

Pengusul,

dr. Merita Arini, MMR

NIK 19871116 201504 173234





## KOMUNITAS IBU ASI STORE (KUAS)

Sekretariat: Jalan Wijilan No. 36,  
Panembahan, Kraton, Daerah Istimewa Yogyakarta  
☎ 087798884337

---

### UCAPAN TERIMAKASIH

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : SURAHMI

Jabatan : Ketua

menyampaikan ucapan terimakasih kepada dr. Merita Arini, MMR selaku pemateri pada  
"Diskusi Keluarga Berencana Ditinjau dari Aspek Medis dan Islam" yang dilaksanakan sejak  
tanggal 17 Juni 2016.

Yogyakarta, 20 Juni 2016

Ketua,  
  
  
Komunitas Ibu Asi Store  
Surahmi





Komunitas Ibu Asi Store

## KOMUNITAS IBU ASI STORE (KUAS)

Sekretariat: Jalan Wijilan No. 27D,  
Panembahan, Kraton, Daerah Istimewa Yogyakarta

☎ 087798884337

### DAFTAR HADIR

“Diskusi Perkembangan Anak Masa *Terrible Two*”  
Yogyakarta, 27 Juli 2016.

No.	NAMA	TANDA TANGAN
	SURAHMI	
	Merita Arini	
	IMAH BASUKI	
	Nenny	
	Lilis	
	Cahya	
	Rere Reza	
	Nafisa Salsabila	
	Catur TK.	
	Fifik	
	Nur Khasakah	
	Anna Putty Hidayah	
	Erna Fadhil	
	Winda	
	Susti JB	