

PENGARUH SENAM BAYI TERHADAP PERKEMBANGAN
BAYI USIA 3-13 BULAN DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS LANGSA KOTA

Tiarnida Nababan^{1*}, Putri Bungsu², Putri Wahyuni³,
Perusquai Olpha Alpeno Purba⁴, Prinsistari Fildzah Inras⁵,
Putri Zainur⁶

¹⁻⁶Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Prima Indonesia

Email Korespondensi: tiarnidanababan@unprimdn.ac.id

Disubmit: 02 Desember 2023

Diterima: 12 Desember 2023

Diterbitkan: 01 Januari 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i1.13209>

ABSTRACT

Modern baby gymnastics is an effective way of stimulation based on developmental kinesiology and primitive reflexes according to developmental stages. Baby gymnastics should only be applied to healthy children. If the child is sick, such as diarrhea and fever, then this exercise must be suspended. This study aims to determine the effect of baby exercise on the development of babies aged 3-13 months in the Langsa City Health Center Working Area. The research design used is quantitative research with a quasi-experimental design. The number of samples in this study was 20 babies 3-13 months who were divided into 2 groups, namely 10 babies in the experimental group (doing baby gymnastics) and 10 babies who did not do baby gymnastics. Data analysis was carried out univariate and bivariate using the Mann-Whitney test. The results of the study showed that the majority of babies who did baby gymnastics had appropriate development as many as 6 babies (60%) with an average development score of 8.3, median 9 and babies who did not do baby gymnastics mostly had questionable development as many as 5 babies. (50%) with an average development score of 7.2. There is an influence of baby exercise on the development of babies aged 3-13 months in the Langsa City Health Center Working Area with a p-value of 0.019 ($p < 0.05$). The conclusion of this research is that there is an influence of baby exercise on the development of babies aged 3-13 months in the Langsa City Health Center Working Area. It is hoped that mothers will receive provision and simulation of baby exercise from local health workers so that they can carry out baby exercise independently which is beneficial for the development of babies aged 3-13 months.

Keywords: *Baby Gymnastics, Baby Development, Age 3-13 Months*

ABSTRAK

Senam bayi modern adalah salah satu cara stimulasi yang efektif yang berdasarkan kinesiology perkembangan dan reflek primitif sesuai dengan tahapan perkembangan. Senam bayi hanya boleh diterapkan pada anak yang sehat. Jika anak sakit seperti diare dan demam, maka senam ini harus ditangguhkan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh senam bayi terhadap perkembangan bayi usia 3-13 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Langsa Kota.

Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain *quasi eksperimen*. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 20 bayi 3-13 bulan yang dibedakan menjadi 2 kelompok yaitu 10 bayi menjadi kelompok eksperimen (melakukan senam bayi) dan 10 bayi yang tidak melakukan senam bayi. Analisa data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji *mann-whitney*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bayi yang melakukan senam bayi sebagian besar memiliki perkembangan yang sesuai sebanyak 6 bayi (60%) dengan rata-rata skor perkembangan 8,3, median 9 dan bayi yang tidak melakukan senam bayi sebagian besar memiliki perkembangan yang meragukan sebanyak 5 bayi (50%) dengan skor perkembangan rata-rata 7,2. Ada pengaruh senam bayi terhadap perkembangan bayi usia 3-13 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Langsa Kota dengan *p-value* 0,019 ($p < 0,05$). Kesimpulan penelitian ini adalah ada pengaruh senam bayi terhadap perkembangan bayi usia 3-13 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Langsa Kota. Diharapkan bagi ibu untuk memperoleh pembekalan dan simulasi senam bayi dari petugas kesehatan setempat agar dapat melakukan senam bayi secara mandiri yang bermanfaat bagi perkembangan bayi usia 3-13 bulan.

Kata Kunci: Senam Bayi, Perkembangan Bayi, Usia 3-13 Bulan

PENDAHULUAN

Masa bayi merupakan masa emas (Golden Age) yang dimulai sejak janin dalam kandungan sampai anak berusia 2 tahun dimana pada periode ini penting terkait pertumbuhan dan perkembangan anak karena pertumbuhan otak anak sangat pesat sehingga butuh perhatian khusus (Bonita dkk, 2022). Proses tumbuh kembang anak dapat berlangsung secara alami dimana anak mengalami tumbuh kembang yang luar biasa baik dari segi motorik, emosi, dan kognitif, namun dalam membantu proses tersebut perlu dilakukan pemberian tindakan guna mendukung tumbuh kembang tersebut (Rahayu, 2020).

World Health Organization (WHO) tahun 2018 melaporkan bahwa lebih dari 200 juta anak usia dibawah 5 tahun di Dunia tidak memenuhi potensi perkembangan mereka dan sebagian besar diantaranya adalah anak-anak yang tinggal di Benua Asia dan Afrika. Berbagai masalah perkembangan anak seperti keterlambatan motorik, berbahasa, perilaku, autisme, dan hiperaktif yang semakin meningkat.

Angka kejadian keterlambatan perkembangan di Amerika Serikat berkisar 12-16%, Thailand 24%, dan Argentina 22% (WHO, 2019).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Profil Kesehatan Aceh (2022), angka kelahiran hidup di Provinsi Aceh berjumlah 312.707 bayi, melihat tingginya angka kelahiran hidup pada bayi, penting sekali memberikan stimulus pada masa golden age sehingga tidak terjadi keterlambatan perkembangan. Sedangkan status tumbuh kembang bayi dan balita di Provinsi Aceh sebanyak 15.1% bayi mengalami gizi kurang yang kemudian menyebabkan keterlambatan dalam proses perkembangan meliputi motorik halus, motorik kasar, bahasa dan perilaku sosial (Risksedas, 2018).

Selama ini banyak upaya-upaya pemerintah maupun petugas kesehatan untuk meningkatkan perkembangan anak, salah satunya dengan memberikan stimulasi yang sesuai dengan umur bayi. Stimulasi adalah perangsangan dan latihan-latihan terhadap kepandaian anak

yang berasal dari lingkungan luar anak (Andinawati, 2022). Stimulasi perkembangan anak ini bertujuan untuk membantu anak agar mencapai tingkat perkembangan yang lebih baik dan optimal. Kebutuhan stimulasi guna meningkatkan kemajuan perkembangan atau mengurangi keterlambatan. Kurangnya stimulasi yang diberikan kepada bayi akan memperparah keterlambatan perkembangan pada bayi (Soetjiningsih dan Ranuh, 2018).

Senam bayi modern adalah salah satu cara stimulasi yang efektif yang berdasarkan kinesiologi perkembangan dan reflek primitif sesuai dengan tahapan perkembangan. Orang tua sekaligus dapat melakukan pengamatan atau deteksi dini adanya indikasi-indikasi penyimpangan perkembangan bayi, khususnya perkembangan motorik ketika melatih senam bayi. Bayi berusia 3 bulan, gerakan reflex masih dominan, salah satunya reflex menggenggam (*grasp*) (Ningrum dkk, 2022). Pada usia 16-24 minggu umumnya bayi mulai bisa tengkurap dan telentang, fungsi motorik sudah lebih baik. Usia ini merupakan usia persiapan bayi pada kemampuan merangkak di usia 7-9 bulan, dan senam bayi sebaiknya dilakukan mulai pada akhir bulan ke-3, karena sebelum itu gerakan bayi masih banyak yang lazim disebut gerakan-gerakan reflek primitive. Senam bayi hanya boleh diterapkan pada anak yang sehat. Jika anak sakit seperti diare dan demam, maka senam ini harus ditanggguhkan (Mufidah dan Saraswati, 2023).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Anggraini dkk (2022), mengenai penerapan senam bayi untuk meningkatkan perkembangan motorik bayi 3-12 bulan, hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa senam bayi dapat mempengaruhi perkembangan motorik bayi dengan

usia 3-12 bulan. Adapun gerakan-gerakan dalam melakukan senam bayi yaitu terlentang dan tengkurap. Kemudian lakukan senam ini 2 kali dalam satu minggu dalam kurun waktu 10-15 menit dan perlu dilakukan pada pagi dan sore.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari dkk (2023), mengenai pengaruh baby gym terhadap perkembangan motorik kasar bayi usia 3-4 bulan di Puskesmas Guntur I Demak. Berdasarkan analisa bivariat dengan menggunakan uji korelasi Wilcoxon didapatkan p value sebesar $0,000 < 0,05$ maka dapat disimpulkan 'bahwa ada pengaruh perbedaan perkembangan motorik kasar Bayi Umur 3-4 Bulan sebelum dan sesudah diberikan baby gym di Puskesmas Guntur I Demak.

Wilayah Kerja Puskesmas Langsa Kota merupakan sebagian wilayah yang berada di Kota Langsa dimana pada tahun 2022 jumlah bayi di wilayah tersebut sebanyak 322 bayi sedangkan pada Januari-Juni 2023 jumlah bayi sebanyak 138 bay. Beberapa pelayanan kesehatan di Wilayah Kerja Puskesmas Langsa Kota sudah menyediakan pelayanan baby gym atau senam bayi seperti klinik dokter dan bidan praktek mandiri (BPM), terkait telah diadakannya pelayanan tersebut menurut hasil wawancara yang dilakukan kepada beberapa klinik dan BPM yang mengadakan pelayanan senam bayi didapatkan bahwa setelah bayi mengikuti senam bayi selama 3-4 minggu ketiga bayi tersebut memperlihatkan perkembangan yang sesuai dimana bayi berusia 3 bulan sudah bisa mengangkat kepalanya dan memegang mainan, bayi berumur 5 bulan sudah dapat telentang tengkurap sendiri dan dapat menggapai benda dan bayi berumur 6 bulan sudah dapat duduk tanpa dipegang.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan dalam penulisan diatas, maka rumusan masalah yang akan diteliti adalah apakah ada pengaruh senam bayi terhadap perkembangan bayi usia 3-13 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Langsa Kota.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh senam bayi terhadap perkembangan bayi usia 3-13 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Langsa Kota.

KAJIAN PUSTAKA

Masa bayi merupakan masa emas (Golden Age) yang dimulai sejak janin dalam kandungan sampai anak berusia 2 tahun dimana pada periode ini penting terkait pertumbuhan dan perkembangan anak karena pertumbuhan otak anak sangat pesat sehingga butuh perhatian khusus (Mete dkk, 2019). Proses tumbuh kembang anak dapat berlangsung secara alami dimana anak mengalami tumbuh kembang yang luar biasa baik dari segi motorik, emosi, dan kognitif, namun dalam membantu proses tersebut perlu dilakukan pemberian tindakan guna mendukung tumbuh kembang tersebut. Salah satunya adalah pemberian senam bayi (Rahayu, 2020).

Senam bayi merupakan permainan gerak yang mendorong tumbuh kembang sekaligus meningkatkan mobilitas bayi. Senam bayi merupakan salah satu bentuk aktivitas fisik yang mempunyai aturan dan ciri khas, yaitu gerakannya selalu dirancang untuk mencapai tujuan tertentu dan selalu teratur dan sistematis. Senam bayi memiliki

beberapa keunggulan antara lain dapat memperkuat dan memanjangkan otot-otot bayi, menjadikannya lebih elastis sebagai persiapan perkembangan gerak selanjutnya, meningkatkan kestabilan sendi, mengajarkan anak berinteraksi dengan lingkungannya, serta memantau perkembangan otot tulang dan berbagai variasinya gerakannya (Hazmi, 2017).

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan penelitian quasi eksperimen dengan menggunakan pendekatan posttest-only control desain dengan Kelompok pertama diberi perlakuan (intervensi) dan kelompok lainnya tidak diberikan perlakuan (kontrol) (Sugiyono, 2020). Penelitian ini dilakukan pada tanggal 17-23 bulan Agustus 2023.

Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling yaitu teknik pengambilan sampel berdasarkan kriteri tertentu (Hidayat, 2017). Jadi jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 20 bayi 3-13 bulan yang dibedakan menjadi 2 kelompok yaitu 10 bayi menjadi kelompok eksperimen (melakukan senam bayi) dan 10 bayi yang tidak melakukan senam bayi.

Peneliti mengumpulkan data langsung dari bayi yang melakukan senam bayi dan yang tidak melakukan senam bayi dengan cara melakukan pengkajian perkembangan motorik (KPSP) bayi dan mencatat hasilnya.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat dengan distribusi frekuensi dan analisis bivariat.

HASIL PENELITIAN**Analisis Univariat****a. Karakteristik Responden****Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Bayi Usia 3-13 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Langsa Kota**

No	Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Jenis Kelamin			
1	Laki-Laki	8	40
2	Perempuan	12	60
Jumlah		20	100
Usia			
1	3-8 Bulan	13	65
2	9-13 Bulan	7	35
Jumlah		20	100

Tabel 1 diatas menunjukkan bahwa karakteristik bayi berdasarkan jenis kelamin sebagian besar perempuan sebanyak 12 bayi

(60%) dan berdasarkan usia sebagian besar berusia 3-8 tahun sebanyak 13 bayi (65%).

b. Perkembangan Bayi 3-13 Bulan**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Perkembangan Bayi Usia 3-13 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Langsa Kota**

No	Perkembangan Bayi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kelompok Intervensi			
1	Sesuai	6	60
2	Meragukan	4	40
3	Penyimpangan	0	0
Total		10	100
Kelompok Kontrol			
1	Sesuai	4	40
2	Meragukan	5	50
3	Penyimpangan	1	10
Total		10	100

Berdasarkan tabel diatas hasil penelitian menunjukkan bahwa bayi yang melakukan senam bayi sebagian besar memiliki perkembangan yang sesuai sebanyak 6 bayi (60%)

sedangkan bayi yang tidak melakukan senam bayi sebagian besar memiliki perkembangan yang meragukan sebanyak 5 bayi (50%).

c. Rata-Rata Perkembangan Bayi 3-13 Bulan

Tabel 3. Rata-Rata Perkembangan Bayi Usia 3-13 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Langsa Kota

No	Rata-Rata Perkembangan Bayi	N	Mean	SD	Min-Max CI 95%
1	Senam Bayi		8,3	0,949	7-9
2	Tidak Senam Bayi		7,2	0,632	6-9

Berdasarkan tabel diatas hasil penelitian menunjukkan bahwa bayi yang melakukan senam bayi memiliki skor perkembangan dengan rata-rata 8,3 dengan standar deviasi 0,949 dan *Convidence Interval* adalah (7-9) sehingga skor terendah adalah 7 dan

tertinggi adalah 9. Sedangkan bayi yang tidak melakukan senam bayi memiliki skor perkembangan dengan rata-rata 7,2 dengan standar deviasi 0,632 dan *Convidence Interval* adalah (6-9) sehingga skor terendah adalah 6 dan tertinggi adalah 9.

Analisis Bivariat

a. Uji Normalitas

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas

No	Variabel	Sig	Keterangan
1	Senam Bayi	0,001	Tidak Normal
2	Tidak Senam Bayi	0,012	Tidak Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas pada variabel perkembangan bayi 3-13 bulan yang mengikuti senam bayi didapatkan p-value 0,001 ($p < 0,05$) dan variabel perkembangan bayi 3-13 bulan yang tidak mengikuti senam bayi memiliki

p-value 0,012 ($p < 0,05$) menunjukkan berdistribusi tidak normal sehingga tidak dapat dilanjutkan menggunakan uji parametrik dan dilanjutkan menggunakan uji non parametrik (Mann Whitney Test).

b. Uji Hipotesis

Tabel 5. Pengaruh Senam Bayi terhadap Perkembangan Bayi Usia 3-13 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Langsa Kota

No	Kelompok	Median (Minimum-Maksimum)	p- value
1	Senam Bayi	9 (7-9)	
2	Tidak Senam Bayi	7 (6-9)	

Hasil penelitian menunjukkan bahwa bayi yang melakukan senam bayi memiliki skor perkembangan dengan median 9 sedangkan bayi yang tidak melakukan senam bayi memiliki skor perkembangan dengan

median 7. Hasil uji *Mann-Whitney* didapatkan nilai p-value 0,019 ($p < 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh senam bayi terhadap perkembangan bayi usia 3-

13 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Langsa Kota.

PEMBAHASAN

Perkembangan Bayi Usia 3-13 Bulan yang Melakukan Senam Bayi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa bayi yang melakukan senam bayi sebagian besar memiliki perkembangan yang sesuai sebanyak 6 bayi (60%) dengan rata-rata skor perkembangan 8,3, median 9 dengan standar deviasi 0,949 dan Confidence Interval adalah (7-9) sehingga skor terendah adalah 7 dan tertinggi adalah 9.

Penelitian ini sesuai dengan yang dilakukan oleh Sari dkk (2023) mengenai pengaruh baby gym terhadap perkembangan motorik kasar bayi usia 3-4 bulan di Puskesmas Guntur I Demak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan motorik kasar bayi usia 3-4 bulan sebelum dilakukan baby gym di Puskesmas Guntur 1 Demak yaitu rata-rata 2,00, median 2,00 dengan standar deviasi 0,632, nilai minimum 1 dan maksimum 3.

Senam bayi merupakan permainan gerak yang mendorong tumbuh kembang sekaligus meningkatkan mobilitas bayi. Senam bayi merupakan salah satu bentuk aktivitas fisik yang mempunyai aturan dan ciri khas, yaitu gerakannya selalu dirancang untuk mencapai tujuan tertentu dan selalu teratur dan sistematis (Hardjito dkk, 2021). Senam bayi memiliki beberapa keunggulan antara lain dapat memperkuat dan memanjangkan otot-otot bayi, menjadikannya lebih elastis sebagai persiapan perkembangan gerak selanjutnya, meningkatkan kestabilan sendi, mengajarkan anak berinteraksi dengan lingkungannya, serta memantau perkembangan otot tulang dan berbagai variasinya gerakannya (Hazmi, 2017).

Senam untuk bayi menginduksi kelenjar hipofisis anterior melepaskan lebih banyak somatotropin (hormon pertumbuhan), yang mempercepat pembentukan tulang dengan menyebabkan sel kondrositik dan osteogenik menyimpan lebih banyak protein (Kusyairi, 2018). Sebagai hasil dari peningkatan sirkulasi darah dan pengiriman oksigen secara teratur ke seluruh tubuh, manfaat senam bayi meliputi otot dan persendian yang lebih kuat, peningkatan perkembangan motorik kasar, peningkatan pertumbuhan sel, dan peningkatan keseimbangan, koordinasi, dan kewaspadaan. pada bayi sebagai sarana untuk mempersiapkan mereka untuk duduk, berdiri, dan berjalan (Zaidah, 2020).

Peneliti berasumsi bahwa mayoritas responden mengalami perkembangan yang sesuai dengan usia mereka dan mengalami kemajuan lebih cepat dibandingkan responden yang tidak melakukan olahraga pada bayi baru lahir berusia 3 hingga 13 bulan, menurut temuan peneliti. Bayi yang menerima pelatihan fisik akan berkembang lebih fleksibel dan terkoordinasi seiring bertambahnya usia, sehingga memungkinkan mereka mengembangkan postur tubuh yang tepat. Senam secara terus-menerus dapat membantu bayi mengembangkan kemampuan sesuai dengan fase perkembangannya, sehingga memungkinkan anak yang mendapat rangsangan tepat sasaran dapat tumbuh lebih cepat dibandingkan anak yang tidak mendapat rangsangan. Pada masa mendatang diyakini bahwa para ibu akan dapat menerapkan olahraga

bayi untuk meningkatkan pertumbuhan anak-anak mereka karena mereka akan menyadari rangsangan yang diberikan oleh olahraga.

Perkembangan Bayi Usia 3-13 Bulan Yang Tidak Melakukan Senam Bayi

Penelitian terhadap 10 bayi yang tidak melakukan senam bayi sebagian besar memiliki perkembangan yang meragukan sebanyak 5 bayi (50%) dengan skor perkembangan rata-rata 7,2, median 7 dengan standar deviasi 0,632 dan Confidence Interval adalah (6-9) sehingga skor terendah adalah 6 dan tertinggi adalah 9.

Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Andinawati (2022) mengenai efektifitas baby gym terhadap perkembangan motorik pada bayi usia 9-12 bulan di Praktik Mandiri Bidan Putri Indriani Kecamatan Cibinong Kabupaten Bogor. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum dilakukan baby gym nilai rata-rata 7,50 dan standar deviasi 0,628 dan sebagian besar dengan perkembangan motorik tidak sesuai sebanyak (93,3%).

Empat bidang perkembangan keterampilan motorik kasar, keterampilan motorik halus, perkembangan sosial pribadi, dan perkembangan bahasa—dapat digunakan untuk menganalisis perkembangan bayi. Keterampilan motorik halus adalah kemampuan untuk melakukan gerakan yang lebih lancar dan mencakup kelenturan otot-otot kecil, seperti mengambil benda-benda kecil dengan jari, sedangkan keterampilan motorik kasar adalah kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan yang melibatkan otot-otot besar dan membentuk postur tubuh, seperti mengangkat kepala (Sutapa, 2022). Kemampuan personal merupakan kapasitas dalam berinteraksi sosial

dan berinteraksi dengan lingkungan sekitar, misalnya menyeringai pada ibu, sedangkan kapasitas berbahasa merupakan kapasitas respon suara, kepatuhan perintah, dan ucapan spontan (Hazmi, 2017).

Menurut Sari dkk (2023), banyak orang tua yang tidak menyadari pentingnya proses tumbuh kembang anaknya, seperti yang terlihat pada ibu yang tidak memberikan rangsangan pada lengan dan kaki bayinya atau mendorong berbicara dan berkomunikasi saat menyusui. Latihan senam diperlukan bagi bayi untuk membantu memperkuat otot dan persendian, kemudian meningkatkan kelenturan dan kelenturan tubuh jika anak yang seharusnya sudah bisa berbicara pada usia dua hingga tiga tahun ternyata tidak mampu berbicara setelah usia tersebut. Perkembangan motorik bayi dibantu oleh peningkatan sirkulasi, kekuatan jantung, dan pengiriman oksigen ke otot (Maimunah, 2019).

Peneliti berasumsi bahwa sebagian besar responden yang tidak berolahraga mengalami perkembangan yang meragukan. Mayoritas orang tua menyepelkan fase-fase tumbuh kembang yang seharusnya dapat diterima oleh usia bayinya karena kurangnya pengetahuan dan wawasan mereka mengenai cara memperhatikan tumbuh kembang bayinya. Selain variabel pendidikan, kebiasaan ibu yang terlalu sering menggendong bayi juga mungkin berdampak. Salah satu cara untuk mempererat ikatan dengan orang tua adalah dengan menggendong anak, namun hal ini berdampak buruk bagi tumbuh kembang anak. Bayi dianggap kurang mandiri, menghabiskan seluruh waktunya bersama orang tuanya, serta mengembangkan kebiasaan lesu dan manja. Agar tidak malas bayi seharusnya di berikan

rangsangan gerak seperti senam bayi untuk proses perkembangannya.

Pengaruh Senam Bayi Terhadap Perkembangan Bayi Usia 3-13 Bulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa bayi yang melakukan senam bayi memiliki skor perkembangan dengan median 9 sedangkan bayi yang tidak melakukan senam bayi memiliki skor perkembangan dengan median 7. Hasil uji Mann-Whitney didapatkan nilai p-value 0,019 ($p < 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh senam bayi terhadap perkembangan bayi usia 3-13 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Langsa Kota.

Penelitian ini sesuai dengan yang dilakukan oleh Rahmawati (2018) mengenai pengaruh senam bayi terhadap perkembangan motorik kasar pada bayi umur 4-6 bulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh senam bayi terhadap perkembangan motorik kasar pada bayi umur 4-6 bulan dengan nilai p value sebesar 0,016 ($p < 0,05$). Semakin baik stimulasi senam yang diberikan oleh ibu maka akan berpengaruh terhadap perkembangan motorik kasar bayi yang normal dan sesuai.

Manfaat dari senam itu sendiri antara lain mendorong pertumbuhan dan perkembangan pada bayi serta kemampuan gerak yang lebih efektif. Ini juga berfungsi sebagai alat untuk mendeteksi dini kelainan tumbuh kembang bayi, meningkatkan kapasitas kecerdasan kompleks, termasuk kemampuan mengkoordinasikan gerakan, serta memperkuat otot dan persendian. sebagai sarana untuk menjadikan tubuh bayi lebih bugar, sehat, dan elastis agar bayi siap duduk, berdiri, dan berjalan di kemudian hari (Hariani dan Arisandhi, 2019).

Intensitas dilakukan senam bayi adalah dua kali dalam seminggu

karena dengan setiap gerakan dilakukan pengulangan 4 kali dengan waktu 10-15 menit pada pagi dan sore hari karena waktu tersebut tepat dan dapat merangsang pertumbuhan dan perkembangan (Taufiqoh dkk, 2020). Hal tersebut akan berdampak pada perkembangan motorik bayi dan merangsang pertumbuhan dan perkembangan, serta kemampuan pergerakan bayi yang lebih optimal, meningkatkan kemampuan intelegensi yang kompleks pada bayi termasuk belajar mengkoordinasi, menguatkan otototot dan persendian pada bayi (Hasianna dkk, 2020).

Peneliti berasumsi bahwa senam bayi berpengaruh terhadap perkembangan bayi usia 3-13 bulan. Senam bayi merupakan salah satu stimulasi yang dapat merangsang perkembangan bayi. Perkembangan ini disebabkan karena ada stimulasi yang berupa senam pada bayi sehingga merangsang otot dan persendian pada bayi dan meningkatkan fleksibilitas atau daya kelenturan tubuh. Tetapi disisi lain ada bayi yang tidak mengalami peningkatan perkembangan walaupun telah di berikan stimulasi, hal ini dapat di sebabkan oleh berbagai faktor. Salah satu diantaranya adaptasi bayi yang kurang baik terhadap peneliti misalnya kurang kooperatif pada saat dilakukan senam sesuai dengan SOP. Jika bayi tidak sesuai dengan hatinya bayi terlihat tegang dan langsung menangis maka senam yang di berikan tidak maksimal. Dari hasil penelitian disimpulkan bahwa ada perbedaan peningkatan perkembangan yang dilakukan senam dan tidak dilakukan senam dimana bayi yang diberikan senam memiliki perkembangan yang sesuai dibandingkan dengan bayi yang tidak dilakukan senam.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan Bayi yang melakukan senam bayi sebagian besar memiliki perkembangan yang sesuai sebanyak 6 bayi (60%) dengan rata-rata skor perkembangan 8,3, median 9. Bayi yang tidak melakukan senam bayi sebagian besar memiliki perkembangan yang meragukan sebanyak 5 bayi (50%) dengan skor perkembangan rata-rata 7,2. Ada pengaruh senam bayi terhadap perkembangan bayi usia 3-13 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Langsa Kota dengan p-value 0,019 ($p < 0,05$).

Diharapkan bagi ibu untuk memperoleh pembekalan dan simulasi senam bayi dari petugas kesehatan setempat agar dapat melakukan senam bayi secara mandiri yang bermanfaat bagi perkembangan bayi usia 3-13 bulan.

Diharapkan juga bagi peneliti selanjutnya agar dapat memperluas sampel dan menggunakan teknik analisis yang berbeda agar terdapat perpaduan penelitian yang baru dalam pengembangan penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Andinawati, C. (2022) 'Efektifitas Baby Gym Terhadap Perkembangan Motorik Pada Bayi Usia 9-12 Bulan Di Praktik Mandiri Bidan Putri Indriani Cibinong Bogor Jawa Barat Tahun 2021', *Jurnal Kebidanan*, 11(2), pp. 99-103.
- Anggraini, R., Fatrin, T. and Selatan, S. (2022) 'Penerapan Senam Bayi Untuk Meningkatkan Perkembangan Motorik Bayi 3-12 Bulan', *Cendekia Medika: Jurnal STIKES Al-Ma'arif Baturaja*, 7(1), pp. 65-76.
- Bonita, E. et al. (2022) 'The Golden Age: Perkembangan Anak Usia Dini dan Implikasinya Terhadap Pendidikan Islam', *Tarbawiyah: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 6(2), p. 218.
- Hardjito, K., Yani, E.R. and Suwoyo (2021) 'Peningkatan Kemampuan Ibu Dalam Optimalisasi Perkembangan Bayi Melalui Senam Bayi', *Educator: Jurnal Inovasi Tenaga Pendidik dan Kependidikan*, 1(1), pp. 88-93.
- Hariani and Arisandhi (2019) 'Pengaruh Senam Bayi Terhadap Perkembangan Bayi Usia 3-12 Bulan di Perkebunan Bayi Kidul Kecamatan Songgon Kabupaten Banyuwangi', *Jurnal Kesehatan*, 4(1).
- Hasianna, Meidian, A. and Samekto, M. (2020) 'Perbedaan Pengaruh baby massage dan baby gym terhadap perkembangan kemampuan telungkup pada bayi lahir premature di Klinik Anakku. 2019', *Jurnal Kesehatan*.
- Hazmi, F. (2017) 'Perbedaan Pengaruh Senam Bayi Dengan Pijat Bayi Dalam Meningkatkan Motorik Kasar Pada Anak Usia 3-12 Bulan di Posyandu Modinan Yogyakarta', *Naskah Publikasi Universitas Aisyiyah Yogyakarta*, pp. 1-10.
- Hidayat, A. (2017) *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kusyairi, I.C.H. (2018) *Panduan senam bayi: Biarkan Ia Berkembang Menjadi Pribadi yang Aktif, Sehat dan Percaya Diri*. Jawa Barat: Puspa Swara.
- Maimunah, R. (2019) 'Efektifitas Pelaksanaan Senam Bayi Terhadap Peningkatan Perkembangan Bayi di Desa Medan Krio Kec. Sunggal', *Jurnal Kebidanan Flora*, 8(1), pp. 38-47.
- Mete, M., Keskindemirci, G. and Gökçay, G. (2019) 'Baby

- Walker Use and Child Development', *International Journal Pediatric Research*, 5(1), pp. 4-9.
- Mufidah, A. and Devi Endah Saraswati (2023) 'Mother'S Experience About Baby Massage in Sumberejo Village, Trucuk District, Bojonegoro Regency: a Qualitative Study', *Nurse and Health: Jurnal Keperawatan*, 12(1), pp. 43-48.
- Ningrum, N.M., Tri Purwanti and Mildiana. (2022) 'Optimalisasi Perkembangan Motorik Bayi Dengan Baby Gym', *Jurnal Abdi Medika*, 2(1).
- Rahayu, S. (2020) *Asuhan Kebidanan Fisiologis*. Jakarta: CV. Trans Info Media.
- Rahmawati, A. (2018) *Pengaruh Senam Bayi Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Pada Bayi Umur 4-6 Bulan*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Semarang.
- Riskesdas (2018) *Hasil Riset Kesehatan Dasar Indonesia*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Sari, N., Ulya, F.H. and Agustina, P. (2023) 'Pengaruh Baby Gym Pada Perkembangan Motorik Kasar Bayi Usia 3-4 Bulan', *Jurnal Kebidanan Malakbi*, 4(1), p. 74.
- Soetjiningsih and Ranuh, I.N.G. (2018) *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: EGC.
- Sugiyono (2020) *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sutapa, P. (2022) *Pengembangan Dan Pembelajaran Motorik Pada Usia Dini*. Yogyakarta: PT Kanisius.
- Taufiqoh dkk (2020) 'Pelatihan Baby Gym Untuk Stimulasi Perkembangan Anak Usia Pra Sekolah Pada Guru Paud Mutiara Bunda Bulak Surabaya', *Laporan Pengabdian Masyarakat UMS*.
- Zaidah, L. (2020) 'Pengaruh Baby Gym Terhadap Motorik Kasar Pada Anak Delayed Development Usia 3-12 Bulan Di Posyandu Melati Purbayan Kotagede Yogyakarta', *Jurnal Ilmiah Fisioterapi*, 3(1), pp. 8-14.