

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Dasar Kasus

1. Bayi

a. Pengertian Bayi

Bayi adalah usia 0 bulan hingga 1 tahun, dengan pembagian neonatal usia 0 – 28 hari, masa neonatal dini usia 0 – 7 hari, masa neonatal lanjut usia 8 – 28 hari (Soetjiningsih, 2017). Bayi adalah aset bangsa yang berharga serta penerus masa depan bangsa. Oleh sebab itu sangat penting untuk memperhatikan dan memprioritaskan pertumbuhan dan perkembangan bayi. Bayi merupakan usia 0 – 12 bulan, masa bayi juga dikenal juga masa golden age atau periode emas. Pada masa ini, proses tumbuh kembang sangatlah cepat dan sangat menentukan perkembangan anak di masa depan. Agar periode tersebut berkembang sesuai dengan harapan, maka anak harus mendapat stimulasi yang tepat sejak dini supaya otak anak dapat berkembang secara maksimal dan menghindari terjadinya gangguan pertumbuhan..

Bayi merupakan manusia yang baru lahir sampai umur 12 bulan, namun tidak ada batasan yang pasti. Menurut psikologi, bayi adalah periode perkembangan yang merentang dari kelahiran hingga 18 atau 24 bulan. Masa bayi adalah masa yang sangat bergantung pada orang dewasa..

Setelah lahir terutama pada 3 tahun pertama kehidupan, pertumbuhan dan perkembangan sel-sel otak masih berlangsung dan terjadi pertumbuhan serabut-serabut syaraf dan cabang-cabangnya, sehingga terbentuk jaringan syaraf dan otak yang kompleks. Pada masa balita, perkembangan kemampuan bicara dan bahasa, kreativitas, kesadaran social, emosional dan imosional dan intelegensia berjalan sangat cepat dan merupakan landasan perkembangan berikutnya.

b. Pertumbuhan dan perkembangan bayi

Setiap individu hidup akan melalui tahap pertumbuhan dan perkembangan, yaitu sejak embrio hingga akhir hayatnya mengalami pertumbuhan kearah yang peningkatan baik secara ukuran maupun perkemabangan. Istilah tumbuh kembang mencakup dua peristiwa yang sifatnya berbeda namun saling berkaitan dan tidak dapat terpisahkan yaitu pertumbuhan dan perkembangan.

Pertumbuhan adalah perubahan dalam besar, jumlah, ukuran atau dimensi tingkat sel organ, maupun individu yang bisa diukur dengan ukuran berat (gram, pon, kilogram), ukuran panjang (cm, meter), umur tulang, dan keseimbangan metabolik (retensi kalsium dan nitrogen tubuh). Pertumbuhan (*growth*) merupakan proses peningkatan yang ada pada diri seseorang yang bersifat kuantitatif atau peningkatan dalam hal ukuran. Pada studi perkembangan motorik cenderung digunakan dalam kaitannya dengan peningkatan ukuran fisik (Sudirjo, 2018).

Perkembangan (*development*) adalah bertambahnya skill (kemampuan) dalam struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam pola yang lebih teratur dan dapat diramalkan, seagabai hasil dari proses pematangan. Disini menyangkut adanya proses diferensiasi dari sel-sel tubuh, jaringan tubuh, organ-organ dan sistem organ yang berkembang secara sedemikian rupa sehingga masing-masing dapat memenuhi fungsinya. Termasuk juga perubahan emosi, intelektual, dan tingkah laku sebagai hasil interaksi dengan lingkungannya (Soetjningsih dalam Ajizah, 2020).

Pertumbuhan dan perkembangan secara fisik dapat berupa perubahan ukuran besar kecilnya fungsi organ mulai dari tingkat sel hingga perubahan organ tubuh. Pertumbuhan dan perkembangan kognitif anak dapat dilihat dari kemampuan secara simbolik maupun abstrak, seperti berbicara, bermain, berhitung, membaca dan lain-lain.

c. Manfaat Tidur Bagi Bayi

Meski tidur sering dikesampingkan karena dianggap sesuatu yang bersifat pasif dan tidak produktif, tidur tetaplah suatu kebutuhan dasar manusia yang harus dipenuhi. Tidur tidak hanya berfungsi untuk mengistirahatkan tubuh dari kelelahan aktivitas, namun juga berkontribusi pemulihan fisiologis dan psikologis.

Bagi bayi, tidur memiliki fungsi lebih dominan. Selama fase bayi, pertumbuhan sel-sel saraf belum sempurna sehingga diperlukan waktu tidur lebih lama untuk perkembangan saraf, pembentukan sinaps, dan sebagainya. Aktivitas tidur merupakan salah satu stimulus bagi proses tumbuh kembang otak, karena 75 % hormon pertumbuhan dikeluarkan saat anak tidur. Pada waktu bangun, penggunaan oksigen dan nutrisi digunakan untuk keperluan kegiatan fisik dan mentalnya. Keadaan katabolik mengakibatkan teraktifitasnya hormon adrenalin (epineprin)

dan kortikosteroid tubuh. Selama tidur, keadaan sebaliknya yaitu anabolik terjadi, yang memungkinkan berjalannya proses konservasi energi, perbaikan sel-sel tubuh dan pertumbuhan. Akibat konsentrasi adrenalin dan kortisol turun, maka tubuh mulai membentuk hormon pertumbuhan.

Hormon pertumbuhan tersebut bertugas merangsang pertumbuhan tulang dan jaringan. Selain itu, hormon pertumbuhan juga memungkinkan tubuh memperbaiki dan memperbarui seluruh sel yang ada di 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.

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

d. Pola Tidur Bayi

Tidur adalah salah satu bentuk adaptasi bayi terhadap lingkungannya. Setelah lahir, bayi biasanya tidur selama 16-20 jam perhari. Memasuki usia 2 bulan bayi mulai lebih banyak tidur malam dibanding 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 antara 13-15 jam/hari. Pada bayi usia 6 bulan, pola tidurnya mulai tampak mirip dengan orang dewasa (Afroh & Heny, 2018).

e. Kualitas Tidur Pada Bayi

Kualitas tidur adalah mutu atau keadaan fisiologis tertentu yang didapatkan selama seseorang tidur, yang memulihkan proses-proses tubuh yang terjadi pada waktu orang itu bangun dengan jumlah tidur nREM dan REM yang tepat. Jika kualitas tidurnya bagus artinya fisiologi atau faal tubuh dalam hal ini sel otak misalnya pulih kembali seperti semula saat bangun tidur. Kualitas tidur mempengaruhi baik secara fisiologi maupun psikologi individu. Kualitas tidur secara langsung mempengaruhi kualitas aktivitas saat terjaga, termasuk

kewaspadaan mental, produktivitas, keseimbangan emosi, kreativitas, tanda vital fisik dan bahkan berat badan (Kandi, 2018).

Kualitas tidur mencakup kuantitatif dari tidur, seperti durasi tidur, latensi tidur serta aspek subjektif, seperti tidur malam dan istirahat. Kualitas tidur yang baik dilihat dari tanda gejala kualitas tidur diantaranya yaitu, terlihat segar dan bugar disaat bangun dipagi hari, terpenuhinya kebutuhan tidur sesuai dengan perkembangan usia seseorang (Dian & Devid, 2018).

Kualitas tidur bayi juga dapat dilihat dengan cara tidurnya, kenyamanan tidur maupun pola tidur bayi. Perkembangan tidur bayi yang berkaitan dengan maturitas otak dan umur untuk jumlah total tidur yang diperlukan berkurang maka diikuti dengan penurunan proporsi rapid eyes movement (tidur aktif) dan non rapid eyes movement (tidur tenang). Bayi yang mempunyai kualitas tidur yang baik, maka bayi dapat bertumbuh dan berkembang dengan baik (Idris & Yophi, 2019).

Bayi yang memiliki tidur dengan kualitas baik jika telah memiliki kriteria tiga dari lima kriteria bayi dengan kualitas tidur yaitu ia tidur malam bayi ≥ 9 jam, frekuensi terbangun malam ≤ 3 kali, dengan lamanya terbangun malam ≤ 1 jam, tidak memerlukan tidur siang yang berlebihan, dan keadaan anak pada saat terbangun pagi bugar dan ceria (Kandi, 2018).

f. Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Bayi

Kualitas dan kuantitas tidur dipengaruhi oleh beberapa faktor. Kualitas tersebut dapat menunjukkan adanya kemampuan individu untuk tidur dan memperoleh jumlah istirahat sesuai dengan kebutuhannya. Berikut ini merupakan faktor yang dapat mempengaruhi pemenuhan kebutuhan tidur, antara lain :

1) Penyakit

Sakit dapat mempengaruhi kebutuhan tidur seseorang.

Banyak penyakit yang dapat memperbesar kebutuhan tidur, seperti penyakit yang disebabkan oleh infeksi, terutama infeksi limpa. infeksi limpa berkaitan dengan kelelahan, sehingga penderitanya membutuhkan lebih banyak waktu tidur untuk mengatasinya. Banyak juga keadaan sakit yang menjadikan pasien kurang tidur, bahkan tidak bisa tidur.

2) Latihan dan Kelelahan

Kelelahan akibat aktivitas yang tinggi dapat memerlukan lebih banyak tidur untuk menjaga keseimbangan energi yang telah dikeluarkan. Hal tersebut terlihat pada seseorang yang telah melakukan aktivitas dan mencapai kelelahan. Dengan demikian, orang tersebut akan lebih cepat untuk dapat tidur karena tahap tidur gelombang lambatnya (NREM) diperpendek.

3) Stress Psikologis

Kondisi stress psikologis dapat terjadi pada seseorang akibat ketegangan jiwa. Seseorang yang memiliki masalah psikologis akan mengalami kegelisahan sehingga sulit untuk tidur.

4) Obat

Obat dapat juga mempengaruhi proses tidur. Beberapa jenis obat yang mempengaruhi proses tidur, seperti jenis golongan obat diuretic yang dapat menyebabkan insomnia; antidepresan yang dapat menekan REM; kafein yang dapat meningkatkan saraf simpatis sehingga menyebabkan kesulitan untuk tidur, golongan beta bloker dapat berefek pada timbulnya insomnia; dan golongan narkotik dapat menekan REM sehingga mudah mengantuk.

5) Nutrisi

Terpenuhnya kebutuhan nutrisi dapat mempercepat proses tidur konsumsi protein yang tinggi dapat menyebabkan individu tersebut akan mempercepat proses terjadinya tidur karena dihasilkan triptofan. Triptofan merupakan asam amino hasil pencernaan protein yang dapat membantu kemudahan dalam tidur. Demikian sebaliknya, kebutuhan gizi yang kurang dapat juga mempengaruhi proses tidur, bahkan terkadang sulit untuk tidur.

6) Lingkungan

Keadaan lingkungan yang aman dan nyaman bagi seseorang dapat mempercepat proses terjadinya tidur. Sebaliknya, lingkungan yang tidak aman dan nyaman bagi seseorang dapat menyebabkan hilangnya ketenangan sehingga mempengaruhi proses tidur.

7) Motivasi

Motivasi merupakan suatu dorongan atau keinginan seseorang untuk tidur, sehingga dapat mempengaruhi proses tidur. Selain itu, adanya keinginan untuk tidak tidur dapat menimbulkan gangguan proses tidur.

g. Patologi gangguan tidur

Gangguan tidur dapat disebabkan oleh banyak hal atau bersifat holistik. Hal yang mempengaruhi adalah biopsikososial yaitu dari faktor genetik, psikologis, dan lingkungan. Sehingga bisa dikatakan penyebabnya sangat kompleks dan memerlukan investigasi yang cermat. Salah satu penyebab gangguan tidur yaitu depresi.

Etiologi depresi yang dapat dihubungkan dengan gangguan tidur adalah terganggunya neurotransmitter serotonin. Serotonin berperan dalam pengontrolan afek, agresivitas, tidur, dan nafsu makan. Neuron serotoninergik berproyeksi dari nukleus rafe dorsalis batang otak ke korteks serebri, hipotalamus, ganglia basalis, septum, dan hipokampus. Proyeksinya ke tempat-tempat ini mendasari keterlibatannya pada gangguan psikiatrik. Ada sekitar 14 reseptor serotonin, namun satu transmitter saja dapat memberikan efek ke seluruh otak. Percobaan yang dilakukan pada tikus menunjukkan gangguan pada 5-HT₇ dapat mengurangi perilaku depresif dan penurunan durasi REM.

Gangguan regulasi hormon dapat menyebabkan depresi yaitu Cortical-Hypothalamic-Pituitary-Adrenal Cortical Axis (CHPA). Mekanisme normalnya adalah adanya pengalaman buruk sehari-hari akan dicatat dalam korteks serebri dan sistem limbik sebagai stresor. Bagian otak ini akan mengirim pesan ke tubuh untuk mempersiapkan diri mengatasi stresor tersebut. Target organnya adalah kelenjar adrenal. Kelenjar ini akan mensekresikan kortisol untuk mempertahankan hidup. Kortisol berfungsi dalam mengatur tidur, nafsu makan, fungsi ginjal, sistem imun, dan semua faktor penting dalam kehidupan. Kadar kortisol turun pada saat malam sebelum tidur, sedangkan pada saat bangun pagi akan meningkat sehingga kita bisa bangun dengan segar.

Peningkatan kortisol akan menyebabkan mekanisme umpan balik ke hipotalamus untuk mengurangi sekresi Corticotrophin Releasing Hormone (CRH) dan ke kelenjar hipofisis anterior untuk mengurangi sekresi Adenocorticotrophin Hormone (ACTH). Sistem CRH merupakan sistem yang paling terpengaruh oleh stresor yang dialami seseorang pada awal kehidupannya. Stresor yang berulang akan menyebabkan peningkatan sekresi CRH dan penurunan sensitivitas reseptor CRH adenohipofisis. Sehingga pada akhirnya sekresi kortisol juga terganggu. Stresor

pada awal kehidupan ini dapat menyebabkan perubahan yang menetap pada sistem neurobiologik atau dapat membuat jejak pada sistem saraf yang berfungsi merespon stresor tersebut. Akibatnya seseorang akan rentan terhadap stresor dan risiko penyakit yang berkaitan dengan stresor menjadi meningkat. Neurotransmitter yang terlibat dalam patofisiologi gangguan tidur adalah serotonin, norepinefrin, histamine, hipokretin/orexin, asetilkolin, dopamine, glutamate dan GABA.

h. Penatalaksanaan gangguan tidur

Berbagai metode telah dilakukan untuk mengobati pasien dengan gangguan tidur, antara lain dengan higiene tidur, konseling, penghindaran faktor yang dapat memberi efek terhadap kualitas tidur, terapi perilaku, terapi melatonin, farmakotripsi, adenotonsilektomi, dan terapi oksigen tekanan positif. Gangguan tidur spesifik biasanya membutuhkan terapi spesifik.

2. Bounding Attachment

Bounding adalah ikatan antara ibu dan bayi dalam masa awal neonatus, sedangkan attachment adalah sentuhan. Bounding attachment adalah istilah dalam psikologi yang artinya ikatan antara ibu dan bayi dalam bentuk kasih sayang dan belaian. Bounding attachment adalah sentuhan awal atau kontak kulit antara ibu dan bayi pada menit-menit pertama sampai beberapa jam setelah kelahiran bayi. Konsep ikatan perlahan berkembang mulai dari awal kehamilan dan berlanjut selama berbulan-bulan, bertahun-tahun, dan mungkin seumur hidup setelah melahirkan. Bounding bukan sebuah proses magical atau seketika, juga bukan dirangsang menurut permintaan atau pesanan. Perasan kehangatan yang dimulai kadang sudah dirasakan, bahkan sebelum konsepsi dan tentu selama kehamilan dan akan terus berkembang selama beberapa minggu, bulan dan tahun setelah kelahiran. (Elisabeth, Endang 2015).

Bounding attachment adalah sebuah peningkatan hubungan kasih sayang dengan ketertarikan batin antara orang tua dan bayi. Hal ini merupakan proses dimana sebagai hasil dari suatu interaksi terus-menerus antara bayi dan orang tua yang bersifat saling mencintai memberikan keduanya pemenuhan emosional dan saling membutuhkan.

Menurut Elisabeth dan Endang (2015) faktor-faktor yang mempengaruhi bounding attachment antara lain:

a. Kesehatan emosional orang tua

Orang tua yang mengharapkan kehadiran si anak dalam kehidupannya tentu akan memberikan respon emosi yang berbeda dengan orang tua yang tidak menginginkan kelahiran bayi tersebut. Respon emosi yang positif ini dapat membantu tercapainya proses bonding attachment ini.

b. Tingkat kemampuan komunikasi dan keterampilan untuk merawat anak

Dalam berkomunikasi dan keterampilan dalam merawat anak, orang tua satu dengan yang lain tentu tidak sama tergantung pada kemampuan yang dimiliki masing-masing. Semakin cakap orang tua dalam merawat bayinya maka akan semakin mudah pula bonding attachment terwujud.

c. Dukungan social

Dukungan dari keluarga, teman, terutama pasangan merupakan faktor yang juga penting untuk diperhatikan karena dengan adanya dukungan dari orang-orang terdekat akan memberikan suatu semangat atau dorongan positif yang kuat bagi ibu untuk memberikan kasih sayang yang penuh kepada bayinya.

d. Kedekatan orang tua dan anak

Dengan metode rooming in kedekatan antara orang tua dan anak dapat terjalin secara langsung dan menjadikan cepatnya ikatan batin terwujud diantara keduanya.

e. Kesesuaian antara orang tua dan anak (keadaan anak, jenis kelamin)

Anak akan lebih mudah diterima oleh anggota keluarga yang lain ketika keadaan anak sehat/normal dan jenis kelamin sesuai dengan yang diharapkan. Pada awal kehidupan, hubungan ibu dan bayi lebih dekat dibanding dengan anggota keluarga yang lain karena setelah melewati sembilan bulan bersama dan melewati saat-saat kritis dalam proses persalinan. Tahap-tahap bonding attachment menurut Elisabeth dan Endang (2015) yaitu:

1) Perkenalan (acquaintance) dengan melakukan kontak mata, menyentuh, berbicara, dan mengeksplorasi segera setelah mengenal bayinya.

2) Bonding (keterikatan). Sejak bayi masih dalam kandungan sebenarnya ikatan batin ini sudah terbentuk. Ikatan ini terjadi apabila ada ketertarikan, respon dan kepuasan serta dapat dikembalikan dengan interaksi yang terus menerus setelah bayi dilahirkan. Attachment, kasih sayang merupakan hasil dari interaksi saat ibu

hamil dan terus menerus konsisten antara orang tua dan bayi serta makin menguat pada periode awal pascapartum.

Terdapat beberapa cara untuk membangun bonding attachment, antara lain:

a) Pemberian ASI Eksklusif

Dengan dilakukannya pemberian ASI secara eksklusif segera setelah lahir, secara langsung bayi akan mengalami kontak kulit dengan ibunya yang menjadikan ibu merasa bangga dan diperlukan, rasa yang dibutuhkan oleh semua manusia (Elisabeth, Endang 2015).

b) Rawat Gabung

Rawat gabung merupakan salah satu cara yang dapat dilakukan agar antara ibu dan bayi terjalin proses lekat (early infant mother bonding) akibat sentuhan badan antara ibu dan bayinya. Hal ini sangat mempengaruhi perkembangan psikologis bayi selanjutnya karena kehangatan tubuh ibu merupakan stimulasi mental yang mutlak dibutuhkan oleh bayi. Bayi yang merasa aman dan terlindungi merupakan dasar terbentuknya rasa percaya diri dikemudian hari (Elisabeth, Endang 2015). Rawat gabung antara ibu dan bayi setelah melahirkan akan menimbulkan kasih sayang, rasa cinta, dan kehangatan antara ibu dan bayi. Rawat gabung juga memberanikan seorang ibu untuk dapat memberikan air susu ibu, menyentuh dan melakukan perawatan pada bayi (Girsang, 2016).

c) Kontak Mata

Kontak mata merupakan komunikasi verbal yang dilakukan oleh dua orang dengan saling melihat satu sama lain dan sangat diperlukan ibu dalam mengembangkan komunikasi dengan bayinya. Kontak mata yang dilakukan oleh ibu dan bayinya akan membuat mereka lebih dekat sehingga bayi dapat mengenali ibunya dan sebaliknya (Lowdermilk, dkk. 2013).

d) Suara

Mendengar dan merespon suara antara orang tua dan bayinya sangat penting. Orang tua menunggu tangisan pertama bayi mereka dengan tegang. Suara tersebut membuat mereka yakin bahwa bayinya dalam keadaan sehat. Tangis tersebut membuat mereka melakukan tindakan menghibur. Bayi dapat mendengar sejak dalam rahim, jadi tidak mengherankan jika ia dapat mendengar suara-siara dan membedakan nada dan kekuatan sejak lahir, meskipun suara-suara itu terhalang

selama beberapa hari oleh cairan amniotic dari rahim yang melekat pada telinga (Elisabeth, Endang 2015).

e) Kontak dini

Kontak dini merupakan suatu yang penting bagi orang tua dan anak untuk membangun suatu pola hubungan namun sampai saat ini belum ada penelitian yang mampu membuktikan, diketahui bahwa kontak dini memiliki banyak manfaat diantaranya yaitu fisiologis, dapat meningkatkan kadar oksitosin dan prolaktin, merangsang reflek hisap sejak dini, akan munculnya kekebalan aktif, dan dapat mempercepat bonding atau ikatan batin antara orang tua dan anak. Kontak dini juga berfungsi sebagai body warm (kehangatan tubuh) dimana ada kontak langsung antara ibu dan bayi sehingga bayi merasa kehangatan saat berada dalam dekapan ibu, serta akan menambah lebih banyak kasih sayang ibu dan sebagai stimulasi hormon. (Klaus, Kenel dalam Wahyuni, 2018).

f) Pijat Bayi

Pijatan lembut akan membantu mengendurkan otot sehingga bayi dapat tenang dan tidur nyenyak. Sentuhan lembut dari bayi adalah cara yang indah untuk menciptakan ikatan antara bayi dan orang tuanya (Roesli U, 2013) Banyak ahli yang membuktikan bahwa pijat bayi oleh orang tua terutama ibu dapat memberikan banyak manfaat (Wahyuni T, n.d.), seperti berat dan tinggi badan, peningkatan kepadatan mineral tulang, tidur yang lebih baik, eliminasi dan pengurangan kolik, respons fisiologis dan perilaku yang lebih baik, pengurangan rawat inap di rumah sakit (Sukmawati & Nur Imanah, 2020), manajemen stres pada bayi prematur, peningkatan bonding antara ibu dan bayi serta peningkatan terhadap durasi tidur bayi.

3. Pijat Bayi

a. Pengertian Pijat Bayi

Pijat bayi adalah terapi sentuh tertua yang dikenal manusia yang paling populer. Pijat bayi telah lama dilakukan hampir di seluruh dunia, mempertahankan perasaan aman pada bayi (Dewi et al., 2021). Pijat bayi merupakan seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang mampu melemaskan sendi yang terlalu kaku stimulasi atau rangsangan yang baik untuk anak dapat diberikan oleh orang tua untuk perkembangan potensinya secara maksimal (Widyaningsih et al., 2022).

Pijat bayi diartikan sebagai sentuhan komunikasi yang nyaman antara ibu dan bayi. Ibu adalah orang tua yang paling dekat dengan bayi, pijatan yang diberikan ibu kepada bayi merupakan sentuhan lembut dan bentuk komunikasi dengan menggunakan kontak mata, senyuman, dan ekspresi wajah. Jika stimulasi sering diberikan, maka hubungan kasih sayang ibu dan bayi secara timbal balik akan semakin kuat (Indriyani,2016). Menurut Julianti (2019) Pijat bayi merupakan stimulasi sentuhan tertua yang sudah berabad-abad dari nenek moyang kita. Yang telah mengenalkan pemijatan secara turun temurun. Biasanya digunakan untuk menghilangkan pegal-pegal, kelelahan bahkan stress. Walaupun tradisi kuno, kita tetap percaya bahwa sangat besar manfaatnya terutama untuk memijat bayi. Terbukti bisa menambah lamanya waktu tidur, mengurangi bayi flu, masuk angin, rewel, kembung dan masih banyak lagi. Terutama manfaat pijat bayi sangat besar manfaatnya untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. Sudah banyak penelitian yang membuktikan manfaatnya dari peningkatan berat badan dan lamanya tidur bayi. (Julianti, 2019)

Pijat bayi (baby massage) merupakan gerakan dengan usapan lambat dan lembut pada seluruh tubuh bayi yang dimulai dari kaki, perut, dada, wajah, tangan dan punggung bayi. Pijat bayi atau baby massage adalah salah satu cara yang menyenangkan untuk menghilangkan ketegangan dan perasaan gelisah pada bayi. Pijatan lembut akan membantu melemaskan otot-otot tubuh sehingga bayi menjadi tenang dan tidur dengan nyenyak. Sentuhan lembut pada bayi merupakan sarana ikatan yang indah antara bayi dan orang tuannya (Roesli, 2013).

b. Manfaat Pijat Bayi

Berdasarkan pendapat-pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa pijat bayi merupakan suatu tindakan perawatan dengan menggunakan terapi sentuh dengan tekanan halus pada tubuh bayi.

Menurut Gusti et al (2023), manfaat pijat bayi secara umum adalah :

1) Meningkatkan pertumbuhan dan berat badan bayi.

Bayi yang dipijat mengalami peningkatan kadar enzim penyerapan dan insulin sehingga penyerapan terhadap sari makanan menjadi lebih baik. Bayi menjadi cepat lapar dan karena itu lebih sering menyusu sehingga meningkatkan nafsu makan.

2) Mengurangi kadar bilirubin.

Beberapa hari setelah lahir, bayi bisa menjadi kuning. Berubahnya warna kulit bayi menjadi kuning ini bisa disebabkan oleh meningkatnya kadar bilirubin. Berdasarkan penelitian, diketahui bahwa bayi kuning yang mendapatkan pijatan selama 15-20 menit dan fototerapi terlihat mengalami perbaikan yang lebih cepat daripada bayi yang hanya mendapatkan fototerapi. Hal ini menunjukkan bahwa manfaat pijat pada bayi juga turut berpengaruh pada penurunan kadar bilirubinnya.

3) Meningkatkan nafsu makan dan gerak peristaltik untuk pencernaan.

Baby massage dapat menyebabkan bayi lebih rileks dan dapat bersistirahat dengan efektif, hal ini berdampak positif ketika bayi bangun dan membawa energi yang cukup untuk beraktivitas. Dengan aktivitas yang optimal, bayi akan cepat lapar sehingga nafsu makannya meningkat. Peningkatan nafsu makan ini juga ditambah dengan peningkatan aktivitas nervus vagus dalam menggerakkan sel peristaltik untuk mendorong makanan ke saluran pencernaan.

4) Memacu perkembangan otak dan sistem saraf.

Rangsangan yang diberikan pada kulit bayi akan memacu proses myelinisasi (penyemburnaan otak dan sistem saraf) sehingga dapat meningkatkan komunikasi ke tubuh bayi dan keaktifan sel neuron. Myelinisasi yang berlangsung lebih cepat memungkinkan otak bayi semakin terpacu untuk berfungsi sempurna dalam mengkoordinasikan tubuh. Bayi lebih sigap dan lincah dalam menanggapi apa yang dihadapinya.

5) Meningkatkan aliran oksigen dan nutrisi menuju sel.

Pemijatan dapat memperlancar proses pengangkutan oksigen ke sel-sel yang akan dituju. Pengangkutan oksigen ini penting agar sel-sel dapat menjalankan fungsinya dengan normal. Aliran oksigen ke sel-sel saraf yang tidak lancar dapat menyebabkan rasa sakit, menurunnya konsentrasi, dan kesiagaan. Stimulasi pemijatan juga memperlancar mengalirnya nutrisi ke seluruh sel. Nutrisi ini penting agar sel-sel dapat tumbuh dan menjalankan fungsinya. Dengan pemijatan akan memperlancar peredaran darah yang mengalir keseluruh tubuh, termasuk ke otaknya. Salah satu zat penting yang dibawa oleh darah adalah oksigen. Ketika suplai oksigen untuk otak bayi tidak lancar maka fungsi otak untuk berpikir dan konsentrasi akan terganggu. Semakin baik aliran darah ke otak, semakin

berkecukupan kebutuhan oksigen otak yang terpenuhi. Terpenuhinya oksigen di otak secara cukup membuat konsentrasi dan kesiagaan bayi semakin baik

6) Menurunkan gejala batuk pilek.

Salah satu solusi mengatasi masalah penyakit batuk pilek dengan memperlancar peredaran darah dan meningkatkan daya imunitas sehingga tubuh anak bisa sehat dan mengeliminasi virus atau bakteri penyebab batuk pilek setelah diberikan terapi batuk pilek komplisit (baby massage, terapi uap, dan Infrared) pada balita (Ruliati & Aini, 2022). Cara ini dapat diberikan melalui baby massage yang bertujuan untuk membantu merangsang dan menyeimbangkan hormon-hormon pada tubuhnya, yaitu hormon kortisol dan oksitosin. Saat memberikan pijatan pada bayi, hormon kortisol yang ada dalam tubuhnya berkurang. Hormon kortisol adalah hormon penyebab stress. Penurunan hormon kortisol berarti bayi akan menjadi lebih riang dan tidak suka menangis. Baby massage dapat merangsang hormon oksitosin yang dapat menimbulkan rasa nyaman dan kasih sayang (Yulianti & Yanti, 2021).

7) Membuat bayi semakin tenang

Selama pemijatan, bayi akan mengalami tekanan, peregangan, dan relaksasi. Sirkulasi darah yang semakin meningkat, perbaikan sirkulasi udara di kulit, dan stimulasi atau goncangan merupakan perlakuan yang berpotensi memberikan tekanan pada bayi yang baru lahir. Karenanya, pemijatan harus dilakukan dengan hati-hati. Perlakuan harus diimbangi dengan usaha lembut dan sentuhan sayang. Hal ini merupakan pembelajaran yang sangat penting bagi bayi.

8) Meningkatkan efektivitas istirahat (tidur) bayi

Bayi yang otot-ototnya distimulasi dengan urut atau pemijatan akan nyaman dan mengantuk. Kebanyakan bayi akan tidur dengan waktu yang lama begitu pemijatan usai dilakukan kepadanya. Selain itu, bayi nampak tidur terlelap dan tidak rewel seperti sebelumnya. Hal ini menunjukkan bahwa bayi merasa tenang setelah dipijat. Ibu selalu merasa senang bila melihat bayinya tidur lelap. Kebanyakan orang tua melakukan pemijatan bayi. Namun, dalam situasi lain dimana tidur lelap bayi ini terjadi dalam waktu terlalu lama, si ibu harus waspada. Sebab, dapat terjadi berbagai kemungkinan: Pertama, bayi tertidur bukan karena nyaman dipijat tetapi sebaliknya, ia merasa kehabisan energi setelah “melawan” perlakuan pemijatan yang sebenarnya tidak diinginkan. Biasanya hal ini

terjadi karena pemijatan dilakukan dengan paksaan. Kedua, tidur bayi yang terlalu lama dan sulit dibangunkan dapat mengganggu jadwal pemberian ASI. Pemberian ASI tetap harus cukup dan tidak boleh terlambat.

9) Meningkatkan Produksi ASI

Pijat bayi menyebabkan bayi lebih rileks dan dapat beristirahat dengan efektif. Bayi yang tidur dengan efektif ketika bangun akan membawa energi yang cukup untuk beraktifitas. Dengan aktifitas yang optimal, bayi akan cepat lapar sehingga nafsu makannya meningkat. Peningkatan nafsu makan ini juga ditambah dengan peningkatan aktivitas nervus vagus/saraf pengembara (sistem saraf otak bekerja untuk daerah leher ke bawah sampai dada dan rongga perut) dalam menggerakkan sel peristaltik (sel di saluran pencernaan yang menggerakkan dalam saluran pencernaan) untuk mendorong makanan ke saluran pencernaan. Dengan demikian, bayi lebih cepat lapar atau ingin makan karena pencernaannya semakin lancar. Bayi yang nafsu makannya baik memerlukan isapan ASI cukup banyak setiap hari. Semakin banyak di isap, ASI pun semakin terstimulasi (terangsang) untuk memproduksi.

10) Memperkuat Sistem Kekebalan Tubuh

Sebuah penelitian yang dilakukan di Touch Research Institute, Miami, Florida juga menunjukkan bahwa penelitian memberikan dampak yang signifikan dalam meningkatkan jumlah sel pembunuh alami. Sel pembunuh alami ini adalah sekelompok sel darah putih yang dapat membunuh beberapa jenis sel tumor. Kejadian ini diharapkan memiliki dampak positif, terutama bagi para bayi yang menderita ancaman HIV atau kanker. Bagi para bayi yang sehat, penguatan sistem imunitas ini tentu saja akan membuatnya lebih bertahan dalam berbagai keadaan ketika kuman siap mengancam.

11) Memperkuat ikatan kasih sayang antara orang tua dan anak (*bounding*)

Sentuhan dan pandangan kasih orang tua pada bayinya akan mengalirkan ke kuatannya jalinan kasih sayang diantara keduanya. Pada perkembangan anak, sentuhan orang tua adalah dasar perkembangan komunikasi yang akan memupuk cinta kasih secara timbal balik. Semua ini akan menjadi penentu bagi anak untuk secara potensial menjadi anak berbudi pekerti baik yang percaya diri.

c. Mekanisme Pijat Bayi

Terdapat beberapa mekanisme dasar pijat bayi antara lain pengeluaran beta endorfin, aktivitas nervus vagus, dan produksi serotonin (Syaukani, 2015).

1) Beta endorfin Mempengaruhi Pertumbuhan

Pijatan akan meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan anak. Sentuhan merangsang peningkatan hormon pertumbuhan dan enzim yang membuat sel pada organ vital lebih mudah terasah terhadap efek hormon tersebut.

2) Aktivitas Nervus Vagus Mempengaruhi Mekanisme Penyerapan Makanan

Bayi yang di pijat mengalami peningkatan tonus nervus vagus (saraf otak ke 10). Yang akan menyebabkan peningkatan kadar enzim penyerapan gastrin dan insulin. Dengan demikian penyerapan makanan akan menjadi lebih baik, yang akan menyebabkan peningkatan berat badan bayi.

3) Aktivitas Nervus Vagus Meningkatkan Volume Air Susu Ibu (ASI) Penyerapan makanan menjadi lebih baik karena peningkatan aktivitas nervus vagus menyebabkan bayi cepat merasa lapar sehingga akan membuat bayi sering menyusu. Akibatnya Air susu ibu (ASI) akan lebih banyak pula di produksi. Selain itu ibu yang memijat bayi akan merasa tenang dan hal ini berdampak positif pada peningkatan volume

Air Susu Ibu (ASI).

4) Produksi Serotonin Meningkatkan Daya Tahan Tubuh

Pemijatan akan meningkatkan aktivitas neurotransmitter serotonin. Yaitu meningkatkan kapasitas sel reseptor yang mengikat glukokortikoid (adrenalin). Proses ini akan menyebabkan terjadinya penurunan kadar hormon adrenalin (hormon stress). Penurunan kadar hormon stress ini akan meningkatkan daya tahan tubuh, terutama immunoglobulin M (IgM) dan immunoglobulin G (IgG).

5) Mengubah Gelombang Otak

Pijat bayi akan membuat bayi tidur lelap, meningkatkan kesiagaan (alertness), dan konsentrasi. Ini karena pijatan akan mengubah gelombang otak, yaitu dengan menurunkan gelombang alpha dan meningkatkan gelombang beta serta theta.

d. Efek Fisiologis Pijat Bayi

1) Sistem peredaran darah

Pijatan dengan tekanan yang cukup dalam (1-2 mm) akan menambah aliran darah sampai 85% dan meningkatkan aliran cairan limfa. Pijatan memberikan efek pelebaran pada vena dan kapiler serta memacu efek saraf vasomotor sehingga membantu darah bergerak melalui vena.

2) Sistem Limfatik

Pijat sangat berperan untuk aliran limfatik. Racun dan sampah tubuh akan dialirkan ke pembuluh darah untuk dinetralisir, bengkak (oedema) akan berkurang. Dengan dipijat pembentukan limfosit akan meningkat, aliran limfe menjadi lancar.

3) Kulit

Kulit pada bagian dermis terdapat banyak pembuluh darah, pembuluh limfe serta ujung-ujung dari saraf yang akan berpengaruh pada saat pemijatan. Rangsangan pada reseptor akan menyebabkan perubahan reaksi reflek seperti pelebaran pembuluh darah, relaksasi otot dan pori-pori akan terbuka. Membukanya pori-pori akan mengeluarkan keringat sehingga dapat membuang racun dan sampah tubuh, selain itu juga sangat membantu untuk kulit yang kering.

4) Sistem otot

Selama pemijatan posisi otot ditarik kearah samping dan memanjang. Keadaan ini akan meningkatkan mikrosirkulasi yang dapat menyembuhkan ketegangan otot dan menguraikan perlengketan jaringan. Selain itu pijat dapat mengeluarkan racun seperti asam laktat yang menyebabkan kelesuan. Dengan meningkatnya fleksibilitas dan integritas dari jaringan, pijat dapat menyembuhkan kram serta dapat menguraikan ketegangan postur.

5) Sistem Saraf

Pijat mempengaruhi sistem saraf dari tepi sampai pusat. Tekanan pada reseptor saraf di kulit akan menyebabkan pelebaran vena, arteri dan kapiler sehingga akan menghambat penyempitan, melemaskan ketegangan otot, melambatkan detak jantung dan meningkatkan gerakan usus di saluran pencernaan.

e. Hal yang Diperhatikan Ketika Pemberian Pijat Bayi

Pada bayi usia 0-1 bulan disarankan hanya diberi gerakan usapan halus dan sebelum tali pusat lepas sebaiknya tidak dipijat di daerah perut. Bayi dengan usia 1-3 bulan sudah dapat diberikan gerakan pijat, namun pijatan halus dengan tekanan

ringan. Setelah bayi berusia 3 bulan ke atas bayi sudah dapat diberikan pijat bayi dengan tekanan yang lebih (Roesli, 2016).

Pijat bayi dapat dilakukan pada pagi hari saat orang tua serta bayi akan memulai hari baru dan pada sore hari atau pun malam hari sebelum bayi tidur dengan pemberian pijatan akan membuat bayi merasa rileks dan nyaman sehingga dapat tidur dengan nyenyak. Selain waktu menurut Roesli (2016) ada hal-hal yang harus diperhatikan sebelum melakukan pemijatan, seperti:

- 1) Bayi tidak baru saja selesai makan ataupun dalam kondisi lapar
- 2) Tangan pemijat bersih, tidak berkuku panjang dan menggunakan perhiasan.
- 3) Ruangan untuk saat melakukan pemijatan tidaklah harus khusus cukup diupayakan ruangan hangat tidak terlalu dingin dan sirkulasi udara berjalan dengan lancar.
- 4) Siapkan waktu kurang lebih 15 menit untuk orang tua atau pun pengasuh harus dalam kondisi yang sehat dan nyaman tidak dalam kondisi yang stres ketika melakukan pemijatan, karena akan berdampak juga pada bayi yang diberikan pijatan.
- 5) Baringkan bayi pada permukaan yang rata, lembut dan bersih
- 6) Siapkan handuk bayi, popok dan baju ganti untuk bayi.

Selama melakukan pemijatan orangtua melakukan kontak mata dengan bayi dengan penuh kasih sayang, bernyanyilah ataupun Memutarkan lagu-lagu yang tenang dan lembut untuk menciptakan suasana yang nyaman untuk orang tua dan bayi. Pemijatan dapat dilakukan menggunakan baby lotion atau minyak kelapa yang lembut untuk bayi. Tidak disarankan untuk pemberian pijatan setelah bayi selesai makan, membangunkan bayi yang tertidur khusus untuk pijat bayi, memijat saat kondisi bayi sedang tidak sehat dan memaksakan pijatan pada bayi saat tidak mau dipijat.

- 7) Waktu-waktu yang tepat dalam pemijatan bayi dilakukan saat pagi hari ketika memulai hari atau malam hari saat bayi akan tidur.

f. 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, bagian bawah telinga agar otot rahangnya bekerja dengan baik yang berfungsi untuk kecakapannya berbicara dan makan, serta bagian dada dan perut untuk menstimulasi jantung serta sistem pencernaan. Selama melakukan pijat bayi, dianjurkan untuk tersenyum, mengajak bayi ngobrol atau bahkan mengajak bernyanyi. Hal ini dapat meningkatkan kemampuan verbal bayi. Berikut ini adalah langkah - langkah pijat bayi, yaitu:

1. Mulailah pemijatan dengan urutan sebagai berikut : kaki, perut, dada, tangan, muka dan akhiri pada bagian punggung.

2. Setiap gerakan pada tahap pemijatan ini dapat dilakukan sebanyak dua kali.

a. Kaki

1) Perahan Cara India

a) Pegang kaki bayi pada pangkal paha, seperti memegang pemukul soft ball.

b) Gerakkan tangan kebawah secara bergantian seperti pemerah susu



Gambar 2.1 Perahan cara india

2) Peras dan Putar

a) Pegang kaki bayi pada pangkal paha dengan kedua tangan secara bersamaan.

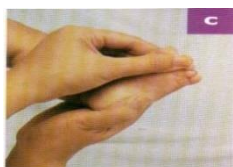
b) Peras dan putar kaki bayi dengan lembut dimulai dari pangkal paha ke arah mata kaki.



Gambar 2.2 Peras dan putar

3) Telapak Kaki

Urutlah telapak kaki dengan kedua ibu jari secara bergantian, mulai dari pangkal tumit kaki menuju jari-jari di seluruh telapak kaki.



Gambar 2.3 Pijatan telapak kaki

4) Tarikan Lembut Jari

Pijatlah jari – jarinya satu persatu dengan gerakan memutar menjauhi telapak kaki, akhiri dengan tarikan kasih sayang yang lembut pada tiap ujung jari.



Gambar 2.4 Tarikan lembut jari

5) Gerakan Peregangan

a) Dengan menggunakan sisi jari telunjuk, pijat telapak kaki mulai dari batas jari – jari ke arah tumit.

b) Dengan jari tangan lain, regangkan dengan lembut punggung kaki pada daerah pangkal kaki ke arah tumit.

b. Perut

1) Gerakan I Love You

a) “I” pijat perut bayi mulai dari bagian kiri atas ke bawah menggunakan jari – jari tangan kanan membentuk huruf “I”.

b) “LOVE” pijatlah perut bayi membentuk huruf “L” terbalik mulai dari kanan atas ke kiri, kemudian dari kiri atas ke kiri bawah.

c) “YOU” pijatlah perut bayi membentuk huruf “U” TERBALIK, mulai dari kanan bawah (daerah usus buntu) ke atas, kemudian ke kiri, ke bawah dan berakhir di perut kiri bawah.



Gambar 2.5 Gerakan ILY

c. Dada

1) Jantung Besar

a) Buatlah gerakan yang menggambarkan jantung dengan meletakkan ujung – ujung jari kedua telapak tangan anda di tengah dada bayi / ulu hati.

2) Kupu – Kupu

a) Buatlah 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.



Gambar 2.6 Gerakan jantung besar dan kupu-kupu

d. Tangan

1) Memijat Ketiak Buatlah gerakan memijat pada daerah ketiak dari atas ke bawah. Perlu diingat kalau terdapat pembengkakan kelenjar ketiak, sebaiknya gerakan ini tidak dilakukan.

2) Perahan Cara India

a) Arah pijat cara India adalah pijatan yang menjauhi tubuh untuk melemaskan / merelaksasikan otot

b) Peganglah lengan bayi bagian pundak dengan tangan kanan, seperti memegang pemukul soft ball, tangan kiri memegang pergelangan tangan bayi.

c) Gerakkan tangan kanan mulai dari bagian pundak ke arah pergelangan tangan, kemudian gerakkan tangan kiri dari pundak ke arah pergelangan tangan.

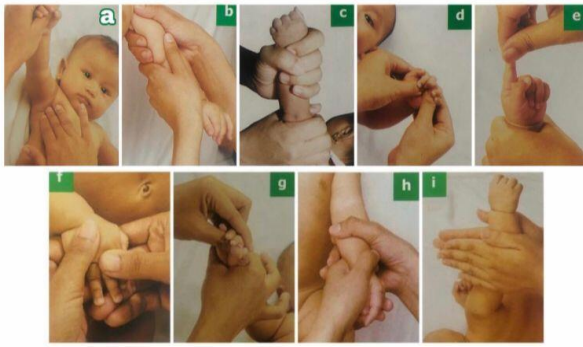
d) Demikian seterusnya, gerakkan tangan kanan dan kiri ke bawah secara bergantian dan berulang – ulang seolah memerah susu sapi.

3) Membuka Tangan Pijat telapak tangan dengan kedua ibu jari, dari pergelangan tangan ke arah jari – jari.

4) Putar Jari – Jari

a) Pijat lembut jari bayi satu persatu menuju arah ujung jari dengan gerakan memutar.

b) Akhiri gerakan ini dengan tarikan lembut pada tiap ujung jari.



Gambar 2.7 Pijat pada tangan

e. Muka

Umumnya tidak diperlukan minyak untuk daerah muka

1) Dahi

- a) Letakkan jari – jari kedua tangan anda pada pertengahan dahi.
- b) Tekankan jari – jari anda dengan lembut mulai dari tengah dahi keluar ke samping kanan dan kiri seolah menyetrika dahi atau seperti membuka lembaran buku.
- c) Gerakan ke bawah daerah pelipis, buatlah lingkaran – lingkaran kecil di daerah pelipis, kemudian gerakkan ke dalam melalui daerah pipi bawah mata.

2) Alis

- a) Letakkan kedua jari anda di kedua alis mata.
- b) Gerakan kedua ibu jari untuk memijat secara lembut pada alis mata dan diatas kelopak mata, mulai dari tengah ke samping seolah menyetrika alis.

3) Hidung

- a) Letakkan kedua ibu jari anda pada pertengahan alis.
- b) Tekankan ibu jari anda dari pertengahan kedua alis turun melalui tepi hidung kearah pipi dengan membuat gerakan ke sampng dan keatas seolah membuat bayi tersenyum.

4) Mulut Bagian Atas

- a) Letakkan kedua ibu jari anda diatas mulut dibawah sekat hidung.
- b) Gerakkan kedua ibu jari pada dagu dengan gerakkan dari tengah ke samping, kemudian ke atas ke arah pipi seolah membuat bayi tersenyum.

5) Mulut Bagian Bawah

- a) Letakkan kedua ibu jari anda di tengah dagu.
- b) Tekanlah kedua ibu jari pada dagu dengan gerakkan dari tengah ke samping, kemudian ke atas kearah pipi seolah membuat bayi tersenyum.



Gambar 2.8 Pijatan pada muka

f. Punggung

1) Gerakan Maju Mundur (Kursi Goyang)

- a) Tengkurapkan bayi melintang di depan anda dengan kepala disebelah kanan dan kaki disebelah kiri anda.
- b) Pijatlah sepanjang punggung bayi dengan gerakkan maju mundur menggunakan kedua telapak tangan, dari bawah leher sampai ke pantat bayi, lalu kembali ke leher.

2) Gerakan Menyetrika

- a) Pegang pantat bayi dengan tangan kanan.
- b) Dengan tangan kiri, pijatlah mulai dari leher ke bawah sampai bertemu dengan tangan kanan yang menahan pantat bayi seolah menyetrika punggung.

3) Gerakan Melingkar

- a) Dengan jaari – jari kedua tangan anda, buatlah gerakan – gerakan melingkar kecil – kecil mulai dari batas tengkuk turun ke bawah di sebelah kanan dan kiri tulang punggung sampai ke pantat.
- b) Mulai dengan lingkaran – lingkaran kecil di daerah leher, kemudian lingkaran yang lebih besar di daerah pantat.

4) Gerakan Menggaruk

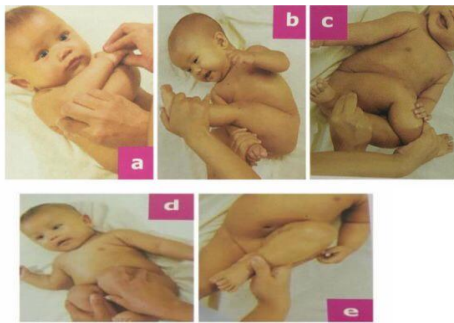
- a) Tekankan dengan lembut kelima jari – jari tangan kanan anda pada punggung bayi.
- b) Buatlah gerakan ke bawah memanjang sampai pantat bayi



Gambar 2.9 Pijatan pada Punggung

g. Peregangan

- 1) Pegang kedua pergelangan tangan bayi dan silangkan keduanya di dada.
- 2) Pertemukan ujung kaki kanan dan ujung kaki kiri di atas tubuh bayi sehingga membentuk garis diagonal. Selanjutnya, tarik kembali kaki kanan dan tangan kiri bayi ke posisi semula.
- 3) Pegang pergelangan kaki kanan dan kiri bayi, lalu silangkan ke atas.
- 4) Pegang pergelangan kaki kanan dan kiri bayi dalam posisi kaki lurus, lalu tekuk lutut kaki perlahan menuju ke arah perut.
- 5) Gerakkan menekuk kaki secara bergantian.



Gambar 2.10 Peregangan

B. Kewenangan Bidan Terhadap Kasus Tersebut

Landasan hukum yang mendasari bidan di dalam melakukan asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan belly dance merupakan Peraturan Menteri Kesehatan (Permenkes) Nomor 28 Tahun 2017 tentang Izin dan Penyelenggaraan Praktek Bidan.

Pasal 18

Bidan dalam penyelenggaraan Praktik Kebidanan, memiliki kewenangan untuk memberikan pelayanan yang meliputi:

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

Pasal 19

(1) Pelayanan kesehatan ibu sebagaimana dimaksud dalam Pasal 18 huruf a diberikan pada masa sebelum hamil, masa hamil, masa persalinan, masa nifas, masa menyusui, dan masa antara dua kehamilan.

(2) Pelayanan kesehatan ibu sebagaimana dimaksud pada ayat (1) meliputi pelayanan:

- a. Konseling pada masa sebelum hamil
- b. Antenatal pada kehamilan normal
- c. Persalinan normal
- d. Ibu nifas normal
- e. Ibu menyusui
- f. Konseling pada masa antara dua kehamilan.

(3) Bidan dalam memberikan pelayanan kesehatan ibu sebagaimana dimaksud pada ayat (2), berwenang melakukan:

- a. Episiotomi
- b. Pertolongan persalinan normal
- c. Penjahitan luka jalan lahir tingkat I dan II
- d. Penanganan kegawat-daruratan, dilanjutkan dengan perujukan
- e. Pemberian tablet tambah darah pada ibu hamil
- f. Pemberian vitamin a dosis tinggi pada ibu nifas
- g. Fasilitasi/bimbingan inisiasi menyusui dini dan promosi air susu ibu eksklusif
- h. Pemberian uterotonika pada manajemen aktif kala tiga dan postpartum
- i. Penyuluhan dan konseling
- j. Bimbingan pada kelompok ibu hamil
- k. Pemberian surat keterangan kehamilan dan kelahiran.

Pasal 20

(1) Pelayanan kesehatan anak sebagaimana dimaksud dalam Pasal 18 huruf b diberikan pada bayi baru lahir, bayi, anak balita, dan anak prasekolah.

(2) Bidan dalam memberikan pelayanan kesehatan anak sebagaimana dimaksud pada ayat (1), berwenang melakukan:

- a. Pelayanan neonatal esensial

- b. Penanganan kegawatdaruratan, dilanjutkan dengan rujukan
- c. Pemantauan tumbuh kembang bayi, anak balita, dan anak prasekolah
- d. Konseling dan penyuluhan.

(3) Pelayanan neonatal esensial sebagaimana dimaksud pada ayat (2) huruf a meliputi inisiasi menyusui dini, pemotongan dan perawatan tali pusat, pemberian suntikan Vit K1, pemberian imunisasi B0, pemeriksaan fisik bayi baru lahir, pemantauan tanda bahaya, pemberian tanda identitas diri, dan merujuk kasus yang tidak dapat ditangani dalam kondisi stabil dan tepat waktu ke Fasilitas Pelayanan Kesehatan yang lebih mampu.

(4) Penanganan kegawatdaruratan, dilanjutkan dengan rujukan sebagaimana dimaksud pada ayat (2) huruf b meliputi:

- a. Penanganan awal asfiksia bayi baru lahir melalui pembersihan jalan nafas, ventilasi tekanan positif, dan/atau kompresi jantung
- b. Penanganan awal hipotermia pada bayi baru lahir dengan bblr melalui penggunaan selimut atau fasilitasi dengan cara menghangatkan tubuh bayi dengan metode kangguru
- c. Penanganan awal infeksi tali pusat dengan mengoleskan alkohol atau povidon iodine serta menjaga luka tali pusat tetap bersih dan kering
- d. Membersihkan dan pemberian salep mata pada bayi baru lahir dengan infeksi gonore (GO).

(5) Pemantauan tumbuh kembang bayi, anak balita, dan anak prasekolah sebagaimana dimaksud pada ayat (2) huruf c meliputi kegiatan penimbangan berat badan, pengukuran lingkaran kepala, pengukuran tinggi badan, stimulasi deteksi dini, dan intervensi dini penyimpangan tumbuh kembang balita dengan menggunakan Kuesioner Pra Skrining Perkembangan (KPSP).

(6) 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.

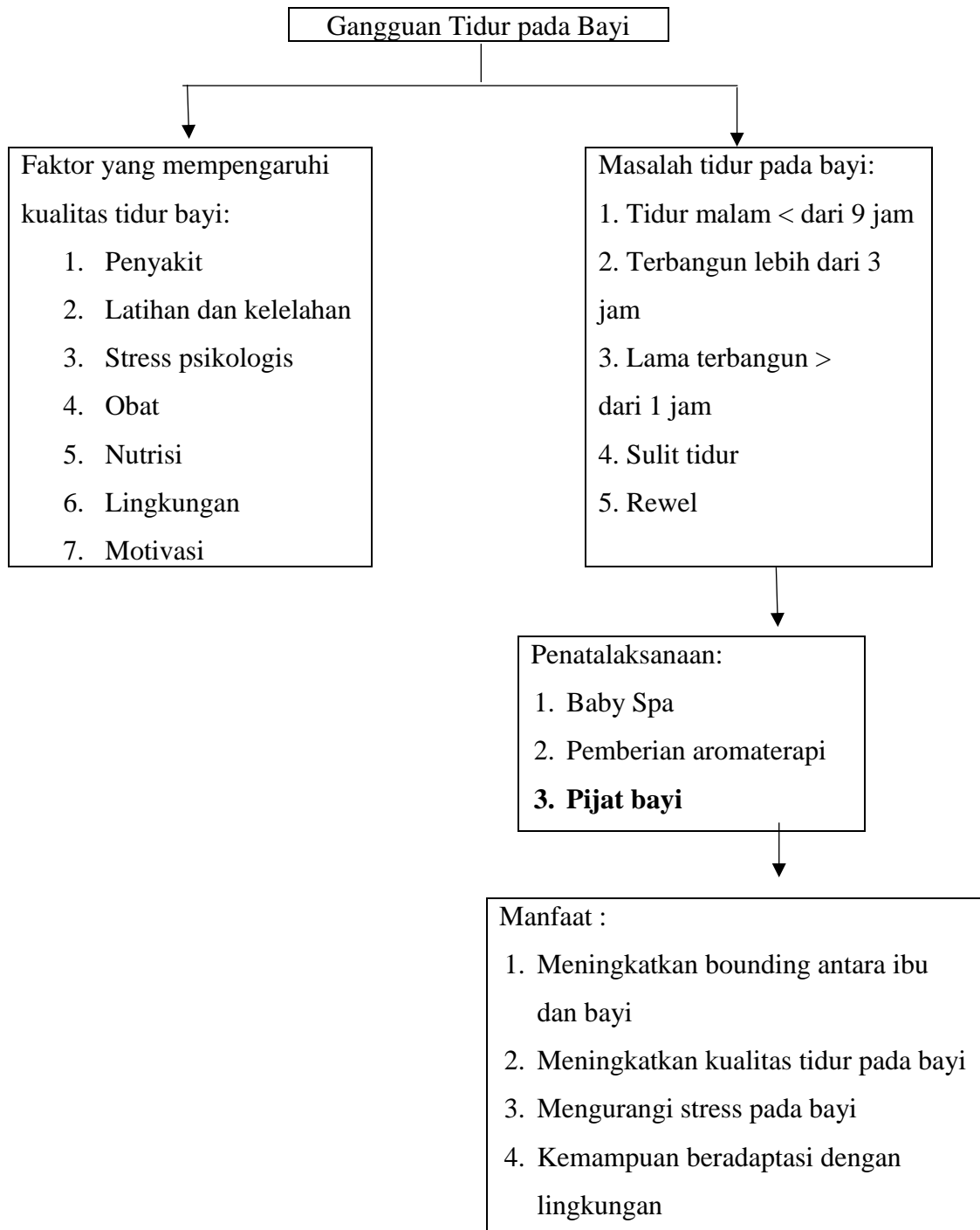
C. Hasil Penelitian Terkait

Dalam menyusun Proposal Tugas Akhir ini. Penulis sedikit banyak terinspirasi dan merenfensi, dari penelitian-penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan latar

belakang masalah pada Proposal Tugas Akhir ini. Berikut penelitian-penelitian yang dengan Proposal Tugas Akhir ini antara lain:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Damiana, dkk (2023) dengan judul "Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Bonding Attachment Dan Kualitas Tidur Pada Bayi Usia 3-12 Bulan di Klinik Unicare". Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan skor bonding attachment antara sebelum dan sesudah perlakuan pijat bayi menunjukkan bahwa pijat bayi efektif meningkatkan bonding attachment antar ibu dan bayi ($d = -0.113$; $p > 0.001$).
2. Penelitian yang dilakukan oleh Anis dan Galuh (2020) dengan judul "Pengaruh Pijat Bayi Oleh Ibu Terhadap Bounding Attachment". Hasil penelitian pengaruh pijat bayi oleh ibu terhadap bounding attachment sebelum dan sesudah perlakuan kelompok perlakuan memperoleh nilai P value 0,000, sedangkan kelompok kontrol memperoleh p value 0,056. Uji T antar bounding attachment diperoleh nilai p value 0,002 sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh pijat ibu bayi terhadap bounding attachment.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Erlina, dkk (2023) dengan judul "Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 1-12 Bulan". Hasil penelitian kualitas tidur bayi sebelum dipijat 0% kategori baik, tetapi setelah dilakukan pijat bayi kualitas tidur bayi 100% kategori baik. Diperkuat dengan uji statistik Wilcoxon Signed Ranks didapat hasil dari perhitungan p value = 0,000 yang berarti p value $< \alpha$ (0,05). Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 1 hingga 12 bulan.

D. Kerangka Teori



Bagan 2.1 Kerangka Teori

Sumber: Yurina & Risa (2015), Afroh & Heny (2018), Roesli (2016), Evi & Hainun (2020)