



Parent-Child Bonding: Lebih dari sekedar Sentuhan

Oleh:

**Ellyana Dwi Farisandy,
M.Psi., Psikolog**

Agustiana Merdekasari, S. Kom. I



Daftar Isi

03

I. Attachment parenting

by Ellyana Dwi
Farisandy, M.Psi., Psikolog

II. Baby Massage

by Agustiana
Merdekasari, S. Kom. I

08

1. Understanding
the Babies

2. Materi Praktik

3. Massage Kondisi Khusus

08

21

45



Attachment Parenting

Oleh:
Ellyana Dwi Farisandy,
M.Psi., Psikolog



“

*A child may not know what
direction he is going,*

*but when he is attached to you,
he doesn't feel lost.*

”



1. Apa Itu Attachment Parenting?

Istilah “*attachment parenting*” diciptakan oleh Dr. William Sears, seorang dokter anak, dan istrinya, Martha Sears, seorang perawat pada tahun 1980-an

Pendekatan pengasuhan yang menekankan kedekatan secara fisik dan emosional pada anak. Secara lebih spesifik, pendekatan ini bertujuan untuk membangun kedekatan dan koneksi melalui empati, kedekatan secara fisik, serta respons yang konsisten dan segera terhadap kebutuhan anak.

2. Manfaat Attachment Parenting

- a. Keterikatan yang aman dan saling percaya membentuk dasar bagi hubungan yang aman dan kemandirian saat dewasa.
- b. Memberikan “tempat yang aman” akan membuat bayi percaya diri untuk menjelajahi dunia di sekitarnya dengan aman dan membantu mereka memiliki temperamen yang lebih santai

- c. Anak akan mengembangkan keterampilan bahasa yang lebih baik dibandingkan anak-anak yang tidak mengalami gaya attachment parenting.
- d. Anak lebih mampu mengatur emosi dengan lebih baik seperti rasa takut, marah, dan kesusahan.
- e. Mengurangi paparan mereka terhadap stres, yang secara positif dapat mempengaruhi perkembangan otak dan kemampuan mengatasi stres di kemudian hari.

3. Bentuk Attachment Parenting

- a. *Birth bonding*: Adanya ikatan fisik dan emosional antara orang tua dan anak semenjak lahir, ie. skin-to-skin (memijat dan mengelus), menjaga bayi tetap dekat, dsb
- b. *Breastfeeding* (menyusui)
- c. *Baby wearing*, ie. menggendong bayi
- d. *Bed-sharing*. Berbagi tempat tidur dapat mengurangi kecemasan bayi akan perpisahan
- e. *Belief in baby's cries*, ie. merespons tangisan bayi dengan segera
- f. *Balance and boundaries*. Menyeimbangkan pengasuhan anak, pernikahan, serta kebutuhan kesehatan dan emosional orang tua

4. Pro & Kontra Attachment Parenting

Pro

- a. Dapat membantu anak merasa aman
- b. Dapat terhubung secara emosional dengan anak-anak mereka di tahun-tahun awal.

Cons

- a. Jika diterapkan menggunakan pendekatan “*all-or-nothing*” –dapat merugikan orang tua, ie. kurang tidur karena selalu ingin merespons bayi ketika bayi menangis
- b. Dapat menyebabkan konstan *self-sacrifice*
- c. Bisa menyebabkan rasa bersalah dan malu, ie. tidak bisa menyusui, tidak ingin selalu dekat secara fisik dan emosional dengan anak.