



## Studi Kasus

# Aplikasi Baby Massage pada Asuhan Keperawatan Bayi Sehat untuk Meningkatkan Kualitas Tidur dan Kelancaran Buang Air Besar

Dera Alfiyanti<sup>1</sup>, Amin Samiasih<sup>2</sup>, Harvina Sindy Prastiwi<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup> Dosen Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Semarang

<sup>3</sup> Mahasiswa Program Studi D3 Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Semarang

## Informasi Artikel

### Riwayat Artikel:

- Submit: 28 Desember 2021
- Diterima: 3 Januari 2022
- Terbit: 29 Januari 2022

### Kata kunci:

Pijat bayi; kualitas tidur; buang air besar

## Abstrak

Pijat bayi sebagai salah satu bentuk bahasa sentuhan ternyata memiliki efek yang positif untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. Pelaksanaan pijat bayi oleh dukun bayi banyak yang tidak sesuai dengan teknik pijat bayi yang terdapat dalam pedoman pijat bayi menurut kesehatan. Dalam rangka meningkatkan sentuhan fisik seperti belaian, pelukan, dan pijatan lembut yang akan meningkatkan ikatan kasih sayang antara ibu dan bayi. Tujuan dari studi kasus ini adalah untuk mengetahui efektifitas pijat bayi terhadap peningkatan lama waktu tidur dan kelancaran buang air besar (BAB) pada bayi. Jenis studi kasus ini merupakan *descriptive study* yaitu menerapkan studi kasus dengan proses tindakan keperawatan berupa intervensi, implementasi, dan evaluasi. Sample berjumlah 4 bayi dengan 2 bayi mengalami gangguan tidur dan 2 bayi mengalami gangguan buang air besar (konstipasi). Tempat studi kasus dilakukan di wilayah kerja puskesmas Kedungmundu. Hasil penerapan pijat bayi yang diterapkan selama 6 hari/pasien tersebut terbukti sangat efektif untuk diaplikasikan di wilayah kerja puskesmas Kedungmundu, dari keempat bayi tersebut lebih tenang, tidak rewel, kebutuhan tidur terpenuhi dan BAB lancar.

## PENDAHULUAN

Tumbuh kembang bayi yang optimal menunjukkan bahwa bayi dalam kondisi sehat dan tidak mudah jatuh sakit. Tumbuh kembang yang optimal ini juga menunjukkan sistem kekebalan tubuh atau imunitas bayi dalam kondisi yang prima (Adrian, 2018). Bayi merupakan masa keemasan untuk tumbuh kembang, karena pada masa ini pertumbuhan dan perkembangan berjalan dengan sangat pesat. Sehingga bagi orang tua sangat

penting memberikan perhatian khusus pada pertumbuhan dan perkembangan bayi. Salah satu faktor yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan bayi adalah kebutuhan waktu tidur dan istirahat yang cukup (Sinarmawati, 2012). Kaitannya dengan gangguan tidur pada bayi, hasil penelitian Zahara menemukan dari 183 anak yang menjadi responden terdapat 79,78% yang mengalami gangguan tidur (Zahara et al., 2013).

Corresponding author:

Dera Alfiyanti

[dera.alfiyanti@unimus.ac.id](mailto:dera.alfiyanti@unimus.ac.id)

Holistic Nursing Care Approach, Vol 2 No 1, Januari 2022

e-ISSN: 2808-2095

DOI: <https://doi.org/10.26714/hnca.v2i1.8776>

Bayi sebagian besar memiliki pola tidur yang normal, namun bisa ditemukan pola tidur yang tidak normal atau adanya gangguan tidur yang ditemukan prevalensinya pada anak di dunia mencapai 15-30%, dan gangguan pola tidur pada bayi ini bisa berlanjut hingga masa balita atau masa sekolah, yang diprediksi bisa mempengaruhi perilaku dan emosi pada anak nantinya (Sekartini & Adi, 2016). Gangguan tidur pada bayi di Indonesia prevalensinya cukup besar yaitu mencapai 44,2% yang gejala umumnya adalah sering terbangun di tengah malam saat tidur (Rohmawaty, 2013).

Bayi pada fase pertumbuhan sel-sel sarafnya belum sempurna sehingga diperlukan waktu tidur yang berkualitas dan sehat untuk perkembangan saraf, pembentukan sinaps serta pelepasan 75% hormon pertumbuhan pada saat bayi tidur. Tidur juga mempunyai peran penting dalam tumbuh kembang normal, kesehatan emosi dan fungsi imun, pertumbuhan dan pemulihan jaringan tubuh, pembelajaran dan pemrosesan memori, serta perbaikan sistem saraf pusat (Istikhomah, 2020).

Tidur dan istirahat yang cukup juga akan mampu berdampak pada peningkatan daya imunitas pada bayi. Imunitas tubuh dapat ditingkatkan dengan mencegah berbagai macam penyakit infeksi yang salah satu satunya adalah dengan memberikan pijat bayi. Sentuhan lembut dari pemijatan bayi membantu mengurangi ketegangan otot-otot bayi sehingga timbul perasaan nyaman dan rileks, selain itu durasi tidur lebih lama di picu oleh pelepasan oksitosin dan endorfin pada saat bayi di pijat. Hormon endorfin merupakan suatu hormon untuk menghilangkan nyeri dan menghilangkan rasa tidak nyaman, sedangkan hormon oksitosin berfungsi menurunkan kadar stress dalam otak bayi. Pijat bayi ini berfungsi untuk merangsang nafsu makan bayi sehingga bayi akan menghisap ASI lebih banyak yang akan mengoptimalkan pemenuhan kebutuhan gizi bayi (Sadiman &

Islamiyati, 2019). Pemijatan bayi juga memberikan efek terhadap kelancaran buang air besar (BAB) pada bayi, karena melalui pemijatan lembut memberikan efek pada optimalisasi kinerja organ tubuh bayi (Widasari, 2012).

Pijat bayi sebaiknya dilakukan oleh orang yang terdekat dengan bayi dalam hal ini ibu bayi dalam rangka meningkatkan sentuhan fisik seperti belaian, pelukan dan pijatan lembut yang akan meningkatkan ikatan kasih sayang antara ibu dan bayi. Bayi yang dipijat akan mengalami peningkatan tonus nervus vagus (saraf otak ke 10) yang membuat kadar enzim penyerapan gastrin dan insulin meningkat sehingga penyerapan sari makanan menjadi lebih baik, penyerapan makanan yang lebih baik akan menyebabkan bayi cepat lapar dan karena itu bayi akan lebih sering menyusu (Pratyahara, 2012).

Pemijatan pada bayi juga memiliki efek positif lainnya yaitu kelancaran terhadap BAB bayi. Pemijatan pada bayi memiliki efek potensial pada peningkatan pertumbuhan fisik dan fungsi pencernaan pada bayi. Pemijatan yang lembut terhadap bayi pada bagian perut dan tulang ekor akan merangsang otot-otot dan organ tubuh bayi bekerja secara optimal dan salah satu dampaknya adalah memperlancar BAB. Penelitian Widasari menemukan bahwa salah satu cara mengatasi sembelit pada bayi dengan cara pemijatan lembut di sekitar perut bayi dari pusat ke arah keluar dengan gerakan melingkar searah jarum jam (Widasari, 2012). Penelitian lain menemukan bahwa pijat dapat menstimulasi peristaltik, menurunkan waktu transit kolon, meningkatkan frekuensi buang air besar pada pasien konstipasi, dan mengurangi rasa tidak nyaman saat buang air besar. Oleh karena itu, pijat dapat menjadi salah satu terapi alternatif untuk konstipas (Suarsyaf et al., 2005).

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa baby massage



bermanfaat untuk meningkatkan kualitas tidur dan melancarkan BAB bayi, sehingga tumbuh kembang bayi dapat berlangsung dengan baik. Oleh karena itu, dalam Karya Tulis Ilmiah ini penulis tertarik untuk mengaplikasikan baby massage dalam asuhan keperawatan bayi sehat untuk meningkatkan kualitas hidup bayi.

**METODE**

Penelitian ini berlangsung di Puskesmas Kedungmundu terletak di Jl. Sambiroto RT . 1 RW .1 Kecamatan Tembalang. Metode yang digunakan untuk belajar dalam hal ini adalah studi literatur, observasi, dan wawancara. Pada studi kasus kali ini tindakan yang dilakukan untuk meningkatkan kualitas tidur dan memperlancar buang air besar adalah dengan cara pemberian pijat bayi. Pijat bayi akan dilakukan pada pagi hari karena ini akan lebih memberikan hasil yang maksimal untuk bayi. Dalam penelitian ini pijat bayi akan dilakukan sebanyak 3 kali dalam 1 minggu selama 2 minggu dengan durasi 15- 20 menit setiap pemijatan.

Subyek dalam studi kasus ini menggunakan empat bayi yang mengalami gangguan tidur dan BAB, dengan kriteria:

1. Kriteria inklusi:
  - a. Usia ≥ 6-8 bulan
  - b. Bayi yang mengalami gangguan tidur (2 responden)
  - c. Bayi yang mengalami gangguan BAB (konstipasi) (2 responden)
  - d. Ibu bayi bersedia menjadi responden
  - e. Bayi dalam kondisi sehat
2. Kriteria eksklusi:

- a. Bayi berkebutuhan khusus (down syndrome, kelainan/cacat fisik, retardasi mental, dan sebagainya)
- b. Bayi dengan kelainan kongenital

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam studi kasus ini adalah dengan memberikan lembar gangguan tidur dan konstipasi kepada klien yaitu kepada ibu bayi. Alat pengumpulan data selengkapnya adalah sebagai berikut:

1. Lembar identitas responden berisi nama subyek, umur, jenis kelamin, dan identitas ibu bayi yang berisi umur, pendidikan terakhir, pekerjaan terakhir.
2. Lembar kuesioner tentang gangguan tidur pada bayi. Kuesioner gangguan tidur pada bayi diadopsi dari lembar kuantitas tidur bayi.
3. Lembar observasi gangguan konstipasi

Analisis data dilakukan dengan mengukur gangguan tidur dan BAB sebelum aplikasi baby massage dan setelah aplikasi baby massage. Tingkat gangguan tidur hasil kuesioner serta observasi dan data tentang subyek dibuat tabel kemudian dihitung gangguan tidur dan BAB. Cara penilaian didasarkan pada observasi kuantitas tidur dan observasi konstipasi.

**HASIL**

Berdasarkan fokus studi kasus meliputi asuhan keperawatan penerapan baby massage pada asuhan keperawatan bayi sehat untuk meningkatkan kualitas tidur dan kelancaran buang air besar (BAB) di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu Semarang didapati hasil pengamatannya adalah sebagai berikut:

Tabel 1.  
Riwayat Kesehatan Bayi

	By. MHA	By. QN	By. BK	By. AR
Pengkajian	17-02-2021 pada pukul 08.00	17-02-2021 pada pukul 09.00	22-02-2021 pada pukul 10.00	22-02-2021 pada pukul 11.00
Keluhan utama	Bayi sering rewel dan menangis serta	Setiap terbangun dan menangis,	mengalami gangguan BAB	bayi mengalami gangguan BAB



	sering terbangun pada malam hari. Berdasarkan keterangan ibu bayi sering terbangun 3-4 kali pada malam hari dalam 1 minggu terakhir)	menjadi rewel dan tidak tenang. Berdasarkan keterangan ibu bayi sering terbangun 3-4 kali pada malam hari dalam 1 minggu terakhir)	dengan frekuensi 2 hari sekali dalam satu minggu terakhir	dengan frekuensi 2 hari sekali dalam satu minggu terakhir
Frekuensi ASI	Frekuensi menurun. Sebelumnya bayi menyusu 3 jam sekali, dan sekarang menjadi 4 jam sekali	penurunan frekuensi minum ASI. Sebelumnya bayi menyusu 4 jam sekali dan sekarang berkurang menjadi 5 jam sekali	Frekuensi menyusu 2 jam sekali	Frekuensi menyusu 2 jam sekali
Durasi tidur	11-12 jam sehari	11-12 jam sehari	14-15 jam sehari	14-15 jam sehari

Sumber : (Peneliti, 2021)

Tabel 2.  
Analisa Data Subyek Penelitian

	By. MHA	By. QN	By. BK	By. AR
Data Subjektif	Berdasarkan keterangan ibu klien bayi sering rewel dan menangis serta sering terbangun pada malam hari. Frekuensi minum susu menurun. Sebelumnya bayi menyusu 3 jam sekali dan sekarang menjadi 4 jam sekali	Berdasarkan keterangan ibu klien bayi mengalami penurunan frekuensi minum ASI. Sebelumnya bayi menyusu 4 jam sekali dan sekarang berkurang menjadi 5 jam sekali. Bayi setiap terbangun menangis, dan menjadi rewel dan tidak tenang. Ibu bayi memberikan MP ASI 2 kali sehari. Bayi sering terbangun 3-4 kali pada malam hari dalam satu minggu terakhir	Berdasarkan keterangan ibu klien mengalami gangguan BAB, yang sebelumnya dengan frekuensi 3-4 kali dalam sehari. Frekuensi menyusu 2 jam sekali dan MPASI 2 kali dalam sehari	Berdasarkan keterangan ibu klien bayi mengalami gangguan BAB, yang sebelumnya dengan frekuensi 3-4 kali dalam sehari,. Frekuensi menyusu 2 jam sekali dan MPASI 2 kali dalam sehari

Sumber : (Peneliti, 2021)

Tahap implementasi ini adalah pelaksanaan terapi pijat bayi yang dilakukan kepada subyek penelitian, yaitu melakukan monitor pada jumlah jam tidur, mengatur jadwal tidur, memberikan lingkungan yang nyaman dan terapi pijat bayi yang

dilaksanakan selama 15-30 menit selama 6 hari berturut-turut.

- a. Pelaksanaan pada By.MHA  
Pelaksanaan pijat bayi yang dilakukan pada by.MHA dilakukan selama 6 hari berturut turut yaitu tanggal 22 Februari, 24 Februari, 26 Februari, 01



Maret, 03 Maret, dan 05 Maret. Pijat bayi dilakukan pada pagi hari pukul 08.00 selama 15-30 menit yang didampingi dengan ibu bayi.

b. Pelaksanaan pada By. QN

Pelaksanaan pijat bayi yang dilakukan pada By.QN dilakukan selama 6 hari berturut-turut yaitu tanggal 22 Februari, 24 Februari, 26 Februari, 01 Maret, 03 Maret, dan 05 Maret. Pijat bayi dilakukan pada pagi hari pukul 09.00 selama 15-30 menit.

c. Pelaksanaan pada By. BK

Pelaksanaan pijat bayi pada yang dilakukan pada By. BK dilakukan selama 6 hari berturut-turut yaitu tanggal 23 Februari, 25 Februari, 27 Februari, 02 Maret, 04 Maret, dan 06 Maret. Pijat bayi dilakukan pada pagi hari pukul 08.00 selama 15-30 menit

d. Pelaksanaan pada By. AR

Pelaksanaan pijat bayi pada yang dilakukan pada By. AR dilakukan selama 6 hari berturut-turut yaitu tanggal 23 Februari, 25 Februari, 27 Februari, 02 Maret, 04 Maret, dan 06 Maret. Pijat bayi dilakukan pada pagi hari pukul 09.00 selama 15-30 menit

Evaluasi dilaksanakan untuk mengetahui peningkatan kualitas tidur dan penurunan gangguan BAB pada bayi sehat.

Setelah terapi didapatkan pada By. MHA dan By. QN yang semula mengalami gangguan tidur menjadi menjadi kualitas tidurnya meningkat dan bayi lebih tenang, sementara pada By. BK dan By. AR yang semula mengalami gangguan BAB yaitu dari 1 kali dalam dua hari dengan tekstur mengeras menjadi skala meningkat frekuensinya menjadi 2 kali dalam sehari dengan tekstur lembek dan tidak lagi mengejan.

## PEMBAHASAN

Hasil pengkajian pemeriksaan fisik didapatkan bahwa klien berada dalam kesadaran sadar penuh saat dilakukan

pemeriksaan fisik hasil tanda-tanda vital nadi, pernapasan dan suhu dalam rentang normal. Klien juga secara umum dalam keadaan baik, turgor baik dan tidak ada edema, termasuk rambut bersih serta kulit juga bersih.

Subyek dalam studi kasus ini berjumlah 4 bayi dengan tempat tinggal dalam wilayah yang sama yaitu berada di wilayah Puskesmas Kedungmundu Semarang, yaitu di Ketileng Raya, Kinibalu, Delikrejo dan Sambiroto. Hasil pengkajian menemukan untuk By. MHA dan By. QN mengalami gangguan tidur dengan tanda dan gejala dari hasil pengkajian seperti : bayi tidur 11-12 jam sehari, bayi sering rewel dan menangis, bayi sering terbangun pada malam hari, dan frekuensi menyusu pun berkurang. Sementara pada By. BK dan By. AR mengalami gangguan BAB dengan tanda dan gejala yang diperoleh dari hasil pengkajian adalah frekuensi BAB bayi menurun dari 3-4 kali sehari menjadi 1 kali dalam 2 hari, bayi mengejan kuat saat defekasi, feses keras, bayi merasa nyeri saat mengejan yang ditandai dengan bayi menangis dan rewel.

Di dalam kasus tidak ditemukan perbedaan secara teori baik tujuan umum maupun tujuan khusus. Tujuan umum dalam teori dan kasus mengarah pada problem. Tujuan khusus dalam teori dan kasus mengarah pada etiologi. Rencana tindakan penerapan terapi pijat bayi untuk menurunkan gangguan tidur serta gangguan BAB pada bayi namun karena subyek belum memahami tentang terapi pijat bayi beserta tekniknya maka penulis mengajarkan cara dan tindakan terapi pijat bayi.

Faktor pendukung yang ditemukan penulis pada tahap ini adalah kesediaan dan kemampuan yang cukup besar dari ibu klien dalam menyusun rencana tindakan yang disesuaikan dengan kemampuan, tidak ada faktor penghambat dalam menetapkan rencana tindakan.



Pada saat pelaksanaan pada kasus semua rencana tindakan yang telah disusun dapat diaplikasikan sesuai dengan perencanaan. Tindakan keperawatan yang telah dilakukan penulis adalah

- a. Gangguan tidur  
Memberikan terapi pijat bayi selama 15-30 menit dengan durasi 6 hari berturut-turut. menjelaskan pengertian dan penyebab gangguan tidur, serta memodifikasi lingkungan untuk meningkatkan kenyamanan bayi.
- b. Gangguan BAB (konstipasi)  
Memberikan terapi pijat bayi selama 15-30 menit dengan durasi 6 hari berturut-turut, memotivasi ibu klien untuk melatih bayi BAB secara teratur, dan juga untuk meningkatkan asupan cairan.

Dalam melakukan tindakan keperawatan penulis tidak menemukan perbedaan antara teori dan kasus. Sedangkan faktor pendukung saat dilakukan tindakan yaitu pasien cukup kooperatif dan memperhatikan penjelasan penyuluh serta bersedia meluangkan waktu dalam pelaksanaan asuhan keperawatan.

Pada saat dilakukan evaluasi penulis tidak menemukan hambatan dari keluarga sedangkan faktor pendukung yang penulis temukan pada saat melakukan evaluasi adalah ibu klien tampak kooperatif dan dapat menyebutkan apa yang telah dijelaskan oleh penulis sesuai dengan kriteria dan standar yang penulis tetapkan di dalam rencana keperawatan dimana pemberian terapi pijat bayi kepada subyek berhasil mengurangi gangguan tidur dan gangguan Bab dan bayi menjadi tampak lebih rileks hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Pamungkas (2016) yang berjudul "Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Umur 0-6 Bulan Di Puskesmas Kartasura" menemukan hasil bahwa pijat bayi efektif untuk menurunkan gangguan tidur pada bayi atau mampu meningkatkan kualitas tidur bayi. Penelitian lain dilakukan oleh

Simanungkalit dan Siska (2019) dengan judul "Baby Massage terhadap Frekuensi Buang Air Besar pada Balita dengan Diare" yang menemukan hasil bahwa pijat bayi mampu membuat frekuensi BAB pada bayi menjadi teratur.

Selama melakukan asuhan keperawatan penulis banyak menjumpai beberapa faktor pendukung dan faktor penghambat. Faktor pendukung yang dijumpai yaitu saat pelaksanaan, ibu subyek sangat senang saat diberikan terapi pijat bayi untuk menurunkan gangguan tidur dan gangguan BAB, sehingga terbina hubungan saling percaya yang akhirnya ibu subyek menjadi terbuka dan memberikan informasi mengenai setiap permasalahan yang dihadapi bayinya. Sedangkan faktor penghambat yang dijumpai yaitu suasana yang kurang kondusif seperti keadaan bising karena kegiatan anggota keluarga yang lain.

## SIMPULAN

Pengkajian yang didapatkan dari responden By. MHA, By. QN, By. BK, dan By. AR dapat disimpulkan pasien bayi memiliki resiko mengalami gangguan tidur atau gangguan BAB. Hasil diagnosa yang dirumuskan ada 2 diagnosa yaitu subyek mengalami gangguan tidur dan gangguan BAB. Intervensi yang dapat digunakan untuk menangani gangguan tidur dan gangguan BAB adalah pijat bayi. Implementasi terapi pijat bayi mampu menurunkan gangguan tidur dan gangguan BAB pada subyek. Tahap evaluasi ditemukan bahwa pemberian terapi pijat bayi kepada subyek berhasil menurunkan gangguan tidur dan gangguan BAB serta subyek tampak lebih rileks.

Penulis berharap hasil studi kasus ini bisa menjadi salah satu sumber informasi untuk pendidikan keperawatan tentang pendidikan kesehatan terhadap terapi pijat bayi untuk mengatasi gangguan tidur dan gangguan BAB pada bayi.



## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih penulis ucapkan kepada semua pasien yang telah bersedia menjadi subjek studi kasus, terima kasih ucapkan kepada pembimbing, penguji dan rekan-rekan sejawat yang telah membantu dalam penyelesaian karya tulis ilmiah ini, dan semua pihak yang telah membantu dalam pelaksanaan tugas akhir sehingga dapat terselesaikan sesuai dengan target waktu.

## REFERENSI

- Suarsyaf, H. Z., Wulan, D., Rw, S., Kedokteran, F., Lampung, U., Epidemiologi, B., Kedokteran, F., & Lampung, U. (2005). Pengaruh Terapi Pijat terhadap Konstipasi.
- Pratyahara, D. (2012). Keajaiban Terapi Sentuh Untuk Bayi Anda. PT Buku Kita. Widasari, S. (2012). Susah Buang air Besar (BAB) Penyebab dan Cara Mengatasi. Informasitips.com
- Sinarmawati. (2012). Hubungan Antara Pola Tidur Dengan Pertumbuhan Anak Usia Prasekolah (3-5 Tahun) Di Wilayah Tk Seruni Kabupaten Gowa. Artikel. Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar.
- Istikhomah, H. (2020). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Lama Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan di Desa Jemawan Kecamatan Jatinom Kabupaten Klaten. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*, 5(1), 14-22. <https://doi.org/10.37341/jkkt.v5i1.133>
- Zahara, D., Hartanto, F., & Adyaksa, G. (2013). Hubungan Antara Gangguan Tidur Dengan Pertumbuhan Pada Anak Usia 3-6 Tahun Di Kota Semarang. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 2(1), 109498.
- Adrian, K. (2018). Peran Imunitas Anak untuk Tumbuh Kembang yang Optimal. <https://www.alodokter.com/peran-imunitas-anak-untuk-tumbuh-kembang-yang-optimal>

