



Mengenal Stunting, Penyebab hingga Cara Pencegahannya

Indonesia merupakan negara keempat penyumbang balita stunting di dunia pada tahun 2022. Upaya percepatan penurunan stunting perlu ditunjang dengan kerja sama seluruh pihak, yaitu tenaga Kesehatan dan pengambil kebijakan agar target stunting sebesar 14% di tahun 2024 dapat tercapai.

Berdasarkan data dari World Health Organization (WHO), stunting di definisikan sebagai panjang atau tinggi badan menurut usia yang kurang dari – 2 standar deviasi (SD) pada kurva pertumbuhan WHO yang diakibatkan kekurangan gizi kronik atau peningkatan kebutuhan, misal karena infeksi berulang yang ditandai dengan tinggi badan anak lebih pendek dari rata-rata usianya.

Tanda-Tanda Stunting

Stunting biasanya mulai terjadi saat anak masih dalam kandungan dan baru terlihat jelas saat mereka memasuki usia dua tahun. Ada beberapa gejala yang bisa Anda kenali sebagai tanda-tanda stunting, antara lain:

- » Pertumbuhan tubuh dan gigi yang terhambat
- » Tahap perkembangan anak yang terlambat bila dibandingkan dengan anak seusianya
- » Kemampuan fokus dan memori belajar yang buruk
- » Pubertas yang terlambat

- » Pada usia 8-10 tahun, anak cenderung lebih pendiam dan tidak banyak melakukan kontak mata dengan orang disekitarnya
- » Berat badan lebih kurang di banding dengan anak seusianya

Penyebab Stunting

- » Asupan nutrisi yang tidak cukup. Hal ini bisa terjadi karena masalah ekonomi atau kurangnya pengetahuan, dan bisa dialami oleh ibu hamil maupun anak-anak.
- » Kebutuhan nutrisi yang lebih banyak karena kekurangan gizi dalam jangka panjang dan

seringnya sakit. Sakit yang sering datang akan membuat tubuh membutuhkan lebih banyak energi.

Pada 1000 hari pertama kehidupan, yaitu dari dalam kandungan hingga anak berusia dua tahun, terjadi perkembangan otak yang sangat cepat. Periode ini disebut periode kritis. Pada usia dua tahun, otak anak sudah berkembang hingga 80% dari ukuran otak orang dewasa.

Oleh karena itu, pada masa ini sangat penting untuk memberikan nutrisi yang cukup agar otak berkembang dengan baik. Jika terjadi kekurangan gizi pada periode ini, pengaruhnya bisa bertahan lama.



Bagaimana Cara Mencegah Stunting?

Mencegah stunting sangat penting karena dapat berdampak jangka panjang pada pertumbuhan anak bahkan hingga dewasa. Berikut adalah beberapa langkah preventif yang dapat dilakukan sebelum, selama, dan setelah masa kehamilan:

1. Perhatikan Asupan Gizi

Ibu hamil perlu mendapatkan gizi yang baik dan seimbang. Setelah lahir, beri ASI eksklusif selama 6 bulan karena ASI mengandung gizi yang lengkap untuk bayi, meningkatkan sistem imun, selanjutnya diberi MPASI. Untuk anak, usahakan memberikan menu makanan yang beragam.

2. Pilihan Menu Beragam

Upayakan untuk selalu memberi menu makanan yang beragam untuk anak. Jangan lupa faktor gizi dan nutrisi yang dibutuhkan mereka setiap harinya.

Saat masa kehamilan dan setelahnya, ibu juga perlu mendapatkan gizi yang baik dan seimbang agar dapat menghindari masalah *stunting*.

3. Pemeriksaan Rutin

Selama masa kehamilan, ibu perlu melakukan *check up* atau pemeriksaan rutin untuk memastikan berat badan sesuai dengan usia kehamilan. Selain pemeriksaan fisik, dilakukan juga pemeriksaan laboratorium seperti memantau kadar hemoglobin darah ibu.

4. Kebersihan

Untuk mencegah terjadinya infeksi berulang pada anak, orang tua harus meningkatkan kebersihan, baik kebersihan diri maupun kebersihan lingkungan.

Konsultasikan dengan Dokter

Untuk mencegah stunting, diperlukan perhatian yang serius serta tindakan yang tepat. Melalui pemberian gizi yang seimbang, perawatan ibu hamil yang baik, dan menjaga kebersihan, kita dapat menghindari dampak buruk dari stunting.

Jika Anda khawatir tentang perkembangan anak dan ingin memastikan mereka tumbuh sehat serta bebas dari stunting, konsultasikan langsung dengan dokter spesialis anak di Rumah Sakit Medistra. Tim dokter dan medis siap untuk memberikan pelayanan yang terbaik untuk anda dan keluarga.

Dokter Spesialis Kami



Dr. dr. Vonny Inkiriwang, Sp.A
Dokter Spesialis Anak

Jadwal Praktek

Senin	13:00 - 15:00
Selasa	13:00 - 15:00
Rabu	13:00 - 15:00
Kamis	13:00 - 15:00
Sabtu	09:00 - 12:00



Peran Positif Keluarga dan Lingkungan dalam Pemenuhan Nutrisi Anak

Pemenuhan gizi yang tepat pada anak merupakan salah satu fondasi terpenting dalam membangun generasi sehat, aktif, dan cerdas. Keluarga dan lingkungan menjadi faktor utama yang memengaruhi pemenuhan nutrisi anak, baik pada usia balita, pra-sekolah, hingga usia sekolah.

Dalam setiap tahap perkembangan, kebutuhan gizi anak berubah, namun kunci keberhasilannya tetap sama: keterlibatan orang tua, dukungan sekolah, dan kebiasaan makan yang dibentuk sejak dini. Di sinilah peran keluarga dan lingkungan menjadi sangat penting.

Peran Keluarga dalam Pembentukan Kebiasaan Makan Anak

Keluarga, khususnya orang tua, adalah pihak pertama yang mengenalkan anak pada makanan. Mulai dari jenis bahan makanan, cara memilih, hingga bagaimana sebuah makanan disajikan.

Orang tua berperan sebagai edukator, organisator, dan fasilitator. Ketiganya berkontribusi besar terhadap pemenuhan nutrisi harian anak. Mereka mengajarkan anak mengenali makanan sehat, menyusun menu harian yang seimbang, hingga menyiapkan makanan dalam bentuk menarik agar anak lebih bersemangat makan.

Selain itu, kebiasaan makan yang diterapkan orang tua di rumah akan berdampak jangka panjang. Anak cenderung meniru pola makan yang ia lihat setiap hari.



Apabila keluarga memiliki kebiasaan makan bersama, menyajikan sayur dan buah secara rutin, serta memilih makanan bergizi, maka anak lebih mudah menyukai makanan sehat. Sebaliknya, pola makan yang tidak teratur dan minim variasi dapat membuat anak rentan mengalami masalah makan.

Lingkungan rumah yang menyediakan makanan sehat dan membatasi makanan kurang bergizi sangat membantu anak dalam belajar memilih makanan.

Orang tua dapat menempatkan makanan sehat di lokasi yang mudah dijangkau, sementara makanan tidak sehat disimpan lebih sulit. Langkah sederhana ini dapat membantu anak lebih sering memilih makanan yang baik bagi tubuhnya.



Pentingnya Lingkungan Emosional dan Sensoris

Lingkungan emosional dalam keluarga sangat berpengaruh pada cara anak memandang makanan. Suasana yang nyaman dan menyenangkan membuat anak lebih terbuka terhadap variasi makanan.

Sebaliknya, ketegangan saat makan, tekanan untuk menghabiskan makanan, serta pemaksaan terhadap jenis makanan tertentu dapat menimbulkan kecemasan makan dan menurunkan minat anak mencoba makanan baru.

Faktor sensoris juga memiliki peran besar dalam keberhasilan proses belajar makan anak. Sejumlah anak mengalami sensitivitas berlebih terhadap aroma, tekstur, atau warna makanan tertentu.

Pendekatan sensoris seperti bermain dengan bahan makanan, mengenal makanan lewat cerita, atau memasak bersama terbukti membantu anak merasa lebih nyaman dan siap mencoba jenis makanan baru. Lingkungan yang mendukung ini penting untuk keberhasilan pemenuhan nutrisi anak dalam jangka panjang.

Peran Sekolah sebagai Mitra Keluarga

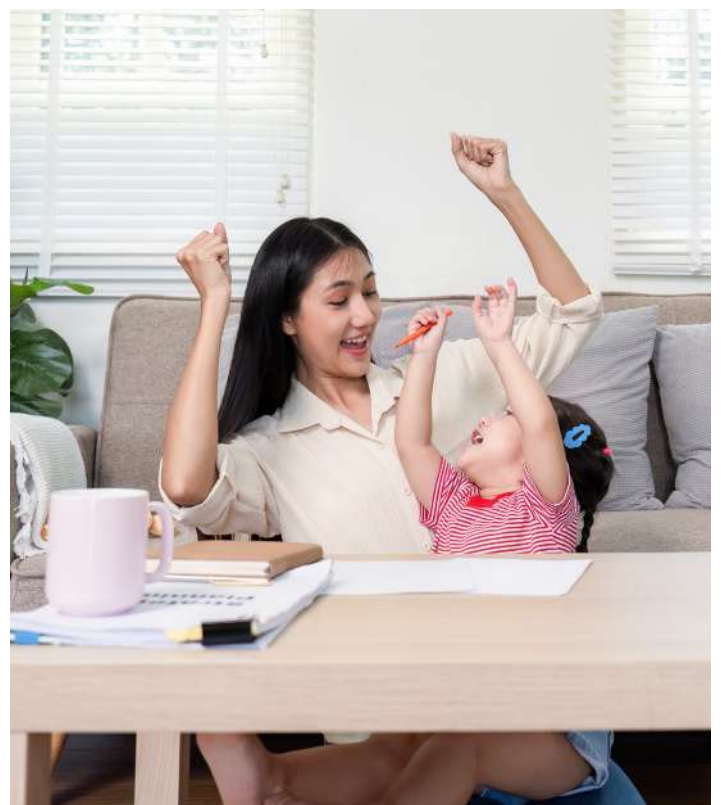
Pada usia prasekolah hingga sekolah dasar, sekolah menjadi lingkungan kedua yang paling banyak memengaruhi kebiasaan makan anak.

Dalam penelitian pada anak usia 4-5 tahun, kepala



sekolah berperan sebagai motivator, edukator, fasilitator, sekaligus evaluator. Sekolah menyediakan edukasi gizi, video pembelajaran, lagu edukatif, hingga program pemberian makanan tambahan.

Di sekolah dasar, kebiasaan membawa bekal dan sarapan menjadi indikator penting pemenuhan nutrisi harian. Anak yang sarapan teratur memiliki energi belajar yang lebih baik dan lebih jarang jajan sembarangan. Dengan demikian, kerja sama antara sekolah dan keluarga menjadi kunci penting.



Pendidikan Orang Tua sebagai Faktor Pendukung

Tingkat pendidikan ibu menjadi salah satu faktor paling berpengaruh terhadap pola makan anak. Pendidikan yang lebih baik membuat orang tua lebih memahami gizi seimbang dan cara memilih makanan bergizi.

Penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pendidikan ibu dengan kebiasaan sarapan serta membawa bekal anak. Dengan kata lain, pemahaman orang tua terhadap gizi sangat penting dalam keberhasilan pemenuhan nutrisi anak.

Mendorong Kemandirian Anak dalam Makan

Salah satu strategi yang ditemukan dalam literatur adalah memberi kesempatan kepada anak untuk terlibat dalam proses makan. Mulai dari memilih bahan makanan, membantu memasak, hingga makan sendiri.

Pendekatan ini tidak hanya meningkatkan kemandirian, tetapi juga membantu membentuk hubungan positif dengan makanan. Keterlibatan aktif ini menjadi bagian penting dalam mendukung pemenuhan nutrisi yang lebih optimal.



Kesimpulan

Dari tiga rangkuman penelitian, dapat disimpulkan bahwa keluarga dan lingkungan memiliki peran yang saling melengkapi dalam mendukung pemenuhan nutrisi anak.

Orang tua perlu menjadi contoh dan pendamping utama dalam pembiasaan makan sehat. Sekolah harus menjadi mitra yang aktif dalam edukasi gizi.

Sementara lingkungan emosional, sensoris, dan sosial harus dibangun sedemikian rupa agar anak merasa aman, nyaman, dan mampu mengenali kebutuhan tubuhnya.

Dengan demikian, pemenuhan nutrisi bukan hanya soal jenis makanan, tetapi juga tentang pola asuh, edukasi, dan dukungan berkelanjutan dari keluarga dan lingkungan.

Dokter Spesialis Kami



dr. Meida Tanukusumah, Sp.A
Dokter Spesialis Anak

Jadwal Praktek

Senin	13:00 - 15:00
Selasa	13:00 - 15:00
Rabu	13:00 - 15:00
Kamis	13:00 - 15:00
Sabtu	09:00 - 12:00



Cara Sederhana Memenuhi Nutrisi Harian untuk Mencegah Stunting pada Anak

Stunting masih menjadi masalah besar di berbagai negara. Selama dekade terakhir, angka kejadian stunting di Indonesia masih tinggi, mencapai 37%. Kondisi ini terjadi akibat kekurangan gizi dalam jangka panjang, terutama pada 1.000 hari pertama kehidupan.

Stunting bukan hanya soal tinggi badan yang tidak sesuai usia, tetapi juga berkaitan dengan peningkatan angka kesakitan dan kematian, perkembangan otak dan kemampuan belajar anak, daya tahan tubuh, peningkatan risiko infeksi dan penyakit tidak menular di masa dewasa, serta penurunan produktivitas dan kemampuan ekonomi.

Oleh karena itu, pemenuhan nutrisi untuk mencegah stunting dapat menjadi salah satu langkah awal yang penting untuk diperhatikan oleh setiap keluarga.

Bahan Makanan yang Dapat Mencegah Stunting

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kualitas makanan, pola pemberian MPASI, serta edukasi gizi kepada orang tua memiliki peran besar dalam mencegah stunting. Selain itu, program pendampingan dan intervensi gizi terbukti efektif meningkatkan status kesehatan anak.

1. Bahan Makanan Sumber Protein

Protein adalah komponen utama untuk membangun dan memperbaiki jaringan tubuh. Setelah berusia enam bulan, ASI saja tidak dapat mencukupi kebutuhan nutrisi anak, sehingga perlu diberikan MPASI yang diperkaya dengan sumber protein.

Protein hewani (daging, ayam, ikan, telur) maupun protein nabati (tahu, tempe, atau kacang-kacangan) berperan penting untuk mengoptimalkan tumbuh kembang anak. Hal ini sejalan dengan sejumlah penelitian yang menunjukkan bahwa konsumsi daging secara rutin mampu menurunkan risiko stunting karena tingginya kandungan protein dan zat gizi pendukung lainnya.

2. Bahan Makanan Tinggi Zat Besi dan Zinc

Zat besi dan zinc memiliki peranan besar dalam pembentukan sel, perkembangan otak, dan daya tahan tubuh. Kombinasi kedua mikronutrien ini terbukti efektif dalam mencegah stunting ketika diberikan secara rutin.

Penelitian menunjukkan bahwa pemberian MPASI yang diperkaya zat besi dan zinc dapat memperbaiki status gizi anak secara signifikan.

Beberapa contoh bahan makanan sumber yang dapat diberikan antara lain daging merah, hati ayam/sapi, makanan laut, ayam, telur dan produk susu, kacang-kacangan (termasuk tahu dan tempe), biji-bijian, sayuran hijau, serta buah-buahan.



3. Bahan Makanan Sumber Vitamin A dan Vitamin D

Vitamin A penting untuk tumbuh kembang dan daya tahan tubuh. Sedangkan vitamin D berhubungan dengan proses mineralisasi tulang yang erat dikaitkan dengan pertumbuhan tinggi badan sesuai usia.

Berbagai penelitian juga menegaskan bahwa kualitas MPASI dan edukasi gizi kepada orang tua berperan besar dalam memastikan pemenuhan mikronutrien ini.

Sumber vitamin A dan vitamin D bisa didapatkan dari ikan berlemak (salmon, makarel), minyak ikan cod, kuning telur, hati sapi, sayuran berdaun hijau, buah-buahan, jamur (yang dikeringkan), serta makanan yang difortifikasi vitamin A dan D.

Selain bahan makanan yang sudah dijelaskan di atas, komposisi lain seperti karbohidrat, lemak, vitamin, dan mineral lain memiliki peran penting dalam tumbuh kembang anak.

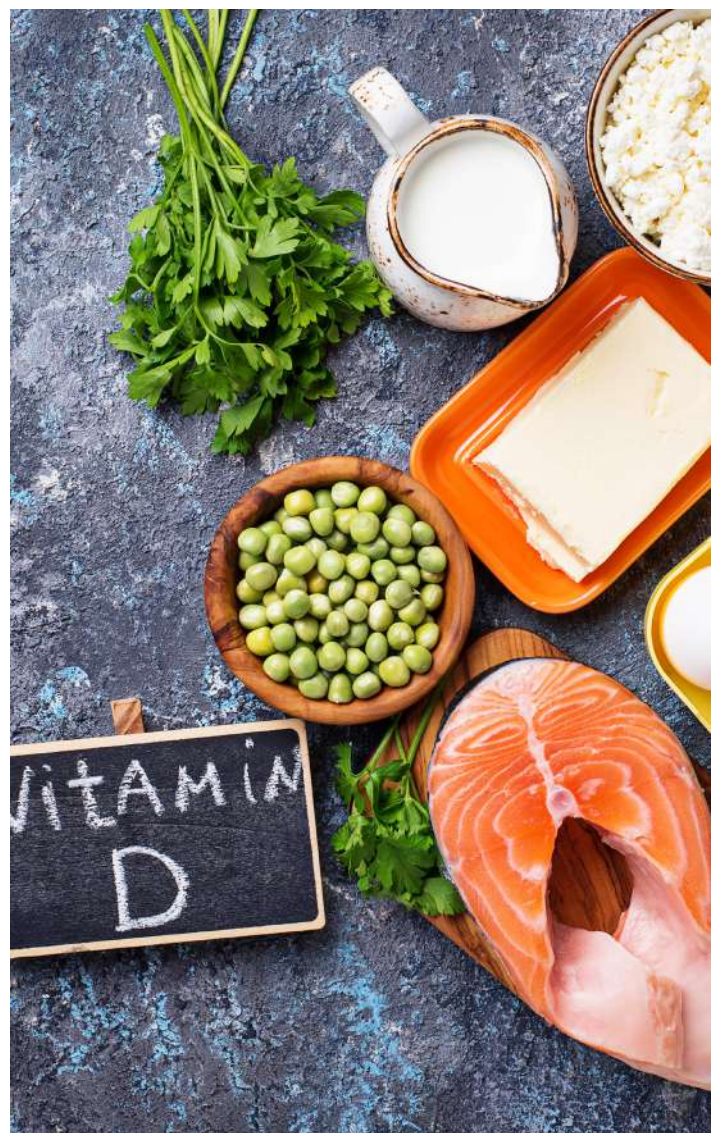
Karbohidrat merupakan sumber energi untuk aktivitas harian anak, lemak tidak jenuh yang berkualitas baik (seperti MUFA) dapat membantu perkembangan otak anak. Sedangkan kalsium, vitamin B1, B2, dan B12 diperlukan untuk mendukung tumbuh kembang yang optimal.

Berbagai penelitian menegaskan bahwa kombinasi lengkap antara makronutrien (karbohidrat, protein, dan lemak) serta mikronutrien (vitamin dan mineral) merupakan kunci nutrisi untuk mencegah stunting secara menyeluruh.

Program Pendampingan Gizi

Beberapa daerah menerapkan program pendampingan gizi melalui distribusi makanan tambahan yang kaya makronutrien dan mikronutrien.

Studi di berbagai negara menunjukkan bahwa pemberian bahan makanan sumber protein dikombinasi dengan suplementasi vitamin A dan D, serta pemberian minyak ikan dapat membantu mengurangi risiko stunting.



Peran Edukasi Gizi dalam Mencegah Stunting

Tidak hanya pemberian makanan bergizi saja, tetapi edukasi gizi kepada orang tua berdampak besar dalam perbaikan status kesehatan anak.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pelatihan memasak, penyuluhan gizi, hingga kunjungan rumah membantu meningkatkan pemahaman keluarga mengenai makanan bergizi.

Ibu yang mendapat edukasi gizi cenderung memberikan makanan dengan variasi lebih baik, lebih sadar akan kandungan nutrisi, dan mampu mempersiapkan MPASI sesuai kebutuhan anak. Program edukasi tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga membentuk kebiasaan makan yang lebih sehat dalam keluarga.

Intervensi yang menggabungkan edukasi dan pendampingan langsung seperti mengajarkan kebersihan saat mengolah makanan, demo memasak[AJI], dan memberikan contoh menu sehat terbukti meningkatkan efektivitas nutrisi untuk mencegah stunting.



Kunci Utama Pencegahan Stunting

Orang tua perlu memahami bahwa stunting tidak terjadi dalam waktu singkat, namun akibat dari kekurangan gizi yang berlangsung dalam jangka waktu lama. Oleh karena itu, setiap langkah kecil yang dilakukan sangat berarti dalam memenuhi gizi anak.

Pemenuhan nutrisi untuk mencegah stunting membutuhkan kombinasi antara pemberian MPASI berkualitas (baik makronutrien dan mikronutrien), pendampingan keluarga, serta edukasi gizi yang tepat.

Edukasi serta promosi layanan kesehatan diharapkan dapat memberikan pengetahuan sehingga kebiasaan makan sehat, menjaga kebersihan dan variasi makanan dapat diterapkan secara mandiri.

Edukasi gizi yang berkelanjutan dan dukungan program masyarakat semakin memperkuat suplai nutrisi untuk mencegah stunting secara berkelanjutan, sehingga anak dapat tumbuh optimal dan mencapai perkembangan terbaiknya.

Apabila Anda ingin melakukan konsultasi terkait nutrisi, Anda bisa melakukan janji temu dengan dokter spesialis gizi di Medistra Hospital untuk mendapatkan panduan nutrisi sesuai dengan kebutuhan Anda.

Dokter Spesialis Kami



dr. Amelia Jessica, Sp.GK, AIFO-K
Dokter Spesialis Gizi Klinik

Jadwal Praktek

Senin	08:00 - 13:00
Selasa	08:00 - 13:00
Rabu	08:00 - 13:00
Kamis	08:00 - 14:00
Jumat	16:00 - 18:00
Sabtu	14:00 - 16:00

Tim Dokter Anak



dr. Eric Gultom, Sp. A(K)
Dokter Spesialis Anak

Jadwal Praktek

Senin	14:00 - 16:00
Selasa	14:00 - 16:00
Rabu	10:00 - 12:00
Kamis	14:00 - 16:00
Jum'at	14:00 - 16:00



dr. Sjawitri P. Siregar, Sp. A(K)
Dokter Spesialis Anak

Jadwal Praktek

Selasa	13:00 - 14:30
Kamis	11:00 - 13:00
Sabtu	11:00 - 13:00



dr. Hartanah Sadikin, Sp. A
Dokter Spesialis Anak

Jadwal Praktek

Senin	08:00 - 10:00
Selasa	08:00 - 10:00
	15:00 - 17:00
Rabu	08:00 - 10:00
Kamis	08:00 - 10:00
	15:00 - 17:00
Jum'at	08:00 - 10:00
	15:00 - 17:00
Sabtu	08:00 - 10:00
Minggu	08:00 - 10:00



Dr. dr. Vanny Inkiriwang, Sp. A
Dokter Spesialis Anak

Jadwal Praktek

Senin	13:00 - 15:00
Selasa	13:00 - 15:00
Rabu	13:00 - 15:00
Kamis	13:00 - 15:00
Sabtu	09:00 - 12:00



dr. Agung Gautama T., Sp. A
Dokter Spesialis Anak

Jadwal Praktek

Senin	07:00 - 12:59
	13:00 - 17:00
Selasa	07:00 - 12:59
	13:00 - 17:00
Rabu	07:00 - 12:59
	13:00 - 17:00
Kamis	07:00 - 12:59
	13:00 - 17:00
Jumat	07:00 - 12:59
	13:00 - 17:00
Sabtu	07:00 - 12:59
	13:00 - 17:00
Minggu	10:00 - 12:00



dr. Meida Tanukusumah, Sp. A
Dokter Spesialis Anak

Jadwal Praktek

Senin	13:00 - 15:00
Selasa	13:00 - 15:00
Rabu	13:00 - 15:00
Kamis	13:00 - 15:00
Sabtu	09:00 - 12:00



dr. Yuliatmoko Suryatin, Sp. A(K)
Dokter Spesialis Anak

Jadwal Praktek

Jumat	17:00 - 19:00
-------	---------------



dr. Mira Febriani Hontong, Sp. A
Dokter Spesialis Anak

Jadwal Praktek

Senin	12:00 - 15:00
Selasa	15:00 - 17:00
Kamis	15:00 - 17:00
Jumat	13:00 - 15:00
Sabtu	15:00 - 17:00



dr. Arnold Soetarso, Sp. A
Dokter Spesialis Anak

Jadwal Praktek

Senin	08:00 - 18:30
Selasa	08:00 - 11:00
Rabu	08:00 - 18:30
Kamis	08:00 - 11:00
Jumat	08:00 - 11:00
Sabtu	08:00 - 11:00



dr. Ignatia Karina Hartanto, Sp. A
Dokter Spesialis Anak

Jadwal Praktek

Senin	10:00 - 12:00
Kamis	10:00 - 12:00

Informasi Jadwal Dokter & Appointment

Melalui website:

www.medistra.com

Scan Me



Tim Dokter Gizi



dr. Cindiawaty Pudjiadi, SpGK, MARS, MS
Dokter Spesialis Gizi Klinik

Jadwal Praktek

Senin 15:00 - 17:00
Rabu 15:00 - 17:00
Jumat 10:00 - 12:00



dr. Feni Nugraha, Sp.GK, MARS, M.Gizi
Dokter Spesialis Gizi Klinik

Jadwal Praktek

Selasa 09:00 - 11:00
Sabtu 10:00 - 12:00



dr. Rony Sendjaja, Sp.GK, M.Gizi
Dokter Spesialis Gizi Klinik

Jadwal Praktek

Selasa 15:00 - 17:00
Sabtu 15:00 - 17:00



dr. Amelia Jessica, Sp.GK, AIFO-K
Dokter Spesialis Gizi Klinik

Jadwal Praktek

Senin 08:00 - 13:00
Selasa 08:00 - 13:00
Rabu 08:00 - 13:00
Kamis 08:00 - 14:00
Jumat 16:00 - 18:00
Sabtu 14:00 - 16:00

Informasi Jadwal Dokter & Appointment

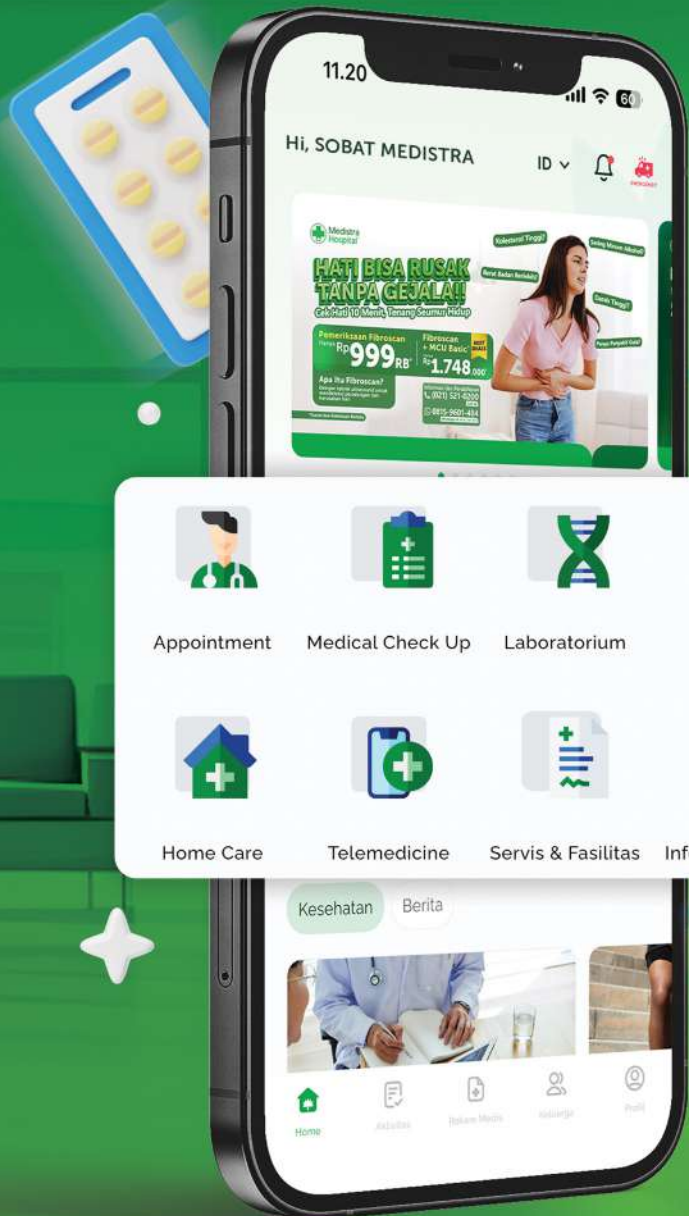
Scan Me



Melalui website:

www.medistra.com

Akses Kesehatanmu #DalamGenggaman



Unduh Aplikasi Sekarang!



SCAN
DI SINI



NEWSLETTER

Health, Vol. 1 - Edisi 5 / Juni 2025



Kenali Demensia Lebih Dekat, dan Perawatan

Demensia adalah kondisi yang menyebabkan penurunan fungsi kognitif secara bertahap. Gejala yang muncul tidak hanya berupa lupa, tapi bisa berkembang menjadi gangguan berpikir, berbicara, bahkan mengubah kepribadian penderitanya.

Perubahan ini bisa berdampak besar pada kehidupan seseorang dan keluarganya. Menurut data dari Sullivan et al (2024), jumlah orang yang hidup dengan demensia diperkirakan terus meningkat dari tahun ke tahun.

Oleh karena itu, penting untuk memahami gejala, penyebab, serta strategi penanganannya secara tepat.

Penyebab Demensia

Kondisi ini disebabkan oleh beberapa kondisi medis, terutama yang menyerang jaringan otak. Jenis-jenisnya termasuk:

- » Demensia vaskular: terjadi akibat gangguan aliran darah ke otak.

www.medistra.com

NEWSLETTER

Health, Vol. 1 - Edisi 6 / Juli 2025



Pentingnya Nutrisi dan Peran Orang Tua dalam Tumbuh Kembang Anak

Anak-anak belajar, tumbuh, dan berkembang sesuai dengan potensinya. Proses tumbuh kembang anak tidak hanya soal pertumbuhan fisik, tetapi juga mencakup perkembangan kemampuan berpikir, berbicara, bergerak, dan berinteraksi.

Orang tua memiliki peran sangat penting untuk mengamati, mengenali, dan menanggapi setiap perubahan yang terjadi dengan bijak dan penuh perhatian.

Tahapan Penting dalam Tumbuh Kembang Anak

Pertumbuhan merujuk pada perubahan ukuran fisik seperti tinggi, berat badan, dan lingkaran kepala. Sementara itu, perkembangan lebih berkaitan dengan kemampuan anak dalam hal motorik, bicara, emosi, dan sosial.

Sebelum memahami lebih jauh tentang gangguan dan faktor yang memengaruhi, berikut adalah tahapan tumbuh kembang anak yang penting untuk diketahui:

www.medistra.com

1. Bayi (Usia 0-12 Bulan)

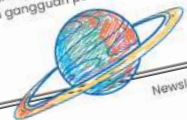
Pada tahun pertama, bayi mengalami lonjakan pertumbuhan yang cepat. Berat badan bayi biasanya naik dua kali lipat pada usia empat sampai enam bulan dan tiga kali lipat pada usia 1 tahun.

Perkembangan motorik halus dan kasar juga mulai terbentuk, seperti menggenggam, duduk, merangkak, dan berjalan.

2. Balita (Usia 1-3 Tahun)

Pada usia ini, anak mulai berjalan, berbicara, dan mengenal emosi. Meski pertumbuhan tinggi badan melambat, namun perkembangan otak dan sosial meningkat.

Stimulasi yang cukup sangat penting, karena jika anak terlambat bicara atau belum bisa berjalan, bisa jadi ada gangguan pada anak.



Newsletter Medistra Hospital

Information & Registration

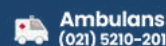
☎ (021) 5210-200 📞 0817-5210-200

#SobatMedistra



www.medistra.com

@medistra.hospital



Jl. Gatot Subroto Kav. 59,
Jakarta 12950, Indonesia