

DAFTAR TILIK BABY MASSAGE

NO	BUTIR YANG DINILAI	NILAI		
		2	1	0
A.	SIKAP DAN PERILAKU			
1.	Teruji menjelaskan prosedur yang akan dilaksanakan			
2.	Teruji memperhatikan keadaan bayi			
3.	Teruji menjaga privacy			
4.	Teruji sabar dan teliti			
5.	Teruji tanggap terhadap reaksi bayi			
SCORE : 10				
B.	CONTENTASI			
Langkah-langkah				
1.	Memastikan ruangan dalam kondisi hangat, terang dan tidak pengap.			
2.	Memastikan bahan dan alat sudah tersedia dengan lengkap (kain alas, popok, minyak bayi, waslap, kom kecil, handuk, baju ganti)			
3.	Mencuci tangan 6 langkah menggunakan sabun, kemudian bilas di air mengalir, lalu keringkan dengan tissue.			
4.	Baringkan bayi di atas tempat permukaan datar dan empuk yang dialasi kain.			
5.	Dekatkan handuk, popok, baju ganti dan minyak bayi.			
6.	Membelai wajah dan kepala bayi sambil mengajaknya bicara.			
7.	Melumurkan minyak pada daerah yang akan dipijat.			
	Kaki			
*8.	Tahap pertama Relaxation Touch Usapan dan Goyangan halus disertai dengan kata-kata lembut “ <i>Rileks kan kakimu sayang</i> ”			
*9	Milking India (Perahan India). Pegang tungkai bayi dengan kedua telapak tangan seperti memegang pemukul softball (tangan kanan menggenggam tungkai atas, tangan kiri menggenggam tungkai bawah). Lalu buat gerakan seperti memerah dengan menggerakkan tangan kanan dan kiri ke bawah dari pangkal paha ke tumit secara bergantian dan berulang - ulang			
*10.	Milking Swedia (Perahan Swedia). Lakukan gerakan kebalikan dari Perahan India. Gerakan dilakukan dari pergelangan kaki ke pangkal paha			
*11.	Squeezing (Pijatan Memeras). Lakukan gerakan memutar dan memeras dengan lembut dari pangkal paha ke pergelangan kaki dengan kedua tangan			
*12.	Thumb After Thumb (Pijatan Telapak dan Punggung Kaki). Pijat seluruh permukaan telapak kaki mulai dari tumit ke arah jari - jari menggunakan kedua ibu jari. Lalu pijat seluruh permukaan punggung kaki mulai dari tumit ke arah jari - jari menggunakan kedua ibu jari.			
*13.	Spiral (Pijatan Memutar pada Telapak dan Punggung Kaki) Pijat seluruh permukaan telapak kaki mulai dari pergelangan kaki menuju pangkal jari dengan gerakan memutar menggunakan ibu jari. Lalu pijat seluruh permukaan punggung kaki mulai dari pergelangan kaki menuju pangkal jari dengan gerakan memutar menggunakan ibu jari.			
*14.	Finger Shake (Pijatan pada Jari). Goyang dan tarik lembut setiap jari kaki bayi.			
*15.	Relax (Gerakan Relaksasi).			
	Menyilangkan Kaki Pegang kedua pergelangan kaki bayi. Silangkan ke atas, sehingga mata kaki kanan luar bertemu mata kaki kiri dalam. Kembalikan posisi kaki pada posisi semula. Lalu pegang kedua pergelangan kaki bayi. Silangkan ke atas, sehingga mata kaki kanan dalam bertemu mata kaki kiri luar. Kembalikan posisi kaki pada posisi semula. Gerakan ini dilakukan bergantian dan berulang - ulang			
	Menekuk Kaki Bergantian. Pegang pergelangan kaki kanan dalam posisi kaki lurus, kemudian tekuk kaki kanan perlahan ke arah perut. Lakukan gerakan yang sama pada kaki kiri, ulang secara bergantian beberapa kali.			
	Perut			
*16	Mengayuh Pedal Sepeda Letakkan telapak tangan kanan di bawah tulang iga dan hati. Gerakkan telapak tangan kanan ke bawah dengan tekanan lembut sampai di bawah pusar. Lalu ulang dengan telapak tangan kiri secara bergantian beberapa kali			
*17.	Bulan Matahari Pijat dengan telapak tangan kanan, mulai dari perut kanan bawah bayi ke atas menuju ke perut kiri bawah bayi searah jarum jam (Gerakan Bulan). Lanjutkan pijatan dengan tangan kiri dengan gerakan berputar mulai perut sebelah kanan bawah bayi ke atas mengikuti arah jarum jam membentuk lingkaran penuh (Gerakan Matahari). Gerakan ini dilakukan tidak terputus. Gerakan ini diulang beberapa kali			
*18	Gerakan I LOVE YOU			

	<p>I, Pijat dengan tiga ujung jari tangan, dari perut kiri atas bayi lurus ke bawah seperti membentuk huruh I.</p> <p>LOVE, Pijat dengan tiga ujung jari tangan, dari kanan atas ke kiri atas perut bayi, kemudian ke bawah membentuk huruf L terbalik.</p> <p>YOU, pijat dengan tiga ujung jari tangan dari perut kanan ke bawah ke atas kemudian ke perut kiri atas menuju ke bawah membentuk huruf U terbalik</p>			
*19.	<p>Walking Fingers.</p> <p>Tekan seluruh bagian dinding perut dengan ujung jari telunjuk, jari tengah, dan jari manis bergantian berjalan dari sebelah kanan ke ke kiri bayi untuk mengeluarkan gelembung udara.</p>			
*20	<p>Relax</p> <p>(Derakan Relaksasi). Akhiri pijatan perut dengan mengangkat dan menekuk kedua kaki bayi hingga bagian paha menyentuh perut kemudian menekan perlahan ke arah perut.</p>			
	Dada			
*21	<p>Butterfly (Pijatan Kupu - Kupu).</p> <p>Letakkan kedua telapak tangan di tengah dada bayi. Lalu gerakkan kedua telapak tangan ke atas sampai sampai di bawah leher kemudian ke samping, ke bawah, dan kembali ke tengah tanpa mengangkat tangan, menyerupai sayap kupu-kupu..</p>			
*22	<p>Cross (Pijatan Menyilang).</p> <p>Letakkan kedua telapak tangan di kedua sudut tulang rusuk terbawah. Lalu pijat menyilang dengan telapak tangan dari pinggang ke arah bahu dan sebaliknya, bergantian kanan dan kiri.</p>			
	Tangan			
*23	<p>Milking India (Perahan India).</p> <p>Pegang lengan bayi dengan kedua telapak tangan seperti memegang memukul <i>softball</i> (tangan kanan menggenggam lengan atas, tangan kiri menggenggam lengan bawah).</p>			
*24	<p>Milking Swedia (Perahan Swedia).</p> <p>Lakukan gerakan kebalikan dari Perahan India. Gerakan dilakukan dari pergelangan tangan ke pangkal lengan..</p>			
*25.	<p>Rolling (Pijatan Menggulung).</p> <p>Gunakan kedua telapak tangan untuk membuat gerakan seperti menggulung mulai dari pangkal lengan menuju pergelangan tangan.</p>			
*26.	<p>Squeezing (Pijatan Memeras).</p> <p>Lakukan gerakan memutar dan memeras dengan lembut dari pangkal lengan ke pergelangan tangan dengan kedua tangan</p>			
*27.	<p>Thumb After Thumb (Pijatan telapak dan Punggung Tangan)</p> <p>Pijat seluruh permukaan telapak tangan mulai dari pergelangan tangan ke arah jari - jari menggunakan kedua ibu jari. Lalu pijat seluruh permukaan punggung tangan mulai dari pergelangan tangan ke arah jari - jari menggunakan kedua ibu jari</p>			
*28.	<p>Spiral (Pijatan Memutar pada Telapak dan Punggung Tangan).</p> <p>Pijat seluruh permukaan telapak tangan mulai dari pergelangan tangan menuju pangkal jari dengan gerakan memutar menggunakan ibu jari. Lalu pijat seluruh permukaan punggung tangan mulai dari pergelangan tangan menuju pangkal jari dengan gerakan memutar menggunakan ibu jari</p>			
*29	<p>Finger Shake (Pijatan pada Jari).</p> <p>Goyang dan tarik lembut setiap jari tangan bayi</p>			
*30	<p>Relax (Gerakan Relaksasi).</p> <p>Tangan disilangkan. Pegang pergelangan tangan bayi dan silangkan keduanya di dada. Luruskan kembali kedua tangan bayi ke samping, ulang gerakan ini beberapa kali.</p>			
*31	<p>Diagonal tangan - kaki. Permukaan ujung kaki kanan dan ujung tangan kiri bayi di atas tubuh bayi sehingga membentuk garis diagonal. Tarik kembali kaki kanan dan tangan kiri bayi ke posisi semula. Pertemuan ujung kaki kiri dan ujung tangan kanan bayi di atas tubuh bayi sehingga membentuk garis diagonal. Tarik kembali kaki kiri dan tangan kanan bayi ke posisi semula. Lakukan gerakan ini secara bergantian dan berulang - ulang.</p>			
	Muka			
*32.	<p>Caress Love (Sentuhan Cinta)</p> <p>Mengusap dengan rasa sayang dimulai dari garis tengah wajah ke arah samping seperti membuka buku</p>			
*33.	<p>Relax (Pijatan Daerah Alis).</p> <p>Pijat daerah di atas alis dari tengah ke samping menggunakan kedua ibu jari</p>			
*34.	<p>Circle Down (Pijatan Memutar Membentuk Lingkaran).</p> <p>Pijat mulai dari kedua sudut mata bagian dalam turun melewati pangkal hidung sampai tulang pipi, dengan gerakan memutar perlahan menggunakan ibu jari atau jari telunjuk.</p>			
*35.	<p>Smile (Senyuman).</p> <p>Pijat di atas mulut bayi menggunakan ibu jari dari jari tengah ke samping kemudian ke arah pipi seperti senyuman bayi. Lalu pijat di atas dagu mulai dari tengah ke samping menuju ke arah pipi seolah membuat bayi tersenyum.</p>			
*36.	<p>Cute (Pijatan Daerah Belakang Telinga).</p>			

	Akhiri pijatan wajah dengan gerakan lingkaran kecil mulai dari daerah di bawah telinga menuju dagu dengan menggunakan tiga jari.			
	Punggung			
*37.	GO BACK - FORWARD (Pijatan Maju Mundur). Tengkurapkan bayi melintang di depan pemijat, dengan kepala di sebelah kiri dan kaki di sebelah kanan pemijat. Posisi telapak tangan tegak lurus terhadap tulang punggung bayi. Lakukan gerakan maju mundur menggunakan telapak tangan di sepanjang punggung, dari leher sampai ke bokong bayi.			
*38.	SLIP (Pijatan Meluncur). Posisi telapak tangan tegak lurus terhadap tulang punggung bayi. Gerakan telapak tangan lurus dari atas ke bawah, dari leher sampai bokong.			
*39.	Gerakan menyetrika dan mengangkat kaki Mengulangi gerakan menyetrika punggung, dengan tangan kanan memegang kaki bayi dan gerakan dilanjutkan sampai ke tumit kaki bayi.			
*40.	Gerakan Mengayuh Letakkan telapak tangan kanan tegak lurus terhadap tulang belakang. Gerakkan telapak tangan kanan ke bawah dengan tekanan lembut sampai bokong. Ulang dengan telapak tangan kiri secara bergantian beberapa kali.			
*41.	Gerakan Spiral (Pijatan Melingkar). Buat gerakan melingkar kecil di sepanjang otot punggung, mulai dari bahu sampai bokong sebelah kiri dan kanan dengan menggunakan tiga jari.			
*42.	Gerakan Menggaruk Akhiri pijatan punggung dengan membuat beberapa kali belaian memanjang dari leher menuju bokong dengan menggunakan ujung - ujung jari..			
	Penyelesaian			
*43.	Membersihkan bayi dengan menggunakan waslap dan air hangat.			
*44.	Membereskan semua alat-alat yang telah digunakan			
*45.	Mencuci tangan 6 langkah menggunakan sabun, kemudian bilas di air mengalir, lalu keringkan dengan tissue.			
SCORE : 90				
C.	TEKNIK			
1.	Teruji menggunakan bahasa yang mudah dimengerti			
2.	Teruji melakukan secara sistematis			
3.	Teruji memberikan perhatian terhadap setiap jawaban			
4.	Teruji melakukan pencegahan infeksi dengan benar			
5.	Teruji mendokumentasikan			
SCORE : 10				
TOTAL SCORE : 110				

*) *critical point* / prasyarat wajib. Batas Kelulusan hasil total score adalah 80 %. NILAI : $(X / 110) \times 100$,

$$\text{Nilai Akhir: } \frac{A () + B () + C ()}{110} \times 100 =$$

I. Global rating → penilaian penguji secara keseluruhan (subjektifitas penguji). Beri tanda (✓) pada kolom yang disediakan sesuai dengan penilaian Anda secara umum terhadap kemampuan kandidat!

1. Tidak lulus	2. Borderline (lulus dengan catatan)	3. Lulus	4. Superior

Catatan:

.....

Purwakarta ,..... 20.....

(.....)

Penilai