

## PRAKTIK BABY SPA PADA IBU DENGAN MEDIA VIDEO DI PUSKESMAS RAGUNAN

Siti Rahmadani<sup>1</sup>, Rasumawati<sup>2</sup>, Nurul Lidya<sup>3</sup>, Vera Suzana Dewi Haris<sup>4</sup>✉

Corresponding author: [verasuzanadewi@gmail.com](mailto:verasuzanadewi@gmail.com)

<sup>1,2,3,4</sup> Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Jakarta I, Indonesia

**Genesis Naskah:** Received: 02-02-2023, Revised: 14-05-2023, Accepted: 15-05-2023, Available Online: 15-05-2023

### Abstrak

Masih tingginya angka kurangnya berat badan bayi yang dapat mempengaruhi perkembangan motoric halus dan kasar maka perlu dilakukan penyuluhan tentang pijat bayi upaya untuk merangsang Tumbuh kembang pada bayi tidak terlepas dari konsep pertumbuhan dan perkembangan yang lebih kompleks dalam kemampuan motorik kasar, motorik halus, bicara dan bahasa pada bayi. Berdasarkan analisis situasi diatas, maka Tim akan melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul Praktik baby spa pada ibu dengan media video di Puskesmas Ragunan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dibagi dalam empat tahap. Tahap 1 : melakukan Penimbangan Berat Badan, evaluasi pengetahuan responden dengan pre test, dan penyuluhan dengan video serta pemberian Leaflet manfaat dari baby spa terhadap perkembangan bayi. Tahap 2 : mengajarkan treatment baby spa kepada responden dengan menggunakan media video. Tahap 3 : melakukan treatment baby spa kepada responden dengan menggunakan media video. Tahap 4 : melakukan evaluasi penimbangan Berat Badan, dilanjutkan dengan evaluasi pengetahuan dengan post test. Hasil kegiatan ini yaitu tingkat pengetahuan ibu nifas mengenai baby spa mengalami peningkatan lebih baik sebesar 79,3%, dan angka penambahan berat badan pada bayi meningkat 76,2%.

**Kata Kunci :** Baby Spa, Video, Tumbuh Kembang, Umur 3-12 Bulan

## ***BABY SPA PRACTICES FOR MOTHERS USING VIDEO MEDIA AT RAGUNAN HEALTH CENTER***

### ***Abstract***

*There is still a high rate of underweight babies which can affect fine and gross motor development, so it is necessary to do counseling about baby massage in an effort to stimulate growth and development in infants is inseparable from the more complex concepts of growth and development in gross motor skills, fine motor skills, speech and language in babies. Based on the situation analysis above, the Team will carry out community service activities entitled Baby spa practice for mothers using video media at the Ragunan Health Center. Community service activities are divided into four stages. Stage 1: carrying out weighing, evaluating the knowledge of respondents with a pre test, and counseling with videos and giving leaflets on the benefits of baby spa on baby development. Stage 2: teach baby spa treatment to respondents using video media. Stage 3: conducting baby spa treatments to respondents using video media. Stage 4: evaluating weighing, followed by evaluating knowledge with a post test. The results of this activity were that the knowledge level of postpartum mothers about baby spa increased by 79.3%, and the rate of weight gain in babies increased by 76.2%.*

**Keywords:** *Baby Spa, Video, Growth and Development, Age 3-12 Months*

### **Pendahuluan**

Anak memiliki nilai yang sangat tinggi untuk keluarga dan bangsa, setiap orang tua mengharapakan anaknya dapat tumbuh dan

berkembang secara optimal. Tercapainya pertumbuhan dan perkembangan yang optimal merupakan hasil interaksi berbagai faktor yang saling berkaitan, yaitu faktor genetik, lingkungan,

perilaku, dan rangsangan atau stimulasi yang berguna (Dasuki, 2003).

Tahun 2012 jumlah bayi di Indonesia tercatat sebanyak 4.462.562 jiwa (Data Statistik Indonesia 2012), dengan Provinsi Jawa Barat tercatat mempunyai jumlah bayi terbanyak yaitu 871.297 jiwa (Kemenkes, 2017), sedangkan menurut Badan Pusat Statistik Karawang tahun 2016 menjelaskan bahwa masih banyak di Kabupaten Karawang mempunyai jumlah bayi dengan lahir BBLR sebanyak 1262 jiwa.

Pada bayi dengan berat badan kurang berisiko terjadinya hipoglikemia dan mengalami gangguan tumbuh kembang sehingga perlu diberikan penanganan yang salah satunya adalah pemberian latihan relaksasi yang menurut Sutini ahli fisioterapi, dalam *talkshow* Solusi Sehat di Surabaya, relaksasi dari sudut pandang *Physiotherapy Pediatric* sangat diperlukan untuk mengoptimalkan tumbuh kembang anak. Menurutnya, ada 4 aspek yang bisa dioptimalkan melalui relaksasi, yaitu perkembangan motorik kasar, motorik halus, *personal social*, dan bahasa. Dengan adanya pemberian relaksasi untuk anak dan bayi, para orang tua juga dapat mendeteksi kelainan tubuh bayi sejak dini. (Saphiranti dan Ginayatunisa, 2011).

Setiap bayi mengalami tahap pertumbuhan dan perkembangan dalam masa hidupnya, proses penyesuaian berupa pertumbuhan dan perkembangan pada masa neonatus terjadi saat kehidupan di luar rahim berupa perubahan fisik, hal tersebut dimulai dari pengaruh lingkungan keluarga (Supartini, 2004). Pertumbuhan adalah bertambahnya ukuran fisik dan struktur tubuh

karena adanya multiplikasi sel-sel dan juga bertambah besarnya sel yang bisa diukur secara kuantitatif seperti penambahan ukuran berat badan, tinggi badan, dan lingkaran kepala (Moersintowati, dkk, 2002).

Berdasarkan survey data awal hasil penimbangan berat badan bayi di wilayah kerja Puskesmas Ragunan, terdapat 120 bayi yang tercatat melakukan penimbangan di posyandu dan hasilnya hanya terdapat 65 bayi atau sekitar 54% yang mengalami kenaikan berat badan, sisanya 55 bayi atau sekitar 46% bayi tidak mengalami kenaikan berat badan yang seharusnya. Rata-rata ibu bayi tersebut tidak mengetahui dan tidak pernah melakukan cara perawatan kesehatan bayi dengan stimulasi pertumbuhan bayi dengan menggunakan pijat bayi. Observasi awal yang dilakukan oleh penulis pada petugas kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Ragunan bahwa belum ada yang melakukan teknik pemijatan bayi secara spesifik yang berguna untuk meningkatkan kesehatan dan perawatan bayi.

Banyak faktor yang menghambat perkembangan tersebut, sehingga bayi tidak dapat mencapai potensi genetik yang seharusnya, diantaranya adalah pemberian nutrisi dan stimulasi (*baby spa* dan *baby massage*). *Massage* adalah terapi sentuh tertua yang dikenal manusia dan yang paling populer serta seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang dipraktekkan sejak berabad-abad silam, karena berhubungan sangat erat dengan kehamilan dan proses kelahiran manusia (Lee, 2009).

Sentuhan dan pijat pada bayi dapat memberikan jaminan adanya kontak tubuh

berkelanjutan yang dapat mempertahankan perasaan aman pada bayi. Ilmu kesehatan modern telah membuktikan secara ilmiah bahwa terapi sentuhan dan pijat pada bayi mempunyai banyak manfaat terutama bila dilakukan sendiri oleh orang tua bayi (Adamson,2003). Penelitian tentang pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi memperoleh hasil bahwa pada kelompok kontrol kenaikan berat badan sebesar 6,16% pada bayi yang tidak dipijat sedangkan pada kelompok yang dipijat 9,44% (Dasuki, 2003).

Banyak ibu pasca bersalin yang tidak mengetahui cara memijat bayinya, dengan alasan karena merasa kurang terampil dan takut terjadi masalah apabila bayi tersebut dipijat oleh orang yang kurang profesional (Jenny, 2006), sedangkan sentuhan mempunyai dampak positif bagi perkembangan dan pertumbuhan bayi (Field, 2004). Pijat bayi memiliki banyak manfaat antara lain, pijat bayi dapat mengurangi perilaku stress pada bayi prematur (Hernandes, Diego & Field, 2007), meningkatkan *bonding* dan *attachment* antara ibu dan bayi, selain itu meningkatkan berat badan bayi (Sari, 2013; Daniati, 2010).

Pelayanan *SPA* merupakan bagian dari upaya pelayanan kesehatan tradisional yang sekaligus sebagai upaya pelestarian budaya/pusaka nusantara. *SPA* merupakan suatu singkatan kata dari bahasa latin yang berasal dari kata *Solus Per Aqua* (*Solus* = Pengobatan atau Perawatan, *Per* = Dengan dan *Aqua* = Air). Berdasarkan arti tersebut maka dapat dikatakan bahwa *SPA* adalah suatu sistem pengobatan atau

perawatan dengan air atau dalam bahasa Inggris dikenal sebagai *hydrotherapy*.

Menurut Permenkes No.1205/Menkes/X/2004, *SPA* merupakan upaya tradisional yang menggunakan pendekatan holistik, melalui perawatan menyeluruh dengan menggunakan metode kombinasi antara *hydrotherapi* (terapi air) dan *massage* (pijat) yang dilakukan secara terpadu untuk meyeimbangkan tubuh, pikiran serta perasaan.

Usia 0-12 bulan merupakan saat yang tepat bagi bayi untuk mengenal kolam renang. Hal ini dikarenakan reflek akuatiknya belum menghilang (kemampuan menarik nafas sebelum menyentuh air), bayi juga mempunyai naluri mengapung dan menyelam yang mencegahnya menelan air saat berada di dalam air. (Riksani, 2014) Pijat bayi dapat dilakukan sedini mungkin setelah bayi dilahirkan, sehingga bayi segera mendapatkan manfaat yang besar dari terapi tersebut. Pijat bayi dapat dilakukan di pagi hari atau malam sebelum tidur, sehingga efek relaksasi yang dihasilkan dapat membantu bayi tidur lebih nyenyak. (Roesli, 2001).

Pendidikan kesehatan yang diberikan oleh tenaga kesehatan sangat menentukan tujuan yang ingin dicapai, oleh karena itu dalam menyampaikan informasi diharapkan tidak semata-mata hanya menyampaikan isi pesan yang ada, akan tetapi diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan ibu manfaat dari pijat bayi sehingga akan merubah perilaku ke arah yang lebih positif, ada banyak cara dalam pendidikan kesehatan yang dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan dalam merubah pengetahuan dan perilaku yang

diinginkan salah satunya yaitu melalui pemilihan media pembelajaran yang tepat dengan menggunakan media hasil teknologi audio visual seperti video menjadi alternatif media yang dapat dimanfaatkan untuk mendukung kelancaran pendidikan kesehatan didalam pelayanan kesehatan. Video praktik pijat bayi dirancang sedemikian rupa dengan durasi yang tidak terlalu lama dan menggunakan langkah – langkah pijat yang mudah untuk diikuti merasa tertarik sehingga tujuan dari pendidikan kesehatan dapat tercapai yaitu meningkatkan pengetahuan seseorang dan mengubah perilaku seseorang kearah yang lebih baik (Yuli Anggraeni, 2016).

Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan (Poltekkes Kemenkes) Jakarta I sebagai unit Badan PPSDM Kesehatan bidang tenaga kesehatan mempunyai tugas dan fungsi menyelenggarakan Pendidikan Tinggi Diploma Tiga (DIII) khususnya Jurusan Kebidanan. Perguruan tinggi dituntut untuk dapat menjalankan Tri Dharma Perguruan Tinggi, salah satunya adalah pengabdian kepada masyarakat. Sehubungan dengan tugas dan fungsinya, maka semua dosen dipandang perlu untuk melaksanakan pengabdian kepada masyarakat. Penulis sebagai bagian dari dosen Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Jakarta I akan melaksanakan pengabdian masyarakat di Puskesmas Kelurahan ragunan sebagai salah satu tugas dari tridarma perguruan tinggi dalam bentuk penyuluhan melalui kegiatan pemberdayaan masyarakat dengan judul Praktik Baby Spa pada ibu dengan media Video di Puskesmas Ragunan Tahun 2021”

Puskesmas Ragunan merupakan salah satu puskesmas yang terletak di Jakarta Selatan yang ada di wilayah Kecamatan Pasar Minggu. Jarak tempuh Puskesmas Ragunan ke Kampus Prodi Kebidanan Poltekkes Kemenkes Jakarta I ± 5 KM.

Dalam bidang kesehatan, masyarakat sudah mulai memahami pentingnya hidup sehat, namun masih masyarakat belum memanfaatkan fasilitas kesehatan khususnya mengenai baby spa, Hal ini yang merupakan salah satu alasan mengapa masyarakat tidak selalu memanfaatkan fasilitas kesehatan khususnya baby spa.

Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu ibu nifas tentang baby spa di Puskesmas Ragunan Tahun 2021.

### **Metode Pelaksanaan**

Metode yang digunakan pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini ditujukan bayi ibu yang memiliki bayi berumur 3-12 bulan yang berada di lingkungan Puskesmas Ragunan, Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat dilakukan dengan 2 metode yaitu :

1. Ibu yang memiliki bayi diberikan penyuluhan mengenai manfaat baby spa. Sebelum dilakukan penyuluhan ibu dilakukan pretest terlebih dahulu untuk mengetahui seberapa baik pengetahuan ibu tentang baby spa pada akhir sesi, peserta diberikan pertanyaan seputar materi yang telah diberikan
2. Mengajarkan ibu tentang langkah – langkah dalam melakukan baby spa dan di praktikkan dengan menggunakan media video baby spa menganjurkan ibu untuk aktif mengikuti

langkah demi langkah baby spa. Peserta akan dipandu oleh 1 orang instruktur baby spa dan setiap 5 orang akan di damping oleh pendamping baby spa. Hal ini bertujuan untuk memastikan langkah – langkah yang dilakukan oleh peserta benar sesuai dengan yang telah disampaikan. Peserta yang mengikuti penyuluhan dan praktik baby spa ini adalah peserta yang memiliki bayi berusia 3-12 bulan.yang bersedia melakukan baby spa untuk bayi mereka dirumah. Peserta akan dilakukan evaluasi lagi dalam setiap langkah baby spa yang dilakukan agar peserta mampu melakukan baby spa pada bayinya di rumah.

Kegiatan ini dilaksanakan dalam pengabdian kepada masyarakat selama 5 bulan dengan responden 60 orang.

### Hasil dan Pembahasan

Hasil Pengabdian kepada Masyarakat ini berupa peningkatan perilaku peserta setelah diberikan penyuluhan. Peningkatan perilaku tersebut dalam bentuk peningkatan pengetahuan mengenai baby spa.

**Tabel 1. Jenis Kelamin Bayi Pada Praktik Baby SPA di Puskesmas Kelurahan Ragunan**

Jenis Kelamin	Pemeriksaan 1 (n=60)
Laki - Laki	26 (43,3%)
Perempuan	34 (56,6%)

Tabel 1 menunjukkan jumlah bayi laki laki sebanyak (43,3%) sedangkan jumlah bayi perempuan (56,6%) yang dilakukan praktik baby spa menggunakan video di Puskesmas Kelurahan Ragunan.

Materi pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini disajikan dengan bahasa yang sederhana dan materi yang disampaikan diberikan dengan video dan diberikan leaflet yang bisa di bawa pulang oleh pasien setelah kegiatan penyuluhan dengan desain yang menarik sehingga peserta tertarik untuk membaca kembali setiap saat. Tujuan dari penyuluhan yaitu meningkatkan pengetahuan seseorang dan mengubah perilaku seseorang kearah yang lebih baik (Azadirachta & Sumarmi, 2017) (Rahmawati et al., 2015) (Yuli Anggraeni, 2016)



**Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan mengenai Praktik Baby Spa pada ibu dengan media video di Puskemas Kelurahan Ragunan**

**Tabel 2. Tabel kejadian status gizi berdasarkan Berat badan Bayi sebelum dan Sesudah melakukan baby spa pada bayi**

Status Gizi	Sebelum (n=60)	Sesudah (n=60)
Baik	28 (46,7%)	42 (70%)
Cukup	18 (30%)	11 (18,4%)
Kurang	14 (23,3%)	7 (11,6%)

Tabel 2 menunjukkan angka kejadian status gizi pada peserta bayi paling banyak baik banyak (70%), Penyuluhan kesehatan merupakan agenda pengabdian kepada masyarakat yang diberikan kepada peserta. Metode pendidikan kesehatan dengan video efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan mengubah sikap perilaku. Baby spa yang dilakukan pada bayi secara konsisten dapat berfungsi sebagai pengeluaran beta endorphin yang dapat mempengaruhi mekanisme pertumbuhan serta meningkatkan kenaikan berat badan bayi.

**Tabel 3. Tingkat pengetahuan peserta pengabdian kepada masyarakat pre dan posttest**

Tingkat Pengetahuan	Pretest	Posttest
	(n=60)	(n=60)
Baik	24 (40%)	44 (73,3%)
Cukup	15 (25%)	10 (16,7%)
Kurang	21 (35%)	6 (10%)

Tabel 3 menunjukkan peningkatan 73,3% pengetahuan menjadi lebih baik pada peserta terhadap pengetahuan manfaat dan praktik baby spa pada bayi di Puskesmas Kelurahan Ragunan. Praktik baby spa dilakukan dapat mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan motoric yang terjadi pada bayi sehingga Hasil pengabdian kepada masyarakat menunjukkan telah terjadi perubahan pengetahuan seperti yang diharapkan dari kegiatan ini. Pertumbuhan dan perkembangan pada bayi baru lahir terjadi perubahan yang lebih baik secara signifikan ditunjukkan dari hasil penambahan berat badan pada bayi baru lahir kepada bayi yang dilakukan baby spa.

## Kesimpulan dan Saran

Simpulan dari kegiatan ini yaitu:

1. Rangkaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat dilaksanakan dengan baik sesuai dengan rencana semula, walaupun di awal kegiatan muncul permasalahan utama pada peserta pengabdian masyarakat yaitu angka kejadian Covid-19 yang meningkat.
2. Rangkaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang terdiri dari empat tahap. Tahap 1 : melakukan Penimbangan Berat Badan, evaluasi pengetahuan responden dengan pre test, dan penyuluhan dengan video serta pemberian Leaflet manfaat dari baby spa terhadap perkembangan bayi. Tahap 2 : mengajarkan treatment baby spa kepada responden dengan menggunakan media video. Tahap 3 : melakukan treatment baby spa kepada responden dengan menggunakan media video. Tahap 4 : melakukan evaluasi penimbangan Berat Badan, dilanjutkan dengan evaluasi pengetahuan dengan post test.
3. Tingkat pengetahuan ibu nifas mengenai baby spa mengalami peningkatan lebih baik sebesar 79,3%, dan angka penambahan berat badan pada bayi meningkat 76,2%.

Saran dari kegiatan ini adalah keberlanjutan kegiatan Baby spa yang bermanfaat untuk penambahan berat badan yang merupakan ukuran antropometri yang terpenting dan paling sering digunakan pada bayi. Perubahan berat badan sering dikaitkan dengan berat badan ideal, berat badan normal, berat badan biasa, dan berat badan sekarang (BBS), Untuk menunjang peningkatan tersebut maka bayi membutuhkan pemberian

nutrisi yang cukup dan stimulasi melalui baby spa khususnya di daerah binaan Puskesmas Kelurahan Ragunan.

### Daftar Pustaka

- Aldini, D. Y. (2017). *Pengaruh Metode Brainstorming Terhadap Tingkat Pengetahuan dan rasionalitas penggunaan Obat Swamedikasi*.
- Asrie, F. (2017). *Prevalence of anemia and its associated factors among pregnant women receiving antenatal care at Aymiba Health Center, northwest Ethiopia*. 35–40.
- Asyirah, S. (2012). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Puskesmas Bajeng Kecamatan Bajeng Kabupaten Gowa. *Karya Tulis Ilmiah Strata Satu, Universitas Indonesia, Jakarta*, 42.
- Azadirachta, F. L., & Sumarmi, S. (2017). *Pendidikan Gizi Menggunakan Media Buku Saku*. 107–115.
- Manuaba. (2000). *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan Dan keluarga Berencana Untuk Pendidikan Bidan*. EGC.
- Mph, J. H., Mph, A. Das, Teck, L., Frcp, O., Sun, W., Mohd, N., Mrcog, N., Mph, S. R., Mph, S. B., Mrcog, M. G., K, K. I., Mrcog, K., Morad, Z., & Zaher, M. (2007). *Anemia in pregnancy in Malaysia: a cross-sectional survey*. 16(September 2006), 527–536.
- Okeke, P. (2011). *Anaemia in Pregnancy-is it a Persisting Public Health Problem in Porto Novo-Cape Verde?* (pp. 193–199). Medwell Publications.
- Prawirohardjo, S. (2010). *Ilmu Kebidanan*. PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Rahmawati, N. I., Nugraheni, S. A., & Mawarni, A. (2015). *Pengaruh Penggunaan Buku Saku oleh Motivator terhadap Pengetahuan dan Keterampilan Motivator dalam Mengatasi Permasalahan Pemberian ASI ( di Kecamatan Sewon Kabupaten Bantul )*. 3(2), 64–70.
- Sari, E., & Sudarmiati, S. (2017). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Tanda Bahaya Kehamilan di Puskesmas Karangdoro*.
- Yuli Anggraeni. (2016). *Pengembangan Media Pembelajaran Berbentuk Pocket Book Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Praktik Akutansi Manual (PAM) Kelas XI Akutansi SMK YPKK ! Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta*.