Experts

# Beraya bersama bayi: Cabaran atau pengalaman manis?

Mon, 04/07/2025 - 16:25

Hari raya ialah masa yang dinanti-nantikan oleh umat Islam di seluruh dunia. Ia bukan sahaja waktu untuk bertemu saudara mara dan menikmati juadah lazat tetapi juga saat untuk mengukuhkan silaturahim. Namun, bagi ibu bapa yang baharu menimang cahaya mata, beraya bersama bayi boleh menjadi satu situasi baharu yang penuh debaran. Jangan risau, penulisan artikel ini akan kongsikan tip dan panduan melalui beberapa pembacaan dan rujukan untuk memastikan pengalaman beraya bersama bayi menjadi sebuah situasi baharu yang lebih lancar dan menyeronokkan.



**1. Persediaan awal: Jangan tunggu *last minute!***

Sebelum menjelangnya hari raya, pastikan semua keperluan bayi disediakan dengan lengkap. Ingat, kalau terlupa satu barang, kemungkinan besar barang itu adalah benda yang paling penting. Habis semua orang kelam kabut dibuatnya nanti.

- **Pakaian bayi yang selesa**

Pilih pakaian yang diperbuat daripada kain kapas yang lembut supaya bayi tidak mudah berpeluh macam masuk sauna. Jangan terikut trend baju raya berkepuk-kepuk tu – takut bayi panas dan berpeluh pula nanti. Gatal-gatal di badan bayi pun boleh terjadi. Awas ya, baju mana hendak pilih untuk bayi.

- **Beg bayi**

Sediakan beg khas yang mengandungi:

? Lampin (lebihkan, takut ‘kejadian tak diingini’)
? Tisu basah (bukan untuk bayi sahaja, kadang-kadang untuk ibu bapa pun berguna)
? Botol susu atau susu formula
? Selimut dan pakaian tambahan
? Kipas kecil

Pendek kata, jika beg bayi seperti beg untuk pergi mendaki, maksudnya barang yang ibu bapa sediakan itu dah cukup lengkap. Puas hati kalau semua barang bayi kita sudah bawa, hendak beraya pun terasa lebih aman. Jauh sikit sesi kunjung-mengunjung ibu bapa ketika raya bila bayi selesa.

**2. Jadual tidur dan makan: Jangan harap bayi ikut waktu raya**

Raya memang sibuk, akan tetapi cuba kawal jadual tidur, makan bayi supaya mood bayi tidak seperti cuaca musim hujan — kejap panas, kejap ribut. Waktu tidur dan makan yang teratur juga baik untuk kesihatan bayi.

- **Tidur itu penting**

Kalau bayi tidur semasa beraya, jangan paksa bayi untuk bangun untuk ambil gambar dengan makcik-makcik. Tidur bayi bersamaan dengan waktu rehat sementara ibu bapa.

- **Jaga perut bayi**

Kalau bayi belum boleh makan makanan pejal, jangan beria nak suap ketupat rendang. Bayi pun tahu bezakan susu dengan lemang, ya! Ambil berat hal ini ya.

**3. Kawalan persekitaran dan kebersihan: Jangan sampai bayi rasa macam dalam konsert**

Suasana hari raya memang meriah ‘Pung Pang Pung Pang’ Raya tetapi bayi mungkin tidak tahan dengan bunyi bising dan suasana yang sesak. Kita pun kadang-kadang rimas apatah lagi bayi.

- **Pilih rumah yang kurang sesak**

Kalau rumah mak cik sudah penuh sampai tetamu berhimpit-himpit depan pintu, mungkin boleh *skip* rumah tu dulu pergi rumah Mak Tam dulu. Jangan risikokan bayi jadi *celebrity* yang dikerumuni peminat.

- **Jaga kebersihan**

Kalau ada orang yang mahu dukung bayi, pastikan mereka cuci tangan dulu. Kalau nampak tangan tu baharu pegang rendang, bolehlah diplomatik sikit, supaya tidak mengecilkan hati sesetengah pihak seperti, “Eh, jom basuh tangan dulu, nanti bau rendang melekat pada pipi bayi!”

**4. Hadkan interaksi berlebihan: Bayi pun ada *mood***

Jangan biar bayi menjadi ‘mainan’ orang ramai. Bukan semua bayi selesa dipegang atau dicium oleh semua orang.

- **Kenal pasti ‘tanda-tanda bahaya’**

Kalau bayi mula merengek, muka merah atau badan kejang macam robot, itu tanda dia dah penat dan perlukan masa untuk bertenang.

? Bawa bayi ke bilik yang sunyi.
? Jangan takut nak cakap, “Baby penat sikit, kita rehat kejap ya.”
? Tak salah kalau nak jadi ‘mak singa’ sekejap untuk lindungi bayi.

**5. Kesabaran dan fleksibiliti: Tak semua boleh ikut plan**

Hari Raya jarang berjalan ikut rancangan asal, kadang-kadang semua benda sudah siap sedia, tetapi bayi tetap meragam. Jangan panik! Ambil nafas dalam-dalam dulu.

- **Jangan Tertekan**

Kalau bayi menangis semasa menangkap gambar keluarga, jangan anggap itu petanda tidak baik untuk raya tahun hadapan. Bayi menangis bermaksud bayi itu masih bayi.

- **Ikut Flow**

Kalau bayi nampak penat atau tidak selesa, tak salah kalau balik awal atau skip rumah tertentu. Orang yang faham, tidak akan berkecil hati. Yang tidak faham, abaikan sahaja.

Tenangkan hati. Tidak mengapa jika bayi menangis. Janji bukan ibu bapa yang menangis.

**Kesimpulan: Jangan stres, *enjoy* sahaja**

Beraya bersama bayi mungkin mencabar, tetapi dengan persediaan yang baik, suasana ini boleh menjadi pengalaman manis yang dikenang seumur hidup. Bayi mungkin tidak akan ingat apa yang berlaku, tetapi gambar dan memori yang tercipta akan jadi kenangan berharga untuk keluarga. Jadi, jangan tertekan kalau bayi meragam atau rancangan tidak jadi, janji bayi selesa dan ibu bapa bahagia, itu yang paling penting.

“Selamat hari raya. Jangan lupa simpan kuih tart nenas untuk ibu bapa, bayi tidak boleh makan, tetapi ibu bapa boleh! Selamat Hari Raya Aidilfitri. Maaf Zahir dan Batin. Jom balik kampung.”

**Rujukan**

1. Kementerian Kesihatan Malaysia. (2022). *Panduan Penjagaan Bayi.* Diambil daripada: https://www.moh.gov.my
2. Persatuan Pediatrik Malaysia. (2021). *Penjagaan Bayi dan Kanak-Kanak Semasa Musim Perayaan.* Diambil daripada: https://www.mpa.org.my
3. Majalah Pa&Ma. (2023). *Tip Beraya Bersama Bayi*. Diambil daripada: https://www.pama.my



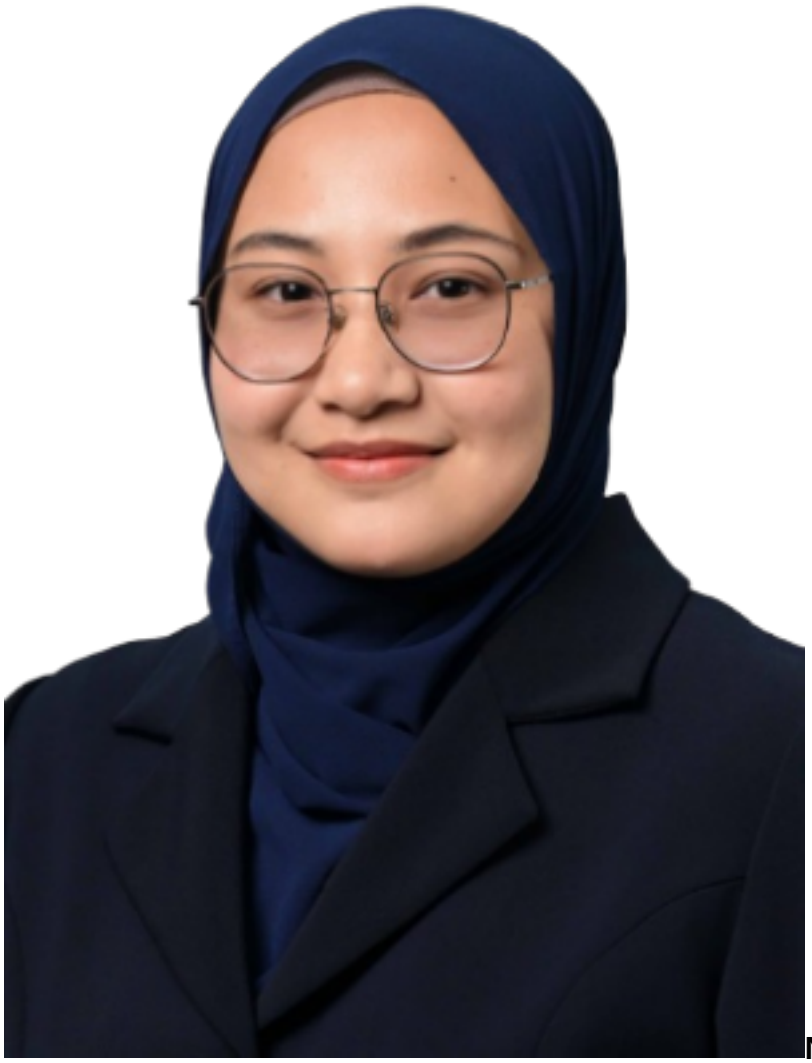
**Siti Asma’ Yaacob**

**Guru Bahasa**
**Pusat Bahasa Moden**
sitiasma@umpsa.edu.my



**Jamilah Bebe Mohamad**

**Guru Bahasa**
**Pusat Bahasa Moden**
jamilahbebe@umpsa.edu.my



**Nur Anisnabila Dianah**

**Guru Bahasa**
**Pusat Bahasa Moden**
anisnabila@umpsa.edu.my

**Penulis adalah Guru Bahasa, Pusat Bahasa Moden (PBM), Universiti Malaysia Pahang Al-Sultan Abdullah (UMPSA).**

**Rencana ini adalah pandangan peribadi penulis dan tidak semestinya mencerminkan pandangan rasmi Universiti Malaysia Pahang Al-Sultan Abdullah (UMPSA).**

- 328 views

View PDF