

BAB II

LANDASAN TEORI

2.1 Landasan Teori

2.1.1 Bayi

A. Pengertian Bayi

Bayi adalah individu dengan rentang usia 0 hingga 12 bulan, yang pertumbuhannya dibagi ke dalam beberapa fase sesuai perkembangan ilmu kedokteran dan kebijakan kesehatan anak dalam lima tahun terakhir. Tahap awal disebut masa neonatal, yakni sejak lahir hingga usia 28 hari. Secara medis, periode ini dibagi lagi menjadi dua, yaitu neonatal dini (0–7 hari) yang merupakan masa transisi penting dari kehidupan intrauterin ke ekstrauterin, serta neonatal lanjut (8–28 hari) di mana fungsi organ bayi mulai lebih stabil, meskipun tetap membutuhkan pemantauan intensif (WHO, 2022; IDAI, 2020).

B. Masa Bayi

Masa bayi merupakan periode dasar yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Walaupun seluruh masa kanak-kanak, khususnya pada tahun-tahun awal, dianggap sebagai fase fundamental, masa bayi memiliki kedudukan yang lebih mendasar karena pada tahap ini mulai terbentuk berbagai pola perilaku, sikap, ekspresi, dan emosi (Hurlock, 1991; Anekasari, 2017). Pada periode ini, pertumbuhan serta perubahan berlangsung sangat cepat, baik dari segi fisik maupun psikologis. Tahun pertama kehidupan merupakan fase dengan percepatan pertumbuhan paling signifikan. Perubahan yang terjadi tidak hanya terlihat dari penampilan, tetapi juga dari kemampuan yang berkembang. Seiring dengan pertumbuhan fisik, perkembangan intelektual bayi pun turut meningkat. Menjelang akhir masa bayi, anak sudah mampu memahami banyak hal serta mengekspresikan kebutuhan maupun keinginannya dengan berbagai cara yang dapat dipahami oleh orang lain (Hurlock, 1991; Fitriani dkk., 2023).

C. Masalah Bayi

Berbagai masalah kesehatan bayi yang sering terjadi diantaranya yaitu (Lestari 2022)

1. Demam

Demam bukanlah penyakit, melainkan tanda bahwa sistem imun bayi sedang bekerja melawan infeksi bakteri atau virus. Kondisi ini juga dapat muncul sebagai reaksi normal setelah bayi mendapatkan imunisasi.

2. Diare

Diare pada bayi bisa disebabkan oleh infeksi virus, alergi makanan, maupun keracunan akibat makanan yang terkontaminasi. Gejalanya ditandai dengan tinja cair, berwarna lebih gelap dari biasanya, serta berbau tajam. Jika berlangsung lama, diare dapat menyebabkan dehidrasi pada bayi.

3. Sembelit

Sembelit ditandai dengan perut kembung, buang air besar kurang dari dua kali per minggu, serta kotoran keras dan kering. Bayi biasanya terlihat kesakitan atau menangis saat buang air besar. Faktor penyebabnya antara lain konsumsi susu formula berlebihan, kurang cairan, atau asupan makanan padat rendah serat.

4. Biang Keringat

Biang keringat terjadi akibat tersumbatnya kelenjar keringat sehingga keringat terperangkap di bawah kulit. Hal ini menimbulkan bintik-bintik kecil berwarna merah pada kulit bayi. Pada bayi dengan kulit lebih gelap, bercak dapat tampak coklat, ungu, abu-abu, atau bahkan hampir tidak terlihat.

5. Eksim

Eksim termasuk kedalam jenis penyakit kulit yang umum pada bayi dan sifatnya kambuh-kambuhan. Penyakit ini dapat menyebabkan kulit bayi menjadi kemerah-merahan, sangat gatal, serta terlihat seperti bersisik dan meradang. Eksim bisa muncul di bagian seperti wajah, kepala, dan

tubuh bayi. Bila dibiarkan begitu saja, kulit bayi bisa menjadi kering dan tampak menebal.

2.1.2 Pijat Bayi

A. Pengertian Pijat Bayi

Pijat bayi adalah salah satu modalitas manual terapi untuk manipulasi manual pada jaringan lunak yang ditujukan untuk meningkatkan kesehatan bagi anak-anak. Tujuan dari pijat bayi ini adalah mengurangi rasa sakit, kecemasan, ketakutan atau stress pada anak-anak yang membuat anak-anak merasa tidak nyaman. (Rokayah Y, Nurlatifah L.2017).

Pijat bayi merupakan bentuk stimulasi sentuhan halus dan berirama yang diterapkan pada tubuh bayi menggunakan metode tertentu. Aktivitas ini umumnya dilakukan oleh orang tua atau tenaga profesional dan dapat dimulai sejak bayi berusia beberapa minggu. Teknik pijat mencakup gerakan memijat secara lembut pada bagian tubuh seperti kaki, perut, dada, tangan, punggung, dan wajah, dengan durasi sekitar 10 hingga 15 menit setiap sesi, idealnya dilakukan 2 hingga 3 kali dalam seminggu. Biasanya diawali dengan sentuhan yang dilakukan secara bertahap ditingkatkan tekanannya sesuai dengan usia bayi (Prananingrum et al., 2017; Riksani, 2017, Roesli, 2016)

B. Manfaat Pijat Bayi

Melakukan pijat pada bayi mempunyai manfaat yang sangat banyak untuk bayi maupun ibu. Pijat bayi yang dilakukan oleh ibu kepada bayinya akan mempererat ikatan bonding diantara keduanya. Beberapa manfaat pijat bayi untuk bayi adalah:

1. Meningkatkan konsentrasi dan kualitas tidur

Bayi yang mendapatkan pijatan umumnya tidur lebih nyenyak dan saat terbangun memiliki tingkat konsentrasi yang lebih baik. Penelitian di Touch Research Institute, Amerika, menunjukkan bahwa pemijatan selama 2x15 menit per minggu selama 5 minggu mampu meningkatkan durasi tidur bayi dalam 24 jam (Roesli, 2013).

2. Mendukung perkembangan bahasa awal

Sentuhan lembut ibu saat memijat menjadi stimulasi yang membantu bayi dalam proses pengembangan bahasa pertamanya.

3. Memberikan rasa aman dan kasih sayang
Pijat bayi menumbuhkan rasa nyaman, aman, dihargai, serta dicintai, sehingga memperkuat ikatan emosional antara bayi dan orang tua.
4. Mengurangi ketidaknyamanan
Pijatan merangsang pelepasan hormon oksitosin dan endorfin yang berperan sebagai pereda nyeri alami, sehingga membuat bayi merasa lebih tenang.
5. Mendukung pertumbuhan otot dan perkembangan tubuh
Gerakan pijatan membantu memperkuat otot sekaligus menunjang perkembangan fisik bayi secara optimal.
6. Menyehatkan sistem tubuh
Pijat bayi bermanfaat dalam memperkuat fungsi peredaran darah, pencernaan, serta pernapasan.
7. Meningkatkan distribusi oksigen
Pijatan memperlancar aliran oksigen ke seluruh jaringan tubuh bayi.
8. Meningkatkan penyerapan nutrisi
Dengan peredaran darah yang lancar, nutrisi yang masuk ke dalam tubuh bayi lebih mudah diserap dan dimanfaatkan.
9. Meningkatkan daya tahan tubuh
Stimulasi pijat terbukti membantu memperkuat sistem kekebalan tubuh bayi sehingga lebih tahan terhadap infeksi.
10. Memperkuat otot dan tulang serta menghilangkan ketegangan pada bayi dengan pijatan lembut di bagian tangan dan kaki
11. Mengurangi resiko sembelit, kolik dan memperkuat fungsi sistem pencernaan dengan pijatan lembut di perut.
12. Memperkuat fungsi jantung dan paru-paru
Pijatan lembut pada area dada dapat membantu meningkatkan kekuatan sekaligus mendukung fungsi kerja jantung serta paru-paru bayi agar lebih optimal.
13. Membuat relaks pada otot wajah dengan pijatan lembut
14. Memberikan rasa tenang dan mendukung tumbuh kembang
Pijat bayi mampu menimbulkan rasa rileks sehingga bayi dapat tidur

lebih nyaman, sekaligus membantu proses pertumbuhan dan perkembangannya (Irmawati, 2015).

C. Tujuan Pijat Bayi

1. Meningkatkan berat badan dan frekuensi menyusu karena pijatan dapat merangsang sistem pencernaan dan meningkatkan nafsu makan bayi.
2. Membantu bayi lebih rileks dan tidur lebih nyaman karena stimulasi pijat menurunkan kadar kortisol dan meningkatkan serotonin dalam tubuh bayi.
3. Mengurangi kerewelan dan ketidaknyamanan seperti kolik dan kembung melalui sentuhan lembut yang meredakan ketegangan otot.
4. Memperkuat ikatan emosional (*bonding*) antara bayi dan orang tua melalui komunikasi nonverbal dan sentuhan kasih sayang selama pijatan dilakukan.
5. Meningkatkan kemampuan sensoris dan motorik bayi dengan merangsang sistem saraf serta meningkatkan koordinasi otot melalui pijatan rutin.
6. Meningkatkan daya tahan tubuh dengan melancarkan sirkulasi darah dan memperkuat sistem limfatik bayi.
7. Mendukung pertumbuhan dan perkembangan otak bayi sebagai bagian dari stimulasi pada masa emas 1000 hari pertama kehidupan.
8. Membantu mengurangi risiko depresi pasca persalinan pada ibu karena sentuhan fisik dan keterlibatan emosional selama memijat bayi dapat memberikan efek terapeutik bagi ibu.

D. Waktu Pemijatan

Pijat bayi dapat diberikan sejak lahir hingga usia 12 bulan sesuai dengan keputusan orang tua. Pada bayi di bawah usia 7 bulan, pijat dianjurkan dilakukan setiap hari, dua kali sehari, yaitu pada pagi hari ketika bayi dan orang tua siap memulai aktivitas, serta pada malam hari sebelum tidur untuk membantu bayi merasa lebih rileks dan tidur lebih nyaman (Roesli, 2013).

1. Bayi usia 0–1 bulan:

Gunakan gerakan yang lebih mendekati usapan-usapan halus. Sebelum tali pusat lepas, sebaiknya tidak dilakukan pemijatan didaerah perut. (Modul Stimulasi Pijat Bayi dan Balita, 2020)

2. Bayi usia 1–3 bulan:

Disarankan gerakan halus disertai dengan tekanan ringan dalam waktu yang singkat. (Modul Stimulasi Pijat Bayi dan Balita, 2020)

3. Bayi usia 3 bulan ke atas:

Setiap gerakan pijatan dilakukan dengan tekanan serta durasi yang bertahap meningkat, dengan rekomendasi total waktu pelaksanaan sekitar 15 menit (Modul Stimulasi Pijat Bayi dan Balita, 2020).

E. Stimulasi Pijat Pada Bayi dan Balita

1. Pijat Kaki

a. *Milking India*



Gambar 2.1 Teknik Pijat *Milking India*

(Sumber: modul stimulasi pijat bayi balita)

Pegang tungkai bayi menggunakan kedua tangan dengan posisi seperti memegang pemukul softball (tangan kanan berada di bagian atas tungkai dan tangan kiri di bawah). Lakukan gerakan memijat menyerupai perahan, dimulai dari pangkal paha hingga menuju tumit secara perlahan.

b. *Milking Swedia*



Gambar 2.2 Teknik Pijat *Milking Swedia*

(Sumber: modul stimulasi pijat bayi balita)

Satu tangan berfungsi untuk menopang pergelangan kaki bayi, sementara tangan yang lain melakukan gerakan pijatan dari pergelangan kaki menuju pangkal paha dengan arah berlawanan dari teknik *Milking India*.

c. *Squeezing*



Gambar 2.3 Teknik Pijat *Squeezing*

(Sumber: modul stimulasi pijat bayi balita)

Genggam tungkai bayi secara perlahan, lalu putar ringan dari pangkal paha hingga ujung jari kaki.

d. *Thumb After Thumb*

Gunakan kedua ibu jari secara bergantian untuk memberikan tekanan lembut dari tumit hingga ujung jari kaki. Selanjutnya, tekan perlahan setiap jari dengan dua jari tangan, lalu tarik dengan lembut. Akhiri dengan menekan punggung kaki menggunakan kedua ibu jari secara bergantian ke arah ujung jari.

2. Pijatan Dada

a. *Butterfly (Kupu-Kupu)*

Letakkan kedua telapak tangan di tengah dada bayi, kemudian gerakkan ke atas dan menyebar ke arah samping luar tubuh. Setelah itu, kembalikan ke tengah dengan membentuk pola menyerupai sayap kupu-kupu, tanpa mengangkat tangan dari tubuh bayi.

b. *Cross*

Lakukan pijatan menyilang dengan menggerakkan telapak tangan dari area pinggang menuju bahu, kemudian sebaliknya, dilakukan secara bergantian antara sisi kanan dan kiri.

3. Pijatan Perut

a. Mengayuh (*Paddling*)

Posisikan telapak tangan kanan di bawah tulang iga pada bagian hati, lalu gerakkan perlahan ke bawah hingga melewati pusar dengan tekanan lembut. Ulangi gerakan serupa menggunakan tangan kiri secara bergantian beberapa kali.

b. Bulan – Matahari (*Moon – Sun*)



Gambar 2.4 Teknik Pijat *Moon-sun*

(Sumber: modul stimulasi pijat bayi balita)

Gunakan tangan kanan untuk membuat gerakan setengah lingkaran dari bagian kiri atas perut menuju ke kanan bawah, yang disebut gerakan *bulan*. Setelah itu, lanjutkan dengan tangan kiri membentuk lingkaran penuh dari perut kiri bawah, bergerak ke atas, lalu kembali ke titik awal, yang dikenal sebagai gerakan *matahari*. Pijatan ini dilakukan searah jarum jam dan diulang beberapa kali dengan lembut.

c. *I LOVE YOU*



Gambar 2.5 Teknik Pijat *I Love You*

(Sumber: modul stimulasi pijat bayi balita)

I: Gerakkan tangan lurus dari bagian kiri atas perut bayi ke arah bawah sehingga membentuk huruf “I”.

L: Lakukan pijatan dari sisi kanan atas perut menuju ke kiri, kemudian turunkan ke bawah hingga membentuk huruf “L” terbalik.

U: Mulai dari perut kanan bawah, gerakkan tangan ke atas lalu buat setengah lingkaran ke arah kiri atas, kemudian turun kembali ke bawah, menyerupai huruf “U” terbalik.

d. *Walking Fingers*



Gambar 2.6 Teknik Pijat *Walking fingers*

(Sumber: modul stimulasi pijat bayi balita)

Gunakan ujung jari telunjuk, tengah, dan manis secara bergantian menekan perut bayi dari kanan ke kiri, seperti gerakan jari berjalan. Akhiri dengan mengangkat kedua kaki bayi, lalu tekan perlahan ke arah perut untuk membantu mengeluarkan gas.

4. Pijatan Tangan

a. *Milking India*



Gambar 2.7 Teknik Pijat *Milking India*

(Sumber: modul stimulasi pijat bayi balita)

Gunakan ujung jari telunjuk, tengah, dan manis secara bergantian untuk menekan perut bayi dari arah kanan ke kiri dengan gerakan menyerupai jari yang sedang berjalan. Setelah itu, angkat kedua kaki bayi dan tekan perlahan ke arah perut untuk membantu mengeluarkan gas.

b. Milking Swedia



Gambar 2.8 Teknik Pijat *Milking Swedia*

(Sumber: modul stimulasi pijat bayi balita)

Pegang lengan bayi dengan kedua tangan layaknya memegang pemukul softball: tangan kanan berada di bagian atas dekat bahu, sedangkan tangan kiri di bagian bawah dekat pergelangan. Lalu, gerakkan kedua tangan secara bergantian dari arah bahu ke pergelangan tangan dengan gerakan menyerupai memerah. Teknik ini dikenal sebagai perahan swedia.

c. Rolling



Gambar 2.9 Teknik Pijat *Rolling*

(Sumber: modul stimulasi pijat bayi balita)

Letakkan kedua telapak tangan mengelilingi lengan bayi, lalu lakukan gerakan memutar atau menggulung seperti saat menggulung adonan, dimulai dari pangkal lengan hingga ke arah pergelangan tangan.

d. Squeezing



Gambar 2.10 Teknik Pijat *Squeezing*

(Sumber: modul stimulasi pijat bayi balita)

Gunakan kedua tangan untuk melakukan gerakan memeras dengan lembut sambil memutar, dimulai dari bagian atas lengan bayi hingga ke arah pergelangan tangan.

e. Thumb After Thumb



Gambar 2.11 Teknik Pijat *Thumb After Thumb*

(Sumber: modul stimulasi pijat bayi balita)

Gunakan kedua tangan untuk melakukan gerakan memeras dengan lembut sambil memutar, dimulai dari bagian atas lengan bayi hingga ke arah pergelangan tangan.

f. Spiral



Gambar 2.12 Teknik Pijat *Spiral*

(Sumber: modul stimulasi pijat bayi balita)

Gunakan kedua ibu jari secara bergantian untuk memijat telapak dan punggung tangan bayi, dimulai dari pergelangan tangan hingga ke ujung jari, dilakukan dengan lembut dan berirama.

g. Finger Shake



Gambar 2.13 Teknik Pijat *Finger Shake*

(Sumber: modul stimulasi pijat bayi balita)

Akhiri sesi pijat tangan dengan menggoyang dan menarik lembut setiap jari tangan bayi satu per satu.

5. Pijat Punggung

a. *Teknik Spiral*



Gambar 2.14 Teknik Pijat *Spiral*

(Sumber: modul stimulasi pijat bayi balita)

Gunakan tiga jari untuk membuat gerakan melingkar kecil sepanjang otot punggung bayi, mulai dari bahu hingga ke area bokong di sisi kiri dan kanan. Akhiri pijatan dengan beberapa usapan lembut yang memanjang dari leher hingga pantat menggunakan ujung-ujung jari.

6. Wajah

a. *Cares Love*



Gambar 2.15 Teknik Pijat *Cares Love*

(Sumber: modul stimulasi pijat bayi balita)

Dengan menggunakan seperempat bagian ujung telapak tangan, lakukan tekanan lembut pada dahi, pelipis, dan pipi bayi. Gerakan dilakukan seperti membuka buku dari bagian tengah wajah ke arah samping.

b. *Relax*



Gambar 2.16 Teknik Pijat *Relax*

(Sumber: modul stimulasi pijat bayi balita)

Gunakan kedua ibu jari untuk memijat area di atas alis, dimulai dari tengah ke arah luar dengan gerakan lembut.

c. *Circle Down*



Gambar 2.17 Teknik Pijat *Circle Down*

(Sumber: modul stimulasi pijat bayi balita)

Pijat dari pangkal hidung ke arah tulang pipi menggunakan ibu jari atau jari telunjuk, dengan gerakan memutar perlahan.

d. *Smile*



Gambar 2.18 Teknik Pijat *Smile*

(Sumber: modul stimulasi pijat bayi balita)

Gunakan ibu jari untuk memijat area di atas bibir bayi dari tengah ke arah samping, seolah membentuk senyuman. Lanjutkan dengan memijat bagian rahang bawah secara lembut dari tengah ke samping.

e. *Cute*



Gambar 2.19 Teknik Pijat *Cute*

(Sumber: modul stimulasi pijat bayi balita)

Akhiri sesi pijat wajah dengan gerakan lembut dari belakang telinga ke arah dagu.

7. Kepala dan Leher



Gambar 2.20 Pijatan lembut di ubun-ubun

(Sumber: modul stimulasi pijat bayi balita)

Mulailah dengan pijatan lembut di sekitar ubun-ubun menggunakan gerakan memutar dengan ujung-ujung jari. Lakukan selama 1–2 menit.



Gambar 2.21 Usap kepala dengan gerakan memutar

(Sumber: modul stimulasi pijat bayi balita)

Usap seluruh kepala dengan gerakan memutar menggunakan telapak tangan dan jari dalam posisi rileks selama 1–2 menit.



Gambar 2.22 Usapan dan tekanan lembut di kepala

(Sumber: modul stimulasi pijat bayi balita)

Kemudian, usap bagian belakang kepala bayi dengan tekanan ringan dan gerakan memutar selama sekitar 1 menit.



Gambar 2.23 Pijatan keseluruhan bagian kepala

(Sumber: modul stimulasi pijat bayi balita)

Lanjutkan gerakan pijatan ke seluruh bagian kepala. Usap dari belakang kepala ke arah alis, menyusuri area ubun-ubun.



Gambar 2.24 Pijatan di leher dan bahu

(Sumber: modul stimulasi pijat bayi balita)

Terakhir, pijat leher dan bahu bayi dengan gerakan ke arah bawah, dan berikan pijatan lembut pada tengkuk menggunakan ujung-ujung jari selama 1–2 menit.

8. Teknik *Kraniosakral*



Gambar 2.24 Teknik Pijat Kraniosakral

(Sumber: modul stimulasi pijat bayi balita)

Tujuan teknik ini bertujuan untuk meredakan rasa sakit, mengurangi ketegangan, dan membantu bayi menjadi lebih rileks serta mengurangi kegelisahan. Langkah-langkahnya sebagai berikut:

Posisi Awal



Gambar 2.25 Sisipkan tangan ke bawah kepala bayi

(Sumber: modul stimulasi pijat bayi balita)

Letakkan bayi secara telentang dengan lembut, pastikan ubun-ubun kepalanya menghadap ke arah Anda. Duduklah di belakang bayi, selipkan kedua tangan Anda dalam keadaan terbuka dan rileks ke bawah bagian belakang kepala bayi, seolah menjadi bantal penyangga. Atur kepala bayi agar berada tepat di tengah, dengan dagu menyentuh dada secara alami sehingga tengkuk memanjang.

Tahan posisi ini selama kurang lebih satu menit, hingga bayi terlihat merasa nyaman dan rileks.



Gambar 2.6 Menekuk lutut bayi hingga siku

(Sumber: modul stimulasi pijat bayi balita)

Setelah bayi mulai merasa tenang, minta suami Anda untuk melanjutkan bagian berikutnya dari teknik ini. Tetap pegang kepala bayi dalam posisi yang sama seperti sebelumnya.

Suami duduk berhadapan dengan Anda dan memegang kedua kaki bayi. Perlahan, ia menekuk lutut bayi hingga membentuk sudut siku, dengan telapak kaki menghadap ke arahnya. Pastikan punggung bayi tetap lurus dan rata. Tahan posisi ini selama sekitar 20 detik.



Gambar 2.27 Goyangkan pangkal paha dan panggul bayi

(Sumber: modul stimulasi pijat bayi balita)

Sementara Anda tetap memegang kepala bayi, suami menggoyangkan lembut pangkal paha atau panggul bayi, kemudian membelainya perlahan dari pinggul hingga ke ujung kaki. Sambil melakukan gerakan ini, suami sebaiknya berbicara, menyanyi, atau mencium bayi untuk memberikan rasa aman dan kedekatan emosional. Durasi gerakan ini juga sekitar 20 detik.

2.1.3 Pertumbuhan dan Perkembangan Bayi

A. Pengertian Pertumbuhan

"Pertumbuhan" dapat didefinisikan sebagai penambahan jaringan yang terjadi seiring dengan peningkatan ukuran tubuh. "Perkembangan" berarti perubahan kapasitas tubuh untuk berfungsi secara fisik maupun intelektual melalui peningkatan kompleksitas jaringan dan organ. Terdapat lima tahap saat perubahan pertumbuhan dan perkembangan manusia yaitu masa bayi, masa kanak-kanak, masa remaja, masa dewasa dan masa lanjut usia (Susan A. Lanham-New.dkk, 2015).

Pertumbuhan adalah suatu proses bertambahnya ukuran fisik anak yang dapat diukur secara angka (kuantitatif), seperti berat, tinggi badan, serta lingkar kepala. Proses ini bersifat permanen (tidak dapat kembali seperti semula) dan mencerminkan pengaruh dari kecukupan nutrisi serta faktor keturunan yang mendasari. (Diana Wati,2024). Pertumbuhan adalah proses bertambahnya ukuran tubuh yang menjadi indikator kecukupan gizi dan kesehatan anak. Pertumbuhan juga mencerminkan proses pematangan organ dan jaringan tubuh yang dapat diukur dengan alat ukur tertentu secara berkala. (Wati 2024)

Proses pertumbuhan dapat dibagi ke dalam beberapa tahap usia, yaitu masa bayi (0–12 bulan), masa anak-anak (1–10 tahun), masa remaja, dan masa dewasa. Di antara semua fase tersebut, masa bayi dan balita merupakan periode emas atau *golden age*, yaitu masa di mana pertumbuhan berlangsung dengan sangat cepat dan membutuhkan perhatian khusus. Pada masa ini, setiap perubahan sekecil apa pun harus dipantau dengan cermat karena dapat memberikan dampak jangka panjang terhadap kehidupan anak, baik secara fisik, psikologis, maupun kognitif (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

B. Karakteristik pertumbuhan

1. Bersifat kuantitatif pertumbuhan ditandai dengan penambahan ukuran fisik tubuh yang dapat diukur dengan angka. Indikator pertumbuhan ini seperti Berat badan (BB) menunjukkan massa tubuh anak biasanya diukur dalam kilogram (kg), Tinggi badan (TB), mencerminkan panjang tubuh anak diukur dalam sentimeter (cm), Lingkar kepala (LK): menunjukkan pertumbuhan otak dan tulang tengkorak, terutama penting untuk bayi, Lingkar lengan atas (LILA), digunakan untuk mendeteksi status gizi terutama pada balita.
2. Bersifat Invaribel Pertumbuhan bersifat tidak dapat kembali (*irreversibel*), artinya jika suatu tahap pertumbuhan telah dilalui, tidak dapat diulang atau dikembalikan ke keadaan semula.
3. Bersifat progresif pertumbuhan berjalan maju secara bertahap seiring dengan waktu. Hal ini berarti ada penambahan dan perluasan jaringan tubuh dari waktu ke waktu. Misalnya: Bayi yang lahir dengan berat 3 kg akan bertambah beratnya secara bertahap menjadi 6–10 kg di usia 6 bulan. Pertumbuhan yang progresif ini menunjukkan adanya kematangan organ dan fungsi tubuh yang berkembang seiring usia.
4. Mengalami fase cepat dan lambat, Pertumbuhan tidak terjadi secara merata setiap waktu, melainkan mengalami fase percepatan (*growth spurt*) dan perlambatan Pertumbuhan cepat (*rapid growth*) terjadi pada Masa bayi (0–2 tahun) dan masa pubertas (remaja). Pertumbuhan melambat biasanya terjadi pada masa kanak-kanak pertengahan dan menjelang dewasa. Pemahaman tentang fase-fase ini penting untuk mengatur pola makan, tidur, dan stimulasi anak sesuai dengan kebutuhannya.
5. Dipengaruhi oleh banyak faktor, Pertumbuhan dipengaruhi oleh interaksi antara faktor internal dan eksternal seperti faktor genetic yang menentukan potensi maksimum tinggi badan, bentuk tubuh, dan kecepatan pertumbuhan, faktor nutrisi gizi yang cukup dan seimbang sangat penting untuk pertumbuhan optimal, faktor hormon pertumbuhan (GH), insulin, hormon tiroid, dan hormon seks sangat berpengaruh terhadap

pertumbuhan linear terakhir faktor lingkungan sanitasi, polusi, akses pelayanan kesehatan, serta dukungan emosional dari keluarga.

6. Terjadi dalam urutan yang teratur. Pertumbuhan berlangsung dalam urutan biologis yang teratur seperti pertumbuhan dimulai dari kepala, leher, badan, kaki (*cephalocaudal*). Dari tengah tubuh ke arah luar (*proximodistal*), seperti perkembangan otot batang tubuh lebih dahulu dibandingkan dengan jari-jari tangan.
7. Bersifat Individual, Setiap individu memiliki pola pertumbuhan yang unik. Meskipun terdapat standar umum (seperti kurva WHO), ada variasi pertumbuhan yang masih dianggap normal, tergantung faktor genetik, lingkungan, dan status gizi anak.

C. Macam-Macam Perkembangan

1. Pengertian Perkembangan

Perkembangan bayi adalah proses perubahan dan peningkatan kemampuan fisik, motorik, kognitif, emosional, dan sosial yang terjadi secara bertahap sejak lahir hingga usia 1 tahun. Perkembangan ini mencerminkan peningkatan kompleksitas fungsi organ dan sistem saraf yang memungkinkan bayi beradaptasi dan berinteraksi dengan lingkungannya (Guralnick, 2023).

2. Aspek-Aspek Perkembangan Bayi

- a. Perkembangan motorik kasar: kemampuan mengontrol gerakan besar tubuh seperti mengangkat kepala, berguling, duduk, merangkak, hingga berjalan (Adams & Campbell, 2022).
- b. Perkembangan motorik halus: koordinasi gerakan tangan dan jari seperti menggenggam, memegang benda, serta kemampuan manipulasi objek kecil (Smith et al., 2023).
- c. Perkembangan kognitif: kemampuan berpikir, memahami, mengingat, serta belajar dari lingkungan sekitar, termasuk mulai mengenali wajah dan suara orang tua (Johnson & McClelland, 2023).
- d. Perkembangan bahasa dan komunikasi: mulai dari menangis, tersenyum sosial, mengoceh, hingga mengucapkan kata pertama (Lee et al., 2024).

- e. Perkembangan sosial-emosional: kemampuan bayi berinteraksi, menunjukkan ekspresi emosional, dan membentuk ikatan (attachment) dengan pengasuh utama (Miller et al., 2023).

3. Perkembangan Motorik

Perkembangan motorik merupakan salah satu kemampuan dasar yang secara alami dimiliki manusia sejak usia dini. Menurut Lutan (dalam Asrori, 2020), kemampuan motorik adalah kapasitas individu yang berkaitan dengan pelaksanaan serta peragaan keterampilan tertentu, yang relatif menetap setelah melewati masa kanak-kanak. Sementara itu, Masykuroh (2021) menjelaskan bahwa perkembangan motorik adalah proses pertumbuhan dan perkembangan gerak anak yang terjadi akibat interaksi kompleks antara aspek fisik dan sistem tubuh, yang melibatkan tiga komponen utama, yaitu otak, otot, dan saraf. Oleh karena itu, meskipun perkembangan motorik dapat diamati secara nyata, pada hakikatnya ia merupakan proses yang lebih kompleks dibandingkan sekadar gerakan jasmani.

Motorik mencakup kemampuan tubuh dalam melakukan berbagai gerakan yang dikendalikan oleh sistem saraf dan otot, baik gerakan besar maupun kecil. Perkembangan motorik merupakan proses bertahap yang mencerminkan kematangan otak dan sistem neuromuskular bayi, yang berperan dalam mengontrol gerakan tubuh secara terkoordinasi (Barnett et al., 2023). Perkembangan motorik dibagi menjadi 2 yaitu motorik kasar dan motorik halus.

a. Motorik Kasar

Motorik kasar merupakan kemampuan yang melibatkan koordinasi otot-otot besar untuk menghasilkan gerakan dan membentuk sikap tubuh. Aktivitas motorik kasar mencakup gerakan yang menggunakan otot tangan, otot kaki, serta seluruh tubuh, seperti tengkurap, duduk, merangkak, hingga berjalan. Perkembangan motorik bayi akan berlangsung lebih optimal apabila bayi memperoleh kesempatan yang cukup untuk bergerak dan melakukan aktivitas fisik yang melibatkan anggota tubuhnya (Ririn, 2022).

Lingkungan juga memegang peranan penting dalam mendukung perkembangan motorik kasar anak. Lingkungan yang luas dan aman memberikan kesempatan bagi anak untuk bergerak lebih bebas, misalnya melalui kegiatan di luar ruangan yang dapat menstimulasi otot-otot besar. Anak dapat berlari, melompat, dan menggerakkan tubuh secara leluasa tanpa batasan ruang. Selain itu, peralatan bermain seperti bola, ayunan, atau perosotan juga dapat membantu mendorong anak untuk melakukan berbagai pergerakan yang mendukung perkembangan motoriknya (Yanti, 2020).

b. Tujuan Perkembangan Motorik Kasar

Selain itu, Rudyanto (dalam Anggraini, 2022) menjelaskan bahwa stimulasi perkembangan motorik kasar pada anak memiliki beberapa tujuan penting, yaitu:

- 1) Membuat otot anak menjadi lebih lentur.
- 2) Melatih kemampuan keseimbangan tubuh.
- 3) Meningkatkan kecerdasan anak melalui rangsangan pada otak dengan memperlancar peredaran darah sehingga aliran oksigen dan nutrisi ke otak lebih optimal, yang pada gilirannya mendukung perkembangan sel saraf otak.
- 4) Membuat gerakan anak semakin lincah.
- 5) Menjadi sarana pendukung pertumbuhan jasmani agar anak semakin sehat, kuat, dan terampil.
- 6) Mengoptimalkan kemampuan anak dalam mengendalikan gerakan tubuh, meningkatkan keterampilan motorik, mengoordinasikan pola hidup sehat, serta mengasah kemampuan fisik.

c. Tahap Perkembangan Motorik Kasar

1) Tahap Pemahaman Konsep Gerak (Cognitive Stage)

Pada tahap ini, anak mulai memahami dan mengenali konsep gerakan sehingga lebih mudah dalam menirukan instruksi gerak yang diberikan. Pemahaman dilakukan melalui proses

mengetahui bagaimana, apa, dan mengapa suatu aktivitas motorik perlu dilakukan.

2) Tahap Pelaksanaan Gerak (Motor Stage)

Anak mulai mempraktikkan gerakan yang telah dipelajari. Pada fase ini, pemahaman konsep gerak diterapkan dalam bentuk aktivitas fisik yang nyata.

3) Tahap Otonomi (Autonomous Stage)

Di tahap ini, anak mampu menguasai gerakan dengan baik hingga menjadi otomatis tanpa banyak kesulitan. Model pembelajaran motorik kasar, menurut Decaprio (dalam Anggraini, 2022), dapat dilakukan melalui pemberian contoh gerakan, pemahaman konsep gerak, serta pengulangan aktivitas secara konsisten.

d. Indikator Perkembangan Motorik Kasar

1) Usia 0–3 Bulan

- a. Bayi dapat mengangkat kepala 45° saat tengkurap.
- b. Bayi menahan kepala tetap tegak dan stabil saat digendong tegak.
- c. Gerakan tangan dan kaki aktif simetris.
- d. Refleks moro dan leher tonik masih tampak, tetapi mulai menurun pada akhir bulan ke-3.

2) Usia 4–6 Bulan

- a. Bayi dapat mengangkat dada saat tengkurap dengan bertumpu pada tangan.
- b. Kepala sudah tegak saat ditarik dari posisi telentang ke duduk.
- c. Bayi mulai membalikkan badan dari telentang ke tengkurap atau sebaliknya.
- d. Duduk dengan bantuan, lalu duduk sendiri sebentar (sekitar akhir bulan ke-6).

3) Usia 7–9 Bulan

- a. Bayi dapat duduk sendiri tanpa bantuan.
- b. Mulai merayap atau merangkak.

- c. Dapat berdiri dengan berpegangan pada meja atau benda lain.
- d. Mengubah posisi tubuh sendiri (duduk → tengkurap, tengkurap → duduk, dll).

4) Usia 10–12 Bulan

- a. Bayi mulai berdiri sendiri tanpa berpegangan (sekitar usia 11–12 bulan).
- b. Melangkah sambil berpegangan (cruising) pada perabot.
- c. Berjalan beberapa langkah tanpa bantuan (biasanya pada akhir usia 12 bulan).
- d. Dapat berdiri dari posisi duduk tanpa bantuan.

e. Motorik Halus

Motorik halus merupakan keterampilan fisik yang melibatkan penggunaan otot-otot kecil serta koordinasi antara mata dan tangan yang membutuhkan ketelitian (Papalia & Feldman dalam Asrori, 2020). Contoh perkembangan motorik halus antara lain kemampuan menggerakkan jari-jari kaki, menggambar dengan dua hingga tiga bagian, membuat gambar orang, menjepit atau memegang benda kecil, melambaikan tangan, dan aktivitas sejenis lainnya.

Menurut Masykuroh dkk. (2020), keterampilan motorik halus berkaitan dengan kemampuan anak dalam mengatur kelenturan serta koordinasi jari-jari, tangan, dan lengan bawah yang melibatkan otot-otot kecil pada tubuh. Pada tahap ini, bayi mulai berlatih meraih, menggenggam, serta memegang dengan kuat benda-benda yang diberikan kepadanya sebagai bagian dari stimulasi motorik halus.

1. Tahap Perkembangan Motorik Halus

- a. Usia 0–1 Tahun: mulai mampu meremas kertas, menyobek, serta menggenggam benda dengan erat.
- b. Usia 1–2 Tahun: melakukan coretan sederhana, melipat kertas, mencoba menggunting secara sederhana, serta sering memasukkan benda ke dalam mulut atau tubuhnya.

- c. Usia 2–3 Tahun: sudah bisa memindahkan dan meletakkan barang, melipat kain, serta mulai belajar mengenakan sepatu dan pakaian.
 - d. Usia 3–4 Tahun: mampu melepas dan mengancingkan pakaian, makan sendiri, serta menggambar wajah.
 - e. Usia 4–5 Tahun: dapat menggunakan garpu dengan baik, menggunting sesuai arah, serta menirukan gambar.
 - f. Usia 5–6 Tahun: sudah mampu mengikat tali sepatu, menirukan angka, serta menulis kata-kata sederhana.
2. Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Motorik Halus
- a. Stimulasi Lingkungan

Anak yang sering diajak bermain dengan alat manipulatif seperti balok, puzzle, atau menggambar cenderung memiliki perkembangan motorik halus yang lebih baik (Dianti & Nursafitri, 2024).
 - b. Nutrisi dan Status Gizi

Nutrisi yang cukup terutama pada masa 1000 Hari Pertama Kehidupan sangat berperan dalam mendukung pertumbuhan dan fungsi sistem saraf serta otot halus (Putri et al., 2023).
 - c. Peran Orang Tua dan Pengasuh

Interaksi langsung dengan orang tua yang memberikan stimulus seperti bermain, membaca buku bersama, atau melatih bayi memegang benda kecil, sangat membantu percepatan kemampuan motorik halus anak (Yılmaz & Yılmaz, 2024).
 - d. Kesehatan dan Riwayat Kelahiran

Bayi yang lahir prematur atau memiliki riwayat gangguan neurologis mungkin mengalami keterlambatan perkembangan motorik halus (Barnett et al., 2023).

2.1.4 Faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik anak

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan motorik yang meliputi (Listiadi, 2019):

a. Faktor genetik (keturunan)

Anak yang mewarisi kondisi fisik dan psikis yang baik, misalnya memiliki otot yang kuat, sistem saraf yang sehat, serta tingkat kecerdasan yang optimal, cenderung memiliki perkembangan motorik yang lebih cepat dan baik.

b. **Kesehatan selama masa prenatal**

Jika janin dalam kandungan berada dalam kondisi sehat, memperoleh asupan gizi dan vitamin yang cukup, serta tidak mengalami keracunan, maka hal tersebut dapat mendukung kelancaran perkembangan motorik anak setelah lahir.

c. Proses persalinan yang sulit

Kesulitan saat kelahiran, misalnya penggunaan alat bantu persalinan seperti vakum atau forcep, dapat berisiko menimbulkan cedera pada otak bayi yang berpengaruh pada keterlambatan perkembangan motoriknya.

d. Kesehatan dan asupan gizi

Pemenuhan kesehatan dan nutrisi yang baik sejak awal kehidupan bayi sangat berperan dalam mempercepat proses perkembangan motorik.

e. Stimulasi atau rangsangan

Anak yang diberikan kesempatan untuk bergerak, distimulasi, dan diarahkan untuk menggunakan seluruh anggota tubuhnya akan mengalami perkembangan motorik lebih optimal.

f. Pola perlindungan

Perlindungan yang terlalu berlebihan dari orang tua justru dapat menghambat perkembangan motorik. Misalnya, anak tidak diberi kesempatan berjalan karena khawatir jatuh atau dilarang menaiki tangga karena dianggap berbahaya.

g. Kelahiran prematur

Bayi yang lahir sebelum waktunya (prematur) umumnya menunjukkan keterlambatan dalam perkembangan, termasuk aspek motorik kasar maupun halus.

h. Kelainan fisik maupun psikis

Anak dengan gangguan kesehatan, baik fisik, mental, maupun sosial,

biasanya akan menghadapi hambatan dalam mencapai tahap perkembangan motorik sesuai usianya.

i. Faktor budaya

Aturan dan kebiasaan di suatu daerah juga dapat memengaruhi perkembangan motorik anak. Misalnya, di wilayah tertentu anak perempuan tidak diperbolehkan naik sepeda, sehingga mereka tidak memiliki kesempatan untuk menguasai keterampilan tersebut.

2.1.5 Hubungan Pijat Bayi dengan Perkembangan Motorik

Pijat bayi memberikan stimulasi langsung pada sistem saraf pusat, yang kemudian memengaruhi kemampuan motorik bayi. Dalam penelitian oleh Wahyuni (2023) yang dimuat dalam *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak* (Universitas Airlangga Press), bayi yang rutin dipijat menunjukkan percepatan dalam pencapaian perkembangan motorik kasar seperti duduk dan merangkak dibandingkan dengan bayi yang tidak dipijat.

Menurut Wulandari, T. & Sari, M. (2023) dalam *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan* (Poltekkes Kemenkes Semarang), terdapat hubungan yang signifikan antara pemberian pijat bayi secara teratur dengan percepatan perkembangan motorik kasar. Hal ini disebabkan oleh meningkatnya stimulasi sistem neuromuskular bayi yang mendukung koordinasi dan kekuatan otot. (Wulandari, T. & Sari, M. 2023)

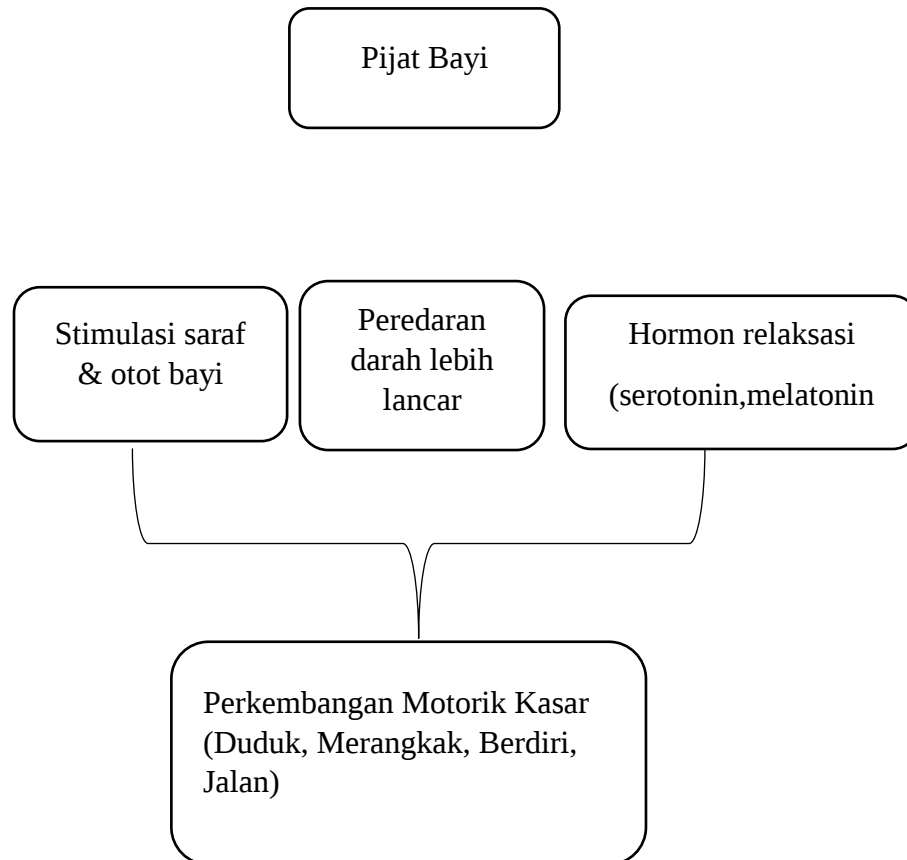
Sejumlah studi mengungkapkan adanya keterkaitan yang kuat antara pijat bayi dan peningkatan kemampuan motorik kasar. Pijat yang diberikan secara rutin dapat menstimulasi otot serta sistem saraf bayi, yang berkontribusi langsung terhadap perkembangan motorik kasar. (Rahayu dan Prasetya (2020) dalam penelitiannya menemukan bahwa bayi berusia 3–6 bulan yang menerima pijatan secara teratur menunjukkan kemajuan motorik kasar lebih cepat dibandingkan dengan bayi yang tidak dipijat, khususnya dalam kemampuan berguling dan duduk. Temuan serupa juga dilaporkan oleh (Wulandari dan Susanto (2021), yang menjelaskan bahwa sentuhan dalam pijat bayi mampu mengaktifkan sistem sensorik-motorik, terutama pada sistem *vestibular* dan *proprioseptif*, yang menjadi landasan penting dalam koordinasi dan keseimbangan gerakan bayi.

Pijat bayi pada usia 0–12 bulan memberikan berbagai manfaat positif bagi tubuh bayi, antara lain memperlancar sirkulasi darah serta memperkuat otot-otot yang berperan dalam menunjang perkembangan motorik kasar. Penelitian menunjukkan bahwa bayi yang memperoleh stimulasi secara teratur dan terarah memiliki perkembangan lebih cepat dibandingkan dengan bayi yang kurang atau bahkan tidak mendapatkan stimulasi. Pijatan diyakini dapat meningkatkan aliran darah lokal melalui proses dilatasi pembuluh darah pada area yang dipijat, sehingga terjadi peningkatan sirkulasi yang dapat dibuktikan dengan perbedaan suhu sebelum dan sesudah pemijatan. Selain itu, pijat bayi juga terbukti bermanfaat dalam meningkatkan berat badan, merangsang pertumbuhan, memperkuat sistem imunitas, membantu konsentrasi, memperbaiki kualitas tidur, mempererat ikatan emosional antara orang tua dan anak, serta mendukung peningkatan produksi ASI (Nurul et al., 2021).

2.2 Kerangka Teori

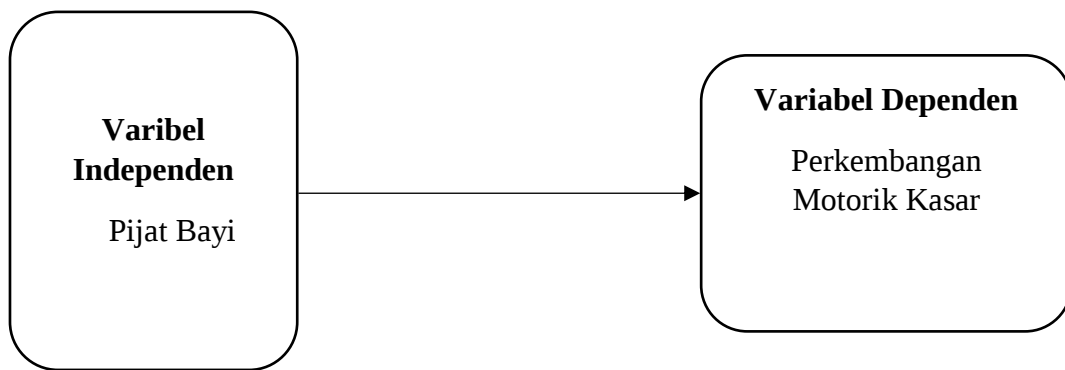
Kerangka teori adalah suatu uraian sistematis mengenai konsep-konsep, prinsip, dan teori yang relevan dan mendasari suatu penelitian, yang berfungsi sebagai landasan berpikir dalam menjelaskan hubungan antarvariabel yang

diteliti. Kerangka teori berfungsi untuk memperkuat argumentasi ilmiah, mendasari hipotesis, serta memberikan arahan dalam pengumpulan dan analisis data (Sugiyono, 2020; Notoatmodjo, 2018).



2.3 Kerangka Konsep

Kerangka konsep penelitian merupakan penjelasan mengenai keterkaitan antara satu konsep dengan konsep lainnya, serta hubungan antara variabel yang diteliti (Virgin & Ruindungan, 2021).



Keterangan:

- Variabel independent = Yang Mempengaruhi
- Variabel Dependen = Yang Dipengaruhi