
HOME CARE BABY SPA DAN BABY GYM UNTUK OPTIMALISASI PERTUMBUHAN DAN PERKEMBANGAN BAYI

**Eka Falentina Tarigan¹, Eva Ratna Dewi², Siti Nurmawan Sinaga³, Marliani⁴,
Cindy Silvia Br. Sitepu⁵**

^{1,3}Prodi Kebidanan Program Sarjana STIKes Mitra Husada Medan

^{2,4}Prodi Kebidanan Program Diploma Tiga STIKes Mitra Husada Medan

⁵STIKes Mitra Husada Medan

ekafalentina5@gmail.com, evaratna.dewi87@gmail.com, nurmawan747@gmail.com,
marlianidady@gmail.com, cindysitepu28@gmail.com

Abstract

Based on data from the Basic Health Research (Riskesdas) in 2018, there were 37.2% of children under five in Indonesia experiencing stunting. Public health problems are considered serious if the short prevalence is 30-39 percent and serious if the short prevalence is 40 percent. There are 16% of Indonesian toddlers experiencing developmental disorders, both fine motor and gross motor development, hearing loss, less intelligence and delays. During this covid-19 pandemic, many mothers are worried about bringing their children to the clinic to get stimulation, even though stimulation such as baby spas and baby gyms is needed to optimize baby's growth and development. The purpose of this service is to help facilitate the provision of baby spas and baby gyms by means of home care so as to optimize the growth and development of babies during this COVID-19 pandemic. This community service activity was carried out in the Kwala Bekala area, and has been carried out on 28 babies within 2 months. The initial stage was socialization through social media and through the delivery of information to the community directly about community service, by asking for help from health cadres and finally getting the opportunity to do home care for several babies and provide baby gym and baby spa actions from home to house. It is hoped that by facilitating the provision of this stimulation, the growth and development of children is maintained and mothers are also helped, the safety of babies is also maintained without having to come to health facilities. The results obtained are parents feel safe because babies do not have to go to health facilities to get stimulation and the baby's growth and development can still be monitored by parents.

Keywords : Baby Gym, Baby Spa, Growth, Development, Baby

PENDAHULUAN

Pertumbuhan dan perkembangan merupakan proses yang berbeda, keduanya tidak dapat berdiri sendiri namun keduanya saling berkaitan satu dengan yang lain sehingga tidak dapat dipisahkan. Pertumbuhan merupakan bertambahnya jumlah serta besarnya ukuran sel diseluruh bagian tubuh yang secara kuantitatif dapat diukur (Ardita, 2012)

Gangguan tumbuh kembang anak terjadi bila ada faktor genetik dan atau karena faktor lingkungan yang tidak mampu mencukupi kebutuhan dasar tumbuh kembang anak. Deteksi dan intervensi yang tepat guna dapat mengoptimalkan kualitas tumbuh kembang anak selanjutnya (Alimul, 2010)

Kemampuan motorik kasar adalah kemampuan untuk membuat gerakan yang melibatkan otot-otot besar dan membentuk sikap tubuh seperti mengangkat kepala, sedangkan motorik halus kemampuan untuk membuat gerakan lebih halus dan melibatkan keluwesan otot-otot kecil seperti untuk mengambil benda kecil dengan jari-jari (Desmita, 2018)

Masa bayi adalah masa keemasan (golden periode) sekaligus masa kritis perkembangan seseorang. Dikatakan masa keemasan karena didalam masa ini terdapat masa yang penting dalam proses tumbuh kembang seorang anak karena pada masa ini perkembangan fisik, mental dan otak tumbuh dengan cepat (Purwanti, 2014).

Pada tahun 2011 secara global terdapat sekitar 101 juta anak dibawah usia 5 tahun yang termasuk dibawah berat badan ideal dan 165 juta anak mengalami *stunting*. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, terdapat 37,2 % anak balita di Indonesia mengalami *stunting*. Hal tersebut artinya terjadi peningkatan dibandingkan tahun 2010 yaitu (35,6 %) dan

tahun 2007 (36,8 %). Masalah kesehatan masyarakat dianggap berat bila prevalensi pendek sebesar 30 – 39 persen dan serius bila prevalensi pendek ≥ 40 persen. Anak – anak yang kekurangan gizi cenderung memiliki peningkatan resiko morbiditas dan mortalitas dan akan sering menderita keterlambatan perkembangan mental, prestasi sekolah yang buruk dan prestasi intelektual yang buruk (Devi, 2012).

Terdapat 16% balita Indonesia mengalami gangguan perkembangan, baik perkembangan motorik halus maupun motorik kasar, gangguan pendengaran, kecerdasan kurang dan keterlambatan. Prevalensi gangguan perkembangan paling tinggi terjadi pada gangguan bahasa (13,8%), kemudian diikuti oleh gangguan perkembangan motorik halus (12,2%). Pada usia 4 tahun biasanya anak sudah menguasai dasar-dasar perkembangan bahasa, namun 5% sampai 8% dari anak-anak mengalami keterlambatan bahasa atau kelainan pada masa prasekolah yang mungkin berikutnya akan terkait dengan gangguan belajar, sosioemosional atau masalah perilaku sampai ia dewasa (Ninik, 2017).

Pada masa pandemic corona virus disease (COVID-19) merupakan masalah kesehatan yang sedang dihadapi oleh hamper 200 lebih negara diseluruh dunia, tidak terkecuali Indonesia. Di Indonesia, tingkat kematian akibat infeksi COVID-19 mencapai 8,7 %. Hal tersebut yang menyebabkan ibu merasa khawati membawa anaknya ke fasilitas kesehatan seperti biasanya dilakukan sebelum masa pandemic untuk mendapatkan stimulasi seperti baby gym dan baby spa.

Survey pendahuluan yang dilakukan di Kelurahan Kwala Bekala Kota Medan terhadap 10 orangtua dari bayi, 9 orang menyatakan tidak membawa bayi ke klinik ataupun puskesmas dan rumah sakit untuk melakukan *baby gym* dan *baby spa* secara rutin. Berdasarkan latar belakang tersebut tim pelaksana tertarik untuk membantu memfasilitasi dengan cara home care dengan tujuan untuk memberi stimulasi baby gym dan baby spa kepada bayi. Kegiatan ini

memiliki manfaat dapat mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan bayi walaupun di masa pandemic COVID-19 bayi tetap mendapatkan stimulasi tanpa harus datang ke fasilitas pelayanan kesehatan.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini melibatkan dosen dan mahasiswa STIKes Mitra Husada Medan sebagai bentuk kepedulian tenaga medis kepada generasi penerus bangsa, walaupun dimasa pandemic bayi harusnya tetap optimal tumbuh kembangnya. Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan dengan melibatkan kader, masyarakat dan memanfaatkan media social, whatsapp dan pemberian informasi secara langsung pada tahap sosialisasi. Kegiatan ini diawali dengan : 1) Analisis situasi, bahwa diketahui situasi saat ini di Indonesia dan dunia dimasa pandmi COVID-19 menyebabkan ibu tidak membawa bayinya untuk mendapatkan stimulasi berupa baby gym dan baby spa. 2) Meminta surat izin melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat dari lingkungan daerah sekitar Kelurahan Kwala Bekala Kota Medan. 3) Meminta bantuan kader, masyarakat dan sosialisasi tentang kegiatan pengabdian melalui media social dan media komunikasi. 4) Melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat selama 2 bulan yaitu dimulai 25 Februari 2021 sampai dengan 19 April 2021.

Kegiatan pengabdian tetap dilakukan kepada bayi yang orangtuanya sudah menghubungi tim pelaksana terlebih dahulu melalui social media maupun media komunikasi maupun secara langsung dengan memperhatikan protocol kesehatan. Tim pelaksana membawa hand soap dan hand sanitizer serta masker saat melakukan home care kepada bayi.

Kegiatan diawali dengan analisis situasi masalah yang akan berpengaruh terhadap generasi penerus bangsa kedepannya dilanjutkan dengan mengurus surat ke Kelurahan Kwala Bekala Kota Medan sebagai izin untuk melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat di daerah tersebut. Langkah-langkah kegiatan pengabdian yaitu :

1. Persiapan sosialisasi dimulai dari pemberian informasi pentingnya baby spa dan baby gym untuk tumbuh kembang bayi melalui media social, media komunikasi, tim kader kesehatan serta masyarakat secara langsung. Media social yang digunakan adalah instagram, facebook, whatsapp. Materi yang diberikan adalah pengertian stimulasi, baby spa, baby gym, tujuan dan manfaat baby spa dan baby gym, bagaimana pelaksanaannya, berapa kali dilaksanakan, apa dampak jika tidak memberikan stimulasi kepada bayi.
2. Pelaksanaan kegiatan pengabdian pada peserta/sasaran dari kegiatan adalah orangtua yang memiliki bayi yang menghubungi tim pelaksana untuk mendapatkan fasilitas home care untuk stimulasi baby gym dan baby spa pada bayinya.
3. Stimulasi akan diberikan selama 2 kali seminggu selama 2 bulan pada bayi secara rutin.
4. Evaluasi dilaksanakan sebelum dan sesudah diberikan baby gym dan baby spa, yang dievaluasi adalah berat badan dan panjang badan bayi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Saat ini Indonesia dan dunia mengalami masalah kesehatan yaitu pandemic COVID-19 yang menyebabkan pembatasan masyarakat keluar rumah, pergi ke fasilitas kesehatan jika situasi yang urgent. Hal ini membuat ibu tidak membawa bayi ke fasilitas kesehatan untuk mendapatkan stimulasi, padahal bayi sangat memerlukan stimulasi untuk tumbuh kembang yang optimal.

Sasaran pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah orangtua yang memiliki bayi yang menghubungi tim pelaksana untuk mendapatkan fasilitas home care untuk stimulasi baby gym dan baby spa pada bayinya. Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Kelurahan Kwala Bekala dimulai 25 Februari 2021 sampai dengan 19 April 2021.

Dalam upaya mengotimalkan pertumbuhan dan perkembangan bayi perlu diambil solusi

yaitu melaksanakan pengabdian masyarakat dengan cara home care dengan dampak kegiatan memberikan stimulasi baby spa dan baby gym sehingga tumbuh kembang bayi tetap optimal walaupun dimasa pandemic COVID-19. (Kemenkes, 2020)



Dokumentasi : Pelaksanaan Homecare Baby Gym dan Baby Spa.

Menurut Jin Jing et al (2007) bayi yang diberikan baby gym pertumbuhannya lebih cepat dibandingkan dengan yang tidak diberikan baby gym. Mekanisme fisiologi dari manfaat senam bayi adalah Beta endorphin yang mempengaruhi mekanisme pertumbuhan. Sesuai dengan hasil penelitian bahwa pertumbuhan yang meningkat adalah panjang badan bayi sedangkan untuk berat badan tidak terlalu berpengaruh. Hal ini disebabkan peningkatan berat badan dan perkembangan bayi sangat dipengaruhi oleh berbagai factor baik factor internal maupun eksternal. Faktor internal yaitu genetic, pengaruh hormone, Faktor eksternal yaitu gizi, toksin, infeksi, kelainan imunologi, psikologi ibu, pengetahuan ibu. Budaya lingkungan, status ekonomi, lingkungan fisik, lingkungan pengasuhan, stimulasi, dll (Yana, 2019).

Berdasarkan sumber The American Massage Therapy Association, pemijatan terlebih dahulu sebelum berenang ini penting untuk menstimulasi saraf bayi dan melancarkan peredaran darah. Bayi akan merasa nyaman

karena pemijatan yang dilakukan hanya pemijatan lembut tanpa tekanan dan akan mempengaruhi kesehatan kardiovaskuler terutama pada organ jantung bayi. Setelah dilakukan pemijatan maka nafsu makan bayi akan senantiasa meningkat dan proses pencernaan lancar (Primanta, 2016).

Menurut sumber Yuliana, Suharto, dan Handayani (2013) pada bayi usia 3-5 bulan didapatkan peningkatan berat badan bayi dipijat selama 4 minggu yang dilakukan secara rutin lebih tinggi dibandingkan berat badan bayi yang tidak dipijat. Hal ini terjadi karena hormone stress pada bayi menurun, maka bayi dapat menghisap ASI lebih banyak, sehingga produksi ASI meningkat dan berat badan akan meningkat.

Tindakan Baby Spa juga dapat meningkatkan kepadatan tulang karena setelah proses pemijatan yang memakan waktu 30 menit bayi selanjutnya akan berenang di kolam berisi air hangat. Latihan terapung di dalam air yang disertai dengan pemijatan lembut akan meningkatkan kepadatan tulang bayi dan mempercepat tumbuh kembang bayi (Uli, 2019).

Dampak kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah tumbuh kembang bayi menjadi optimal. Disarankan kegiatan ini tetap berlanjut karena terbukti efektif dalam mengoptimalkan tumbuh kembang anak dari 28 bayi, semua mengalami peningkatan berat badan dan panjang badan.

Simpulan

Di masa pandemic covid -19 ini banyak ibu yang merasa khawatir membawa anaknya ke klinik untuk mendapatkan stimulasi, padahal stimulasi seperti baby spa dan baby gym sangat diperlukan untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan bayi. Tujuan pengabdian ini adalah untuk membantu memfasilitasi pemberian baby spa dan baby gym dengan cara home care sehingga dapat mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan bayi di masa pandemi covid-19 ini.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan didaerah Kwalu Bekala, dan telah dilaksanakan pada 28 bayi dalam waktu 2 bulan. Diharapkan dengan memfasilitasi

pemberian stimulasi ini, tumbuh kembang anak tetap terjaga dan ibu juga terbantu, keamanan bayi juga terjaga tanpa harus datang ke fasilitas kesehatan.

Ucapan Terima Kasih

Daftar Pustaka

- Ardita V, Kaidr A, Askar M. Deteksi Perkembangan Anak Berdasarkan DDST Di RW I Kelurahan Luminda Kecamatan Wara Utara Kota Palopo. 2012;1(2):1-8. ISSN : 2302-1721
- Alimul,Hidayat A.A, Metode Penelitian Kesehatan Paradigma Kuantitatif.2010.Jakarta:Health Books
- Chamidah Atien. Deteksi Dini Gangguan Pertumbuhan Dan Perkembangan Anak. 2009.
- Desai Meena. Growth Disoorders. MJAFI. 2003;59:278-282.
- Desmita,R. Psikologi Perkembangan. Bandung: Remaja Rosda Karya. 2018
- Direktorat Bina Kesehatan Anak. Direktorat Jenderal Bina Kesehatan Masyarakat. Departemen Kesehatan R.I. Stimulasi, Deteksi dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak. 2015.
- Irwanto, Suryawan A, Narendra M B. Penyimpangan Tumbuh Kembang. Continuing Education Ilmu Kesehatan Anak XXXVI; Surabaya 26 – 30 Juli 2006.
- Kumala Dewi Feti. Efektifitas SDIDTK Terhadap Peningkatan Angka Penemuan Dini Gangguan Tumbuh Kembang Pada Anak Usia Balita Di Posyandu Teluk Wilayah Puskesmas Purwokerto Selatan. 2012.
- Kemntrian Kesehatan Republik Indonesia. Situasi dan Analisis Pusat Data dan Informasi Kemntrian Kesehatan Republik Indonesia. 2020
- Ucapan terima kasih disampaikan kepada STIKes Mitra Husada Medan dan Lurah Kelurahan Kwala Bekala Kota Medan atas izin yang telah diberikan sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat dilaksanakan dan berjalan dengan baik
- Ninik S. Pedoman Senam Bayi. Jakarta : Pustaka Sinar Harapan. 2017
- Purwanti S. Efektivitas Pelaksanaan Senam Bayi Terhadap Peningkatan Perkembangan Bayi. 2014
- Primanta A. 2016. Pengaruh baby spa terhadap pertumbuhan dan perkembangan (Skripsi). Makasar: Universitas Hasanuddin.
- Ranggaahdiat, Devy, 2012. Senam Bayi (Baby Gym) <https://devyranggaahdiat.wordpress.com/2012/03/07/senam-bayi-baby-gym/> di akses tanggal 17 Agustus 2018
- Uli L. Efektifitas Babyy Massahe dan Baby Gym terhadap Perkembangan Bayi 3-6 Bulan . Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIK) Vol XII, No I, Maret 2019. ISSN 1978-3167, E-ISSN 2580-135
- Unggul B, Fitriani N, Siti N. The Effector of Baby Spa For Motoric Development In Infants Aged 3-6 Months In Mom'Me Organis Baby and Kids Spa In Semarang.
- World Health Organization. Essential Nutrition Action: Improving Maternal, Newborn, Infant and Young Child Health and Nutrition. 2013. ISBN 978 92 4 150555
- Yana E.M. Pengaruh Baby Gym Terhadap Peningkatan Perkembangan Bayi Usia 6 Bulan (Studi di Desa Kayangan Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang). Midwifery Journal of STIKes Insan Cendekia Medika Jombang. Vol 17 No.1 Maret 2019.