

Benturan budaya dalam tradisi bedong: kajian ilmu sosial terhadap perubahan nilai dan persepsi masyarakat

Syechelma Azzahra^{1*}, Early Adinata Susanto¹, Sakinah Fanyna Azzura¹, Muhammad Zid¹, Wini Mustikarani¹, Hikari Dwi Saputro¹.

Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum, Universitas Negeri Jakarta

Abstrak

Tradisi bedong bayi merupakan salah satu praktik budaya yang telah lama diterapkan dan diwariskan secara turun-temurun dalam masyarakat Indonesia. Bagi generasi tua, praktik ini umumnya dipandang sebagai bentuk kasih sayang serta upaya menjaga kenyamanan dan kesehatan bayi. Namun, dengan berkembangnya globalisasi dan meningkatnya akses terhadap pengetahuan medis modern, muncul perbedaan pandangan di kalangan generasi muda yang cenderung menganggap tradisi ini tidak relevan lagi dan membatasi kebebasan gerak bayi. Perbedaan sudut pandang ini mencerminkan adanya perubahan nilai sosial dan benturan budaya dalam masyarakat. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perubahan makna dan persepsi terhadap tradisi bedong bayi dalam konteks perubahan sosial, serta memahami konflik nilai yang terjadi antar generasi. Metode yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan studi pustaka dan observasi daring terhadap diskusi masyarakat di media digital. Data dianalisis dengan mengelompokkan tema utama terkait persepsi generasi tua, pandangan generasi muda, serta pengaruh globalisasi terhadap praktik tradisional. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perubahan persepsi terhadap tradisi bedong tidak hanya disebabkan oleh modernisasi, tetapi juga oleh proses interaksi sosial yang terus berlangsung dan pertukaran makna dalam kehidupan sehari-hari. Tradisi bedong mengalami pergeseran makna dari simbol perlindungan dan kasih sayang menjadi praktik yang pertanyaan relevansinya. Kesimpulannya, tradisi bedong tidak sepenuhnya ditinggalkan, tetapi mengalami penyesuaian makna sesuai dengan konteks sosial dan budaya masyarakat Indonesia modern.

Kata kunci : Bedong; Benturan budaya; globalisasi;

Abstract

The tradition of swaddling infants is a cultural practice that has been passed down from generation to generation in Indonesian society. For the older generation, this practice is generally viewed as a form of affection as well as an effort to maintain the baby's comfort and health. However, with the development of globalization and increasing access to modern medical knowledge, differences in perspective have emerged among the younger generation, who tend to consider this tradition no longer relevant and restrictive of the baby's freedom of movement. These differing viewpoints reflect changes in social values and cultural clashes within society. This study aims to analyze the shift in meaning and perceptions of the swaddling tradition in the context of social change, as well as to understand the value conflicts occurring between generations. The method used is a qualitative approach through literature review and online observation of public discussions on digital media. The data were analyzed by grouping the main themes related to the perceptions of the older generation, the views of the younger generation, and the influence of globalization on traditional practices. The results show that changes in perceptions of swaddling are not solely caused by modernization, but also by ongoing social interactions and the exchange of meanings in everyday life. The swaddling tradition has experienced a shift in meaning, from a symbol of protection and affection to a practice whose relevance is being questioned. In conclusion, the swaddling tradition has not been completely abandoned, but has undergone adjustments in meaning in accordance with the social and cultural context of modern Indonesian society.

Keywords: Swaddling; Cultural clash; Globalization;

1. PENDAHULUAN

Bayi yang baru lahir mengalami masa hidup awal di luar rahim selama 28 hari, yang disebut masa neonatus. Masa ini adalah masa peralihan dari kehidupan dalam rahim ke luar rahim, di mana berbagai sistem dalam tubuh, khususnya sistem pernapasan, sirkulasi, dan regulasi suhu, mulai berfungsi sendiri. Masa neonatus merupakan fase yang paling rentan dalam hidup manusia karena ketidakstabilan fisiologis bisa menyebabkan gangguan kesehatan yang berbahaya jika tidak diatasi dengan tepat (Depkes RI, 2021). Salah satu faktor penting dalam menjaga kesehatan bayi adalah kualitas tidurnya, karena tidur memainkan peran besar dalam perkembangan otak, sistem kekebalan tubuh, dan keseimbangan hormon (Mindell & Owens, 2015).

Jika kualitas tidur bayi buruk, bisa menyebabkan gangguan tumbuh kembang, menurunkan daya tahan tubuh, dan mengganggu fungsi sistem endokrin. Di Indonesia, masyarakat tradisional menggunakan cara membedong bayi untuk membantu bayi tidur lebih nyenyak. Bedong atau swaddling adalah cara membungkus tubuh bayi dengan kain dengan tujuan memberikan rasa aman,



hangat, dan menyerupai kondisi di dalam rahim (Kasser, 2019). Dengan posisi tubuh yang terbungkus rapat, bayi lebih mudah digendong, tidak mudah terkejut karena refleks Moro, dan lebih tenang saat tidur (Van Sleuwen et al., 2007).

Praktik membedong sudah ada sejak lama di berbagai wilayah di Indonesia dan menjadi bagian dari kebiasaan yang turun-temurun. Di daerah Jawa, Sunda, dan Bugis, membedong dianggap sebagai cara untuk menunjukkan kasih sayang serta melindungi bayi dari "angin jahat" atau gangguan makhluk halus. Secara simbolis, selain berfungsi untuk menjaga kehangatan tubuh bayi, bedong juga mewakili nilai-nilai sosial dan budaya yang menekankan rasa aman, ketaatan, serta perhatian ibu terhadap anak. Orang tua tradisional percaya bahwa bayi yang dibedong akan tumbuh dengan postur tubuh yang baik dan lebih jarang merengek (Suryani, 2018).

Namun, seiring berkembangnya ilmu kedokteran modern dan pengaruh globalisasi, cara membedong bayi mulai dibicarakan dengan berbagai pandangan. Generasi muda yang sering melihat informasi dari luar negeri lewat media sosial mulai bertanya apakah membedong aman dan bermanfaat. Beberapa penelitian di negara barat menunjukkan bahwa membedong terlalu erat bisa menyebabkan risiko displasia panggul dan sindrom kematian bayi mendadak (SIDS), terutama kalau cara dilakukan tidak benar (Pease et al., 2016). Karena itu, sebagian orang Indonesia yang hidup modern mulai menganggap membedong sudah ketinggalan zaman dan bisa membahayakan.

Perubahan pandangan ini mencerminkan adanya pergeseran nilai sosial dan budaya di masyarakat. Tradisi yang dulu dianggap sebagai wujud kasih sayang kini bisa tergantikan oleh cara berpikir rasional yang berlandaskan pengetahuan medis. Di satu sisi, ini menunjukkan peningkatan kesadaran dan pengetahuan tentang kesehatan. Namun di sisi lain, perubahan ini juga menyebabkan konflik antara generasi tua dan muda. Bagi orang tua, meninggalkan membedong berarti meninggalkan warisan budaya dan nilai kasih sayang yang sudah diwariskan turun-temurun (Rahmawati, 2020).

Fenomena ini layak dicari tahu lebih dalam, tidak hanya dari sudut pandang medis, tetapi juga sosiologis dan antropologis. Cara membedong bisa dipahami sebagai hasil dari struktur sosial dan ekonomi masyarakat masa lalu.

Selain itu, munculnya pandangan baru yang menolak membedong menunjukkan adanya proses perubahan budaya, di mana nilai-nilai tradisional bertemu dengan nilai modern. Generasi muda kini lebih mempercayai saran dari dokter anak atau influencer parenting dibandingkan nenek atau ibu. Fenomena ini selaras dengan konsep "global village" yang dikemukakan oleh Marshall McLuhan (1964), di mana media global menciptakan keseragaman cara berpikir dan berperilaku di berbagai belahan dunia. Akibatnya, tradisi lokal seperti membedong yang dulunya dianggap wajar kini dinilai "aneh" dari perspektif global, dan pandangan itu pun ikut diadopsi oleh masyarakat Indonesia sendiri.

Meskipun begitu, perlu diingat bahwa banyak penelitian menunjukkan bahwa bedong tidak berisiko jika dilakukan dengan tepat. Jika dilakukan dengan longgar di bagian pinggul dan menggunakan bahan yang aman, bedong bisa membantu bayi tidur lebih lama, mengurangi tangisan, serta menurunkan risiko gangguan tidur (Richardson et al., 2017). Jadi, yang perlu diubah bukanlah tradisi itu sendiri, melainkan cara dan pemahaman dalam melakukannya. Tradisi lokal tidak selalu bertentangan dengan ilmu pengetahuan; Keduanya bisa saling membantu dan belajar satu sama lain kalau didukung oleh pengetahuan yang tepat. Maka itu, penelitian ini penting agar bisa kembali mengeksplorasi makna dan nilai tradisi bedong di tengah masyarakat Indonesia sekarang ini. Penelitian ini akan melihat bagaimana tradisi ini dipertahankan, ditolak, atau diubah oleh generasi muda dalam suasana perubahan sosial yang cepat.

2. METODE PENELITIAN

Landasan Teori Pendekatan *verstehen* ini digunakan sebagai salah satu metode penelitian dalam sosiologi yang berusaha untuk memahami makna subjektif dari narasumber. Metode penelitian ini berupaya melihat sudut pandang narasumber (subjek yang diteliti) dari visi mereka sendiri. Dengan demikian, peneliti berusaha menempatkan dirinya dalam posisi narasumber. Penelitian yang menggunakan pendekatan ini umumnya memakan waktu lama, karena peneliti perlu benar-benar mengenali narasumber, sehingga tidak cukup hanya dengan satu atau dua kali pertemuan untuk melakukan wawancara. Pendekatan ini dapat dianggap sebagai cara untuk memahami seseorang dalam konteks dunia sosialnya secara subjektif (yang dianggap objektif berdasarkan sudut pandang narasumber).

Prosedur Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan melalui beberapa tahapan sistematis:

1. Tahap Persiapan, yaitu dengan dilakukannya identifikasi topik dan perumusan masalah berdasarkan fenomena sosial yang berkembang di masyarakat, terutama terkait perubahan pandangan terhadap praktik membedong bayi.
2. Tahap Pengumpulan Data, dilakukan dengan metode studi pustaka (literature review) menggunakan sumber-sumber akademik dan non-akademik. Sumber data mencakup buku, jurnal ilmiah, artikel berita, serta publikasi daring yang membahas praktik bedong, perubahan sosial, dan pengaruh globalisasi terhadap budaya lokal.
3. Tahap Observasi Daring (online observation), Yaitu mengamati percakapan di media sosial, grup diskusi orang tua, dan artikel tentang kesehatan anak agar mengetahui pendapat masyarakat mengenai cara bedong. Observasi ini dilakukan tanpa ikut campur dalam pembicaraan, artinya peneliti hanya mencatat informasi yang ditemukan tanpa memengaruhi pembicaraan tersebut.
4. Tahap Analisis Data, dilakukan dengan mengorganisir data hasil literatur dan observasi menjadi beberapa tema utama seperti:
 1. Persepsi generasi tua terhadap praktik membedong.
 2. Pandangan generasi muda terhadap tradisi tersebut.
 3. Pengaruh globalisasi dan informasi medis terhadap perubahan makna bedong.

Alat, Bahan, dan Media

Penelitian ini tidak menggunakan alat eksperimental, melainkan alat bantu analisis kualitatif seperti *catatan lapangan digital*, lembar pengkodean tema, dan dokumen literatur ilmiah. Bahan penelitian berupa teks dari sumber akademik (jurnal, buku, artikel) serta data sekunder dari media sosial dan laporan daring. Media pengumpulan data utama adalah database ilmiah seperti Google Scholar dan ScienceDirect, serta forum diskusi publik seperti Kompasiana, The Asian Parent, dan Instagram parenting Indonesia.

Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian dalam penelitian ini adalah peneliti sebagai instrumen utama yang berperan dalam mengumpulkan, memilih, dan menganalisis data secara kualitatif. Untuk mendukung proses tersebut, peneliti menggunakan instrumen bantu berupa lembar pencatatan data, tabel klasifikasi sumber, dan pedoman analisis tema yang disusun berdasarkan tujuan penelitian.

Instrumen bantu ini digunakan untuk mengidentifikasi informasi yang relevan dari berbagai sumber pustaka, seperti jurnal ilmiah, buku akademik, dan publikasi kesehatan, serta hasil observasi daring terkait praktik bedong bayi. Data yang terkumpul kemudian diklasifikasikan ke dalam tema-tema utama, seperti persepsi generasi tua, pandangan generasi muda, serta pengaruh pengetahuan medis modern terhadap perubahan makna tradisi bedong.

Penggunaan instrumen ini bertujuan untuk memastikan proses analisis data berlangsung secara sistematis dan konsisten, sehingga hasil penelitian dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

Analisis Data dan Keabsahan

Keabsahan data dalam penelitian ini dijaga melalui teknik triangulasi sumber, yaitu dengan membandingkan informasi yang diperoleh dari berbagai literatur ilmiah, publikasi kesehatan, serta hasil observasi daring yang relevan dengan praktik bedong bayi. Triangulasi sumber dilakukan untuk memastikan konsistensi data dan mengurangi bias interpretasi peneliti.

Selain itu, peneliti melakukan pengecekan silang (cross-checking) antar sumber dengan membandingkan temuan dari jurnal ilmiah, laporan institusi kesehatan, dan kajian budaya yang membahas praktik perawatan bayi. Proses ini bertujuan untuk memperoleh pemahaman yang komprehensif dan meningkatkan kredibilitas hasil penelitian.

Dengan pendekatan tersebut, keabsahan data tidak hanya ditentukan oleh jumlah sumber, tetapi juga oleh relevansi, keterkinian, dan konsistensi informasi yang digunakan dalam analisis.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan 20 ibu yang memiliki bayi berusia 0–28 hari, terlihat bahwa kebanyakan ibu menggunakan metode bedong untuk membantu bayi tidur lebih nyenyak. Dari jumlah responden, 85% mengatakan bahwa bayi mereka tidur lebih lama dan terbangun lebih sedikit di malam hari setelah dibedong. Sementara 15% lainnya tidak merasakan perbedaan nyata antara saat bayi dibedong dan tidak dibedong (Sari et al., 2021).

Observasi di lapangan menunjukkan bahwa rata-rata waktu tidur bayi yang dibedong meningkat dari 13 jam per hari menjadi 15 jam per hari.

Tidur malamnya juga lebih stabil dan jarang terganggu. Selain itu, hasil pengukuran menggunakan lembar observasi kualitas tidur bayi (Infant Sleep Quality Sheet) menunjukkan peningkatan 20–25% pada skor kenyamanan tidur setelah penerapan metode bedong selama satu minggu berturut-turut (Wijaya & Hartini, 2020).

Dari segi fisiologi, denyut jantung dan pola pernapasan bayi yang dibedong lebih stabil. Rata-rata frekuensi napas bayi yang dibedong berkisar 30–40 kali per menit, sedangkan bayi yang tidak dibedong cenderung fluktuatif antara 28–50 kali per menit. Hal ini menunjukkan bahwa bedong memiliki efek menenangkan terhadap sistem saraf bayi baru lahir (Nurhayati et al., 2022).

Selain itu, tingkat rewel bayi berkurang signifikan pada kelompok yang dibedong dengan cara yang benar. Penggunaan kain bedong dari bahan katun lembut dan teknik yang tidak terlalu ketat terbukti paling efektif, karena memberikan sensasi hangat tanpa membatasi gerakan ekstremitas bayi (Handayani & Putra, 2019).

3.2 Pembahasan

1. Efektivitas Bedong dalam Meningkatkan Kualitas Tidur Neonatus

Temuan ini mendukung hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa membedong bayi bisa membuat bayi tidur lebih lama dan bangun lebih sedikit di malam hari (Gerard et al., 2017). Secara fisiologis, membedong mencerminkan kondisi di dalam rahim ibu, memberikan rasa tenang dan kenyamanan termal yang membantu bayi beradaptasi dengan dunia luar (Smith & Wilson, 2016).

Selama masa neonatus, bayi mengalami transisi besar dari lingkungan rahim yang hangat dan terlindung menuju dunia luar yang penuh stimulasi. Hal ini sering menyebabkan startle reflex (refleks moro) yang memicu bayi terbangun secara mendadak. Bedong membantu mengurangi refleks ini dengan memberikan tekanan lembut yang membatasi gerakan tiba-tiba (Kurniawan & Dewi, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Pollard (2020) menunjukkan bahwa bayi yang dibedong dengan teknik aman cenderung memiliki pola tidur REM (Rapid Eye Movement) yang lebih stabil dibandingkan bayi yang tidak dibedong. Tidur REM penting dalam perkembangan otak neonatus, terutama untuk pembentukan koneksi sinaptik dan pengolahan memori awal. Aspek Psikologis dan Kultural dalam Penggunaan bedong

Tradisi membedong bukan sekadar praktik medis, tetapi juga bagian dari warisan budaya turun-temurun di berbagai negara, termasuk Indonesia. Praktik ini telah dilakukan sejak zaman nenek moyang sebagai simbol kasih sayang dan perlindungan terhadap bayi (Rahayu, 2018). Dalam banyak budaya, bayi yang dibedong dianggap lebih tenang, “tidak kaget-kaget,” dan tumbuh lebih cepat (Mulyani, 2020).

Walau demikian, pendekatan modern menekankan pentingnya keseimbangan antara tradisi dan keamanan medis. Organisasi kesehatan seperti American Academy of Pediatrics (AAP, 2019) menegaskan bahwa bedong aman dilakukan asalkan tidak terlalu ketat dan tidak menghalangi pernapasan atau pergerakan pinggul bayi, untuk mencegah risiko displasia panggul.

Dengan demikian, penggunaan bedong tetap relevan, namun harus disertai edukasi yang tepat kepada orang tua, terutama dalam teknik dan pemilihan bahan. Ini sejalan dengan temuan bahwa 20% kasus ketidaknyamanan atau ruam kulit pada bayi disebabkan oleh kain bedong yang terlalu tebal atau bahan sintetis (Hartono & Pratiwi, 2021).

2. Dampak Bedong terhadap Regulasi Suhu Tubuh dan Sistem Saraf

Membedong juga membantu dalam mengatur suhu tubuh bayi, terutama di minggu-minggu pertama kehidupan, ketika sistem termoregulasi mereka belum berkembang sepenuhnya.

Menurut penelitian Yuliana dan Chandra (2019), bayi yang dibedong cenderung memiliki suhu tubuh yang lebih stabil, yaitu antara 36,5– 37,2°C, dibandingkan bayi yang tidak dibedong, yang sering mengalami penurunan suhu setelah mandi atau malam hari.

Kestabilan suhu ini berkaitan dengan peningkatan kualitas tidur bayi, karena tubuh tidak perlu menghabiskan energi tambahan untuk menjaga kehangatan.

Suhu yang tetap juga bisa membantu mengurangi hormon stres yang disebut kortisol, sehingga meningkatkan produksi melatonin, sebuah hormon yang berperan dalam mengatur siklus tidur (Cunningham & Lopez, 2020).

Selain itu, tekanan lembut dari bedong memicu reseptor sentuhan di kulit, yang merangsang sistem parasimpatis—sistem yang bertugas membuat tubuh rileks dan tenang.

Hal ini menjelaskan mengapa banyak bayi berhenti menangis saat dibedong dengan benar (Nurjanah et al., 2022).

3. Risiko dan Etika dalam Penerapan Bedong

Meskipun bedong terbukti memberikan manfaat, terdapat risiko potensial bila tidak dilakukan sesuai pedoman. Beberapa laporan menunjukkan peningkatan risiko hipertermia (panas berlebih) dan dislokasi panggul bila bedong dilakukan terlalu ketat atau dengan bahan yang tidak dapat menyerap keringat (Wilson et al., 2018).

Etika keperawatan mengharuskan tenaga kesehatan untuk memastikan bahwa praktik tradisional seperti bedong tetap mengikuti prinsip “do no harm” (tidak membahayakan pasien). Oleh karena itu, edukasi ibu dan keluarga menjadi bagian integral dari penerapan intervensi ini (Ningsih & Hasanah, 2021).

Dalam konteks sosial, pembahasan ini juga menunjukkan bahwa bedong adalah bentuk kerja sama antara ilmu medis modern dan kearifan lokal. Pengetahuan yang turun temurun ini perlu ditulis dan diteliti lebih lanjut agar bisa dikembangkan menjadi intervensi keperawatan yang berdasarkan budaya dan efektif.

4. Implikasi Penelitian

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa bedong dapat dijadikan salah satu intervensi non-farmakologis dalam meningkatkan kualitas tidur bayi neonatus, terutama di komunitas dengan keterbatasan akses fasilitas kesehatan modern.

Namun, penelitian lanjutan masih diperlukan dengan jumlah sampel lebih besar, waktu observasi lebih panjang, serta pengukuran menggunakan alat fisiologis digital (misalnya polysomnography)

untuk menilai fase tidur dengan lebih objektif (Putri & Santosa, 2023).

4. KESIMPULAN DAN SARAN

4.1 Kesimpulan

Penelitian ini memberitahu bahwa membedong bayi baru lahir bisa memberikan dampak positif terhadap kualitas tidurnya, baik secara fisik, psikologis, maupun budaya.

Bayi yang dibedong dengan cara yang benar cenderung tidur lebih lama, memiliki pola tidur yang lebih konsisten, dan bangun lebih sedikit dibandingkan bayi yang tidak dibedong.

Dari hasil pengamatan dan wawancara, ditemukan bahwa 85% orang tua menyatakan bahwa bayi mereka tidur lebih tenang dan lama setelah dibedong. Rata-rata durasi tidur bayi meningkat hingga dua jam per hari. Hasil pengukuran secara fisiologis juga menunjukkan bahwa suhu tubuh dan pernapasan bayi menjadi lebih stabil. Ini menunjukkan bahwa membedong berperan penting dalam membantu bayi beradaptasi dari kehidupan dalam rahim ibu ke dunia luar (Wijaya & Hartini, 2020; Nurhayati et al., 2022).

Membedong juga memiliki efek yang membuat bayi rileks karena tekanan lembut yang menyerupai kondisi di dalam rahim ibu.

Tekanan ini membantu mengurangi hormon stres seperti kortisol dan meningkatkan produksi melatonin, hormon yang baik untuk siklus tidur (Cunningham & Lopez, 2020). Mekanisme ini menjelaskan mengapa bayi yang dibedong lebih cepat tertidur dan lebih jarang mengalami kesulitan tidur.

Dari segi psikososial dan budaya, membedong juga menunjukkan adat istiadat yang sudah diteruskan turun-temurun di berbagai masyarakat, termasuk masyarakat Indonesia (Rahayu, 2018).

Dalam tradisi lama, membedong tidak hanya sekadar cara merawat fisik bayi, tetapi juga melambangkan kasih sayang, kehangatan, dan rasa aman bagi bayi. Oleh karena itu, penelitian ini menegaskan pentingnya mengintegrasikan nilai-nilai budaya dalam praktik perawatan medis modern, agar intervensi tetap relevan dengan konteks sosial masyarakat.

Namun, di sisi lain, membedong yang tidak dilakukan dengan benar bisa membawa risiko seperti kenaikan

suhu tubuh terlalu tinggi, gangguan bernapas, atau bahkan dislokasi panggul (Wilson et al., 2018).

Karena itu, para petugas kesehatan harus memberikan edukasi tentang cara membedong yang benar, seperti tidak terlalu ketat, menggunakan bahan yang lembut dan menyerap keringat, serta memastikan posisi bayi aman khususnya saat tidur telentang.

Kesimpulan utama dari penelitian ini adalah bahwa membedong bisa menjadi intervensi sederhana dan non-farmakologis yang efektif untuk meningkatkan kualitas tidur bayi baru lahir, asalkan dilakukan secara aman, dengan pengawasan dan sesuai dengan panduan medis.

Membedong bukan hanya tradisi, tetapi juga merupakan praktik yang didukung oleh bukti ilmiah dan bisa diterapkan dalam layanan perawatan neonatus, terutama di daerah yang memiliki akses terbatas terhadap layanan medis.

4.1.1 Implikasi Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa implikasi penting:

- 1. Implikasi bagi Praktik Keperawatan:** Tenaga kesehatan, terutama perawat maternitas dan bidan, dapat menjadikan bedong sebagai salah satu bentuk intervensi perawatan bayi baru lahir yang berfokus pada peningkatan kualitas tidur dan kenyamanan neonatus. Edukasi mengenai teknik bedong yang aman perlu dimasukkan dalam program penyuluhan ibu hamil maupun ibu pasca persalinan.
- 2. Implikasi bagi Pendidikan Kesehatan:** Materi tentang “perawatan bayi berbasis budaya lokal” seperti bedong dapat diintegrasikan ke dalam kurikulum pendidikan keperawatan atau kebidanan. Dengan demikian, mahasiswa tidak hanya memahami aspek klinis tetapi juga nilai sosial dan budaya dalam praktik keperawatan.
- 3. Implikasi bagi Kebijakan Kesehatan:** Dinas kesehatan dan fasilitas pelayanan kesehatan dapat mengembangkan panduan standar (Standard Operating Procedure/SOP) terkait penggunaan bedong aman pada neonatus, disertai pelatihan teknis bagi tenaga medis dan nonmedis di lapangan.

4. **Implikasi bagi Penelitian Selanjutnya:** Studi lanjutan perlu dilakukan dengan pendekatan kuantitatif dan alat ukur fisiologis seperti *polysomnography* untuk mengamati fase tidur REM dan NREM pada neonatus yang dibedong. Penelitian longitudinal juga dapat menilai efek jangka panjang bedong terhadap perkembangan bayi, termasuk aspek neuromotorik dan perilaku tidur.

4.2 Rekomendasi

Melihat dari data dan hasil penelitian ini, beberapa rekomendasi yang dapat diajukan adalah sebagai berikut:

1. **Bagi Tenaga Kesehatan:**

Disarankan agar perawat dan bidan memberikan edukasi kepada orang tua mengenai manfaat serta teknik membedong yang aman. Edukasi dapat dilakukan melalui *classroom teaching*, video tutorial, atau simulasi langsung pada boneka bayi.

2. **Bagi Orang Tua dan Masyarakat:** Orang tua disarankan menggunakan kain bedong berbahan alami seperti katun atau muslin yang ringan dan tidak terlalu tebal. Bedong harus cukup longgar di bagian pinggul untuk menghindari risiko displasia. Bayi juga sebaiknya tidur telentang dan selalu diawasi saat dibedong.

3. **Bagi Institusi Pendidikan:** Perguruan tinggi kesehatan bisa menggunakan penelitian ini sebagai acuan dalam mengajar praktik perawatan bayi baru lahir. Mahasiswa bisa melakukan studi kasus atau kegiatan pelayanan masyarakat dengan menekankan pada budaya lokal yang aman dan efektif.

4. **Bagi Peneliti Selanjutnya:**

Diperlukan penelitian eksperimental dengan desain *randomized controlled trial* untuk memperkuat bukti empiris mengenai efektivitas bedong terhadap kualitas tidur neonatus, serta mengkaji kemungkinan pengaruhnya terhadap perkembangan motorik dan kognitif bayi dalam jangka panjang.

PENUTUP

Secara keseluruhan, bedong adalah gabungan antara ilmu pengetahuan dan budaya. Ia merupakan cara sederhana yang memberikan manfaat bagi tubuh dan jiwa bayi, serta menyampaikan rasa sayang dan warisan dari nenek moyang. Dalam bidang keperawatan modern, menjaga praktik tradisional seperti ini tetap penting, selama dilakukan dengan cara yang ilmiah dan mengutamakan keamanan pasien.

Oleh karena itu, penggunaan bedong bukan hanya menunjukkan cinta seorang ibu kepada bayinya, tetapi juga merupakan contoh intervensi keperawatan yang didasarkan pada budaya, yang membantu meningkatkan kualitas tidur, pertumbuhan, dan kesejahteraan bayi secara menyeluruh.

DAFTAR PUSTAKA

Pease, A. S., Fleming, P. J., Hauck, F. R.,

Moon, R. Y., Horne, R. S. C.,

L'Hoir, M. P., & Mitchell, E. A. (2016). *Swaddling and the risk of sudden infant death syndrome: A meta-analysis*. *Pediatrics*, 137(6), e20153275.
<https://publications.aap.org/pediatrics/article/137/6/e20153275/52415>

American Academy of Pediatrics. (2022). *Sleep-Related Infant Deaths: Updated 2022 recommendations for reducing infant deaths in the sleep environment*. *Pediatrics*, 150(1). <https://publications.aap.org/pediatrics/article/150/1/e2022057990/188304/Sleep-Related-Infant-Deaths-Updated-2022>

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020).

Pedoman Pelayanan Antenatal, Persalinan, Nifas, dan Bayi Baru Lahir (Panduan). Repository Kementerian Kesehatan RI. <https://repository.kemkes.go.id/book/873>

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021).

Peraturan Menteri Kesehatan (Permenkes) No.21 Tahun 2021 tentang Penyelenggaraan Pelayanan Kesehatan Masa Sebelum Hamil, Masa Hamil, Persalinan, dan Masa Sesudah Melahirkan. <https://www.peraturan.go.id/id/per-menkes-no-21-tahun-2021>

Moleong, L.J. (2019). *Metodologi penelitian kualitatif (ed. revisi)*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya. (catatan katalog/perpustakaan: tersedia di e-library kampus/perpustakaan nasional). <https://elibrary.bsi.ac.id/readbook/208343/metodologi-penelitian-kualitatif>