

Periodisasi Perkembangan Masa Prenatal Dan Post Natal

Wardatul Jannah (152071000013) Dan Luluk Mirta (152071000048)
Mahasiswa Fakultas Agama Islam, Program Studi Pendidikan Agama Islam,
Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

A. MASA PRENATAL (Sebelum Kelahiran)

Masa pranatal merupakan masa (waktu) dimana manusia mengalami perkembangan untuk pertama kalinya atau biasa disebut dengan awal perkembangan. Masa ini terjadi selama dalam rahim seorang ibu, yaitu berkisar sekitar 9 bulan lebih 10 hari, ini merupakan perkiraan rata-rata yang sering dialami oleh sebagian besar perkembangan manusia di dalam rahim meskipun terkadang sering juga ditemukan usia janin yang kurang dari usia tersebut yang biasa disebut dalam ilmu kedokteran sebagai janin *prematuur* (waktu yang semestinya bayi belum bisa dilahirkan).

Masa pranatal ini juga merupakan masa yang sangat penting karena, dimasa ini manusia memulai proses pembentukan dan beberapa aspek perkembangan seperti : terbentuknya kecerdasan, kepribadian, kemampuan, bakat dan lain sebagainya. Oleh karena itu, banyak orang tua yang sangat memberikan perhatian lebih terhadap calon buah hatinya untuk kebaikan si calon bayi secara sempurna dan matang.

Biasannya para ibu hamil mempersiapkan bekal untuk proses perkembangan si calon bayi mulai dari asupan makanan yang nantinya akan mempengaruhi gizi bayi seperti sayur-sayuran, buah-buahan dan nutrisi penting lainnya. Bukan hanya itu saja yang harus dipersiapkan, kondisi mental seorang ibu yang sedang hamil juga nantinya akan memiliki pengaruh besar terhadap perkembangan si calon bayi, oleh dari itu banyak ibu hamil yang harus sering mengontrol emosinya yang sangat tidak stabil ketika mengandung. Dari beberapa faktor diatas ternyata masih banyak faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan bayi seperti :

a. Faktor genetic

Perkembangan anak sebelum dilahirkan (Pranatal) ini merupakan awal sel-sel kehidupan anak dimulai yang disebut dengan kromosom-kromosom yang terdiri dari beribu-ribu substansi atau gen-gen. Sifat-sifat gen inilah yang kemudian akan menentukan *potensialitas genetik* seseorang. Berman, hanya satu dari seribu, hanya satu dari seribu sel yang sudah dibuahi itu berisikan sekitar 46 kromosom yang terdiri atas 23 pasang kromosom. Sel-sel benih dari masing-masing orang tua

terdiri atas jumlah pasangan kromosom yang sama, akan tetapi hanya satu dari setiap pasang yang bertemu dalam proses pembuahan.

Maka proses reduksi (*penyusutan*) jumlah kromosom-kromosom dari sel sperma (sel pria) dan sel telur (sel wanita/ibu) menjadi separuhnya itu disebut sebagai *pemisahan reduktif*. Jadi, separuh kromosom-kromosom bibit manusia itu diterimahnya dari ayah, dan separuhnya lagi dari ibu. Dari proses ini nantinya juga dapat memungkinkan bahwa kromosom yang diterimah seorang bayi hanya diterimahnya dari pihak ayah sepenuhnya atau sebaliknya dari pihak ibu. ¹

b. Kondisi fisik seorang ibu hamil

Didalam rahim seorang ibu janin dapat dipastikan mendapatkan perlindungan yang aman dan nyaman bila dilihat sekilas oleh mata, tetapi hal ini tidak berlaku bagi seorang ibu hamil yang memiliki riwayat penyakit serius dan biasanya tidak dimungkinkan untuk mengandung.

Secara kesehatan fisik juga dapat berdampak buruk bagi si calon bayi, hal ini biasa terjadi pada wanita yang memiliki kondisi rahim lemah. Jika rahim seorang ibu itu lemah, maka tidak bisa dipastikan secara benar bahwa si calon bayi akan berkembang dengan semestinya. Hal ini dapat dicegah dengan memberikan perawatan secara intensif kepada seorang ibu untuk kebaikan dan kesempurnaan si calon bayi.

c. Pentingnya informasi kehamilan

Di zaman yang sudah canggih ini banyak para wanita karier (*bekerja*) yang terkadang sangat sulit untuk membagi waktu untuk konsultasi kepada dokter kandungan yang menanganinya. Lewat beberapa info yang terdapat di beberapa aplikasi HP wanita jadi lebih mudah untuk menemukan info tentang perkembangan si calon bayi. Informasi perkembangan bayi tidak boleh sampai disepelekan begitu saja, karena tidak semua bayi mengalami pertumbuhan yang sama.

d. Makanan dan minuman

Ibu yang sedang hamil sangat di anjurkan makan makanan yang sehat dan bergizi supaya ibu dan bayi yang ada di dalam kandungannya terpenuhi gizinya dan menjadi bayi yang sehat. Ibu hamil juga tidak boleh minum minuman yang mengandung alkohol dikhawatirkan akan mengancam kesehatan bayinya.

¹Kartini Kartono, *Psikologi anak (Psikologi Perkembangan)*, (Bandung : Mandar Maju, 1995), hlm. 64-65

Dari beberapa faktor diatas bisa ditarik garis besar bahwa begitu pentingnya masa awal perkembangan bayi yang nantinya akan berpengaruh hingga dia menjadi manusia yang sempurna.

B. MASA POST-NATAL (Sesudah Kelahiran)

Post-natal adalah masa sesudah kelahiran atau masa dimana bayi sudah keluar dari dalam kandungan. Setelah bayi lahir keluar dari kandungan akan mengalami perkembangan yang meliputi masa bayi, masa awal anak-anak, masa pertengahan dan akhir anak-anak, masa remaja, masa awal dewasa, masa dewasa, masa akhir dewasa, dan sampai masa tua.²

Dalam masa post-natal (sesudah lahir) terdapat juga masa *neonatus* yaitu dimulai pada waktu lahir sampai akhir minggu kedua setelah bayi lahir, dan masa *partunatus* yaitu berlangsung sejak bayi lahir sampai di potong tali pusarnya. Sesudah di potong tali pusarnya bayi akan memasuki masa neonatus, jadi masa partunatus ini sangat pendek sekali sehingga dalam seluruh masa partunatus biasa di anggap masa neonatus saja.

Menurut Soesilowindradini, dalam bukunya ada beberapa hal yang mempengaruhi penyesuaian-penyediaan Neonatus, di antaranya;

1. Sekitar dalam masa prenatal

Kesehatan ibu dan keadaan emosional ibu selama mengandung sangat berpengaruh kepada bayi untuk menyesuaikan diri terhadap lingkungan. Oleh Karena itu harus benar-benar di perhatikan, jika keadaan fisik dan emosional ibu yang baik akan membuat bayi dapat menyesuaikan diri dengan cepat dan baik.

2. Kelahiran

Mudah atau tidaknya bayi menyesuaikan diri juga tergantung pada kelahirannya. Bayi yang dilahirkan secara normal biasanya dapat menyesuaikan diri dengan cepat dengan kehidupan post-natal.

3. Prematuritas

Bayi bisa dibilang prematur apabila lahir sebelum waktunya, biasanya bayi yang dilahirkan dengan cara prematur akan mengalami hambatan dalam masa post natalnya.

² Papalia, dkk. *Human Development (Psikologi Perkembangan)*, (Jakarta: Kencana, 2010).

4. Sikap Orang Tua

Mudah atau tidaknya bayi dalam menyesuaikan dirinya setelah lahir juga tergantung dari orang tuanya terutama ibu, apabila ibu kesehatannya terganggu atau banyak pikiran akan berdampak pada bayinya juga sehingga dalam mengurus bayinya sikap ibu jadi kurang tenang, dan biasanya juga orang tua yang baru pertama kali melahirkan akan merasa khawatir serta bingung dalam menghadapi bayinya sehingga bayinya juga akan merasa tidak nyaman dan tidak tenang.³

Faktor yang mempengaruhi perkembangan pada masa post-natal di antaranya yaitu:

a. Pengetahuan Ibu

Pengetahuan ibu merupakan salah satu faktor yang terpenting dan berpengaruh pada perkembangan anak. Apabila ibu mempunyai pengetahuan yang kurang tentang mengasuh anak maka bisa berdampak kurang baik bagi anaknya kelak, tetapi sebaliknya jika ibu pengetahuannya banyak atau mengerti tentang cara mengasuh anak yang sesuai dengan psikologi maka pertumbuhan dan perkembangan anaknya kelak akan baik.

b. Gizi

Untuk tumbuh kembangnya anak sangat memerlukan makanan yang bergizi yang banyak mengandung vitamin, zat besi, karbohidrat, protein dll. Semua itu harus di berikan dalam porsi yang cukup apabila kebutuhan gizinya kurang maka akan menghambat tumbuh kembang si anak tersebut.

c. Budaya lingkungan

Dalam hal ini masyarakat juga berpengaruh dalam tumbuh kembang anak, oleh karena itu orang tua harus benar-bener memperhatikan pola hidup lingkungan sekitar agar anak tetap berada pola hidup yang sehat.

d. Status sosial ekonomi

Status sosial ekonomi juga dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak, bila status ekonomi dalam keluarganya tinggi maka kebutuhan si anak bisa cukup terpenuhi tetapi apabila status ekonomi keluarganya rendah maka kebutuhan si anak belum bisa di katakana cukup.

e. Lingkungan Fisik

³ Soesilowindradini, *Psikologi Perkembangan*, (Surabaya: Usaha Nasional) hlm 52-61.

Keadaan lingkungan yang kurang baik atau kurang sehat seperti kurangnya sinar matahari, kurangnya kebersihan, populasi udara yang terkena asap itu semua akan berdampak pada anak.

f. Lingkungan pengasuhan

Pada lingkungan pengasuhan anak ini interaksi ibu dengan anak sangat di butuhkan. Interaksi ibu dengan anak akan menimbulkan keakraban dan anak nantinya akan terbuka kepada kedua orang tuanya dan mudah berinteraksi juga dengan lingkungan sekitar.

g. Stimulasi

Perkembangan pasti memerlukan stimulasi, pada perkembangan anak stimulasi yang di berikan seperti misalnya memberikan mainan, keterlibatan ibu dan anggota keluarga yang lain terhadap kegiatan anak. Anak yang mendapatkan stimulasi terarah akan lebih cepat berkembang dibandingkan dengan anak yang kurang bahkan tidak mendapatkan stimulasi.

h. Olahraga atau latihan fisik

Olahraga dapat memacu perkembangan anak karena dapat meningkatkan sirkulasi darah sehingga akan meningkatkan pertumbuhan otot dan sel jadi anak tidak gampang sakit. ⁴

C. HUBUNGAN MASA PRENATAL DAN POST NATAL DENGAN ILMU PSIKOLOGI

Ilmu psikologi secara umum dapat didefinisikan sebagai disiplin ilmu yang berfokus pada perilaku dan berbagai proses mental yang memiliki tujuan untuk dapat mengenal diri sendiri, mengenal siapa “aku” dengan pengenalan ini seseorang bisa menyesuaikan dirinya dengan orang lain.⁵

Dari definisi ilmu psikologi diatas dan setelah memahami apa itu masa prenatal dan post-natal dapat ditarik hubungan yang amat penting antara keduanya, yaitu jika seorang calon ibu hamil telah memiliki pemahaman yang baik tentang sikis dan spikis diri pribadi serta mampu mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari, maka ketika dia sudah mengandung calon bayi dia akan siap secara sempurna bagaimana semestinya dan apa saja yang dibutuhkan si calon bayi untuk awal perkembangannya secara optimal, dan kelak ketika bayi tersebut sudah dilahirkan

⁴ Yudrik Jahja, *Psikologi Perkembangan*,(Jakarta:KENCANA PRENADAMEDIA GROUP,2011) hlm 169

⁵Eni Fariyatul Fahyuni dan Istikomah, *Psikologi Belajar dan Mengajar (Kunci Sukses Guru dan Peserta Didik dalam Interaksi Edukatif)*, hlm. 2-3

maka si ibu tadi yang sudah mengerti ilmu psikologi akan faham bagaimana cara mengasuh dan mendidik anaknya dengan baik dan benar. Oleh karena itu mempelajari psikologi itu sangat penting dan bermanfaat sekali bagi kehidupan.

DAFTAR PUSTAKA

Fahyuni, Eni Fariyatul, dan Istikomah. 2016. *Psikologi Belajar dan Mengajar (Kunci Sukses Guru dan Peserta Didik dalam Interaksi Edukatif)*, Sidoarjo: Nizamia Learning Center.

Kartono Kartini. 1995. *Psikologi anak (Psikologi Perkembangan)*, Bandung : Mandar Maju.

Papalia, dkk. 2010. *Human Development (Psikologi Perkembangan)*, Jakarta: Kencana.

Soesilowindradini, *Psikologi Perkembangan*, Surabaya: Usaha Nasional.

Jahja, Yudrik. 2011. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group.