

**PENGARUH BABY GYM TERHADAP PENINGKATAN
PERKEMBANGAN BAYI USIA 6 BULAN
(Studi di Desa Kayangan Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang)**

Yana Eka Mildiana*

ABSTRAK

Bayi merupakan dasar dari awal kehidupan manusia dimana pertumbuhan dan perkembangan menjadi faktor utama untuk menuju tahapan berikutnya. Pada masa ini sangat bergantung dari orang tua dalam hal pemenuhan kebutuhan dasar untuk tumbuh kembangnya. Dalam merangsang pertumbuhan dan perkembangan bayi dibutuhkan stimulasi. *Baby gym* merupakan salah satu kegiatan yang dapat dilakukan untuk menstimulasi pertumbuhan dan perkembangan bayi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *baby gym* terhadap peningkatan perkembangan bayi usia 6 bulan di desa Kayangan, Diwek Jombang.

Jenis Penelitian ini adalah Quasi eksperimen dengan pendekatan *non randomized pre and post test with control group design*. Sampel dalam penelitian ini adalah bayi yang berusia 6 bulan hingga 6 bulan 15 hari saat awal penelitian sebanyak 20 anak. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan KPSP, meteran, dan timbangan bayi. Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan univariat dan bivariat (uji *chi square* untuk mendapatkan nilai *odds ratio*).

Hasil penelitian menunjukkan pengaruh *baby gym* terhadap perkembangan dihitung dengan menggunakan rumus nilai *odds ratio* dengan hasil 11 kali lebih besar untuk meningkatkan kemampuan mengangkat dada, 10 kali lebih besar untuk meningkatkan kemampuan mengangkat leher.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh yang signifikan pemberian *baby gym* dalam meningkatkan perkembangan bayi yaitu meningkatkan 10 kali dalam kemampuan mengangkat dada dan 11 kali dalam meningkatkan kemampuan mengangkat leher. Ibu diharapkan sering melakukan stimulasi, ketika sedang melakukan perawatan sehari-hari serta bidan sebaiknya sering memberikan penyuluhan tentang manfaat stimulasi pada bayi.

Kata Kunci : Baby gym, perkembangan, KPSP, bayi usia 6 bulan.

***EFFECT OF BABY GYM IN THE DEVELOPMENT OF 6 MONTHS BABIES.
(Studies In The Village District Of Diwek Kayangan Jombang)***

ABSTRACT

Babies are the basis of the beginning of human life where growth and development are the main factors towards the next stage. At this time it is very dependent on parents in terms of fulfilling basic needs for growth and development. In stimulating the growth and development of a baby, stimulation is needed. The baby gym is one of the activities that can be done to stimulate baby's growth and development. This study aims to determine the effect of a baby gym on increasing the development of 6-month-old infants in Kayangan village, Diwek Jombang

The type of this research is Quasi-experiment with nonrandomized approach pre and post-test with control group design. The sample in this study were infants aged 6 months to 6 months 15 days at the start of the study as many as 20 children. The sampling technique uses total sampling. The instruments in this study used KPSP, meter, and baby scales. Data processing is done using univariate and bivariate (chi-square test to get the odds ratio value).

The results showed that the influence of the baby gym on development was calculated using the formula of the odds ratio with results 11 times greater to increase the ability to lift the chest, 10 times greater to increase the ability to lift the neck.

The conclusion of this study is that there is a significant effect of giving baby gym to improve the development of the baby which is increasing 10 times the ability to lift the chest and 11 times in increasing the ability to lift the neck. Mothers are expected to often do stimulation, while doing daily care and midwives should often provide counseling about the benefits of stimulation in infants.

Keywords : baby massage, development, KPSP, infants 6 months of age.

PENDAHULUAN

Masa bayi dianggap sebagai periode kritis dalam perkembangan kepribadian karena merupakan periode dasar dari awal kehidupan. Pertumbuhan dan perkembangan masa bayi terbagi menjadi empat bagian yaitu, usia 0 – 3 bulan, 4 – 6 bulan, 7 – 9 bulan dan 10 – 12 bulan. Saat usia 4 – 6 bulan inilah tumbuh kembang anak lebih cepat pada perkembangan motoriknya (Kemenkes RI, 2010).

Adapun hal yang mempengaruhi proses tumbuh kembang bayi diantaranya faktor keturunan (genetik), faktor lingkungan terdiri dari lingkungan biologis, fisik, sosial dan psikologis. Selain itu nilai APGAR ketika lahir dan pemberian ASI eksklusif juga sangat mempengaruhinya. Perkembangan merupakan proses berkesinambungan, bersifat kontinue dan pertumbuhan merupakan bagian dari proses perkembangan (Wong, 2009; Potter & Perry, 2005). Pertumbuhan bersifat kuantitatif, meliputi perubahan tinggi badan, berat badan, gigi, struktur tulang, dan karakteristik seksual, sedangkan perkembangan bersifat kualitatif, meliputi motorik, sensorik, kognitif dan psikososial (Potter & Perry, 2005).

Dalam perkembangan seorang anak, stimulasi merupakan kebutuhan dasar. Stimulasi memegang peran penting untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan bayi dengan maksimal. Stimulasi yang mudah diberikan orang tua secara aktif pada bayi dapat melalui stimulasi taktil, menggerakkan kaki dan tangan bayi pada posisi ekstensi serta

fleksi (Soedjatmiko, 2006).

Beberapa penelitian tentang senam bayi memberikan hasil laporan terkait dengan manfaatnya seperti penelitian terkait senam bayi antara lain, penelitian oleh Jin Jing *et al* (2007) mendapatkan hasil bahwa pada bayi yang diberikan perlakuan latihan gerak, pertumbuhan dan perkembangan lebih cepat dibandingkan dengan bayi yang tidak diberikan latihan gerak. Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Inal dan Yildiz (2012) bahwa bayi sehat lahir cukup bulan yang mendapat tindakan senam bayi perkembangan mental motoriknya lebih signifikan dibandingkan dengan tidak diberi tindakan. Sedangkan penelitian yang dilakukan Merineherta (2011) dengan hasil ada pengaruh senam bayi terhadap peningkatan keterlambatan perkembangan bayi usia 3-6 bulan, terdapat perbedaan peningkatan signifikan pada bayi yang dilakukan senam daripada yang tidak.

Dari semua penelitian dapat disimpulkan bahwa senam bayi atau baby gym meningkatkan perkembangan, pertumbuhan, meningkatkan daya tahan tubuh, meningkatkan konsentrasi bayi & membuat bayi tidur lebih lelap. Senam bayi juga memberi stimulasi untuk kematangan motorik kasar, motorik halus, sosial adaptif dan meningkatkan kuantitas tidur seorang bayi (Inal & Yildiz, 2012; Jin Jing *et al*, 2007).

Mekanisme fisiologi dari manfaat senam bayi, adalah *Beta endorphin* yang mempengaruhi mekanisme pertumbuhan,

aktivitas *nervus vagus* mempengaruhi penyerapan makanan, meningkatkan volume ASI, produksi *serotonin* meningkatkan daya tahan tubuh.

Fenomena yang terjadi di masyarakat saat ini masih banyak ditemukannya anak-anak yang mengalami keterlambatan pada perkembangannya (Widodo & Herawati, 2008). Hal ini karena banyak orang tua yang kurang memahami pentingnya proses serta tahapan perkembangan pada anak mereka, seperti ibu yang tidak mengajak bayinya bicara ketika sedang melakukan perawatan atau tidak memberikan latihan gerak pada kaki dan tangan bayi. Sehingga kurang melakukan stimulasi sejak dini pada anak (Soedjatmiko, 2006). Keterlambatan perkembangan anak dirasakan oleh orang tua ketika anak usia 2 – 3 tahun yang seharusnya sudah mulai berbicara, namun hingga melebihi dari usia, seorang anak belum dapat berbicara dan orang tua baru merasakan kekhawatirannya. (Widodo & Herawati, 2008).

Studi pendahuluan dilakukan dengan sampel sebanyak 20 bayi berusia 6 bulan yang sehat secara fisik, di wilayah kerja puskesmas Cukirmenggunakan Kuesioner Pra Skinning Perkembangan (KPSP). Didapatkan hasil sebanyak 13 bayi atau sebesar 65, % bayi yang mengalami keterlambatan pada perkembangannya. Diantaranya pada tahap motorik kasar tidak mampu mengangkat dadanya menggunakan kedua lengannya dan saat posisi telentang tangan bayi dipegang lalu di tarik perlahan-lahan ke posisi duduk bayi seharusnya mempertahankan lehernya secara kaku, namun seluruh bayi belum dapat melakukannya. Peneliti juga mendapatkan hasil wawancara saat studi pendahuluan, pada 20 ibu atau 100% mengakui mereka tidak begitu mengerti apa yang penting di awal pertumbuhan dan perkembangan bayi. Ibu hanya beranggapan jika diberi ASI atau makanan tambahan saja sudah cukup, namun untuk aspek perkembangannya tidak terlalu diperhatikan. Melihat hal tersebut sesuai penilaian KPSP perkembangan bayi

selanjutnya bisa terganggu.

BAHAN DAN METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah Quasi eksperiment dengan pendekatan *non randomized pre and post test with control group design*. Penelitian ini dilakukan dengan cara melihat perkembangan bayi sebelum diberi perlakuan (*pre*) berusia 6 bulan sampai 6 bulan 15 hari dan sesudah diberi perlakuan (*post*) selama 30 hari pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi yang kemudian akan dilihat hasil dari perlakuan yang didapatkan kedua kelompok tersebut.

Penelitian ini dilakukan di desa Kayangan wilayah kerja Puskesmas Cukir Kabupaten Jombang. Waktu penelitian mulai dari penyusunan proposal hingga penyusunan laporan akhir, dimulai bulan Juni sampai dengan Oktober 2018. Pengumpulan data dilakukan padabulan Juli 2018.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua bayi yang bertempat tinggal di wilayah desa kayangan mulaidari RW 01 hingga RW 8. Sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *total sampling*. Dengan demikian peneliti mengambil sampel dari seluruh bayi di desa kayangan mulaidari RW 01 hingga RW 8 yang berusia 6 bulan hingga 6 bulan 15 hari saat awal penelitian. Peneliti menggunakan kriteria inklusi a) bayi yang sedang berusia 6 bulan hingga 6 bulan 15 hari saat awal penelitian, b) bayi lahir cukup bulan, c) bayi dengan status keterlambatan perkembangan pada motorik kasar poin pertanyaan nomor 5 dan 6 KPSP dengan usia 6 bulan saat pre intervensi, d) orang tua bersedia mengikuti proses penelitian selama 30 hari, e) orang tua mampu melakukan intervensi sesuai yang diajarkan oleh peneliti. Sedangkan kriteria eksklusi antara lain a) bayi dengan kelainan bawaan sejak lahir, b) bayi dengan kemampuan perkembangan melebihi perkembangan untuk usianya, c) bayi kelahiran berat badan lahir rendah, d) bayi kelahiran premature, e) bayi berat badan lebih atau obesitas.

Variabel dalam penelitian ini adalah baby gym dan perkembangan bayi usia 6 bulan. Instrumen yang digunakan adalah lembar identitas responden, pita (meteran) pengukur panjang badan, timbangan bayi dan lembar Kuesioner PraSkринing Perkembangan (KPSP) untuk usia 6 bulan.

Data diolah dengan menggunakan *editing, coding, scoring dan tabulating*. Selanjutnya dilakukan analisis univariat kemudian dilakukan analisis bivariat dengan menggunakan chi-square yaitu untuk mengetahui *odds ratio* (OR) sebagai nilai efektifitas baby gym terhadap perkembangan bayi usia 6 bulan.

HASIL PENELITIAN

1. Data umum (Usia)

Tabel 1. Distribusi Responden berdasarkan usia bayi di Desa Kayangan wilayah kerja Puskesmas Cukir Jombang pada bulan Juni 2018

No	Usia (bulan)	f	Persentase
1	6 bulan 3 hari	2	10
2	6 bulan 8 hari	4	20
3	6 bulan 9 hari	3	15
4	6 bulan 11 hari	3	15
5	6 bulan 13 hari	6	30
6	6 bulan 14 hari	1	5
7	6 bulan 15 hari	1	5
Total		20	100

Sumber : Data Primer 2018

Dari tabel 1 diperoleh hasil karakteristik responden berdasarkan usia didapatkan bahwa sebagian besar 6 (30%) responden berusia 6 bulan 13 hari.

2. Data Khusus

Pengaruh Baby Gym Terhadap Perkembangan Bayi

Tabel 2. Pengaruh Baby Gym Terhadap Perkembangan Bayi Mengangkat Dada Menggunakan Kedua Tangan Pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol (N=20)

Kelompok	Dapat mengangkat dada		Tidak dapat mengangkat dada		Total	%	p-value
	N	%	N	%			
Intervensi	8	41,6	2	8,4	10	50,0	0,025
Kontrol	4	29,2	6	20,8	10	50,0	
Jumlah	12	70,8	8	29,2	20	100	

Sumber: Data Primer 2018

Berdasarkan tabel 2. nilai OR pada pemberian baby gym diperoleh sebesar 11. Sehingga disimpulkan bahwa pemberian baby gym 11 kali lebih besar kemungkinannya untuk meningkatkan kemampuan mengangkat dada dengan kedua tangan sebagai penyangga pada bayi.

Tabel 3 Pengaruh Baby Gym Terhadap Perkembangan Bayi Mengangkat Lehernya Pada Kelompok Intervensi dan Kontrol (N=20)

Kelompok	Dapat mengangkat dada		Tidak dapat mengangkat dada		Total	%	p-value
	N	%	N	%			
Intervensi	8	41,6	2	8,4	10	50,0	0,025
Kontrol	6	29,2	4	20,8	10	50,0	
Jumlah	14	70,8	6	29,2	20	100	

Sumber : Data Primer 2018

Berdasarkan tabel 3 nilai OR pada pemberian baby gym diperoleh sebesar 10. Sehingga disimpulkan bahwa pemberian baby gym 10 kali lebih besar kemungkinannya untuk meningkatkan kemampuan mengangkat lehernya saat ditarik kedua lengannya ke posisi duduk.

PEMBAHASAN

Usia responden yang terbanyak pada penelitian ini adalah bayi dengan usia 6 bulan 13 hari yaitu sebanyak 30 %, usia responden ini sesuai dengan ketentuan usia yang ditetapkan Kemenkes RI (2010) yaitu bayi usia 6 bulan adalah bayi yang berusia 6 bulan sampai 6 bulan 15 hari. Pada usia 6

bulan ini bayi mengalami perkembangan dan pertumbuhan yang lebih cepat, terutama dalam perkembangan motoriknya (Kemenkes RI 2010). Selain itu tahap perkembangan awal pada bayi yang berkembang untuk kognitifnya adalah perkembangan sensori motorik. Karena pada usia 6 bulan lingkaran kepala bayi telah mencapai 44 cm, pada saat ini sel-sel otak yang ada akan memperkuat hubungan antar syaraf yang telah terbentuk. Sehingga dari perkembangan otak inilah yang menyebabkan perkembangan kognitif pada bayi dapat berkembang lebih cepat dari bulan sebelumnya (Wong 2009).

Pengaruh Baby Gym terhadap perkembangan bayi dalam mengangkat dada menggunakan kedua tangannya serta mengangkat lehernya.

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa setelah dilakukan perlakuan dengan memberikan penatalaksanaan selama 30 hari dengan baby gym, bayi mengalami peningkatan kemampuan mengangkat dada dengan kedua tangan sebagai penyangga pada bayi. Pada perkembangan mengangkat dada bayi menggunakan pengukuran dengan uji Chi Square dengan hasil peningkatan antara baby gym terhadap kemampuan mengangkat dada didapatkan nilai *odds ratio* (OR) 11. Angka tersebut menunjukkan bahwa baby gym 11 kali lebih besar kemungkinannya untuk meningkatkan perkembangan bayi dalam mengangkat dada dengan kedua tangannya sebagai penyangga daripada yang tidak mendapatkan perlakuan baby gym.

Dalam perkembangan kemampuan motorik kasar mengangkat leher didapatkan hasil pengukuran dengan uji Chi Square bahwa peningkatan kemampuan antara baby gym terhadap kemampuan mengangkat leher diperoleh nilai *odds ratio* (OR) 10. Nilai ini menunjukkan baby gym 10 kali lebih besar untuk meningkatkan kemampuan perkembangan mempertahankan leher ketika kedua tangannya ditarik dengan perlahan sampai ke posisi duduk daripada yang tidak mendapatkan perlakuan baby

gym. Sehingga dapat disimpulkan bahwa baby gym berpengaruh dalam peningkatan perkembangan terutama motorik kasar pada bayi.

Perkembangan motorik kasar adalah gerak fisik yang membutuhkan keseimbangan dan koordinasi antar anggota tubuh, dengan menggunakan otot besar, sebagian ataupun semua anggota tubuh. Pada bayi umur 6 bulan ke atas otot rangka tubuh sudah cukup kuat sehingga bayi telah siap dapat melakukan gerakan motorik kasar tersebut (Suhartini, 2007).

Hasil penelitian ini berkaitan dengan gerakan-gerakan pedoman untuk baby gym bayi usia 3-8 bulan, mulai dari gerakan jari dan tangan untuk kekuatan tangan, lalu posisi tengkurap yang difokuskan pada daerah kepala, punggung dan tungkai, gerakan ini dapat menstimulasi bayi untuk mengangkat kepala dengan kekuatan tangan. Kemudian posisi terlentang sampai setengah duduk dengan memegang kedua tangan dan kaki yang ditebuk, siku serta lututnya, ditarik perlahan sampai kepala terangkat dari alas, sehingga posisi bayi menjadi setengah duduk, gerakan ini menstimulasi bayi untuk mengangkat kepala.

Hasil dari penelitian pengaruh baby gym terhadap perkembangan pada bayi usia 6 bulan khususnya motorik kasar ini hampir sama dengan riset yang dilakukan oleh Jin Jing, *et al* (2007) yang menyatakan pemberian pijatan dan latihan gerak dapat meningkatkan secara perkembangan fisik dan kecerdasan bayi mulai dari bayi lahir hingga dengan bayi usia 6 bulan dengan $p=0,010$ untuk index berat badan.

Bayi yang mendapatkan rangsangan teratur dan terarah seperti dengan baby gym akan lebih cepat berkembang dibandingkan bayi yang kurang mendapatkan rangsangan. Sama halnya dengan exercise pada orang dewasa baby gym dapat meningkatkan sirkulasi darah sehingga suplai oksigen di seluruh tubuh tercukupi dan teratur, selain itu latihan juga meningkatkan rangsangan perkembangan otot serta pertumbuhan sel tubuh.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Dari hasil penelitian selama 1 bulan di Desa Kayangan wilayah kerja Puskesmas CukirKabupaten Jombang dapat disimpulkan bahwa:

1. Usia terbanyak dari responden adalah berusia 6 bulan 13 hari sebesar 6 orang (30 %).
2. Ada pengaruh pemberian baby gym dalam meningkatkan perkembangan bayi yaitu meningkatkan 10 kali dalam kemampuan mengangkat dada dan 11 kali dalam meningkatkan kemampuan mengangkat leher.

Saran

Diharapkan ibu terus memantau perkembangan bayi meskipun sudah mengalami peningkatan kemampuan perkembangannya. Ibu sebaiknya sering melakukan stimulasi, seperti mengajak bayinya bicara ketika sedang melakukan perawatan sehari-hari. Bidan sebaiknya lebih sering memberikan penyuluhan tentang manfaat stimulasi pada bayi.

KEPUSTAKAAN

1. Alimul, Aziz. 2007. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta : Salemba Medika.
2. Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.
3. Data Tumbuhkembang bayi di Wilayah Kerja Puskesmas Cukir Kabupaten Jombang. 2017.
4. Departemen Kesehatan RI. 2009. *Pedoman Pelaksanaan Stimulasi Deteksi dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak di Tingkat Pelayanan Kesehatan Dasar*. Jakarta : Departemen Kesehatan.
5. Nursalam. 2008. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
6. Inal, Sevil & Yildiz, Suzan. 2012. *The Effect of Baby Massage On Mental-*

Motor Development of Healthy Full Term Baby. Turkey: HealthMED

7. Jing, Jin et al. 2007. *Massage and Motion Training For Growth and Development of Infants*. Guangzhou : World J Pediatr.
8. Soedjatmiko. 2006. *Pentingnya Stimulasi Dini untuk Merangsang Perkembangan Bayi dan Balita Terutama Bayi Resiko Tinggi*. Jakarta : Sari Pediatri Vol 8 No 3.
9. Sugiono, 2006. *Statika Untuk Penelitian*. Bandung : Penerbit Alfabeta.
10. Suhartini, B. 2007. *Tahap Perkembangan Motorik Bayi*. Yogyakarta: FKIKUniversitas Negeri Yogyakarta.
11. Widodo, A & Herawati, I. 2008. *Efektifitas Massage Efflurage Terhadap Perkembangan Gross Motoric Pada Usia 3-4 Bulan*. Semarang: ProgramStudi Fisioterapi UMS.
12. Wong, et al. 2009. *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik Vol. 1*. Jakarta: EGC