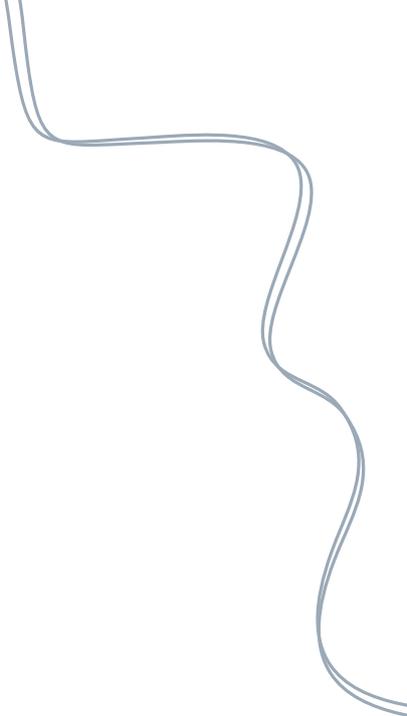




Baby Massage: Materi Kondisi Khusus

Oleh:
**Agustiana Merdekasari,
S. Kom. I**



“

*Touch is human's first form
of communication.*

*Safety, security, comfort, all in
the gentle caress of a finger.*

*We need that touch from the
one we love, almost as much as
we need air to breathe.*

”



1. KONDISI BAYI KOLIK



Kolik adalah kondisi ketika bayi menangis berlebihan karena merasa tidak nyaman. Ada berbagai alasan yang menyebabkan bayi kolik, di antaranya karena sakit perut, masuk angin, kembung atau konstipasi.

Tanda-tanda bayi mengalami kolik adalah jika bayi menekuk kakinya ke perut, perut bayi terasa keras saat disentuh atau jika bayi mengangkat kepala atau kakinya dan kentut. Bila hal di atas terjadi teknik pijat berikut ini dapat dilakukan.

Gerakan pijatan:

- a. *Resting Hands*
- b. *Water Wheel Part A*
- c. *Knees Up*
- d. *Touch Relaxation*
- e. *Sun Moon*
- f. *Knees Up*
- g. *Touch Relaxation.*

2. KONDISI GTM BAYI FASE MPASI



Ketika bayi sudah memasuki fase MPASI, ada kalanya bayi melakukan GTM (Gerakan Tutup Mulut) dan tidak mau makan. Pijat berikut ini dapat dilakukan untuk kondisi ini

Pijat Tui Na merupakan salah satu metode pengobatan tradisional yang berasal dari Cina yang dapat dilakukan untuk meningkatkan nafsu makan bayi/ anak balita. Pengertian Tui adalah menekan dan Na artinya menggenggam.

Jadi, pada dasarnya pijatan ini dilakukan dengan menekan dan sesekali menggenggam bagian tubuh. Pijat Tui Na merupakan pemijatan menggunakan akupresur untuk membawa keseimbangan dalam tubuh. Pijat ini dapat dilakukan selama 10-15 menit.

10-15 Menit



Penyebab tersering kesulitan makan pada bayi dan balita adalah karena gangguan fungsi limpa dan pencernaan, sehingga makanan yang masuk kedalam perut tidak segera dicerna yang berakibat stagnasi makanan dalam saluran cerna. Keluhan biasanya anak sering muntah, mual jika disuapi, dan perut terasa penuh sehingga mengurangi nafsu makan. Pijat tuina ini akan memperlancar peredaran darah ke pencernaan.

Gerakan Pijat Tui Na:

- a. Tekuk sedikit ibu jari anak, serta gosok garis tepi ibu jari, dari ujung ibu jari sampai pangkal ibu jari sebanyak 30 kali.
Fungsi: memperkuat pencernaan dan limpa.

- b. Pijat tekan melingkar bagian pangkal ibu jari yang paling tebal 30 kali. Fungsi: Membantu menguraikan akumulasi makanan yang belum dicerna dan menstimulasi lancarnya sistem cerna.
- c. Gosok melingkar tengah telapak tangan 30kali, dengan radius putaran 2-3 kali putar dari tengah ke pangkal jari kelingking. Fungsi: memperlancar sirkulasi daya hidup dan darah dan mengharmoniskan 5 organ tubuh.
- d. Tusuk dengan ujung jari perlahan dan tekan melingkar titik titik yang ada dalam lekuk buku jari yang terdekat dengan telapak tangan untuk jari telunjuk, jari tengah, jari manis dan kelingking. Tusuk dengan kuku 3-5 kali. Pijat melingkar tiap titik 30 kali. Fungsi: Memecah stagnasi meridian serta menyingkirkan akumulasi makanan.
- e. Tekan melingkar bagian atas pusar dengan bagian tengah telapak tangan searah jarum jam 30 kali. Fungsi: Menstimulasi agar makanan lebih lancar.
- f. Dengan dua ibu jari tekan lebu bagian bawah tulang rusuk menuju perut samping 30 kali. Fungsi: Memperkuat limpa dan lambung dan memperbaiki pencernaan.
- g. Tekan melingkar titik bawah lutut bagian luar, sekitar 4 lebar jari anak dibawah tempurung lututnya 30 kali.

Fungsi: Mengharmoniskan lambung, usus dan pencernaan.

- h. Pijat punggung anak, lalu tekan dengan ringan tulang punggungnya dari atas ke bawah 3kali. Cubit lembut kulit punggung bayi dari tulang ekor keatas mengikuti tulang belakangnya. Fungsi: Mendukung aliran Chi (daya hidup) dan memperbaiki nafsu makan.

3. KONDISI GROWING PAINS



Growing Pains, atau nyeri pertumbuhan, biasanya merujuk pada rasa sakit atau ketidaknyamanan yang terjadi pada anak-anak, terutama pada malam hari. Ini umumnya terjadi pada anak-anak yang tumbuh dengan cepat selama masa pertumbuhan mereka.

Pada bayi, *growing pains* dapat terjadi ketika bayi mengalami tumbuh gigi, perubahan postur (misalnya saat bayi mulai belajar duduk, merangkak, berdiri atau berjalan), atau

perubahan rutinitas (misalnya perubahan tempat tidur atau pengenalan makanan baru). Bila bayi/anak mengalami *growing pains*, maka teknik pijat *Effleurage* dapat dilakukan.



Effleurage adalah gerakan usapan, baik dilakukan dengan telapak tangan atau bantalan jari tangan, bentuk massage dengan menggunakan telapak tangan yang memberi tekanan lembut ke atas permukaan tubuh dengan arah sirkular secara berulang.

Manfaat *effleurage* adalah:

- a. Teknik manipulasi yang dipergunakan untuk menimbulkan *effect* membantu kelancaran pengaliran darah vena dan cairan lymphe

- b. Menghilangkan pembengkakan dan kelelahan
- c. Teknik pijat yang aman, mudah untuk dilakukan, tidak memerlukan banyak alat, tidak memerlukan biaya, tidak memiliki efek samping dan dapat dilakukan sendiri atau dengan bantuan orang lain
- d. Membantu kerja pembuluh darah balik (vena) dan memanaskan badan.

Langkah-langkah teknik *effleurage*:

- a. Oles minyak pada bagian tubuh yang akan dipijat
- b. Letakkan telapak tangan yang bertumpuk diatas otot yang akan dipijat
- c. Dorong kedua tangan ke jaringan mendekati ke arah jantung

Teknik *effleurage* dapat diaplikasikan pada bagian tubuh anak sebagai berikut:



a. Betis



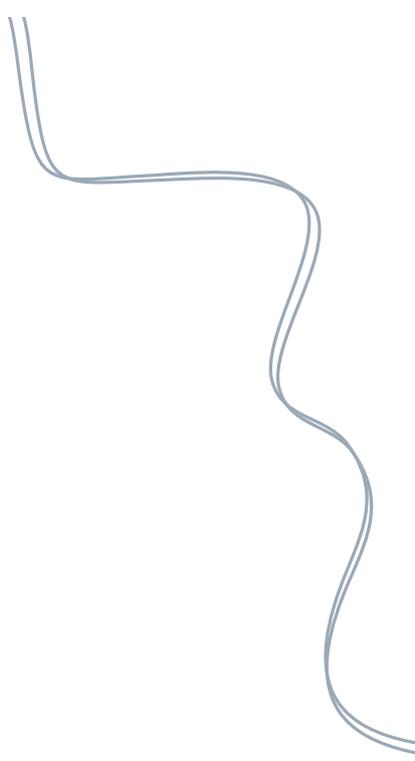
b. Paha



c. Tangan



d. Punggung



“

*A child's ache is healed by
a mother's touch,*

*as a mother's ache is
healed by her child.*

”



REFERENSI

Taylor, R. B. (2023, March 05). What Is Attachment Parenting?. WebMD.
<https://www.webmd.com/parenting/what-is-attachment-parenting>

Divecha, D. (2018, May 2). Why Attachment Parenting Is Not the Same as Secure Attachment. Greater Good.
https://greatergood.berkeley.edu/article/item/why_attachment_parenting_is_not_the_same_as_secure_attachment

Freeman, (2016, July 30). Attachment parenting: the best way to raise a child – or maternal masochism?. The Guardian.
<https://www.theguardian.com/lifeandstyle/2016/jul/30/attachment-parenting-best-way-raise-child-or-maternal-masochism>

Jablonski, N. (2020, February 19). All About Attachment Parenting. Healthline.
<https://www.healthline.com/health/parenting/attachment-parenting>

Wisner, W. (2022, November 22). What Is Attachment Parenting?. Verywellmind.
<https://www.verywellfamily.com/what-is-attachment-parenting-284538>

International Association of Infant Massage 2018 – www.iaim.net

Baby League - BABY'S STATES OF AWARENESS (SLEEP & AWAKE) | Baby Nuggets with Danielle (Episode 9)
<https://youtu.be/49zvTaqzkw?si=WLLPkOVmjbm92Ztz>

Kyung Lee, H. The effect of Infant massage on Weight, Height and Mother- Infant Interaction, Journal of Korean Academy of Nursing Vol. 36.No.8 2005

Roesli, U. Pedoman Pijat Bayi. Jakarta : Kemenkes RI, 2016

Reza Gunawan. Pijat Tuina Anak : Tingkatkan Nafsu makan dan Penyerapan Gizi pada Anak. Diakses pada 20 Oktober 2023,
<https://youtu.be/FxJ0ZD19mck?si=mxgy0hzHwA5ZxebZ>

Agus widodo, 2008. Efektivitas massage effleurage terhadap perkembangan gross motorik, pada bayi usia 3-4 bulan, Solo, UMS