

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Pijat Bayi

a. Pengertian Pijat Bayi

Pijat merupakan stimulasi taktil yang memberikan efek biokimia dan efek fisiologi pada berbagai organ tubuh. Pijat yang dilakukan secara benar dan teratur pada bayi akan membantu proses tumbuh kembang bayi. Pemijatan yang dilakukan oleh orangtua dapat meningkatkan hubungan emosional antara orangtua dan bayi, juga dapat meningkatkan berat badan bayi.¹⁴

Pijat merupakan terapi sentuh tertua yang dikenal manusia dan yang paling populer. Diperkirakan ilmu ini telah dikenal sejak awal manusia diciptakan kedunia, mungkin karena pijat berhubungan sangat erat dengan kehamilan dan proses kelahiran manusia. Pengalaman pijat pertama yang dialami manusia ialah pada waktu dilahirkan, yaitu pada waktu melalui jalan lahir ibu.¹⁵ Pijat bayi bisa dilakukan oleh tenaga kesehatan antara lain fisioterapi, perawat dan bidan yang telah mengikuti pelatihan dan orang tua bayi yang mengetahui tentang cara pemijatan bayi yang aman dan nyaman.

b. Manfaat Pijat Bayi

Manfaat pemijatan bayi cukup signifikan dan telah banyak diteliti diantaranya :

- 1) Pijat bayi dapat meningkatkan berat badan bayi.¹⁶
 - 2) Pijat bayi dapat membuat bayi merasa nyaman, dan relaks.¹⁷
 - 3) Pijat membuat otot – otot bayi menjadi renggang.¹⁷
 - 4) Pijat bayi dapat membantu konsentrasi dan memicu perkembangan otak.¹⁷
 - 5) Pijat meringankan pencernaan, dan membantu oksigen menuju ke otak bayi.¹⁷
 - 6) Dapat menguatkan ikatan antara bayi dan ibunya (*bonding attachment*) serta keluarga yang juga memijat bayi tersebut.¹⁸
 - 7) Sistem kekebalan tubuh bayi akan lebih kuat, serta membuatnya lebih tahan terhadap infeksi dan berbagai masalah kesehatan lain.¹⁹
 - 8) Bayi yang sering dipijat tumbuh menjadi anak yang lebih riang dan bahagia, jarang rewel dan tantrum.²⁰
 - 9) Dapat menambah nafsu makan/ meningkatkan frekuensi menyusui.²¹
 - 10) Meningkatkan kualitas tidur pada bayi.²²
 - 11) Meningkatkan berat badan pada BBLR.¹⁰
- c. Teknik dan Cara Pijat Bayi yang Aman serta Nyaman di Rumah
- Sebelum melakukan pijat bayi, kita pastikan bayi dalam keadaan tenang, sadar dan sehat. Pijat dilakukan 2 kali sehari setiap pagi dan sore, idealnya dilakukan 15 – 25 menit atau sesuai kebutuhan. Berikut ini adalah teknik pijat bayi yang dapat kita lakukan di rumah :²³
- 1) Siapkan ruangan yang nyaman

Pastikan ruangan atau kamar dalam temperatur yang hangat, tenang dan pencahayaannya tidak terlalu terang. Kita dapat memasang lagu yang lembut untuk mendukung suasana rileks serta menyapa bayi menggunakan suara yang lembut. Pastikan kita telah cuci tangan bersih sebelum menyentuh bayi.

- 2) Baringkan tubuh bayi pada permukaan yang rata misalnya matras atau meja untuk ganti popok, selimuti dengan kain lembut dan hangat pada bagian yang belum dipijat agar tidak kedinginan. Pastikan kita tidak menggunakan perhiasan baik di jari maupun tangan serta kuku kita dalam keadaan pendek agar tidak melukai kulit bayi.

- 3) Gunakan minyak pijat yang aman untuk kulit bayi

Kita dapat menggunakan minyak nabati/zaitun/minyak goreng agar aman jika tak sengaja dikonsumsi oleh bayi. Sebuah studi medis dalam Oxford Academic tahun 2020 menemukan bahwa mengoleskan minyak kelapa murni pada bayi baru lahir prematur dapat memperbaiki dan memperkuat kulit mereka. Jika kita menggunakan *baby oil* / *baby lotion* pastikan aman dan tidak tertelan oleh bayi.

- 4) Memijat Kaki

Jika bayi kita mulai merangkak, tentu saja bagian kaki salah satu anggota tubuh yang pegal sehingga cara memijat bayi pada bagian kakinya agar tidak rewel yaitu dengan fokus ke salah satu kakinya

dulu. Mulai dari telapak kaki dipijat lembut, kemudian jari-jarinya, pergelangan kaki dilanjutkan dengan kita pegang pahanya dengan salah satu tangan, kemudian gerakkan tangan sampai ke ujung kakinya dengan gerakan memutar. Lakukan bergantian dengan kaki satunya, dengan gerakan yang sama. Kemudian dilanjutkan memijat kaki seperti memerah susu, ulangi kanan dan kiri. Dorong perlahan kaki bayi hingga lututnya menekuk ke arah perut, ini berguna untuk membantu membuang gas dalam perut bayi. Urutan pijatan pada kaki Tidak harus semua dilakukan, cukup menyesuaikan kebutuhan dan tubuh bayi.

5) Memijat Dada dan Perut

Langkah selanjutnya yaitu dada, perut dan tangan bayi. Pada umumnya sering sakit juga bagian ini apalagi bayi yang sedang merangkak. Tangan, perut dan dada menjadi tumpuan saat bayi merangkak kesana kemari. Kedua tangan kita diletakkan di dada bayi, usapkan tangan ke arah bahu kemudian kembali ke posisi semula, seperti membentuk hati. Kita lakukan beberapa kali usapan sambil mengajak bayi berbicara.²³

Kemudian, usapkan kedua tangan kita secara menyilang dan bergantian, tangan kanan bergerak dari pinggang ke bahu kanan bayi diikuti tangan kiri bergerak dari pinggang ke bahu kiri bayi dilakukan secara lembut. Selanjutnya melakukan pemijatan berbentuk I LOVE U terbalik pada perut bayi untuk memperlancar

pencernaan.

6) Memijat Tangan

Prinsip pemijatan tangan sama seperti saat memijat kaki bayi, diawali telapak tangan, jari-jari, punggung tangan kemudian naik ke pergelangan tangan menuju bahu secara bergantian tangan kanan dan kiri. Gerakan memerah susu juga dilakukan dengan lembut serta memutar mutar pada pergelangan tangan. Kedua tangan kita sejajarkan dan disilangkan di depan dada bayi sambil mengajak bayi bercanda.

7) Memijat Wajah dan Leher

Cara memijat bayi yang benar dan aman pada wajah dan kepala bayi adalah dengan perlahan-lahan. Dengan jari-jari kedua tangan kita, usap dahi ke arah luar lalu turun turun ke arah pipi sehingga seperti membentuk lingkaran, lakukan beberapa kali. Kemudian dengan ujung jari-jari kita, pijat kulit kepala bayi dengan gerakan lingkaran-lingkaran kecil, seperti sedang keramas.

8) Punggung bayi

Bayi terkadang rewel atau sakit badannya karena terlalu lama berbaring sehingga cara memijat bayi agar tidak rewel adalah dengan memijat lembut punggungnya. Balikkan bayi sehingga tertelungkup dengan kepala mengarah kiri atau kanan, kemudian buat lingkaran kecil menggunakan jari kita di punggung, dari leher turun ke bokong baik punggung kiri maupun kanan. Akhiri dengan

usapan panjang dari bahu sampai bokong menggunakan tangan kiri dan kanan kita.

2. Penyuluhan

a. Pengertian

Penyuluhan merupakan bentuk usaha pendidikan *non-formal* kepada individu atau kelompok masyarakat yang dilakukan secara sistematis, terencana dan terarah dalam usaha perubahan perilaku yang berkelanjutan demi tercapainya peningkatan produksi, pendapatan dan perbaikan kesejahteraan.²⁴

Penyuluhan kesehatan adalah gabungan berbagai kegiatan dan kesempatan yang berlandaskan prinsip-prinsip belajar untuk mencapai suatu keadaan dimana individu, keluarga, kelompok atau masyarakat secara keseluruhan ingin hidup sehat serta tahu bagaimana caranya dan melakukan apa yang bisa dilakukan secara perseorangan atau kelompok.²⁵ Penyuluhan kesehatan akan efektif apabila mengacu pada minat dan kebutuhan masyarakat. Harus dikaji secara mendalam apa yang harus menjadi minat dan kebutuhan yang dapat menyenangkan setiap individu maupun segenap masyarakat. Penyuluhan kesehatan harus memenuhi kebutuhan apa saja yang dapat dipenuhi dengan ketersediaan sumberdaya yang ada. Dengan demikian akan dapat diprioritaskan minat serta kebutuhan yang mana yang diutamakan dalam kegiatan penyuluhan.²⁵

b. Fungsi penyuluhan dalam Promosi kesehatan antara lain²⁵:

- 1) Penyuluhan Sebagai Proses Penerangan
- 2) Penyuluhan Sebagai Proses Perubahan Perilaku
- 3) Penyuluhan Sebagai Proses Belajar
- 4) Penyuluhan Sebagai Proses Pemasaran Sosial

c. Lingkup Materi Program Penyuluhan

Selaras dengan tujuan penyuluhan, Miller mengemukakan bahwa lingkup materi program penyuluhan harus mencakup segala aspek kegiatan yang berkaitan dengan upaya-upaya peningkatan hasil, peningkatan pendapatan serta perbaikan kesejahteraan masyarakat menerima manfaatnya.

Hal yang perlu diperhatikan dalam lingkup materi program penyuluhan: ²⁵

- 1) Optimasi pemanfaatan sumberdaya untuk kegiatan hasil dengan selalu memperhatikan konservasi sumberdaya alam dan pengelolaan limbah yang ditimbulkan.
- 2) Efisien sistem hasil, yang tidak hanya mempertimbangkan efisiensi teknis saja, tetapi efisiensi ekonominya.
- 3) Efisiensi sistem pemasaran hasil
- 4) Pengelolaan usaha termasuk pengelolaan ekonomi rumah tangga.
- 5) Pengembangan sumberdaya keluarga (terutama pemuda dan wanita)
- 6) Pengembangan kelembagaan ekonomi dan kelembagaan sosial

- 7) Pembinaan kepemimpinan, baik kepemimpinan di dalam keluarga, kepemimpinan di lingkungan pekerjaan, maupun kepemimpinan dalam kelembagaan ekonomi dan kelembagaan sosial.

d. Media/ Alat Peraga Penyuluhan ²⁵

- 1) Benda
- 2) Pamflet atau selebaran merupakan cetakan kertas bergambar dan bertulisan.
- 3) Leaflet dan Folder
- 4) Brosur atau booklet
- 5) Placard dan Poster
- 6) Flipchart
- 7) Photo
- 8) Flanelgraph
- 9) Gambar yang diproyeksikan
- 10) Movie Film

e. Metode Penyuluhan

Kegiatan Penyuluhan harus dilaksanakan dengan menerapkan beragam metode sekaligus yang saling menunjang dan melengkapi. Karena itu, dalam setiap pelaksanaan penyuluhan penyuluh harus memahami dan mampu memilih metode penyuluhan yang paling baik sebagai suatu cara yang terpilih untuk tercapainya tujuan penyuluhan yang dilaksanakannya.²⁵

Untuk memilih metoda berkomunikasi yang efektif, Mardikanto

(1982) mengenalkan ada 3 cara pendekatan yang dapat juga diterapkan dalam pemilihan metoda penyuluhan, yaitu yang didasarkan pada :

- 1) Media yang digunakan
- 2) Sifat hubungan antara penyuluh dan penerima manfaatnya
- 3) Pendekatan psiko-sosial yang dikaitkan dengan tahapan adopsinya.

f. Penyuluhan Virtual atau *Online*

Asep Syamsul M. Romli dalam buku *Jurnalistik Online* mengartikan bahwa media online adalah media massa yang tersaji secara online di situs web (website) internet. Media online adalah media massa “generasi ketiga” setelah media cetak (*printed media*) seperti koran, tabloid, majalah, buku dan media elektronik (*electronic media*) seperti radio, televisi, dan film/video. Media Online merupakan produk jurnalistik online (*cyber journalisme*) didefinisikan wikipedia sebagai “pelaporan fakta atau peristiwa yang diproduksi dan didistribusikan melalui internet”. Secara teknis atau “fisik”, media *online* adalah media berbasis telekomunikasi dan multimedia (komputer dan internet). Termasuk kategori media online adalah portal, *website* (situs web, termasuk blog), radio online, TV online, dan email.¹²

Kelebihan media online/virtual antara lain :

- 1) Menjangkau seluruh dunia yang memiliki akses internet.
- 2) Cepat, dapat diakses semua orang dalam waktu singkat.
- 3) Dapat diakses setiap saat dan dimana saja.

- 4) Interaktif, dua arah dengan adanya fasilitas kolom komentar, chatroom, polling dan lainnya.
- 5) Terdokumentasi, informasi tersimpan di bank data (arsip) dan dapat ditemukan melalui “link , artikel terkait.

Kelemahan media online/virtual antara lain:

- 1) Pengguna harus mempunyai perangkat yang mensupport dan koneksi internet yang stabil.
- 2) Penggunaan dalam jangka panjang dapat menyebabkan mata lelah dan gangguan kesehatan mata.

g. *Zoom Cloud Meeting*

Zoom Cloud Meeting merupakan sebuah media pengajaran daring berupa aplikasi yang mempunyai fitur konferensi jarak jauh dengan menggabungkan konferensi video, obrolan online, pertemuan online dan juga bisa dikolaborasikan dengan seluler. Aplikasi ini sangat banyak digunakan karena menyediakan fitur yang cukup lengkap, antara lain *video conference*, *audio conference*, merekam, *live chat*, *share screen* dan webinar. Penggunaan zoom terbagi menjadi beberapa versi, yaitu zoom free, zoom pro, zoom business dan zoom enterprise.

Kelebihan Zoom :

1. Menyediakan fitur yang lengkap seperti *video*, *share screen*, *record*, *live chat*.
2. Dapat menjangkau seluruh dunia selama ada internet
3. Dapat menampung peserta sampai 1000 an orang

4. Keamanan cukup terjamin

5. Efisien waktu

Kekurangan/ kendala yang dominan dalam menggunakan aplikasi zoom, antara lain :

1) Jaringan internet harus stabil

2) Paket data

3) Kapasitas Penyimpanan HP (RAM)

Zoom memiliki ukuran megabyte (MB) yang cukup besar untuk ukuran *smart phone*, otomatis akan memenuhi memori HP.¹²

1. Pengetahuan

a. Pengertian

Pengetahuan adalah hasil pegindraan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indra yang dimilikinya (mata, hidung, telinga dan sebagainya). Pengetahuan atau kognitif domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang dipengaruhi oleh faktor pendidikan formal. Dimana pendidikan yang tinggi maka akan semakin luas pula pengetahuannya, akan tetapi bukan berarti orang berpendidikan rendah mutlak berpengetahuan rendah. Pengetahuan umumnya datang dari pengalaman, dapat diperoleh dari informasi yang disampaikan orang lain, didapat dari buku, surat kabar, atau media massa, elektronik. Sebagian besar pengetahuan diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan merupakan pedoman dalam membentuk tindakan seseorang.²⁶

b. Tingkatan pengetahuan

Secara garis besar pengetahuan dibagi atas 6 tingkatan, yaitu:

- 1) Tahu (*Know*) dapat diartikan sebagai *recall* (memanggil) memori yang telah ada sebelumnya setelah mengamati sesuatu. Bagaimana cara mengukur tingkat pengetahuan.

Berdasarkan percobaan Ebbinghus dalam buku *Theorist of Learnings* (2008) tentang fungsi waktu yang berlalu sejak proses belajar awal.²⁷

Table 1. Retensi Pengetahuan Pada Percobaan Ebbinghus

Waktu sejak pertama belajar	Persentase bahan yang diingat	Persentase bahan yang terlupakan
Setelah 20 menit	58%	42 %
Setelah 1 jam	54%	46%
Setelah 9 jam	36%	64%
Setelah 1 hari	33%	67%
Setelah 2 hari	28%	72%
Setelah 6 hari	25%	75%
Setelah 31 hari	21%	79%

Sumber : *Theorist of Learning*

- 2) Memahami (*comprehension*), suatu objek bukan sekedar tahu terhadap objek tersebut, tidak sekedar dapat menyebutkan tetapi dapat menginterpretasikan secara benar tentang objek yang diketahui tersebut.
- 3) Aplikasi (*aplication*), ini diartikan apabila orang telah memahami objek yang dimaksud dapat menggunakan atau mengaplikasikan prinsip yang diketahui tersebut pada situasi yang lain.
- 4) Analisis (*analysis*) adalah kemampuan seseorang untuk

menjabarkan atau memisahkan kemudian mencari hubungan antara komponen - komponen yang terdapat dalam suatu masalah atau objek yang diketahui.

- 5) Sintesis (*synthesis*), suatu kemampuan seseorang untuk menerangkan atau meletakkan dalam satu hubungan yang logis dari komponen - komponen pengetahuan yang dimiliki.
- 6) Evaluasi (*evaluation*), berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk melakukan *justifikasi* atau penilaian terhadap suatu objek tertentu.²⁶

c. Manfaat Pengetahuan

Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (*overt behavior*). Sebelum orang mengadopsi perilaku baru, di dalam diri seseorang terjadi proses yang berurutan yakni:

- 1) *Awareness* (kesadaran), dimana orang tersebut menyadari dalam diri mengetahui terlebih dahulu terhadap stimulus (obyek).
- 2) *Interest* (merasa tertarik) terhadap stimulus atau obyek tersebut. Disini sikap subyek sudah mulai timbul.
- 3) *Evaluation* (menimbang-nimbang) terhadap baik dan tidaknya stimulus tersebut bagi dirinya. Hal ini berarti sikap responden sudah lebih baik lagi.
- 4) *Trial*, sikap dimana subjek mulai mencoba melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang dikehendaki oleh stimulus.

5) *Adaption*, dimana subjek telah berperilaku baru sesuai dengan pengetahuan, kesadaran dan sikapnya terhadap stimulus.²⁶

d. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan, yaitu:²⁶

1) Umur

Makin tua umur seseorang maka proses-proses perkembangan mentalnya bertambah baik, akan tetapi pada umur tertentu, bertambahnya proses perkembangan mental ini tidak secepat seperti ketika berumur belasan tahun. Daya ingat seseorang itu salah satunya dipengaruhi oleh umur. Dari uraian ini, maka dapat kita simpulkan bahwa bertambahnya umur seseorang dapat berpengaruh pada pertambahan pengetahuan yang diperolehnya, akan tetapi pada umur-umur tertentu atau menjelang usia lanjut kemampuan penerimaan atau mengingat suatu pengetahuan akan berkurang. Umur dibedakan menjadi 3 yaitu < 20 tahun, 20-35 tahun dan > 35 tahun.²⁸

2) Pendidikan

Pendidikan adalah suatu kegiatan atau proses pembelajaran untuk mengembangkan atau meningkatkan kemampuan tertentu sehingga sasaran pendidikan itu dapat berdiri sendiri. Seseorang yang berpendidikan tinggi cenderung memiliki wawasan dan pengetahuan yang luas.

3) Pekerjaan

Dengan adanya pekerjaan seseorang memerlukan banyak waktu untuk menyelesaikan pekerjaan yang dianggap penting memerlukan perhatian masyarakat yang sibuk akan memiliki waktu yang sedikit untuk memperoleh informasi, sehingga tingkat pengetahuan yang mereka miliki menjadi berkurang.

4) Intelegensi

Intelegensi diartikan sebagai suatu kemampuan untuk belajar dan berfikir abstrak guna menyesuaikan diri secara mental dalam situasi baru. Intelegensi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi hasil dari proses belajar. Intelegensi bagi seseorang merupakan salah satu model untuk berfikir dan mengolah berbagai informasi secara terarah sehingga ia mampu menguasai lingkungan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa perbedaan intelegensi dari seseorang akan berpengaruh pula terhadap tingkat pengetahuan.

5) Sosial Budaya

Sosial budaya merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang. Sosial budaya memberikan pengaruh pertama bagi seseorang, dimana seseorang dapat mempelajari hal-hal yang baik dan juga hal-hal yang buruk tergantung pada sifat kelompoknya. Dalam lingkungan sosial budaya seseorang akan memperoleh pengalaman yang akan

berpengaruh pada cara berfikir seseorang.

6) Paparan Informasi

Informasi akan memberikan pengaruh pada pengetahuan seseorang. Meskipun seseorang memiliki pendidikan yang rendah tetapi jika ia mendapatkan informasi yang baik dari berbagai media misalnya TV, radio atau surat kabar maka hal itu akan dapat meningkatkan pengetahuan seseorang.

7) Pengalaman

Pengalaman merupakan guru yang terbaik. Pepatah tersebut dapat diartikan bahwa pengalaman merupakan sumber pengetahuan, atau pengalaman itu suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan. Oleh sebab itu pengalaman pribadi pun dapat digunakan sebagai upaya untuk memperoleh pengetahuan. Hal ini dilakukan dengan cara mengulang kembali pengalaman yang diperoleh dalam memecahkan permasalahan yang dihadapi pada masa lalu

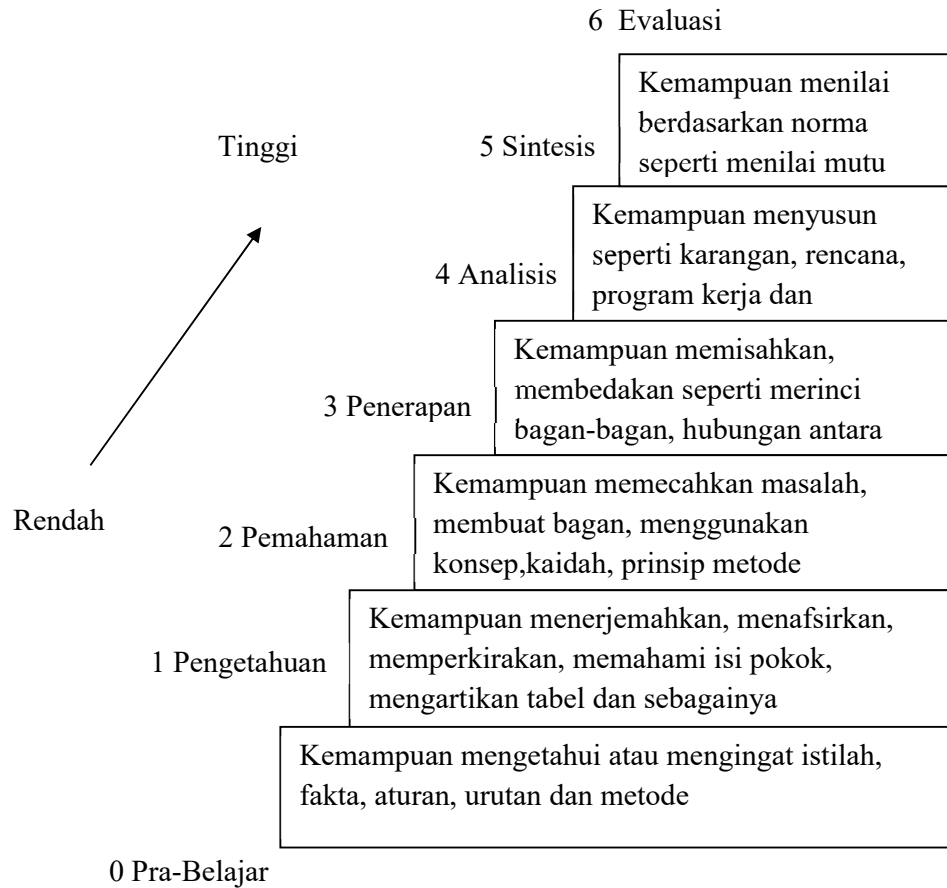
e. Pengukuran pengetahuan

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan angket, kuesioner atau wawancara yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden. Pengetahuan yang ingin diketahui atau diukur dapat disesuaikan dengan tingkatan-tingkatan pengetahuan. Cara mengukur tingkat pengetahuan dengan memberikan pertanyaan-pertanyaan, kemudian dilakukan penilaian

nilai 1 untuk jawaban benar dan nilai 0 untuk jawaban salah. Kemudian dihitung persentase rata-rata tingkat pengetahuan setiap individu.²⁶

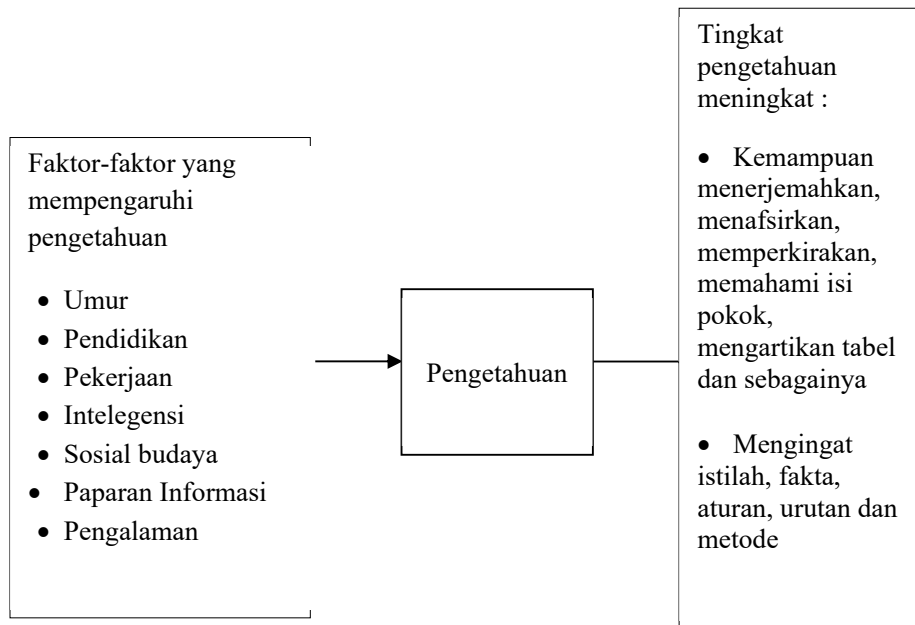
h. Cara memperoleh pengetahuan

Pengetahuan seseorang biasanya diperoleh dari pengalaman yang berasal dari berbagai macam sumber, misalnya : media massa, media elektronik, buku petunjuk, petugas kesehatan, media poster, penyuluhan dan sebagainya.²⁶ Berdasarkan pengalaman dan penelitian, diperoleh bahwa media penyampaian juga berperan cukup besar terhadap tingkat pengetahuan seseorang. Beberapa journal membuktikan bahwa penyampaian melalui media online/virtual dapat meningkatkan pengetahuan seseorang yang cukup signifikan. Dalam klasifikasi taksonomi Bloom, aspek pengetahuan masuk dalam ranah kognitif (*cognitive domain*). Tingkat pertama dalam ranah kognitif menurut Bloom yaitu pengetahuan (*knowledge*) yang mencakup ingatan akan hal-hal yang pernah dipelajari dan disimpan dalam ingatan. Berikut ini adalah gambar ranah kognitif yang hierarkis:²⁹



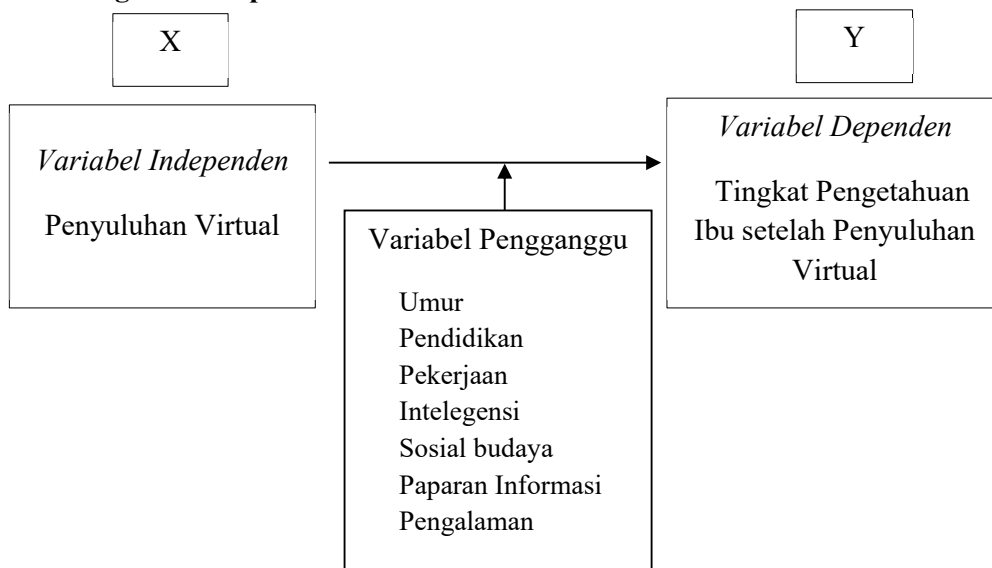
Gambar 1. Hierarkis Jems Perilaku dan Kemampuan Internal menurut Taksonomi Bloom

B. Kerangka Teori



Gambar 2. Kerangka Teori Penelitian Newcomb (Taksonomi Bloom)

C. Kerangka Konsep



Gambar 3. Kerangka Konsep Penelitian

D. Hipotesis

Ada perbedaan rerata pengetahuan ibu tentang pijat bayi sebelum dan sesudah penyuluhan vaitual pada masa pandemi covid -19 di Sleman.