

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Keterampilan

1. Pengertian

Keterampilan merupakan suatu kemampuan di dalam menggunakan akal, pikiran, ide serta kreatifitas dalam mengerjakan, mengubah atau juga membuat sesuatu itu menjadi lebih bermakna sehingga dari hal tersebut menghasilkan sebuah nilai dari hasil pekerjaan tersebut. Keterampilan ini haruslah terus dikembangkan serta dilatih dengan secara terus menerus supaya dapat/bisa menambah kemampuan seseorang sehingga seseorang tersebut menjadi ahli atau juga profesional di dalam salah satu bidang tertentu (Marlinda, 2023).

Keterampilan adalah kepandaian melakukan sesuatu dengan cepat dan tepat. Seseorang yang dapat melakukan sesuatu dengan cepat tetapi salah tidak dapat dikatakan terampil, demikian pula apabila seseorang dapat melakukan sesuatu dengan benar tetapi lambat juga tidak dapat dikatakan terampil. Sedangkan ruang lingkup keterampilan sendiri cukup luas, meliputi kegiatan berupa perbuatan, berpikir, berbicara, melihat, mendengar. Di dalam pelatihan, keterampilan dirancang sebagai proses komunikasi belajar untuk mengubah perilaku seseorang menjadi cekat, cepat, dan tepat dalam melakukan sesuatu (Anam dalam Kumalasari dkk., 2023).

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa keterampilan adalah suatu bentuk kemampuan menggunakan, pikiran, nalar dan perbuatan dalam mengerjakan sesuatu secara efektif dan efisien. Keterampilan pijat bayi adalah suatu kemampuan untuk melakukan terapi sentuh pada bayi dengan teknik-teknik tertentu

secara benar mulai dari kaki sampai punggung yang diperoleh dari suatu pelatihan atau pembelajaran oleh seseorang yang ahli dalam pijat bayi atau seseorang yang mempunyai sertifikat pijat bayi.

2. Tingkatan Keterampilan

Praktek atau keterampilan ini mempunyai beberapa tingkatan yaitu :

- a. Persepsi (*preception*) yaitu mengenal dan memilih berbagai objek sehubungan dengan tindakan yang akan diambil.
- b. Respon terpimpin (*guided response*) yaitu dapat melakukan sesuatu sesuai dengan urutan yang benar dan sesuai dengan contoh.
- c. Mekanisme (*mecanism*) yaitu melakukan sesuatu dengan benar secara otomatis, atau sesuatu itu sudah merupakan kebiasaan.
- d. Adopsi (*Adoption*) yaitu praktek atau tindakan yang sudah berkembang dengan baik. Artinya tindakan itu sudah dimodifikasikannya tanpa mengurangi kebenaran tindakan tersebut.

B. Pijat Bayi

1. Definisi

Pijat Bayi merupakan salah satu cara perawatan bayi yang sangat penting, biasanya untuk merawat bayi sakit perut, sembelit, atau kembung, yang membuat bayi sering menangis dan rewel karena merasa badannya kurang enak dan tidak nyaman. Titik tekan pengobatan pada bayi berbeda dengan orang dewasa yang membuat pemijatan lebih efektif. Ikatan batin ibu dan bayi sangat penting, semakin erat suatu jalinan itu terwujud semakin tinggi pemahaman ibu akan kebutuhan bayinya, sehingga kesempatan bayi untuk tumbuh dan berkembang dengan lebih

baik menjadi lebih besar (Roesli, 2018). Pijat bayi atau biasa disebut *stimulus touch*, merupakan sentuhan komunikasi yang nyaman antara ibu dan bayi. Pijat merupakan terapi sentuhan yang sudah sangat lama dikenal orang, akan tetapi masih jarang diterapkan oleh orang tua yang mempunyai anak bayi. Pijat bayi merupakan pengungkapan rasa kasih sayang antara orang tua dan anak melewati sentuhan kulit yang berdampak sangat luar biasa (Marni, 2019).

Pemijatan merupakan seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang dipraktekkan sejak berabad-abad silam. Bahkan ilmu ini telah dikenal sejak manusia diciptakan ke dunia, mungkin karena pijat berhubungan sangat erat dengan kehamilan dan proses kelahiran manusia. Pengalaman pijat pertama yang dialami manusia adalah pada waktu melalui jalan lahir si ibu (Roesli, 2018). Sentuhan pijatan adalah makanan bagi bayi. Makanan ini sama pentingnya dengan mineral, vitamin, dan protein. Jadi sentuhan itu sangat penting dalam masa *golden age*. Bayi sangat membutuhkan kehangatan dari ibunya, hanya dengan sentuhan ibu bayi memiliki daya tahan tubuh yang kuat (Proverawati & Ismawati, 2016).

Pijat bayi dilakukan tidak seperti pijat untuk orang dewasa, tetapi lebih ditekankan pada sentuhan, oleh karena itu pijat bayi biasa disebut dengan *stimulus touch*. Lapisan tubuh manusia yang paling peka terdapat pada kulit. Selain berfungsi sebagai pelindung tubuh, kulit juga memiliki fungsi sebagai indra perasaselain lidah. Kulit manusia dapat merasakan tekanan suhu udara dan sentuhan yang mengenainya secara langsung, karena itu sensasi sentuhan adalah indra yang aktif berfungsi sejak dini, bayi telah merasakannya sejak masih didalam kandungan, yaitu saat dikelilingi dan belai oleh cairan ketuban yang hangat. Sentuhan juga akan merangsang peredaran darah yang akan menambah energi gelombang oksigen akan

lebih banyak dikirim ke otak dan keseluruhan tubuh. Dengan teknik pijat yang lain, pijatan pada bayi ini tidak sekedar memberi efek rileks dan membantu memperlancar peredaran darah pada si kecil, tapi juga menjadi salah satu cara untuk memberi stimulus pada perkembangan seluruh indra bayi, meningkatkan berat badan dan meningkatkan pertumbuhan bayi (Marni, 2019).

Pijat bayi saat ini banyak digemari karena bisa membuat bayi lebih sehat dan tidak rewel. Pijat bayi juga bisa membuat otot bayi menjadi lebih kuat, imunitas meningkat, menaikkan berat badan bayi, mengurangi rasa sakit dan menambah kualitas tidur bayi. Pijat bayi bisa merangsang otot motorik, memperbaiki kekebalan tubuh serta menambah jumlah produksi darah putih yang membuat tubuh lebih sehat. Dengan memberikan pijatan pada tubuh bayi nantinya akan membuat tubuh bayi mengalami penurunan hormone kortisol, yaitu hormone yang menyebabkan stress. Hasilnya bayi akan lebih riang dan tidak suka menangis. Jika bayi mengalami masalah tentang berat badan, memijat secara teratur juga akan memberikan manfaat untuk mempengaruhi rangsangan syaraf, kulit dan memproduksi hormon yang berpengaruh dalam menaikkan berat badan (Roesli, 2018).

Stimulasi merupakan perangsang dan latihan-latihan terhadap kepandaian anak yang berasal dari lingkungan luar anak. Stimulasi perkembangan ini memiliki tujuan untuk membantu anak agar mencapai tingkat perkembangan yang baik. Stimulasi terbaik diberikan pada saat kondisi fisik maupun mental anak telah siap menerima stimulan sesuai dengan umur dan tahapan perkembangan. Stimulasi biasanya diberikan berdasarkan kemampuan yang akan dikembangkan (Marni, 2019), yaitu :

- a. Kemampuan gerakan kasar/motorik kasar
- b. Kemampuan gerakan halus/motorik halus
- c. Kemampuan bahasa
- d. Kemampuan bersosialisasi

Berikut prinsip-prinsip dalam melakukan stimulasi :

- a. Sebagai ungkapan rasa kasih sayang
- b. Bertahap dan berkelanjutan, serta mencakup 4 bidang dalam kemampuan perkembangan
- c. Dapat dimulai dari kemampuan perkembangan yang dimiliki anak, selanjutnya pada kemampuan perkembangan yang seharusnya dicapai pada usia tersebut.
- d. Dilakukan dengan wajar, santai, tanpa ada paksaan atau hukuman, tanpa pernah sekalipun melupakan bahwa gaya hidup anak ialah bermain sehingga menciptakan suasana yang menyenangkan
- e. Anak harus sering kali diberikan dukungan dan pujian atas keberhasilannya bisa mencapai perkembangan selanjutnya.
- f. Bila perlu alatp bantu stimulasi, gerakan alat bantu yang tidak berbahaya, sederhana dan mudah didapatkan.
- g. Stimulasi harus bervariasi dan bermacam-macam supaya tidak membosankan.
- h. Pemeriksaan sebelum melakukan stimulasi terhadap anak dengan penyimpangan perkembangan.

Kurangnya ransangan lingkungan pada anak usia dini diketahui dapat menyebabkan keterlambatan dan gangguan perkembangan pada anak. Oleh karena itu, anak perlu mendapatkan rangsangan stimulasi sejak awal; untuk perkembangannya. Stimulasi pijat bayi mulai diperkenalkan oleh Dr.Tiffany Field

dari *Touch Research Institute*, Miami, Florida, AS, pada tahun 1995. Saat menyampaikan persentasinya dalam Kongres Internasional Dokter Spesialis Anak di Hongkong, Menyatakan bahwa pijat bayi harus di bedakan dengan pijatan untuk orang dewasa yang biasanya lebih memberi tenaga yang cukup besar untuk penekanan, pijatan yang diberikan untuk si kecil seperti usapan-usapan atau sentuhan, karena itu pijat bayi sering disebut dengan *stimulus touch* yang dapat dilakukan setiap hari selama 15- 20 menit dalam waktu sebulan. Stimulasi akan merangsang perkembangan struktur maupun fungsi sel-sel otak. Selain itu bayi yang di pijat selama 5 hari saja, daya tahan tubuhnya akan mengalami peningkatan sebesar 40% saja dibanding bayi-bayi yang tidak dipijat (Kumalasari dkk., 2023).

2. Manfaat Pijat Bayi

Pijat bayi merupakan salah satu terapi yang baik dan bagus, bermanfaat dan menyehatkan bayi. Selain mempererat ikatan antara orang tua dan anak, pijat bayi sangat membantu tumbuh kembang anak menjadi lebih baik. Pijat bayi biasanya dilakukan sejak lahir sampai berusia 7 bulan. Pemijatan dapat dilakukan kapan pun sesuai dengan ketentuan- ketentuan yang sudah di sampaikan sebelumnya (Roesli, 2018).

Pijat bayi sangat bermanfaat dalam mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak, diantaranya yaitu bisa meningkatkan asupan makanan sehingga bayi akan cepat merasa lapar dan bayi akan lebih sering menyusu ibunya, sehingga bisa meningkatkan berat badan pada bayi. Selain itu bayi yang rutin melakukan pemijatan juga akan merasakan peningkatan kualitas tidurnya, yaitu bayi tidur lebih lelap dan meningkatkan kesiagaan, akibat dari adanya perubahan gelombang otak. Bayi akan merasakan lebih kuat sistem kekebalan tubuhnya,

sehingga bisa meminimalkan terjadinya sakit. Penelitian tentang manfaat pijat bayi yaitu pijat bayi bisa meningkatkan berat badan, pertumbuhan, perkembangan dan meningkatkan daya tahan tubuh yang membuat bayi tidur lelap (Tang & Aras, 2018).

Rangsangan sensorik pijat terbukti dapat merangsang pertumbuhan dan meningkatkan perkembangan anak. Selain itu pijat dapat membantu bayi yang rewel sehingga bisa tidur dengan nyenyak dan juga bisa mengurangi penyakit, termasuk sakit perut. Akan tetapi pengetahuan tentang pijat bayi ini masih belum banyak diketahui oleh masyarakat, karena masyarakat masih mempercayakan pijat kepada dukun bayi dan kurangnya pengetahuan masyarakat untuk melakukan pijat bayi kepada tenaga medis (Safitri, 2021).

Pijat bayi saat ini banyak digemari karena bisa membuat bayi lebih sehat dan tidak rewel. Pijat bayi juga bisa membuat otot bayi menjadi lebih kuat, imunitas meningkat, menaikkan berat badan bayi, mengurangi rasa sakit dan menambah kualitas tidur bayi. Pijat bayi bisa merangsang otot motorik, memperbaiki kekebalan tubuh serta menambah jumlah produksi darah putih yang membuat tubuh lebih sehat. Dengan memberikan pijatan pada tubuh bayi nantinya akan membuat tubuh bayi mengalami penurunan hormone kortisol, yaitu hormon yang menyebabkan stress. Hasilnya bayi akan lebih riang dan tidak suka menangis. Jika bayi mengalami masalah tentang berat badan, memijat secara teratur juga akan memberikan manfaat untuk mempengaruhi rangsangan syaraf, kulit dan memproduksi hormon yang berpengaruh dalam menaikkan berat badan (Marni, 2019).

Sebuah penelitian membuktikan bahwa bayi *premature* yang diberi pijatan mengalami kenaikan berat badan dua kali lipat dari pada bayi yang tidak diberi pijatan. Selain itu, mereka juga terbukti lebih aktif dan tanggap sehingga mampu bebas dari perawatan rumah sakit lebih cepat. Tak hanya itu, pijat juga bisa mencegah si kecil mengalami kembung dan kolik. Bayi yang aktif memiliki gerakan yang banyak, ketegangan otot-otot membuat mereka lelah dan mudah kembung. Pijat yang teratur dan lembut akan melemaskan otot-otot yang tegang (Afrida & Aryani, 2022).

Para ahli berpendapat, pemijatan bayi yang dapat dilakukan sedini mungkin setelah bayi dilahirkan, lebih cepat mengawali pemijatan, bayi akan mendapat keuntungan yang lebih besar.

Berikut beberapa manfaat pijat bayi (Proverawati & Wati, 2017) :

a. Manfaat Untuk Bayi

- 1) Meningkatkan daya tahan tubuh
- 2) Meningkatkan berat badan
- 3) Membuat bayi semakin tenang
- 4) Membuat bayi tidur lelap
- 5) Meningkatkan Pertumbuhan
- 6) Memperbaiki konsentrasi bayi
- 7) Membantu meringankan ketidak nyamanan (Kolik, konstipasi, tumbuh gigi)
- 8) Memacu perkembangan otak dan system saraf
- 9) Merangsang fungsi pencernaan serta pembuangan
- 10) Memperkuat ikatan bonding bayi dengan ibu/ orang tuanya.
- 11) Meningkatkan aliran oksigen dan nutrisi menuju sel

12) *Quality time*, bayi merasa aman

b. Manfaat untuk orang tua

- 1) Meningkatkan rasa kepercayaan diri ibu
- 2) Mewujudkan ikatan batin dan kedekatan yang lebih baik (*bounding*)
- 3) Memudahkan orang tua mengenali bayinya
- 4) Membantu bahasa verbal dan non verbal
- 5) Menciptakan suasana yang menyenangkan
- 6) Mengurangi stres, depresi pasca melahirkan dan ketegangan

c. Manfaat dari aspek pertumbuhan dan perkembangan

- 1) Meningkatkan berat badan
- 2) Meningkatkan pertumbuhan
- 3) Meningkatkan konsentrasi bayi dan membuat bayi tidur lebih lelap
- 4) Mengatasi masalah keterlambatan perkembangan
- 5) Memperkenalkan bayi sejak dini tentang bagian tubuhnya.

3. Teori Pijat Bayi

Kulit merupakan organ tubuh yang berfungsi sebagai reseptor terluas yang dimiliki manusia. Sensasi sentuh ialah indera aktif yang memiliki fungsi sejak dini, karena ujung-ujung saraf yang terdapat pada permukaan kulit akan bereaksi terhadap sentuhan-sentuhan. Dan selanjutnya mengirimkan pesan-pesan ke otak melalui jaringan saraf yang berada di tulang belakang. Pijat atau sentuhan juga akan merangsang peredaran darah dan akan menambah energi karena gelombang oksigen yang segar akan lebih banyak dikirim ke otak dan seluruh tubuh (Roesli, 2018). Penelitian tentang pijat bayi sampai saat ini terus berkembang, ada beberapa teori yang menerangkan mekanisme tentang pijat bayi, antara lain :

a. *Betha Endorphins*

Beta Endorphin adalah teknik pemijatan yang dapat meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan anak. Tahun 1989, Schanberg dari *Duke University Medical School* melakukan penelitian pada bayi-bayi tikus dan ditemukan bahwa jika hubungan taktil (jilat) ibu tikus kepada bayinya terganggu akan menyebabkan penurunan enzim ODC (*ornithinedecarboxylase*) dimana enzim ini menjadi petunjuk peka bagi pertumbuhan sel dan jaringan. Hal lain yang akan terjadi adalah penurunan pengeluaran hormon pertumbuhan. Pengurangan sensasi taktil akan meningkatkan pengeluaran suatu *neurochemical betha-endorphine*, yang akan mengurangi pembentukan hormone pertumbuhan karena menurunnya jumlah dan aktivitas ODC jaringan (Afrida & Aryani, 2022)

b. *Aktivitas Nervus Vagus*

Aktifitas ini mempengaruhi mekanisme penyerapan makanan. Penelitian Field dan Schanberg menunjukkan bahwa bayi yang dipijat mengalami peningkatan tonus nervus vagus yang menyebabkan peningkatan kadar enzim penyerapan gastrin dan insulin. Dengan ini, penyerapan makanan akan menjadi lebih baik. Dengan rutin dilakukan pemijatan maka berat badan bayi akan meningkat lebih banyak dari pada yang tidak dipijat (Afrida & Aryani, 2022).

c. *Teori Perubahan Gelombang Otak*

Pijat bayi akan membuat bayi tidur lebih lelap dan meningkatkan kesiagaan (*alertness*) atau konsentrasi. Pijatan dapat mengubah gelombang otak, pengubahan ini terjadi dengan cara menurunkan gelombang alpha dan meningkatkan gelombang beta serta tetha, perubahan gelombang ini dapat dibuktikan dengan penggunaan

EEG (*electroencephalogram*) (Afrida & Aryani, 2022).

d. Teori Immunitas

Aktivitas pemijatan akan meningkatkan aktivitas Neurotransmitter Serotonin, yaitu meningkatkan kapasitas sel reseptor yang mengikat glucocorticoid (adrenalin suatu hormon stres). Proses ini sangat membantu dalam penurunan kadar hormone stres yang efeknya dapat meningkatkan daya tahan tubuh terutama Ig M dan Ig G (Armini dkk., 2017).

4. Teknik Memijat Bayi

Teknik pemijatan sangat mudah dipelajari oleh siapa saja karena untuk memberikan pijatan pada si kecil, tak hanya selalu dengan bantuan tukang pijat bayi. Anda pun bisa melakukan sendiri di rumah. Asal dapat memahami tata cara pemijatan dan bagian mana saja yang boleh di pijat atau yang tidak boleh, maka manfaat pijatan yang anda berikan dapat dirasakan sampai maksimal oleh bayi anda. Ada beberapa lokasi padatubuh bayi yang di anjurkan untuk di berikan pijatan, yaitu wajah, dada, perut, tangan, kaki, serta punggung. Sebelum memulai pemijatan, lakukan beberapa langkah persiapan (Purnamayanti dkk., 2023) yaitu :

- a. Mencuci tangan
- b. Hindari kuku dan perhiasan yang menggores kulit bayi
- c. Ruangan untuk memijat usahakan hangat dan tidak pengap atau lembab
- d. Bayi selesai makan atau menyusui dan tidak berada dalam keadaan lapar
- e. Usahakan tidak diganggu dalam waktu 15 menit saat proses pemijatan
- f. Baringkan bayi di atas kain rata yang lembut dan bersih
- g. Pemijat duduk dalam posisi yang nyaman
- h. Sebelum memijat, mintalah izin kepada bayi dengan cara membelai wajahnya

sambil mengajak bicara.

5. Prosedur Langkah-Langkah Pemijatan

Adapun cara melakukan pijat bayi secara umum adalah sebagai berikut (Roesli, 2018):

a. Cara Pijat di Kepala dan Wajah Bayi

Angkat bagian belakang kepalanya dengan kedua tangan dan usap-usap kulit kepalanya dengan ujung jari. Kemudian, gosok-gosok daun telingannya dan usap- usap alis matanya, kedua kelopak matanya yang tertutup, dan mulai dari puncak tulang hidung menyeberang kedua pipinya pijat dagunya dengan membuat dengan membuat lingkaran-lingkaran kecil.



Gambar 1. Cara Pijat di Kepala dan Wajah Bayi (Roesli, 2018)

b. Cara Pijat Perut Bayi

Gunakan ujung jari tangan, buat pijatan-pijatan kecil melingkar. Gunakan pijatan I Love U. Gunakan 2 atau 3 jari, yang membentuk huruf I-L-U dari arah bayi. Bila dari posisi kita membentuk huruf I – L – U terbalik. Berikut tahapan memijat:

- 1) Urut kiri bayi dari bawah iga ke bawah (huruf I)
- 2) Urut melintang dari kanan bayi ke kiri bayi, kemudian turun ke bawah (huruf L)
- 3) Urut dari kanan bawah bayi, naik ke kanan atas bayi, melengkung membentuk

U dan turun lagi ke kiri bayi. Semua gerakan berakhir di perut kiri bayi.



Gambar 2 Cara Pijat Perut Bayi (Roesli, 2018)

c. Cara Pijat Kaki Bayi

Pegang kedua kaki bayi dengan satu tangan dan tepuk-tepuk sepanjang tungkainya dengan tangan yang lain. Usap turun naik dari jari-jari kakinya sampai ke pinggul kemudian kembali. Kemudian, pijat telapak kakinya dan tarik setiap jari- jemarinya. Gunakan jempol Anda untuk mengusap bagian bawah kakinya mulai dari tumit sampai ke kaki dan pijat di sekeliling pergelangan kakinya dengan pijatan-pijatan kecil melingkar.



Gambar 3. Cara Pijat Kaki Bayi (Roesli, 2018)

d. Cara Pijat Lengan Bayi

Pegang pergelangan tangan bayi dengan satu tangan dan tepuk-tepuk sepanjang lengannya dengan tangaa yang lain. Pijat turun naik mulai dari ujung sampai ke pangkal lengan, kemudian pijat telapak tangannya dan tekan, lalu tarik setiap jari. Ulangi pada lengan yang lain.



Gambar 4. Cara Pijat Lengan Bayi (Roesli, 2018)

e. Peregangan

Sementara bayi terlentang, pegang kedua kaki dan lututnya bersama-sama dan tempelkan lutut sampai perutnya. (Peringatan: Gerakan ini bisa membuat membuang gas). Selain itu, pegang kedua kaki dan lututnya dan putar dengan gerakan melingkar, ke kiri dan ke kanan, untuk melemaskan pinggulnya. Ini juga membuat menyembuhkan sakit perut.

f. Cara Pijat Punggung Bayi

Telungkupkan bayi di atas lantai atau di atas kedua kaki dan gerak-gerakan kedua tangan Anda naik turun mulai dari atas punggungnya sampai ke pantatnya. Lakukan pijatan dengan membentuk lingkaran kecil di sepanjang tulang punggungnya. Lengkungkan jari-jemari Anda seperti sebuah garu dan garuk punggungnya ke arah bawah.



Gambar 5. Pijat Punggung Bayi (Roesli, 2018)

C. Edukasi Dengan Media Video

1. Pengertian

Media video adalah alat bantu dalam sebuah pembelajaran yang berisikan materi pembelajaran serta sebuah alat bantu yang menampilkan pesan-pesan pembelajaran di dalam sebuah video (Pakpahan dkk., 2021). Media video pembelajaran adalah sebuah media audio dan visual yang bisa menampilkan suatu objek yang bergerak secara bersamaan disertai dengan suara alami atau yang sesuai (Rachmawati, 2019). Kemudian menurut Sadiman (dalam Marni, 2019) menyebutkan media video pembelajaran merupakan suatu media yang menggunakan audio dan visual untuk menampilkan berbagai gerak dan pesan dan hal yang ditampilkan tersebut bersifat realita maupun fiktif yang bersifat mengedukasi, memberikan informasi dan pembelajaran.

2. Karakteristik Media Video

Pada setiap media pembelajaran pastinya memiliki karakteristik atau ciri khas yang menjadi pembeda dengan media pembelajaran lainnya. Begitu juga dengan media video pembelajaran yang memiliki karakteristik tersendiri dalam kegiatan pembelajaran. Menurut Riyana (dalam Rukayah, dkk. 2020) menyebutkan bahwa karakteristik media video terdiri dari beberapa, yaitu:

- a. Media video bisa memperbesar objek yang kecil menjadi terlihat secara langsung
- b. Objek yang ditampilkan banyak
- c. Dapat mengubah beberapa bagian gambar sesuai dengan yang diinginkan
- d. Gambar yang ditampilkan dapat disimpan dalam waktu tertentu
- e. Daya tarik media video cukup tinggi yang membuat audiens tidak melakukan kegiatan lain
- f. Dapat menampilkan objek, gambar, informasi terkini dan terpercaya.

Adapun menurut Sumaranti (2020) menyebutkan adapun ciri-ciri atau karakteristik media video pembelajaran adalah sebagai berikut:

- a. Media video bersifat satu arah atau satu tujuan
- b. Menampilkan gambar yang dinamis
- c. Dipakai dengan cara yang telah ditentukan oleh pembuat
- d. Merupakan perwujudan dari benda asli ataupun fiksi
- e. Dikembangkan berdasarkan prinsip psikologis behaviorisme dan kognitif
- f. Berpusat kepada pendidik dengan keterlibatan audiens yang rendah.

Adapun menurut Sumaranti (2020) karakteristik media video pembelajaran adalah memiliki sebuah unsur video dan suara. Selanjutnya menurut Leeuwis (Rukayah, 2020) menyebutkan karakteristik media video, antara lain:

- a. Media video memiliki daya tarik tinggi
- b. Sangat cepat dalam menyampaikan pesan, isu, berita, dan informasi kepada orang lain
- c. Dapat ditayangkan pada waktu dan lokasi yang berbeda
- d. Lebih dari satu saluran komunikasi yang digunakan.

Karakteristik media video dalam meningkatkan efektifitas dalam pembelajaran adalah sebagai berikut: tidak terbatas jarak dan waktu, menampilkan kejadian-kejadian masa lalu secara nyata dalam waktu singkat, membawa audiens bertualang dari tempat satu ke tempat lain, dapat diputar ulang, informasi yang disampaikan cepat dan mudah diingat, menambah wawasan serta mengembangkan pendapat audiens, memperluas imajinasi audiens, menampilkan hal-hal abstrak menjadi secara nyata, bisa digunakan untuk media utama, bisa berperan sebagai pencerita yang dapat membuat audiens kreatif dalam menyampaikan pemikirannya.

3. Syarat-Syarat Video Menjadi Media Pembelajaran

- a. Bersifat menggambarkan suatu proses tertentu, sebuah alur demonstrasi, sebuah konsep atau mendeskripsikan sesuatu.
- b. Memiliki durasi yang lebih singkat yaitu sekitar 20-40 menit, berbeda dengan film yang pada umumnya berdurasi antara 2-3,5 jam
- c. Video pembelajaran mengutamakan kejelasan dan penguasaan materi. Format video yang cocok untuk pembelajaran diantaranya: naratif (narator), wawancara, presenter, format gabungan
- d. Pembelajaran lebih menekankan pada kejelasan pesan, dengan demikian, sajian-sajian yang komunikatif perlu dukungan teknis

4. Kelebihan Media Video

Menurut Pratama, dkk (2019), kelebihan media video adalah sangat menyenangkan bagi audiens, dapat memberikan informasi dalam bentuk nyata dan bisa memberikan pengalaman belajar yang baru bagi audiens. Kelebihan media video pembelajaran adalah mampu menjelaskan suatu kejadian nyata melalui

sebuah proses dan media video ini merupakan kombinasi dari audio dan visual yang membuat penyampaian materi lebih efektif dan cepat. Kelebihan yang dimiliki media video adalah media video mampu memberikan pesan menyeluruh kepada audiens, media video mampu untuk menjelaskan suatu proses, media video bisa diatur sesuai kebutuhan dan mampu mempengaruhi sikap audiens dengan kesan pada proses pembelajaran (Rukayah, 2020).

Pratama, dkk., (2018) menyebutkan kelebihan media video pembelajaran adalah media video pembelajaran membuat pembelajaran lebih efisien dan cocok untuk kelompok kecil dan kelas. Sejalan dengan Putri dan Fitri Y (2021) menyebutkan bahwa media video pembelajaran bisa membantu audiens dalam memahami pesan atau informasi yang disampaikan tanpa terikat dengan bahan ajar lain sehingga pembelajaran lebih efektif dan efisien. Hal yang sama diungkapkan oleh Parlindungan, dkk (2020) bahwa media video pembelajaran mempunyai kelebihan membantu audiens agar dapat menyampaikan informasi pembelajaran dengan optimal, hal-hal yang harus diperhatikan dalam pembuatan media yaitu :

- a. Tujuan pembelajaran
- b. Keefektifan media
- c. Kemampuan peserta didik
- d. Ketersediaan sarana dan prasarana
- e. Kualitas media
- f. Biaya
- g. Fleksibilitas
- h. Kemampuan menggunakan media
- i. Alokasi waktu

D. Informasi Video Refrensi/Panduan

Media video pembelajaran pijat bayi yang digunakan berasal dari aplikasi youtube dengan nama akun “Komang Erny Astiti”. Video yang diadopsi berdurasi 22 menit. Video dapat diakses melalui tautan: <https://www.youtube.com/watch?v=zJHP3AulHBg>. Media video berisikan pengenalan, definisi pijat bayi, manfaat pijat bayi, memperkuat bonding, indikasi pijat bayi, kondisi yang tepat dilakukan pijat bayi dan Langkah-langkah pijat bayi Adapun Langkah-langkah pijat bayi secara singkat yaitu :

1. Pijat kaki

Pijat dari paha hingga pergelangan kaki, gerakkan tangan seperti memerah susu

2. Pijat lengan

Pijat dari lengan atas hingga pergelangan tangan, lalu putar pergelangan tangannya

3. Pijat dada

Letakkan kedua tangan di atas dada bayi, lalu pijat lembut mengarah ke luar

4. Pijat punggung

Tengkurapkan bayi, lalu pijat sepanjang tulang belakang dari leher hingga bokong

5. Pijat wajah

Usap dahi bayi ke arah luar lalu turun ke arah pipinya membentuk pola lingkaran

6. Pijat telapak kaki

Tekan dan pijat secara lembut hingga ke arah jari-jari