



Implementasi baby spa dalam meningkatkan berat badan dan tinggi badan bayi

Ikha Prastiwi, Rizky Fitri Andini, Dewi Agustin, Marini Iskandar

STIKesBhakti Husada Cikarang, Jawa Barat, Indonesia

ARTICLE INFORMATION

Received: May, 03, 2023

Revised: June, 15, 2023

Available online: June, 30, 2023

KEYWORDS

Baby Spa, Berat Badan, Tinggi Badan

CORRESPONDENCE

E-mail: ikhaprastiwi@gmail.com

ABSTRACT

Berdasarkan Studi Status Gizi Indonesia menyatakan prevalensi angka stunting menurut kota/kabupaten di provinsi Jawa Barat paling tinggi di Kabupaten Garut sebesar 35,2% dan paling rendah Kota Depok 12,3%, untuk Kabupaten Bekasi sebesar 21,5%. Berdasarkan kelompok umur angka stunting tertinggi pada umur 36-47 bulan sebesar 6%, umur 24-35 bulan 4,6%, umur 18-23 bulan 3,6%, umur 6- 11 bulan 1,6% dan paling rendah kelompok umur 0-5 bulan sebesar 0,7%. Pertumbuhan dan perkembangan bayi yang optimal dapat dilakukan dengan stimulasi. Stimulasi dapat diberikan melalui stimulasi taktil secara aktif pada bayi, yang salah satunya adalah dengan pijat, solus per aqua (SPA) dengan pijat bayi kemampuan gerak bayi akan lebih optimal. Pijat bayi sebagai pilihan cara deteksi dini terhadap kelainan pertumbuhan dan perkembangan Tujuan kegiatan pengabdian ini untuk meningkatkan pemahaman ibu terkait pentingnya manfaat baby spa untuk penambahan berat badan dan tinggi badan bayi dan melihat perbedaan sebelum dan sesudah perlakuan Baby SPA Treatment terhadap Peningkatan pertumbuhan dan perkembangan motorik bayi usia 6-11 bulan yang beresiko stunting. Metode edukasi yang dilakukan adalah pemaparan materi dengan diskusi yang dilanjutkan dengan demonstrasi/simulasi pemijatan dan baby spa. Sasarannya adalah 30 bayi yang memeriksakan kesehatannya di Posyandu GCC 2 wilayah kerja Puskesmas Kedungwaringin Kabupaten Bekasi, dimana untuk kelompok Baby SPA dengan perlakuan sebanyak 15 bayi dan kelompok kontrol sebanyak 15 bayi. Berdasarkan hasil pengolahan data didapatkan bahwa terdapat rerata penambahan berat badan yaitu 365 gram. Kemudian untuk panjang bayi terdapat penambahan panjang badan bayi 1,6 cm setelah dilakukan spa bayi daripada bayi yang dilakukan massage. Diharapkan dengan melakukan stimulasi secara Baby SPA, mampu merangsang peningkatan pengeluaran hormone pertumbuhan, meningkatkan metabolisme, peningkatan nafsu makan bayi sehingga pertumbuhan bayipun meningkat.

INTRODUCTION

Menurut Permenkes No 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak menyebutkan bahwa status gizi balita dapat diukur berdasarkan tiga indeks, yaitu Berat Badan menurut Umur (BB/U), Tinggi Badan menurut Umur (TB/U), dan Berat Badan menurut Panjang atau Tinggi Badan (BB/PB atau TB). Peningkatan dan penurunan berat badan saat bayi mengindikasikan status gizi yang baik. Status gizi yang baik dapat dicapai bila tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi yang adekuat sehingga memungkinkan terjadi pertumbuhan fisik. Pertumbuhan berat badan yang pesat adalah bertambahnya berat badan bayi bertambah dua kali lipat berat badan lahir pada usia 6 bulan dan menjadi tiga kali lipat berat badan lahir pada usia 1 tahun (Kementrian Kesehatan, 2021). Pada Tahun 2021 bahwa angka stunting (tinggi badan menurut umur) secara Nasional mengalami penurunan sebesar 3,3% dari 27,7% pada tahun 2019 menjadi 24,4% tahun 2021, namun angka tersebut masih tinggi belum memenuhi target dari Rencana

Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) tahun 2024 sebesar 14%. Angka stunting berdasarkan yang paling tinggi adalah provinsi Nusa Tenggara Timur sebesar 37,8% dan paling rendah provinsi Bali 10,9 % sedangkan untuk Jawa barat sebesar 24,5% (Pusat Data dan Informasi, 2018)

Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021, prevalensi balita wasting di Indonesia sebesar 7,1% dan prevalensi di Jawa Barat balita wasting sebesar 5,3% sedangkan di Kabupaten Bekasi balita wasted 8.8%. Pada tahun 2019 prevalensi wasting pada balita 7,4% dan pada tahun 2021 mengalami penurunan menjadi 7,1% jika dilihat dari distribusi wasting menurut kelompok umur di Indonesia didapatkan paling banyak pada umur 24-35 bulan dan paling rendah umur 0-5 bulan (BPPKKRI, 2021)

Target yang ditetapkan Sustainable Development Goals (SDGs) untuk menurunkan angka stunting hingga 40% pada tahun 2025. Stunting memiliki berbagai dampak yang begitu mengkhawatirkan kepada anak. Kondisi akibat kekurangan gizi dalam jangka waktu lama ini bisa mengakibatkan terhambatnya tumbuh kembang hingga kerentanan terhadap berbagai penyakit dan tidak optimalnya ukuran fisik tubuh atau istilah keterlambatan perkembangan sering digunakan untuk menggambarkan anak-anak dengan keterlambatan yang signifikan dalam

satu atau lebih domain perkembangan, termasuk perkembangan motorik, bahasa, kognitif, dan psikososial pada anak usia dini. (Kementerian PPN/Bappenas, 2017).

Pertumbuhan dan perkembangan bayi dapat dirangsang dengan pijat bayi, yaitu suatu tindakan stimulasi, dengan pijat bayi kemampuan gerak bayi akan lebih optimal. Pijat bayi sebagai pilihan cara deteksi dini terhadap kelainan pertumbuhan dan perkembangan. Pijat bayi menstimulasi growth hormone atau hormon pertumbuhan untuk pertumbuhan tulang bayi, pijat bayi yang dilakukan menyebabkan adanya sekresi serotonin yang dapat meningkatkan pertumbuhan termasuk tulang bayi (Na'mah & Kusumastuti. 2019).

Terapi Baby SPA menjadi salah satu upaya komplementer untuk mencegah masalah pertumbuhan pada bayi, hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Prastiani dan Setyaningrum pada 38 bayi dengan hasil bahwa dari 25 bayi yang dengan perawatan baby SPA teratur terdapat 4 bayi dengan pertumbuhan fisik tidak normal, sedangkan 9 bayi yang mendapatkan perawatan baby SPA tidak teratur terdapat 7 bayi dengan mengalami pertumbuhan fisik yang tidak normal (Prastiani & Setyaningrum, 2017).

Pijat yang dilakukan ibu di rumah dapat meningkatkan *bonding attachment* antara ibu dan anak, dan dapat dilakukan kapan saja dengan memperhatikan kondisi bayi serta

menghemat biaya karena dilakukan secara mandiri. Oleh karena itu tim pengabdian tertarik mengadakan pengabdian kepada masyarakat untuk melakukan pendidikan kesehatan dan pelatihan pijat bayi dan balita untuk meningkatkan pertumbuhan dan juga perkembangan anak pada ibu dan kader di wilayah kerja Puskesmas Kedungwaringin.

METHOD

Program kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan tujuan meningkatkan pemahaman ibu terkait pentingnya manfaat baby spa untuk penambahan berat badan dan tinggi badan bayi dan melihat perbedaan sebelum dan sesudah perlakuan Baby SPA Treatment terhadap Peningkatan pertumbuhan dan perkembangan motorik bayi usia 6-11 bulan yang beresiko stunting.

Pelaksanaan treatment baby spa ini telah dilaksanakan sebanyak 4x yaitu pada tanggal 4, 11, 18 dan 25 Agustus 2022 dengan mengundang ibu-ibu yang mempunyai bayi usia 6-11 bulan untuk dapat melakukan pemijatan dan kader di Posyandu GCC 2 serta bidan desa. Adapun, sasaran pengabdian dalam kegiatan ini adalah 30 bayi, dimana untuk kelompok Baby SPA sebanyak 15 bayi dan kelompok kontrol sebanyak 15 bayi. dengan kriteria bayi usia 6-11 bulan dalam keadaan sehat dan tidak sedang sakit demam ataupun diare serta berat badan saat lahir normal (2500 – 3000 gram), baby spa

dilakukan selama satu bulan dengan jarak treatment satu minggu

Teknis dan tahapan kegiatan selanjutnya yaitu:

- 1) Absensi kehadiran peserta bersamaan dengan melakukan pengukuran berat badan dan panjang badan pada bayi usia 6 – 11 bulan yang telah hadir menggunakan timbangan bayi dan pengukur panjang badan.
- 2) Pengecekan suhu tubuh bayi dengan menggunakan thermometer digital untuk memastikan bahwa bayi dalam kondisi sehat.
- 3) Mendemonstrasi/simulasi pemijatan pada bayi yang dilakukan oleh tim pengabdian,
- 4) Melakukan pendampingan kepada ibu-ibu yang mempunyai bayi usia 6-11 bulan untuk dapat melakukan pemijatan.
- 5) Melakukan treatment untuk kelompok perlakuan diberikan perlakuan baby SPA (pijat selama 10-15 menit, baby gym 2-5 menit, berenang dan berendam 10 menit) dan untuk kelompok control diberikan perlakuan pijat bayi (selama 10-15 menit).

RESULTS

Pemberian edukasi dan implementasi dalam melakukan kegiatan pengabdian masyarakat ini, dihadiri oleh kader di Posyandu GCC 2 dan 30 orang ibu yang memiliki bayi usia 6 – 11 bulan disambut baik dan terlihat antusias dalam

melakukan treatment pijat dan spa bayi.

Adapun Kegiatan pengabdian ini diawali dengan pemaparan materi dan edukasi Baby Spa dilaksanakan pada hari Kamis, 4 Agustus 2022, semua orangtua bayi mendapatkan informasi dan penjelasan mengenai prosedur dan penjelasan mengenai pentingnya baby SPA untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi dengan memberikan pengetahuan tentang pentingnya baby spa terkait: Definisi, Manfaat, Waktu, Persiapan sebelum pijat bayi serta Teknik pijat dan spa pada bayi



Gambar 1 Kegiatan Edukasi Materi Pijat dan Baby Spa (Sumber: Dokumentasi Pribadi)

Demonstrasi/ simulasi pemijatan pada bayi dilakukan oleh tim pengabdian, kemudian baru melakukan pendampingan kepada ibu-ibu yang mempunyai bayi usia 6-11 bulan untuk dapat melakukan pemijatan.

Pemijatan dilakukan dengan menyiapkan alat dan perlengkapan yang digunakan (alas karpet, minyak zaitun, handuk, mainan). Pijatan lembut yang diberikan pada bayi membuat

bayi menjadi rileks. Setelah dilakukan pijat bayi kemudian bayi dilakukan berenang (swim), hal ini menjadi kegiatan yang menyenangkan untuk bayi, terlihat pada saat proses tersebut, bayi terlihat ceria saat menggerakkan anggota tubuh, serta pada saat proses berenang berakhir, beberapa bayi menunjukkan sikap seolah tidak ingin proses berenang berakhir.

Evaluasi kegiatan ini ibu mampu melakukan kegiatan ini dengan baik, dan peserta merasa senang dengan treatment pada bayi yang dilakukan.



Gambar 2 Praktik Pijat dan Baby Spa (Sumber: Dokumentasi Pribadi)

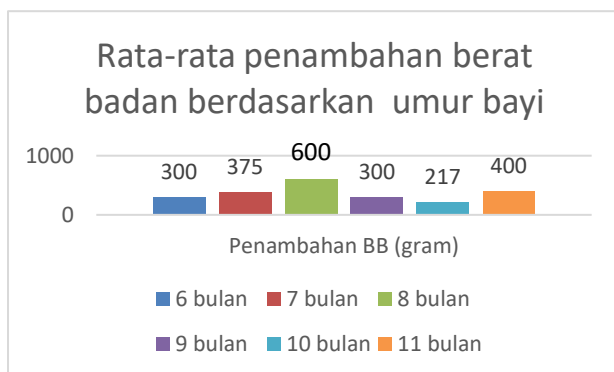
Treatment Pada kedua kelompok baby SPA dan pijat bayi dilakukan selama empat minggu, dalam satu minggu dilakukan: dua kali perlakuan. Perlakuan pada kelompok baby SPA dan pijat bayi dilakukan oleh tim yang sudah tersertifikasi dalam melakukan baby SPA dan pijat bayi.

Kelompok perlakuan diberikan perlakuan baby SPA (pijat selama 10-15 menit, baby gym 2-5 menit, berenang dan berendam 10 menit) dan untuk kelompok kontrol diberikan perlakuan pijat bayi (selama 10-15 menit).

Pada dua kelompok tiap-tiap bayi akan dilakukan pengukuran tinggi badan dan timbang berat badan bayi di akhir pertemuan

Analisis Data

Pengukuran dari kegiatan implementasi kegiatan pijat bayi dan baby spa dalam meningkatkan berat badan dan tinggi badan dilakukan selama empati. minggu, dalam satu minggu dilakukan: dua kali perlakuan.



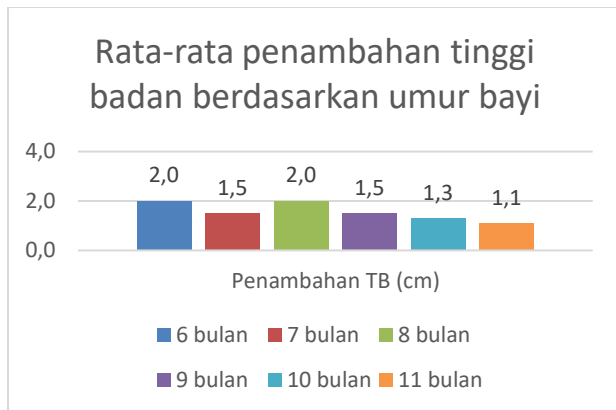
Gambar 3

Rata-Rata Penambahan Berat Badan Bayi

Gambar 3 diatas menunjukkan bahwa setelah dilakukan baby spa dengan 4 kali intervensi selama 1 bulan dengan interval waktu 1 minggu terdapat penambahan berat badan pada bayi yaitu dengan rata-rata penambahan berat badan pada bayi yang berumur 6 bulan sebanyak 300 gram, rata-rata penambahan

berat badan pada bayi yang berumur 7 bulan sebanyak 375 gram, rata-rata penambahan berat badan pada bayi yang berumur 8 bulan sebanyak 600 gram, rata-rata penambahan berat badan pada bayi yang berumur 9 bulan sebanyak 300 gram, rata-rata penambahan berat badan pada bayi yang berumur 10 bulan sebanyak 217 gram, dan rata-rata penambahan berat badan pada bayi yang berumur 11 bulan sebanyak 400 gram.

Baby spa merupakan gabungan dari metode pijat bayi dan renang yang saat ini menjadi tren, karena beberapa manfaat yang dirasakan oleh orangtua setelah bayinya mendapatkan baby spa. Hal ini sejalan dengan penelitian (Setiawan,2015) bahwa baby spa lebih terbukti meningkatkan berat badan bayi karena pada saat baby spa bayi mengeluarkan energy yang lebih besar selam 15 menit dengan mandi air hangat sehingga bayi mengeluarkan energy tubuh yang lebih banyak setelah bayi melakukan treatmen baby spa nafsu makan bayi akan meningkat dan pola tidur bayi akan menjadi lebih baik sehingga bayi mengalami peningkatan berat badan yang lbih baik dari baby massage yang bersifat relaksasi.



Gambar 4

Rata-Rata Penambahan Tinggi Badan Bayi

Gambar 4 diatas menunjukkan bahwa setelah dilakukan baby spa dengan 4 kali intervensi selama 1 bulan dengan interval waktu 1 minggu terdapat penambahan panjang badan pada bayi yaitu dengan rata-rata penambahan panjang pada bayi yang berumur 6 bulan sebanyak 2 cm, rata-rata penambahan panjang badan pada bayi yang berumur 7 bulan sebanyak 1,5 cm, rata-rata penambahan panjang badan pada bayi yang berumur 8 bulan sebanyak 2 cm, rata-rata penambahan panjang badan pada bayi yang berumur 9 bulan sebanyak 1,5 cm, rata-rata penambahan panjang badan pada bayi yang berumur 10 bulan sebanyak 1,3 cm, dan rata-rata penambahan panjang badan pada bayi yang berumur 11 bulan sebanyak 1,1 cm.

Hal ini sesuai dengan teori bahwa manfaat baby spa diantaranya mengoptimalkan pertumbuhan fisik bayi seperti menjadikan berat badan dan tinggi badan anak menjadi normal (Galenia, MCC, 2014)

DISKUSI

Peningkatan berat badan bayi dipengaruhi oleh gizi yang dikonsumsi, pengetahuan atau pengalaman orang tua dalam pemenuhan asupan gizi untuk bayi. Jika melihat karakteristik ibu dalam penelitian ini memiliki Pendidikan SMA dan Perguruan Tinggi sehingga dalam mendapatkan informasi ibu mudah memahami dan melakukan pola nutrisi secara ideal untuk menghasilkan anak yang memiliki perkembangan motoric sesuai/optimal.

Hasil penelitian dari World Aquatic Babies & Children Network yang membuktikan bahwa terjadi peningkatan signifikan dalam pertumbuhan bayi yang sudah baby SPA, hasilnya menambah nafsu makan pada bayi sehingga memiliki peningkatan berat badan, dan panjang badan yang sangat baik jika dibandingkan dengan bayi seumuran yang tidak mendapat baby SPA (World Aquatic Babies & Children Network, 2016).

KESIMPULAN

1. Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan ini diterima antusias oleh para ibu yang mempunyai bayi usia 6 – 11 bulan dimana jumlah peserta yang hadir sebanyak 30 orang dan semua peserta terlihat sangat antusias dengan banyaknya peserta yang bertanya terkait manfaat yang dirasakan orangtua setelah bayinya dilakukan baby spa.

2. Baby Spa lebih baik untuk meningkatkan berat badan bayi di Posyandu GCC2 Wilayah Kerja Puskesmas Kedungwaring Kabupaten Bekasi dengan rata-rata penambahan berat badan setelah baby spa didapatkan 365 gram, dimana lebih besar peningkatan berat badan bayi yang di spa dari pada bayi yang dilakukan massage.
3. Hasil penambahan panjang badan pada bayi usia 6-11 bulan setelah mendapat baby spa didapatkan hasil 1,6 cm yang berarti lebih besar peningkatan panjang badan bayi yang di spa dari pada bayi yang dilakukan massage.

REFERENCES

- Kementerian Kesehatan. (2021). Profil Kesehatan Indonesia 2020. In Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Perencanaan Pembangunan Nasional/Badan Perencanaan Pembangunan Nasional. (2017). Peta Jalan Sustainable Development Goals (SDGs) di Indonesia. Kementerian PPN/Bappenas.
https://sdgs.bappenas.go.id/wp-content/uploads/2021/02/Roadmap_Bahasa-Indonesia_FileUpload.pdf
- Na'mah, L. U., & Kusumastuti. (2019). Efektifitas Baby Massage dan Baby Gym terhadap Perkembangan Bayi 3-6 bulan. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 12(1).
- P2PTM Kemenkes RI. (2018). 1 dari 3 Balita Indonesia Derita Stunting. <http://p2ptm.kemkes.go.id/tag/1-dari-3-balita-indonesia-derita-stunting>
- Prastiani, D. B., & Setyanigrum, I. (2017). Hubungan Frekuensi Baby Spa dengan Pertumbuhan Fisik Bayi Usia 6-12 Bulan. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 4(1), 80–84.
<http://nursingjurnal.respati.ac.id/index.php/JKRY/article/view/87>
- Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia. Jakarta: Kemenkes RI; 2012 (diunduh 22 Maret 2018). Tersedia dari: <http://chnrl.org/pelatihan-demografi/SDKI-2012.pdf>.
- Setiawan D. Pengaruh Baby Spa (Solus Per Aqua) Terhadap Pertumbuhan Bayi Usia 3-4 Bulan. Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Tim Galenia Mcc. Home Baby Spa. Jakarta Penerbit Plus. 2014;
- World Aquatic Babies & Children Network. (2016). Guidelines on Operation of Aquatic Programs for Children Under Three Years of Age. <https://www.wabcswim.com/A08GuidelinesForPrograms.htm>