

MENGAPA BAYI MENANGIS TERUS MENERUS?

(Why is Baby crying continually?)

Hj. Susi Hermaningsih

Poltekkes Kemenkes Bandung, Email:shermaningsih@yahoo.co.id

ABSTRACT

Menangis adalah ungkapan perasaan sedih (kecewa, menyesal) dengan mencururkan air mata serta mengeluarkan suara (tersedu-sedu, menjerit-jerit). Bila bayi terus menerus menangis, maka perlu dicari penyebabnya kemungkinan bayi tersebut lapar, haus, teknik menyusui yang salah, ingin ditemani, tidak nyaman, gigi tumbuh, lelah, bosan, kolik, atau kebiasaan, karakter, atau bayi tersebut sakit, dan lain-lain. Menangis adalah cara bayi berkomunikasi. Melalui tangisan bayi memberitahukan kebutuhan-kebutuhannya kepada orang tua seperti rasa lapar, lelah, pedih dan keadaan tubuh yang tidak menyenangkan lainnya, serta untuk memenuhi keinginannya untuk diperhatikan. Orang tua terkadang tidak mengetahui apa yang dibutuhkan ketika bayinya menangis sehingga bayinya menangis terus-menerus. Umumnya, orang tua mengartikan tangis bayi sebagai tanda lapar padahal bayi menangis itu tidak selalu berarti lapar. Hasil penelitian tentang Pengetahuan dan Sikap Ibu tentang Bayi Menangis Terus-Menerus menunjukkan bahwa ibu-ibu memiliki pengetahuan dan sikap yang positif berdasarkan pengalaman dan informasi yang didapatkan ibu diusia produktif tetapi masih ada ibu-ibu di usia produktif ini, memiliki sikap yang negatif, yang disebabkan oleh faktor internal ibu, seperti kelelahan dan rasa cemas dalam merawat bayi yang sakit dan menangis terus-menerus. Tangisan pada bayi dapat dihentikan jika orang tua mengetahui penyebab bayi itu menangis. Bayi yang banyak menangis bisa membuat ibunya tegang, lelah dan bosan karena seorang ibu tidak tahu penyebab tangisannya. Arti tangisan bayi berbeda-beda, masing-masing merupakan tanda komunikasi yang jelas sebagai ungkapan pesan kepada orang tua tentang apa yang bayi butuhkan. Gerakan tubuh yang menyertai tangis dapat membantu orang tua lebih memahaminya. Makin lama dan makin keras tangisannya menandakan semakin kuat kebutuhannya.

Kata Kunci: bayi, orang tua/ibu, menangis terus menerus,

Crying is an expression of feelings of sadness (upset, sorry) with tears and sound (sobbing, screaming). If the baby keeps crying, it is necessary to find the cause of the baby's chance of hunger, thirst, incorrect feeding techniques, companionship, uncomfortable, teething, tired, bored, colic, or habits, character, or the baby is sick, and others. Crying is a baby's way of communicating. Through the crying baby's needs to notify the parents such as hunger, fatigue, painful and unpleasant circumstances other bodies, as well as to fulfill his desire to be noticed. The Parents sometimes do not know what is needed when the baby cries so her baby crying constantly. Generally, parents interpret as a sign of hungry baby cry, but the babies

cry it does not always mean hungry. The Results of research on Mother Knowledge and Attitudes about Baby Crying Continually showed that mothers have the knowledge and positive attitudes based on experience and information obtained productive age mothers but mothers still in the productive age, have a negative attitude, which mother caused by internal factors, such as fatigue and anxiety in the care of sick infants and crying constantly. The crying baby can be stopped if the parents know the cause of the baby 's cry. Crying baby could make her tense, tired and bored as a mother does not know the cause of the crying . Meaning crying baby is different, each is a sign of clear communication as an expression of a message to parents about what babies need. Body movements that accompany crying can help parents better understand it. The longer and louder cries indicates stronger her or his need.

Keywords: baby, parents/mother, crying continually

PENDAHULUAN

Menangis adalah cara bayi berkomunikasi. Melalui tangisan, bayi memberitahukan kebutuhan-kebutuhannya kepada orang tua seperti rasa lapar, lelah, pedih dan keadaan tubuh yang tidak menyenangkan lainnya, serta untuk memenuhi keinginannya untuk diperhatikan. Orang tua terkadang tidak mengetahui apa yang dibutuhkan ketika bayinya menangis sehingga bayinya menangis terus-menerus. Hal itulah yang membuat orang tua menjadi cemas, panik serta bingung bagaimana cara untuk menghentikan tangisnya. (Fathimah Handayani, 2010)

Tangisan pada bayi dapat dihentikan jika orang tua mengetahui penyebab bayi itu menangis. Banyak menangis adalah masalah yang sering terjadi pada anak kecil. Bayi yang banyak menangis bisa membuat ibunya tegang, lelah dan bosan karena seorang ibu tidak tahu penyebab tangisannya. (Gupte Suraj, 2004)

Secara garis besar penyebab bayi menangis dibagi dua kelompok. Pertama, bayi menangis tanpa penyakit, seperti lapar, haus, perasaan tidak enak atau tidak nyaman (kepanasan, kedinginan, popok basah, suara berisik, dan lainnya), tumbuh gigi, saat buang air kecil, kesepian, lelah, atau kolik.

Kedua, bayi menangis karena ada sesuatu penyakit seperti infeksi, radang tenggorokan, radang telinga, hernia, sumbatan usus, autisme. (Najib, 2010)

Pada umumnya, para orang tua mengartikan tangis bayi sebagai tanda lapar tetapi bayi menangis tidak selalu berarti lapar. Arti tangis berbeda-beda, masing-masing merupakan tanda komunikasi yang jelas sebagai ungkapan pesan kepada orang tua tentang apa yang bayi butuhkan. Gerakan tubuh yang menyertai tangis dapat membantu orang tua lebih memahaminya. Makin lama dan makin keras tangisannya menandakan semakin kuat kebutuhannya. Karakteristik tangisan pada bayi berbeda-beda sesuai usia bulannya dan kebutuhannya, namun mungkin banyak orang tua yang tidak mengerti arti dari tangisan bayi tersebut. (Fathimah Handayani, 2010)

Pengetahuan dan sikap orang tua tentang penyebab dan arti dari tangisan bayi sangat berperan penting dalam mengatasi bayi yang menangis sehingga bayi tidak menangis terus menerus. Tindakan yang cepat dan tepat untuk menghentikan bayi menangis dapat membuat bayi merasa nyaman dan berhenti menangis.

Jika seorang ibu tidak mengetahui penyebab anaknya menangis dan terlambat dalam

mengambil sikap untuk menghentikannya dapat berakibat fatal.

Salah satu penyebab bayi menangis terus-menerus adalah kolik, berdasarkan hasil penelitian kolik menyerang kira-kira 15-25% bayi, terlambat menangani kolik pada bayi merupakan awal yang tidak baik bagi kehidupan bayi selanjutnya. Ibu bahkan mungkin akan kesal dan memukul bayi tersebut jika tangisan bayi tidak berhenti, hal ini dapat menyebabkan cedera dan trauma pada bayi.

ANALISIS SITUASI DAN PERMASALAHAN

Seorang ibu bertanya, “Mengapa bayi saya selalu menangis dan apa yang harus saya lakukan untuk menghentikannya?.” (Tabloid Nova, Memahami Penyebab Bayi Menangis, edisi Minggu, 15 Februari 2009)

“Lihatlah si bandel ini, dia menangis dan terus menangis serta membuat saya marah”, kata seorang ibu sambil mengajak saya untuk mengamati anaknya yang berumur 2 bulan.

Seorang ibu pernah mengatakan “Kadangkala anak ini membuat saya jengkel dan saya merasa ingin sekali melemparnya.” Ibu tersebut menambahkan “Setelah bekerja seharian, anda pasti ingin tidur bukan? Bayangkan kekacauan yang terjadi ketika anak ini menangis terus sehingga membuat saya sebal dan bosan” (Gupte, 2006)

Sebelumnya para ibu termasuk yang berpendidikan, mempertanyakan mengapa bayi menangis karena lapar setelah dia sudah menerima makanan yang cukup dari ibunya. Sebagian dari ibu-ibu tidak mengetahui kebutuhan bayi yang sedang tumbuh. Sebagian yang lain tidak mengetahui bagaimana cara membuat susu formula. (Gupte, 2006)

Ada beberapa ibu, ketika bayinya menangis, ibu tersebut hanya mengusap tubuh bayinya dan langsung memberinya susu tanpa memberhentikan tangisannya terlebih dahulu karena ibu berpikir bayinya lapar, kemudian bayi tersebut muntah, jika hal ini terus dibiarkan bayi akan mengalami aspirasi yang dapat menyebabkan kematian dan udara yang berlebihan akan masuk ke perut bayi menyebabkan regurgitasi. (Risti, 2010). Ada juga seorang ibu yang anaknya sedang dirawat, ketika anaknya menangis tidak berani menggendong anaknya karena takut infusnya lepas. Ketakutan ibu itu akan menyebabkan bayinya merasa sendiri. (Risti, 2010). Banyak ibu-ibu yang bertanya “Apakah baik menggendong bayi ketika dia menangis?” Apakah tidak akan membuat anak itu menjadi manja?

Selain itu dimasyarakat, ada seorang ibu yang memukul anaknya ketika menangis, karena ibu tersebut lelah anaknya menangis terus menerus, jika perilaku *child abuse* dibiarkan pada anak dapat membuat anak menjadi cedera dan trauma.

Pengetahuan dan sikap ibu yang baik sangat dibutuhkan dalam mengatasi penyebab terjadinya tangisan bayi yang jika dibiarkan dapat berakibat fatal. Menurut Notoatmodjo (2005) pengetahuan dan sikap seseorang dipengaruhi oleh intelegensi, emosi, kepercayaan, pengalaman pribadi, belajar, usia, pendidikan, lingkungan, pengalaman orang lain, dan media massa.

Menurut Soetjiningsih (1995) bahwa dengan usia yang bertambah maka pengalaman terhadap pengetahuan dan sumber informasi yang didapat lebih baik.

KONSEP BAYI MENANGIS TERUS MENERUS

Bayi adalah anak yang belum lama lahir sampai dengan 12 bulan (Yupi (2003). Menangis adalah ungkapan perasaan sedih (kecewa, menyesal) dengan mencururkan air mata serta mengeluarkan suara (tersedu-sedu, menjerit-jerit).

Dari uraian diatas bisa disimpulkan bahwa pengertian bayi menangis terus-menerus adalah ungkapan perasaan sedih (kecewa, menyesal) dengan mencururkan air mata serta mengeluarkan suara (tersedu-sedu, menjerit-jerit) dari seseorang bayi yang belum lama lahir sampai 12 bulan. Bila bayi terus menerus mangis, perlu dicari penyebabnya, kemungkinan bayi tersebut lapar, haus, teknik menyusui yang salah, ingin ditemani, tidak nyaman, gigi tumbuh, lelah, bosan, kolik, atau kebiasaan, karakter, atau bayi tersebut sakit, dan lain-lain.

Mengapa bayi menangis??? Menurut Depkes R.I (2007) , penyebab bayi menangis diantaranya, adalah :

1) Kelaparan

Sampai saat ini menangis karena lapar adalah penyebab yang biasa ditemui bila bayi menangis secara periodik. Semakin muda usia bayi, semakin besar kemungkinan bayi menangis karena lapar. Seorang bayi yang lapar mungkin bisa menunggu ibunya untuk memberi makan tanpa harus menangis, sementara bayi yang lain akan mulai berteriak dan menangis terus-menerus dan baru berhenti ketika diberi makan. Jika bayi sudah diberi makan namun tetap tidak berhenti menangis maka bisa disebabkan karena ibu tidak mengetahui kebutuhan bayi yang sedang tumbuh, kemungkinan ibu membuat susu terlalu cair. Menangis karena haus yang berlebihan bisa disebabkan karena saat

membuat susu formula terlalu kental, terutama yang diberikan di beberapa hari pertama kehidupannya. Beberapa ibu tidak mengetahui bagaimana membuat susu formula, terkadang ibu memberikan susu formula tidak sesuai dengan rekomendasi yang tertera pada label dalam kaleng atau kemasan susu tersebut sehingga bayi masih merasa lapar. (Gupte Suraj, 2004)

2) Ibu yang merokok

Ibu yang merokok dapat menyebabkan bayinya akan lebih sering menangis dibandingkan bayi yang ibu yang tidak merokok. Bila ada di dalam keluarga ada orang lain selain ibunya yang merokok, dapat juga membuat bayi menangis karena asap rokok dapat mempengaruhi ketidaknyamanan bayi membuat bayi merasakan sesak.

3) Teknik menyusui pada bayi yang belum benar

Beberapa ibu tidak mengetahui kalau menyusui membutuhkan sebuah teknik. Payudara ibu menghalangi hidung bayi akan membuat bayi menangis. Selain itu, ibu-ibu yang belum berpengalaman tidak bisa mengeluarkan udara yang tertelan anaknya setelah menyusui bayinya, yaitu melakukan *burping* atau sendawa. Dengan tidak disendawakan akan membuat bayi menangis, karena udara yang ada dalam perut bayi membuatnya merasa tidak nyaman.

4) Bayi yang banyak kebutuhan

Beberapa bayi sering menangis dibandingkan bayi lainnya, dan bayi perlu didekap dan digendong lebih sering. Ibu yang selalu menggendong bayinya kemana-mana, dapat membuat bayi tidak menangis dibandingkan dengan ibu yang senang meninggalkan bayinya, atau ibu yang menidurkan bayi di tempat tidur terpisah. (Depkes RI, 2007, hlm. 114)

5) Menangis karena ingin ditemani

Anak kecil membutuhkan kasih sayang dan teman. Bayi mengungkapkan kesepiannya dengan cara menangis. Tangisan akan berhenti ketika bayi digendong, terutama digendong oleh ibunya. Menggendong dan menyayangi bayi secukupnya akan membuat bayi merasa lebih aman dan lebih independent di tahun-tahun yang akan datang. Menggendong bayi ketika menangis tidak akan membuatnya menjadi manja

6) Rasa tidak nyaman

Beberapa penyebab yang menyebabkan bayi kurang nyaman, misalnya popok kotor, ruam kulit, terganggu cuaca yang terlalu dingin atau yang terlalu panas, atau perutnya kembung. Popok basah atau kotor biasanya membuat bayi merasa tidak nyaman dan menyebabkan bayi menangis. Penggunaan pakaian yang berlebihan ketika suhu bayi tinggi dapat menyebabkan bayi menangis, penggunaan pakaian yang tipis juga dapat menyebabkan bayi menangis. Hal lain yang dapat membuat bayi menangis karena tidak nyaman yaitu ada sesuatu yang menusuk tubuh bayi

7) Tumbuhnya gigi

Tumbuhnya gigi adalah proses yang menyakitkan, membuat beberapa bayi sangat tersiksa. Bayi mungkin banyak menangis. Tumbuhnya gigi bagian belakang mungkin dibarengi dengan rasa sakit pada telinga

8) Kelelahan

Kebanyakan bayi akan tertidur setelah kelelahan. Beberapa bayi akan menunjukkan reaksi yang berbeda. Bayi yang berumur lebih dari 3 bulan, mungkin akan menangis dan terus menangis serta menolak untuk menyusui. Bayi seperti itu memerlukan

pelukan hangat dan timangan sebelum bayi akan tidur.

9) Kebosanan

Saat berumur 5 bulan, bayi mungkin tidak mau lagi untuk berbaring terlentang. Posisi bersandar pada sesuatu membuatnya bisa melihat apa yang terjadi disekitarnya. Perubahan posisi dan membiarkannya melihat apa yang ada disekitarnya sangat direkomendasikan untuk dilakukan pada bayi yang sedang tumbuh

10) Stimulus yang berlebihan

Tidak semua bayi dapat beradaptasi dengan mudah pada lingkungan barunya. Jika bayi berada di tempat baru dengan banyak wajah-wajah baru, yang ingin mengendongnya bergantian, bagi bayi dapat menjadi sangat tidak menyenangkan dan tidak nyaman. Bayi akan menangis karena stimulasi yang berlebihan. Dalam situasi seperti ini tenangkan bayi dengan digendong dan mengajaknya ketempat yang sepi dan mencoba untuk membatasi jumlah orang yang akan mengendong bayi

11) Tangisan karena sakit

Tangisan karena bayi merasa kesakitan berbeda dengan tangisan bayi karena lapar, yaitu bayi menangis dengan keras, menahan nafas sebentar karena rasa tidak enakannya, dan sekali-kali menangis dengan nada yang tinggi. Namun naluri ibu akan merasakan ketika bayi menangis tidak dengan seharusnya. Ibu dapat membawa bayi ke dokter untuk memastikan bayi tersebut sakit atau tidak.

12) Kolik

Beberapa bayi sering menangis tanpa satupun sebab diatas. Kadang tangisannya memiliki pola yang jelas. Bayi terus menangis pada waktu-waktu

tertentu dalam sehari, seringkali pada petang dan malam hari. Bayi mungkin menarik kakinya keatas seolah sakit perut. Mungkin bayi tampak ingin menyusu, tetapi sangat sulit untuk ditenangkan. Bayi yang menangis seperti ini mungkin memiliki usus yang sangat aktif, atau masuk angin, tetapi penyebabnya tidak jelas, hal ini disebut kolik. Kolik dapat menyerang bayi yang usianya dibawah 3 bulan. Bayi ini umumnya sehat, kemungkinan yang terjadi adalah adanya udara dalam perut, atau makanan tertentu yang jadi penyebabnya. Bila ibunya memiliki masalah maka ibu harus memperhatikan dan menghindari makanan tersebut untuk tidak mengkonsumsinya.

13) Memiliki kebiasaan menangis

Beberapa bayi menjadikan ibunya kendaraan dan mengembangkan kebiasaannya menangis dengan harapan bahwa dia akan digendong walaupun menangis sedikit saja. Sekali kita ketahui bayi kita memiliki kebiasaan tersebut, maka kita harus mengenalnya, memang sulit untuk menghentikannya, tetapi dengan kelembutan dan ketegaran hati, kita akan berhasil mengatasinya, jangan selalu merasa tidak tega atau merasa kasihan.

14) Karakter diri

Penyebab menangisnya anak-anak kemungkinan juga ada hubungannya dengan karakter anak tersebut. Kadang anak tidak mengetahui apa yang dia inginkan, atau tidak mengetahui apa yang salah. Yang diraskannya adalah hidup itu sulit dijalani, oleh karena itu dia menangis.

Sejauhmana kontribusi rasa cemas, tegang, dan kegugupan ibu terhadap tangisan anak tersebut belum diketahui dengan jelas. Demikian juga dengan tingkat kenakalan, kemanjaan, kemarahan, atau kebiasaan anak.

15) Rasa sakit

Penyebab umum sakit perut dan menangis pada dua setengah tahun pertama adalah adanya cacing dalam usus. Di Negara berkembang cacing gelang, giardia, cacing tambang, amoeba sangat umum terjadi pada anak-anak. Perawatannya cukup mudah, ibu harus mengikuti nasihat dokter. Mengobati sendiri bisa membahayakan. Perhatikan juga adanay rasa sakit bisul, atau ruam yang mungkin menyebabkan anak menangis. Infeksi akut seperti rhinitis atau otitis membutuhkan konsultasi dengan dokter. (Gupte, Suraj, 2004)

Pola tangisan dan cara mengatisi ketika bayi menangis terus-menerus, yaitu bila

1) Bayi Lapar

Tangisan bayi karena lapar, yaitu keras, terjadi dalam beberapa kali dalam sehari dan pada saat tertentu, misalnya sekitar waktu jam disusui atau diberi makan. Cara mengatasinya dengan memeluk dan menciumnya, setelah tangisan bayi berhenti, susui atau berikan makanan pada bayi.

2) Bayi Bosan

Bayi yang menangis karena bosan, terdengar lirih tetapi jika tidak ditanggapi akan semakin keras tangisanya. Cara mengatasinya, ibu dapat memberikan mainan yang menarik atau yang bisa mengeluarkan suara musik, mengajaknya menari dan menyanyi, atau mengajaknya bermain dan berjalan-jalan dilingkungan yang berbeda.

3) Bayi Merasa Tidak Nyaman

Bayi yang menangis karena tidak nyaman, akan gelisah sambil menggerakkan tubuh seperti ingin menunjukkan bagian tubuhnya yang terasa tidak nyaman. Cara

mengatasinya, ibu sebaiknya caritahu dahulu penyebab bayinya menangis. Bila popok kotor segera ganti dengan yang bersih. Bila ada ruam di kulit berilah *baby cream*. Bila kedinginan, beri bayi selimut dan sebaliknya bila bayi kepanasan lap keringatnya dan kenakan baju yang tipis pada bayi. Bila perutnya kembung, ibu dapat menyendawakan dan mengusap tubuh bayi agar bayi lebih tenang.

4) Bayi Sakit

Bayi yang menangis karena merasa sakit, suara tangisnya akan bervariasi dari lirih sampai terdengar keras, yang intinya menarik perhatian ibu. Cara mengatasinya, periksa seluruh tubuh bayi, termasuk suhu tubuhnya, bila perlu segera bawa ke dokter. Bagaimanapun ibu yang dapat merasakan bila sesuatu terjadi dan mengganggu kesehatan bayi.

5) Bayi Kolik

Bayi yang menangis karena kolik, tiba-tiba menangis hebat dan terus-menerus, tidak dapat dihibur, tangisnya begitu memelas, terjadi pada waktu sore hari menjelang malam. Lama tangisnya sampai 3 jam atau lebih. Cara mengatasinya, dekap bayi dan pijat perutnya dengan lembut, hal ini dapat membantu menenangkannya. Bila bayi tetap tidak mau berhenti menangis, coba letakkan bayi ditempat tidurnya dan coba kembali menghiburnya.

6) Hindari Empeng/ Dot

Ketika bayi menangis janganlah ibu memberikan empeng/dot pada bayi. Empeng/dot bukan pengganti rasa kasih sayang ibu. Selain itu empeng/dot ada kemungkinan terkenanya infeksi pada mulut bayi dan juga menyebabkan kelainan oklusi atau karies pada gigi depan. (Suraj, Gupte, 2004)

PENUTUP

Anak bukan miniatur orang dewasa, melainkan individu yang sedang berada dalam proses tumbuh kembang dan mempunyai kebutuhan yang spesifik.

Kasih sayang membuat system otak lebih mampu membuka diri, berfungsi jauh lebih baik, mengeksplorasi lingkungan dan bertumbuh kembang dengan subur. Luka batin membuat pertumbuhan dan perkembangan system saraf otak terganggu dan dapat membahayakan perkembangan kepribadianm anak sepanjang hidupnya.

Keberhasilan pengasuhan anak merupakan salah satu aspek terpenting dari berbagai macam tantangan kehidupan yang bharus kita lalui.

Jika anak dibesarkan dengan celaan, ia belajar memaki

Jika anak dibesarkan dengan permusuhan, ia belajar berkelahi

Jika anak dibesarkan dengan cemoohan, ia belajar rendah diri

Jika anak dibesarkan dengan penghinaan, ia belajar menyesali diri

Jika anak dibearkan dengan toleransi, ia belajar menahan diri

Jika anak dibesarkan dengan dorongan, ia belajar percaya diri

Jika anak dibesarkan dengan sebaik baiknya perlakuan, ia belajar keadilan

Jika anak dibesarkan dengan kasih sayang, ia belajar menemukan cinta dalam kehidupan

(Dorothy Nolte – George Prasetya Lembong)

DAFTAR PUSTAKA

Departemen Kesehatan RI .2007.
Pelatihan Konseling Menyusui.
Jakarta : Direktorat Bina Gizi Masyarakat

- Gupte, Suraj dr. 2004. Panduan Perawatan Anak. Jakarta : Pustaka Populer Obor
- Handayani, Fatimah. (2010). *Mengapa Bayi Menangis dan Cara Mengatasinya*.
<http://id.shvoong.com>, diperoleh tanggal 29 Maret 2011)
- Najib Dr. (2010).
<http://www.parentwonder.com>, diperoleh tanggal 29 Maret 2011)
- Notoatmodjo, S. (2005). *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Risti Yulianti, 2011 *Pengetahuan Dan Sikap Ibu Tentang Bayi Menangis Terus-Menerus Di Ruang A1 Rsup Dr.Hasan Sadikin Bandung*, Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan RI Bandung, Jurusan Keperawatan Bandung
- Soetjiningsih. (1995). *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: EGC
- Sunaryo. 2004. *Psikologi Untuk Keperawatan*. Jakarta. EGC
- Yupi. 2003. *Keperawatan Anak*. Jakarta : EGC