



HUBUNGAN MENGGENDONG POSISI M-SHAPE TERHADAP BOUNDING ATTACHMENT DAN KUALITAS TIDUR PADA BAYI BERUSIA 3-6 BULAN DI POSYANDU CEMARA III DESA RAHUNING TAHUN 2023

Lia Aprianti¹, Tiarnida Nababan², Delvita Irmayasari³, Hosanna Angelika Panjaitan⁴,
Romana Yutrianis Bali⁵

Universitas Prima Indonesia
liaapriantifkrr@gmail.com

Abstrak

Masa bayi merupakan masa emas untuk pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga perlu mendapatkan perhatian khusus dan kasih sayang. Salah satu faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang bayi adalah tidur dan istirahat. Salah satu cara yang dapat digunakan untuk memenuhi kebutuhan tersebut adalah dengan menggendong bayi. Akan tetapi, pada realitanya menunjukkan masih banyak ibu-ibu yang enggan untuk melakukan menggendong secara rutin kepada bayinya apalagi di awal kelahiran. Hal tersebut karena adanya perasaan takut salah menggendong pada bayinya dan tidak tahu cara menggendong posisi bayi yang benar. Posisi M-Shape saat ini dianggap paling aman karena membuat panggul bayi tetap berada di dalam rongganya dan terhindar dari hip dysplasia. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan menggendong posisi M-Shape terhadap bounding attachment dan kualitas tidur pada bayi berusia 3-6 Bulan di Posyandu Cemara III Desa Rahuning. Jenis penelitian yang digunakan adalah quasi experiment dengan rancangan "One Group Pre Test-Post Test Design". Sampel penelitian ini diambil secara Purposive Sampling. Pengambilan data dengan menggunakan kuesioner, penelitian, analisis data univariat dan bivariat. Hasil penelitian yang dilakukan dengan uji statistik Wilcoxon Sign Rank Test ditemukan adanya hubungan yang signifikan antara menggendong posisi M-Shape terhadap bounding attachment dan kualitas tidur pada bayi dengan nilai yang diperoleh p-value ($< 0,05$).

Kata Kunci: *Posisi M-Shape, Bounding Attachment dan Kualitas Tidur.*

Abstract

Infancy is a golden period for the growth and development of children so they need special attention and affection. One of the factors that affect the growth and development of the baby is sleep and rest. One way that can be used to meet these needs is to hold the baby. However, the reality shows that there are still many mothers who are reluctant to carry their babies routinely, especially at the beginning of birth. This is because there is a feeling of fear of holding the baby wrong and not knowing how to hold the baby in the correct position. The M-Shape position is currently considered the safest because it keeps the baby's pelvis in its cavity and avoids hip dysplasia. This study aims to analyze the relationship between holding the M-Shape position on bounding attachment and sleep quality in infants aged 3-6 months at Posyandu Cemara III Rahuning Village. The type of research used is a quasi experiment with the design "One Group Pre Test-Post Test Design". The research sample was taken by purposive sampling. Collecting data using questionnaires, research, univariate and bivariate data analysis. The results of research conducted using the Wilcoxon Sign Rank Test statistical test found that there was a significant relationship between holding the M-Shape position on bounding attachments and sleep quality in infants with a p-value (< 0.05).

Keywords: *M-Shape Position, Bounding Attachment and Sleep Quality.*

PENDAHULUAN

Masa bayi merupakan masa emas untuk pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga perlu mendapatkan perhatian khusus dan kasih sayang. Salah satu faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang bayi adalah tidur dan istirahat. Kebutuhan tidur tidak hanya dilihat dari aspek kuantitas saja namun juga kualitasnya. Dengan kualitas tidur yang baik pertumbuhan dan perkembangan bayi dapat dicapai secara optimal. WHO tahun 2012 yang dicantumkan dalam jurnal *Pediatrics*, tercatat 33% bayi mengalami masalah tidur. Menurut hasil penelitian gangguan tidur dibawah usia tiga tahun, yang dilakukan di lima kota yaitu Jakarta, Bandung, Medan, Palembang dan Batam diperoleh data 51,3% bayi mengalami gangguan tidur, 42% jam tidur malam nya kurang dari 12 jam, terbangun pada malam hari lebih dari tiga kali dan lama terbangun pada malam hari lebih dari satu jam (Sari, 2017).

Bayi dikatakan mengalami gangguan tidur jika pada malam hari tidur kurang dari sembilan jam, terbangun lebih dari tiga kali. Selama tidur terlihat selalu rewel, menangis dan sulit tidur kembali. Salah satu cara yang dapat digunakan untuk memenuhi kebutuhan tersebut adalah dengan menggendong bayi. Bayi yang digendong akan meningkatkan bounding attachment dan dapat tidur dengan lelap sedangkan pada waktu bangun daya konsentrasinya akan lebih penuh. Fakta menunjukkan masih banyak ibu-ibu yang enggan untuk melakukan menggendong secara rutin kepada bayinya apalagi di awal kelahirannya. Hal tersebut karena adanya perasaan takut salah menggendong bayinya dan tidak tahu cara menggendong posisi bayi yang benar (Sukmawati & Imanah, 2020).

Menggendong bayi merupakan aktivitas yang tidak bisa dihindari ketika menjadi orang tua dan sudah menjadi kebiasaan turun-temurun dari nenek moyang kita sejak abad ke-20 dalam keseharian di berbagai bangsa seperti masyarakat Afrika, India, Amerika, Meksiko, hingga penjuru negara lainnya. Hingga pada tahun 1980-an perkembangan jenis gendongan kain panjang dan gendongan instan tumbuh dengan pesat sejalan dengan lajunya jumlah perusahaan-perusahaan yang memproduksi berbagai macam tipe gendongan mulai dari usaha kecil hingga skala besar. Ketika Bayi lahir ke dunia membuat dirinya harus beradaptasi dengan perbedaan suasana. Kehangatan dan kegelapan digantikan dengan dinginnya suhu ruangan dan silaunya cahaya. Tidak heran ketika bayi lahir ingin digendong terus dan selalu ingin didekat ibu karena bayi menemukan kenyamanannya seperti masih di dalam kandungan (Muminah & Salim, 2022).

Untuk membuat bayi merasa nyaman, salah satu cara yang digunakan adalah

menggendongnya. mendengar suara degup jantung ibu, suara ibu yang khas, hangat tubuh ibunya serta ritme langkah dan gerakan tubuh ibu adalah hal yang sangat dikenal bayi yang dengan cepat memberi mereka rasa aman dan tenang, itu sebabnya bayi mudah tertidur di dalam gendongan. Bayi yang digendong selama 3 jam sehari lebih sedikit menangis sebanyak 43% dibandingkan bayi yang tidak digendong, terutama pada tiga bulan pertama kelahirannya. Menggendong adalah salah satu cara untuk meningkatkan bounding / ikatan antara ibu dan bayi. Menggendong anak, memeluknya dengan erat, sebenarnya adalah cara kita untuk mengatakan kepadanya bahwa tidak ada yang perlu ditakutkan, karena apapun yang akan terjadi ada orang tua yang akan selalu ada untuknya. Namun hingga saat ini ternyata masih banyak yang belum memahami cara menggendong bayi yang aman dan nyaman.

Menggendong posisi M-Shape merupakan teknik menggendong bayi yang paling dianjurkan oleh dokter spesialis Orthopaedi dan Traumatologi, di mana letak lutut lebih tinggi dari bokong anak. Posisi M-Shape, saat ini dianggap paling aman karena membuat panggul bayi tetap berada di dalam rongganya dan terhindar dari hip dysplasia pada bayi. Posisi M-Shape juga memungkinkan bayi lebih tenang, mudah tidur, dan memperlambat ikatan emosional dengan orang tua (bounding attachment) karena wajah bayi menghadap orang yang menggendongnya juga melatih perkembangan otot inti bayi karena menggendong dengan posisi M-Shape memiliki efek yang sama dengan meletakkan bayi dalam posisi tengkurap (Williams & Turner, 2020).

Menggendong posisi M-Shape memang belum lazim digunakan para ibu di Indonesia. Sebabnya, banyak yang masih menyangka posisi tersebut akan membuat kaki bayi kesakitan karena mengangkang. Padahal, cara ini yang paling tepat dan disarankan untuk menggendong anak. Menggendong posisi M-Shape terbukti dapat menjaga kesehatan sendi pinggul bayi. Sebab, bayi baru lahir memiliki posisi tubuh melengkung membentuk C shape. Dengan posisi M-Shape tulang belakang akan tumbuh secara optimal dan terjaga. Posisi menggendong selain M-Shape, berpotensi membuat pertumbuhan tulang bayi tak maksimal dikarenakan kemampuan gendongan yang tidak menyokong kaki bayi dengan sempurna dan posisi bayi menghadap kedepan atau membelakangi penggendong membuat orang tua menjadi lebih sulit merespons isyarat karena wajah bayi tidak terlihat langsung (Girish et al., 2019). Penelitian "Potential Therapeutic Benefits of Babywearing" oleh (Reynolds-Miller, 2016) menyatakan bahwa menggendong bayi dengan posisi yang tepat dapat memberi manfaat terapeutik yaitu menciptakan efek analgesik,

mendukung perkembangan sosio emosional bayi sehingga bayi lebih tenang dan jarang menangis (Reynolds-Miller, 2016).

Dalam penelitian evaluasi produk gendongan bayi menggunakan Metode Kansei Engineering dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada 3 faktor utama yang mendorong konsumen memilih gendongan bayi, yaitu kenyamanan, desain, dan bahan. Berdasarkan 3 faktor tersebut, konsumen memberikan skor tertinggi untuk gendongan kanguru atau gendongan bayi bungkus (Priyandini & Widyanti, 2020). Kemudian penelitian ini juga berbeda dengan penelitian (Fahira & Rosandini, 2021) dengan judul analisa jenis produk gendongan yang sesuai digunakan para ibu di masa pandemi COVID-19 dengan hasil penelitian menunjukkan jenis produk gendongan yang sesuai dengan kebutuhan para ibu yang kegiatan hariannya dominan dilakukan di rumah adalah jarik, ring-sling, dan stretch-wraps. Material berbahan serat alam baik digunakan, karena nyaman digunakan anak, karakter yang mudah dibersihkan, cepat kering, serta berukuran compact (Fahira & Rosandini, 2021).

Pada studi pendahuluan oleh peneliti pada tanggal 10 Desember 2022 didapatkan informasi dari bidan desa (Ibu Nadia) bahwa Posyandu Cemara III Desa Rahuning masih awam tentang menggendong metode M-Shape, dan menyamakan cara tersebut adalah pekeh yang tidak boleh dilakukan pada bayi sebelum bisa duduk. Dari studi pendahuluan dengan 4 ibu yang mempunyai bayi usia 3 sampai 6 bulan, mengatakan belum pernah mencoba menggendong metode M-Shape karena takut terlalu menganggang dan bisa membuat kaki bayi bengkok.

Berdasarkan pernyataan yang ada di atas mengenai menggendong posisi M-Shape terhadap bounding attachment dan kualitas tidur pada bayi disertai dengan penelitian yang terdahulu, maka kami tertarik untuk melakukan penelitian ini dengan judul “Hubungan Menggendong Posisi M-Shape terhadap Bounding Attachment dan Kualitas Tidur pada Bayi Berusia 3-6 bulan di Posyandu Cemara III Desa Rahuning Tahun 2023”.

Penelitian ini bertujuan untuk memahami hubungan antara menggendong posisi M-Shape dengan bounding attachment dan kualitas tidur pada bayi berusia 3-6 bulan di Posyandu Cemara III Rahuning Induk Tahun 2023. Terdapat tiga tujuan khusus dalam penelitian ini. Pertama, untuk mengidentifikasi kondisi bounding attachment dan kualitas tidur pada bayi sebelum dilakukan menggendong posisi M-Shape di Posyandu Cemara III Desa Rahuning. Kedua, untuk mengidentifikasi kondisi bounding attachment dan kualitas tidur pada bayi setelah dilakukan menggendong posisi M-shape di Posyandu Cemara

III Desa Rahuning. Dan ketiga, untuk menganalisis apakah ada hubungan antara menggendong posisi M-Shape dengan bounding attachment dan kualitas tidur pada bayi berusia 3-6 bulan di Posyandu Cemara III Desa Rahuning Tahun 2023. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang berguna bagi para orangtua dan pihak Posyandu dalam memahami pentingnya menggendong posisi M-Shape bagi bayi dan dampaknya terhadap kesehatan dan perkembangan bayi. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan menggendong posisi M-Shape terhadap bounding attachment dan kualitas tidur pada bayi berusia 3-6 Bulan di Posyandu Cemara III Desa Rahuning

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah quasi-experiment dengan desain penelitian One Group Pre Test-Post Test Design. Kelompok subjek diobservasi sebelum dilakukan intervensi, kemudian diobservasi lagi setelah intervensi. Penelitian dilakukan di Posyandu Cemara III, Desa Rahuning, Dusun V, Kecamatan Rahuning, Kabupaten Asahan pada bulan Januari 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu yang memiliki bayi usia 3-6 bulan di Posyandu Cemara III Desa Rahuning yang berjumlah 35 orang, sedangkan sampel penelitian ini adalah 32 responden dengan menggunakan teknik sampling purposive sampling. Data dikumpulkan dengan menggunakan lembar observasi, diolah dengan melakukan pemeriksaan data, coding, penilaian (scoring), dan tabulasi. Analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat untuk mendeskripsikan dan menganalisis hubungan antara variabel dependen (menggendong posisi M-Shape) dan variabel independen (bounding attachment dan kualitas tidur pada bayi berusia < 6 bulan).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (n=32)

Karakteristik	Frekuensi (f)	Presentasi (%)
Usia Bayi		
3 Bulan	1	3.1 %
4 Bulan	6	18.8 %
5 Bulan	8	25.0 %
6 Bulan	17	53.1 %
Total	32	100.0 %
Jenis Kelamin		
Laki – Laki	12	37.5 %
Perempuan	20	62.5 %
Total	32	100.0 %
Status Kesehatan		
Sehat	32	100.0 %
Sakit	0	0 %
Total	32	100.0 %

Berdasarkan tabel 1 hasil analisis Univariat mayoritas kelompok usia bayi adalah berumur 6 bulan sebesar 17 responden (53,1%), mayoritas berjenis kelamin adalah perempuan sebesar 20 responden (62,5%), mayoritas kelompok status kesehatan adalah sehat sebesar 32 responden (100%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Pretest Bounding Attachment

Pre Test Bounding Attachment	Frekuensi (f)	Presentasi (%)
Baik	14	43,8
Cukup	11	34,4
Kurang	7	21,9
Total	32	100.0 %

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa bounding attachment sebelum dilakukan teknik menggendong posisi M-Shape dari sebagian besar responden adalah baik sebesar 14 responden (43,8%).

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Post Test Bounding Attachment

Post Test Bounding Attachment	Frekuensi (f)	Presentasi (%)
Baik	20	62,5
Cukup	7	21,9
Kurang	5	15,6
Total	32	100.0 %

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa bounding attachment sesudah dilakukan teknik menggendong posisi M-Shape dari sebagian besar responden adalah baik sebesar 20 responden (62,5%).

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Pretest Kualitas Tidur Bayi

Pre Test Kualitas Tidur Bayi	Frekuensi (f)	Presentasi (%)
Baik	7	21,9
Cukup	15	46,9
Kurang	10	31,3
Total	32	100.0 %

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa kualitas tidur sebelum dilakukan teknik menggendong posisi M-Shape dari sebagian besar responden adalah cukup sebesar 15 responden (46,9%).

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Post Test Kualitas Tidur Bayi

Post Test Kualitas Tidur Bayi	Frekuensi (f)	Presentasi (%)
Baik	17	53,1
Cukup	8	25,0
Kurang	7	21,9

Total	32	100.0 %
-------	----	---------

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa kualitas tidur sesudah dilakukan teknik menggendong posisi M-Shape dari sebagian besar responden adalah baik sebesar 17 responden (53,1%).

Tabel 6 Tabulasi Silang Hubungan Menggendong Posisi M-Shape terhadap Bounding Attachment

No	Bounding Attachment Bayi Usia 3-6 Bulan	Bounding Attachment Bayi Usia 3-6 Bulan			
		Sebelum	%	Sesudah	%
1	Baik	14	43,8	20	62,5
2	Cukup	9	28,1	7	21,9
3	Kurang	8	25	5	15,6
Total		32	100	32	100

Uji Wilcoxon p (0,033) < sig (0,05)

Berdasarkan tabel 6 hasil uji statistik Wilcoxon Signed Rank diperoleh angka signifikan atau nilai probabilitas (0,033) lebih rendah standar signifikan dari 0,05 atau ($p < \alpha$), maka data Ho ditolak dan H1 diterima yang berarti ada hubungan menggendong posisi M-Shape terhadap bounding attachment pada bayi berusia 3 -6 bulan di Posyandu Cemara III Desa Rahuning.

Tabel 7 Tabulasi Silang Hubungan Menggendong Posisi M-Shape terhadap Kualitas Tidur Bayi

No	Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan	Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan			
		Sebelum	%	Sesudah	%
1	Baik	7	21,9	17	53,1
2	Cukup	15	46,9	8	25,0
3	Kurang	10	31,3	7	21,9
Total		32	100,0	32	100,0

Uji Wilcoxon p (0,040) < sig (0,05)

Berdasarkan tabel 7 hasil uji statistik Wilcoxon diperoleh angka signifikan atau nilai probabilitas (0,040) lebih rendah standar signifikan dari 0,05 atau ($p < \alpha$), maka data Ho ditolak dan H1 diterima yang berarti ada hubungan menggendong M-Shape terhadap kualitas tidur bayi berusia 3-6 bulan di Posyandu Cemara III Desa Rahuning.

Bounding Attachment Sebelum Dilakukan Menggendong Posisi M -Shape pada Bayi Usia 3-6 Bulan

Hasil penelitian yang telah dilakukan di Posyandu Cemara III Desa Rahuning bounding attachment sebelum dilakukan teknik menggendong posisi M - Shape sebagian besar dari responden adalah baik yaitu sebesar 14 bayi (43,8%) hal ini disebabkan karena sebagian

responden belum mengetahui teknik menggendong posisi M-Shape.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Dewi et al., 2021) juga menyatakan hasil penelitiannya menunjukkan bahwa penelitian bounding attachment sebelum dilakukan M Shape hasilnya cukup sebesar 54 bayi (27%) (Dewi et al., 2021).

Kegiatan menggendong bayi terlihat sepele, namun alangkah baiknya orang tua mengetahui posisi menggendong bayi yang mana yang benar dan aman. salah satunya yaitu dengan teknik menggendong M-Shape, yang memungkinkan melatih kemampuan berbahasa dan mempererat emosional dengan orang tua karena posisi wajah bayi menghadap pada orang yang menggendongnya (Sari, 2017).

Pelaksanaan menggendong posisi M-Shape dilakukan oleh peneliti sesuai dengan Standart Operational Procedure (SOP), mengarahkan ibu mengisi lembar observasi sebelum diberikan tindakan kemudian intervensi dilakukan selama 4 minggu dalam waktu 2-3 jam per hari.

Bounding Attachment Setelah Dilakukan Menggendong Posisi M-Shape pada Bayi Usia 3-6 Bulan

Hasil penelitian yang telah dilakukan di Posyandu Cemara III Desa Rahuning bounding attachment setelah dilakukan teknik menggendong posisi M-Shape sebagian besar dari responden adalah baik yaitu sebesar 20 responden (62,5%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Dewi et al., 2021) juga menyatakan hasil penelitiannya menunjukkan bahwa penelitian bounding attachment sesudah dilakukan M Shape hasilnya baik sebesar 54 bayi (27%) (Dewi et al., 2021). Untuk membuat bayi nyaman, salah satu cara yang sering dilakukan adalah dengan menggendongnya. Selain bisa membuat bayi merasa nyaman, aktivitas menggendong bayi (babywearing) juga bisa menumbuhkan bonding yang lebih erat antara orang tua dengan bayi. Menggendong merupakan salah satu perangkat dari attachment parenting, sebuah metode pengasuhan anak (Wibowo, 2021). Bonding adalah suatu langkah untuk mengungkapkan perasaan afeksi (kasih sayang) oleh ibu kepada bayinya segera setelah lahir sedangkan attachment adalah interaksi antara ibu dan bayi secara spesifik sepanjang waktu. Ikatan orang tua terhadap anaknya dapat terus berlanjut bahkan selamanya walau dipisah oleh jarak dan waktu (Rini & Kumala, 2017).

Kualitas Tidur Bayi Sebelum Dilakukan Menggendong Posisi M-Shape

Hasil penelitian yang telah dilakukan di Posyandu Cemara III Desa Rahuning Kualitas Tidur Bayi sebelum dilakukan teknik menggendong posisi M-Shape sebagian besar dari responden adalah cukup yaitu sebesar 15 responden (46,9%).

Penelitian yang dilakukan oleh (Dewi et al., 2021) juga menyatakan pada hasil penelitiannya bahwa kualitas tidur bayi sebelum dilakukan M-Shape cukup sebesar yaitu sebesar 53 responden (26,5%) (Dewi et al., 2021).

Gendongan membantu bayi beradaptasi di dunia yang baru dan asing sejak dilahirkan. Saat digendong, bayi bisa merasa sangat dekat dengan suasana ketika masih dalam kandungan. Ini adalah alasan mengapa setelah bayi dilahirkan, tubuh ibu menjadi tempat yang paling nyaman dan gendongan adalah alat yang paling tepat digunakan sehingga bayi mudah terlelap saat digendong dan mudah terbangun saat dilepaskan dari gendongan (Grisham, L. M., et al 2023).

Kualitas Tidur Bayi Sesudah Dilakukan Menggendong Posisi M-Shape

Hasil penelitian yang telah dilakukan di Posyandu Cemara III Desa Rahuning setelah dilakukan teknik menggendong posisi M-Shape terhadap kualitas tidur bayi menjadi baik sebanyak 17 responden (53,1%).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Dewi et al., 2021) juga menyatakan pada hasil penelitiannya bahwa kualitas tidur bayi setelah dilakukan teknik menggendong M-Shape hasilnya baik yaitu sebesar 54 ibu (27%).

Posisi M-Shape memang belum lazim digunakan oleh para ibu di Indonesia. Banyak yang masih mengira bahwa posisi tersebut akan membuat kaki bayi kesakitan atau bahkan menjadi bermasalah. Padahal metode ini paling tepat dan disarankan untuk menggendong bayi. Posisi M-Shape dianggap paling aman karena membuat panggul bayi tetap berada dalam rongganya. Menggendong Posisi M-Shape juga memungkinkan bayi untuk lebih tenang dan mudah tidur, mempererat ikatan emosional dengan orang tua. Selain itu melatih perkembangan otot inti bayi karena dengan menggendong menggunakan metode M-Shape memiliki efek yang sama dengan meletakkan bayi dalam posisi tengkurap (Fahira & Rosandini, 2021).

Hubungan Menggendong Posisi M-Shape terhadap Bounding Attachment dan Kualitas Tidur Pada Bayi Berusia 3-6 Bulan di Posyandu Cemara III Desa Rahuning

Hasil penelitian bounding attachment sebelum menggendong posisi M-Shape hasilnya baik sebesar 14 bayi (43,8%) dan setelah dilakukan menggendong posisi M-Shape terhadap

bounding attachment hasilnya naik menjadi baik sebesar 20 bayi (62.5%), hasil uji wilcoxon (p-value) 0,033 lebih rendah standar signifikan dari 0,05 atau ($p < \alpha$) artinya ada hubungan menggendong posisi M-Shape terhadap bounding attachment. Sedangkan kualitas tidur bayi sebelum M-Shape cukup sebesar 15 responden (46.9%) dan setelah dilakukan posisi M-Shape menjadi baik sebanyak 17 responden (53,1%) dengan hasil uji statistik Wilcoxon diperoleh (p-value) 0,040 lebih rendah standar signifikan dari 0,05 atau ($p < \alpha$) artinya ada hubungan menggendong posisi M-Shape terhadap kualitas tidur pada bayi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Dewi et al., 2021) bahwa bounding attachment sebelum posisi M Shape cukup dan setelah posisi M Shape menjadi baik sebanyak 54 ibu (27%), hasil uji Wilcoxon p value adalah 0,000 artinya ada pengaruh menggendong posisi M Shape terhadap Bounding Attachment. Kualitas tidur bayi sebelum posisi M Shape cukup dan setelah posisi M Shape menjadi baik sebanyak 54 ibu (27%) hasil uji Wilcoxon p value adalah 0,000 artinya ada pengaruh menggendong posisi M Shape terhadap kualitas tidur.

Hal ini juga didukung oleh penelitian yang telah dilakukan oleh (Suryani et al., 2023) menyatakan bahwa pemberian M shape lebih baik dalam meningkatkan kualitas tidur dibandingkan dengan memberikan J Shape. Hasil ini dibuktikan dengan hasil uji statistik t diperoleh tingkat signifikansi p-value sebesar 0,006. Dilihat dari nilai rerata peningkatan pada setiap kelompok diperoleh bahwa pada kelompok M-shape memiliki rerata peningkatan sebesar 0,3 sedangkan pada kelompok buah naga memiliki rerata peningkatan sebesar 0,1 Dengan demikian maka pemberian M-shape lebih baik dalam meningkatkan kualitas tidur dibandingkan dengan memberikan J-shape.

Kedekatan dengan bayi meningkatkan kesadaran ibu akan kebutuhan bayinya dan perilaku ibu yang responsif selanjutnya. Menggendong bayi dengan benar merupakan aktivitas yang wajib dikuasai setiap orang tua. Oleh karena itu, penting bagi orang tua untuk mengetahui cara menggendong bayi yang benar dan tepat sesuai aturannya. Posisi menggendong bayi yang kurang tepat akan beresiko membahayakan bayi (Williams & Turner, 2020).

Kualitas tidur bayi sangat berpengaruh pada pertumbuhan, bayi yang tidur akan mengalami aktivitas regenerasi sel-sel tubuh dan perkembangan otak, oleh karena itu kualitas tidur bayi perlu dijaga. Kualitas tidur bayi bisa dinilai dari lama tidur dalam 24 jam, frekuensi bangun bayi di malam hari dan lamanya bayi terbangun saat malam hari. Bayi yang tidur cukup tanpa sering terbangun, lebih bugar dan tidak rewel pada

keesokan harinya. Tidur mempunyai efek yang besar terhadap kesehatan mental, emosi, dan fisik serta kekebalan sistem tubuh. Mengingat akan pentingnya waktu tidur pada perkembangan bayi maka kebutuhan tidurnya harus benar-benar terpenuhi agar tidak berpengaruh buruk terhadap perkembangannya. (Sari, 2017).

SIMPULAN

Hasil penelitian bounding attachment sebelum posisi M-Shape baik yaitu sebanyak 14 bayi (43,8%) dan setelah dilakukan teknik menggendong posisi M-Shape terhadap bounding attachment hasilnya naik menjadi baik sebanyak 20 bayi (62.5%), hasil uji Wilcoxon (p-value) 0,033 lebih rendah standar signifikan dari 0,05 atau ($p < \alpha$) artinya ada hubungan menggendong posisi M-Shape terhadap bounding attachment. Sedangkan kualitas tidur bayi sebelum posisi M-Shape adalah cukup sebesar 15 responden (46.9%) dan setelah dilakukan posisi M-Shape menjadi baik sebanyak 17 responden (53,1%) dengan hasil uji statistik Wilcoxon diperoleh (p-value) 0,040 lebih rendah standar signifikan dari 0,05 atau ($p < \alpha$) artinya ada hubungan menggendong posisi M-Shape terhadap kualitas tidur bayi.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, F. K., Utami, T., & Rini, S. (2021). Pengaruh Menggendong Posisi M Shape dengan Bonding Attachment dan Kualitas Tidur Bayi. *Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1–9.
- Fahira, C. T., & Rosandini, M. (2021). Analisa Jenis Produk Gendongan Yang Sesuai Digunakan Para Ibu Di Masa Pandemi Covid-19. *SINGULARITY: Jurnal Desain Dan Industri Kreatif*, 2(1), 56–61.
- Girish, G., Divo, E., Price, C. T., & Huayamave, V. (2019). *Computational Investigation of Babywearing Biomechanics in regards to Developmental Dysplasia of the Hip*. American Academy of Pediatrics Elk Grove Village, IL, USA.
- Muminah, A., & Salim, H. (2022). Fenomena Komunikasi Haptika antara Ibu dan Bayi Saat Menggendong. *Jurnal Desain Idea: Jurnal Desain Produk Industri Institut Teknologi Sepuluh Nopember Surabaya*, 21(2), 40–44.
- Priyandini, A. R., & Widyanti, A. (2020). Evaluasi produk gendongan bayi menggunakan metode Kansei Engineering. *Jurnal Optimasi Sistem Industri*, 19(1), 33–39.
- Reynolds-Miller, R. L. (2016). Potential therapeutic benefits of babywearing. *Creative Nursing*, 22(1), 17–23.
- Rini, S., & Kumala, F. (2017). *Panduan Asuhan Nifas dan Evidence Based Practice*. Deepublish.

- Sari, D. M. (2017). *Pengaruh Baby Massage Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan (Di BPM Ny. Farochah SST, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang)*. STIKES Insan Cendekia Medika Jombang.
- Sukmawati, E., & Imanah, N. D. N. (2020). Efektivitas Pijat Bayi terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Bayi. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad*, 13(1), 11–17.
- Suryani, I. S., Hilmawan, R. G., & Nurakillah, H. (2023). EFEKTIVITAS MENGGENDONG DENGAN METODE M SAVE DAN J SAVE TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI USIA 2-6 BULAN. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 14(1), 7–11.
- Williams, L. R., & Turner, P. R. (2020). Experiences with “Babywearing”: Trendy parenting gear or a developmentally attuned parenting tool? *Children and Youth Services Review*, 112, 104918.