

BAB II

TINJAUAN TEORI

A. Teori Klinis

1. Konsep dasar Neonatus

a. Pengertian

Neonatus adalah bayi yang baru mengalami proses kelahiran dan harus menyesuaikan diri dari kehidupan intra uterin ke kehidupan ekstra uterin. Tiga faktor yang mempengaruhi perubahan fungsi dan proses vital neonatus yaitu maturasi, adaptasi dan toleransi. Empat aspek transisi pada bayi baru lahir yang paling dramatik dan cepat berlangsung adalah pada sistem pernafasan, sirkulasi, kemampuan menghasilkan glukosa (jamil, 2017: 8).

b. Kebutuhan Dasar Neonatus

Neonatus atau BBL memiliki kebutuhan yang harus terpenuhi, kebutuhan dasar neonatus dijelaskan sebagai berikut.

1) Kebutuhan Nutrisi

Rencana asuhan untuk memenuhi kebutuhan makan dan minum bayi adalah dengan membantu bayi mulai menyusu melalui pemberian ASI eksklusif. Prinsip menyusui secara dini dan eksklusif adalah sebagai berikut.

- a) Bayi harus disusui sesegera mungkin setelah lahir (terutama dalam 1 jam pertama) dan melanjutkan selama 6 bulan pertama kehidupan
- b) Kolostrum harus diberikan, tidak boleh dibuang

c) Bayi harus disusui kapan saja ia mau, siang atau malam yang akan merangsang payudara memproduksi ASI secara adekuat.

Untuk mendapatkan ASI dalam jumlah cukup, seseorang ibu perlu menjaga kesehatannya sebaik mungkin. Ibu perlu minum dengan jumlah cukup, makan makanan bergizi, dan istirahat yang cukup, sehingga ibu harus mengingatkan hal ini pada ibu.

2) Kebutuhan Eliminasi

Fungsi ginjal bayi masih belum sempurna selama dua tahun pertama kehidupannya. Biasanya terdapat urine dalam jumlah yang kecil pada kandung kemih bayi saat lahir, tetapi ada kemungkinan urine tersebut tidak dikeluarkan selama 12-24 jam. Berkemih sering terjadi setelah periode ini dengan frekuensi 6-10 kali sehari dengan warna urine yang pucat. Kondisi ini menunjukkan masukan cairan yang cukup. Umumnya bayi cukup bulan akan mengeluarkan urine 15-16 ml/kg/hari. Untuk menjaga bayi tetap bersih, hangat, dan kering maka setelah buang air kecil (BAK) atau buang air besar (BAB) harus diganti popoknya.

3) Kebutuhan Tidur

Dalam 2 minggu pertama setelah lahir, bayi normalnya sering tidur. Bayi usia 3 bulan rata-rata tidur selama 15 -17 jam sehari. Pada umumnya bayi terbangun sampai malam hari pada usia 3 bulan. Sebaiknya ibu selalu menyediakan selimut dan ruangan hangat, serta memastikan bayi tidak terlalu panas atau terlalu dingin (Nurhayati, 2021).

Tidur nyenyak sangat penting bagi pertumbuhan bayi, karena saat tidur pertumbuhan otak bayi mencapai puncaknya. Selain itu pada saat tidur tubuh bayi memproduksi hormon pertumbuhan tiga kali lebih banyak dibandingkan ketika bayi terbangun (Gola, 2018).

Menurut Sekartini (2014), dengan jumlah responden 285 bayi, diperoleh data 51,3% bayi mengalami gangguan tidur, 42% bayi tidur malamnya kurang dari 9 jam, dan pada malam hari bayi terbangun lebih dari 3 kali dengan lama bangun lebih dari satu jam.

2. Gangguan Tidur pada bayi

Gangguan kualitas tidur pada bayi dapat berdampak buruk bagi perkembangan fisik dan kognitifnya. Pada saat itu otak mengembangkan sinapsis sebagai suatu koneksi penting yang memungkinkan manusia untuk bisa belajar, bergerak serta mengembangkan berbagai macam keterampilan yang baru. Saat tidur tubuh bayi memproduksi hormon pertumbuhan tiga kali lebih banyak dibandingkan ketika bayi terbangun. Sehingga gangguan tidur merupakan masalah yang akan menimbulkan dampak buruk terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi (Gola & Pamungkas 2018.)

Tidur bayi dikatakan baik jika bayi tidak mengalami gangguan tidur seperti yang tidur cukup tanpa sering terbangun dan akan lebih bugar dan tidak gampang rewel. Kualitas tidur bayi dikatakan kurang jika bayi mengalami gangguan tidur yaitu pada malam hari tidurnya kurang dari 9 jam, terbangun lebih dari 3 kali dan lama terbangunnya lebih dari 1 jam. Selama tidur bayi terlihat selalu rewel, menangis dan sulit tidur kembali (Irianti ,2021).

3. Kualitas Tidur

a) Pengertian

Tidur memegang peranan penting dalam meningkatkan daya tahan tubuh bayi terhadap infeksi. Jika tidurnya sampai terganggu, kadar sel darah putih dalam tubuh akan menurun dan efektivitas system daya tahan tubuh bayi juga menurun. Sehingga bayi mudah sakit dan pertumbuhannya akan terganggu. Bayi yang tidurnya kurang memiliki pertumbuhan fisik yang terhambat, dibandingkan bayi yang tidurnya cukup. Hal ini karena pada saat tidur pertumbuhan fisik bayi akan terpacu, dan berkaitan erat dengan pertambahan berat badan, tinggi badan dan kesehatan fisiknya secara umum (King et al., 2023).

Kualitas tidur adalah mutu atau keadaan fisiologis tertentu yang didapatkan selama seseorang tidur, yang memulihkan proses-proses tubuh yang terjadi pada waktu orang itu bangun. Jika kualitas tidurnya bagus artinya fisiologi tubuh dalam hal ini sel otak misalnya pulih kembali seperti semula saat bangun tidur. Kualitas tidur yang baik ditunjukkan dengan jumlah jam tidur bayi yang cukup, bayi dapat jatuh tertidur dengan mudah di malam hari, bugar saat bangun tidur, dan tidak rewel (Nurhayati, 2021)

Tidur yang tidak adekuat dan kualitas tidur yang buruk dapat mengakibatkan gangguan keseimbangan fisiologi dan psikologi. Dampak fisiologi meliputi penurunan aktifitas sehari-hari, rasa capek, lemah, koordinasi neuromuscular buruk, proses penyembuhan lambat dan daya

tahan tubuh memurun. Sedangkan dampak psikologinya meliputi emosi lebih labil, cemas, tidak konsentrasi, kemampuan kognitif dan menggabungkan pengalamannya lebih rendah. Bayi yang mengalami gangguan tidur akan mengalami gangguan yang sama di masa-masa selanjutnya terutama pada masa pertumbuhan (King et al.,2023).

b) Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur

Kualitas tidur bayi dipengaruhi oleh beberapa faktor. Semuanya itu dapat menunjukkan adanya kemampuan bayi untuk tidur dan memperoleh jumlah istirahat sesuai dengan kebutuhannya. Berikut adalah beberapa faktor yang mempengaruhi tidur bayi

1) Kondisi Kesehatan

Ketika tubuh bayi dalam keadaan sehat, bayi dapat tidur dengan nyenyak, tetapi ketika tubuh bayi tidak sehat atau sakit, maka bayi tidak dapat tidur dengan nyenyak

2) Lingkungan

Lingkungan dapat membantu atau menghambat kemampuan bayi untuk tidur. Bayi akan tidur nyenyak di lingkungan yang bersih dengan suhu yang sejuk, tingkat kebisingan yang rendah (diam), dan pencahayaan yang tidak terlalu terang. Sebaliknya lingkungan yang kotor, cenderung panas, tingkat kebisingan tinggi, dan pencahayaan cukup terang dapat mempengaruhi kualitas tidurnya

3) Aktivitas Fisik

Tingkat kelelahan bayi akibat bermain bisa juga berdampak pada seberapa baik bayi tidur. Bayi yang kelelahan dapat tidur dan bersantai dengan nyaman. Sementara itu, kelelahan yang berkepanjangan akan

mengakibatkan durasi tidur yang lebih singkat. keletihan aktivitas sehari-hari akan lebih banyak memerlukan waktu tidur, hal ini untuk menjaga keseimbangan energy yang dikeluarkan (Fitriana, L. B. 2022).

4. Lama Tidur Bayi

Kebutuhan tidur pada bayi harus di pastikan dapat terpenuhi karena waktu tidur sangat penting bagi perkembangan bayi. Dampak tidak terpenuhinya tidur bayi yaitu agar tidak mempengaruhi perkembangannya, tidur yang tidak adekuat dan kualitas tidur yang buruk dapat mengakibatkan fisiologi dan psikologi terganggu keseimbangannya. Dampak yang terjadi secara fisiologi berupa penurunan aktifitas sehari - hari, capek capek, daya tahan tubuh menurun, Proses penyembuhan lambat. Sedangkan dampak psikologi emosi yang labil, rewel, cemas, tidak konsentrasi (fitriani et al., 2022)

Bayi baru lahir menghabiskan waktunya lebih banyak untuk tidur, yaitu rata-rata 15-17 jam sehari. Perkembangan tidur bayi berkaitan dengan umur dan maturitas otak, maka jumlah total tidur yang diperlukan akan berkurang diikuti dengan penurunan proporsi bayi. Tidur adalah salah satu bentuk adaptasi bayi terhadap lingkungannya. Bayi usia 0-5 bulan akan menjalani hidup barunya dengan 80-90% tidur. Sesaat setelah bayi lahir, ia biasanya tidur selama 16-20 jam sehari yang dibagi menjadi 4-5 periode. Memasuki usia 2 bulan bayi mulai lebih banyak tidur malam dibanding siang. Seorang bayi yang baru lahir sampai kira-kira usia 3 bulan, akan menghabiskan waktu tidurnya

sekitar 15-17 jam, dengan pembagian waktu 8 jam untuk tidur siang dan 9 jam untuk tidur malam (Candraini,2019).

Berikut ini adalah beberapa waktu tidur yang sesuai umur. Agar bisa mendapatkan kualitas tidur, diantaranya adalah :

Tabel 2.1

Kebutuhan Tidur Berdasarkan Usia

Usia	Lama tidur
0-1 bulan	9-10 jam
1-18 bulan	11-14 jam
3-6 tahun	11-13 jam
6-12 tahun	10 jam
12-18 tahun	8-9 jam
>18 tahun	7-8 Jam

Sumber : (P2PTM Kemenkes RI 2020).

Kualitas tidur adalah mutu atau keadaan fisiologis tertentu yang didapatkan bayi saat tidur. Memulihkan proses-proses tubuh yang terjadi pada waktu bayi itu bangun. Jika kualitasnya tidurnya itu bagus, fisiologis tubuh dalam hal ini sel otak misalnya pulih kembali seperti semula saat bangun tidur. Kualitas tidur bayi tidak hanya berpengaruh pada perkembangan fisik, tapi juga sikap keesokan harinya. Bayi yang tidur cukup tanpa sering terbangun akan lebih bugar dan tidak gampang rewel. Bayi dikatakan mengalami gangguan tidur jika malam hari tidurnya kurang dari 9 jam, terbangun lebih dari 3 kali, dan lama terbangunnya

lebih dari 1 jam. Tidur yang tidak adekuat dan kualitas tidur yang buruk dapat mengakibatkan gangguan keseimbangan fisiologis dan psikologis. Dampak fisiologis meliputi penurunan aktivitas sehari-hari, lemah, koordinasi neuro muscular buruk, proses penyembuhan lambat, dan daya tahan tubuh menurun. Sedangkan dampak psikologisnya meliputi emosi lebih labil, cemas, tidak konsentrasi, kemampuan kognitif, dan menggabungkan pengalamannya lebih rendah. (Setyaningsih . 2015)

5. Pijat bayi

a. Definisi pijat

Pijat bayi adalah salah satu bentuk terapi yang tertua di masyarakat Indonesia. Masyarakat Indonesia sudah mengenal pijat bayi sejak jaman nenek moyang yang ditularkan secara turun menurun. Pijat dapat dilakukan pada bayi hingga orang tua karena banyak memiliki banyak manfaat yang diperoleh dari pijat tersebut. Pijat bayi dapat membantu membangkitkan sistem syaraf yang bermanfaat bagi perkembangan motorik dan kognitif pada bayi (Nurhayati,2021).

Tindakan Sentuhan lembut yang dilakukan pemijatan pada bayi membantu mengurangi ketegangan otot-otot bayi sehingga timbul perasaan nyaman dan rileks. Selain itu durasi tidur yang lebih lama dipicu oleh pelepasan oksitosin dan endorfin pada saat bayi dipijat. Hormon oksitosin berfungsi untuk menurunkan kadar stress dalam otak sehingga bayi merasa lebih tenang dan nyaman bahkan kualitas tidurnya meningkat, sedangkan hormon endorfin adalah suatu hormon untuk meredakan nyeri dan menghilangkan rasa tidak nyaman (Tang & Aras, 2018). Pijat bayi Merangsang sel-sel untuk

mengeluarkan endorphine (morphin endogen: zat yang membuat badan terasa lebih segar dan nyaman).

Pijat bayi Merangsang Humunculus Cerebri, sehingga meningkatkan proses perkembangan otak. Pijat bayi, Vasodilasi Pembuluh darah, aliran darah lancar asupan nutrisi tersebar baik keseluruh tubuh dan zat penyebab tubuh pegal (asam laktat) bisa diangkut dan daur ulang. Pemijatan akan meningkatkan aktivitas neurotransmitter serotonin, yaitu meningkatkan kapasitas sel reseptor yang berfungsi mengikat *glucocorticoid* (adrenalin, suatu hormone stres). Proses ini akan menyebabkan terjadinya penurunan kadar hormone adrenalin (hormone stress) Penurunan kadar hormone stress ini akan meningkatkan daya tahan tubuh, terutama IgM dan IgG (Mawarni.2023).

b. Mekanisme pijat bayi

Pijat bayi adalah terapi yang menggunakan kontak langsung dengan tubuh agar bayi merasa aman dan nyaman. Pelukan dan sentuhan ibu adalah kebutuhan dasar bayi. Penggunaan pijat bayi secara teratur meningkatkan jumlah hormon katekolamin (epinefrin dan norepinefrin). Yang memiliki kemampuan untuk mendorong pertumbuhan dan perkembangan pada bayi dengan meningkatkan nafsu makan, penambahan berat badan, serta struktur dan fungsi otak (T. Roma & S. Abdurrahman, 2022).

Mekanisme dasar dari manfaat pijat bayi yaitu disebabkan karena aktivitas saraf vagus mempengaruhi mekanisme penyerapan makanan, volume ASI meningkat, produksi serotonin meningkatkan

daya tahan tubuh, dan pemijatan dapat mengubah gelombang yang berada di otak, hal ini disebabkan karena beta endorfin mempengaruhi mekanisme pertumbuhan.

c. Manfaat pijat bayi

Pada dasarnya tujuan fungsi pijat bayi adalah untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan bayi dengan memberikan stimulasi raba, gerak dan kombinasi stimulasi lainnya. Pijat bayi dilakukan dalam suasana yang menyenangkan dan nyaman. Lama pijatan sekitar 15 menit, dan sebaiknya diberikan secararutin. Tidak ada batasan baku mengenai frekuensi pemberian pijatan perhari (widianingsih et al., 2022)

Berikut ini adalah beberapa manfaat pijat bayi yang bisa didapatkan,diantaranya:

1) Membuat bayi lebih rileks

Manfaat pijat bayi yang pertama adalah bisa menstimulasi sistem saraf pusatnya. Hal ini akan membuat otak memproduksi lebih banyak serotonin yang membuatnya nyaman, sekaligus menurunkan kortisol (hormon stres). Selain itu, kondisi ini juga membuat detak jantung dan napas bayi menjadi lebih lambat, sehingga membuat bayi menjadi lebih rileks .

2) Tidak mudah rewel

Manfaat memijat bayi berikutnya adalah dapat membuat bayi tidak mudah rewel atau menangis secara berlebihan dan bisa

membuatnya tidurnya lebih nyenyak. Bahkan urut bayi juga dipercaya dapat meringankan sembelit atau sakit perut.

3) Memperkuat ikatan dengan orang tua

Selain manfaat fisik yang bisa didapatkan bayi, manfaat pijat bayi juga berguna untuk meningkatkan hubungan emosional antara bayi dengan orang tua. Sentuhan dan gerakan saat memijat adalah 'komunikasi yang menyenangkan antara bayi dengan orang tua (Reni et.al, 2019).

4) Membuat bayi tidur lebih pulas

Seperti penjelasan sebelumnya, karena manfaat pijat bayi bisa membuatnya menjadi lebih rileks. Dampak lanjutannya akan membuat bayi lebih mudah tertidur di malam hari. Ketika bayi tertidur nyenyak, maka si kecil akan tidur pulas semalam-tanpa harus terbangun terlalu dini atau sambil menangis. Jika bayi seringterbangun di tengah malam disertai dengan tangisan, sepertinya Anda bisa mencoba memberikan pijatan disore harinya (Heryani Reni, 2019).

5) Menurunkan risiko terjadinya kolik dan kembung

Salah satu gangguan yang umumnya terjadi pada bayi yang baru lahir adalah kembung dan kolik karena sistem pencernaannya yang belum sempurna. Manfaat pijat bayi terbukti bisa melancarkan pergerakan usus dan pencernaan, sehingga menurun risiko kedua gangguan tersebut (Heryani Reni, 2019).

6) Mendukung pertumbuhan otak

Selain bisa memengaruhi suasana psikis, manfaat pijat bayi berikutnya juga bisa memengaruhi kondisi fisik bayi. Sebuah penelitian mengungkapkan, bayi yang dipijat mengalami peningkatan berat badan dibanding bayi yang tidak pernah dipijat. Hasil yang lebih optimal bisa didapatkan apabila pijatan dilakukan dengan minyak pijat (bisa alami atau buatan). Efek hangat yang umumnya didapatkan dari minyak pijat mampu membuat bayi lebih optimal dalam mencerna ASI (Heryani Reni, 2019).

7) Meningkatkan kepadatan tulang

Selain detak jantung dan otak bayi yang lebih stabil setelah mendapatkan manfaat pijat bayi, manfaat memijat bayi yang terlahir prematur adalah membantunya meningkatkan kepadatantulang (Heryani Reni, 2019).

8) Mengoptimalkan proses pencernan

Jika bayi Anda terlahir prematur, manfaat pijat bayi dengan baby oil dipercaya bisa membantu stimuli saraf yangmenghubungkan antara otak dan perut, sehingga membuat proses pencernaannya lebih optimal (Heryani Reni, 2019)

d. Waktu pemijatan

Pemijatan dapat dilakukan pada bayi usia 0-12 bulan. Untuk bayi yang berusia di bawah 7 bulan, pemijatan dapat dilakukan setiap hari. Waktu pemijatannya sebaiknya dilakukan 2 kali sehari yaitu

1) Pagi hari

pada saat orang tua dan anak siap untuk memulai hari baru

2) Malam hari

sebelum tidur Waktu ini sangat baik untuk membantu Bayi tidur lebih nyenyak (Akhiriyanti, EN dan Hainun Nisa, 2020).

e. Persiapan sebelum memijat

- 1) Mencuci tangan dan dalam keadaan hangat.
- 2) Hindari kuku dan perhiasan yang bisa menggores kulit bayi.
- 3) Ruang untuk memijat usahakan hangat dan tidak menguap.
- 4) Bayi selesai makan atau tidak berada dalam keadaan lapar.
- 5) Usahakan tidak diganggu dalam waktu lima belas menit untuk melakukan semua tahap pemijatan.
- 6) Baringkan bayi di atas kain rata yang lembut dan bersih.
- 7) Ibu/ayah duduk dalam posisi nyaman dan tenang.
- 8) Siapkan handuk, popok, baju ganti, dan minyak bayi (baby oil/lotion)

f. Selama pemijatan

Selama melakukan pemijatan, dianjurkan untuk selalu melakukan hal-hal berikut :

- 1) Memandang mata bayi, disertai pancaran kasih sayang selama pemijatan berlangsung.
- 2) Bernyanyilah atau putarkan lagu-lagu yang tenang/lembut, untuk membantu menciptakan suasana tenang selama pemijatan berlangsung.
- 3) Awalilah pemijatan dengan melakukan sentuhan ringan, kemudian secara bertahap tambahkanlah tekanan pada sentuhan yang dilakukan, khususnya apabila anda sudah merasa yakin bahwa bayi mulai terbiasa dengan pijatan yang sedang dilakukan.

- 4) Sebelum melakukan pemijatan, lumurkan lotion yang lembut sesering mungkin.
- 5) Sebaiknya pemijatan dimulai dari kaki bayi, umumnya bayi lebih menerima apabila dipijat pada daerah kaki. Dengan demikian, akan memberi kesempatan pada bayi untuk membiasakan dipijat sebelum bagian lain disentuh. Oleh karena itu, urutan pemijatan dimulai dari bagian kaki, perut,dada, tangan, muka, dan diakhiri pada bagian punggung.
- 6) Tanggaplah pada isyarat yang diberikan oleh bayi anda. Jika bayi menangis, cobalah menenangkan bayi sebelum melakukan pemijatan. Jika bayi menangis lebih keras, hentikan pemijatan karena mungkin bayi mengharapkan untuk digendong, disusui, atau sudah sangat ingin tidur.
- 7) Mandikan bayi segera setelah pemijatan berakhir agar bayi merasa lebih segar dan bersih setelah terlumuri minyak bayi. Namun, apabila pemijatan dilakukan pada malam hari, bayi cukup disecka dengan air hangat agar bersih dari minyak bayi.
- 8) Lakukan konsultasi pada dokter atau perawat untuk mendapatkan keterangan lebih lanjut tentang pemijatan bayi.
- 9) Hindarkan mata bayi dari baby oil/lotion

Hal-hal yang tidak dianjurkan selama pemijatan :

- a) Memijat bayi langsung setelah selesai makan.
- b) Membangunkan bayi khusus untuk pemijatan.
- c) Memijat bayi pada saat bayi dalam keadaan tidak sehat.
- d) Memijat bayi pada saat bayi tidak mau dipijat.

- e) Memaksakan posisi pijat tertentu pada bayi
- g. Cara pemijatan sesuai usia bayi
 - 1) 0 bulan, disarankan garakan yang lebih mendekat usap-usaoan halus. Sebelum tali pusat lepas sebaiknya tidak dilakukan pemijatan di daerah perut.
 - 2) 1-3 bulan, disarankan gerakan halus disertai dengan tekanan ringan dalam waktu yang singkat.
 - 3) 3 bulan – 1 tahun , disarankan seluruh gerakan dilakukan dengan tekanan dan waktu yang semakin meningkat .
- a. Langkah-langkah pijat bayi

Pijat bayi dikatakan terapi sentuh karena melalui pijat bayi akan terjadi komunikasi yang nyaman dan aman antara ibu dan buah hatinya. Sentuhan ibu kepada bayinya dengan memberikan pijatan- pijatan ringan segera setelah kelahiran merupakan suatu kontak tubuh kelanjutan yang diperlukan bayi untuk mempertahankan rasa aman dan nyaman (Cahyani & Prastuti, 2020). Pijat dapat memberikan rangsangan untuk pengeluaran hormon endorphin yang berdampak penurunan kadar nyeri. Hal ini membuat perasaan bayi semakin tenang dan frekuensi menangis berkurang. Dengan demikian pijatan juga meningkatkan kualitas dan kuantitas tidur bayi.

Bayi yang dipijat lebih dari 15 menit maka bayi akan lebih rileks dan tidur lebih lelap, pertumbuhan dan perkembangannya pun akan bertambah baik. Dengan pijatan juga terjadi peningkatan pengeluaran kadar serotonin yang mengakibatkan peningkatan kualitas tidur bayi lebih maksimal, serotonin memiliki kandungan zat transmitter utama yang membantu pembentukan tidur dengan menekan aktivitas sistem pengaktivasi maupun

aktivitas otak lainnya. Pengaruh positif sentuhan pada proses tumbuh kembang anak telah lama dikenal manusia. Kulit merupakan organ ubuh manusia yang berfungsi sebagai reseptor terluas yang dimiliki manusia. Sensasi sentuh/raba adalah indera yang aktif berfungsi sejak dini (Setyaningsih et al., 2015).

Pijat pada bayi cukup bulan dan batita, dilakukan selama 15 menit. Gerakan boleh dilakukan tidak berurutan dan dapat dihentikan sebelum semua rangkaian selesai jika bayi batita tidak menghendaki. Tiap gerakan dilakukan 6 kali.

1) Kaki

a) Perahan cara India

- (1) Peganglah kaki bayi pada pangkal paha, seperti memegang pemukul soft ball
- (2) Gerakkan tangan ke bawah secara bergantian, seperti memerah susu



Gambar 2.1

b) Peras & putar.

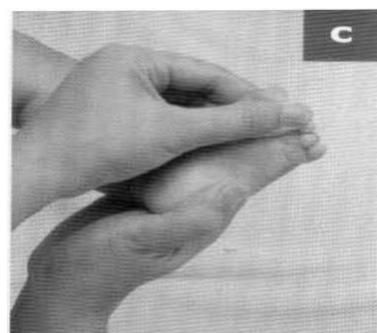
- (1) Pegang kaki bayi pada pangkal paha dengan kedua tangan secara bersamaan
- (2) Peras & putar kaki bayi dengan lembut dimulai dari pangkal paha ke arah mata kaki



Gambar 2.2

c) Telapak kaki

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



Gambar 2.3

d) Tarikan lembut jari

- (a) Pijatlah jari-jarinya satu persatu dengan
- (b) gerakan memutar menjauhi telapak kaki, diakhiri
- (c) dengan tarikan kasih yang lembut pada tiap ujung jari



Gambar 2.4

e) Gerakan peregangan

(1) Dengan mempergunakan sisi dari jari telunjuk, pijat telapak kaki mulai dari batas jari-jari ke arah tumit, kemudian ulangi lagi dari perbatasan jari ke arah tumit.

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



Gambar 2.5

f) Titik tekanan

Tekan - tekanlah kedua ibu jari secara bersamaan di seluruh permukaan telapak kaki dari arah tumit ke jari-jari Punggung



Gambar 2.6

g) Punggung kaki

Dengan mempergunakan kedua ibu jari secara bergrantian pijatlah punggung kaki dari pergelangan kaki ke arah jari-jari secara bergantian.



Gambar 2.7

h) Peras & putar pergelangan kaki

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

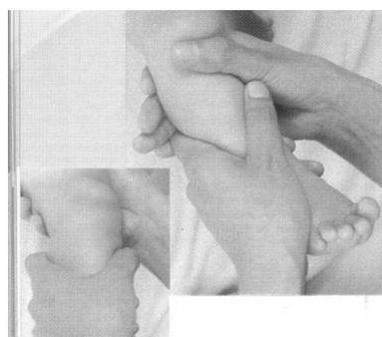


Gambar 2.8

i) Perahan cara swedia

(1) Peganglah pergelangan kaki bayi

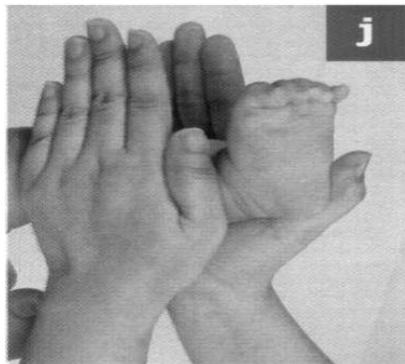
(2) Gerakkan tangan anda secara bergantian dari pergelangan kaki ke pangkal paha



Gambar 2.9

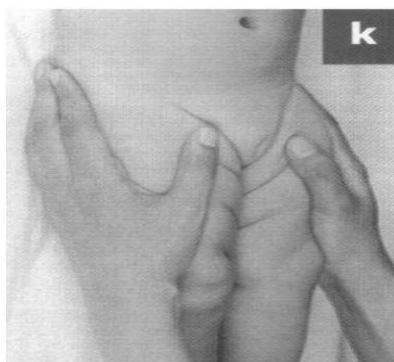
j) Gerakan menggulung

- (1) Pegang pangkal paha dengan kedua tangan anda
- (2) Buatlah gerakan menggulung dari pangkal paha menuju pergelangan kaki



Gambar 2.10

- k) Gerakan akhir
 - (1) Setelah gerakan a s/d k dilakukan pada kaki kanan & kiri rapatkan kedua kaki bayi
 - (2) Letakkan kedua tangan anda secara bersamaan pada pantat & pangkal paha
 - (3) Usap kedua kaki bayi dengan tekanan lembut dari paha ke arah pergelangan kaki. Ini merupakan gerakan akhir bagian kaki.



Gambar 2.11

2) Perut

Catatan : hindari pemijatan pada tulang rusuk atau ujung tulang rusuk

- a) Mengayuh sepeda

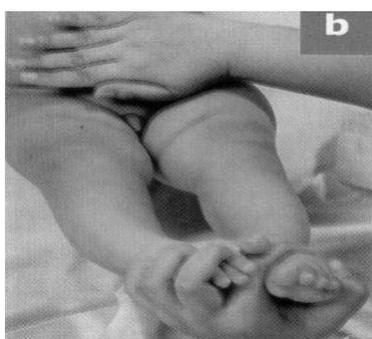
Lakukan gerakan memijat pada perut bayi seperti mengayuh pedal sepeda, dari atas ke bawah perut, bergantian dengan tangan kanan & kiri.



Gambar 2.12

b) Mengayuh sepeda dengan kaki diangkat

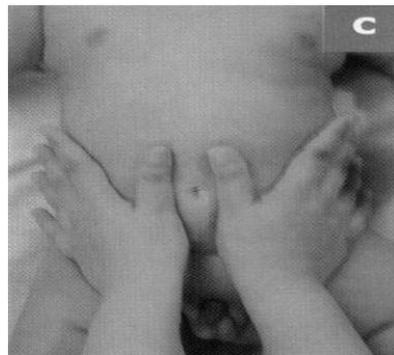
- (1) Angkat kedua kaki bayi dengan salah satu tangan
- (2) Dengan tangan yang lain, pijat perut bayi dari perut bagian atas sampai ke kari-jar kaki.



Gambar 2.13

c) Ibu jari kesamping

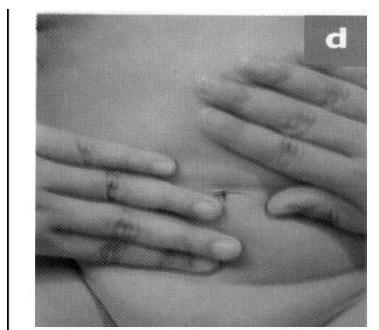
- (1) Letakkan kedua ibu jari di samping kanan & kiri pusar perut
- (2) Gerakkan kedua ibu jari ke arah tepi perut kanan & kiri.



Gambar 2.14

d) Bulan-matahari

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



Gambar 2.15

e). Gerakan I Love You

- (1) "I", pijatlah perut bayi mulai dari bagian kiri atas ke bawah dengan menggunakan jari-jari tangan kanan membentuk huruf "I"

(2) "LOVE", pijatlah perut bayi membentuk huruf "L" terbalik, mulai dari kanan atas ke kiri atas, kemudian dari kiri atas ke kiri bawah

(3) "YOU", pijatlah perut bayi membentuk huruf "U" terbalik, mulai dari kanan bawah (daerah usus buntu) ke atas, kemudian ke kiri, ke bawah, & berakhir di perut kiri bawah.



Gambar 2.16

f) Gelembung atau jari-jari berjalan

(1) Letakkan ujung jari-jari satu tangan pada perut bayi bagian kanan
 (2) Gerakkan jari-jari anda pada perut bayi dari bagian kanan ke bagian kiri guna mengeluarkan gelembung-gelembung udara



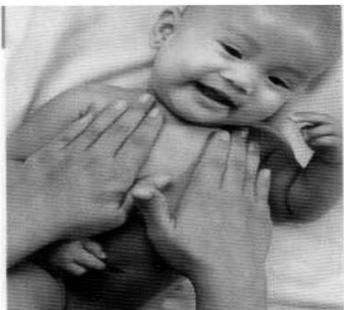
Gambar 2.17

3) Dada

a) Jantung besar

(1) Buatlah gerakan yang menggambarkan jantung dengan meletakkan ujung-ujung jari kedua telapak tangan anda di tengah dada/ulu hati

(2) Buat gerakan ke atas sampai di bawah leher, kemudian ke samping di atas tulang selangka, lalu ke bawah membentuk bentuk jantung dan kembali ke ulu hati.



Gambar 2.18

b) Kupu-kupu

- (1) Buatlah gerakan diagonal seperti gambaran kupu-kupu dimulai dengan tangan kanan membuat gerakan memijat menyilang dari tengah dada/ulu hati kea rah bahu kanan, & kembali ke ulu hati
- (2) Gerakkan tangan kiri anda ke bahu kiri dan kembali ke ulu hati

Tangan



Gambar 2.19

4) Tangan

a) Memijat ketiak

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



Gambar 2.20

b) Perahan cara India

- (1) Peganglah lengan bayi bagian pundak dengan tangan kanan seperti memegang pemukul soft ball, tangan kiri memegang pergelangan tangan bayi
- (2) Gerakkan tangan kanan mulai dari bagian pundak kearah pergelangan tangan, kemudian gerakkan tangan kiri dari pundak kearah pergelangan tangan
- (3) Demikian seterusnya, gerakkan tangan kanan & kiri ke bawah secara bergantian & berulang – ulang seolah memeras susu sapi.



Gambar 2.21

c) Peras & putar

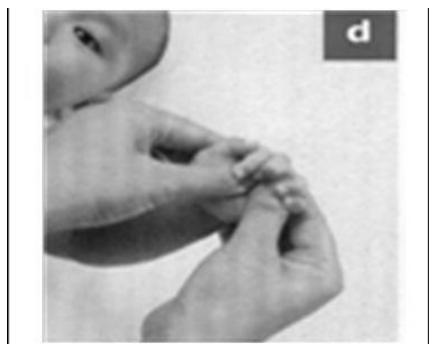
Peras & putar lengan bayi dengan lembut mulai dari pundak ke pergelangan tangan.



Gambar 2.22

d) Membuka tangan

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

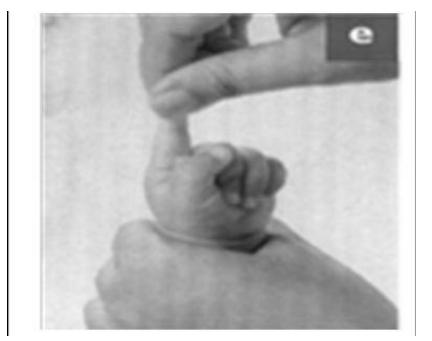


Gambar 2.23

e) Putar jari-jari

(1) Pijat lembut jari bayi satu persatu menuju ke arah ujung jari dengan gerakan memutar

(2) Akhirilah gerakan ini dengan tarikan lembut pada tiap ujung jari



Gambar 2.24

f) Punggung tangan

(1) Letakkan tangan bayi di antara kedua tangan anda

(2) Usap punggung tangannya dari pergelangan tangan ke arah jari-jari dengan lembut.



Gambar 2.25

g) Peras & putar pergelangan tangan

Peraslah sekeliling pergelangan tangan dengan ibu jari dan jari telunjuk



Gambar 2.26

h) Perahan cara swedia

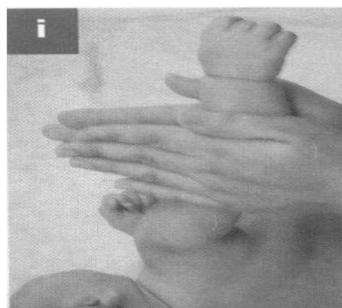
- (1) Gerakan tangan kanan & kiri anda secara bergantian mulai dari pergelangan tangan kanan bayi ke arah pundak.
- (2) Lanjutkan dengan pijatan dari pergelangan kiri bayi ke arah pundak.



Gambar 2.27

i) Gerakan menggulung

- (1) Peganglah lengan bayi bagian atas/bahu dengan kedua telapak tangan
- (2) Bentuklah gerakan menggulung dari pangkal lengan menuju kearah pergelangan tangan atau jari – jari.



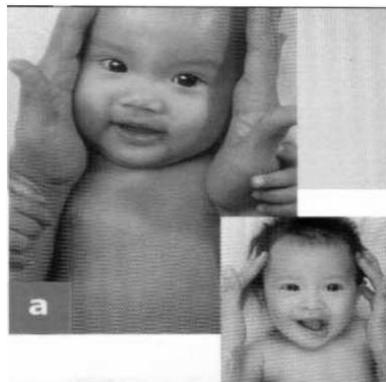
Gambar 2.28

5) Muka

Umumnya tidak diperlukan minyak untuk daerah muka

a) Dahi : menyetrika dahi

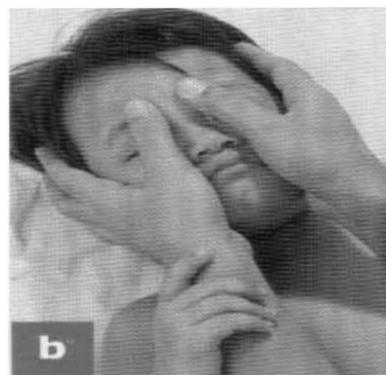
- (1) Letakkan jari-jari kedua tangan anda pada pertengahan dahi
- (2) Tekankan jari-jari anda dengan lembut mulai dari tengah dahi keluar ke samping kanan & kiri seolah menyetrika dahi atau membuka lembaran buku
- (3) Gerakan ke bawah ke daerah pelipis, buatlah lingkaran- lingkaran kecil di daerah pelipis, kemudian gerakkan ke dalam melalui daerah pipi di bawah mata.



Gambar 2.29

b) Alis : menyetrika alis

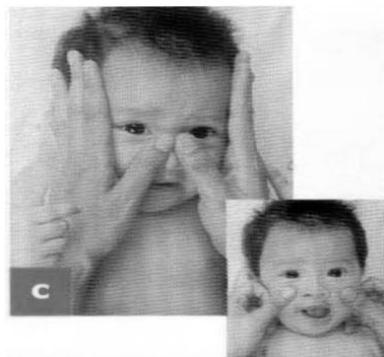
- (1) Letakkan kedua ibu jari anda di antara kedua alis mata
- (2) Gunakan kedua ibu jari untuk memijat secara lembut pada alis mata & di atas kelopak mata, mulai dari tengah ke samping seolah menyetrika alis.



Gambar 2.30

c) Hidung : Senyum I

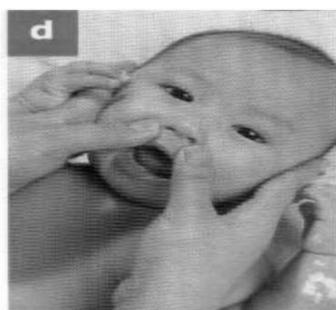
- (1) Letakkan kedua ibu jari anda pada pertengahan alis
- (2) Tekankan ibu jari anda dari pertengahan kedua alis turun melalui tepi hidung ke arah pipi dengan membuat gerakan ke samping & ke atas seolah membuat bayi tersenyum



Gambar 2.31

d) Mulut bagian atas : Senyum II

- (1) Letakkan kedua ibu jari anda di atas mulut di bawah sekat hidung
- (2) Gerakkan kedua ibu jari anda dari tengah ke samping & ke atas ke daerah pipi seolah membuat bayi tersenyum



Gambar 2.32

e) Mulut bagian bawah : Senyum III

- (1) Letakkan kedua ibu jari anda ditengah dagu
- (2) Tekankan kedua ibu jari pada dagu
- (3) gerakan dari tengah ke samping, kemudian ke atas ke arah pipi seolah membuat bayi tersenyum.



Gambar 2.33

f) Lingkaran kecil di rahang

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



Gambar 2.33

g) Belakang telinga

(1) Dengan mempergunakan ujung-ujung jari, berikan tekanan lembut pada daerah belakang telinga kanan & kiri

(2) Gerakkan ke arah pertengahan dagu di bawah dagu



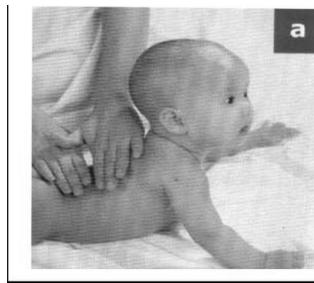
Gambar 2.34

6) Punggung

a) Gerakan maju mundur (kursi goyang)

(1) Tengkurapkan bayi melintang di depan anda dengan kepala di sebelah kiri & kaki di sebelah kanan anda

(2) Pijatlah sepanjang punggung bayi dengan gerakan maju mundur menggunakan kedua telapak tangan, dari bawah leher sampai ke pantat bayi, lalu kembali lagi ke leher



Gambar 2.35 .

b) Gerakan menyetrika

- (1) Pegang pantat bayi dengan tangan kanan
- (2) Dengan tangan kiri, pijatlah mulai dari leher ke bawah sampai bertemu dengan 2 tangan kanan yang menahan pantat bayi seolah menyetrika punggung



Gambar 2.36

c) Gerakan menyetrika & mengangkat

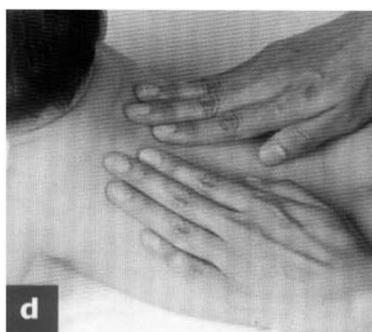
Ulangi gerakan menyetrika punggung, hanya kali ini tangan kanan memegang kaki bayi & gerakan dilanjutkan sampai ke tumit kaki bayi



Gambar 2.37

d) Gerakan melingkar

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



Gambar 2.38

e) Gerakan menggaruk

- (1) Tekankan dengan lembut kelima jari-jari tangan kanan anda pada punggung bayi
- (2) Buat gerakan menggaruk ke bawah memanjang sampai ke pantat bayi



Gambar 2.39

7) Relaksasi & Peregangan Lembut

Membuat goyangan-goyangan ringan, tepukan-tepukan halus & melambung-lambungkan secara lembut

a) Tangan disilangkan

(1) Pegang kedua pergelangan tangan bayi & silangkan keduanya di dada

(2) Luruskan kembali kedua tangan bayi ke samping.



Gambar 2.40

b) Membentuk diagonal tangan-kaki

(1) 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

(2) Pertemukan ujung kaki kiri dengan ujung tangan kanan di atas tubuh bayi. Selanjutnya, Tarik kembali tangan & kaki bayi ke posisi semula.



Gambar 2.41

c) Menyilangkan kaki

(1) 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

(2) Pegang kedua pergelangan kaki bayi & silangkan kedua kakinya ke atas sehingga mata kaki kanan dalam bertemu dengan mata kaki kiri luar.



Gambar 2.42

d) Menekuk kaki

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



Gambar 2.43

e) Menekuk kaki bergantian

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



Gambar 2.44

Sumber : Buku Pedoman Pijat Bayi (Roesli, 2001)

B. Konsep Manajemen Kebidanan dan SOAP

1. Pengertian Manajemen Kebidanan

Menurut Hellen Varney (1997) manajemen kebidanan adalah proses pemecahan masalah yang digunakan sebagai metode untuk mengorganisasikan pikirandan Tindakan erdasarkan teori ilmiah, penemuan-penemuan, keterampilan dalam rangkaian/tahapan yang logis untuk pengambilan suatu terfokus pada klien. Bidan sebagai seorang pemberi layanan kesehatan (health provider) harus dapat melaksanakan pelayanan kebidanan dengan melaksanakan manajemen yang baik.

Bidan berperan sebagai seorang manajer, yaitu mengelola atau memanage segala sesuatu tentang kliennya sehingga tercapai tujuan yang di harapkan. Dalam mempelajari manajemen kebidanan di perlukan pemahaman mengenai dasar- dasar manajemen sehingga konsep dasar manajemen merupakan bagian penting sebelum kita mempelajari lebih lanjut tentang manajemen kebidanan (Wikipedia,2016).

2. Langkah-Langkah Manajemen Asuhan Kebidanan

Varney (2010) menjelaskan proses manajen merupakan proses perose pemecahan masalah yang ditemukan oleh perawatan dan bidan awal tahun 1970an dengan langkah 7 langkah, sebagai berikut:

a. Langkah I: Pengumpulan data dasar

Langkah pertama mengumpulkan data dasar yang menyeluruh untu mengevaluasi bayi. Data dasar ini meliputi pengkajian riwayat, pemeriksaan fisik, meninjau kembali proses perkembangan saat ini. Data dasar yang di perlukam adaah semua data yang berasal dari sumber informasi yang berkaian dengan kondisi bayi.

b. Langkah II interpretasi data

Menginterpretasikan data untuk kemudian diproses dengan masalah atau diagnosa kebutuhan perawatan kesehatan yang diidentifikasi khusus. Kata masalah dan diagnosa sama-sama digunakan karena beberapa masalah tidak didefinisikan sebagai sebuah diagnosis tetapi tetap perlu di pertimbangkan dalam mengembangkan rencana perawatan kesehatan yang menyeluruh.

c. Langkah III: Megidentifikasi diagnosa atau masalah poensial

Mengidentifikasi masalah atau diagnosa potensial berdasarkan masalah dan diagnosa saat ini berkenaan dengan tindakan antisipasi, pencegahan, jika mungkin, menunggu dengan waspada penuh, dan persiapan terhadap semua keadaan yang mungkin muncul. Langkah ini adalah langkah yang sangat penting dalam member perawatan yang aman.

d. Langkah IV: Identifikasi kebutuhan yang memerlukan penanganan segera

Langkah keempat mencerminkan sikap kesinambungan proses penatalaksana yang tidak hanya dilakukan selama perawatan primer atau kunjungan prenatalperiodic, tetapi juga saat bida melakukan perawatan berkelanjutan bagi bayi tersebut. Data baru yang diperoleh terus dikaji dan kemudian di evaluasi.

e. Langkah V: Merencanakan asuhan yang menyeluruh

Mengembangkan sebuah rencana asuhan yang menyeluruh ditentukan dengan mengacupada hasil langkah sebelumnya. Langkah ini merupakan pengembangan masalah atau diagnosis yang diidentifikasi baik

pada saat ini upun yang dapat diantisipasi serta perawatan kesehatan yang dibutukan.

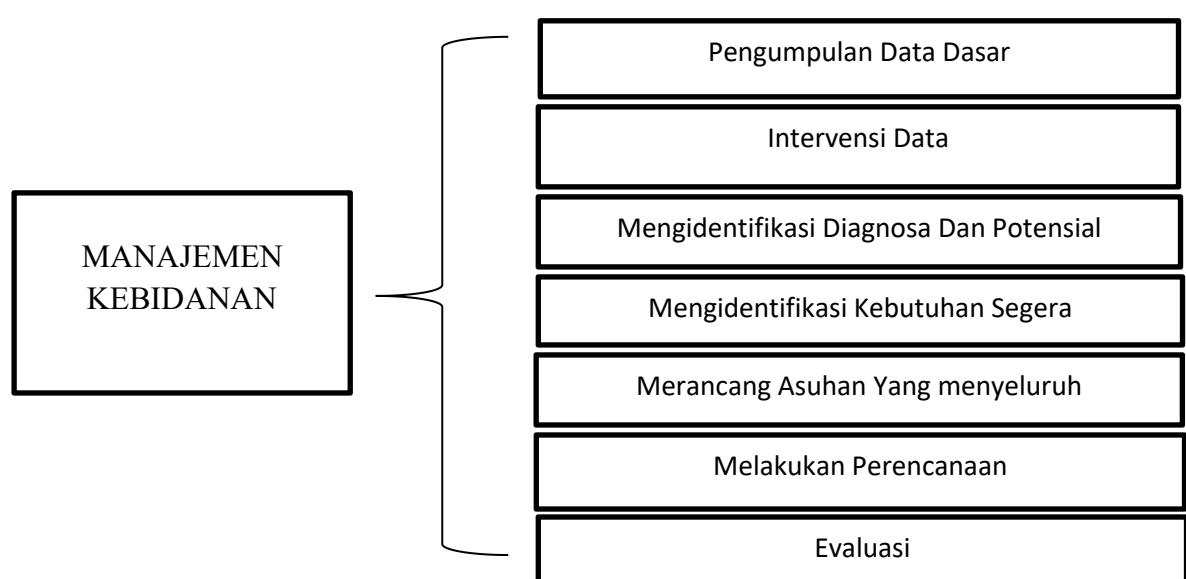
f. Langkah VI. Melaksanakan perencanaan

Melaksanakan rencana perawatan secara menyeluruh. Langkah ini dapat dilakukan secara keseluruhan oleh bidan atau dilakukan sebagian oleh ibu atau orang tua, bidan, atau anggota tim kesehatan lainnya. Apabila tidak dapat melakukannya sendiri, bidan bertanggung jawab untuk memastikan implementasi benar-benar dilakukan. Rencana asuhan menyeluruh seperti yangsudah diuraikan pada langkah kelima dilaksanakan secara efisien dan aman.

g. Langkah VII: Evaluasi

Evaluasi merupakan tindakan untuk memeriksa apakah rencana perawatan yang dilakukan benar-benar telah mencapai tujuan, yaitu memenuhi kebutuhan bayi baru lahir, seperti yang diidentifikasi pada langkah kedua tentang masalah, diagnosis, maupun kebutuhan perawatan kesehatan.

Bagan 2.1



C. Penerapan Manajemen Kebidanan pada bayi dengan gangguan tidur

a. Langkah I: Pengumpulan data Dalam tahapan ini data atau fakta yang dikumpulkan adalah dengan melakukan pengkajian melalui proses pengumpulan data yang di perlukan untuk mengevaluasi keadaan bayi secara lengkap.

1). Data subjektif

- a) Identitas bayi dan orang tua
- b) Keadaan bayi baru lahir: Baik

2). Data objektif

Berdasarkan pemeriksaan fisik yang di temukan maka data objektif adalah sebagai berikut:

- a) Keadan umum bayi : baik
- b) Tingkat kesadaran :composmentis
- c) Tanda tanda vital :
 - (1) Suhu : 36,3-37,5 oC
 - (2) Nadi : 90-180 x/ menit
 - (3) Pernapasan : 30-60 x/ menit
 - (4) Berat badan : 5,100-7,100 kg
 - (5) Tinggi badan : 57,3-67,6 cm

d) Pemeriksaan fisik

- (1) Kepala : ada oedema atau tidak ada oedema
- (2) Mata : tidak ikterik atau ikterik
- (3) Telinga : normal atau tidak normal
- (4) Hidung : normal atau tidak normal
- (5) Mulut : lembab atau kering

- (6) Leher: tidak ada pembengkakan atau ada pembengkakan
- (7) Dada: simetris atau Asimetris
- (8) Ekstermitas
 - (1) Oedema : tidak ada atau ada
 - (2) Kelainan : tidak ada atau ada
 - (3) turgor kulit: ada atau tidak ada
- (9) Genetalia
 - (1) Oedema: tidak ada atau ada
 - (2) Sekter tidak ada atau ada
 - (3) Kelainan tidak ada atau ada

b. Langkah II. interpretasi data

Interprestasi data dasar yang merupakan identifikasi terhadap diagnosa, masalah, dan kebutuhan pasien. Interpensi meliputi:

- 1). Diagnosa kebidanan : Bayi usia 0-12 bulan dengan gangguan tidur (< 12-14 jam).
- 2).Masalah : Bayinya sulit tidur.
- 3).Kebutuhan : Informasi tentang fisiologi bayi dan ketidaknyamanan pada bayi usia 0-12 bulan, serta informasi asuhan pijat bayi untuk meningkatkan kualitas tidur.

c. Langka III: mengidentifikasi diagnosa atau masalah potensial

Diagnosa potensial yang mungkin terjadi pada bayi dengan gangguan tidur pada bayi dengan menurunnya daya tahan tubuh pada bayi.

d. Langkah IV: Identifikasi kebutuhan segera

Untuk memberikan tindakan yang harus segera dilakukan pada pasien untuk mengurangi masalah gangguan tidur pada bayi. Identifikasi tindakan segera pada bayi gangguan tidur tidak ada.

e. Langkah V: Perencanaan penyusunan rencana

Asuhan menyeluruh pada bayi dengan gangguan tidur adalah :

- 1) Beritahu untuk Menjaga kebersihan baik petugas, ibu, keluarga dan bayi
- 2) Beritahu kepada ibu dan keluarga untuk menjaga jam tidur bayi dengan menjaga lingkungan yang nyaman.
- 3) Berikan lingkungan yang nyaman untuk bayi
- 4) Berikan Asi/nutrisi yang cukup kepada bayi
- 5) Pastikan posisi tidur bayi sudah nyaman
- 6) Perhatikan suhu ruangan dan penerangan pada kamar
- 7) Lakukan pemijatan pada bayi
 - a) Prosedur pra pemijatan bayi
 - (1) Lakukan pendekatan pada ibu bayi
 - (2) Berikan kesempatan pada ibu bayi untuk mengemukakan masalahnya.
 - (3) Jelaskan tentang pemijatan bayi (definisi, cara kerja, dan manfaat pemijatan bayi).
 - (4) Lakukan informade consent sebagai bukti bahwa ibu setuju dengan tindakan yang akan dilakukan pada bayinya.
 - (5) Jelaskan kepada ibu tentang hasil dari pemeriksaan yang dilakukan

- (6) Lakukan pemijatan bayi sesuai standar yang berlaku.
- b) Persiapan Tindakan
 - (1) Persiapkan alat pemijatan bayi seperti minyak telon, menjaga kehangatan bayi dengan cara menjaga ruang agar tetap hangat dan nyaman, alas tempat tidur yang datar.
 - (2) Baringkan bayi di tempat tidur
 - (3) Lepaskan pakaian bayi
 - (4) Oleskan minyak ditangan dan ratakan
 - (5) Lalu mulaila lakukan pemijatan pada bayi
 - (6) Memberikan informasi hasil pemijatan yang dilakukan
 - (7) Berikan informasi kapan lagi dilakukan pemijatan
 - (8) Mengajari ibu untuk melakukak haby massage secara mandiri dengan cara:
 - (a) Pemijatan pada kaki
 - (b) Pemijatan pada perut
 - (c) Pemijatan pada dada
 - (d) Pemijatan pada tangan
 - (e) Pemijatan pada wajah
 - (f) Pemijatan pada punggung
 - (g) Gerakan peregangan
- f. Langkah VI: Implementasi mengarahkan atau melaksanakan rencana asuhan secara efektif dan aman
- g. Langkah VII: evaluasi dilakukan untuk mengetahui sejauh mana keefektifan dan keberhasilan asuhan yang telah diberikan dengan mengacu pada kriteria hasil.

h. Pendokumentasian Asuhan Kebidanan dengan Metode SOAP

Pendokumentasian yang benar adalah pendokumentasian mengenai asuhan yang dilakukan dengan menggunakan proses berfikir secara sistimatis sesuai dengan langkah-langkah manajemen kebidanan yang diterapkan dengan metode SOAP. Pendokumentasian dalam bentuk SOAP yaitu:

1) S (Subjektif)

Data subjektif (S) merupakan pendokumentasian manajemen kebidanan menurut halen varney langkah pertama (pengkajian data), terutama data yang diperoleh melalui anamnesis.

2) (Objektif)

Data Objektif (O) merupakan pendokumentasikan manajemen kebidanan menurut Helen varney pertama (pengkajian) terutama data yang diperoleh melalui hasil observasi yang jujur dari pemeriksaan fisik pasien, pemeriksaan laboratorium/ pemeriksaan diagnostik lain.

3) A (Assesment)

Analisis atau assesment merupakan pendokumentasian manajemen kebidanan menurut Helen varney langkah kedua, ketiga dan keempat sehingga mencakup diagnostik/masalah kebidanan, diagnostik/ masalah potensial serta perlunya mengidentifikasi kebutuhan tindakan segera untuk antisipasi diagnosis/ masalah potensial

4) P (Planning)

Planning atau perencanaan adalah membuat rencana asuhan yang disusun berdasarkan hasil analisis dan interpretasi data, rencana asuhan ini bertujuan untuk mengusahakan tercapainya kondisi pasien seoptimal

mungkin dan mempertahankan kesejahteraanya. Dengan kata lain P dalam SOAP meliputi pendokumentasian manajemen kebidanan menurut Helen varney langkah kelima, keenam dan ketujuh (Wafi, 2010)

TABEL 2.2 EVIDENCE BASED MEDICINE

No	Penulis, Tahun, Judul	Tujuan	Metode/Populasi/Sampel/Teknik Penelitian	Hasil Telaah Jurnal
1.	Harwin Holilah Desyanti , Ely Hasim , Zulika Qismiatul Khomariyah, Windy Ayu Oktavil Mahsusiah , Irma Faulandia, 2023, PENGARUH PENDIDIKAN TENTANG MANFAAT BABY SPA UNTUK PERTUMBUHAN DAN PERKEMBANGAN BAYI 3-12 BULAN	Pijat bayi merupakan terapi sentuhan yang dapat mempengaruhi tumbuh kembang anak. Baby spa bermanfaat memberikan rasa tenang, nyaman, dan segar, sehingga bayi akan relaks dan dapat tidur dengan nyenyak.	literature menggunakan database ResearchGate, SINTA, Science Direct, dan Google Scholar tahun 2017 hingga 2022. Literatur review ini menggunakan 8 artikel yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi.	Terdapat pengaruh yang signifikan baby spa dapat meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan bayi usia 8-12 bulan
2.	Fitriyanti, Atik Badi'ah , Siti Maimunah, 2024 , Pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan dan kualitas tidur pada bayi usia 0-12 bulan	Membuktikan pijat bayi dalam meningkatkan kenaikan berat badan dan kualitas tidur.	Penelitian Quasi eksperimen dengan desain Pre-test and Post-test with control group design yaitu menganalisis pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan dan kualitas tidur pada bayi usia 0-12 bulan menggunakan alat ukur lembar observasi di Fitcare Mom dan Baby SPA Kota Banda Aceh. Teknik purposive sampling. Jumlah sampel 60 responden terdiri dari 30 bayi kelompok eksperimen dan 30 bayi kelompok kontrol. Analisis data univariat dan analisis	Berdasarkan nilai F hitung = 38,288 dengan tingkat signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ yang artinya ada pengaruh yang nyata dengan adanya variabel independent. Jika dilihat dari nilai signifikansinya, maka ada pengaruh yang signifikan antara pijat bayi terhadap kenaikan berat badan dan kualitas tidur

			bivariat dengan uji wilcoxon, dan uji regresi linier.	
3.	Mellysa Rosalina,Riri Novayelinda, Widia Lestari,2022,Gambaran kualitas tidur bayi	untuk mengetahui gambaran kualitas tidur bayi usia 6-12 bulan.	Desain penelitian ini adalah deskriptif sederhana untuk menggambarkan suatu fenomena	Hasil penelitian ini menyarankan puskesmas tempat penelitian hendak lebih memperhatikan masalah kualitas tidur pada bayi
4.	Diana Pertiwi . Desi Hidayanti, SST, MPH, 2022, EVIDENCE BASED CASED REPORT (EBCR) PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI	mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi.	Penelusuran artikel ini dilakukan dengan menggunakan e-database Pubmed dan Science Direct.	Dua artikel diterbitkan oleh Sri Wahyuni dan Siti Noorbaya dkk. Artikel ini diambil sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi kemudian ditelaah secara kritis.
5.	Rahayu, W. (2022),Efektivitas Pijat Bayi terhadap Pola Tidur Bayi Usia 1–4 Bulan	Mengetahui efektivitas pijat bayi dalam meningkatkan pola tidur bayi usia 1–4 bulan.	Kuasi Eksperimen (Quasi Experimental Design) Dengan pendekatan: Pretest–Posttest with Control Group Design, Seluruh bayi usia 1–4 bulan di wilayah kerja praktik bidan pada saat penelitian berlangsung. Purposive Sampling, dipilih berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang ditetapkan oleh peneliti.	Pijat bayi secara signifikan efektif meningkatkan kualitas tidur bayi usia 1–4 bulan, baik dari segi durasi, frekuensi terbangun malam, maupun kenyamanan saat tidur. Intervensi ini sangat direkomendasikan sebagai bagian dari asuhan kebidanan berbasis bukti.

