

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teori

1. Bayi

Dari Kemenkes RI (2018) masa bayi dianggap sebagai masa penting dalam perkembangan sebab ini tahap awal kehidupan seorang anak. Bayi mempunyai pertumbuhan dan juga perkembangan motorik yang paling cepat (Mildiana, 2019). Periode neonatal berlangsung dari 0 hingga 28 hari dan periode pasca neonatal berlangsung dari 29 hari hingga 11 bulan. Usia bayi sangat lemah dan membutuhkan bantuan untuk menyesuaikan diri. Jika proses penyesuaian terlalu sulit, bayi bisa mengalami turunnya berat badan, keterlambatan perkembangan, masalah perilaku, serta kematian (Handayani dan Nuryati, 2022).

Pemantauan perkembangan bayi terdapat kelompok usia bayi yaitu usia 0 - 3 bulan, 3 – 6 bulan, 6 – 9 bulan, 9 – 12 bulan, 12-24 bulan. Ada perkembangan yang cepat dan pematangan terus berlanjut, khususnya fungsi sistem saraf meningkat. Bayi sepenuhnya membutuhkan orang tuanya dan keluarga adalah tempat pertama yang dia kenal. Periode bayi merupakan dimana kedekatan antara seorang ibu dan anak terbentuk, sehingga pada periode ini pengaruh seorang ibu terhadap pengasuhan sangatlah besar (Kemenkes RI, 2018).

Bayi menampakkan tanda-tanda perkembangan antara usia 3 - 12 bulan. Bayi secara bertahap akan dapat menggerakkan kepala dan bermain dengan tangannya antara 3 – 6 bulan. Bayi juga akan duduk sendiri, mengenali namanya sendiri, dan mulai berbicara dalam kelompok kecil antara usia 6 – 9 bulan. Bayi mulai merangkak, bisa berjalan dengan dukungan dan menunjuk ke objek yang bayi inginkan dengan jari telunjuk mereka antara usia 9 - 12 bulan (Ayudita dan Lestari, 2022). Di usia 6 – 9 bulan kemampuan motorik kasar bayi dimulai dari duduk tanpa pegangan lalu berdiri dengan pegangan. Selanjutnya, anak bisa berdiri lalu kembali turun lagi. Akhirnya, anak bisa duduk kembali. Teori Sistem Dinamis menjelaskan semua ini secara rinci (Ferinawati dan Kamila Osa, 2022).

2. Pertumbuhan dan Perkembangan

a. Definisi

Pertumbuhan adalah ketika tubuh bertambah panjang dan berat. Perkembangan adalah ketika tubuh tumbuh tambah kompleks, seperti keterampilan untuk motorik kasar, motorik halus, berbicara, serta mempelajari hal-hal baru (Nurlatifah dan Novita, 2022). Tumbuh kembang anak yaitu suatu tahap yang dinamis dan berkelanjutan, dimulai dari dalam kandungan sampai besar. Selama perkembangan, ada periode kritis ketika stimulasi sensorik, motorik, kognitif, persepsi, bahasa dan psikososial diperlukan bagi seorang anak untuk mengembangkan potensi penuhnya. Perkembangan akan maksimal bila terjadi sosialisasi yang sesuai dengan tahap perkembangannya. Perkembangan (development) ialah perubahan

bertahap dan penyempurnaan fungsi organ-organ dalam tubuh, peningkatan dan perluasan kapasitas melalui pertumbuhan, kematangan atau pematangan dan pembelajaran (Dewi, 2019).

Beberapa bayi mungkin mengalami keterlambatan perkembangan karena tidak mendapatkan stimulasi yang cukup. Ini mungkin termasuk hal-hal seperti dipegang, disentuh di berbagai bagian tubuhnya dan terpapar berbagai jenis rangsangan. Memberi bayi banyak stimulasi sejak usia dini dapat membantu mereka menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya dan mengikuti perkembangannya (Dahlan et al., 2021).

Masa depan negara dapat dilihat pada kemampuan anak untuk mendapatkan pertumbuhan dan perkembangan yang maksimal. Pada awal kehidupan, terutama masa di dalam kandungan sampai dengan usia 2 tahun, masa sangat penting dalam pertumbuhan dan juga perkembangan pada anak. Periode ini ialah peluang dan periode kerentanan terhadap pengaruh negatif. Stimulasi yang tepat akan membantu anak-anak tumbuh kembang dengan baik (Kemenkes RI, 2018).

b. Ciri-Ciri Pertumbuhan dan Perkembangan

Menurut buku pedoman SDIDTK, Kemenkes RI (2018) ciri-ciri pertumbuhan dan perkembangan anak, sebagai berikut :

1) Perkembangan adanya perubahan.

Perkembangan bisa terjadi bersamaan dengan pertumbuhan. Semua pertumbuhan dengan adanya perubahan fungsi. Contohnya,

perkembangan kecerdasan anak melibatkan pertumbuhan otak dan juga serabut saraf.

- 2) Pertumbuhan dan perkembangan pada tahap awal sebagai penentu perkembangan selanjutnya.

Setiap anak tidak dapat melewati suatu tahap perkembangan sebelum anak melewati tahap sebelumnya. Misalnya, anak tidak akan bisa berjalan jika belum bisa berdiri. Anak tidak akan mampu berdiri bila pertumbuhan kaki dan bagian tubuh lain yang terlibat dalam fungsi berdiri terhambat. Maka, tahap perkembangan awal ini penting sebab akan menentukan perkembangan selanjutnya.

- 3) Pertumbuhan dan perkembangan mempunyai tingkatan yang berbeda.

Seperti halnya pertumbuhan dan perkembangan memiliki kecepatan yang berbeda-beda, baik dalam hal pertumbuhan fisik, perkembangan fungsi organ maupun perkembangan pada setiap anak.

- 4) Perkembangan berhubungan dengan pertumbuhan.

Selama masa pertumbuhan berjalan pesat, perkembangan juga sama, terjadi peningkatan dalam pikiran, ingatan, penalaran dan pergaulan. Anak sehat yaitu bertambah umur, berat badan dan tinggi badannya serta kecerdasannya.

- 5) Perkembangan memiliki pola yang tetap.

Fungsi organ tubuh berkembang menurut dua hukum tetap, diantaranya :

- a) Perkembangan lebih awal di kepala dan kemudian ke arah lengan dan kaki.
- b) Perkembangan lebih awal di daerah gerakan kasar setelah itu perkembangan di jari-jari yang mampu melakukan gerakan halus
- 6) Perkembangan mempunyai tahapan yang sistematis.

Tahapan perkembangan anak mengikuti tahapan yang teratur dan sistematis. Tahapan ini tidak dapat terjadi terbalik, contohnya anak mampu berdiri selanjutnya berjalan.

c. Aspek Perkembangan Yang Dipantau

Perkembangan bayi dapat dipertimbangkan dalam 4 aspek perkembangan, yaitu keterampilan gerak kasar, keterampilan gerak halus, kemampuan bersosialisasi, dan juga bahasa. Keterampilan gerak kasar adalah keterampilan untuk melakukan gerakan yang melibatkan otot-otot besar dan membentuk sikap badan seperti mengangkat kepala. Keterampilan gerak halus ialah untuk melakukan gerakan yang lebih halus dan melibatkan kelenturan otot-otot kecil seperti mengambil benda kecil dengan jari-jari tangan. Keterampilan personal merupakan keterampilan bersosialisasi dan berinteraksi dengan lingkungan, seperti tersenyum pada ibu, sedangkan keterampilan berbahasa ialah keterampilan merespon suara, mengikuti perintah, dan berbicara secara otomatis (Zaidah, 2020).

Perkembangan motorik pada bayi sangat penting bagi orang tua untuk menghindari keterbelakangan sensorineural motorik pada bayi. Keterlambatan perkembangan motorik karena kurangnya stimulasi. Secara khusus, orang tua harus menerapkan stimulasi sesuai usia bayinya untuk mendorong perkembangan motorik yang optimal. Kenali juga ritme perkembangan motorik normal dan abnormal pada bayi. Perkembangan motorik dipengaruhi dari beberapa faktor, salah satunya ialah stimulasi bayi. Saat orang tua melakukan stimulasi sesuai usia bayi, sehingga akan tercipta kondisi bayi untuk berkembang secara maksimal sesuai usia bayi (Ningrum et al., 2022).

Keterampilan gerak kasar ialah keterampilan untuk menggerakkan badan dengan otot-otot besar, seluruh bagian gerak kasar badan dibutuhkan seorang anak untuk merangkak, duduk sendiri, berdiri, berjalan, memanjat, dan lainnya. Perkembangan gerak kasar anak mendahului gerak halusnyanya. Contohnya, anak-anak memegang benda/mainan besar terlebih dahulu daripada benda/mainan kecil. Sebab mereka belum bisa mengontrol gerakan jari-jarinya untuk keterampilan gerak halusnyanya, contohnya menulis, memindahkan mainan atau benda dari satu tangan ke tangan lain dan keterampilan lainnya (Zaidah, 2020). Pada keadaan normal, perkembangan akan terus maju dari tahap awal ke tahap berikutnya. Untuk proses perkembangan motorik, diperlukan perkembangan otak yang maksimal (Ningrum et al., 2022).

Berdasarkan Nurlatifah dan Novita (2022) terdapat 4 aspek perkembangan, yaitu :

- 1) Gerak motorik kasar ialah hal-hal yang melibatkan otot besar, contohnya untuk duduk sendiri, merangkak, berdiri, serta berjalan.
- 2) Gerak motorik halus ialah hal-hal yang melibatkan otot kecil, mengambil benda/mainan kecil dengan jarinya seperti mencubit benda dan menulis dengan pensil atau pulpen.
- 3) Keterampilan bicara dan Bahasa adalah suatu respon terhadap suara. Seperti menanggapi suara dan berkomunikasi dengan orang lain.
- 4) Sosialisasi dan kemandirian adalah mengacu pada proses dimana anak belajar bagaimana berinteraksi dengan orang lain dan lingkungannya secara mandiri. Seperti memakan makanannya sendiri, membereskan mainannya sendiri, dan berpamitan dengan ibunya.

3. Baby Spa

a. Definisi

Spa merupakan singkatan dari *Solus Per Aqua* yaitu perawatan atau pengobatan, aqua air. *Spa* berasal dari kota kecil di Provinsi Liege dikota tersebut terdapat mata air yang mengandung mineral yang telah dikunjungi bersekitar sejak abad ke 14 (Julianti, 2019). *Baby Spa* merupakan perawatan bayi yang terdiri dari *swimming* (berenang), *massage* (pijat), *gym* (senam). Berendam dan berenang bertujuan untuk merangsang adanya gerakan motorik pada bayi. Air akan membuat semua anggota tubuh bayi saat berendam akan terlatih dalam gerakan mengontrol bayi, bayi biasanya akan lebih responsif serta lebih cepat menanggapi pada lingkungan sekitar (Riksani, 2019).

1) Manfaat

Baby spa bermanfaat memberikan rasa tenang, nyaman dan segar, sehingga bayi dapat tidur dengan nyenyak. Dikarenakan terdapat hormone pertumbuhan 75% yang dikeluarkan saat tertidur. Jika hormon semakin meningkat, semakin pula meningkat jumlah jam tidur bayi (Fida, 2019). Hal ini sejalan dengan penelitian Galenia (2020), manfaat *baby spa* mengoptimalkan pertumbuhan fisik untuk anak menjadikan berat badan dan tinggi badan anak menjadi normal dengan anjuran kementerian kesehatan dalam pertumbuhan fisik normal. Manfaat *baby swim* yaitu untuk merangsang gerakan motorik pada bayi sehingga otot bayi akan berkembang baik, persendian makan akan berkerja secara optimal yang mengakibatkan pertumbuhan dan meningkatnya tubuh secara optimal. Serta pada gerakan motorik, pertumbuhan badan meningkat dan tubuh pun akan menjadi semakin lentur.

b. Tahapan *Baby Spa*

1) Periksa kondisi bayi

Kondisi bayi sehat, dalam keadaan senang dan tidak memiliki kelainan bawaan dengan usia 3 bulan berat mencapai 5 kg.

2) Senam/*Baby Gym*

Senam ini dilakukan sekitar 5 menit dengan tujuan untuk menyiapkan otot dan sendi tubuh. Bayi diharapkan mampu menggerakkan anggota tubuh dengan cepat, kuat dan nyaman.

3) Berenang/*Baby Swim*

Seorang bayi harus belajar berenang antara usia 4 dan 6 bulan, atau pada usia 3 bulan jika beratnya 5 kg. Bayi mengembangkan refleks menyelam dan refleks berenang antara usia 4-6 bulan, yang memungkinkan mereka berenang secara normal. Ketika bayi baru lahir terendam air, rangkaian refleks ini menyebabkan mereka menahan napas dan membuka mata, dan berlangsung hingga mereka berusia 6 bulan. Selama 10 hingga 30 menit, berenanglah bayi Anda. Ada air hangat yang digunakan (31– 32° C)

4) Pijat/*Baby massage*

Sentuhan pijatan dimulai dari kaki, perut, dada, tangan, wajah dan punggung (Julianti, 2014).

c. Tahapan Gerakan *Baby Spa*

1) Berenang/*baby swim*

Seorang bayi harus belajar berenang antara usia 4 dan 6 bulan, atau pada usia 3 bulan jika beratnya 5 kg. Bayi mengembangkan refleks menyelam dan refleks berenang antara usia 4-6 bulan, yang memungkinkan mereka berenang secara normal. Ketika bayi baru lahir terendam air, rangkaian refleks ini menyebabkan mereka menahan napas dan membuka mata, dan berlangsung hingga mereka berusia 6 bulan. Selama 10 hingga 30 menit, berenanglah bayi Anda. Ada air hangat yang digunakan (31– 32° C)

- a) Pastikan neck ring diikatkan di belakang kepala bayi dan dagu bayi diletakkan di bagian bawah *ring neck* di bagian depan.
- b) Rendam tangan dan kaki bayi setelah memasukkannya ke dalam air.
- c) Biarkan bayi berenang dan menggerakkan tubuhnya. (Julianti, 2017).

2) Senam bayi/*Baby gym*

Senam bayi merupakan latihan untuk membantu stimulasi pertumbuhan dan perkembangan sistem saraf dan motorik bayi secara optimal. Melalui senam bayi, kedekatan (*bounding*) antara ibu dan bayi akan semakin kuat. Dengan senam bayi juga bisa mengetahui perkembangan yang salah pada bayi secara dini sehingga dapat dilakukan tindakan antisipasi yang tepat agar bayi tumbuh normal. Senam bayi sangat penting untuk menguatkan otot-otot dan juga sendi- sendi pada bayi sebagai persiapan bayi untuk duduk, berdiri, dan berjalan. Senam bayi dilakukan berdasarkan pola perkembangan bayi (Julianti, 2017).

Manfaat Senam Bayi/*Baby gym* :

- a) Merangsang pertumbuhan dan perkembangan, serta kemampuan pergerakan bayi yang lebih optimal.
- b) Sebagai salah satu cara deteksi dini terhadap adanya kelainan pertumbuhan dan perkembangan pada bayi. Deteksi yang

dilakukan lebih dini merupakan tindak yang tepat untuk penanganan agar bayi tubuh dengan normal.

- c) Meningkatkan kemampuan intelegensia yang kompleks pada bayi termasuk belajar mengkoordinasi.
- d) Memperkuat otot dan persendian pada bayi sebagai persiapan bayi untuk duduk, berdiri dan berjalan kelak.
- e) Membuat tubuh bayi lebih bugar dan sehat.
- f) Meningkatkan fleksibilitas atau daya kelenturan tubuh
- g) Mengoptimalkan fungsi pendengaran, penglihat dan tumbuh kembang bayi.
- h) Sentuhan yang diberikan orangtua ketika melakukan gerakan senam ini dapat mempererat ikatan kasih sayang antara orangtua dan bayi.
- i) Melancarkan peredaran darah, menyehatkan jantung, dan meningkatkan koordinasi, keseimbangan dan kewaspadaan.
- j) Meningkatkan perkembangan sensorik dan motorik bayi.
- k) Meningkatkan kekebalan tubuh (Riksani, 2013).

Tahap-tahap Senam Bayi/*Baby gym* :

- a) Sebelum melakukan renang, sebaiknya lakukan pemanasan pada bayi.
- b) Gerakkan tangan kanan bayi ke arah atas sehingga ketiaknyanya terbuka, sedangkan tangan kiri ditaruh di depan dada, Lakukan delapan kali dan bergantian pada tangan lainnya.

- c) Lakukan gerakan membuka dan menutup tangan di depan dada sebanyak delapan kali.
- d) Selanjutnya adalah gerakan silang, taruh tangan bayi di depan dada, bergan antara tangan kiri dan kanan.
- e) Tekuk kaki sehingga dengkul berada di perut bersamaan dengan itu lengan kanan sehingga bertemu dengan bayi, hitungan dan juga sebaliknya sebanyak delapan hitungan.
- f) Tekuk kedua kaki sehingga dengkul menyentuh perut. Lakukan gerakan ini kaki kanan dan kaki kiri bergantian delapan kali. Kemudian lakukan dengan kanan dan kaki kiri bersamaan.
- g) Lakukan gerakan kaki kiri menyilang pada kaki kanan dan sebaliknya, juga sebanyak delapan hitungan.
- h) Angkat kedua kaki bayi membentuk sudut 90 derajat. Lakukan sebanyak delapan hitungan (Julianti, 2017).

3) Pijat bayi/*baby massage*

Teknik pijat bayi menurut Riksani (2017) salurkan cinta anda melalui sentuhan dan pijatan pada kulitnya yang lembut. Secara umum, pemijatan sebaiknya dimulai dari kaki bayi. Sebab umunya bayi lebih menerima apabila dipijit pada daerah kaki. Permulaan seperti ini akan memberikan kesempatan pada bayi untuk membiasakan dipijit sebelum bagian lain disentuh. Itu sebabnya urutan pemijatan bayi dianjurkan dimulai dari kaki, kemudian perut

dada, tangan, muka dan diakhiri pada bagian punggung (Prasetyono, 2013).

Berikut beberapa pedoman tehnik pemijatan bayi yang dapat dipergunakan sebagai dasar pijat bayi. Setiap gerakan yang diberikan pada masing-masing tehnik dapat diulang sebanyak lima sampai enam kali tergantung kebutuhan yaitu :

a) Kaki

1. Memeras susu

Peganglah kaki bayi pada pangkal paha, seperti memegang pemukul softball. Gerakkan tangan kebawah secara bergantian, seperti memerah susu.



Gambar 2.1 memeras susu

2. Memutar dan Memeras

Peganglah kaki bayi pada pangkal paha, seperti memegang pemukul softball. Gerakkan tangan kebawah secara bergantian, seperti memerah susu.



Gambar 2.2 memutar dan memeras

3. Telapak kaki

Urutlah telapak kaki bayi dengan kedua ibu jari secara bergantian, dimulai dengan tumit kaki menuju jari-jari diseluruh telapak kaki.



Gambar 2.3 telapak kaki

4. Tekan lembut jari-jari

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



Gambar 2.4 tekan lembut jari-jari

5. Gerakan pergelangan (*stretch*)

Dengan mempergunakan sisi dari jari telunjuk, pijat telapak kaki mulai dari batas jari-jari kearah tumit. Dengan jari tangan lain regangkan dengan lembut punggung kaki pada daerah pangkal kaki kearah tumit.



Gambar 2.5 gerakan pergelangan tangan

6. Titik tekan

Tekan-tekanlah kedua ibu jari secara bersamaan diseluruh permukaan telapak kaki dari arah tumit ke jari- jari.



Gambar 2.6 titik tekan

7. Punggung kaki

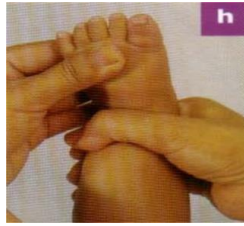
Dengan mempergunakan kedua ibu jari secara bergantian pijatlah punggung kaki dari pergelangan kaki kearah jari-jari secara bergantian.



Gambar 2.7 punggung kaki

8. Peras dan putar pergelangan kaki

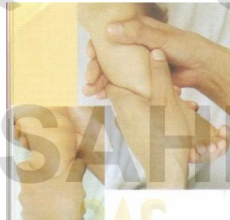
Buatlah gerakan seperti memeras dengan mempergunakan ibu jari dan jari-jari lainnya dipergelangan kaki bayi.



Gambar 2.8 peras dan putar pergelangan kaki

9. Perahan cara swedia

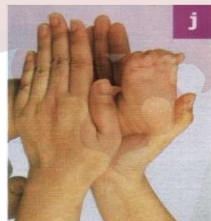
Peganglah pergelangan tangan bayi. Gerakkan tangan anda secara bergantian dari pergelangan tangan.



Gambar 2.9 perahan cara swedia

10. Gerakan menggulung

Pegang pangkal paha dengan kedua tangan anda. Buatlah gerakan menggulung dari pangkal paha menuju pergelangan kaki.



Gambar 2.10 gerakan menggulung

11. Gerakan akhir

Setelah gerakan 1 sampai 10 dilakukan pada kaki kanan dan kiri rapatkan kedua kaki bayi. Letakkan kedua tangan anda 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.

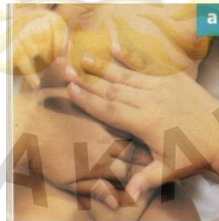


Gambar 2.11 gerakan akhir

b) Perut

1. Mengayuh sepeda

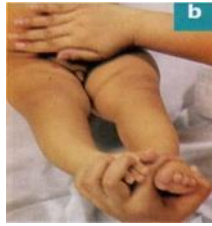
Lakukan gerakan memijat pada perut bayi seperti mengayuh sepeda, dari atas kebawah perut, bergantian dengan tangan kanan dan kiri.



Gambar 2.12 mengayuh sepeda

2. Mengayuh sepeda dengan kaki diangkat

Angkat kedua kaki bayi dengan salah satu tangan. Dengan tangan yang lain, pijat perut bayi dari perut bagian atas sampai ke jari-jari kaki.

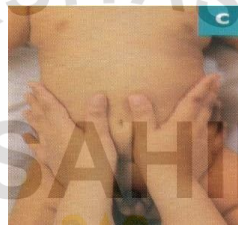


Gambar 2.13 mengayuh sepeda dengan kaki di angkat

3. Ibu jari kesamping

Letakkan kedua ibu jari di samping kanan & kiri pusar perut.

Gerakkan kedua ibu jari ke arah tepi perut kanan & kiri.



Gambar 2.14 ibu jari kesamping

4. Bulan matahari

Buat lingkaran searah jarum jam dengan jari tangan kiri mulai dari perut sebelah kanan bawah (daerah usus buntu) keatas, kemudian kembali ke arah kanan bawah (seolah membentuk gambar matahari (M) beberapa kali. Gunakan tangan kanan untuk membuat gerakan setengah lingkaran mulai dari bagian kanan bawah perut bayi sampai bagian kiri perut bayi (seolah membentuk gambar bulan (B)), lakukan kedua gerakan ini bersama- sama. Tangan kiri selalu membuat bulatan penuh (matahari) sedangkan tangan kanan akan membuat gerakan setengah melingkar (bulan).



Gambar 2.15 bulan matahari

5. Gerakan pijat I-Love-U

Pijatlah perut bayi mulai dari bagian kiri atas ke bawah dengan menggunakan jari-jari tangan kanan membentuk huruf “I”.

Love, Pijatlah perut bayi membentuk huruf “L” terbalik, mulai dari kanan atas ke kiri atas, kemudian dari kiri atas ke kiri bawah. You, Pijatlah perut bayi membentuk huruf “U” terbalik, mulai dari kanan bawah (daerah usus buntu) keatas, kemudian ke kiri, kebawah dan berakhir diperut kiri bawah.



Gambar 2 16 gerakan I-Love-U

6. Gelembung atau jari-jari berjalan

Letakkan ujung jari-jari satu tangan pada perut bayi bagian kanan. Gerakan jari-jari anda pada perut bayi dari bagian kanan ke bagian kiri guna mengeluarkan gelembung-gelembung udara.

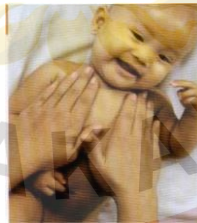


Gambar 2.17 Gelembung atau jari-jari berjalan.

c) Dada

1. Jantung besar

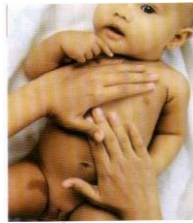
Buatlah gerakan yang menggambarkan jantung dengan meletakkan ujung-ujung jari kedua telapak tangan anda ditengah dada bayi atau di ulu hati. Buat gerakan ke atas sampai di bawah leher, kemudian di samping diatas tulang selangka, lalu ke bawah membentuk jantung dan kembali ke ulu hati.



Gambar 2.18 Jantung besar

2. Gerakan kupu-kupu

Buatlah gerakan diagonal seperti gambar kupu- kupu, dimulai dengan tangan kanan membuat gerakan memijat menyilang dari tengah dada atau ulu hati ke arah bahu kanan dan kembali ke ulu hati. Gerakan tangan kiri ke bahu kiri dan kembali ke ulu hati.



Gambar 2.19 Gerakan kupu-kupu

d) Tangan

1. Memijat ketiak

Buatlah gerakan memijat pada daerah ketiak dari atas ke bawah. Perlu diingat, kalau dapat pembengkakan kelenjar di daerah ketiak, sebaiknya gerakan tidak dilakukan.



Gambar 2.20 memijat ketiak

2. Perahan cara india

Arah pijatan cara India adalah pijatan yang menjauhi tubuh. Guna pijatan cara ini adalah untuk relaksasi atau melemaskan otot. Peganglah lengan bayi bagian pundak dengan tangan kanan seperti memegang pemukul softball, tangan kiri memegang pergelangan tangan bayi. Gerakan tangan kanan mulai dari bagian pundak ke arah pergelangan tangan, kemudian gerakkan tangan kiri dari pundak ke arah pergelangan tangan. Demikian

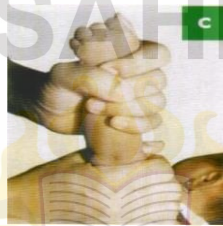
seterusnya, gerakan tangan kanan dan kiri ke bawah secara bergantian dan berulang-ulang seolah memerah susu sapi.



Gambar 2.21 perahan cara india

3. Perah dan memutar

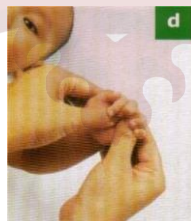
Peras dan putar lengan bayi dengan lembut mulai dari pundak ke pergelangan tangan.



Gambar 2.22 perah dan memutar

4. Membuka tangan

Pijat telapak tangan dengan kedua ibu jari, dari pergelangan tangan ke arah jari-jari.



Gambar 2 23 membuka tangan

5. Putar jari-jari

Pijat lembut jari bayi satu per satu menuju ke arah ujung jari dengan gerakan memutar. Akhirilah gerakan ini dengan tarikan lembut pada tiap ujung jari.



Gambar 2.24 putar jari-jari

6. Punggung tangan

Letakkan tangan bayi di antara kedua tangan. Usap punggung tangannya dari pergelangan tangan ke arah jari-jari dengan lembut.



Gambar 2.25 punggung tangan

7. Peras dan putar pergelangan tangan

Peraslah sekeliling pergelangan tangan dengan ibu jari dan jari telunjuk.



Gambar 2.26 perah dan putar pergelangan tangan

8. Perahan cara swedia

Arah pijatan cara Swedia adalah dari pergelangan tangan ke arah badan. Pijatan ini berguna untuk mengalirkan darah ke jantung dan paru-paru.

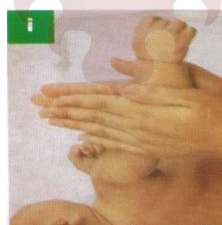
- a) Gerakkan tangan kanan dan kiri secara bergantian mulai dari pergelangan tangan kanan bayi ke arah Pundak.
- b) Lanjutkan dengan pijatan dari pergelangan kiri bayi ke arah pundak



Gambar 2.27 perahan cara swedia.

9. Gerakan menggulung

Peganglah lengan bagian atas atau bahu dengan kedua telapak tangan. Bentuklah gerakan menggulung dari pangkal lengan menuju kearah pergelangan tangan atau jari-jari.



Gambar 2.28 gerakan menggulung

e) Muka

1. Dahi

Letakkan jari-jari kedua tangan pada pertengahan dahi. Tekankan jari-jari dengan lembut mari tengah dahi keluar ke samping kanan dan kiri seolah menyetrika dahi atau membuka lembaran buku. Gerakan kebawah ke daerah pelipis, buatlah lingkaran-lingkaran kecil didaerah pelipis, kemudian gerakkan kedalam melalui daerah pipi dibawah mata.



Gambar 2.29 dahi

2. Alis

Letakkan kedua ibu jari di antara kedua alis mata. Gunakan kedua ibu jari untuk memijat secara lembut pada alis mata dan dibatas kelopak mata, mulai dari tengah ke samping seolah menyetrika alis.



Gambar 2.30 alis

3. Hidung

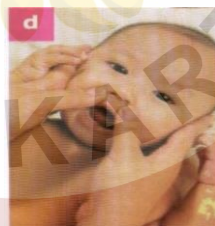
Letakkan kedua ibu jari pada pertengahan alis. Tekankan ibu jari dari pertengahan kedua alis turun melalui tepi hidung kearah pipi dengan membuat gerakan ke samping dan ke atas seolah membuat bayi tersenyum.



Gambar 2.31 hidung

4. Mulut

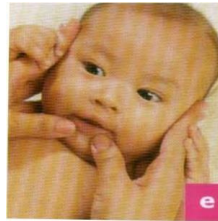
Letakkan kedua ibu jari di atas mulut di bawah sekat hidung. Gerakkan kedua ibu jari dari tengah ke samping dan ke atas ke daerah pipi seolah membuat bayi senyum.



Gambar 2.32 mulut

5. Mulut bagian bawah

Letakkan kedua ibu jari ditengah dagu. Tekankan dua ibu jari pada dagu dengan gerakan dari tengah ke samping, kemudian ke atas ke arah pipi seolah membuat bayi senyum.



Gambar 2.33 mulut bagian bawah

6. Lingkaran kecil di rahang

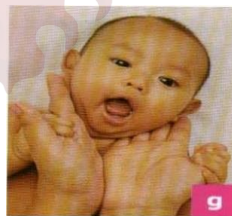
Dengan jari kedua tangan, buatlah lingkaran - lingkaran kecil di daerah rahang bayi.



Gambar 2.34 Lingkar kecil dirahang

7. Belakang telinga

Dengan mempergunakan ujung-ujung jari, berikan tekanan lembut pada daerah belakang telinga kanan dan kiri. Gerakkan kearah pertengahan dagu dibawah dagu.



Gambar 2.35 belakang telinga

f) Punggung

1. Gerakan maju mundur/seperti kursi goyang

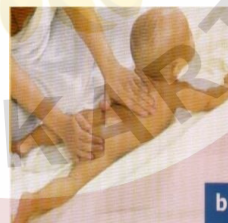
Tengkurapkan bayi melintang didepan dengan kepala di sebelah kiri dan kaki di sebelah kanan. Pijatlah sepanjang punggung bayi dengan gerakan maju mundur menggunakan kedua telapak tangan, dari bawah leher sampai kepantat bayi, lalu kembali lagi ke leher.



Gambar 2.36 gerakan maju mundur/seperti kursi goyang

2. Gerakan menyetrika

Pegang pantat bayi dengan tangan kanan. Dengan tangan kiri, pijatlah mulai dari leher kebawah sampai bertemu dengan tangan kanan yang menahan pantat bayi seolah menyetrika punggung.



Gambar 2.37 Gerakan menyetrika

3. Gerakan menyetrika dan mengangkat kaki

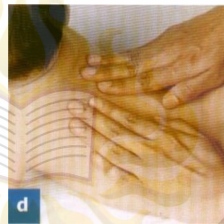
Ulangi gerakan menyetrika punggung, hanya kali ini tangan kanan memegang kaki bayi dan gerakan dilanjutkan sampai ke tumit kaki bayi.



Gambar 2.38 gerakan menyetrika dan mengangkat kaki

4. Gerakan melingkar

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



Gambar 2.39 Gerakan melingkar

5. Gerakan menggaruk

Tekankan dengan lembut kelima jari-jari tangan kanan anda pada punggung bayi. Buat gerakan menggaruk ke bawah memanjang sampai kepantat bayi.

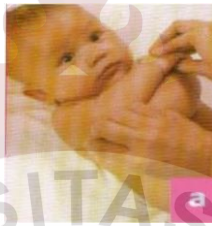


Gambar 2.40 gerakan menggaruk

g) Perengangan

1. Tangan disilangkan

Pegang kedua pergelangan tangan bayi & silangkan keduanya di dada. Luruskan kembali kedua tangan bayi ke samping.



Gambar 2.41 tangan disilangkan

2. Membentuk diagonal tangan-kaki

Pertemukan ujung kaki kanan & ujung tangan kiri bayi di atas tubuh bayi sehingga membentuk garis diagonal. Selanjutnya, tarik kembali kaki kanan & tangan kiri bayi ke posisi semula. Pertemukan ujung kaki kiri dengan ujung tangan kanan di atas tubuh bayi. Selanjutnya, tarik kembali tangan & kaki bayi ke posisi semula.



Gambar 2.42 membentuk diagonal tangan-kaki

3. Menyilangkan kaki

Pegang pergelangan kaki kanan & kiri bayi, lalu silangkan ke atas. Buatlah silangan sehingga mata kaki kanan luar bertemu

mata kaki kiri dalam. Setelah itu, kembalikan posisi kaki pada posisi semula. Pegang kedua pergelangan kaki bayi & silangkan kedua kakinya ke atas sehingga mata kaki kanan dalam bertemu dengan mata kaki kiri luar.



Gambar 2.43 menyilangkan kaki

4. Menekuk kaki

Pegang pergelangan kaki kanan & kiri bayi dalam posisi kaki lurus, lalu tekuk lutut kaki perlahan menuju ke arah perut.



Gambar 2.44 Menekuk kaki

5. Menekuk kaki bergantian

Gerakannya sama seperti menekuk kaki, tetapi dengan mempergunakan kaki secara bergantian.



Gambar 2.45 menekuk kaki bergantian.

4. Motorik Kasar

Menurut Zuliyana et al. (2023) motorik kasar adalah keterampilan untuk menyeimbangkan anggota badan dengan otot-otot besar. Perkembangan motorik kasar diantaranya kekuatan, kecepatan, keseimbangan dalam suatu gerakan. Ketika suatu stimulasi diberikan dengan cara yang sesuai dengan usia dan tahap perkembangan bayi, hal ini dapat membantu meningkatkan perkembangan gerak motorik bayi. Gerak motorik dapat terjadi karena sistem saraf pusat diaktifkan, bersama dengan beberapa saraf tepi dan jaringan otot. Cara bayi bergerak juga dipengaruhi oleh refleks yang dimulai sejak lahir (Winingsih et al., 2020).

Perkembangan motorik kasar merupakan proses perkembangan yang melibatkan lebih banyak otot-otot besar. Adapun indikator untuk menilai tingkat pencapaian perkembangan motorik kasar pada anak usia 5 sampai 6 tahun menurut Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 58 Tahun 2009 meliputi melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan, melakukan koordinasi gerak kaki-tangan-kepala dalam menirukan tarian atau senam, melakukan permainan fisik dengan aturan, terampil menggunakan tangan kanan dan kiri, melakukan kegiatan kebersihan diri. Kegiatan yang termasuk kedalam perkembangan motorik kasar yaitu melompat menendang, berjalan,

berlari, melempar, memukul, mendorong, dan menarik (Suparyanto dan Rosad, 2020).

Anak yang memiliki kemampuan motorik kasar yang baik akan lebih gesit dan sigap, gerakannya menjadi lebih terkoordinasi dan membuat anak terampil lebih percaya diri, dan terampil dalam menyelesaikan persoalan atau pemecahan masalah sehari-hari yang dihadapinya (Nisa Monicha, 2020).

Tahapan kemampuan motorik kasar usia 6-24 bulan meliputi (Direktorat Kesehatan Departmen Kesehatan Keluarga, 2016) :

a) 0-3 bulan

- 1) Bayi mampu mengangkat kepalanya setinggi 45°
- 2) Berguling-guling
- 3) Menahan kepala tetap tegak

b) 3-6 bulan

- 1) Mengangkat kepala setinggi 90°
- 2) Berbaling dari terlentang dan sebaliknya
- 3) Mempertahankan posisi kepala tetap tegak dan stabil

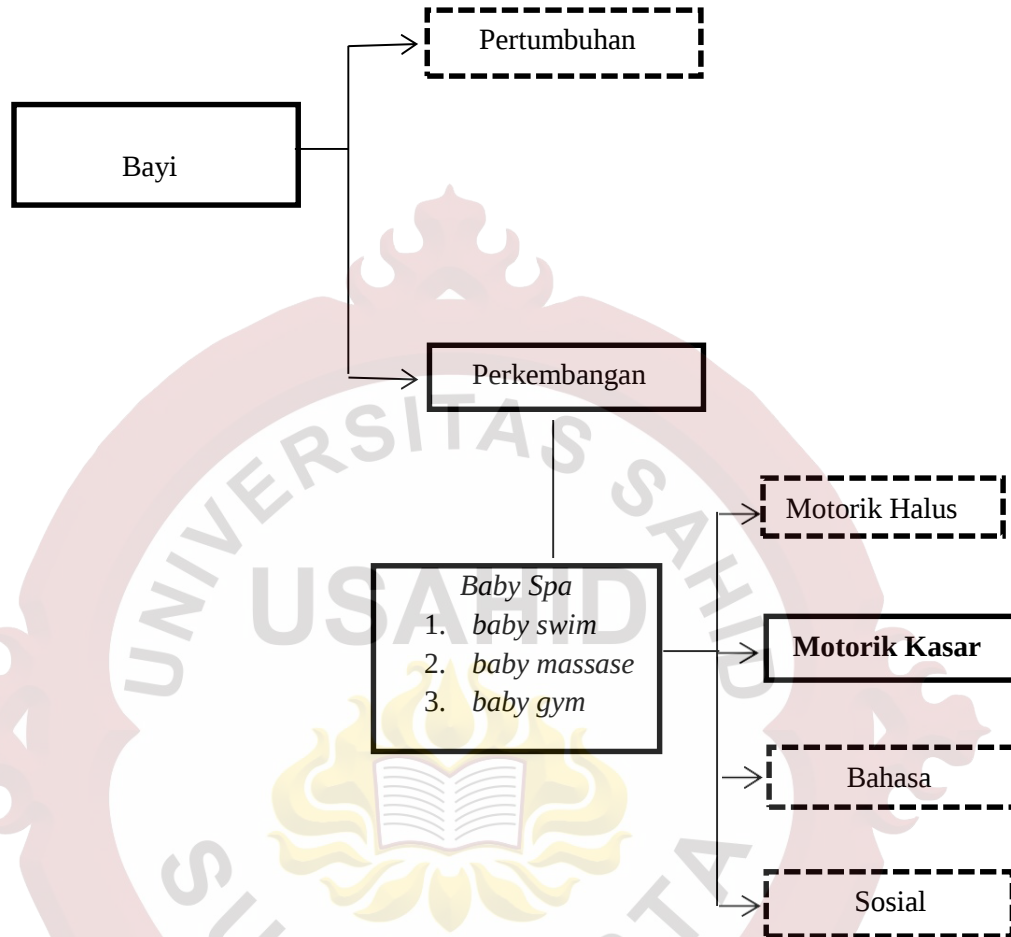
c) 6-8 bulan

- 1) Duduk sendiri dengan kedua tangan menyangga tubuhnya
- 2) Belajar berdiri, kedua kakinya menyanggah Sebagian berat badan
- 3) Merangkak, meraih mainan atau mendekati seseorang

d) 9-12 bulan

- 1) Bermain di luar rumah
 - 2) Bermain air
 - 3) Bermain bola
 - 4) Mengangkat badannya pada posisi berdiri atau membungkuk
 - 5) Belajar berdiri selama 30 detik atau berpegangan pada kursi atau meja
 - 6) Dapat berjalan dengan dituntun
- e) 13-18 bulan
- 1) Berjalan tanpa pegangan sambil menarik mainan yang bersuara
 - 2) Berjalan mundur
 - 3) Berjalan naik dan turun tangga
 - 4) Menangkap dan melempar bola
 - 5) Bermain di luar rumah
 - 6) Bermain air
 - 7) Menendang bola
- f) 19-24 bulan
- 1) Melompat
 - 2) Melatih keseimbangan tubuh misalnya Berdiri sendiri tanpa pegangan 30 detik
 - 3) Mendorong mainan dengan kaki.

B. Kerangka Teori



Keterangan gambar :



: Tidak diteliti

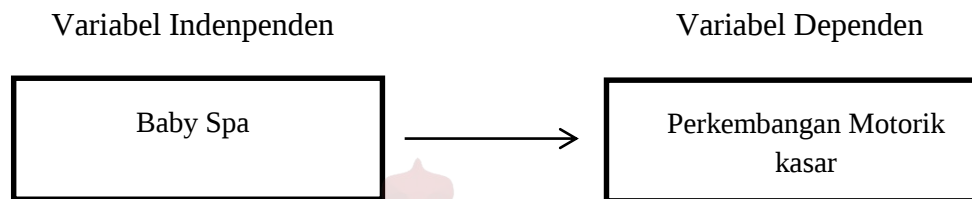


: Diteliti

Gambar 2.46 Kerangka Teori

(Sumber : Arfian, 2019. Handayani dan Nuryati, 2022. Kemenkes RI, 2018.
Julianti, 2019.)

C. Kerangka Konsep



Gambar 2.47 Kerangka Konsep

D. Hipotesis

Ha = Terdapat pengaruh *baby spa (solus per aqua)* terhadap perkembangan motorik kasar pada bayi usia 6-24 bulan di *Tyra Baby Mom Spa Solo*.