

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Konsep Dasar Kasus**

##### **Bayi**

###### **a. Definisi Bayi**

Masa bayi adalah masa keemasan sekaligus masa kritis perkembangan seseorang. Dikatakan masa kritis karena pada masa ini bayi sangat peka terhadap lingkungan dan dikatakan masa keemasan karena masa bayi berlangsung sangat singkat dan tidak dapat di ulang kembali. Masa bayi atau infancy dibagi menjadi dua periode, yaitu :

###### **1) Masa Neonatal**

Masa neonatal dimulai dari umur 0 sampai 28 hari, pada masa ini terjadi adaptasi terhadap lingkungan dan terjadi perubahan sirkulasi darah, serta mulainya berfungsi organ-organ.

###### **2) Masa post neonatal dimulai dari umur 29 hari sampai 11 bulan, pada masa ini terjadi pertumbuhan yang sangat pesat dan proses pematangan berlangsung secara terus menerus. Masa bayi merupakan masa dimana kontak erat antara ibu dan anak terjalin. Dalam masa ini, pengaruh ibu dalam mendidik anak sangatlah besar (Marni dan Rahardjo, 2018).**

Bayi dapat dikelompokkan menjadi tiga, yaitu bayi cukup bulan, bayi prematur, dan bayi dengan berat bayi lahir rendah (Hayati, 2009). Masa bayi (0-11 bulan) merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan yang pesat yang memuncak pada usia 24 bulan dan sering disebut sebagai masa emas atau masa kritis.

###### **b. Tumbuh kembangan pada masa bayi**

Menurut (Hurlock, 2002) mengungkapkan perkembangan adalah serangkaian perubahan yang progresif yang terjadi akibat proses kematangan dan pengalaman. Perkembangan anak pada usia dini meliputi aspek perkembangan, fisik, sosial, emosional dan kognitif. Ada berbagai tingkat kinerja dalam perkembangan anak usia dini

sesuai usia anak (Damayanti, 2019). Pertumbuhan pada dasarnya adalah proses kuantitatif dari perluasan diri, atau peningkatan ukuran. Peningkatan kesempurnaan dan bukan karena penambahan yang baru (Alif, 2019).

Pertumbuhan berkaitan dengan adanya perubahan besar, jumlah, ukuran atau dimensi tingkat sel, organ maupun individu, bersifat kuantitatif sehingga bisa diukur dengan ukuran berat (gram, pound, kilogram) dan dapat diukur dalam ukuran panjang (cm, meter) (Cahyaningsih Dwi Sulisty, 2011).

Respons bayi terhadap rangsangan yang diberikan, mengalami perkembangan. Bayi terus belajar mengembangkan kemampuan motorik terhadap semua perlakuan yang diberikan kepadanya, kontak mata antara ibu dan bayi, suara hangat sapaan ibu, dan sentuhan lembutnya sangat penting bagi perasaan positif bayi (Subakti & Anggraini, 2008).

Begitu bayi berusia tiga bulan atau lebih, cara komunikasinya semakin maju. Bayi semakin kreatif menemukan cara untuk belajar mengikuti objek dengan matanya, melihat wajah orang sambil tersenyum, dan bereaksi terhadap suara. Bayi ingin sekali mengenal ibunya dengan penglihatan, penciuman, pendengaran, dan kontak fisik (Subakti & Anggraini, 2008).

Bayi mengungkapkan perasaannya dengan tangis dan gerakan tubuh. Sebab, dengan suara tangisan yang mampi bayi sampaikan. Tangisan tersebut ia olah dengan sedemikian rupa untuk menyampaikan pesan yang berbeda. Tangisan rindu bayi kepada ibunya akan disampaikan dengan cara berbeda dengan tangis lapar. Demikian ketika bayi merasa sakit, tidak nyaman karena popok basah, gerah, pengap, mengantuk dan marah (Subakti & Anggeraini, 2008)

c. Respons bayi terhadap sentuhan

Sejak bayi masih dalam kandungan, bayi sensitif terhadap sentuhan. Cobalah untuk menepuk-nepuk perut dengan lembut, janin pun akan bergerak merespons. Meskipun bayi tidak mengerti makna benda-benda

yang ada disekelilingnya, bayi telah memiliki kepekaan (Subakti & Anggraini, 2008).

Bayi dapat membedakan berbagai bentuk sentuhan. Sentuhan, pijatan, atau kontak benda yang mengancam dan tidak bersahabat akan dihindari meskipun bayi tidak tau jenis benda itu. Hal ini dapat kita lihat ketika bayi menyentuh popok basah oleh ompolnya sendiri. Ia akan bergerak berusaha menghidar karena popoknya basah tidak nyaman dan berbahaya bagi kulitnya. Berbeda dengan bibir basah sang ibu yang menciumnya, bayi justru gembira menerimanya dan merasa nyaman (Subakti & Anggraini, 2008).

d. Psikologi bayi

Bayi secara emosi stabil dan nyaman biasanya akan lebih mudah diberikan asupan makanan sehingga pertumbuhan fisiknya bagus, lebih mudah di ajak berkomunikasi sehingga informasi yang masuk dapat memperkaya pengetahuannya, lebih kreatif, lebih tenang, dan sebagainya.

e. Pengertian Tidur

Tidur adalah salah satu aktivitas terpenting manusia. Seperempat hingga sepertiga kehidupan manusia digunakan untuk tidur. Bila aktivitas ini dapat dijalani seseorang dengan baik, maka efeknya akan mengenai berbagai dimensi kehidupan seseorang diwaktu terjaga (Nashori & Wulandari, 2017).

Tidur adalah salah satu istirahat terbaik bagi tubuh yang dapat mengembalikan energi, sehingga seseorang dapat siap menjalani aktivitas pada keesokan harinya (Kemenkes RI, 2020).

Dengan demikian keadaan tidur yang sebenarnya adalah saat pikiran dan tubuh berbeda dengan keadaan terjaga, yakni ketika tubuh beristirahat secara tenang, aktivitas metabolisme tubuh menurun, dan pikiran menjadi tidak sadar terhadap dunia luar (Putra, 2011).

f. Masalah tidur pada bayi

Berdasarkan data WHO yang tercantum dalam jurnal *Pediatrics*, tercatat sekitar 33% bayi mengalami masalah tidur dan masalah tidur pada bayi tidak selalu hilang saat mereka dewasa.

Sebagian besar anak mempunyai pola tidur yang normal, akan tetapi 44,2% anak mengalami masalah tidur pada periode bayi. Beberapa ahli menyebutkan bahwa masalah tidur pada masa bayi dapat berlanjut pada usia balita dan usia sekolah (Rini & Nuri, 2006).

Salah satu penyebab masalah tidur nyatanya merupakan kesalahan orang tua dalam menidurkan anaknya. Lebih dari 72% orang tua menganggap gangguan tidur pada bayi bukan suatu masalah atau dianggap hanya masalah kecil (Happy, 2019).

Keluhan yang biasanya disampaikan oleh orang tua antara lain adalah kebiasaan tidur yang tidak teratur, kurangnya atau kelebihannya waktu tidur, kesulitan untuk memulai tidur, kesulitan untuk jatuh tidur, terbangun pada malam hari, dan mengantuk pada siang hari. Anak usia dibawah 3 tahun yang mempunyai kesulitan tidur pada malam hari secara teratur dapat menunjukkan gejala gelisah seperti menunjukkan emosi dan tingkah laku (Kandi, 2018).

Bayi dengan gangguan tidur akan mengalami tidur yang kurang dari 9 jam pada malam hari, terbangun lebih dari 3 kali dan lama terbangunnya lebih dari 1 jam. Selama tidur bayi terlihat selalu rewel, menangis dan sulit jatuh tidur kembali (Afroh & Heny, 2018).

Bila hal tersebut sering terjadi, gangguan tidur ini dapat mempengaruhi perilaku dan emosi anak yang menyebabkan mengantuk pada siang hari, dapat mengurangi perhatian anak pada saat sekolah, mudah lelah dan mengurangi aktivitas fisik, anak menjadi iritabel, impulsif, sering mengganggu, dapat mengurangi daya ingat anak, kadang anak menjadi rewel bahkan dapat menyebabkan temper tantrum dan mempengaruhi pertumbuhan anak baik secara fisik maupun psikis (Rini & Nuri, 2006).

Tidur yang tidak adekuat dan kualitas tidur yang buruk dapat mengakibatkan gangguan keseimbangan fisiologis dan psikologi. Dampak fisiologi meliputi, penurunan aktivitas sehari-hari, rasa capek, lemah, koordinasi neuromuscular buruk, proses penyembuhan lambat dan daya tahan tubuh menurun. Sedangkan, dampak psikologinya meliputi, emosi

lebih labil, cemas, tidak konsentrasi, kemampuan, kognitif dan menggabungkan pengalamannya lebih rendah (Sinaga, 2020).

g. Fungsi tidur bagi bayi

Bagi bayi, tidur memiliki fungsi lebih dominan. Menurut Joesoef dalam Yunada (2003), selama fase bayi, pertumbuhan sel-sel saraf belum sempurna sehingga diperlukan waktu tidur lebih lama untuk perkembangan saraf, pembentukan sinaps, dan sebagainya. Otak bayi tumbuh tiga kali lipat dari keadaan saat lahir atau 80% dari otak dewasa di tahun pertamanya. Kondisi ini hanya terjadi satu kali saja seumur hidup (Fathoni., NL., Roekistiningsih, 2006).

Hormon pertumbuhan bertugas merangsang pertumbuhan tulang dan jaringan. Selain itu, hormon pertumbuhan juga memungkinkan tubuh memperbaiki dan memperbarui seluruh sel yang ada didalam tubuh, dari sel kulit, sel darah sampai sel saraf otak. Proses pembaruan sel ini akan berlangsung lebih cepat bila si bayi sering terlelap sesuai dengan kebutuhan tidur bayi (Afrina & Widodo, 2012).

Selain membantu proses pertumbuhan, tidur juga membantu perkembangan psikis emosi, kognitif, konsolidasi pengalaman dan kecerdasan. Oleh karena itu kebutuhan tidur bayi sesuai usianya perlu mendapat perhatian dari keluarga agar nantinya bayi mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal (Ubaya, 2010).

h. Pola tidur pada bayi balita normal

Tidur adalah salah satu bentuk adaptasi bayi terhadap lingkungannya. Saat setelah lahir, bayi biasanya tidur selama 16-20 jam perhari. Memasuki usia 2 bulan bayi mulai lebih banyak tidur malam dibandingkan siang. Sampai usia 3 bulan, bayi baru lahir akan menghabiskan waktu tidurnya sekitar 15-17 jam, dengan pembagian waktu 8 jam untuk tidur siang dan 9 jam untuk tidur malam. Semakin usia bayi bertambah, jam tidurnya semakin berkurang. Pada usia 3-6 bulan jumlah tidur siang semakin berkurang, kira-kira 3 kali. Total jumlah waktu tidur bayi 0-6 bulan berkisar 13-15 jam/hari. Pada bayi usia 6 bulan, pola tidurnya mulai tampak mirip orang dewasa (Afroh & Heny, 2018).

**Tabel. 2.1 Pola Tidur Bayi Usia 0-24 Bulan**

<b>USIA</b>	<b>TOTAL WAKTU TIDUR (Jam)</b>	<b>WAKTU TIDUR MALAM</b>	<b>WAKTU TIDUR SIANG</b>
Baru lahir s.d 2 bulan	16-18	8-9	7-9 (3-5 kali)
2-4 bulan	14-16	9-10	4-5 (3 kali)
4-6 bulan	14-15	10	4-5 (2-3 kali)
6-9 bulan	14	10-11	3-4 (2 kali)
9-12 bulan	14	11-12	2-3 (2 kali)
12-18 bulan	13-14	10-12	2-3 (1-2 kali)
18-24 bulan	13-14	11	2 (1 kali)

Sumber. Gelania dalam Kandi (2018)

Dengan pengenalan pola tidur yang teratur dan cukup maka bayi bisa mendapatkan manfaat yang cukup dari tidur di malam hari serta disiang hari bayi dapat terjaga terjaga dengan bugar dan ceria untuk beraktifitas. Bayi yang tidur cukup tanpa sering terbangun akan lebih bugar dan tidak rewel. Membiasakan bayi tidur yang cukup dengan pola yang teratur dapat membantu bayi mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal (Permata A, 2017).

i. Faktor yang mempengaruhi kualitas tidur bayi

Membiasakan bayi tidur siang cukup maka akan meningkatkan kecerdasan otak bayi, namun perlu diperhatikan juga jangan membiasakan bayi tidur pada sore hari karena dapat menyebabkan bayi rewel pada malam hari (Wong, 2009).

Kualitas tidur bayi bisa dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti:

1) Lingkungan

Keadaan lingkungan yang aman dan nyaman bagi seseorang dapat mempercepat terjadinya proses tidur. Lingkungan fisik tempat bayi tidur berpengaruh penting pada kemampuan tertidur dan tetap

tertidur. Pengaturan lingkungan tidur yang meliputi tata cahaya, ventilasi, tata warna, suhu, dan juga keadaan boksnya. Hindari suara bising yang membuatnya mudah terjaga. Jangan gunakan pewangi ruangan dan obat pengusir nyamuk yang bisa membuatnya sesak. Untuk menghindari bayi dari gigitan nyamuk sebaiknya disiasati dengan menggunakan kelambu (Ubaya, 2010).

## 2) Latihan fisik

Terlihat bila bayi melakukan aktivitas sehari-hari. Dengan diberikan perawatan spa bayi yang terdiri dari treatment renang bayi dan pijat bayi akan merangsang bayi rileks dan tenang. Rendaman air hangat dengan kombinasi aroma terapi serta hantaman air yang ditimbulkan dari air yang bergolak saat renang dapat memberikan sensasi dan pijatan yang menghilangkan lelah, melancarkan peredaran darah dan relaksasi. Pemijatan yang diberikan kepada bayi setelah renang dapat meningkatkan hormon melatonin yang dapat menstimulus tidur lebih lelap. Dengan demikian tidur bayi akan semakin lelap sehingga dapat meningkatkan jumlah jam tidur siang dan malam (Ubaya, 2010).

## 3) Nutrisi

Bayi yang sulit tidur atau sering terbangun dari tidurnya karena merasa belum kenyang. Karena itu, penuhi kebutuhan makan dan minum bayi sebelum tidur. Jika kebutuhan fisiknya terpenuhi maka tidak lagi bayi sering terbangun di tengah malam. Yang perlu diperhatikan, ditinjau dari kesehatan gigi, kebiasaan memberikan susu di malam hari sebaiknya dihentikan setelah gigi bayi muncul (sekitar usia 6 bulan setelah masa ASI Eksklusif). Sebagai gantinya, berikan air putih jika memang haus atau tenangkan bayi agar tidur kembali. Selain itu, memberikan makanan terlalu banyak pada bayi terutama susu akan membuat kantong kemih kencang pada malam hari dan keadaan ini akan membuat bayi lebih sering terbangun (Ubaya, 2010).

#### 4) Penyakit

Setiap penyakit yang menyebabkan nyeri, ketidak nyamanan fisik dapat menyebabkan masalah tidur, Pada bayi adanya gangguan atau rasa sakit pada gigi, telinga, kulit, saluran pernafasan, saluran cerna, saluran kemih, otot, atau tulangnya dapat mengganggu tidur bayi (Turcin, 2000; Hidayah, 2006; Perry and Potter, 2006; Saputra; 2009 dalam Ubaya, 2010).

### **Konsep Pijat Bayi**

#### 1. Pengertian Pijat Bayi

Pijat bayi (*Baby massage*) di Indonesia secara turun temurun telah dipraktikan. Dalam perkembangannya terapi pijat ini hanya menggunakan *baby oil* yang terbuat dari tumbuhan seperti minyak bayi minyak zaitun, minyak lavender, minyak kelapa dan minyak biji anggur. *Baby massage* dapat dilakukan oleh orang tua, pengasuh, atau terapi yang dilatih oleh *instructur profesional* bersertifikat, pijat bayi ini memadukan antara ilmiah, kesehatan, seni, kasih dan sayang.

Pijat bayi dilakukan tanpa adanya paksaan dan menunggu kesiapan bayi. Sehingga bayi dipijat dalam kondisi yang tenang dan menyenangkan tanpa adanya paksaan bahkan tangisan bayi. Hal ini akan membuat bayi senang sehingga bayi menjadi rileks dan tertidur pulas karena puas dan nyaman (Evi & Hainun, 2020).

#### 2. Manfaat Pijat Bayi

Manfaat pijat bayi (Indriyani, 2016: 13) sebagai berikut:

- a) Pijat memberikan sesntuhan yang menenangkan, serta mengingatkan bayi akan rasa nyaman selama berada dalam kandungan ibunya.
- b) Membuatnya lebih jarang sakit, tidur lebih nyenyak, dan makan lebih baik, dan juga pencernaan bayi akan lebih lancar.
- c) Mempererat kelekatan (Bonding) antara anak dan orang tuanya, serta membuat bayi merasa nyaman.
- d) Memperlancar peredaran darah serta membuat kulit bayi terlihat lebih sehat.
- e) Bayi yang sering dipijat jarang mengalami kolik, sembelit, dan diare.

- f) Membuat otot-otot bayi lebih kuat, dan koordinasi tubuhnya lebih baik.
- g) Sistem kekebalan tubuh bayi akan lebih kuat, serta membuatnya lebih tahan terhadap infeksi dan berbagai masalah kesehatan lainnya.
- h) Bayi yang sering dipijat akan tumbuh menjadi anak yang riang dan bahagia.

### 3. Ketentuan Pelaksanaan Pijat Bayi

Terapi pijat bayi, menggunakan minyak untuk mengurut/ *oil massage* selama 15 menit. Berdasarkan rekomendasi dari IMS minyak yang digunakan untuk pijat bayi adalah minyak yang berasal dari tumbuh-tumbuhan/ bahan organik, misalnya menggunakan minyak dari biji anggur, bunga matahari, bunga lavender, minyak kelapa atau minyak dari buah almond.

Pada saat itu ibu atau terapis melakukan *Treatment baby massage* harus memperhatikan kondisi bayi, berikut ini merupakan kondisi yang dapat dialami oleh bayi saat dilakukan pijat:

1. Bayi siap pijat
  - a) Kontak mata
  - b) *Awake*
  - c) *Alert* (Siap Siaga)
  - d) Mengoceh
  - e) Tangan terbuka
  - f) Tersenyum
  - g) Kaki menggosok
  - h) Santai
  - i) Semangat
  - j) Meraih/Menggapai
2. Bayi tidak siap dipijat/menolak
  - a) Tidak ada kontak mata
  - b) Mengantuk
  - c) Menangis
  - d) Tangan digenggam
  - e) Kepala memutar balik
  - f) Ketegangan

- g) Kulit berbintik-bintik
- h) Kekakuan

**Tabel. 2.2 Ekspresi Bayi Pada Saat Treatment Baby Massage**

<b>Ekspresi Bayi</b>	<b>Kontak Mata dan Ekspresi Wajah</b>	<b>Suara</b>	<b>Body Language</b>
Menerima	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mata terbuka dan cerah.</li> <li>• Menoleh ke kanan dan kiri kemudian kembali kedepan dan tersenyum.</li> <li>• Melihat langsung ke orangtua/terapis dengan wajah dan mata yang berseri.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengoceh, tertawa, tersenyum, kadang menghisap tangan.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Terlentang dengan nyaman dan tenang.</li> <li>• Gerakan lembut pada tangan dan kaki.</li> <li>• Berusaha meraih orangtua, ada kontak mata dan tersenyum.</li> <li>• <i>Open baby language</i></li> </ul>
Menolak	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mata terpejam dalam kondisi sadar, menguap atau mengatuk.</li> <li>• Memalingkan muka</li> <li>• Badan kaku.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cegukan, kemerahan pada bagian tubuh dan menangis.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Berusaha merangkak pergi menjauh atau berputar.</li> <li>• Gerakan tidak terkontrol dan rewel.</li> <li>• Selalu menjauhi saat dipegang, badan kaku dan kaki menendang.</li> <li>• <i>Close baby language</i></li> </ul>

Sumber: (Evi & Hainun, 2020)

#### 4. Persiapan Pijat Bayi

Sebelum melakukan pijat bayi seorang ibu atau terapis harus mempersiapkan beberapa peralatan dan lingkungan, antara lain:

##### 1) Waktu yang tepat

Waktu yang paling tepat dilakukan pijat bayi adalah pada saat bayi menunjukkan respons “siap” untuk dipijat. Pijat bayi dapat dilakukan segera setelah bayi dilahirkan sesuai keinginan kehendak orang tua. Pemijatan dapat dilakukan pada waktu-waktu berikut ini:

- a) Pagi hari, pada saat orang tua dan anak siap untuk memulai hari baru.
- b) Malam hari, sebelum tidur, waktu ini sangat baik untuk membantu bayi tidur dengan nyenyak.

##### 2) Ruangan

Dibutuhkan ruangan yang nyaman, hangat, tidak ada lampu diatas bagian kepala bayi, tidak bising dan *design* ruangan *treatment* yang menarik (Evi & Hainun, 2020).

##### 3) Hal yang harus dilakukan

- a) Tersenyum
- b) Mencuci tangan
- c) Meminta izin pijat
- d) Rileks dan memiliki waktu senggang
- e) Menjaga kontak mata
- f) Penuh perhatian

##### 4) Hal yang harus dihindari

- a) Memakai perhiasan
- b) Kuku panjang
- c) Memaksa anak
- d) Tergesa-gesa
- e) Memijat diluar ruangan

Menghidupkan musik dengan volume tinggi (Home Baby Spa, 2014)

##### 5) Prinsip pemijatan bayi

Prinsip pemijatan bayi disesuaikan dengan usia bayi, berikut ini hal yang harus diperhatikan pada cara pemijatan sesuai dengan usia bayi :

- a) Pada bayi usia 0-1 bulan, disarankan gerakan pemijatan lebih mendekati usapan-usapan halus, sebelum tali pusat terlepas sebaiknya hindari pemijatan didaerah perut.
  - b) Pada bayi usia 1-3 bulan, disarankan gerakan halus disertai dengan tekanan ringan dalam waktu singkat.
  - c) Pada bayi usia 3 bulan – 3 tahun, disarankan seluruh gerakan dilakukan dengan tekanan dan waktu yang semakin meningkat (Evi & Hainun, 2020).
- 6) Alat yang digunakan
- a) Alas yang empuk dan lembut/perlak
  - b) Handuk/ lap, popok dan baju ganti yang bersih
  - c) *Baby oil*, minyak telon, minyak lavender, dan lain-lain.

#### 5. Prosedur Pemijatan Bayi

Saat memijat, berikan sedikit tekanan pada bayi agar kulit, otot dan sarafnya juga terstimulasi. Hal ini berfungsi memberikan efek relaksasi, melancarkan peredaran darah dan peredaran limpa atau getah bening. Bagian tubuh bayi yang wajib mendapatkan pijatan adalah alis untuk kesehatan mata, sebagian bawah telinga agar otot rahangnya bekerja dengan baik yang berfungsi untuk kecakapannya berbicara dan makan, serta bagian dada dan perut untuk menstimulasikan jantung serta sistem pencernaan.

Selama melakukan pijat bayi, dianjurkan untuk tersenyum, mengajak bayi ngobrol atau bahkan mengajak bayi bernyanyi. hal ini dapat mengingatkan kemampuan verbal bayi. Berikut ini adalah langkah-langkah pijat bayi, yaitu:

- 1) Meletakkan bayi di perlak dan pada tempat yang rata, mengatur posisi bayi dalam keadaan terlentang dan melepaskan seluruh pakaiannya.
- 2) Memijat bagian wajah (tidak diperlukan minyak untuk daerah muka)
  - a) Dahi : Menyetrika dahi. Meletakkan jari-jari kedua tangan pada pertengahan dahi. Meletakkan jari-jari dengan lembut mulai dari tengah dahi keluar ke samping kanan dan kiri seolah menyetrika dahi atau membuka lembar buku. Menggerakkan jari ke bawah ke daerah pelipis, kemudian menggerakkan ke dalam daerah pipi dibawah mata.

- b) Alis : menyetrika alis, meletakkan kedua ibu jari di antara kedua alis mata. Kemudian menggunakan kedua ibu jari untuk memijat secara lembut pada alis mata dan di atas kelopak mata. mulai dari tengah ke samping seolah menyetrika alis.
  - c) Hidung : Senyum I, meletakkan kedua ibu jari pada pertengahan alis, menekan ibu jari dari pertengahan kedua alis turun melalui tepi hidung kearah pipi dengan membuat gerakan ke samping dan ke atas seolah membuat bayi tersenyum.
  - d) Mulut bagian atas : Senyum II, meletakkan kedua ibu jari diatas mulut bawah dekat hidung, kemudian menggerakann kedua ibu jari dari tengah ke samping dan ke atas ke daerah pipi seolah membuat bayi tersenyum.
  - e) Mulut bagian bawah : Senyum III, meletakkan kedua ibu jari di tengah dagu, kemudian menekan kedua ibu jari pada dagu dengan gerakan dari tengah ke samping, kemudian ke atas ke arah pipi seolah membuat bayi tersenyum.
  - f) Lingkaran kecil di rahan dengan jari kedua tangan, membuat lingkaran-lingkaran kecil di daerah rahang bayi.
  - g) Belakang telinga : dengan menggunakan ujung-ujung jari, memebrikan tekanan lembut pada daerah belakang telinga kanan dan kiri. Kemudian menggerakan ke arah pertengahan dagu dibawag dagu.
- 3) Dada (Memperkuat Organ Paru-Paru dan Jantung)
- a) Jantung besar : membuat gerakan yang menggambarkan jantung dengan meletakkan ujung-ujung jari kedua telapak tangan di tengah dada/ ulu hari. Membuat gerakan ke atas sampai di bawah leher, kemudian ke samping di atas tulang selangka, lalu kebawah membentuk jantung dan kembali ke ulu hati.
  - b) Kupu-kupu : membuat gerakan diagonal seperti gambaran kupu-kupu dimulai dengan tangan kanan membuat gerakan memijat menyilang dari tengah dada/ ulu hati ke arah bahu kanan dan kembali ke ulu hati. Menggerakan tangan kiri ke bahu kiri dan kembali ke ulu hati.

#### 4) Tangan

- a) Perahan cara india : memegang lengan bayi bagian pundak dengan tangan kanan seperti memegang pemuku *soft ball*, tangan kiri memegang pergelangan tangan bayi, lalu menggerakkan tangan kanan mulai dari bagian pundak ke arah pergelangan tangan. Demikian seterusnya, menggerakkan tangan kanan dan kiri ke bawah secara bergantian berulang-ulang seolah memeras susu sapi.
  - b) Peras dan putar : Peras dan putar lengan bayi dengan lembut mulai dari pundak ke pergelangan tangan.
  - c) Membuka tangan : memijat telapak tangan dengan kedua ibu jari, dari pergelangan tangan ke jari-jari.
  - d) Putar jari-jari : memijat lembut jari bayi satu per satu menuju ke arah ujung jari dengan gerakan memutar dan mengakhiri gerakan ini dengan tarikan lembut pada tiap ujung jari.
  - e) Punggung tangan : meletakkan bayi di antara kedua tangan, kemudian mengusao kedua punggung tangannya dari pergelangan tangan ke arah jari-jari dengan lembut.
  - f) Peras dan putar pergelangan tangan : memeras sekeliling pergelangan tangan dengan ibu jari dan jari telunjuk.
  - g) Perahan cara swedia : menggerakkan tangan kanan dan kiri secara bergantian mulai dari pergelangan tangan kanan bayi ke arah pundak. Melanjutkan dengan pijatan dari pergelangan kiri bayi ke arah pundak.
  - h) Gerakkan menggulung : memegang lengan bayi bagian atas / bahu dengan kedua telapak tangan, membentuk gerakan menggulung dari pangkal menuju ke arah pergelangan tangan / jari-jari.
- #### 5) Pijatan pada perut (meningkatkan sistem pencernaan dan mengurangi sembelit)
- a) Mengayuh pedal sepeda : memijat perut ini dilakukan dengan menggerakkan kedua tangan ke atas dan ke bawah secara bergantian

seperti menggayuh pedal sepeda. Arah pijatan dimulai dari atas ke bawah perut.

- b) Gerakan bulan matahari : disebut gerakan bulan-matahari karena gerakan yang harus dibentuk ialah membuat lingkaran dengan ujung-ujung jari tangan mulai dari perut sebelah kanan bawah (daerah usus buntu) sesuai arah jarum jam, kemudian kembali ke arah kanan bawah (seperti bentuk bulan) diikuti oleh tangan kiri yang selalu membuat bulatan penuh (seperti bentuk matahari).
  - c) Gerakan *I Love You* : gerakan pertama membentuk “I” dengan melakukan pijat perut bayi mulai dari bagian kiri atas ke bawah dengan menggunakan jari-jari tangan kanan membentuk huruf I. Gerakan kedua, membentuk huruf “L terbalik” mulai dari kanan atas ke kiri atas, kemudian dari kiri atas ke kiri bawah. Gerakan ketiga, membentuk huruf “U terbalik” dengan usapan dari kanan bawah (daerah usus buntu) ke atas, kemudian ke kiri, kebawah dan berakhir di perut kiri bawah.
  - d) Gelembung atau jari-jari berjalan : Meletakkan ujung jari-jari satu tangan pada perut bayi bagian kanan. Menggerakkan jari-jari pada perut bayi dari bagian kanan ke bagian kiri guna mengeluarkan gelembung-gelembung udara.
- 6) Kaki (Menghilangkan ketegangan dan memperkuat tulang)
- a) Memerah india : memegang kaki bayi pada pergelangan kaki seperti memegang tongkat pemukul *soft ball*. Kemudian menggerakkan tangan dari pinggul ke pergelangan kaki secara bergantian seperti memerah susu.
  - b) Peras dan putar : memegang kaki bayi pada pangkal paha dengan kedua tangan secara bersamaan. Memeras dan memutar kaki bayi dengan lembut dimulai dari pangkal paha ke arah mata kaki.
  - c) Telapak kaki : urut telapak kaki bayi menggunakan ibu jari secara bersamaan pada seluruh permukaan telapak kaki dari arah tumit ke jari-jari.

- d) Jari : mengingat tulang pada ruas jari kaki bayi masih belum kuat, oleh karena itu tidak perlu disertai dengan penekanan. Memijat dengan lembut jari-jari kaki satu persatu dengan gerakan memutar menjauhi telapak kaki dan akhiri dengan tarikan lembut pada setiap ujung jari.
- e) Gerakan peregangan : dengan menggunakan sisi dari jari telunjuk, memijat telapak kaki mulai dari batas jari-jari ke arah tumit, kemudian ulang lagi dari perbatasan jari ke arah tumit. Meregangkan dengan lembut punggung kaki pada daerah pangkal kaki ke arah tumit dengan jari tangan lainnya.
- f) Titik tekanan : menekan kedua ibu jari secara bersamaan diseluruh permukaan telapak kaki dari arah tumit ke jari-jari.
- g) Punggung kaki : menggunakan kedua ibu jari untuk membuat lingkaran di sekitar kedua mata kaki sebelah dalam dan luar. Kemudian mengurut dengan lembut seluruh punggung kaki dengan kedua ibu jari secara bergantian dari pergelangan kaki ke arah jari. Teknik lain yakni dengan membuka gerakan yang membentuk lingkaran-lingkaran kecil dengan kedua ibu jari secara bersamaan dari daerah mata ke jari kaki.
- h) Peras dan putar pergelangan kaki : membuat gerakan seperti memeras dengan menggunakan ibu jari dan jari-jari lainnya di pergelangan kaki bayi.
- i) Perahan cara swedia : memegang pergelangan kaki bayi, menggerakkan secara bergantian dari pergelangan kaki ke pangkal paha.
- j) Gerakan menggulung : memegang pangkal paha dengan kedua tangan. Membuat gerakan menggulung dari pangkal paha menuju pergelangan kaki.
- k) Gerakan akhir : setelah gerakan 1-10 dilakukan pada kaki kanan dan kiri lalu rapatkan kedua kaki, kemudian meletakkan kedua tangan secara bersamaan pada pantat dan pangkal paha. Usap kedua kaki

bayi dengan tekanan lembut dari paha ke arah pergelangan kaki. Ini merupakan gerakan akhir bagian kaki.

#### 7) Punggung

- a) Gerakan maju mundur (kursi goyang) : menengkurapkan bayi melintang di depan ibu atau terapis, kemudian memijat sepanjang punggung bayi dengan gerakan maju mundur menggunakan kedua telapak tangan, dari bawah leher sampai ke pantat bayi, lalu kembali ke leher.
- b) Gerakan menyetrika : pegang pantat bayi dengan tangan kanan. Kemudian tangan kiri memijat mulai dari leher kebawah sampai bertemu dengan tangan kanan yang menahan pantat bayi seolah menyetrika punggung.
- c) Gerakan menyetrika dan mengangkat : ulangi gerakan menyetrika punggung, hanya kali ini tangan kanan memegang kaki bayi dan gerakan dilanjutkan sampai tumit kaki.
- d) Gerakan melingkar : dengan jari-jari kedua tangan, buat gerakan-gerakan melingkar kecil-kecil mulai dari batas tengkuk turun kebawah disebelah kanan dan kiri tulang punggung sampai daerah pantat. Mulai dengan lingkaran-lingkaran kecil didaerah leher, kemudian lingkaran yang lebih besar di daerah pantat.
- e) Gerakan menggaruk : menekan dengan lembut kelima jari tangan kanan pada punggung bayi, kemudian buat gerakan menggaruk ke bawah memanjang sampai pantat bayi.

#### 8) Relaksasi dan peregangan perut

- a) Relaksasi : membuat goyang-goyangan ringan, tepuk-tepukan halus dan melambung-lambungkan secara lembut.
- b) Peregangan lembut :
  - Tangan disilangkan dengan memegang kedua pergelangan tangan bayi dan disilangkan keduanya di dada. Meluruskan kembali kedua tangan bayi ke samping.
  - Membentuk diagonal pada kaki dengan mempertemukan ujung kaki kanan dan ujung tangan kiri bayi di atas tubuh bayi sehingga

membentuk garis diagonal. Selanjutnya tarik kembali kaki kanan dan tangan kiri bayi ke posisi semula, dan begitu sebaliknya.

- Menyilangkan kaki dengan memegang pergelangan kaki kanan dan kaki kiri bayi, lalu disilangkan ke atas. Membuat silangan sehingga mata kaki kanan luar bertemu dengan mata kaki dalam. Setelah itu, kembalikan posisi kaki pada posisi semula. Pegang kedua pergelangan kaki bayi dan menyilangkan kedua kakinya ke atas sehingga mata kaki kanan dalam bertemu dengan mata kaki kiri luar.
- Menekuk kaki dengan cara memegang pergelangan kaki kanan dan kiri bayi dalam posisi kaki lurus, lalu tekuk lutut kaki perlahan menuju arah perut.
- Menekuk kaki bergantian : gerakan sama seperti menekuk kaki, tetapi dengan mempergunakan kaki secara bergantian (Reni, 2019).

### ***Fennel Oil***

Tanaman adas dikenal sebagai salah satu *all round flavouiting agent* karena memiliki aroma yang khas menarik. Minyak adas merupakan minyak yang dihasilkan dari tanaman Tanaman adas melalui proses penyulingan atau destilasi (Prakosa *et al.*, 2013).

Minyak adas atau *fennel oil* merupakan salah satu *essensial oil* yang dapat kita jumpai dengan mudah. Selain dapat merelaksasikan tubuh dalam penggunaan *fennel oil* untuk pemijatan, kandungan *fennel oil* ini terdapat ekstrak etanol yang diketahui sebagai anti inflamasi, analgesik, dan antipiretik, serta memiliki potensi sebagai antioksidasi. Adas juga dipercayai khasiatnya dalam mengatasi gangguan pencernaan seperti nyeri kolik, mual, dan perut kembung. Sehingga *fennel oil* ini dapat dijadikan sebagai minyak pijat bayi agar mendapatkan khasiat ganda (Susilo, 2019 hlm 347 dalam Wardani, 2017).

Pemijatan bayi dengan menggunakan minyak sebagai perantara untuk menimalisir gesekan antara kulit bayi dan tangan ibu saat memijat bayi adalah hal yang cukup wajar dan banyak dilakukan. Namun, seiring berkembangnya zaman, maka minyak yang digunakan semakin beragam (Aulia, 2023).

Minyak alami yang digunakan sepanjang sejarah sebagai obat dan juga terapi kesehatan. Umumnya, minyak digunakan sebagai aromaterapi yang dihirup agar menimbulkan rasa menenangkan. Selain itu minyak esensial dipercayai mempunyai banyak manfaat seperti menghangatkan tubuh, membantu menyembuhkan infeksi bakteri gatal, membantu tidur lelap, mengatasi sakit kepala, memperbaiki mood, merawat inflamasi pada tubuh, dan menangkis akibat serangan serangga, merupakan pengobatan holistik untuk menyeimbangkan semua fungsi tubuh (Khoirullisa, 2019 hlm 12-13).



Fennel Essential Oil  
Sumber: Mountain rose

Fennel oil atau sering disebut minyak adas adalah salah satu essential oil yang banyak manfaatnya antara lain mengurangi dan mencegah kejang usus, meredakan gas dan sembelit, serta mengatasi berbagai masalah pencernaan. Aroma yang sedikit pedas dan berbalut manis seperti rempah ini dapat dengan mudah menguap sehingga penggunaannya pun dapat diaplikasikan dengan mudah dan cepat menyerap untuk digunakan pada pemijatan bayi (Wardani, 2017).

#### **B. Kewenangan Bidan Terhadap Kasus Tersebut**

Berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 4 Tahun 2019 Tentang Kebidanan, bahwa pelayanan kesehatan kepada masyarakat khususnya perempuan, bayi, dan anak yang dilaksanakan oleh bidan masih dihadapkan pada kendala profesionalitas, kompetensi, dan wewenang.

Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan (Permenkes) nomor 28 tahun 2017 Tentang Izin dan Penyelenggaraan Praktik Bidan.

1. Pasal 18 Dalam penyelenggaraan Praktik Kebidanan, Bidan memiliki kewenangan untuk memberikan :

- a. Pelayanan kesehatan ibu ;
- b. Pelayanan kesehatan anak; dan
- c. Pelayanan kesehatan reproduksi perempuan dan keluarga berencana

## 2. Pasal 20

- (1) Pelayanan kesehatan anak sebagaimana dimaksud dalam pasal 18 huruf b diberikan pada bayi baru lahir, bayi, balita, dan anak prasekolah.
- (2) Dalam memberikan pelayanan kesehatan anak sebagaimana dimaksud pada ayat (1), bidan berwenang melakukan:
  - a. Pelayanan neonatal esensial;
  - b. Penanganan kegawatdaruratan, dilanjutkan dengan perujukan;
  - c. Pemantauan tumbuh kembang bayi, anak balita, dan anak prasekolah; dan
  - d. Konseling dan penyuluhan
- (3) Pemantauan tumbuh kembang bayi, anak balita dan anak prasekolah sebagaimana dimaksud pada ayat (2) huruf c meliputi kegiatan menimbang berat badan, pengukuran lingkar kepala, pengukuran tinggi badan, stimulasi deteksi dini, dan intervensi dini penyimpanan tumbuh kembang balita dengan menggunakan Kuisoner Pra Skrining Perkembangan (KPSP)
- (4) Konseling dan penyuluhan sebagaimana dimaksud pada ayat (2) huruf d meliputi pemberian komunikasi, informasi, edukasi (KIE) kepada ibu dan keluarga tentang perawatan bayi baru lahir, ASI Eksklusif, tanda bahaya pada bayi baru lahir, pelayanan kesehatan, imunisasi, gizi seimbang, PHBS, dan tumbuh kembang.

## 3. Pasal 24

- (1) Pelayanan kesehatan yang diberikan Bidan ditempat kerjanya, akibat kewenangan sebagaimana dimaksud dalam pasal 23 harus sesuai dengan kompetensi yang diperolehnya selama pelatihan.
- (2) Untuk menjamin kepatuhan terhadap penerapan kompetensi yang diperoleh Bidan selama pelatihan sebagaimana dimaksud pada ayat

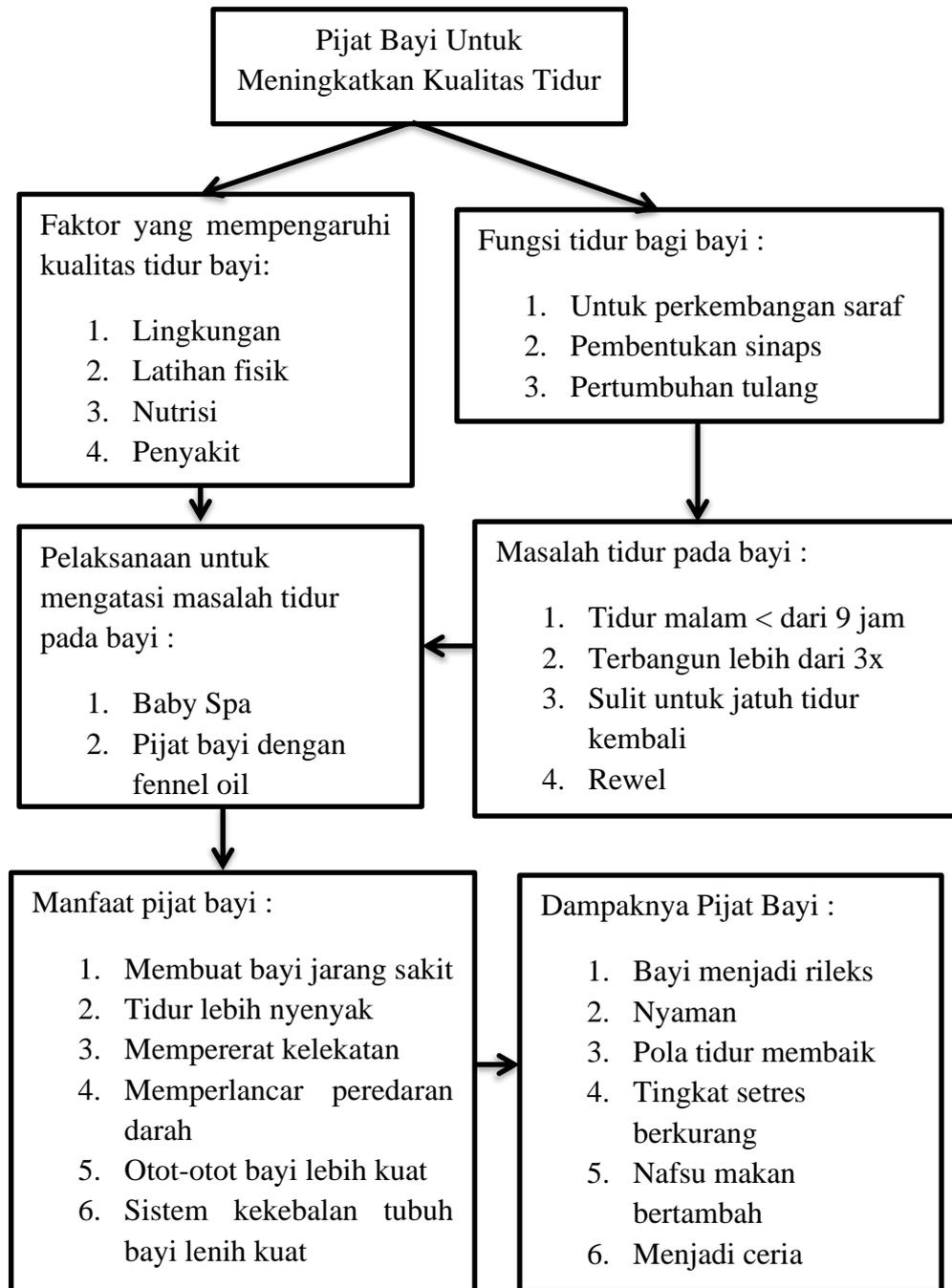
(1), Dinas Kesehatan kabupaten/kota harus melakukan evaluasi pasca pelatihan ditempat kerja Bidan.

(3) Evaluasi pascapelatihan sebagaimana dimaksud pada ayat (2) dilaksanakan paling lama 6 (enam) bulan setelah pelatihan.

### **C. Hasil Penelitian Terkait**

Berdasarkan dari penelitian Lucia Kenya (2023) mengenai Pengaruh Pijat Bayi menggunakan fennel oil, didapatkan hasil kualitas tidur pada bayi usia 3-12 bulan sesudah dilakukan pijat bayi dengan menggunakan *fennel oil* sebagian besar dalam kategori baik sebanyak 18 responden (56,3%), dalam kategori cukup sebanyak 11 responden (34,4%).

#### D. Kerangka Teori



Gambar. 3.2 Kerangka Teori

Sumber :

(Ubaya, 2010), (Afroh, Heny, 2018), (Indriyani, 2016: 13), (Evi & Hainun, 2020).