

PANDU-KATA

Panduan Dukungan Bahasa dan Tata Kelola Gawai Untuk Anak Dengan Risiko Keterlambatan Bahasa



Tim Penyusun:

Rizky Anugrah Putra
Prof. Karmila Machmud, S.Pd., M.A., Ph.D
Muziatun, S.Pd., M. App.Ling., Ph.D
Dr. Usman Pakaya, S.S., M.A.



YNINGM
YAYASAN NURUL IMAN | MUARA GADING MAS



PANDU-KATA



**Panduan Dukungan Bahasa dan
Tata Kelola Gawai Untuk Anak Dengan
Risiko Keterlambatan Bahasa**



Tim Penyusun:

Rizky Anugrah Putra
Prof. Karmila Machmud, S.Pd., M.A., Ph.D
Muziatun, S.Pd., M. App.Ling., Ph.D
Dr. Usman Pakaya, S.S., M.A.



YNIMGM
YAYASAN NURUL IMAN | MUARA GADING MAS



Jl. Sidodadi, RT/RW 015/008, Muara Gading Mas,
Labuhan Maringgai, Lampung Timur, Lampung 34198, Indonesia
Phone. (+62 813-9280-6389)
Website. penerbit.nurulimanmgm.or.id
Email. yayasannuruliman93@gmail.com

Yayasan Nurul Iman Muara Gading Mas adalah sebuah lembaga nirlaba yang berdedikasi untuk menyebarkan pengetahuan, budaya, dan ide-ide yang bermanfaat melalui publikasi buku. Buku-buku yang diterbitkan oleh Yayasan Nurul Iman Muara Gading Mas mencakup beragam bidang, seperti ilmu pengetahuan, sastra, seni, pendidikan, dan masalah-masalah sosial.

PANDU KATA: PANDUAN DUKUNGAN BAHASA DAN TATA KELOLA GAWAI UNTUK ANAK DENGAN RISIKO KETERLAMBATAN BAHASA

Copyright © Penulis, 2026

Hak cipta dilindungi oleh undang-undang All Right Reserved. Dilarang mereproduksi, menyimpan, atau mentransmisikan seluruh isi buku ini dalam bentuk apa pun atau dengan cara apa pun, untuk tujuan komersial, tanpa izin tertulis sebelumnya dari Yayasan Nurul Iman Muara Gading Mas, atau sebagaimana diizinkan dengan tegas oleh hukum, lisensi, atau berdasarkan persetujuan dengan organisasi hak reproduksi yang sesuai.



Ciptaan disebarluaskan di bawah Lisensi Creative Commons Atribusi-Non Komersial-Berbagi Serupa 4.0 Internasional (CC BY-NC-SA 4.0).

Lisensi ini mengizinkan Anda untuk berbagi, mengopi, mendistribusikan, dan mentransmisi karya untuk penggunaan personal dan bukan tujuan komersial, dengan memberikan atribusi sesuai ketentuan. Karya turunan dan modifikasi harus menggunakan lisensi yang sama.

Hak Penerbitan pada Yayasan Nurul Iman Muara Gading Mas
ix, 90 hlm.; 21 cm.

e-ISBN : 978-634-05-4807-5 (PDF ebook)
QRCBN : 62-9584-5553-825 (PDF ebook)
DOI : 10.46924/ynimgm.10

Penulis	: Rizky Anugrah Putra, Karmila Machmud, Muziatun, & Usman Pakaya
Editor	: M. Fahrudin Aziz MT
Perancang Sampul	: Yayasan Nurul Iman Muara Gading Mas
Penata Letak	: Yayasan Nurul Iman Muara Gading Mas

Cetakan Pertama : Juli 2026



Kata Pengantar

Buku ini lahir dari kepedulian terhadap perkembangan bahasa dan komunikasi anak, khususnya fenomena speech delay atau keterlambatan bicara yang semakin banyak menjadi perhatian orang tua, pendidik, praktisi, dan masyarakat luas. Perkembangan kemampuan bahasa merupakan bagian penting dari tumbuh kembang anak karena bahasa tidak hanya berkaitan dengan kemampuan berbicara, tetapi juga dengan proses berpikir, berinteraksi, mengekspresikan kebutuhan, serta membangun hubungan dengan lingkungan sekitarnya.

Dalam kehidupan sehari-hari, masih banyak orang tua yang menghadapi kekhawatiran ketika perkembangan komunikasi anak tampak berbeda dari anak-anak seusianya. Kekhawatiran tersebut tidak jarang berkembang menjadi kebingungan mengenai apa yang harus dilakukan, kapan perlu mencari bantuan profesional, dan bagaimana memberikan stimulasi yang tepat di lingkungan keluarga. Di sisi lain, akses terhadap layanan profesional belum tentu tersedia secara mudah dan terjangkau bagi setiap keluarga.

Buku ini hadir sebagai salah satu sumber informasi yang diharapkan dapat membantu menjawab berbagai pertanyaan tersebut. Pembahasannya disusun dengan memadukan perspektif ilmiah dan pendekatan praktis sehingga dapat dipahami oleh pembaca dari berbagai latar belakang, terutama orang tua dan keluarga yang ingin lebih memahami perkembangan bahasa anak.



Berbagai topik dalam buku ini membahas perkembangan bahasa anak, karakteristik keterlambatan bicara dan bahasa, faktor-faktor yang dapat memengaruhinya, serta berbagai bentuk stimulasi dan pendampingan yang dapat dilakukan dalam kehidupan sehari-hari. Peran keluarga mendapat perhatian khusus karena lingkungan komunikasi yang sehat dan interaksi yang berkualitas merupakan bagian penting dalam mendukung perkembangan bahasa anak.

Meskipun disajikan dengan bahasa yang relatif ringan, pembahasan dalam buku ini tetap berlandaskan pada sumber-sumber ilmiah yang relevan dan dapat ditelusuri. Oleh karena itu, buku ini tidak hanya ditujukan kepada orang tua, tetapi juga dapat menjadi bahan bacaan pendukung bagi guru, pendidik anak usia dini, praktisi bahasa, mahasiswa, maupun pembaca yang memiliki ketertarikan terhadap perkembangan bahasa dan komunikasi anak.

Perlu ditegaskan bahwa buku ini bukanlah pengganti diagnosis, pemeriksaan, atau intervensi yang dilakukan oleh tenaga profesional. Setiap anak memiliki karakteristik perkembangan yang berbeda sehingga pendekatan yang diberikan juga perlu disesuaikan dengan kondisi dan kebutuhan masing-masing anak. Buku ini lebih tepat dipandang sebagai sumber pengetahuan dan panduan awal yang dapat membantu keluarga mengenali perkembangan bahasa anak serta mengambil langkah yang lebih tepat ketika ditemukan adanya kekhawatiran.

K.



Penyusunan buku ini tentu tidak terlepas dari kontribusi berbagai pihak yang telah memberikan pengetahuan, pengalaman, masukan, dukungan, dan dorongan selama proses pengembangannya. Untuk itu, kami menyampaikan penghargaan dan terima kasih kepada para akademisi, praktisi, pendidik, orang tua, keluarga, serta semua pihak yang telah berkontribusi secara langsung maupun tidak langsung terhadap lahirnya buku ini.

Kami menyadari bahwa buku ini masih memiliki keterbatasan. Pengetahuan mengenai perkembangan bahasa anak terus berkembang seiring dengan bertambahnya berbagai kajian dan pengalaman praktik. Karena itu, kritik, saran, dan masukan dari para pembaca sangat diharapkan sebagai bagian dari upaya penyempurnaan buku ini pada masa mendatang.

Semoga buku ini dapat menjadi sumber pengetahuan yang bermanfaat dan membuka pemahaman yang lebih luas mengenai pentingnya lingkungan bahasa dalam keluarga. Semoga setiap halaman dalam buku ini dapat membantu orang tua dan para pendamping anak untuk melihat perkembangan komunikasi bukan hanya sebagai sebuah persoalan, tetapi sebagai bagian dari perjalanan tumbuh kembang anak yang membutuhkan perhatian, kesabaran, stimulasi, dan dukungan.

Selamat membaca.

Penulis



Daftar Isi

Kata Pengantar	iv
Daftar Isi	vii
BAB I:	1
Mengapa Anakku Terlihat Berbeda?	1
1. Mitos Terkait Perkembangan Anak	3
2. Tonggak Perkembangan Bahasa	5
3. Ketika Tonggak Itu Belum Terlihat	9
BAB II:	11
Peran Ayah & Bunda	11
1. Momen Yang Tidak Bisa Ditunda?	13
2. Memahami Ekologi Bahasa Keluarga	15
3. Gawai: Si Pencuri Waktu Mengobrol	17
4. Seperti Apa Lingkungan Bahasa yang Ideal Itu?	20
BAB III:	26
Mengenali Risiko tanpa Melabeli Anak	26
1. Terlambat Bukan Berarti Gangguan	27
2. Apa Penyebabnya? (Penyebab Hambatan Bahasa)	30
3. Penyebab Pertama: Faktor Biologis	30
4. Penyebab kedua: Faktor Genetik	31
5. Penyebab Ketiga: Bahasa Keluarga	32



6. Mengapa Melabeli Anak Itu Berbahaya?	33
BAB IV:.....	36
PANDU-KATA: Prinsip Dasar Dukungan Bahasa Orang Tua ...	36
1. Prinsip Dasar PANDU-KATA.....	37
2. Dukungan Bahasa Orang Tua	39
BAB V:.....	56
Strategi Praktis PANDU-KATA	56
1. Membangun Jembatan Tatapan (<i>Eye-to-Eye Connection</i>)	56
2. Menjadi Komentator Dunia (<i>The Art of Narration</i>).....	57
3. Aturan Emas Lima Detik (<i>Wait and Respond</i>)	59
4. Teknik Ekspansi: Menambah Kosa Kata	60
5. Mengubah Rutinitas Menjadi Stimulasi Emas.....	61
6. <i>Co-viewing</i> : Membrosamai Anak dalam Penggunaan Gawai	63
7. <i>Co-reading</i> : Membaca Bersama, Bukan Sekadar Membacakan.....	64
BAB VI:.....	68
Tata Kelola Gawai Yang Ramah Bahasa	68
1. Mengatur Jadwal Si Kecil dalam Mengakses Gawai	69
2. Bagaimana jika anak tantrum?.....	73
3. Matriks Tata Kelola Gawai & Aktivitas harian	74
BAB VII:.....	79



Monitoring, Refleksi, dan Penguatan	79
1. Memantau Tanpa Menghakimi	80
2. Seni Berefleksi Saat Rencana Berantakan	81
3. Menyelaraskan Ekologi Bahasa	82
4. Penutup	85
Daftar Pustaka	88



BAB I:

Mengapa Anakku Terlihat Berbeda?



Pernahkan Bunda merasa ada sedikit rasa cemas saat melihat anak seusia si Kecil sudah mulai berceloteh panjang, sementara anak Bunda masih berbicara sepatah-dua patah kata?

Mungkin Bunda tersenyum di depan orang lain, tetapi diam-diam hati bertanya, *"Apakah ini wajar?"*

Jika pernah merasakan itu, Bunda tidak sendirian. Banyak orang tua menyimpan pertanyaan yang sama.



Tak ada orang tua yang tidak menginginkan anaknya tumbuh sehat secara fisik, kognitif, maupun emosional. Setiap senyuman pertama, setiap langkah kecil, setiap kata yang terucap menjadi momen yang dinantikan dan disyukuri.

Namun dalam perjalanan itu, ada kalanya muncul pertanyaan yang pelan-pelan mengusik hati:

"Mengapa anakku belum bisa seperti anak seusianya?"

"Apakah ini wajar?"

"Apakah aku terlambat menyadarinya?"

Pertanyaan-pertanyaan ini tidak muncul karena orang tua kurang peduli. Justru sebaliknya. Pertanyaan itu muncul karena **cinta** dan **perhatian**.

Setiap anak memang unik. Ada anak yang cepat dalam perkembangan fisiknya, ada yang menonjol dalam kemampuan berpikir dan berbicara. Perbedaan itu wajar. Namun di balik keunikan tersebut, para ahli perkembangan sepakat bahwa anak tetap melalui tahapan perkembangan yang relatif sama, meskipun kecepatannya bisa berbeda.

Ketika suatu tahapan belum tampak pada waktu yang diharapkan, itu bukan alasan untuk panik. Tetapi itu menjadi sinyal untuk lebih memperhatikan, bukan untuk menyalahkan.



1. Mitos Terkait Perkembangan Anak



Mitos vs Fakta



Mitos anak yang cepat berjalan wajar terlambat bicara



Perkembangan fisik dan verbal berkembang di bagian otak yang berbeda namun pada waktu yang simultan.

Ketika bayi mulai bisa berjalan, perkembangan bahasanya sering ikut mengalami kemajuan. Kemampuan berjalan membuat anak bisa menjelajahi lebih banyak hal di sekitarnya. Ia melihat lebih banyak, menyentuh lebih banyak, dan berinteraksi lebih sering dengan orang lain¹.

Perubahan inilah yang membantu memperkaya kosakatanya—baik kata-kata yang ia pahami (bahasa reseptif) maupun kata-kata yang mulai ia ucapkan (bahasa ekspresif).

¹ Walle, E. A., & Campos, J. J. (2014). Infant language development is related to the acquisition of walking. *Developmental Psychology*, 50(2), 336–348. <https://doi.org/10.1037/A0033238>



Artinya, setiap keterampilan baru yang dikuasai anak—termasuk berjalan—bukan hanya soal gerakan tubuh, tetapi juga membuka kesempatan belajar yang lebih luas, termasuk dalam perkembangan bahasanya.

Perkembangan fisik, khususnya motorik kasar, memiliki pola yang cukup konsisten pada sebagian besar anak ².

Perkembangan Motorik Kasar Anak (0-5 Tahun)



Perlu dipahami, rentang waktu ini bersifat umum. Variasi kecil masih dalam batas wajar. Yang menjadi perhatian adalah jika keterlambatan cukup jauh dari rentang usia rata-rata dan disertai kesulitan lain.

² Gerber, R. J., Wilks, T., & Erdie-Lalena, C. (2010). Developmental Milestones: Motor Development. *Pediatrics in Review*, 31(7), 267–277. <https://doi.org/10.1542/PIR.31-7-267>



2. Tonggak Perkembangan Bahasa

Jika perkembangan fisik terlihat jelas oleh mata, perkembangan bahasa sering kali lebih halus dan tidak selalu disadari. Oleh karena itu kami mengajak Ayah dan Bunda untuk mengenal lebih jauh tentang tonggak perkembangan bahasa anak.

Menurut Hoff (2009)³, perkembangan bahasa anak secara umum dapat digambarkan sebagai berikut:

³ Hoff, E. (2009). Language development at an early age: Learning mechanisms and outcomes from birth to five years. *Encyclopedia on early childhood development*, 1-5.



Bayi (0–6 Bulan) – Tahap Prelinguistik

- Mendekut (*Cooing*) biasanya dimulai pada waktu umur 2-4 bulan, Suara yang dihasilkan hampir seluruhnya berupa huruf vokal panjang, dan sering kali berasal dari pangkal tenggorokan (Hulit & Howard, 1992)⁴.
- Bayi mulai mengoceh (*Babbling*), merespons suara, dan mengenali nada bicara orang di sekitarnya. Umumnya dimulai pada usia **4 hingga 6 bulan**, dan

⁴ Hulit, L. M., & Howard, M. R. (1992). *Born to Talk: An Introduction to Speech and Language Development*. <https://www.amazon.com/Born-Talk-Introduction-Development-Communication/dp/0134760794>



terus berkembang polanya hingga bayi berusia sekitar 1 tahun⁵.

- Sekitar usia 12 bulan, banyak anak mulai mengucapkan kata pertama dan memahami instruksi sederhana.

Pada tahap ini, komunikasi belum banyak berupa kata, tetapi interaksi seperti tatapan mata, senyum, respons terhadap suara sangatlah penting.



Balita (1–3 tahun)

Pada tahap ini, perkembangan bahasa sering tampak sangat cepat. Banyak orang tua menyebutnya sebagai “ledakan kosakata”. Di usia tiga tahun, kalimat yang diucapkan anak akan terdengar lebih panjang dan utuh. Mereka secara alamiah mulai memahami aturan bahasa sehari-hari.

⁵ de Boysson-Bardies, B., & DeBevoise, M. B. (1999). *How Language Comes to Children: From Birth to Two Years*. <https://www.amazon.com/How-Language-Comes-Children-Birth/dp/0262541254>



Misalnya, mereka mulai tahu bagaimana menggunakan kata kerja yang tepat atau membedakan penyebutan benda yang jumlahnya hanya satu dan yang lebih dari satu⁶.



Prasekolah (3–5 tahun)

- **Usia 4 tahun:** anak mampu menggunakan kalimat lengkap, bertanya, dan menceritakan pengalaman sederhana.
- **Usia 5 tahun:** kosakata berkembang sangat pesat, anak mampu menggunakan kalimat kompleks dan terlibat dalam percakapan dua arah dengan lebih stabil.

Di usia ini, bahasa bukan hanya alat untuk meminta sesuatu, tetapi untuk berpikir, berimajinasi, dan membangun hubungan sosial.

Seiring bertambahnya usia, anak tidak sekadar bisa mengucapkan kata-kata, tetapi juga mulai belajar "seni

⁶ Brown, R. (1973). *A First Language: The Early Stages*. <https://ci.nii.ac.jp/ncid/BA20295126>



mengobrol" dengan orang-orang di sekitarnya. Anak mulai memahami cara berkomunikasi yang baik, seperti:

- **Tahu Kapan Harus Mendengar:** Anak mulai belajar bergantian saat berbicara dan tidak selalu menyela.
- **Bisa Berekspresi:** Anak mulai menggunakan kata-kata untuk berbagai tujuan yang jelas, seperti untuk meminta tolong, bercerita, bertanya, atau menolak sesuatu.
- **Menyesuaikan Gaya Bicara:** Anak mulai peka dengan siapa ia berbicara. Misalnya, ia akan menyadari bahwa cara bercanda dengan teman sebayanya tentu berbeda dengan cara ia berbicara kepada guru atau kakek-neneknya.

3. Ketika Tonggak Itu Belum Terlihat

Penting untuk ditekankan bahwa tidak semua keterlambatan berarti gangguan. Dan tidak semua perbedaan berarti masalah.

Namun, ketika seorang anak tampak jauh tertinggal dibandingkan tahapan umum tersebut misalnya belum mengucapkan kata bermakna setelah usia dua tahun, atau tidak merespons panggilan namanya maka itu menjadi tanda untuk lebih memperhatikan, bukan untuk menyalahkan diri sendiri.



Orang tua bukan penyebab keterlambatan anak. Tetapi orang tua adalah bagian paling penting dalam proses pencegahan dan dukungan.

Dalam bab ini orang Ayah dan Bunda tidak perlu untuk merasa cemas. Anggaplah bab ini merupakan sebuah ajakan untuk memahami bahwa perkembangan bahasa anak itu memiliki pola, dan memahami pola membantu kita merespons dengan bijak.

Karena sering kali, pertanyaan *“Mengapa anakku berbeda?”* bukanlah awal dari masalah melainkan awal dari kesadaran. Kesadaran Ayah dan Bunda merupakan bentuk kasih sayang yang penting bagi anak dan langkah pertama yang bisa kita lakukan adalah memperhatikan tumbuh kembang si kecil dan mengambil langkah tepat dalam menanggapinya.



BAB II:

Peran Ayah & Bunda



Pernahkah Bunda dan Ayah menyadari betapa lekatnya tatapan si Kecil saat kita sedang berbicara? Ia tidak sekadar menatap kosong, matanya sedang merekam gerak bibir kita, telinganya menangkap naik-turun intonasi suara, dan perasaannya sedang menerjemahkan ekspresi wajah kita. Pada fase awal tumbuh kembangnya, seorang anak sejatinya tidak hanya sedang belajar menghafal kata-kata, tetapi ia sedang mempelajari sesuatu yang jauh lebih besar yaitu *seni berkomunikasi*.

Kemampuan luar biasa ini sering kali membuat kita takjub. Dari mana mereka belajar merangkai bunyi menjadi makna? Dalam dunia kebahasaan, fenomena ini telah lama menjadi daya tarik bagi para pakar, seperti Noam Chomsky dan B.F.



Skinner, yang melahirkan dua pandangan besar yaitu nativisme dan behaviorisme.



Mari kita bayangkan pikiran anak sebagai sebuah keajaiban biologis. Chomsky meyakini bahwa setiap anak terlahir dengan sebuah "perangkat bawaan" di dalam otaknya yang secara natural mampu mengenali struktur dasar dari semua bahasa yang ada di sekitarnya⁷. Ini adalah anugerah alami. Namun, anugerah ini tidak bisa berdiri sendiri. Di sinilah pandangan Skinner melengkapinya; bahwa bahasa pada praktiknya diperoleh melalui interaksi dengan lingkungan, yang terwujud dalam bentuk pembiasaan, peniruan (imitasi), pengulangan, dan latihan⁸.

⁷ Chomsky, N. (2014). *Aspects of the Theory of Syntax, 50th Anniversary Edition*. MIT Press. <https://books.google.co.id/books?id=ijFkBgAAQBAJ>

⁸ Skinner, B. F. (2014). *Verbal Behavior*. B. F. Skinner Foundation. <https://books.google.co.id/books?id=v4CeAwAAQBAJ>



Singkatnya, sehebat apa pun potensi bahasa di dalam otak si Kecil, potensi itu tetap membutuhkan stimulus dan lingkungan yang memadai agar tidak meredup. Di sinilah peran orang tua menjadi sangat tak tergantikan. Bunda dan Ayah adalah “arsitek” yang merancang *social conditioning* sebuah lingkungan sosial yang mengondisikan anak untuk terbiasa mendengar, merespons, dan akhirnya berbicara. Kita adalah cermin pertama tempat mereka memantulkan suara dan makna.

1. Momen Yang Tidak Bisa Ditunda?

Terkadang, di tengah kesibukan, sering muncul dibenak orang tua, “Ah, biarkan saja, nanti seiring waktu juga dia pasti bisa bicara sendiri.” Kenyataannya, kita berpacu dengan jam biologis anak kita. Rentang usia 1 hingga 5 tahun bukanlah sekadar angka, melainkan masa keemasan yang tidak akan terulang. Para ahli menyebutnya sebagai *Critical Period Hypothesis* (Hipotesis Periode Kritis). Ini adalah sebuah fase perkembangan yang sifatnya sangat terbatas⁹. Jika pada masa ini seorang anak tidak mendapatkan pengalaman bahasa yang cukup, maka ada aspek-aspek kemampuan komunikasi yang terancam tidak dapat berkembang sama sekali di kemudian hari.

⁹ Singleton, D., & Leśniewska, J. (2021). The Critical Period Hypothesis for L2 Acquisition: An Unfalsifiable Embarrassment? *Languages*, 6(3), 149. <https://doi.org/10.3390/languages6030149>



Secara medis, di rentang usia inilah terjadi fenomena yang disebut *brain lateralization*, di mana pembentukan struktur otak tahap awal menjadi sangat krusial sebagai fondasi bagi perkembangan bahasa di tahap-tahap berikutnya. Di saat yang sama, otak anak memiliki tingkat plastisitas (kelenturan) yang sangat tinggi¹⁰. Bayangkan otak mereka seperti tanah liat yang masih basah dan sangat mudah dibentuk. Inilah momen paling optimal bagi mereka untuk menyerap kosakata, memahami aturan tata bahasa, dan berinteraksi. Namun seiring berjalannya waktu, plastisitas itu akan menurun, membuat proses belajar bahasa menjadi jauh lebih menantang di masa depan.

¹⁰ Birdsong, D. (2018). Plasticity, Variability and Age in Second Language Acquisition and Bilingualism. *Frontiers in Psychology*, 9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00081>



Menyadari hal ini, menunda stimulasi bahasa sama dengan membiarkan jendela kesempatan emas itu tertutup perlahan. Hadir secara utuh, berbicara, bercerita, dan merespons celotehan mereka hari ini adalah investasi terbesar yang bisa Bunda dan Ayah berikan untuk masa depannya.

2. Memahami Ekologi Bahasa Keluarga

Setelah memahami bahwa si Kecil adalah peniru ulung, pertanyaan selanjutnya adalah: *Di mana ia belajar meniru?* Jawabannya bukan hanya di sekolah atau tempat les, melainkan di dalam "ekosistem" kecil yang kita sebut rumah.

Ekologi bahasa bukan sekadar tumpukan buku cerita atau mainan edukatif di sudut kamar. Ia adalah keseluruhan "ekosistem" komunikasi di rumah mencakup frekuensi Bunda mengajak bicara, kualitas interaksi Ayah saat bermain, hingga suasana emosional yang terbangun saat si Kecil mencoba bersuara.

Mari kita bayangkan rumah kita memiliki "cuaca" komunikasinya sendiri. Ekologi bahasa sebenarnya adalah istilah keren untuk menyebut suasana mengobrol di rumah kita sehari-hari. Apakah rumah kita sering "mendung" karena sunyi, atau selalu "cerah" karena penuh dengan suara tawa dan obrolan antara orang tua dan anak?.

Bahasa anak tidak akan tumbuh subur hanya karena ia memiliki otak yang sehat. Ia membutuhkan "siraman" interaksi yang bermakna dari Bunda dan Ayah. Tanpa obrolan yang nyata, potensi hebat di otak anak akan tetap tersembunyi karena tidak mendapatkan dukungan dari lingkungannya.



Obrolan dari Bunda dan Ayah menjadi sebuah stimulus bagi anak yang sangat senang dengan perhatian orang tuanya. Ekologi bahasa yang sehat akan tercipta dengan peran aktif Bunda dan Ayah dalam merespons komunikasi anak. Setiap respon yang baik akan memberikan dampak positif dalam perkembangan bahasa, mental dan emosional anak.

Sering kali terjebak pada anggapan bahwa anak akan bisa bicara dengan sendirinya asalkan dia tumbuh dengan sehat. Kita mungkin berpikir membiarkan mendengarkan tontonan dan tayangan edukatif ataupun mendengar suara orang tua mengobrol dari kejauhan sudah cukup menjadi suatu pelajaran baginya. Padahal, bahasa manusia diibaratkan memiliki sebuah nyawa dan nyawa dari sebuah bahasa itu adalah interaksi nyata. Tanpa kontak mata, tanpa senyuman, dan tanpa tawa yang saling berbalas, ribuan kosa kata yang tersembunyi di otaknya akan tetap tertidur dalam keheningan.

Bagi si anak, dunia ini masih terlalu luas, liar dan membingungkan. Hanya suara Ayah dan Bunda yang menjadi kompas penunjuk arah. Saat Bunda menghentikan aktivitas sejenak untuk menanggapi ocehan “random”-nya dengan antusias “Oh.. Adik lagi lihat semut ya” atau saat Ayah menengok dan menatap matanya saat ia menunjuk sesuatu, maka pada saat itulah sebuah keajaiban terjadi. Sel-sel saraf di otak anak akan membangun jembatan pemahaman baru!

Lebih dari sekadar melatih pita suara, setiap obrolan orang tua adalah sebuah pelukan untuk mental dan emosinya. Saat kita merespon panggilan anak kita membuat anak yakin bahwa suaranya berharga dan kehadirannya adalah sesuatu yang penting. Dari ekologi bahasa yang sehat ini anak merasakan



keamaan, kenyamanan dan merasa dihargai. Dari ini keberaniannya untuk terus mengeksplorasi bahasa akan berkembang dengan pesat.

Mulai sekarang, mari kita singkirkan sejenak kesibukan di genggamannya, dan balaslah tatapannya penuh harap dari mata mungilnya. Mari kita pancing kata-kata yang masih bersembunyi di kepalanya, bukan dengan pelajaran yang kaku, melainkan melalui obrolan sederhana yang dibalut dengan cinta setiap harinya.



3. Gawai: Si Pencuri Waktu Mengobrol

Di era modern, tantangan terbesar kita adalah hadirnya "tamu tak diundang" di tengah-tengah keluarga, yaitu gawai atau



gadget. Tanpa kita sadari, teknologi ini sering kali mengubah pola kita berinteraksi.

Sering kali, ketika membicarakan bahaya gawai atau *gadget* bagi anak usia dini, kekhawatiran kita langsung tertuju pada radiasi cahaya biru atau paparan konten yang tidak pantas. Padahal, bahaya gawai yang sesungguhnya sering kali tidak kita sadari. Bahayanya bukanlah pada bendanya melainkan pada bagaimana ia dengan pelan-pelan "mencuri" waktu paling krusial yang dimiliki keluarga yaitu waktu berinteraksi dan membangun ekologi bahasa keluarga yang sehat. Di era digital ini sering kali kita terkelabui oleh tontonan yang berlabel edukasi. Ketika anak duduk, diam, tenang dan asyik menonton video bernyanyi dan mengenal warna, sekilas ia tampak sedang belajar banyak hal. Terlihat ia banyak mempelajari kosa kata dari musik yang ceria dan visual yang memanjakan mata.

Namun, tahukah Bunda bahwa suara yang keluar dari layar gawai itu bersifat sangat pasif?. Karakter animasi secegang apapun tidak akan pernah bisa menatap mata anak kita, membaca ekspresi kebingungannya atau berhenti sejenak untuk menunggukan merespon sebuah ucapan. Layar gawai tidak bisa diajak bicara dan ia akan terus bersuara tanpa peduli apakah anak kita sedang merespons atau sekadar menatap kosong.

Untuk bisa memperoleh bahasa dengan baik, otak anak tidak butuh sekadar didikte. Anak butuh yang namanya interaksi atau umpan balik yang hidup. Komunikasi manusia sejati itu bagaikan bermain lempar tangkap. Anak melempar sinyal melalui tangisan, menunjuk atau celotehan tak bermakna



maka orang tua harus sigap menangkapnya, lalu membalas sinyal tersebut dengan penuh kehangatan.

Anak-anak membutuhkan Bunda yang tersenyum lebar saat ia pertama kali berhasil mengucapkan “Ma-ma”. Ia butuh Ayah yang dengan sabar dan antusias menjawab saat ia menunjuk seekor cicak di dinding sambil bertanya, “Kenapa?”.

Dalam proses umpan balik ini, sel saraf di otak anak saling menyambung dan membentuk memori pembendaharaan kata yang kokoh. Di saat yang bersamaan anak belajar menghafal kata, belajar tentang rasa empati, intonasi, raut wajah, hingga etika berbicara. Hal-hal kompleks ini sering kali tidak dapat diperoleh anak dari tayangan video kesukaannya.

Saat gawai merebut waktu luang di rumah, kita sebenarnya sedang kehilangan momen berharga dan panggung utama. Anak tidak lagi fokus saat makan karena tontonannya, sehingga waktu makan relatif lebih lama dan otot ortografisnya tidak terlatih dengan baik. Selain itu, anak juga tidak mendapatkan stimulasi bahasa saat di rumah sehingga kemampuan berbahasa yang seharusnya pada usia dini dipupuk dengan baik justru dibiarkan menganggur tanpa stimulasi.

Akibatnya, anak kehilangan kesempatan emasnya untuk berlatih berbahasa dan merangkai makna. Ana lebih terbiasa menjadi pendengar pasif. Ia mungkin tahu banyak kosa kata bahasa asing dari video, namun gagap dan frustrasi saat harus merangkai kata untuk mengekspresikan perasaannya sendiri kepada orang-orang di sekitarnya.



Mulai sekarang mari Ayah dan Bunda mengalihkan pandangan sejenak dari gawai dan duduklah sejajar dengan anak. Mulailah obrolan nyata. Setiap menit yang kita habiskan untuk merespons celotehan mereka adalah investasi mahal yang sedang membangun fondasi kepercayaan diri dan kecerdasan emosionalnya untuk masa depan.

4. Seperti Apa Lingkungan Bahasa yang Ideal Itu?



Membesarkan buah hati sering kali diiringi dengan harapan agar ia tumbuh cerdas, tangkas, dan mampu berkomunikasi dengan baik. Di tengah gencarnya arus informasi, tidak sedikit orang tua yang merasa tertekan, mengira bahwa untuk menstimulasi kemampuan bahasa anak dibutuhkan mainan edukatif yang mahal, kartu-kartu bergambar eksklusif, perangkat teknologi canggih, atau program bimbingan khusus sejak usia dini. Padahal, rahasia terbesar dari keberhasilan perkembangan bahasa anak justru terletak pada hal yang



sepenuhnya gratis, alami, dan ada di dalam genggaman kita sendiri yaitu rumah kita dan kehangatan interaksi di dalamnya.

Menciptakan lingkungan bahasa yang luar biasa sebenarnya tidak menuntut biaya tinggi atau kurikulum yang rumit. Ia hanya membutuhkan kesadaran, kasih sayang, dan kehadiran orang tua secara utuh. Di sinilah kita perlu memahami fondasi utamanya, yaitu apa yang disebut sebagai **"Ekologi Bahasa Keluarga yang Sehat"**.

Lantas, seperti apakah sebenarnya ekologi bahasa keluarga yang sehat itu bagi perkembangan anak?

Bayangkan rumah Ayah dan Bunda sebagai sebuah taman yang sedang disemai benih, dan ekologi bahasa adalah iklim atau "cuaca" di dalam taman tersebut. Ekologi bahasa yang sehat bukan sekadar tentang seberapa banyak kata yang diucapkan orang tua, seberapa cerewet orang dewasa di rumah, atau seberapa sering anak didikte untuk menirukan alfabet. Lebih dari itu, ekologi bahasa yang sehat adalah sebuah atmosfer komunikasi menyeluruh di mana anak merasa benar-benar aman, nyaman, dan didengar.

Di dalam ekologi yang sehat, komunikasi terjadi secara dua arah dan selalu dilingkupi oleh kehangatan emosional. Ini adalah lingkungan di mana anggota keluarga terbiasa saling bertatap mata ketika berbicara, menggunakan intonasi yang lembut dan ramah. Di rumah ini, keheningan tidak selalu diisi oleh suara bising dari televisi yang menyala sepanjang hari atau bunyi notifikasi gawai tiada henti, melainkan diisi oleh canda tawa, nyanyian lisan, dan percakapan nyata antarmanusia. Suara televisi yang dibiarkan menyala justru



sering kali mengacaukan pendengaran anak, membuatnya kesulitan membedakan mana suara manusia bermakna yang harus ia pelajari, dan mana suara mesin.

Dalam iklim keluarga yang sehat, anak tidak pernah merasa sedang diuji, dihakimi, atau dipaksa untuk lancar berbicara seketika. Sebaliknya, anak merasa bahwa suaranya, sekecil apa pun bunyinya, setidaknya jelas apa pun artikulasinya, memiliki kekuatan ajaib untuk menarik perhatian dunia di sekitarnya, khususnya dari Ayah dan Bundanya. Ekologi yang sehat berarti orang tua secara sadar merancang ruang di mana anak memiliki kebebasan mutlak untuk berekspresi, di mana setiap inisiatif komunikasi sangat dihargai, dan ikatan batin menjadi fondasi utamanya.

Menciptakan lingkungan bahasa yang hebat tidak harus mahal dan tidak harus rumit. Cukup dengan tiga pilar sederhana yang bisa Bunda dan Ayah terapkan mulai hari ini:

a. Jadilah Teman Ngobrol Anak

Pilar pertama ini adalah fondasi paling esensial dalam ekologi keluarga. Di era modern di mana layar digital selalu berebut perhatian kita, memberikan "waktu tanpa gangguan" kepada anak adalah hadiah paling berharga yang bisa kita berikan. Pastikan dalam sehari, ada komitmen jeda waktu khusus di mana gawai, laptop, dan televisi benar-benar disimpan rapat-rapat, dijauhkan dari jangkauan mata dan tangan.

Gunakan waktu eksklusif tersebut untuk benar-benar tenggelam dalam semesta si Kecil. Menjadi teman ngobrol berarti kita ikut berjongkok, duduk di lantai setara dengan tinggi badannya, dan ikut serta dalam kegiatannya. Kita tidak



hanya duduk di pojok ruangan menjadi penonton yang mengawasinya bermain sambil sesekali melirik layar telepon.

Ajaklah ia berbicara tentang hal-hal yang tampaknya paling remeh di sekitarnya. Otak balita yang sedang berkembang sangat menggemari hal-hal konkret yang bisa mereka cium, lihat, dan sentuh. Misalnya, diskusikan tentang rasa manis dan tekstur lembut dari buah pisang yang sedang ia pegang. Bicarakan betapa cerahnya warna kuning pada baju yang sedang ia pakai hari ini. Atau, saat kebetulan ada seekor kucing yang melintas di teras rumah, jadikan itu topik pembicaraan yang mengasyikkan. *"Wah, Adik lihat tidak? Kucingnya warna belang-belang, ya! Lucu sekali jalannya. Kucing bunyinya bagaimana, Dik? Meong... meong..."*

Obrolan-obrolan "receh" semacam ini mungkin terasa biasa saja bagi kita orang dewasa, tetapi bagi anak, ini adalah jendela ajaib untuk memahami dunia. Saat Ayah dan Bunda terlibat aktif bersamanya, anak belajar tentang kosakata baru, memahami intonasi, membaca ekspresi wajah empati, dan yang terpenting: ia belajar bahwa kehadiran fisiknya disukai oleh orang tuanya.

b. Terapkan Seni Merepons Yang Antusias

Pilar kedua berkaitan erat dengan cara kita merespons interaksi. Dalam tumbuh kembang anak, ada konsep fundamental yang ibarat permainan lempar-tangkap bola. Ketika si Kecil mengeluarkan suara dekutan, mengoceh tidak jelas, atau sekadar menunjuk ke arah suatu benda dengan jarinya, ia sebenarnya sedang "melempar bola" komunikasi kepada kita. Tugas utama kita adalah "menangkap" bola



imajiner tersebut dan segera "melemparnya" kembali ke pangkuannya dengan respons yang hangat.

Sebagai contoh, ketika anak menunjuk sebuah botol di atas meja sambil bergumam riang, "*Cucu!*", jangan sekadar mengambilkan botol itu dan menyerahkannya dalam diam yang membosankan. Ambillah momen itu untuk memvalidasi pemikirannya dan memperluas strukturnya bahasanya. Bunda bisa tersenyum menatap matanya lalu membalas, "*Oh, Adik melihat botol susu? Adik haus mau minum susu putih ya? Wah pintar sekali, ini susunya, silakan diminum, sayang.*"

Proses menangkap dan membalas (*serve and return*) ini secara harfiah merangkai sinapsis di dalam otak anak. Ketika inisiatifnya dijawab dengan antusias, anak menyadari bahwa usahanya berkomunikasi tidak sia-sia. Ia merasa dipahami dan divalidasi. Perasaan bangga yang membuncih inilah bahan bakar utamanya untuk terus mencoba memproduksi ribuan kata baru di masa depan.

c. Rutinitas Harian

Pilar ketiga adalah mengawinkan pembelajaran dengan kehidupan sehari-hari. Banyak orang tua merasa stres karena harus menyisihkan waktu dan membuat jadwal khusus layaknya di sekolah formal untuk mengajari anak bicara. Padahal, kehidupan sehari-hari kita di rumah adalah laboratorium bahasa terbaik dan termurah.

Setiap rutinitas yang kita lakukan bersama anak mulai dari membuka mata di pagi hari hingga terlelap di malam hari adalah "tambang emas" yang tak pernah habis. Gunakan momen keseharian ini untuk menarasikan apa yang sedang



terjadi seperti seorang penyiar radio yang ramah. Saat memandikannya, narasikan tindakannya. *"Sekarang kita gosok perutnya supaya bersih... Wah, airnya dingin ya? Mana tangan kanan Adik?"* Saat menyuapi makan, deskripsikan teksturnya: *"Nyam nyam, hari ini kita makan Apel merah yang renyah dan sehat."* Saat memakaikan baju, ajak ia berpartisipasi: *"Ayo, sekarang giliran kaki kiri yang masuk ke celana. Hap!"*

Dengan menyuburkan ekologi bahasa di rumah dan konsisten menerapkan ketiga pilar di atas, Bunda dan Ayah perlahan tapi pasti sedang memperbaiki "cuaca" bicara di dalam keluarga. Ayah dan Bunda sejatinya sedang mengambil peran mahapenting sebagai arsitek terhebat bagi masa depan komunikasi si Kecil.

Mengapa metode ini sangat ampuh? Karena cara kerja memori anak sangat bergantung pada pengulangan yang konsisten. Kata-kata yang diucapkan berulang-ulang dalam situasi yang nyata akan jauh lebih cepat terpatrit dan dipahami maknanya secara mendalam.



BAB III:

Mengenali Risiko tanpa Melabeli Anak



Melihat si Kecil tumbuh adalah perjalanan yang penuh kejutan. Namun, terkadang muncul rasa cemas saat membandingkan langkah atau celotehnya dengan anak tetangga atau teman sebaya. Pertanyaan seperti "*Mengapa anakku belum bicara?*" sering kali menjadi beban pikiran yang



berat. Bab ini hadir bukan untuk memberikan diagnosis medis yang menakutkan, melainkan untuk mengajak Bunda dan Ayah menjadi pengamat yang bijak bagi buah hati kita sendiri.

1. Terlambat Bukan Berarti Gangguan

Sering kali kita mencampuradukkan istilah "terlambat bicara" dengan gangguan yang lebih serius. Berdasarkan riset terbaru, kita perlu membedakan tiga kondisi utama agar tidak salah dalam merespons.



Memahami perbedaan antara berbagai jenis hambatan komunikasi pada anak adalah langkah pertama yang sangat penting bagi orang tua agar dapat memberikan dukungan yang tepat tanpa terjebak dalam kecemasan yang tidak perlu. Secara mendasar, ketiga kondisi tersebut memiliki karakteristik unik yang membedakan satu sama lain dalam hal profil linguistik dan cara penanganannya.

Kondisi pertama adalah *speech delay*, yang secara klinis dipahami sebagai masalah pada tingkat produksi suara atau



artikulasi. Anak dengan *speech delay* biasanya memiliki pemahaman bahasa (reseptif) yang relatif baik, namun ia kesulitan dalam melafalkan bunyi, membentuk kata, atau menjaga kelancaran berbicara¹¹. Kabar baiknya, kondisi ini sering kali bersifat sementara atau merupakan keterlambatan pematangan, di mana anak masih mengikuti pola perkembangan bahasa yang normal meskipun kecepatannya tertinggal. Faktor penyebabnya sering kali bersifat non-medis, seperti kurangnya stimulasi verbal di rumah atau praktik pengasuhan yang minim percakapan¹². Namun secara medis, Bunda perlu waspada karena gangguan pendengaran atau masalah fisik pada organ artikulasi juga bisa menjadi pemicu utamanya.

Kondisi kedua adalah *language delay*, yang memiliki cakupan masalah lebih dalam karena melibatkan defisit pada pemrosesan kognitif-linguistik anak. Dalam kondisi ini, anak mengalami kesulitan yang nyata baik dalam memahami instruksi (bahasa reseptif) maupun dalam menggunakan kosakata untuk menyampaikan perasaannya (bahasa ekspresif)¹³. Penyebab sosial yang paling dominan di era

¹¹ Irchamna, A. M., Regina Maya Arisanti, Lisanur Azizah, & Maria Mintowati. (2024). Analisis Speech Delay Pada Gangguan Berbahasa Anak Selebriti Indonesia Dalam Tinjauan Kajian Psikolinguistik. *Morfologi : Jurnal Ilmu Pendidikan, Bahasa, Sastra Dan Budaya*, 2(4), 181–193. <https://doi.org/10.61132/morfologi.v2i4.699>

¹² Ali, S. A., El-Setouhy, M., Albasheer, O., Alqassim, A. Y., Muaddi, M. A., Jareebi, M. A., Mkeen, A. M., Alattas, K. K. M., Moheedin A. Alshareef, G., Koko, R. F. I., Masmali, O. M. H., Mohammed A. Julajil, F., Dalak, F. E. L., Hakami, R. A., & Alharbi, A. A. (2025). Sociodemographic, health, and environmental determinants of speech delay in children: A case-control study. *Medicine*, 104(34), e43817. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000043817>

¹³ Liang, W. H. K., Gn, L. W. E., Tan, Y. C. D., & Tan, G. H. (2023). Speech and language delay in children: a practical framework for primary care physicians. *Singapore*



modern adalah perubahan ekologi sosiolinguistik keluarga, terutama tingginya durasi paparan gawai (*screen time*) yang menggantikan interaksi tatap muka. Secara medis dan klinis, paparan digital pasif yang berlebihan tanpa pendampingan orang tua dapat memutus *social feedback loop* yang sangat dibutuhkan otak untuk membangun jalinan saraf bahasa. Tanpa adanya input linguistik yang responsif dari orang tua, potensi biologis anak untuk berbahasa tidak akan teraktualisasi secara optimal¹⁴.

Kondisi ketiga yang paling kompleks adalah *Developmental Language Disorder* (DLD), sebuah gangguan perkembangan saraf yang bersifat persisten atau menetap hingga usia sekolah. Berbeda dengan dua kondisi sebelumnya, DLD menunjukkan pola perkembangan bahasa yang tidak biasa atau atipikal. Anak dengan DLD mungkin bisa memproduksi kata, namun ia akan mengalami kesulitan besar dalam menyusun kalimat kompleks, memahami tata bahasa (sintaksis), serta fungsi sosial bahasa (pragmatik)¹⁵. Faktor penyebabnya sering kali melibatkan kombinasi genetik dan neurologis yang mendalam. Temuan klinis terbaru bahkan melaporkan adanya degradasi fisik pada volume otak di area *pars triangularis* yang memperparah risiko gangguan ini.

medical journal, 64(12), 745–750. <https://doi.org/10.4103/singaporemedj.SMJ-2022-051>

¹⁴ Warlaumont, A. S., Richards, J. A., Gilkerson, J., & Oller, D. K. (2014). A Social Feedback Loop for Speech Development and Its Reduction in Autism. *Psychological Science*, 25(7), 1314–1324.

<https://doi.org/10.1177/0956797614531023>

¹⁵ Gong, Y. (2024). Developmental Language Disorder: Do Speech and Language Therapies Help to Address the Problem? *MedScien*, 1(6).

<https://doi.org/10.61173/j21fpf02>



2. Apa Penyebabnya? (Penyebab Hambatan Bahasa)

Mencari tahu penyebab di balik hambatan bahasa anak bukanlah tentang mencari siapa yang bersalah, melainkan tentang membedah "akar" agar kita tahu bagaimana cara menyiraminya dengan tepat. Secara garis besar, penyebab perkembangan bahasa yang tidak optimal dapat kita bagi menjadi tiga lapisan besar yang saling berkaitan yakni lapisan biologis-medis, lapisan genetik, dan lapisan lingkungan atau ekologi sosial. Memahami ketiga hal ini akan membantu Bunda dan Ayah melihat gambaran utuh mengapa si Kecil mungkin memerlukan bantuan ekstra dalam perjalanan bicaranya.

3. Penyebab Pertama: Faktor Biologis

Lapisan pertama yang perlu kita perhatikan adalah kondisi fisik dan medis si Kecil. Bayangkan bahasa sebagai sebuah simfoni; agar musiknya terdengar indah, instrumennya harus dalam keadaan baik. Penyebab medis yang paling umum dan sering terlewatkan adalah masalah pendengaran. Anak belajar bicara dengan cara meniru apa yang ia dengar. Jika ada sumbatan, infeksi telinga tengah yang berulang, atau gangguan pendengaran saraf, maka input suara yang diterima otak menjadi tidak jelas. Akibatnya, "cetakan" kata yang terbentuk di memori anak pun menjadi kabur. Itulah sebabnya, pemeriksaan pendengaran sering kali menjadi langkah klinis pertama yang disarankan oleh para ahli.

Selain pendengaran, ada pula faktor koordinasi motorik di area mulut. Terkadang, otak sudah siap mengirimkan perintah untuk bicara, tetapi otot-otot lidah, bibir, dan rahang tidak mampu berkoordinasi dengan cukup cepat untuk



menghasilkan bunyi yang jernih. Dalam ranah klinis, hal ini sering dikaitkan dengan kondisi seperti *apraxia* atau masalah struktur mulut lainnya. Selain itu, kondisi neurodevelopmental atau perkembangan saraf secara umum juga memainkan peran besar. Jika ada hambatan pada area otak yang memproses informasi, maka proses "penerjemahan" ide menjadi kata-kata akan memakan waktu yang lebih lama dari anak-anak pada umumnya.

4. Penyebab kedua: Faktor Genetik

Lapisan kedua adalah faktor genetik atau keturunan. Riset secara konsisten menunjukkan bahwa hambatan bahasa, terutama yang bersifat menetap seperti DLD, sering kali memiliki riwayat dalam keluarga. Jika ada Ayah, Bunda, atau saudara dekat yang memiliki riwayat terlambat bicara atau kesulitan membaca saat sekolah, maka si Kecil memiliki kemungkinan biologis yang lebih tinggi untuk mengalami hal serupa. Ini bukan berarti si Kecil "cacat," melainkan ia memiliki jenis sistem saraf yang memerlukan cara stimulasi yang berbeda untuk bisa "menyalakan" fungsi bahasanya.

Genetik berperan sebagai cetak biru atau *blueprint*. Ia menentukan seberapa sensitif otak si Kecil terhadap suara bahasa di sekitarnya. Pada beberapa anak, otak mereka secara alami sangat cepat menangkap pola tata bahasa hanya dengan mendengarkan. Namun, pada anak dengan risiko genetik, otak mereka membutuhkan pengulangan yang jauh lebih banyak dan interaksi yang lebih intens untuk bisa memproses pola yang sama. Memahami faktor genetik membantu orang tua untuk tidak merasa gagal, karena ada bagian dari



perkembangan ini yang memang sudah terprogram secara alami, namun tetap bisa kita optimalkan lewat lingkungan.

5. Penyebab Ketiga: Bahasa Keluarga

Lapisan terakhir yang paling relevan dengan kehidupan kita saat ini adalah faktor lingkungan atau ekologi bahasa. Di sinilah peran Bunda dan Ayah menjadi sangat krusial. Penyebab sosial yang paling sering ditemukan di era modern adalah fenomena "kemiskinan interaksi" akibat gawai. Secara klinis, otak anak sangat bergantung pada apa yang disebut sebagai **Social Feedback Loop** atau lingkaran umpan balik sosial. Ketika si Kecil bersuara dan Bunda langsung menanggapi dengan tatapan mata serta jawaban yang hangat, sirkuit saraf di otaknya akan menyala dan menguat.

Sebaliknya, paparan gawai yang berlebihan terutama yang bersifat pasif seperti menonton videomemberikan stimulus yang salah bagi otak yang sedang berkembang. Video di layar tidak bisa merespons ocehan anak, tidak bisa memberikan kontak mata, dan tidak bisa menyesuaikan kecepatan bicara dengan kemampuan anak. Hal ini mengakibatkan area otak seperti *pars triangularis*, yang bertanggung jawab atas tata bahasa, tidak mendapatkan latihan yang cukup. Secara sosiolinguistik, ketika gawai mencuri waktu interaksi antara orang tua dan anak, ekosistem bahasa di rumah menjadi "gersang." Tanpa input yang kaya dan responsif, benih bahasa yang ada di dalam otak si Kecil tidak akan mendapatkan nutrisi yang ia butuhkan untuk tumbuh rimbun. Faktor lingkungan inilah yang paling mungkin kita kendalikan dan perbaiki untuk memberikan perubahan nyata pada kemampuan bicara si Kecil.



6. Mengapa Melabeli Anak Itu Berbahaya?

Kata-kata yang kita sematkan pada anak bukan sekadar bunyi yang menguap di udara; mereka adalah "**mantra**" yang membentuk realitas. Dalam perjalanan membesarkan si Kecil, godaan untuk memberikan nama pada setiap keanehan perkembangan sangatlah besar. Kita ingin kejelasan, kita ingin jawaban, dan sering kali kita merasa tenang setelah memberikan label seperti "anak telat bicara" atau "anak bermasalah." Namun, ada bahaya laten yang mengintai di balik kenyamanan label tersebut. Ketika kita melabeli, kita secara tidak sadar sedang memasang jangkar pada potensi anak, menahannya agar tidak melaju lebih jauh dari batas yang kita ciptakan sendiri.

Bahaya pertama dari pelabelan adalah pergeseran fokus orang tua. Begitu sebuah label menempel, cara pandang kita terhadap si Kecil berubah total. Kita berhenti melihat anak secara utuh sebagai individu yang penuh kemungkinan, dan mulai melihatnya melalui filter label tersebut. Setiap gerak-gerik, kegagalan, atau keterlambatannya dipandang sebagai pembenaran atas label "telat" tadi. Kita menjadi sangat peka terhadap kekurangannya, namun menjadi buta terhadap kemajuan-kemajuan kecil yang ia capai.

Dalam psikologi, hal ini dikenal dengan Efek Pygmalion. Jika orang tua percaya bahwa anaknya memiliki masalah permanen, maka secara tidak sadar mereka akan memperlakukan anak tersebut seolah-olah ia memang



bermasalah. Interaksi menjadi penuh kecemasan, tekanan bicara menjadi terlalu tinggi, atau sebaliknya, orang tua menjadi terlalu memaklumi sehingga stimulasi justru berkurang karena merasa "memang sudah nasibnya begini." Label menciptakan dinding pemisah antara potensi anak yang sebenarnya dengan ekspektasi orang tua.

Inilah alasan mengapa dalam buku ini, kita memilih untuk mempersiunkan kata "Diagnosis" dalam konteks keseharian orang tua awam dan menggantinya dengan identifikasi risiko. Perbedaan keduanya bukan sekadar permainan kata-kata, melainkan perbedaan paradigma yang sangat tajam.

Diagnosis sering kali terasa seperti sebuah titik akhir atau vonis. Ia bersifat statis dan berfokus pada "kerusakan" yang ada di dalam diri anak. Identifikasi risiko, di sisi lain, bersifat dinamis dan berfokus pada faktor-faktor di luar diri anak yang bisa kita kendalikan. Identifikasi risiko tidak mengatakan bahwa anak itu rusak; ia mengatakan bahwa saat ini, kondisi lingkungan atau pola interaksi yang ada berisiko menghambat perkembangan anak.

Dengan mengidentifikasi risiko, kita tidak lagi bertanya, *"Apa yang salah dengan anakku?"* melainkan, *"Apa yang bisa aku perbaiki di sekitar anakku?"* Pendekatan ini memindahkan beban kegagalan dari pundak mungil si Kecil ke tangan kita sebagai arsitek lingkungannya. Identifikasi risiko memberikan kita peta jalan untuk bertindak, sementara label hanya memberikan kita alasan untuk meratap.

Di sisi lain orang tua perlu memberikan dorongan positif dan lebih fokus terhadap stimulasi yang perlu ditingkatkan. Ini



adalah matematika sederhana dalam pola asuh. Jika kita menganggap anak "kurang," kita fokus pada apa yang hilang. Jika kita menyadari bahwa "stimulasinya perlu ditambah," kita fokus pada apa yang bisa kita berikan.

Kesadaran bahwa stimulasi perlu ditambah menempatkan orang tua dalam posisi yang berdaya. Ini memberikan harapan bahwa dengan mengubah durasi mengobrol, dengan menyimpan gawai lebih sering, atau dengan lebih antusias menanggapi celoteh si Kecil, kita sedang memberikan "nutrisi" tambahan yang dibutuhkan otaknya untuk mengejar ketertinggalan. Otak anak di masa keemasan memiliki plastisitas yang luar biasa; ia sangat responsif terhadap perubahan lingkungan.

Pada akhirnya, menjauhi label berarti kita kembali pada konsep **Ekologi Bahasa Keluarga**. Kita mengakui bahwa bahasa adalah produk dari interaksi. Dengan mengganti label permanen dengan identifikasi risiko lingkungan, kita sedang menciptakan rumah yang cerah bagi perkembangan bahasa si Kecil. Kita berhenti menjadi hakim yang memberikan vonis, dan mulai menjadi petani yang memastikan tanahnya subur, airnya cukup, dan mataharinya cerah agar benih bahasa dalam diri anak bisa mekar dengan indah pada waktunya. Jangan beri mereka label, beri mereka ruang untuk tumbuh.



BAB IV:

PANDU-KATA: Prinsip Dasar Dukungan Bahasa Orang Tua



Bunda dan Ayah, selamat datang di bagian yang paling krusial dari perjalanan kita. Jika bab-bab sebelumnya adalah tentang memahami "medan tempur" dan mengenali sinyal-sinyal pada si Kecil, maka Bab IV adalah tentang **senjata utama** kita. Kita tidak akan berbicara tentang obat-obatan atau terapi medis yang rumit, melainkan tentang rehabilitasi "iklim" di dalam rumah kita sendiri.



Model **PANDU-KATA** lahir dari sebuah keyakinan sederhana: Bunda dan Ayah adalah terapis terbaik bagi si Kecil. Pendekatan ini bersifat **preventif** (mencegah risiko menetap) dan **rehabilitatif** (memperbaiki lingkungan yang mungkin sempat terganggu oleh distraksi digital). Kita tidak sedang mengobati penyakit, kita sedang menyuburkan tanah agar benih bahasa si Kecil bisa tumbuh rimbun.

1. Prinsip Dasar PANDU-KATA

Prinsip **PANDU-KATA** bukanlah sebuah metode yang kaku, melainkan sebuah bentuk pemulihan ekosistem komunikasi di dalam rumah. Kita perlu menyadari bahwa bahasa tidak tumbuh dalam ruang hampa atau melalui paparan layar yang pasif; bahasa mekar di dalam ruang interaksi yang hangat dan responsif. Pendekatan ini memandang orang tua bukan sebagai pemberi instruksi, melainkan sebagai fasilitator utama yang menghidupkan kembali "iklim" bicara yang mungkin sempat meredup. Dengan berfokus pada sisi preventif, kita sedang membangun fondasi agar hambatan yang ada saat ini tidak menetap menjadi gangguan yang lebih kompleks di masa depan.

Salah satu pilar utamanya adalah ***Zone of Proximal Development (ZPD)***, sebuah konsep yang meyakini bahwa kemampuan potensi kebahasaan anak yang dapat dicapai dengan bantuan orang yang lebih kompeten, seperti orang tua, guru, atau pengasuh¹⁶. Bayangkan si Kecil sedang berdiri di depan sebuah tangga. Ia mungkin belum bisa melompat ke

¹⁶ Vygotsky, L. S., Cole, M., John-Steiner, V., Scribner, S., & Souberman, E. (2012). *Mind in Society: Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press. <https://books.google.co.id/books?id=u2PP6b0ddtoC>



anak tangga berikutnya sendirian, namun dengan uluran tangan Bunda, ia mampu melangkah dengan percaya diri. Di sinilah peran orang tua sebagai "perancah" atau penopang sementara. Kita tidak menarik anak dengan paksa ke tingkat yang terlalu tinggi, namun kita juga tidak membiarkannya diam di tempat. Kita hadir tepat di titik di mana ia membutuhkan sedikit dorongan untuk mencoba kata baru atau struktur kalimat yang lebih kompleks, lalu perlahan melepas pegangan saat ia sudah merasa mantap.

Kekuatan dari penopang tersebut menjadi sempurna ketika dipadukan dengan ***Social Feedback Loop*** atau siklus saling balas. Dalam dunia PANDU-KATA, komunikasi diibaratkan sebagai permainan ping-pong yang tak pernah putus. Setiap kali si Kecil mengeluarkan suara, menunjuk benda, atau sekadar menatap mata, ia sedang melakukan "servis" komunikasi. Ketika Bunda membalasnya dengan antusias, Bunda sedang mengembalikan bola tersebut dan menyalakan sirkuit listrik di otaknya. Siklus ini adalah bahan bakar biologis yang memberitahu otak anak bahwa suaranya bermakna dan berharga. Tanpa balasan yang nyata dari manusia, motivasi internal anak untuk bicara akan perlahan padam karena ia merasa suaranya tidak memberikan dampak apa pun pada dunianya.

Melalui penguatan kedua prinsip ini, Bunda dan Ayah sedang melakukan rehabilitasi ekologi bahasa yang sangat mendalam. Ini adalah upaya untuk memastikan bahwa di era digital yang penuh distraksi ini, suara orang tua tetap menjadi kompas utama bagi perkembangan si Kecil. Kita sedang membangun sebuah lingkungan di mana setiap upaya bicara anak dihargai,



setiap langkah kecilnya ditopang, dan setiap interaksi menjadi momen berharga yang memperkuat jalinan saraf di otaknya. Dengan PANDU-KATA, kita tidak hanya sekadar membantu anak bicara, kita sedang merayakan setiap proses interaksi sosial yang penuh makna.

2. Dukungan Bahasa Orang Tua

Selain dukungan emosional, kita juga perlu menyiapkan sebuah sistem pendukung yang kokoh di rumah. Jerome Bruner, seorang tokoh psikologi pendidikan, menyebut sistem ini sebagai **LASS (*Language Acquisition Support System*)**¹⁷. Jika otak anak adalah mesin yang hebat, maka LASS adalah bahan bakar dan montir yang memastikan mesin tersebut berjalan mulus. Melalui kerangka ini, kita menyadari bahwa anak tidak belajar bahasa dengan menghafal kamus, melainkan melalui momen-momen harian yang berulang dan penuh makna.

Rutinitas ini sebenarnya adalah "sekolah tersembunyi" bagi si Kecil. Ketika Bunda dan si Kecil makan bersama atau bersiap untuk mandi, di sanalah aturan komunikasi yang rumit dipelajari secara alami. Rutinitas tersebut menciptakan kerangka berpikir yang membantu anak memahami bahwa bicara itu ada polanya, ada urutannya, dan ada tujuannya, bahkan jauh sebelum ia bisa merangkai kalimatnya sendiri secara mandiri. Berikut adalah lima elemen kunci dalam

¹⁷ Bruner, J. (1985). Child's Talk: Learning to Use Language. *Child Language Teaching and Therapy*, 1(1), 111–114. <https://doi.org/10.1177/026565908500100113>



kerangka LASS yang bisa Bunda dan Ayah terapkan dalam interaksi sehari-hari:

Elemen LASS	Apa yang Terjadi?	Contoh Sederhana dalam Keseharian
Joint Attention (Perhatian Bersama)	Bunda dan si Kecil fokus melihat satu hal yang sama secara bersamaan.	Saat di taman, Bunda dan si Kecil sama-sama menunjuk dan melihat seekor kupu-kupu yang terbang.
Turn-taking (Gantian Bicara)	Belajar bahwa komunikasi itu seperti permainan ping-pong; ada saatnya bersuara, ada saatnya mendengarkan.	Bunda menunggu si Kecil berhenti bergumam sebelum Bunda membalas ucapannya dengan senyuman dan kata-kata.
Scaffolding Dialogis (Tangga Obrolan)	Memberikan bantuan yang pas agar anak bisa mencapai tahap bicara berikutnya tanpa merasa terbebani.	Saat anak menunjuk botol, Bunda tidak langsung memberikannya, tapi bertanya dulu, "Oh, Adik haus ya? Mau minum?"
Expansion (Perluasan Kalimat)	Mengambil potongan kata dari anak dan mengembalikannya dalam bentuk kalimat yang lebih utuh.	Anak bilang "Bola!", Bunda membalas, "Iya, itu bola besar warna merah yang bulat."
Situated Routines	Menggunakan kegiatan harian yang tetap untuk	Mengulang kata "sabun", "air", dan "handuk" setiap



Elemen LASS	Apa yang Terjadi?	Contoh Sederhana dalam Keseharian
(Rutinitas Bermakna)	memperkenalkan kata-kata secara berulang.	kali saat mandi sampai anak hafal konteksnya.

Pola-pola interaksi di atas bukanlah beban tambahan bagi orang tua, melainkan cara kita menghargai setiap momen kecil bersama si Kecil. Dengan menjalankan rutinitas yang terukur ini, kita sedang membantu otak anak membangun "peta bahasa" yang sangat kuat. Melalui *joint attention*, kita membangun fokus; melalui *turn-taking*, kita membangun kesabaran sosial; dan melalui *expansion*, kita memperkaya kosa katanya.

Join Attention



Secara sederhana, *Joint Attention* adalah momen ketika Ayah, Bunda dan si Kecil sama-sama fokus memperhatikan satu hal yang sama, di waktu yang sama, dan keduanya sadar bahwa mereka sedang melihat hal tersebut. Misalnya, Anak melihat sebuah mobil mainan, lalu ia menatap mata Bunda, dan Bunda membalas tatapannya sambil ikut melihat mobil itu dan berkata, "Wah, mobilnya warna merah, ya!" Saat mata anak dan mata Bunda saling bertemu untuk memvalidasi benda tersebut, di situlah *Joint Attention* terjadi.



Fungsi utama dari *Joint Attention* adalah sebagai fondasi atau batu pijakan paling awal sebelum anak bisa berbicara.

Jika kemampuan bahasa anak diibaratkan seperti sebuah rumah, maka kata-kata adalah batu batanya, sedangkan *Joint Attention* adalah fondasi semennya. Sebelum anak mampu menggunakan kata-kata untuk berkomunikasi, mereka harus terlebih dahulu menguasai cara "berkomunikasi" tanpa kata, yakni melalui tatapan mata, bahasa tubuh, dan berbagi fokus dengan orang lain.

Tanpa kemampuan berbagi fokus ini, anak akan sangat kesulitan untuk memahami makna di balik kata-kata yang diucapkan oleh orang tuanya. Meskipun terlihat seperti interaksi yang sangat sepele, rutin melakukan *Joint Attention* memberikan manfaat yang sangat besar bagi perkembangan otak anak. Saat anak dan Bunda melihat benda yang sama, lalu Bunda menyebutkan nama benda itu, otak anak akan langsung mengunci informasi tersebut. Anak menjadi paham, "*Oh, benda berbulu yang sedang kita lihat ini namanya 'Kucing'.*" Ini adalah cara anak belajar bahasa yang paling efektif. Melalui *Joint Attention*, anak belajar cara bersosialisasi. Mereka belajar membaca ekspresi wajah orang lain, memahami niat orang dewasa, dan mengerti konsep bergiliran (*turn-taking*) dalam sebuah interaksi sosial.

Turn-Taking



Secara sederhana, *Turn-taking* adalah seni bergantian dalam berkomunikasi. Bayangkan komunikasi itu seperti sebuah permainan lempar tangkap bola atau ping-pong. Saat Ayah atau Bunda berbicara (melempar bola), si Kecil mendengarkan (menangkap bola). Setelah itu, Ayah atau Bunda memberikan



jeda dan menunggu si Kecil membalas dengan ocehan, kata, atau senyuman (melempar balik bolanya).

Pada intinya, *Turn-taking* mengajarkan aturan dasar obrolan yakni ada saatnya kita bersuara, dan ada saatnya kita diam untuk mendengarkan.

Fungsi utama dari *Turn-taking* adalah untuk mengajarkan pola dasar komunikasi dua arah. Banyak anak yang bisa menirukan kata-kata dari video, tetapi kesulitan saat diajak mengobrol langsung. Mengapa? Karena video bersifat satu arah. *Turn-taking* berfungsi sebagai "mesin" penggerak interaksi, memastikan anak paham bahwa mengobrol itu melibatkan aksi dan reaksi bersama manusia lain yang nyata.

Rutinitas membiasakan anak bergantian bicara (bahkan sejak mereka masih bayi dan hanya bisa mengoceh) memberikan manfaat yang sangat besar. Pertama, anak dapat belajar menahan diri. Ia perlahan paham bahwa ia harus menunggu orang lain selesai berbicara sebelum gilirannya tiba. Ini adalah bekal kecerdasan sosial yang sangat penting saat ia masuk sekolah nanti. Kedua, ketika Ayah atau Bunda diam sejenak, menatap matanya, dan dengan sabar menunggu bersuara, anak akan merasa bahwa suaranya sangat berharga. Perasaan dihargai ini membuat anak lebih berani dan semangat untuk merangkai kata-kata baru. Ketiga, jeda yang Ayah dan Bunda berikan saat menunggu respons merupakan waktu bagi otak anak untuk memproses informasi dan merumuskan jawaban. Ia tidak hanya menyerap kata secara pasif, tetapi ditantang untuk memproduksi kata-katanya sendiri. Melalui praktik bergantian ini, anak belajar tentang kapan waktu yang tepat



untuk menjawab, intonasi suara, dan mengenali jeda (kapan seseorang sudah selesai berbicara).

Pada dasarnya, anak usia balita cenderung sangat impulsif, mereka terbiasa ingin segalanya terjadi dan direspons saat itu juga. Melalui rutinitas bergantian bicara, anak perlahan-lahan diajak untuk mengendalikan dorongan tersebut. Ia belajar menahan diri dan menyadari bahwa ia harus menunggu orang lain selesai berbicara sebelum gilirannya tiba. Keterampilan menahan diri ini adalah bekal kecerdasan sosial yang sangat mahal dan krusial. Kelak, saat ia mulai memasuki bangku prasekolah atau taman kanak-kanak, ia sudah memiliki kesiapan mental untuk menghargai gurunya yang sedang menjelaskan, serta mampu bermain dan berinteraksi dengan teman-teman sebayanya tanpa selalu ingin mendominasi percakapan.

Scaffolding

CONTOH SITUASI SCAFFOLDING DIALOGIS

(Membangun Jembatan Komunikasi dengan Pertanyaan dan Dukungan)

1. Tanya Pertanyaan Terbuka:

Alih-alih memberi tahu langsung, pancing anak untuk bercerita.

2. Perluas Kalimat Anak:

Ulangi kalimat sederhana dengan tambahan kosakata baru.

3. Gunakan Isyarat Visual & Verbal:

Berikan petunjuk kecil untuk membantu anak menjawab.

4. Jeda dan Tunggu Respons:

Berikan waktu bagi otak anak untuk memproses informasi.

Dalam bahasa sehari-hari, *scaffolding* berarti "perancah" atau pijakan kayu atau besi yang digunakan tukang bangunan untuk membangun rumah bertingkat. Setelah rumahnya jadi dan kuat berdiri, perancah itu akan dilepas.



Dalam komunikasi anak, *Scaffolding* adalah "tangga bantuan" atau dukungan sementara yang Ayah dan Bunda berikan agar si Kecil bisa mencapai tahap bicara yang lebih tinggi.

Sederhananya, saat anak menunjuk botol minum di atas meja sambil merengek "*Eeeh... eeeh...*", Bunda tidak langsung mengambilkan botol tersebut dalam diam (karena ini membuat anak malas bicara). Sebaliknya, Ayah/Bunda memberikan "tangga bantuan" dengan bertanya, "*Adik mau apa? Oh, Adik haus ya? Adik mau minum air?*".

Ayah/Bunda memberikan kosakata yang ia butuhkan, menuntunnya, sampai akhirnya kelak ia bisa mandiri berkata, "*Mau minum!*" tanpa perlu dituntun lagi.

Scaffolding berfungsi untuk menjembatani apa yang *sudah* bisa dilakukan anak (misalnya: menunjuk dan merengek) dengan apa yang *seharusnya* bisa ia lakukan dengan sedikit bantuan (misalnya: mengucapkan kata "minum"). Ini mencegah orang tua melakukan "segalanya" untuk anak, dan justru mendorong anak untuk sedikit berusaha mengeluarkan kata-kata. Memberikan "tangga bantuan" secara rutin dalam obrolan sehari-hari memberikan dampak yang sangat positif.

Sering kali, anak terlambat bicara karena orang tuanya terlalu "peka", anak baru menunjuk, barang sudah diberikan. Dengan *scaffolding*, anak belajar bahwa ia harus berusaha bersuara (menggunakan kata-kata) untuk mendapatkan apa yang ia inginkan.

Terkadang anak tahu apa yang ia mau, tapi tidak tahu cara menyebutkannya. Bantuan petunjuk dari orang tua (seperti memberikan pilihan: "*Mau buah apel atau pisang?*") sangat



membantu anak menyampaikan maksud hatinya tanpa harus menangis atau tantrum.

Karena bantuan kata diberikan tepat di saat anak sedang menginginkan sesuatu, otak anak akan lebih cepat menyerap dan mengingat kata tersebut. Ia langsung paham konteks dan fungsi kata itu. Perlahan-lahan, anak akan terbiasa menyusun kalimatnya sendiri. Tangga bantuan dari Ayah dan Bunda secara bertahap akan semakin berkurang seiring dengan kemampuan bahasanya yang semakin kokoh dan mandiri.

Expansion

CONTOH SITUASI EKSPANSI BAHASA (CONTOH LAIN)

(Mengulang & Menambah Kata pada Ucapan Anak)



1. Tambah Kata Sifat Sifat & Detail

Gunakan kata sifat untuk memperjelas benda.





2. Lengkapi Kalimat Sederhana

Membuat kalimat anak menjadi lebih lengkap.





3. Tambah Kata Kerja & Aksi

Mendeskripsikan apa yang sedang terjadi.





4. Ceritakan Konteks (Apa yang terjadi)

Menghubungkan ucapan anak dengan situasi saat ini.



Secara sederhana, *Expansion* (Ekspansi) adalah seni menangkap kata singkat yang diucapkan anak, lalu mengembalikannya kepada mereka dalam bentuk kalimat yang lebih utuh, panjang, dan benar. Ibaratnya, anak memberi Ayah dan Bunda sebuah "sketsa gambar hitam putih", lalu



Ayah dan Bunda mengembalikannya dalam bentuk "lukisan penuh warna". Sederhananya, Anak melihat anjing berlari dan hanya berkata: "*Guk-guk lari!*" Ayah/Bunda merespons dengan antusias: "*Iya bener! Anjing cokelat itu sedang berlari kencang!*"

Dalam contoh tersebut, Ayah dan Bunda tidak mengubah maksud ucapan anak, tetapi hanya *memperluasnya* dengan menambahkan kata benda yang tepat (anjing), kata sifat (cokelat), dan kata keterangan (kencang).

Fungsi utama dari *Expansion* adalah sebagai "Korektor yang Super Ramah". Saat anak sedang belajar bicara, mereka sering kali mengucapkan kalimat yang terbalik-balik atau tidak lengkap (misalnya: "*Susu minum Adik*"). Fungsi ekspansi di sini adalah untuk membenarkan tata bahasanya tanpa pernah berkata "*Salah!*" atau "*Bukan begitu cara bicaranya!*".

Ayah dan Bunda cukup membalas dengan senyuman dan mencontohkan versi benarnya: "*Oh, Adik mau minum susu?*". Dengan cara ini, anak diajarkan cara bicara yang benar tanpa merasa dihakimi.

Membiasakan diri memperluas kalimat anak setiap hari akan memberikan dampak yang sangat luar biasa bagi otaknya. Pertama, anak dapat belajar kata sifat, kata kerja, dan kata keterangan langsung di saat mereka sedang sangat tertarik pada suatu benda. Otak mereka akan langsung menyerap kata tambahan yang Ayah dan Bunda berikan. Kedua, anak-anak balita tidak belajar tata bahasa dari buku sekolah, mereka mempelajarinya dari cara orang tua merespons. Melalui *expansion*, anak secara alami merekam bagaimana subjek,



predikat, dan objek seharusnya disusun. Ketiga, saat orang tua mengulang apa yang anak ucapkan (dengan versi yang lebih baik), anak merasa 100% dipahami. Ini membuat mereka merasa aman dan percaya diri karena pesannya berhasil tersampaikan.

Ketika anak bilang *"Bola!"* dan Bunda hanya menjawab *"Iya"*, maka obrolan berhenti di situ. Namun jika Bunda mengekspansinya menjadi *"Iya, bolanya bundar dan warna merah!"*, ini bisa memancing anak untuk merespons kembali, membuat durasi mengobrol menjadi lebih panjang.

Situated-Routines

PRAKTEKKAN RUTINITAS BERMAKNA!
(Membangun Kemampuan Bahasa Melalui Kegiatan Sehari-hari)

Rutinitas Mandi:
Menarasikan kegiatan membersihkan tubuh.

Ayo kitaersihkan tangan Adik pakai sabun... Usap-usap!
Cebur!

Rutinitas Makan:
Mengenalkan nama makanan dan tekstur.

Suapan terakhir... haap! Enak ya nasinya?
Nyum nyum!
Tadi Adik makan brokoli yang hijau.

Rutinitas Ganti Baju:
Mengenalkan bagian tubuh dan pakaian.

Pakai kaus warna biru biru ya. Ayo angkat tangan, hap!
Hap!
Masuk tangannya... pintar!

Rutinitas Sebelum Tidur:
Menarasikan kegiatan yang menenangkan.

Selamat tidur, Adik... Pejam mata.
Malam, Ayah.
Mimpi indah!

Secara sederhana, *Situated Routines* adalah memanfaatkan kegiatan sehari-hari yang dilakukan berulang-ulang sebagai "kelas bahasa" alami bagi anak.



Bayangkan kegiatan sehari-hari seperti mandi, makan, berganti baju, atau bersiap tidur sebagai sebuah lagu favorit yang diputar setiap hari. Karena "lagu" (kegiatan) itu terus diulang, anak perlahan-lahan akan hafal "liriknya" (kosakata di dalamnya).

Setiap kali memandikan anak, Bunda selalu menarasikan hal yang sama: *"Ayo kita siram pakai air... byur! Sekarang kita usap sabun di perut Adik... wangi sekali!"* Karena mandi dilakukan setiap hari dengan urutan yang sama, anak akan sangat mudah mengasosiasikan kata "air", "sabun", dan "perut" dengan benda dan sensasi aslinya.

Bagi anak balita, dunia ini penuh dengan hal baru yang sering kali membingungkan. Rutinitas harian yang dapat ditebak berfungsi sebagai jangkar yang membuat mereka merasa aman. Ketika anak sudah tahu persis apa yang akan terjadi selanjutnya (misalnya: habis pakai sabun, pasti dibilas air), otak mereka tidak perlu lagi bekerja keras menebak-nebak situasi. Energi di otak mereka akhirnya bisa difokuskan sepenuhnya untuk menangkap dan mengingat kata-kata yang diucapkan oleh Ayah/Bunda pada momen tersebut.

Kunci utama anak belajar bicara adalah pengulangan (*repetition*). Dengan menarasikan rutinitas seperti makan atau ganti baju, Ayah/Bunda sedang mengulang ratusan kosakata penting setiap harinya tanpa terasa seperti sedang "menggurui" atau memaksa anak belajar.

Mengubah kegiatan harian biasa menjadi rutinitas yang kaya akan narasi memberikan manfaat yang sangat besar. Anak tidak hanya menghafal kata, tetapi paham fungsinya. Ia tahu



bahwa kata "buka" diucapkan saat Ayah membuka kancing bajunya, atau kata "panas" diucapkan saat Bunda meniup buburnya. Kata-kata itu langsung menempel pada kejadian nyata, bukan sekadar gambar di buku. Anak sangat menyukai rutinitas karena bisa ditebak. Saat anak merasa aman dan nyaman dalam rutinitasnya, stresnya turun, dan kemampuan otaknya untuk menyerap bahasa berada pada tingkat paling maksimal. Ini adalah manfaat terbaik bagi orang tua. Ayah dan Bunda tidak perlu membeli mainan edukasi mahal atau menyisihkan waktu luang khusus berjam-jam. Cukup gunakan waktu 10 menit saat mandi atau 15 menit saat menyuapi makan untuk terus mengobrol. Semua keluarga bisa melakukannya!



BAB V:

Strategi Praktis PANDU-KATA

Kita telah memahami bahwa bahasa adalah produk dari interaksi sosial yang bermakna, dan sekarang saatnya kita mengubah teori tersebut menjadi tindakan nyata yang bisa Bunda dan Ayah lakukan setiap hari, bahkan di tengah kesibukan yang padat.

1. Membangun Jembatan Tatapan (*Eye-to-Eye Connection*)



Langkah pertama yang paling mendasar namun sering terabaikan adalah posisi fisik kita saat berbicara dengan anak. Kebanyakan orang tua berbicara kepada anak dari "atas ke bawah"—sambil berdiri atau berteriak dari ruangan lain. Secara psikologis dan biologis, ini menciptakan jarak. Anak merasa sedang diperintah, bukan sedang diajak berinteraksi.



Strategi praktisnya adalah **sejajar mata**. Setiap kali Bunda ingin mengajak si Kecil bicara, rendahkan tubuh Bunda. Berlututlah, berjongkok, atau duduk di lantai bersama mereka. Saat mata Bunda dan mata si Kecil bertemu dalam level yang sama, Bunda sedang mengaktifkan sirkuit *Joint Attention*. Di titik ini, anak merasa aman dan dihargai. Fokus mereka tidak terbagi, dan mereka bisa melihat dengan jelas bagaimana bibir Bunda bergerak saat mengucapkan kata. Inilah awal dari jembatan komunikasi yang kokoh.

2. Menjadi Komentator Dunia (*The Art of Narration*)

Banyak orang tua merasa bingung harus bicara apa jika anak mereka belum bisa membalas. Akibatnya, rumah menjadi sunyi atau hanya diisi oleh suara televisi. Di sini, Bunda untuk menjadi "komentator olahraga" bagi kehidupan si Kecil. Teknik ini kita sebut sebagai ***Sportcasting***.

Bunda cukup menarasikan apa yang sedang dilakukan si Kecil atau apa yang sedang Bunda lakukan bersamanya tanpa menuntut jawaban. Misalnya, saat sedang memakaikan baju, alih-alih diam, Bunda bisa berkata: "Wah, sekarang kita pakai baju biru. Tangan kanan masuk lubang, tangan kiri masuk lubang. Hup! Sudah pakai baju!"



Aktivitas	Contoh Narasi Orang tua
Bermain	"Ngunng! Mobil merah jalan. Adik dorong mobilnya cepat sekali. Roda berputar, muter-muter!"
Makan	"Nyam! Telur kuning. Nasinya hangat dan putih. Sendok masuk mulut... aaam! Enak ya."
Mandi	"Byur! Airnya dingin dan segar. Sabunnya banyak busa. Gosok-gosok tangan, gosok perut. Wangi!"

Narasi ini memberikan aliran input bahasa yang kaya dan relevan dengan apa yang sedang dialami anak secara langsung. Anak belajar menghubungkan benda yang ia sentuh dengan bunyi yang ia dengar. Ini adalah cara paling cocok untuk membangun gudang kosakata di dalam otak anak tanpa membuatnya merasa sedang "diuji."



3. Aturan Emas Lima Detik (*Wait and Respond*)

Salah satu kesalahan umum yang sering kita lakukan adalah terlalu cepat mengisi kesunyian. Saat kita bertanya atau memancing si Kecil bicara, kita sering kali hanya memberi waktu satu atau dua detik sebelum akhirnya kita menjawab sendiri pertanyaan tersebut. Padahal, **otak anak yang sedang berkembang membutuhkan waktu lebih lama untuk memproses suara, memahami maknanya, dan menyusun balasan.**



Dalam poin ini kita akan menerapkan **Aturan Emas Lima Detik**. Setelah Bunda bertanya atau memberikan pancingan bicara, berhentilah sejenak. Berikan jeda setidaknya lima detik sambil menatap si Kecil dengan wajah yang penuh penantian dan antusias. Jeda ini memberikan ruang bagi si Kecil untuk mencoba memulai "servis" komunikasinya.



Sering kali, dalam detik keempat atau kelima itulah si Kecil akhirnya mengeluarkan gumaman atau menunjuk sesuatu. Itulah momen **Social Feedback Loop** yang sangat berharga. Saat ia akhirnya memberikan respons, sambutlah dengan antusiasme yang sama seperti Bunda merayakan gol di pertandingan bola.

4. Teknik Ekspansi: Menambah Kosa Kata

Ketika si Kecil mulai bisa mengucapkan satu kata, tugas Bunda bukanlah sekadar memintanya mengulang kata tersebut berkali-kali. Tugas Bunda adalah melakukan **Ekspansi**. Strategi ini dapat membantu anak naik satu anak tangga lebih tinggi dari posisinya saat ini.

Jika si Kecil menunjuk mobil dan berkata "Mobil!", jangan hanya menjawab "Iya, mobil." Lakukan ekspansi dengan menambahkan satu atau dua kata tambahan: "Iya, mobil merah jalan!" atau "Mobil besar lewat!" Bunda mengambil modal kata yang sudah dimiliki anak dan memberikan contoh bagaimana kata tersebut bisa dirangkai menjadi kalimat yang lebih utuh.



Teknik ini sangat manjur karena Bunda memberikan informasi baru saat anak sedang dalam kondisi paling tertarik. Anak tidak merasa dikoreksi, melainkan merasa didengar dan diberikan "bonus" pengetahuan baru secara alami.

5. Mengubah Rutinitas Menjadi Stimulasi Emas

Bunda dan Ayah tidak perlu mencari waktu khusus di tengah jadwal yang padat. Kuncinya adalah memanfaatkan ***Situated Routines*** atau **kegiatan harian** yang sudah pasti terjadi. Setiap momen rutin adalah kesempatan untuk pengulangan (repetisi) yang sangat dibutuhkan oleh saraf otak anak.



Berikut adalah matriks sederhana untuk mengubah kegiatan harian menjadi sesi PANDU-KATA:

Kegiatan harian	Fokus kata & Interaksi	Contoh Tindakan
Mandi	Kata kerja & bagian tubuh	"Basuh perut, basuh tangan. Airnya segar ya?" Sambil mengajak anak merasakan tekstur sabun.
Makan	Rasa, suhu, & peralatan	"Nasi hangat di sendok. Nyam! Enak?" Berikan jeda agar anak bisa mengekspresikan rasa sukanya.
Ganti Baju	Warna, pakaian, & urutan	"Kaus kaki masuk kaki kiri. Satunya mana?" Mengajak anak mencari pasangan kaus kakinya.
Bermain	Letak & kategori	"Mobil masuk kotak. Boneka di atas rak." Melakukan <i>Joint Attention</i> pada tempat penyimpanan.

Bunda dapat melakukan hal ini di semua rutinitas tidak terbatas pada aktivitas di atas. Tentunya dibutuhkan kerja sama Ayah dan Bunda untuk konsisten dan meluangkan waktu sehingga momen aktivitas si kecil dapat dimanfaatkan dengan baik. Momen aktivitas ini menjadi stimulus bagi anak untuk mengenal bahasa, lingkungan dan dunia di sekitarnya. Sehingga dengan keterlibatan orang tua dapat memudahkan si kecil untuk memperlancar pemerolehan bahasa dengan cara yang lebih menyenangkan.



Nasi hangat,
rasanya enak..



Tentunya dalam awal penerapan ayah bunda perlu kesabaran untuk menunggu respon anak. Tetapi dengan repetisi dan pembiasaan anak mulai mengenali asosiasi kata dengan benda yang ada di sekitarnya.

6. Co-viewing: Membersamai Anak dalam Penggunaan Gawai

Inti dari *co-viewing* adalah mematikan fungsi gawai sebagai "pengasuh elektronik" dan menghidupkannya kembali sebagai "media belajar bersama". Layar tidak lagi menjadi hal yang memisahkan Bunda dengan si Kecil, melainkan sebuah jendela di mana Bunda berdiri di sampingnya untuk menjelaskan pemandangan di luar.

Dalam praktiknya, Bunda harus menjadi narator yang lebih menarik daripada suara di dalam video tersebut.



Jika video sedang menampilkan karakter yang melompat, Bunda bisa menyentuh lengan anak dan ikut berseru, "Hup! Kelincinya melompat tinggi!" Teknik ini memastikan bahwa meskipun mata anak tertuju pada layar, otaknya tetap terhubung dengan suara dan sentuhan Bunda. Ini adalah langkah transisi agar anak mulai menyadari bahwa interaksi dengan manusia jauh lebih menyenangkan daripada sekadar menatap gambar bergerak.

7. *Co-reading*: Membaca Bersama, Bukan Sekadar Membacakan

Co-reading adalah kegiatan membaca buku secara interaktif **BERSAMA** anak, bukan sekadar membacakan buku **UNTUK** anak.

Terdapat perbedaan antara membacakan buku (pasif). Perbedaannya akan dibahas sebagai berikut:



- **Membacakan Buku (Pasif):** Orang tua memegang buku, membaca teksnya dari halaman pertama sampai terakhir tanpa henti, sementara anak hanya duduk diam mendengarkan (atau kadang malah terdistraksi).
- **Co-reading (Aktif):** Buku hanyalah "alat pemancing" obrolan. Anak ikut memegang buku, menunjuk gambar, dan Ayah dan Bunda sering berhenti sejenak untuk menanyakan pendapat atau memancing anak bersuara tentang isi buku tersebut.

Melakukan *co-reading* sama sekali tidak membutuhkan keahlian mendongeng tingkat tinggi. Cukup terapkan langkah-langkah santai ini:

- **Biarkan Anak Menjadi "Sutradara"**
Biarkan si Kecil yang memilih buku mana yang ingin dibaca. Biarkan juga ia yang membalik halamannya. Jika ia melompati tiga halaman sekaligus, tidak masalah. Ikuti saja alurnya.
- **Baca Gambarnya, Bukan Hanya Teksnya**
Ayah dan Bunda tidak wajib membaca tulisan yang ada di buku kata per kata. Fokuslah pada gambar yang menarik perhatian anak. Jika ia menunjuk gambar monyet di pojok halaman, berhentilah membaca teks, dan bahaslah monyet itu ("*Eh, monyetnya lagi makan pisang ya! Nyam nyam!*").
- **Gunakan Suara yang Ekspresif**
Jangan ragu untuk sedikit "bermain peran". Gunakan suara berat untuk beruang, suara cicitan kecil untuk tikus, atau raut wajah kaget saat ada adegan



mengagetkan. Ekspresi wajah dan intonasi ini sangat disukai anak dan membantu mereka memahami emosi.

- **Terapkan Jeda dan Pancingan (Hubungkan dengan LASS)**

Gunakan elemen *scaffolding* dan *expansion*. Saat di pertengahan halaman, diamlah sejenak dan tanya, "*Wah, hewannya sembunyi di mana ya?*" Beri waktu anak mencari dan menunjuk. Saat ia menjawab "*Sana!*", Bunda bisa mengekspansinya, "*Iya! Sembunyi di balik pohon besar!*"

Menjadikan *co-reading* sebagai rutinitas (misalnya 10-15 menit sebelum tidur) akan memberikan "suntikan vitamin" yang sangat padat bagi otak anak:

- **Wadah Berlatih LASS yang Paling Sempurna:** Saat *co-reading*, anak dan orang tua fokus pada buku (*Joint Attention*), bergantian membahas gambar (*Turn-taking*), dan melakukan pengulangan kata setiap malam (*Situated Routines*). Semua elemen terpenuhi dalam satu waktu.
- **Membangun Asosiasi Positif Terhadap Literasi:** Karena proses membacanya penuh dengan tawa, pelukan, dan interaksi hangat, anak akan merekam di otaknya bahwa "buku itu menyenangkan". Ini adalah bekal utama agar anak gemar membaca saat masuk sekolah nanti.
- **Memperluas Kosakata Tingkat Lanjut:** Buku anak-anak sering kali memiliki kosakata yang jarang kita



ucapkan dalam obrolan harian di rumah (seperti kata: *mengendap-endap, terperanjat, belalai, atau meluncur*). Ini membuat perbendaharaan kata anak semakin kaya.

- **Membangun Kedekatan (*Bonding*) Emosional:** Duduk berdekatan, bersandar di dada Ayah dan Bunda, sambil melihat buku bersama adalah momen yang memberikan rasa aman yang luar biasa bagi anak. Hormon kebahagiaannya (*oksitosin*) akan meningkat, membuat otaknya sangat siap menyerap pelajaran baru.



BAB VI:

Tata Kelola Gawai Yang Ramah Bahasa



Menghadapi gawai di era digital saat ini bukanlah tentang mengobarkan peperangan melawan teknologi, melainkan tentang bagaimana kita sebagai orang tua, mengambil kembali peran sebagai "jantung" dari komunikasi si Kecil. Sering kali, dalam hiruk-pikuk keseharian yang melelahkan, gawai hadir sebagai penyelamat sementara yang memberikan ketenangan instan. Kita tidak perlu menutup mata bahwa ada saat-saat di mana Bunda dan Ayah merasa sangat lelah dan membutuhkan jeda, lalu gawai menjadi pilihan untuk menjaga si Kecil tetap *anteng*.



Gawai, secanggih apa pun ia dirancang, tetaplah sebuah perangkat yang **"mati rasa"** secara sosial. Ia mampu menyajikan warna-warni yang memikat dan musik yang ceria, namun ia gagal memberikan satu hal yang paling dibutuhkan otak anak untuk berkembang, yaitu **umpan balik yang responsif**. Gawai tidak bisa tersenyum balik saat si Kecil tertawa, ia tidak bisa membalas tatapan mata saat si Kecil merasa heran, dan ia tidak bisa menyesuaikan kecepatan bicaranya ketika si Kecil sedang berusaha mencerna sebuah kata baru. Kebijaksanaan orang tua terletak pada pemahaman bahwa gawai hanyalah alat, dan ia tidak boleh dibiarkan menjadi **"pengasuh elektronik"** yang memutus jalinan komunikasi antara anak dan dunia nyatanya.

Dalam model PANDU-KATA, kita tidak memandang membatasi penggunaan gawai sebagai sebuah larangan yang kaku dan menakutkan, melainkan sebagai upaya pemulihan ekosistem bahasa di rumah. Bijak dalam menghadapi gawai berarti kita mampu melakukan manajemen kehadiran yang sadar. Kita belajar untuk meletakkan ponsel saat mata si Kecil mencari perhatian kita, dan kita belajar untuk menciptakan "zona hijau" di mana percakapan adalah satu-satunya suara yang mendominasi. Ini adalah bentuk penghormatan kita terhadap hak bicara anak. Kita sedang memberitahu si Kecil bahwa suara Bunda jauh lebih berharga daripada suara dari *speaker* gawai, dan pelukan Ayah jauh lebih nyata daripada stimulus di layar kaca.

1. Mengatur Jadwal Si Kecil dalam Mengakses Gawai

Mengelola waktu gawai sebenarnya tidak memerlukan cara yang rumit ataupun aplikasi screen time app yang rumit. Orang



tua hanya perlu memanfaatkan penanda waktu alami dan budaya yang sudah mengakar di Indonesia untuk menciptakan jeda gawai yang konsisten.

Pertama, jeda menjelang tidur. Satu jam sebelum beristirahat rumah sebaiknya memasuki mode layar redup. Orang tua sebaiknya mematikan televisi dan jauhkan gawai. Sebagai gantinya, manfaatkan jeda ini untuk rutinitas fisik yang menenangkan, seperti membacakan cerita, berdoa atau sekadar memijat lembut kaki si Kecil.

Kedua menjelang waktu ibadah. Dalam budaya Indonesia waktu pergantian dari sore ke malam secara kultural adalah waktu berkumpul di dalam rumah. Gunakan suara penanda alamiah atau suara lingkungan sebagai pengingat non-negosiasi seperti suara adzan magrib yang mengingatkan anak bahwa “waktu gawai sudah habis”.

Ketiga saat makan, orang tua sebaiknya menetapkan kebiasaan atau peraturan praktis yang ditetapkan saat makan atau area makan sebagai zona bebas gawai. Waktu makan adalah stimulasi alami bagi otot-otot mulut (oromotor) yang esensial untuk produksi bicara. Jika anak makan sambil menatap layar, otak mereka masuk ke mode "zombie", mengunyah tanpa kesadaran sensorik, dan kehilangan momen berharga untuk membahas rasa makanan atau kegiatan hari itu. Selain itu, makan sambil menonton memperlama durasi makan anak karena dia tidak fokus makan.

Berikut adalah panduan praktis berupa poin-poin yang bisa langsung diterapkan untuk menciptakan "jeda gawai" yang konsisten:



a. Jeda Menjelang Waktu Tidur (Transisi Istirahat)

- **Aturan Satu Jam Sebelum Tidur:**

Berlakukannya "mode layar redup" di seluruh penjuru rumah dengan mematikan televisi dan menjauhkan semua gawai dari jangkauan anak.

- **Ganti Layar dengan Sentuhan:**

Alihkan perhatian anak dari layar ke aktivitas fisik yang menenangkan sistem sarafnya sebelum tidur.

- **Bangun Kedekatan Batin:**

Isi jeda waktu ini dengan rutinitas hangat, seperti membacakan buku cerita, berdoa bersama, atau sekadar memijat lembut punggung dan kaki si Kecil.

b. Jeda Pergantian Waktu (Transisi Sore ke Malam)

- **Gunakan "Alarm" Alamiah Lingkungan:**

Manfaatkan suara yang rutin terdengar di lingkungan sekitar, seperti suara azan Magrib, sebagai pengingat waktu yang tegas.

- **Kembali ke Tradisi Keluarga:**

Ajarkan bahwa waktu pergantian hari dari sore menuju malam adalah momen kultural untuk masuk ke dalam rumah, menghentikan aktivitas di luar, dan berkumpul bersama.

- **Jadikan Aturan Non-Negosiasi:**



Biasakan anak memahami aturan sebab-akibat yang pasti misalnya saat suara penanda ibadah itu terdengar, maka otomatis waktu gawai sudah habis tanpa perlu negosiasi atau perdebatan panjang.

c. Jeda Waktu Makan (Zona Wajib Bebas Gawai)

- **Tetapkan Area Makan Bebas Layar:**

Buat kesepakatan kuat bahwa meja makan atau area tempat anak makan adalah zona terlarang untuk gawai maupun televisi.

- **Cegah Mode "Zombie" pada Anak:**

Anak yang makan sambil menatap layar akan mengunyah secara mekanis tanpa kesadaran sensori terhadap rasa, tekstur, atau suhu makanan yang masuk ke mulutnya.

- **Latih Otot Bicara (Oromotor):**

Kegiatan mengunyah dengan sadar adalah stimulasi alami yang sangat esensial untuk melatih dan memperkuat otot-otot mulut pembentuk kemampuan bicara anak.

- **Pangkas Durasi Makan yang Terlalu Lama:**

Menjauhkan tontonan akan mengembalikan fokus anak pada proses makannya, sehingga durasi makan tidak menjadi berlarut-larut.

- **Kembalikan Fungsi Obrolan Keluarga:**



Manfaatkan momen bebas gawai ini untuk memancing anak berbicara, mendiskusikan rasa makanannya, atau berbagi cerita tentang kejadian menarik sepanjang hari itu.



2. Bagaimana jika anak tantrum?

Kendala terbesar orang tua dari berbagai golongan ekonomi adalah menghadapi ledakan emosi (tantrum) anak saat gawai diambil. Secara klinis, ini terjadi karena otak anak mengalami penurunan dopamin secara mendadak. Wibawa orang tua bukan ditunjukkan dengan membentak, melainkan dengan memberikan transisi neurologis yang masuk akal bagi otak anak.



Anak usia dini belum memahami konsep waktu seperti "lima menit lagi". Gunakan batas yang konkret. Misalnya, "Setelah nyanyian cicak di dinding ini selesai, hapenya ditutup ya." Ketika tayangan selesai, jangan biarkan tangan anak kosong. Langkah yang lebih ramah anak adalah segera menggenggam tangannya dengan hangat atau mendekapnya. Validasi perasaannya dengan mengatakan, "Iya, Adik sedih ya videonya habis." Setelah tangisannya mulai mereda dan napasnya lebih teratur, barulah kita tawarkan transisi fisik yang kuat secara sensori. Menuntunnya melangkah ke kamar mandi untuk bermain air dan gayung, atau mengajaknya beranjak ke teras untuk melihat jalanan, berfungsi sebagai tombol *reset* alamiah. Perpindahan ruang dan keterlibatan fisik ini perlahan akan membantu otaknya menggantikan sensasi dopamin dari layar dengan rasa nyaman dan aman di dunia nyata.

3. Matriks Tata Kelola Gawai & Aktivitas harian

Matriks ini membagi hari menjadi empat fase utama. Fokusnya bukan pada pengekanan yang ketat, melainkan pada pembentukan ritme biologis dan sosial yang sehat bagi otak si Kecil.



MATRIKS TATA KELOLA GAWAI HARIAN (PANDU-KATA)

Saran Praktis untuk Pertumbuhan Bahasa & Otak Si Kecil

FASE WAKTU & SUASANA	STATUS GAWAI	LANGKAH PRAKTIS ORANG TUA	MANFAAT UNTUK OTAK & BAHASA ANAK
PAGI HARI (Bangun Tidur - Sarapan)	ZONA BEBAS LAYAR	Libatkan anak dalam rutinitas pagi (mandi, masak, sarapan)	Otak segar & siap menyerap kosa kata baru kata kata
SIANG / SORE HARI (Orang Tua Lelah / Mengurus Rumah)	ZONA FLEKSIBEL (30-60 Menit)	*Co-viewing ringan: duduk dekat, tanya jawab, tiru suara hewan	Menjaga layar tetap menjadi 'jendela' interaksi, bukan 'dinding'
WAKTU MAKAN (Kapan Pun & Di Mana Pun)	ZONA SAKRAL (Tanpa Kompromi)	Bahas rasa, suhu (hangat/dingin), & tekstur makanan	Latihan oromotor (mengunyah) untuk bicara. <i>Joint Attention</i> maksimal
MALAM HARI (1 Jam Menjelang Tidur)	ZONA LAYAR REDUP (Matikan Gawai)	Aktivitas redup: baca buku banfal, bernyanyi pelan, usap punggung	Mencegah melatonin terhambat. Tidur berkualitas untuk simpan memori kosa kata Kosa kata

Cara Membaca Matriks: Ingat 3 Waktu 'Haram' Gawai (Pagi, Waktu Makan, Malam). Sisa waktu FLEKSIBEL.

Kekuatan utama dari matriks ini terletak pada filosofinya yang membebaskan. Fokusnya bukanlah pada pengekangan jam yang kaku bak aturan militer, melainkan pada pembentukan ritme biologis dan ritme sosial yang sehat bagi otak anak.

a. Pagi Hari: Waktu Otak Menyerap (Zona Bebas Layar)

- Kenapa Harus Bebas Layar? Saat bangun tidur, otak anak sedang dalam kondisi paling segar. Ia ibarat spons kering yang sangat siap menyerap kosakata baru.



- Apa yang Harus Dilakukan? Simpan gawai Ayah dan Bunda. Biarkan anak "mengekor" dan terlibat dalam kericuhan pagi hari yang nyata. Ajak ia mengobrol saat mandi, ikut melihat Bunda memotong sayur, atau menyiapkan sarapan bersama.

b. Siang & Sore Hari: Tarik Napas Sejenak

Kenapa Fleksibel? Dapat dipahami, di jam-jam ini Bunda dan Ayah mungkin sudah lelah, harus mengurus rumah, atau butuh jeda istirahat sejenak. Memberikan gawai selama 30-60 menit dengan pengawasan merupakan hal yang diperbolehkan.

- Apa yang harus dilakukan oleh Ayah dan Bunda? Terapkan *Co-viewing* ringan. Duduklah di dekat si Kecil sesekali. Jika di layar ada gambar kucing, ikutlah menirukan suaranya, atau berikan pertanyaan sederhana. Jadikan layar gawai sebagai "jendela" obrolan, bukan "dinding" yang memisahkan anak dari Ayah dan Bunda.

c. Waktu Makan: Latihan Otot Bicara

- Waktu ini di anggap penting dan tanpa kompromi, mengapa? karena otot yang digunakan untuk mengunyah makanan adalah otot yang sama untuk berbicara (*oromotor*). Makan tanpa paparan layar membuat anak sadar ia sedang mengunyah, sehingga otot mulutnya terlatih maksimal¹⁸.

¹⁸ Stipancic, K. L., Kuo, Y.-L., Miller, A., Ventresca, H. M., Sternad, D., Kimberley, T. J., & Green, J. R. (2021). The effects of continuous oromotor activity on speech motor learning:



- Apa yang Harus Dilakukan? Kapan pun dan di mana pun waktu makan tiba, jauhkan gawai. Gunakan momen ini murni untuk membangun *Joint Attention* (fokus bersama). Bahas apakah supnya hangat atau dingin, manis atau gurih, serta tekstur makanan di piringnya.

d. Malam Hari: Momen Anak Menyimpan Kosakata

- Pada momen ini tidak disarankan anak terpapar layar gawai. Cahaya terang dari gawai dapat menghambat hormon tidur (melatonin)¹⁹. Padahal, anak butuh tidur yang berkualitas tinggi agar otaknya bisa menyimpan seluruh memori kosakata yang ia pelajari hari itu.
- Mulai 1 jam menjelang tidur, pastikan semua gawai sudah dimatikan. Ganti dengan aktivitas syahdu yang menenangkan saraf anak, seperti membaca buku di atas bantal, bernyanyi pelan, dan mengusap lembut punggungnya sampai ia terlelap.

Dengan Matriks ini diharapkan si kecil dapat secara perlahan terbiasa dengan kegiatan harian tanpa menggunakan gawai. Langkah praktis yang bisa dilakukan orang tua menjadi sebuah

speech biomechanics and neurophysiologic correlates. *Experimental Brain Research*, 239(12), 3487–3505. <https://doi.org/10.1007/s00221-021-06206-5>

¹⁹ Alam, M., Abbas, K., Sharf, Y., & Khan, S. (2024). Impacts of Blue Light Exposure From Electronic Devices on Circadian Rhythm and Sleep Disruption in Adolescent and Young Adult Students. *Chronobiology in Medicine*, 6(1), 10–14. <https://doi.org/10.33069/cim.2024.0004>



stimulus agar si kecil terus mendapatkan input kebahasaan yang dibutuhkannya.



BAB VII:

Monitoring, Refleksi, dan Penguatan



Jika Bunda dan Ayah telah sampai di halaman ini, berarti Anda telah melewati serangkaian teori klinis, aturan tata kelola gawai, hingga panduan menghadapi ledakan emosi anak yang sangat menguras tenaga di bab-bab sebelumnya. Membaca itu semua di atas kertas mungkin terlalu teoritis. Namun, kita sama-sama tahu bahwa mempraktikkannya setiap hari di



tengah tumpukan pekerjaan, kelelahan fisik, dan rutinitas rumah tangga yang tak ada habisnya—adalah sebuah perjuangan yang luar biasa berat. Rasanya sangat manusiawi jika di titik ini Anda merasa lelah, ragu, atau bahkan diam-diam mempertanyakan: *"Apakah semua usaha keras dan tangisan ini benar-benar akan membuahkan hasil?"*

Bab ini sengaja diletakkan di bagian akhir buku bukan untuk menambah daftar tugas Anda, melainkan sebagai sebuah "ruang pendingin". Setelah kita menghabiskan banyak waktu membahas tentang bagaimana mengatur layar gawai dan mengelola perilaku anak, sekarang saatnya kita melihat bagaimana perkembangan anak setelah semua upaya. Kita akan melepaskan kacamata "penilaian" yang kaku dan menggantinya dengan pendekatan yang lebih berwelas asih. Kita akan belajar bagaimana memantau keajaiban-keajaiban kecil yang mulai muncul dari si Kecil, bagaimana berefleksi dengan sehat dan bagaimana menyatukan langkah dengan pasangan ataupun keluarga agar orang tua tidak merasa menanggung beban sendirian.

1. Memantau Tanpa Menghakimi

Sering kali, saat orang tua memulai program pembatasan gawai, ekspektasi yang terbangun di kepala adalah perubahan instan. Kita mengharapkan anak yang tadinya hanya menunjuk layar, tiba-tiba mampu merangkai kalimat panjang dalam hitungan minggu. Ketika ekspektasi ini meleset, kecemasan menyelip dan memunculkan keraguan dan menyalahkan diri sendiri. Padahal, pemantauan dalam pemulihan bahasa bukanlah tentang menciptakan suasana klinik yang dingin di



dalam rumah, apalagi untuk menilai apakah Anda sudah menjadi orang tua yang sempurna.

Pemantauan yang sejati adalah menyalakan kembali kepekaan untuk menangkap "keajaiban kecil" melalui komunikasi hangat. **Kemajuan otak anak tidak melulu diukur dari seberapa banyak kosa kata yang diucapkan.** Perhatikanlah hal-hal non-verbal seperti durasi kontak matanya, apakah bertambah lama saat dipanggil? Apakah ia mulai berinisiatif menarik baju Anda untuk meminta tolong, alih-alih menangis frustrasi? Inisiatif komunikasi (*joint attention*) ini adalah fondasi pra-bahasa yang ribuan kali lebih berharga daripada anak yang membeo lagu dari video.

Untuk merawat proses ini, buatlah sebuah **Jurnal Keajaiban Kecil**. Bukan buku catatan klinis yang rumit, melainkan cukup satu catatan singkat sebelum tidur tentang interaksi positif hari itu. Misalnya: *"Hari ini Adik menatap mataku dan tertawa saat aku menjatuhkan sendok."* Di saat lelah memuncak, catatan inilah yang akan menyelamatkan kewarasan dan menjadi bukti nyata bahwa jerih payah Anda sebagai orang tua mulai membuahkan hasil.

2. Seni Berefleksi Saat Rencana Berantakan

Sebaik apa pun niat dan upaya kita, kehidupan nyata selalu punya agendanya sendiri. Akan tiba satu hari di mana hujan turun seharian, Anda terserang demam, pekerjaan rumah menumpuk, dan layar gawai terasa bagaikan satu-satunya pelampung penyelamat agar rumah tidak hancur oleh tantrum. Saat aturan yang dijaga ketat akhirnya runtuh dan



anak kembali menatap layar berjam-jam, perasaan bersalah biasanya akan meremas dada orang tua.

Pada momen kritis inilah keterampilan berefleksi sangat dibutuhkan. Kunci utamanya adalah membedakan antara **"kesalahan sistem"** dan **"kegagalan personal"**. Ketika rencana berantakan, refleksinya bukan *"Aku ibu yang lemah"*, melainkan *"Hari ini keadaan di rumah di luar kendali. Gawai hari ini adalah alat bertahan hidup sementara, bukan pola asuh permanen."*

Secara klinis, otak anak usia dini dianugerahi *neuroplastisitas*—kelenturan untuk terus menerus memperbaiki diri dan membentuk jalur saraf baru. Satu hari penuh gawai di saat Anda sakit tidak akan menghapus kemajuan saraf yang sudah susah payah dibangun berminggu-minggu sebelumnya. Otak anak tidak serapuh itu. Cara terbaik untuk merefleksikan hari yang buruk adalah memaafkan diri Anda malam itu juga, beristirahatlah, dan tekan tombol *reset* esok pagi untuk kembali ke rutinitas tanpa beban masa lalu.

Anda butuh istirahat, Anda hebat sejauh ini dan kesehatan Anda berharga agar si kecil dapat tumbuh sehat.

3. Menyelaraskan Ekologi Bahasa

Upaya Ayah dan Bunda dalam memperbaiki ekosistem kebahasaan si Kecil di rumah sejatinya tidak pernah terjadi dalam sebuah ruang isolasi yang hampa. Sering kali, hambatan dan ujian terberat yang menggoyahkan komitmen justru tidak berasal dari penolakan atau renekan si Kecil itu sendiri. Tantangan paling nyata sering kali muncul dari adanya benturan prinsip dan perbedaan frekuensi pengasuhan



dengan anggota keluarga dewasa lainnya yang tinggal di bawah atap yang sama. Membangun lingkungan yang kaya akan stimulasi bahasa mutlak menuntut kekompakan dari seluruh penghuni rumah.

a. Menyatukan Visi Ayah dan Bunda

Ujian pertama dan paling krusial biasanya terletak pada keselarasan visi antara Ayah dan Bunda sebagai sepasang kapten kapal. Menjadi sebuah halangan bagi perkembangan otak anak apabila di dalam rumah tercipta dinamika "polisi jahat" dan "polisi baik". Misalnya, Bunda secara ketat membatasi layar gawai, namun Ayah secara diam-diam memberikannya karena merasa tidak tega melihat anak menangis meronta-ronta.

Ketidakkonsistenan semacam ini merupakan racun bagi kedisiplinan. Otak anak yang amat cerdas akan langsung merekam kebingungan ini dan justru memicu durasi tantrum yang jauh lebih panjang di kemudian hari. Mengapa? Karena anak dengan cepat menyadari adanya celah manipulasi yang bisa mereka manfaatkan. Oleh sebab itu, Ayah dan Bunda wajib berdiri kokoh di barisan yang sama dan menyepakati satu suara tak tergoyahkan. Keduanya harus menyadari sedari awal bahwa tangisan histeris anak saat gawainya diambil bukanlah sebuah bentuk penyiksaan. Anggaplah fase tangisan tersebut sebagai proses "detoksifikasi" alami yang wajar, di mana otak anak sedang berjuang melepaskan diri dari kecanduan dopamin visual layar yang berlebihan.

b. Merangkul Kakek, Nenek, dan Pengasuh Menjadi Sekutu



Tantangan kedua yang tidak kalah pelik kerap kali datang dari figur kakek, nenek, atau pengasuh harian di rumah. Rasa cinta yang teramat besar dan kecenderungan untuk memanjakan cucu sering kali membuat mereka tidak tahan melihat si Kecil menangis. Alhasil, ponsel pun menjadi jalan pintas yang diberikan seketika demi menghentikan air mata.

Menghadapi situasi emosional seperti ini, wibawa Ayah dan Bunda sama sekali tidak akan terpancar melalui perdebatan atau larangan keras yang menyinggung perasaan mereka. Alih-alih berkonfrontasi, terapkanlah teknik komunikasi asertif yang cerdas. Geserlah beban larangan tersebut dari sekadar "aturan pribadi Ayah dan Bunda" menjadi sebuah "kebutuhan medis dan anjuran ahli".

Katakanlah dengan nada yang sangat lembut dan merangkul, *"Nenek, terima kasih banyak ya karena sudah sangat menyayangi dan menjaga Adik setiap hari. Tapi Nenek, kemarin dokter spesialis anak baru saja berpesan. Ternyata otak Adik sekarang sedang sangat butuh dilatih berbicara menggunakan interaksi manusia sungguhan, bukan dari suara ponsel. Jadi, kalau nanti Adik menangis meminta HP lagi, kita bergantian menggendong dan mengajaknya jalan-jalan sambil mengobrol saja yuk, Nek."*

Pendekatan komunikasi yang penuh empati ini sangatlah cocok untuk menjembatani niat baik kita dengan anggota keluarga lainnya. Cara ini dengan anggun menyelamatkan ego dan harga diri orang tua kita, tanpa membuat mereka merasa disalahkan atau digurui. Pada akhirnya, strategi luhur ini tidak hanya akan menyukkseskan program kebahasaan di rumah, tetapi juga berhasil mengubah kakek, nenek, dan pengasuh



menjadi sekutu utama yang paling setia dalam perjalanan indah memulihkan kemampuan komunikasi si Kecil.

4. Penutup

Sebagai akhir dari tulisan ini, di tengah segala lelah dan pasang surut yang dialami Bunda dan Ayah, perlu dipahami bahwa tidak satu pun dari upaya dan jerih payah Anda yang sia-sia. Bunda dan Ayah telah memilih jalan yang benar, meskipun tidaklah mudah menahan diri dari jalan pintas ketika anak sedang meronta saat tantrum, hingga harus bernegosiasi panjang dengan keluarga. Sangat wajar jika ada kalanya segala hal berjalan jauh dari harapan. Sangat manusiawi jika di sudut malam Anda diam-diam menangis di tepi pembaringan karena lelah, kewalahan, atau merasa belum menjadi orang tua yang baik.

Tidak apa-apa, Bunda. Tidak apa-apa, Ayah. Kalian tidak dituntut untuk menjadi sempurna setiap saat.

Yakinilah bahwa setiap kali Anda memeluk dan merangkulnya demi sebuah kontak mata yang bermakna, serta setiap kali Anda mengajaknya bercengkerama meski ia belum mampu membalasnya dengan jelas, Anda sesungguhnya sedang membangun jembatan yang sangat kokoh di sudut kesadarannya. Anda sedang menenun masa depannya dengan tangan Anda sendiri. Pengorbanan dan perjuangan ini mungkin tidak langsung terlihat hasilnya esok pagi, tetapi semua itu akan tertanam seumur hidup sebagai fondasi pengetahuan si Kecil.



Pada akhirnya, mari kita kembali pada satu kebenaran yang paling mendasar. Tidak ada terapi yang lebih kuat dibandingkan dedikasi, perhatian, sentuhan fisik, dan kasih sayang tulus dari Ayah dan Bunda. Semua elemen tersebut, yang terwujud nyata dalam setiap tatapan mata, kelembutan intonasi suara, dan kesabaran saat menanti anak merespons, adalah harta karun yang tak ternilai bagi perkembangan saraf dan jiwa si Kecil.

Kami menyadari sepenuhnya bahwa buku panduan ini tentu tidak luput dari kekurangan. Buku ini bukanlah sebuah "pil ajaib" atau tongkat peri yang bisa menyulap kemampuan bicara anak menjadi lancar hanya dalam waktu semalam. Tidak ada jalan pintas yang instan dalam proses pengasuhan anak. Anggaplah lembaran-lembaran dalam buku ini sekadar sebagai kompas penunjuk arah, yang bisa Anda buka kembali kapan pun Anda merasa lelah atau kehilangan peta di tengah perjalanan.

Pesan terpenting yang ingin kami gaungkan melalui karya ini adalah sebuah pengingat hangat untuk kita semua. Di balik setiap tantangan keterlambatan perkembangan bahasa anak, sejatinya selalu ada ruang luas bagi kita sebagai orang tua untuk hadir dan mengambil peran. Kitalah fasilitator dan penyembuh utama mereka.

Teruslah merawat ekosistem komunikasi di dalam rumah dengan kasih sayang yang tak bertepi dan konsistensi yang tak mudah goyah. Perjalanan memulihkan ekologi bahasa anak ini mungkin terasa panjang, berliku, dan sesekali menguras air mata. Namun percayalah, saat hari itu tiba, saat si Kecil akhirnya menatap mata Anda dan merangkai kata dengan



senyumnya yang paling cerah, seluruh peluh dan lelah Anda akan terbayar lunas tanpa sisa.

Selamat berjuang, Ayah dan Bunda. Anda tidak sendirian, dan Anda sudah melakukan yang terbaik!



Daftar Pustaka

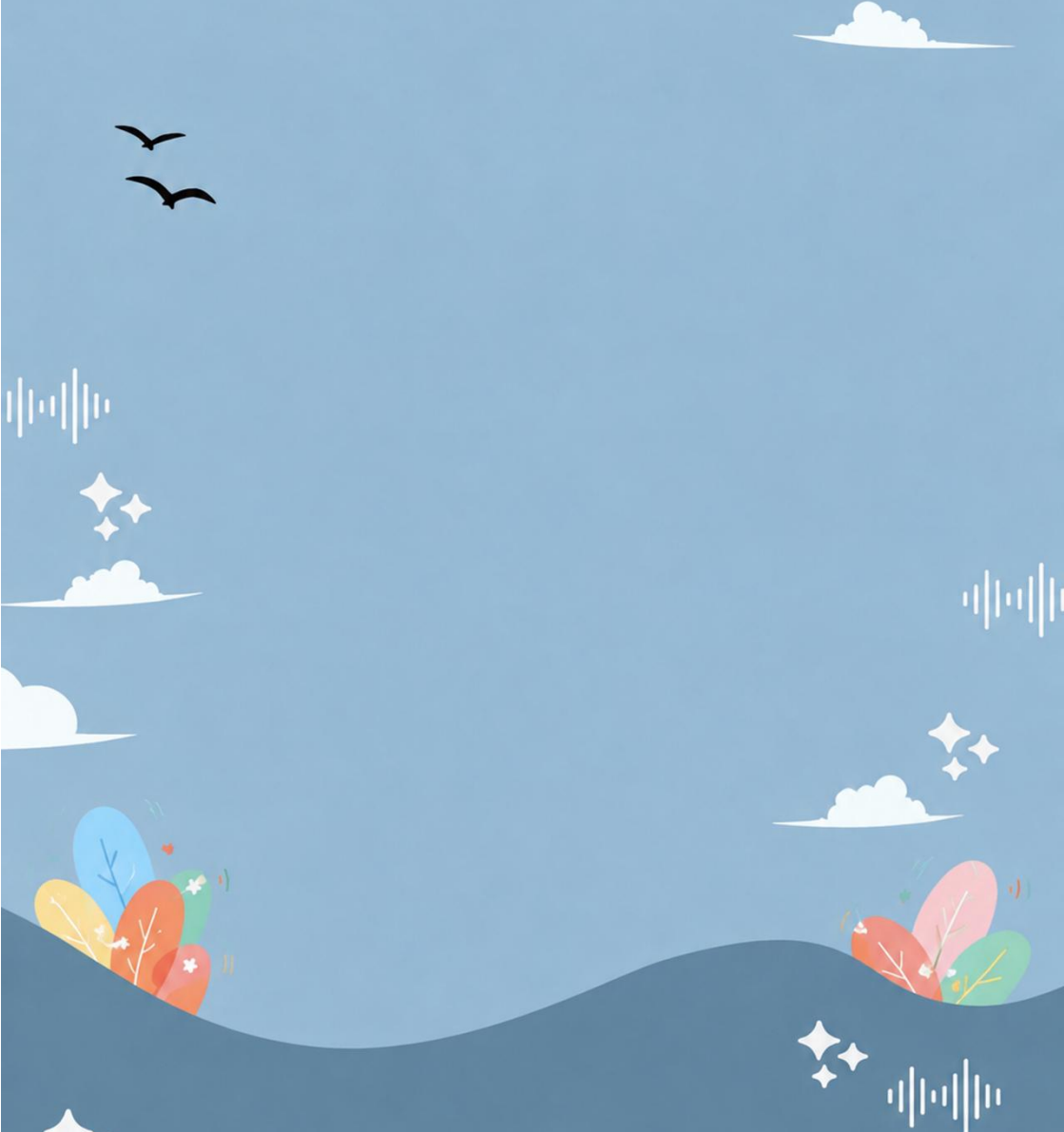
- Ali, S. A., El-Setouhy, M., Albasheer, O., Alqassim, A. Y., Muaddi, M. A., Jareebi, M. A., Mkeen, A. M., Alattas, K. K. M., Moheedin A. Alshareef, G., Koko, R. F. I., Masmali, O. M. H., Mohammed A. Julajil, F., Dalak, F. E. L., Hakami, R. A., & Alharbi, A. A. (2025). Sociodemographic, health, and environmental determinants of speech delay in children: A case–control study. *Medicine*, 104(34), e43817. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000043817>
- Birdsong, D. (2018). Plasticity, Variability and Age in Second Language Acquisition and Bilingualism. *Frontiers in Psychology*, 9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00081>
- Brown, R. (1973). *A First Language: The Early Stages*. <https://ci.nii.ac.jp/ncid/BA20295126>
- Bruner, J. (1985). Child's Talk: Learning to Use Language. *Child Language Teaching and Therapy*, 1(1), 111–114. <https://doi.org/10.1177/026565908500100113>
- Chomsky, N. (2014). *Aspects of the Theory of Syntax, 50th Anniversary Edition*. MIT Press. <https://books.google.co.id/books?id=ljFkBgAAQBAJ>
- Gerber, R. J., Wilks, T., & Erdie-Lalena, C. (2010). Developmental Milestones: Motor Development. *Pediatrics in Review*, 31(7), 267–277. <https://doi.org/10.1542/PIR.31-7-267>



- Gong, Y. (2024). Developmental Language Disorder: Do Speech and Language Therapies Help to Address the Problem? *MedScien*, 1(6).
<https://doi.org/10.61173/j21fpf02>
- Hoff, E. (2009). Language development at an early age: Learning mechanisms and outcomes from birth to five years. *Encyclopedia on early childhood development*, 1-5.
- Hulit, L. M., & Howard, M. R. (1992). *Born to Talk: An Introduction to Speech and Language Development*.
<https://www.amazon.com/Born-Talk-Introduction-Development-Communication/dp/0134760794>
- Irchamna, A. M., Regina Maya Arisanti, Lisanur Azizah, & Maria Mintowati. (2024). Analisis Speech Delay Pada Gangguan Berbahasa Anak Selebriti Indonesia Dalam Tinjauan Kajian Psikolinguistik. *Morfologi : Jurnal Ilmu Pendidikan, Bahasa, Sastra Dan Budaya*, 2(4), 181–193. <https://doi.org/10.61132/morfologi.v2i4.699>
- Liang, W. H. K., Gn, L. W. E., Tan, Y. C. D., & Tan, G. H. (2023). Speech and language delay in children: a practical framework for primary care physicians. *Singapore medical journal*, 64(12), 745–750.
<https://doi.org/10.4103/singaporemedj.SMJ-2022-051>
- Singleton, D., & Leśniewska, J. (2021). The Critical Period Hypothesis for L2 Acquisition: An Unfalsifiable Embarrassment? *Languages*, 6(3), 149.
<https://doi.org/10.3390/languages6030149>



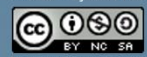
- Skinner, B. F. (2014). *Verbal Behavior*. B. F. Skinner Foundation.
<https://books.google.co.id/books?id=v4CeAwAAQBAJ>
- Stipancic, K. L., Kuo, Y.-L., Miller, A., Ventresca, H. M., Sternad, D., Kimberley, T. J., & Green, J. R. (2021). The effects of continuous oromotor activity on speech motor learning: speech biomechanics and neurophysiologic correlates. *Experimental Brain Research*, 239(12), 3487–3505. <https://doi.org/10.1007/s00221-021-06206-5>
- Vygotsky, L. S., Cole, M., John-Steiner, V., Scribner, S., & Souberman, E. (2012). *Mind in Society: Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press.
<https://books.google.co.id/books?id=u2PP6b0ddtoC>
- Walle, E. A., & Campos, J. J. (2014). Infant language development is related to the acquisition of walking. *Developmental Psychology*, 50(2), 336–348.
<https://doi.org/10.1037/A0033238>
- Warlaumont, A. S., Richards, J. A., Gilkerson, J., & Oller, D. K. (2014). A Social Feedback Loop for Speech Development and Its Reduction in Autism. *Psychological Science*, 25(7), 1314–1324.
<https://doi.org/10.1177/0956797614531023>
- Xu, H. (2025). Language Development in Preschoolers and Effective Facilitators: A Literature Review. *SHS Web of Conferences*, 220, 04003.
<https://doi.org/10.1051/shsconf/202522004003>



Jl. Sidodadi, RT/RW 015/008, Muara Gading Mas,
Labuhan Maringgai, Lampung Timur, Lampung 34198, Indonesia

Phone. (+62 813-9280-6389)
Website. penerbit.nurulimanmgm.or.id
e-mail. yayasannuruliman93@gmail.com

©2026 Yayasan Nurul Iman Muara Gading Mas



Karya ini dilisensikan di bawah Lisensi Creative Commons Attribution 4.0 Internasional



9

786340

548075