

## SPA Baby Influence on Weight Gain and Development of Infants Aged 3-6 Months

### Pengaruh *Baby SPA* terhadap Kenaikan Berat Badan dan Perkembangan Bayi Umur 3-6 bulan

Sri Rahayu  
Titi Suherni  
Runjati

Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Semarang  
Jl. Tirta Agung, Pedalangan, Banyumanik, Semarang  
E-mail: [yayoekSR\\_74@yahoo.com](mailto:yayoekSR_74@yahoo.com)

#### Abstract

The purpose of research was to analyze differences in body weight gain and development of infants aged 3-6 months. Type of study was pre-experimental research with Posttest Only Design. The population were infants aged 3-6 months who visited Ananda Home Birth in Ambarawa. The subjects were SPA treatment group and control respectively 17 babies by simple random sampling. Data collection used SPA treatment group 4 times for 8 weeks . Before and after measured weight gain and development with KPSP . Data were analyzed with the Mann Whitney test. The results mean score KPSP development of infants before and after the treatment group SPA was 8,12 into 9,59. The mean weight gain infants before and after the SPA was 5705 grams to 7188 grams. There was no differences in development progress after the SPA between the treatment group and the control group and there were any differences the increase in weight gain between treatment and control groups ( $p$  value = 0.018 ). It is important for midwives to develop midwifery care to infants and toddlers with holistic care which one of them with a baby SPA .

**Keywords:** *Baby SPA; growth, development, weight*

#### Abstrak

Tujuan penelitian untuk menganalisa perbedaan berat badan dan perkembangan bayi umur 3-6 bulan. Jenis penelitian pre eksperimental dengan *Post test Only Design*. Populasinya adalah bayi usia 3-6 bulan yang berkunjung ke RB Ananda Ambarawa. Subyek penelitian terdiri kelompok perlakuan SPA dan kontrol masing-masing 17 bayi diambil secara simple random sampling. Cara pengumpulan data kelompok perlakuan SPA 4 kali selama 8 minggu. Sebelum dan sesudahnya diukur berat badan dan perkembangan dengan KPSP. Data dianalisa dengan uji *Mann Whitney* dan *Wilcoxon*. Hasil rerata skor KPSP perkembangan bayi sebelum dan sesudah SPA pada kelompok perlakuan 8.12 menjadi 9.59. Rerata berat badan bayi sebelum dan sesudah SPA 5705 gram menjadi 7188 gram. Tidak ada beda perkembangan sesudah dilakukan SPA antar kelompok perlakuan dan kelompok kontrol dan ada beda kenaikan BB antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol ( $p$  value=0,018). Pentingnya bagi bidan untuk mengembangkan asuhan kebidanan pada bayi dan balita dengan asuhan holistic yaitu salah satunya dengan baby SPA.

**Kata kunci:** *Baby SPA; pertumbuhan; perkembangan; berat badan*

## 1. Pendahuluan

Deteksi dini gangguan tumbuh kembang penting karena pada tiga tahun pertama dari kehidupan anak merupakan periode tumbuh kembang yang cepat yaitu periode emas, critical period dan window of opportunity. Jika terjadi gangguan pada tumbuh kembang pada masa ini, maka gangguan tersebut akan menetap. Gangguan perkembangan yang diintervensi secara dini (lebih cepat) akan memberikan hasil yang lebih baik (Narendra, 2002).

Di Indonesia, prevalensi gangguan perkembangan bervariasi 12,8% s/d 16%. Data Riskesdas (2013), pemantauan pertumbuhan balita yang tidak pernah ditimbang meningkat dari 23,8% menjadi 34,32% sehingga dianjurkan melakukan observasi atau skrining tumbuh kembang pada setiap anak (Riskesdas, 2013).

Deteksi dini tumbuh kembang merupakan pemeriksaan untuk menemukan secara dini adanya penyimpangan tumbuh kembang pada bayi balita dan anak prasekolah. Dengan ditemukan secara dini penyimpangan/masalah tumbuh kembang, maka intervensi akan lebih mudah dilakukan. Indikator pemantauan perkembangan dengan menggunakan Kuesioner Pra Skrining Perkembangan atau KPSP (Ngastiyah, 2002).

Peningkatan berat badan merupakan indikator untuk menilai pertumbuhan bayi. Pertumbuhan bayi pada umumnya dimulai pada 7-10 hari setelah kelahiran. Pada saat bayi berumur 4-5 bulan berat badan bayi sudah mencapai dua kali lipat berat badan saat lahir, suatu pertumbuhan yang sangat cepat. Setelah 4-5 bulan pertama pertumbuhan sedikit melambat, namun masih jauh lebih cepat dibanding pertumbuhan pada usia selanjutnya. Pada waktu bayi berumur satu tahun, berat badan bayi

sudah mencapai tiga kali lipat berat badan semasa lahir (Ngastiyah, 1998).

Untuk mencapai pertumbuhan dan perkembangan bayi yang optimal, ada beberapa faktor yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan dari bayi diantaranya yaitu: lingkungan biologis, faktor fisik, faktor psikososial, faktor keluarga dan adat istiadat. Salah satu faktor fisik yang dapat mempengaruhi adalah adanya stimulasi. Banyak macam cara stimulasi dapat dilakukan misalnya dengan pijat, SPA (Solus Per Aqua), alat permainan edukatif dan lain-lain.

SPA merupakan perawatan tubuh dengan air sebagai medianya. Manfaat baby spa dapat memberikan rasa tenang, nyaman, dan segar. Hantaman air yang ditimbulkan dari air yang bergolak dapat memberi sensasi dan pijatan yang menghilangkan lelah, melancarkan peredaran darah dan menciptakan relaksasi. Dengan demikian tidur bayi akan semakin lelap sehingga dapat meningkatkan jumlah jam tidur siang dan malam. Selama tidur bayi terjadi peningkatan pengeluaran hormon pertumbuhan (Barbara, 2000).

Usia 3-6 bulan adalah saat tepat bagi bayi untuk mulai melakukan baby SPA. Setelah usia 3 bulan neck control sudah baik sehingga kepala bayi dapat tegak. Bayi memiliki sepasang refleks yang dapat membuat mereka berenang dengan baik yaitu refleks menyelam (dive reflek) dan refleks berenang (swim reflek). Ketika refleks berenang dan refleks menyelam keduanya terlibat, bayi bisa terlihat seperti perenang yang alami (Barbara, 2000).

SPA bayi dilakukan sesuai dengan kebutuhan, terdiri dari 3 tahap yaitu berendam, berenang dan pijat bayi. Ketiga tahap tersebut bermanfaat untuk melatih otot dan kekuatan tubuh bayi, membantu perkembangan sistem pernafasan bayi, relaksasi, memperbaiki sirkulasi

darah dan pencernaan bayi. SPA bayi kurang lebih mirip dengan pijat bayi, hanya saja SPA lebih bersifat holistik dengan 2 perawatannya yaitu baby swim/ floating dan baby massage.

Penelitian sebelumnya oleh Agus dan Dela (2012) menyatakan adanya kemaknaan baby SPA terhadap lama tidur bayi usia 3-4 bulan. Perlakuan selama 4 minggu dan tiap minggu 2 kali SPA. Demikian juga hasil penelitian Intan (2013), menunjukkan ada perbedaan terapi pijat bayi dan baby swimming terhadap frekuensi menyusu dan lama tidur bayi usia 0-6 bulan di Nismara Modern Kids and Baby SPA. Bayi yang dipijat dua kali seminggu selama 6 minggu berturut-turut, menunjukkan kenaikan berat badan yang lebih dari bayi kontrol. Hal ini menunjukkan bahwa kualitas tidur yang baik akan meningkatkan rileksasi bayi sehingga pertumbuhan dapat optimal.

Berpijak dari hal tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Baby SPA terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi usia 3-6 bulan.

## 2. Metode

Jenis penelitian ini adalah *experimental* dengan rancangan *pre-experimental* menggunakan *Postes Only Design*. Populasinya yaitu semua bayi yang dilakukan SPA. Jumlah sampel adalah 17 kelompok perlakuan SPA dan 17 kelompok kontrol. Teknik sampling dengan simple random sampling. Kriteria inklusi yaitu bayi sehat, lahir dari kehamilan aterm, berat badan lahir 2500-4000 gram, riwayat persalinan spontan, bayi hanya minum ASI saja. SPA bayi pada kelompok perlakuan dilakukan setiap 2 minggu selama 2 bulan. Langkah selanjutnya, pada bulan kedua setelah perlakuan melakukan observasi dengan pemeriksaan perkembangan menggunakan KPSP dan mengukur

berat badan. Analisa data menggunakan uji *Nonparametric Mann-Whitney* dan *wilcoxon*.

## 3. Hasil dan Pembahasan

Pada kelompok perlakuan dan kontrol sebagian besar berjenis kelamin perempuan sejumlah 70.6% dan 52.9%. Menurut Nelson (2002), faktor internal yang mempengaruhi tumbuh kembang anak adalah jenis kelamin. Fungsi reproduksi pada anak perempuan berkembang lebih cepat daripada laki-laki. Tetapi setelah masa pubertas, pertumbuhan anak laki-laki akan lebih cepat.

Berdasarkan berat badan lahir pada kelompok perlakuan rata-rata 3241 gram, sedangkan pada kelompok kontrol rata-rata 3194 gram. Hal ini berarti kelompok responden mempunyai berat badan lahir dalam batas normal sehingga lebih mudah untuk beradaptasi terhadap lingkungan luar uteri. Seluruh system organ tubuh sudah matur dan akan tumbuh sesuai dengan usianya (Depkes RI, 2009).

Perkembangan bayi sebelum dilakukan SPA pada kelompok perlakuan dan kontrol mempunyai skor KPSP rata-rata 8.12 dan 8.59 ini berarti dari 10 komponen penilaian KPSP yang meliputi motorik kasar, motorik halus, bahasa, sosialisasi dan kemandirian, pada kedua kelompok masih ada 1-2 komponen bayi belum mampu melakukan. Menurut Depkes 2010 bahwa kemampuan dasar bayi atau anak yang dirangsang dengan stimulasi terarah akan mencegah terjadinya penyimpangan tumbuh kembang. Stimulasi dilakukan dengan dilandasi rasa cinta dan kasih sayang misalnya dengan SPA bayi, pijatan, mengajak bermain, bernyanyi tanpa adanya paksaan dan hukuman.

Seiring dengan bertambahnya usia bayi, diharapkan kemampuannya semakin meningkat. Perkembangan kemampuan dasar anak mempunyai

pola yang tetap dan berlangsung secara berurutan. Setiap anak tidak akan bias melewati satu tahap perkembangan sebelum melewati tahapan sebelumnya.

Rerata perkembangan bayi sesudah dilakukan SPA mempunyai skor nilai 9.59, dan skor nilai minimum 9 lebih baik dibandingkan kelompok kontrol karena skor penilaian KPSP minimum 8, ini berarti masih ada perkembangan anak meragukan. Upaya yang dapat dilakukan bila perkembangan "meragukan" adalah menganjurkan ibu untuk melakukan stimulasi perkembangan sesering mungkin dan setiap saat, mengajarkan kepada ibu cara stimulasi perkembangan untuk mengejar ketertinggalan, dilakukan penilaian ulang dengan KPSP sesuai umur anak pada 2 minggu kemudian dan melakukan pemeriksaan kesehatan untuk mencari kemungkinan adanya penyakit yang menyebabkan penyimpangan perkembangannya. (Depkes, 2010).

Dari hasil uji beda Mann Whitney didapatkan hasil tidak ada perbedaan perkembangan bayi sebelum dilakukan SPA antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol,  $p$  value=0.064 >0.05 hal ini berarti perkembangan bayi pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol memiliki hampir sama baik dari motorik kasar, motorik halus, bahasa, sosialisasi dan kemandirian. Proses tumbuh dan kembang seorang anak mempunyai prinsip-prinsip yang saling berkaitan. Terdapat persamaan pola perkembangan seorang anak, sehingga perkembangan seorang anak bisa diramalkan (IDAI, 2010).

Perkembangan bayi sesudah dilakukan SPA antara kelompok kontrol dan kelompok perlakuan didapatkan  $p$  value 0.274 > 0.05 artinya tidak ada beda perkembangan antara kelompok bayi yang dilakukan SPA dengan yang tidak dilakukan SPA

dengan alasan waktu pengukuran relative pendek, sehingga perbedaan tidak terlalu jauh perkembangannya. Meskipun demikian bayi yang dilakukan SPA memiliki peningkatan kemampuan motorik kasar, motorik halus, bahasa, sosialisasi dan kemandirian lebih baik dibandingkan dengan yang tidak dilakukan SPA. Menurut Nelson (2003), bahwa perkembangan fungsi organ mempunyai kecepatan yang berbeda-beda pada masing-masing anak. Perkembangan merupakan hasil proses kematangan dalam belajar, kematangan merupakan proses intrinsik yang terjadi dengan sendirinya, sesuai dengan potensial yang ada dalam individu. Faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan anak selain stimulasi adalah faktor genetik, keluarga, gizi, penyakit, lingkungan pengasuhan dan faktor psikologis.

penimbangan berat badan bayi sebelum dilakukan SPA rata-rata beratnya 5705 gram, sedangkan pada kelompok kontrol rata-rata berat badannya 5923 gram. Bila dilihat status gizi BB/U, pada kedua kelompok tersebut dalam batas berat badan normal. Menurut Depkes RI 2010, bahwa bayi yang sehat dengan bertambahnya umur maka akan bertambah berat dan tinggi badannya serta bertambah kependaiannya.

Rata-rata berat badan sesudah perlakuan adalah 7188 gram lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol 6952 gram. SPA merupakan salah satu tindakan stimulasi yang diberikan pada bayi untuk melatih otot dan kekuatan tubuh, membantu perkembangan system pernafasan bayi, relaksasi dan memperbaiki sirkulasi pencernaan. Dengan demikian akan meningkatkan pola asupan nutrisi pada bayi, sehingga akan membantu untuk mencapai pertumbuhan yang optimal.

Penelitian oleh Field dan Scafidi terhadap bayi berusia 1-3 bulan yang

dilakukan pijatan 2 kali seminggu selama 6 minggu berturut-turut menunjukkan kenaikan berat badan 20-47%. Didukung juga oleh hasil penelitian Touch Research Institute Amerika, dengan memberikan pijatan pada anak dua kali selama seminggu dengan sekali pijatan 15 menit dapat meningkatkan kecerdasan anak. SPA merupakan rangkaian tiga tahapan yaitu berenang, berendam dan pijatan.

Berdasarkan uji beda wilcoxon sebelum dan sesudah perlakuan didapatkan  $p \text{ value}=0.018<0.05$  berarti ada beda pertumbuhan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Bayi yang dilakukan SPA lebih tenang dan lebih nyaman setelah dilakukan SPA, sehingga kualitas dan lama tidur lebih lama. Menurut IDAI (2002), bayi-bayi yang diberikan sentuhan (pijatan) berat badannya meningkat dratis hingga 47%. SPA dilakukan terdiri dari 3 tahapan yaitu berendam, berenang dan pijatan. Penelitian yang dilakukan Intan (2013) menyebutkan bahwa bayi yang dilakukan pijatan dan baby swimming lama dan kualitas tidur meningkat, sehingga akan meningkatkan rileksasi bayi sehingga pertumbuhannya lebih optimal.

Dengan melakukan baby swimming bayi akan terapung dan jalur sensorik semua bayi dapat berkembang secara optimal, meliputi penglihatan, pendengaran, perasaan, rasa dan sensasi bau. (Barbara, 2000). Selain itu dengan pemberian rangsangan pijat pada bayi akan memperbanyak pembentukan serabut-serabut myelen sehingga akan meningkatkan kepekaan otak dan system musculoskeletal.

Menurut Staeker P, menyatakan bahwa pijatan pada bayi dapat mempengaruhi keluarnya hormone tidur (melatonin), sehingga bayi memiliki pola tidur yang teratur. Melatonin merupakan hormon utama yang dihasilkan oleh kelenjar pineal,

meningkat pada malam hari. Dengan pemijatan yang diberikan akan terjadi dilatasi pembuluh darah sehingga sirkulasi darah meningkat. Sirkulasi darah yang lancar akan akan membutuhkan oksigen yang banyak dalam aliran darah. Kebutuhan oksigen yang meningkat akan dikirim keseluruh tubuh, tanpa terkecuali otak, sehingga memacu system sirkulasi dan respirasi menjadi lebih baik. Proses ini akan meningkatkan jumlah tidur bayi sehingga berat badan meningkat pula.

## 4. Simpulan dan Saran

### Simpulan

Ada beda kenaikan BB antara kelompok perlakuan dan kelompok control ( $p \text{ value}=0,018$ ). Bayi yang dilakukan SPA lebih tenang dan lebih nyaman, kualitas dan lama tidur lebih lama sehingga berat badan bertambah setelah dilakukan SPA.

### Saran

Pentingnya bagi bidan untuk mengembangkan asuhan kebidanan pada bayi dan balita dengan asuhan holistic yaitu salah satunya dengan baby SPA. Perlunya memberikan pendidikan kesehatan dan sosialisasi kepada orang tua untuk melakukan stimulasi pada bayi dan balita salah satunya dengan baby SPA karena dapat membuat bayi menjadi lebih nyaman, kualitas tidur lebih baik, sehingga berat badan naik dan tumbuh secara optimal.

## 5. Ucapan Terimakasih

Ucapan banyak terimakasih disampaikan atas kesempatan yang diberikan untuk mendapatkan Dana Risbinakes DIPA Politeknik Kesehatan Kemenkes Semarang, sehingga penelitian ini dapat terselesaikan.

## 6. Daftar Pustaka

- Agus W dan Dela. 2012. Efektifitas Spa Baby dengan kualitas tidur bayi. *Jurnal Keperawatan UMS*.
- Barbara. AHR. 2000. *Berenang untuk Bayi*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- Depkes RI. 2010. *Instrumen Deteksi Dini, Penyimpangan, Perkembangan pada Balita dan Anak Pra Sekolah*. Jakarta : Bakti Husada.
- \_\_\_\_\_. 2006. *Stimulasi, Deteksi, dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak..* Direktorat Bina Kesehatan Anak.
- \_\_\_\_\_. 2009. *Ikatan Dokter Anak Indonesia. Pedoman Pelaksanaan. Stimulasi, Deteksi, dan Intervensi Tumbuh Kembang Anak di Tingkat Pelayanan Kesehatan Dasar*. Jakarta : Depkes RI.
- Hidayat, A. 2009. *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta: Salemba Medika.
- Ikatan Dokter Anak Indonesia. 2002. *Tumbuh Kembang Anak dan Remaja*. Jakarta : Sagung Seto.
- Intan P. 2013. Perbedaan Terapi pijat bayi dan Baby swimming terhadap frekuensi menyusu dan lama tidur bayi usia 0-6 bulan di Nismara Modern Kids and Baby SPA.
- Nelson. 2002. *Ilmu Kesehatan Anak*. Jakarta.
- Riwidakdo. 2008. *Statistik Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Riskesdas. 2013. *Riset Kesehatan Dasar Kementrian Kesehatan RI: LitbangKes*.
- Roesli, U. 2001. *Pedoman Pijat Bayi*. Jakarta : Trubus Agriwidya.
- Saifuddin. 2009. *Buku Acuan Nasional Maternal dan Neonatal*, Yayasan Bina Pustaka, Jakarta, edisi keenam.
- Soetjiningsih. 2002. *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: EGC.
- Staeker, P. 1999. *Tender Touch, Message Your Baby to Health and Happiness*. Singapore: Media Master Publisier.
- Vimala, Schneider McClure. 1998. *Infant Message, A Handbook fore Instruktur: Vimala McClure*.