

Anak Mulai Gelisah, Berikan Pelukan Untuknya



Sehebat apakah pelukan seorang ibu? Sentuhan fisik berupa pelukan atau dekapan adalah obat mujarab gratis yang menghadirkan ketenangan dan rasa aman pada si kecil. Mau tahu lebih lanjut tentang kekuatan pelukan ini? Simak ulasan berikut ini ya.

Mungkin Anda sering melihat seorang bayi yang menangis bisa tenang dengan cepat saat berada di pelukan sang Ibu. Hal ini terjadi bukan tanpa alasan lho. Sentuhan fisik disertai dengan kasih sayang sang Ibu adalah media komunikasi dimana si kecil memahaminya bahwa dia sedang disayangi dan sedang berada pada tempat yang aman.

The Urban Child Institute, sebuah lembaga yang telah melakukan studi tentang perkembangan bayi sejak tahun 2006 menemukan bahwa sentuhan fisik (*touch*), mengajak bicara (*talk*) dan bermain dengan menggerakkan fisik (*play*) adalah tiga hal yang sangat mendasar bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi.

Oleh karena itu, bayi yang kurang sentuhan mengalami pertumbuhan yang lambat. Selain itu, juga mengalami masalah dalam perkembangan kognitif dan emosinya. Hal ini akan berakibat pada karakternya di masa depan tentang bagaimana mengatasi masalah, menciptakan kebahagiaan dan hubungan personal.

Journal of Epidermiology and Community Health pada tahun 2010 menyimpulkan bahwa seseorang yang sempat menikmati kasih sayang berlimpah dari sang Ibu saat bayi ternyata memiliki tingkat stres dan kebingungan yang sangat rendah. Orang yang dibesarkan dengan kasih sayang ini cenderung lebih percaya diri dalam menghadapi

masalah, mudah beradaptasi dan lebih tenang. Mereka memiliki ketenangan secara emosional lebih baik daripada orang yang kurang mendapat kasih sayang dari ibunya saat bayi.

Bagi Anda yang sedang membesarkan anak usia bayi atau balita, gunakan kesempatan emas ini untuk mencurahkan kasih sayang Anda. Segera berikan pelukan terbaik Anda pada si buah hati. Semoga bermanfaat.

<https://www.sahabatnestle.co.id/content/view/anak-mulai-gelisah-berikan-pelukan-untuknya.html>