

## **PELATIHAN KETERAMPILAN *BABY SPA* BAGI IBU-IBU MUDA SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN KUALITAS PERTUMBUHAN DAN PERKEMBANGAN BAYI**

**Maria Hidayanti<sup>1\*</sup>, Lita<sup>2</sup>, Mohamad Gilar Jatisunda<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Universitas Majalengka, <sup>2</sup> Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Universitas Majalengka, <sup>3</sup>Pendidikan Matematika, Universitas Majalengka

\*E-mail mariahidayanti247@yahoo.com

### **Abstract**

*Indonesia's government has made major commitments at the global and national levels for child welfare, including a commitment to realize the 2030 Sustainable Development Agenda. The current state of child welfare is an important marker for Indonesia's progress in learning the Sustainable Development Goals. The process of growth and development is closely related to health factors. In other words, only healthy children can be expected to have an optimal growth and development process. Although child growth and development take place naturally, the process is very dependent on adults or parents. Children who are healthy, smart, attractive, and have noble character are every parent's dream. Various criteria must be met in the growth and development of children, one of which is heredity or genetics. However, besides heredity, other factors affect the quality of a child. The quality of a child can be judged from the process of growth and development. Based on the data after the training, participants, namely young mothers with babies 0-3 years old, can understand and develop baby spa techniques and be empowered to monitor baby growth and fulfill baby's psychology through good and correct stimulation training.*

**Keywords:** *Baby spa training, growth, and development, young mothers*

### **Abstrak**

Pemerintah Indonesia telah memberikan komitmen besar pada tataran global dan nasional untuk kesejahteraan anak, termasuk komitmen untuk mewujudkan Agenda Pembangunan Berkelanjutan 2030. Kondisi kesejahteraan anak saat ini adalah penanda penting bagi kemajuan Indonesia dalam mewujudkan Tujuan Pembangunan Berkelanjutan. Proses tumbuh kembang sangat terkait dengan faktor kesehatan, dengan kata lain hanya pada anak yang sehat dapat diharapkan terjadi proses tumbuh kembang yang optimal. Meskipun proses tumbuh kembang anak berlangsung secara alamiah, proses tersebut sangat tergantung kepada orang dewasa atau orang tua. Anak yang sehat, cerdas, berpenampilan menarik, dan berakhlak mulia merupakan dambaan setiap orang tua. Agar dapat mencapai hal tersebut terdapat berbagai kriteria yang harus terpenuhi dalam pertumbuhan dan perkembangan anak, salah satunya adalah faktor keturunan atau genetika. Namun, selain faktor keturunan masih terdapat faktor lain yang mempengaruhi kualitas seorang anak. Kualitas seorang anak dapat dinilai dari proses tumbuh kembang. Berdasarkan data setelah dilakukan peserta pelatihan yakni ibu-ibu muda yang mempunyai bayi 0-3 tahun dapat memiliki pemahaman dan keterampilan Teknik *baby spa* dan mampu diberdayakan untuk pemantauan tumbuh kembang bayi dan pemenuhan psikologi bayi, melalui pelatihan stimulasi yang baik dan benar.

**Kata Kunci:** Pelatihan baby spa, pertumbuhan dan perkembangan, ibu-ibu muda

Submitted: 2021-07-09

Revised: 2021-07-29

Accepted: 2021-07-31

### **Pendahuluan**

Pemerintah Indonesia telah memberikan komitmen besar pada tataran global dan nasional untuk kesejahteraan anak, termasuk komitmen untuk mewujudkan Agenda Pembangunan Berkelanjutan 2030 (OECD, 2018). Agenda 2030 memberikan negara-negara peluang berharga untuk memacu kemajuan pembangunan bagi anak, ditunjang oleh prinsip untuk tidak membiarkan seorang pun tertinggal. Kondisi kesejahteraan anak saat ini adalah penanda penting bagi kemajuan Indonesia dalam mewujudkan Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs) pada 2030 kelak. Setiap anak akan melewati masa fase demi fase dalam tumbuh kembang yang berkesinambungan mulai dari dalam kandungan hingga lahir sampai dewasa. Setiap masa perkembangannya, terdapat masa kritis yang memerlukan stimulasi atau rangsangan yang berguna bagi potensi perkembangan anak (Hayati, 2014). Masa bayi hingga usia 2 tahun disebut priode 1000 hari kelahiran. Masa ini

merupakan masa tersingkat dari semua periode perkembangan, sehingga sangat penting untuk memenuhi nutrisi dan stimulus yang optimal karena, setelah periode ini terlewati otak akan tumbuh melambat dan tidak pernah bisa tumbuh cepat kembali (Oktiawati & Julianti, 2017).

Pernyataan Depkes, (2006) bahwa 16% bayi di Indonesia mengalami gangguan perkembangan saraf dan otak mulai ringan sampai berat. Pada masa bayi dan balita, perkembangan kemampuan berbahasa, kreativitas, kesadaran sosial, emosional dan intelegensi berjalan sangat cepat dan merupakan landasan perkembangan berikutnya. Menurut Permenkes RI No. 66 (2014) agar tumbuh kembang anak optimal diperlukan kondisi yang mendukung diantaranya hubungan anggota keluarga dan lingkungan keluarga yang memberikan kasih sayang, keadaan fisik mental sosial yang sehat, terjangkau oleh pelayanan kesehatan, makanan yang cukup dan gizi seimbang, anak mendapatkan kesempatan memperoleh stimulasi tumbuh kembang dan pendidikan dini di keluarga dan masyarakat, anak mempunyai kesempatan melakukan kegiatan dan bermain permainan yang merangsang perkembangan (Hamsah et al., 2020).

Dalam menstimulasi perkembangan anak, pijat bayi dapat membantu agar anak memperoleh rangsangan yang sesuai. Pijat bayi merupakan salah satu tradisi yang diwariskan nenek moyang kita yang terbukti khasiatnya dapat membantu menstimulasi perkembangan. Seiring berkembangnya teknologi Pijat bayi kemudian dimodifikasi dengan pola yang lebih modern hingga menjadi tren baru yang dikenal dengan istilah Baby spa. Pemijatan berfungsi supaya bayi lebih responsif, dapat lebih banyak menyapa dengan kontak mata, lebih banyak tersenyum, lebih banyak bersuara, lebih banyak menanggapi, lebih cepat mempelajari lingkungan dan lebih tanggap terhadap lingkungan (Febrianty, 2019)

Stimulasi yang tepat bagi bayi sangat penting dalam mendukung masa pertumbuhan dan itu dapat dilakukan dengan *baby spa* (Jayatmi & Fatimah, 2020). Peningkatan pertumbuhan yang signifikan pada bayi yang telah mengikuti baby spa adalah peningkatan berat badan yang bertambah karena nafsu makan bayi yang tinggi. Dengan demikian bayi terlihat sehat dan mengalami peningkatan yang meliputi berat badan, tinggi badan dan lingkaran kepala dibandingkan dengan bayi yang tidak mendapat perlakuan *baby spa* (Pratiwi et al., 2021). Tahap-tahap dalam *baby spa* dapat berdampak pada kesehatan organ-organ tubuh dan memberikan stimulasi pada kesadaran bayi. Stimulasi kesadaran bayi maksudnya adalah memberikan rangsangan pada kemampuan organ-organ sensoris untuk mengoptimalkan indera peraba, indera penciuman, penglihatan, pendengaran dan indera keseimbangan yang sedang berkembang pesat dalam usia keemasan atau sering disebut masa *golden age* (Tim Galenia, 2014).

Pijatan biasanya berpengaruh pada pola tidur yang teratur, pengenalan lingkungan, dan ketenangan emosi yang lebih baik. Manfaat lainnya yaitu membantu merangsang dan menyeimbangkan hormon-hormon pada tubuh bayi, hormon kortisol penyebab stress dalam tubuh dapat berkurang dengan pijatan. Sedangkan hormone oksitosin yang menimbulkan rasa nyaman dan kasih sayang semakin meningkat sehingga dapat menciptakan ikatan tali psikologi yang kuat antara bayi dan ibunya (Tim Galenia, 2014). Orang tua memijat bayi pada kondisi sehat tapi juga ada kondisi tertentu seperti sakit terkilir, demam, batuk pilek padahal menurut Cat Hopkinson Holistic, ada kondisi tertentu yang tidak boleh bayi untuk dipijat antara lain saat bayi mengalami pembengkakan, infeksi seperti flu, pilek, cacar air, demam dan sebagainya. Begitu juga kementerian kesehatan RI, menyampaikan pula bahwa saat kondisi bayi sakit maka tidak boleh dipijat karena mengakibatkan bayi rewel saat dipijat sehingga otot bayi akan kaku dan tidak akan kunjung sembuh sakitnya (Budiarti & Yunadi, 2019).

Proses tumbuh kembang sangat terkait dengan faktor kesehatan, dengan kata lain hanya pada anak yang sehat dapat diharapkan terjadi proses tumbuh kembang yang optimal. Meskipun proses tumbuh kembang anak berlangsung secara alamiah, proses tersebut sangat tergantung kepada orang dewasa atau orang tua. Pada tahap awal kehidupan manusia terutama pada masa balita, merupakan masa yang kritis yang akan menentukan kemampuan intelektual, sikap, nilai dan

pola perilaku seseorang di kemudian hari. Pada masa periode kritis ini, tumbuh kembang anak baik fisik, mental dan sosial akan terwujud bila mendapatkan stimulasi dan perawatan yang tepat.

Periode penting dalam tumbuh kembang anak adalah masa balita, karena pada masa ini pertumbuhan dasar yang akan mempengaruhi dan menentukan perkembangan anak selanjutnya. Pada masa balita ini kemampuan berbahasa, kreativitas, sosial, emosional dan intelegensia berjalan sangat cepat dan merupakan landasan perkembangan berikutnya. Perkembangan moral serta dasar-dasar kepribadian juga dibentuk pada masa ini. Deteksi dini perkembangan anak dilakukan dengan cara pemeriksaan perkembangan secara berkala, apakah sesuai dengan umur atau telah terjadi penyimpangan dari perkembangan normal. Melalui pelatihan keterampilan pijat *baby spa* diharapkan dapat dijadikan referensi pengembangan pengetahuan dan keterampilan bagi ibu-ibu muda dalam merawat bayi mereka.

Anak yang sehat, cerdas, berpenampilan menarik, dan berakhlak mulia merupakan dambaan setiap orang tua. Agar dapat mencapai hal tersebut terdapat berbagai kriteria yang harus terpenuhi dalam pertumbuhan dan perkembangan anak, salah satunya adalah faktor keturunan atau genetika. Namun, selain faktor keturunan masih terdapat faktor lain yang mempengaruhi kualitas seorang anak. Kualitas seorang anak dapat dinilai dari proses tumbuh kembang. Proses tumbuh kembang merupakan hasil interaksi faktor genetik dan faktor lingkungan. Faktor genetik/keturunan adalah faktor yang berhubungan dengan gen yang berasal dari ayah dan ibu, sedangkan faktor lingkungan meliputi lingkungan biologis, fisik, psikologis, dan sosial.

Pertumbuhan dan perkembangan mengalami peningkatan yang pesat pada usia dini, yaitu dari 0 sampai 5 tahun. Masa ini sering juga disebut sebagai fase "*Golden Age*". *Golden age* merupakan masa yang sangat penting untuk memperhatikan tumbuh kembang anak secara cermat agar sedini mungkin dapat terdeteksi apabila terjadi kelainan. Selain itu, penanganan kelainan yang sesuai pada masa *golden age* dapat meminimalisir kelainan pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga kelainan yang bersifat permanen dapat dicegah. Pemantauan tumbuh kembang anak meliputi pemantauan dari aspek fisik, psikologi, dan sosial. Pemantauan tersebut harus dilakukan secara teratur dan berkesinambungan. Sedini mungkin pemantauan dapat dilakukan oleh orang tua. Selain itu pemantauan juga dapat dilakukan oleh masyarakat melalui kegiatan posyandu dan oleh guru di sekolah. Oleh karena itu, pengetahuan tentang deteksi dini pertumbuhan dan perkembangan anak perlu dimiliki oleh orang tua, guru, dan masyarakat.

## **Metode**

Program Kemitraan Masyarakat (PKM) ini direncanakan akan dilaksanakan di Kecamatan Kertajati Kabupaten Majalengka Jawa Barat dengan sasaran para Ibu-ibu. Dengan kegiatan ini diharapkan para ibu tersebut dapat memiliki keterampilan dalam pijat baby spa.

### **1) Metode Pendekatan**

#### **a. Sosialisasi**

Salah satu pendekatan Program pengabdian kepada masyarakat adalah program ini dilaksanakan dalam bentuk sosialisasi audiens adalah mitra ibu-ibu dikecamatan kertajati. Sosialisasi ini berupa pemaparan terkait dengan pertumbuhan dan perkembangan bayi dan tentunya materi tentang pijat baby spa.

#### **b. Diskusi**

Di samping pemaparan materi melalui seminar, kegiatan ini juga menggunakan metode diskusi. Pada kegiatan diskusi ini, mitra diberikan kesempatan untuk bertanya kepada narasumber terkait materi yang disampaikan. Diskusi dilakukan agar peserta lebih memahami materi yang telah disampaikan. Melalui diskusi, sosialisasi tidak hanya sekedar *transfer knowledge* saja melainkan dapat berbagi pengalaman maupun permasalahan yang sedang dihadapi mitra.

- c. Pelatihan dan pendampingan  
Selain menggunakan metode seminar dan diskusi, program ini juga menggunakan metode pelatihan atau workshop. Pada kegiatan ini, peserta dilatih untuk memiliki keterampilan pijat baby spa secara berkelompok dengan pendampingan tim pengusul.
- 2) Rencana Pelaksanaan Kegiatan  
Kegiatan dilaksanakan berdasarkan urutan pada proses pijat baby spa.
- 3) Partisipasi mitra dalam pelaksanaan program  
Mitra dalam pelaksanaan program ini adalah ibu-ibu di kecamatan kertajati. Partisipasi mitradalam program ini meliputi:
  - a. Mitra sebagai penyedia tempat untuk penyelenggaraan kegiatan PKM yaitu bertempat di Kecamatan Kertajati
  - b. Mitra berperan sebagai peserta program yang siap dilatih dan bersedia dilakukan monitoring dan evaluasi
  - c. Mitra terlibat secara keseluruhan dalam program PKM meliputi perumusan permasalahan, perencanaan program, penjadwalan kegiatan, pelaksanaan program hingga tahap evaluasi kegiatan.
- 4) Evaluasi Pelaksanaan Program dan Keberlanjutan Program  
Evaluasi pelaksanaan program dilakukan selama periode kegiatan program berlangsung serta di akhir kegiatan. Evaluasi ini dilakukan untuk mengetahui hasil dan progress dari pelaksanaan program yang telah direncanakan, serta untuk mengevaluasi daya serap peserta terhadap materi yang telah diberikan atau tingkat ketercapaian dari pelatihan yang telah diberikan. Evaluasi ini dilakukan dengan cara membandingkan kondisi mitra sebelum pelaksanaan program dan kondisi mitra setelah pelaksanaan program.

### **Hasil dan Pembahasan**

- a. Tahapan Persiapan
  1. Pertama kali tim pengabdian kepada masyarakat melaksanakan survei untuk mencari tempat yang relevan dilakukan pelatihan. Salah satu yang menjadi indikator pemilihan tempat dilakukannya pelatihan berdasarkan kondisi geografis dan kondisi kesehatan masyarakatnya. Tempat pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berdasarkan hasil diskusi tim pengabdian di tentukan di desa Kertajati.
  2. Pengurusan administrasi (surat-menyurat) yaitut membuat surat permohonan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ke pihak P3M kemudian menemui pihak pengurus dan Kepala Desa Kertajati mengajukan permohonan ijin pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.
  3. Mempersiapkan alat dan bahan serta akomodasi proses pelaksanaan kegiatan pengabdian.
  4. Mengubungi narasumber.
  5. Mengidentifikasi masalah dan perumusan masalah dalam kegiatan serta penyusunan schedule kegiatan.
  6. Mengidentifikasi pengetahuan ibu tentang *baby spa* dan keterampilan ibu dalam melakukan *baby spa*.
  7. Mempersiapkan pembagian tugas dan tanggung jawab dosen yaitu sebagai pemateri dan instruktur *baby spa* dan mahasiswa yang terlibat dalam pengabdian kepada masyarakat
  8. Mempersiapkan tempat pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.
  9. Persiapan materi dan media yang akan digunakan dalam kegiatan PKM yaitu Laptop, LCD, Leafet, powerpoint

b. Pelaksanaan

1. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan dalam bentuk pelatihan *baby spa* pada ibu agar dapat memberdayakan diri dalam pertumbuhan, perkembangan dan psikologi antara ibu dan bayi dengan metode ceramah dan tanya jawab serta pelaksanaan simulasi dan latihan pijat bayi.
2. Peserta pengabdian kepada masyarakat terdiri dari 15 orang ibu beserta bayinya dengan umur 3-6 bulan.
3. Pelaksanaan kegiatan PKM dilakukan sebanyak 2 (dua) kali yaitu pada tanggal 26 Juni 2021 dengan rician kegiatan pemberian materi dari narasumber ahli yang bertempat di kober Bunda Balita desa Kertajati. Kemudian pada tanggal 1 Juli 2021 pelaksanaan kegiatan survey sejauh mana pemahaman dan implemtasi kegiatan pertama yang sudah dilakukan.
4. Penyampaian materi tentang *baby spa* serta pengaruhnya terhadap tumbuh kembang bayi dikarenakan sebagian besar peserta pelatihan belum memiliki pengetahuan yang cukup tentang *baby spa*.
5. Sedangkan kegiatan kedua yaitu diadakan konfirmasi sejauhmana pemahaman praktis peserta pelatihan *baby spa*, tampak peningkatan keterampilan teknik *baby spa*.
6. Foto-foto kegiatan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat:



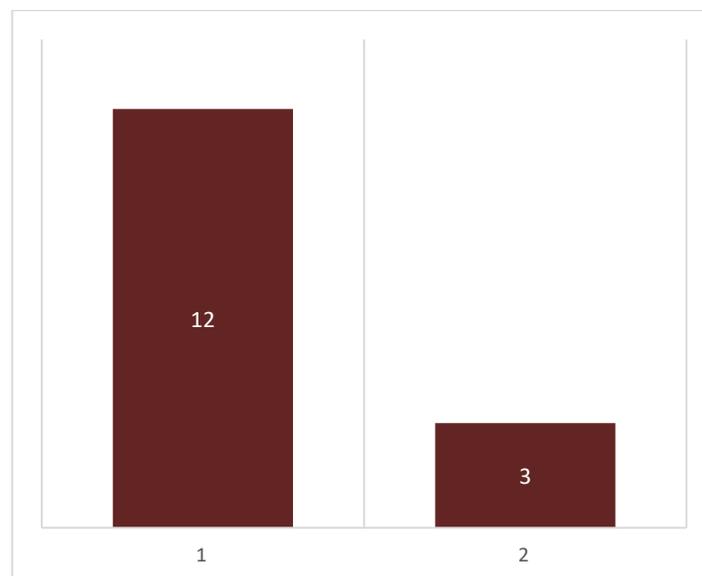
**Gambar 1.** Kegiatan Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat



**Gambar 2.** Kegiatan Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

c. Evaluasi

1. Pada tahap evaluasi pelaksanaan kegiatan sama dengan kegiatan kedua yang dilaksanakan pada tanggal 1 Juli 2021, oleh tim pengabdian kepada masyarakat menunjukkan pemahaman dan peningkatan keterampilan tentang pemberian stimulasi pada bayi yaitu melalui *baby spa* dan memberikan pandangan dan sikap positif setelah mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat.
2. Ilustrasi pada gambar bagan distribusi frekuensi pengetahuan Ibu terhadap *baby spa*, dimana sebanyak 12 dari 15 orang ibu berpengetahuan baik tentang *baby spa*.



**Gambar 3.** Distribusi Pemahaman ibu Terhadap Baby Spa

Berdasarkan ilustrasi tersebut bahwa pemahaman dan keterampilan ibu terhadap *baby spa* sangat baik dan mampu menunjukkan melakukan secara mandiri terhadap bayinya.

**Kesimpulan**

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat di desa kertajati maka dapat di peroleh kesimpulan sebagai berikut; Peserta pelatihan yakni ibu-ibu muda yang mempunyai bayi 0-3 tahun dapat memiliki pemahaman dan keterampilan Teknik *baby spa* dan mampu diberdayakan

untuk pemantauan tumbuh kembang bayi dan pemenuhan psikologi bayi, melalui pelatihan stimulasi yang baik dan benar. Sebagai tindak lanjut kegiatan pertama kami sebagai tim pelaksana kegiatan pengabdian kepada masyarakat berharap adanya kegiatan lanjutan dari tenaga kesehatan lainnya untuk memberikan *health education* terkait dengan pertumbuhan dan perkembangan anak dan perlu adanya pemeriksaan dan pelayanan setempat agar dapat memantau tumbuh kembang bayi dengan baik.

#### **Daftar Pustaka**

- Budiarti, T., & Yunadi, F. D. (2019). Telaah Kegiatan Pijat Bayi Di Cilacap Perkotaan. *Jurnal Kesehatan Indonesia*, 9(1), 38–44.
- Depkes, R. I. (2006). Pedoman umum pemberian makanan pendamping air susu ibu (MP-ASI) lokal. *Jakarta: Depkes RI*.
- Febrianty, L. (2019). *Pengaruh Baby Spa (Solus Per Aqua) Terhadap Perkembangan Motorik Bayi Usia 3-6 Bulan Di Klinik Bunda Riani Martubung Medan Tahun 2018*.
- Hamsah, I. A., Darmiati, D., Mirnawati, M., & others. (2020). Deteksi Dini Tumbuh Kembang Balita di Posyandu. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(2), 1003–1008.
- Hayati, S. (2014). Gambaran Faktor Penyebab Infeksi Saluran Pernafasan Akut (Isipa) pada Balita di Puskesmas Pasirkaliki Kota Bandung. *Jurnal Keperawatan BSI*, 2(1).
- Jayatmi, I., & Fatimah, J. (2020). *Pertumbuhan Optimal dengan Pijat dan Spa Bayi*.
- OECD. (2018). *OECD Science, Technology and Innovation Outlook 2018*. OECD Publishing. [https://www.oecd-ilibrary.org/science-and-technology/oecd-science-technology-and-innovation-outlook-2016/korea\\_sti\\_in\\_outlook-2016-71-en](https://www.oecd-ilibrary.org/science-and-technology/oecd-science-technology-and-innovation-outlook-2016/korea_sti_in_outlook-2016-71-en)
- Oktiawati, A., & Julianti, E. (2017). Pengaruh Baby Spa Terhadap Perkembangan Kemampuan Motorik Kasar Bayi Di My Baby Spa Surabaya Esti Rachmawati Wahyuningtyas Universitas Negeri Surabaya, Titi\_ian@ ymail. com Abstrak. *Pengaruh Baby Spa Terhadap Perkemb Kemamp Mot Kasar Bayi Di My Baby Spa Surabaya*, 6, 241–245.
- Pratiwi, K. W., Gading, I. K., & Antara, P. A. (2021). Pengembangan Instrumen Penilaian Kemampuan Membaca Permulaan Pada Anak Kelompok B Taman Kanak-Kanak. *Journal for Lesson and Learning Studies*, 4(1).s
- Tim Galenia, M. C. C. (2014). Home Baby Spa. *Jakarta: Penebar Plus*.