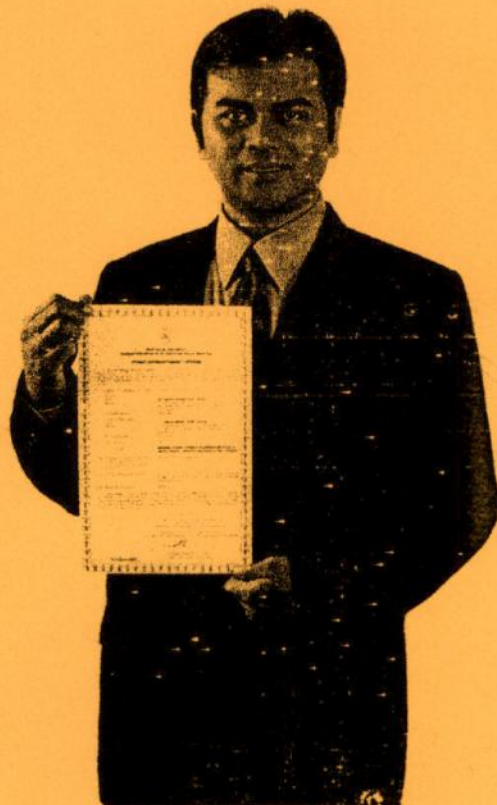


**MASASE TERAPI BAYI DAN ANAK USIA DINI
METODE ALI SATIA GRAHA**



**Disusun Oleh:
Dr. Ali Satia Graha, M.Kes. AIFO.**

DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA



REPUBLIK INDONESIA
KEMENTERIAN HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA

SURAT PENCATATAN CIPTAAN

Dalam rangka perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan : EC00201801766, 30 Januari 2018

Pencipta

Nama

Alamat

: **Dr. Ali Satia Graha, M.Kes., AIFO**

: Danukusuman Gk 4/1275 YK RT 021 RW 006 Kel. Baciro, Kec. Gondokusuman, Yogyakarta, Di Yogyakarta, 55225

: Indonesia

Kewarganegaraan

Pemegang Hak Cipta

Nama

Alamat

Kewarganegaraan

Jenis Ciptaan

Judul Ciptaan

: **Dr. Ali Satia Graha, M.Kes., AIFO**

: Danukusuman Gk 4/1275 YK RT 021 RW 006 Kel. Baciro, Kec. Gondokusuman, Yogyakarta, Di Yogyakarta, 55225

: Indonesia

: **Buku**

: **MASASE TERAPI BAYI DAN ANAK USIA DINI
METODE ALI SATIA GRAHA**

: 14 September 2017, di Bandung

Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia

Jangka waktu perlindungan

: Berlaku selama hidup Pencipta dan terus berlangsung selama 70 (tujuh puluh) tahun setelah Pencipta meninggal dunia, terhitung mulai tanggal 1 Januari tahun berikutnya.

Nomor pencatatan

: 000100815

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon. Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.



a.n. MENTERI HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA
DIREKTUR JENDERAL KEKAYAAN INTELEKTUAL

Dr. Freddy Harris, S.H., LL.M., ACCS.
NIP. 196611181994031001

PRAKATA

Karya ini berjudul “Masase Terapi Bayi dan Anak Usia Dini Metode Ali Satia Graha” yang berisikan berbagai kajian dan penjelasan tentang penatalaksanaan masase terapi untuk penanganan bayi dan anak usia dini dengan manfaat meningkatkan berat badan, merangsang pertumbuhan, meningkatkan daya tahan tubuh, membuat tidur lelap serta meningkatkan kasih sayang antara orang tua dan anak.

Buku ini diperuntukan sebagai literatur ilmu pengetahuan terapan para tenaga masase, mahasiswa olahraga, fisioterapis, perawat, bidan, medis dan masyarakat khususnya untuk para ibu. Karya ini diharapkan dapat membantu masyarakat khalayak luas agar bisa bermanfaat, baik dari segi menambah keilmuan ataupun keterampilan. Selain itu karya ini merupakan karya kelima penulis setelah “Masase Terapi Stabilitas Otot dan Sendi Metode Ali Satia Graha” yang berada pada tahap pengajuan hak kekayaan intelektual. Karya pertama penulis di bidang masase terapi berjudul “Masase Terapi Cedera Olahraga Metode Ali Satia Graha” pada tahun 2013 telah terdaftar sebagai hak kekayaan intelektual Kementerian Hukum dan Hak Asasi Manusia Republik Indonesia dengan nomor HKi 2012-12-000004482. Selain itu pada tahun 2017 telah tercipta dua buku yang telah terdaftar hak kekeayaan intelektualnya di Kementerian Hukum dan Hak Asasi Manusia Republik Indonesia dengan nomor pencatatan 089160 dan 089161 dengan judul “Masase Terapi Kelelahan Tubuh Pasca Olahraga Metode Ali Satia Graha” dan “Masase Terapi Penyakit Degeneratif Metode Ali Satia Graha”. Berdasarkan pertimbangan tersebut maka perlu adanya perlindungan hasil karya ini agar tidak berkembang budaya plagiat oleh orang lain untuk kepentingan sendiri.

Semoga karya ini dapat bermanfaat bagi mahasiswa dan masyarakat khalayak luas, baik di bidang yang sesuai profesi ataupun di luar profesi untuk kepentingan kesehatan dan kebugaran, sehingga dapat dilakukan perawatan untuk anak sedini mungkin. Anak adalah buah hati dan aset masa depan yang harus selalu dijaga kesehatan dan kebugarannya karena merupakan sesuatu yang mahal untuk selalu kita nikmati dan syukuri.

DAFTAR ISI

	Halaman
PRAKATA.....	i
DAFTAR ISI.....	ii
Masase Terapi Bayi dan Anak Usia Dini Metode Ali Satia Graha	1
Posisi Tubuh Tidur Terlentang	3
Posisi Tubuh Tidur Telungkup	11

MASASE TERAPI BAYI DAN ANAK USIA DINI METODE ALI SATIA GRAHA

Masase adalah terapi sentuh tertua dan populer yang telah dikenal manusia. Masase meliputi seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang telah dipraktikkan sejak berabad-abad silam. Masase merupakan stimulasi yang memberikan efek biokimia dan efek fisiologi pada berbagai organ tubuh. Masase yang dilakukan secara benar dan teratur pada bayi dan anak usia dini memiliki berbagai keuntungan dalam proses tumbuh kembang bayi dan anak usia dini.

Pengalaman masase pertama yang dialami manusia adalah pada waktu dilahirkan, yaitu pada waktu melalui jalan lahir ibu. Masase bayi dan anak usia dini dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan yaitu fisioterapi, bidan, *masseur* yang telah mengikuti pelatihan serta masyarakat khususnya orang tua bayi atau anak tersebut yang telah mengetahui tentang cara masase bayi dan anak usia dini. Masase bayi dan anak usia dini paling bagus dilakukan oleh orang tua, karena dapat dilakukan kapan pun untuk meningkatkan ikatan emosi antara anak dengan orang tua.

Di Indonesia berkembang berbagai macam masase bayi, baik yang menggunakan teknik masase dari luar maupun tradisional. Banyak masyarakat Indonesia yang melakukan masase pada bayi dan anak usia dini, namun tanpa menulis teknik dan proses selama masase dilakukan yang nantinya dapat diteliti secara ilmiah dan secara keilmuan dapat diterapkan oleh masyarakat lainnya. Salah satu alasan tersebut maka penulis ingin menulis metode masase terapi bayi dan anak usia dini dalam buku ini dan mendaftarkan hak kekayaan intelektual agar tidak berkembang plagiasi dan penyebaran secara ilegal untuk kepentingan pribadi. Selain itu, sebelum menulis buku ini penulis telah memiliki tiga HKI tentang metode masase terapi yang berjudul “Masase Terapi Cedera Olahraga Metode Ali Satia Graha” pada tahun 2013 telah terdaftar sebagai hak kekayaan intelektual Kementerian Hukum dan Hak Azasi Manusia Republik Indonesia dengan nomor 2012-12-000004482. Pada tahun 2017 telah tercipta dua buku yang telah terdaftar hak kekayaan intelektualnya di Kementerian Hukum dan Hak Asasi Manusia Republik Indonesia dengan nomor pencatatan 089160 dan 089161

dengan judul “Masase Terapi Kelelahan Tubuh Pasca Olahraga Metode Ali Satia Graha” dan “Masase Terapi Penyakit Degeneratif Metode Ali Satia Graha”.

Masase Terapi Bayi dan Anak Usia Dini Metode Ali Satia Graha ini penulis ciptakan 16 April 2010, saat menjadi dosen terapi dan rehabilitasi olahraga di FIK UNY. Masase Terapi Bayi dan Anak Usia Dini Metode Ali Satia Graha ini, telah diajarkan di lingkungan: (1) orang tua korban erupsi Merapi tahun 2010 di wilayah Cangkringan Yogyakarta yang bekerja sama dengan KEMENPORA, (2) mahasiswa Prodi IKORA yang mengambil mata kuliah keahlian masase terapi.

Masase Terapi Bayi dan Anak Usia Dini di Metode Ali Satia Graha ini menggunakan teknik masase berupa gerusan dan elusan yang digabungkan saat melakukan masase. Manfaat dari setiap teknik Masase Terapi Bayi dan Anak Usia Dini Metode Ali Satia Graha, antara lain:

1. Gerusan bermanfaat untuk menghancurkan *myogilosis* atau timbunan dari sisa-sisa pembakaran yang terdapat pada otot sehingga menyebabkan kontraksi otot.
2. Elusan bermanfaat untuk memperlancar peredaran darah dan menghantarkan sisa-sisa pembakaran yang telah dihancurkan atau membantu mengurangi proses peradangan pada otot.

PENATALAKSANAAN MASASE TERAPI BAYI DAN ANAK USIA DINI METODE ALI SATIA GRAHA

I. POSISI TUBUH TIDUR TERLENTANG

1. Masase pada Kaki dan Tungkai Bagian Kanan

Masase terapi bayi yang dilakukan pada kaki dan tungkai menggunakan teknik masase dengan cara mengelus (menggabungkan teknik gerusan dengan teknik gosokan) yang menggunakan ibu jari untuk merelaksasikan atau menghilangkan ketegangan otot.

A. Jari Kaki dan Punggung Kaki Bagian Kanan

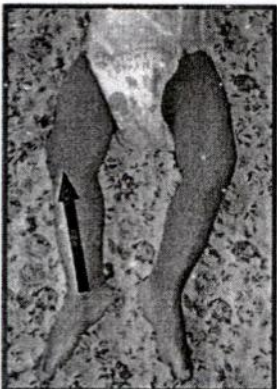


Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot jari kaki ke arah atas dari ujung jari ke pangkal jari.



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot punggung kaki ke arah atas.

B. Tungkai Bawah dan Atas Bagian Kanan



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot tungkai bawah ke arah atas dari sendi pergelangan kaki ke sendi lutut.



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot tungkai atas ke arah atas dari sendi lutut ke sendi panggul.

2. Masase pada Kaki dan Tungkai Bagian Kiri

Masase terapi bayi yang dilakukan pada kaki dan tungkai menggunakan teknik masase dengan cara mengelus (menggabungkan teknik gerusan dengan teknik gosokan) yang menggunakan ibu jari untuk merelaksasikan atau menghilangkan ketegangan otot.

A. Jari Kaki dan Punggung Kaki Bagian Kiri

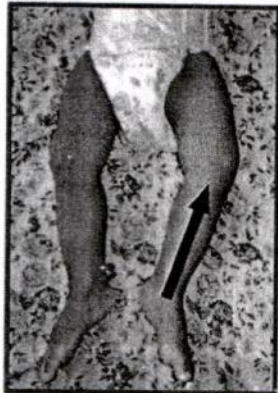


Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot jari kaki ke arah atas dari ujung jari ke pangkal jari.



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot punggung kaki ke arah atas.

B. Tungkai Bawah dan Atas Bagian Kiri



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot tungkai bawah ke arah atas dari sendi pergelangan kaki ke sendi lutut.



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot tungkai atas ke arah atas dari sendi lutut ke sendi panggul.

3. Masase pada Perut

Masase terapi bayi yang dilakukan pada perut menggunakan teknik masase dengan cara mengelus (menggabungkan teknik gerusan dengan teknik gosokan) yang menggunakan empat jari selain ibu jari untuk merelaksasikan atau menghilangkan ketegangan otot.



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot perut ke arah bawah daerah atas pusar.



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot perut ke arah pusar dari bagian samping kanan dan kiri.



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot perut ke arah atas daerah bawah pusar.

4. Masase pada Tangan dan Lengan Bagian Kanan

Masase terapi bayi yang dilakukan pada tangan dan lengan menggunakan teknik masase dengan cara mengelus (menggabungkan teknik gerusan dengan teknik gosokan) yang menggunakan ibu jari untuk merelaksasikan atau menghilangkan ketegangan otot.

A. Jari Tangan dan Tangan Bagian Kanan



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot jari tangan ke arah atas dari ujung jari ke pangkal jari.



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot punggung tangan dan telapak tangan ke arah atas.

B. Lengan Bawah dan Atas Bagian Kanan



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot lengan bawah permukaan atas ke arah atas.



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot lengan atas permukaan atas ke arah atas.



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot lengan bawah permukaan bawah ke arah atas.



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot lengan atas permukaan bawah ke arah atas.

5. Masase pada Tangan dan Lengan Bagian Kiri

Masase terapi bayi yang dilakukan pada tangan dan lengan menggunakan teknik masase dengan cara mengelus (menggabungkan teknik gerusan dengan teknik gosokan) yang menggunakan ibu jari untuk merelaksasikan atau menghilangkan ketegangan otot.

A. Jari Tangan dan Tangan Bagian Kiri



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot jari tangan ke arah atas dari ujung jari ke pangkal jari.



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot punggung tangan dan telapak tangan ke arah atas.

B. Lengan Bawah dan Atas Bagian Kiri



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot lengan bawah permukaan atas ke arah atas.



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot lengan atas permukaan atas ke arah atas.



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot lengan bawah permukaan bawah ke arah atas.



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot lengan atas permukaan bawah ke arah atas.

6. Masase pada Wajah

Masase terapi bayi yang dilakukan pada wajah menggunakan teknik masase dengan cara mengelus (menggabungkan teknik gerusan dengan teknik gosokan) yang menggunakan ibu jari untuk merelaksasikan atau menghilangkan ketegangan otot.

A. Dahi



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot dahi ke arah atas.



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot dahi ke arah samping kanan dan kiri.

B. Pipi



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot pipi ke arah samping luar sesuai bentuk tulang pipi.



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot pipi bagian samping ke arah bawah.

C. Dagu



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot dagu ke arah bawah.



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot dagu ke arah samping kanan dan kiri.

II. POSISI TUBUH TIDUR TELUNGKUP

1. Masase pada Kaki dan Tungkai Bagian Kanan

Masase terapi bayi yang dilakukan pada kaki dan tungkai menggunakan teknik masase dengan cara mengelus (menggabungkan teknik gerusan dengan teknik gosokan) yang menggunakan ibu jari untuk merelaksasikan atau menghilangkan ketegangan otot.

A. Jari Kaki Bagian Kanan



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot jari kaki ke arah atas dari ujung jari ke pangkal jari.



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot telapak kaki ke arah atas.

B. Tungkai Bawah dan Atas Bagian Kanan



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot tungkai bawah ke arah atas dari tendo *archiles* ke sendi lutut.



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot tungkai atas ke arah atas dari sendi lutut ke sendi panggul.

2. Masase pada Kaki dan Tungkai Bagian Kiri

Masase terapi bayi yang dilakukan pada kaki dan tungkai menggunakan teknik masase dengan cara mengelus (menggabungkan teknik gerusan dengan teknik gosokan) yang menggunakan ibu jari untuk merelaksasikan atau menghilangkan ketegangan otot.

A. Jari Kaki Bagian Kiri



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot jari kaki ke arah atas dari ujung jari ke pangkal jari.



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot telapak kaki ke arah atas.

B. Tungkai Bawah dan Atas Bagian Kiri



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot tungkai bawah ke arah atas dari tendo *achilles* ke sendi lutut.



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot tungkai atas ke arah atas dari sendi lutut ke sendi panggul.

3. Masase pada Punggung Bagian Kanan

Masase terapi bayi yang dilakukan pada punggung menggunakan teknik masase dengan cara mengelus (menggabungkan teknik gerusan dengan teknik gosokan) yang menggunakan ibu jari untuk merelaksasikan atau menghilangkan ketegangan otot.



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot punggung ke arah atas.



Lakukan teknik masase dengan cara menggabungkan teknik gerusan dan gosokan pada otot belikat ke arah tulang belakang.

4. Masase pada Punggung Bagian Kiri

Masase terapi bayi yang dilakukan pada punggung menggunakan teknik masase dengan cara mengelus (menggabungkan teknik gerusan dengan teknik gosokan) yang menggunakan ibu jari untuk merelaksasikan atau menghilangkan ketegangan otot.