

PENGARUH SENAM BAYI TERHADAP PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR PADA BAYI UMUR 6 BULAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SUBI KABUPATEN NATUNA

Susi Saputri¹⁾, Nopri Padma Nudesti²⁾, Ling Ahmad Qosim²⁾

^{1,2,3}Program Studi Sarjana Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bakti Utama Pati
Email: susisaputri917@gmail.com

ABSTRAK

Pertumbuhan dan perkembangan balita dikenal dengan istilah *golden age* atau masa emas. Perkembangan motorik kasar merupakan bertambahnya kemampuan ketrampilan anak untuk melakukan gerakan – gerakan tertentu yang melibatkan otot – otot besar. Perkembangan gerak akan lebih optimal apabila anak melakukan aktivitas fisik melalui senam bayi. Senam bayi dapat melatih otot – otot tubuh bayi sehingga kemampuan motorik kasarnya diharapkan berkembang optimal. Metode Penelitian ini menggunakan metode quasy eksperimen. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah dengan pendekatan non randomized pre and post test dengan Two grup design, dengan uji Mann Withney dan sampel sebanyak 30 responden. Hasil ini menunjukkan bahwa ada pengaruh senam bayi terhadap perkembangan motorik kasar pada bayi umur 6 bulan. Dengan hasil nilai p value 0,001. Kesimpulan penelitian ini yang berarti ada pengaruh senam bayi terhadap perkembangan motorik kasar pada bayi umur 6 bulan di wilayah kerja puskesmas subi kabupaten natuna.

Kata Kunci: Bayi, Motorik Kasar, Senam Bayi

ABSTRACT

The growth and development of toddlers is known as the golden age or golden age. Gross motor development is an increase in the ability of children's skills to carry out certain movements that involve large muscles. Movement development will be more optimal if children do physical activity through baby gymnastics. Baby gymnastics can train the muscles of the baby's body so that his gross motor skills are expected to develop optimally. This study uses a quasy experimental method. Method The sampling technique used was a non-randomized pre and post test approach with a two group design, with the Mann Withney test and a sample of 30 respondents. These results indicate that there is an effect of baby gymnastics on gross motor development in infants aged 6 months. Result With the result of a p value of 0.001. The conclusion of this study means that there is an effect of baby gymnastics on gross motor development in infants aged 6 months in the working area of the Subi Public Health Center, Natuna Regency.

Keywords: Baby, Gross Motor, Baby Gymnastics

PENDAHULUAN

Pertumbuhan dan perkembangan balita merupakan suatu hal yang perlu mendapat perhatian besar. Hal ini karena pada masa balita merupakan masa dengan pertumbuhan yang sangat pesat dan kritis, biasanya dikenal dengan istilah *golden age* atau masa emas. *Golden age* yang terjadi selama usia balita ini merupakan masa yang sangat penting dalam fase tumbuh kembang anak, karena pembentukan kepribadian dan karakter dimulai pada masa ini (WHO, 2014).

Menurut WHO (*World Health Organization*) pada tahun 2018 sekitar 35% bayi nampak keterlambatan pada motorik kasar seperti, kemampuan bolak balik badan yang seharusnya

pada usia 6 bulan, namun kemampuan ini baru bisa dialami pada umur 8 bulan. Sedangkan data WHO 2019, 10 – 27% dari balita mengalami gangguan motorik kasar maupun motorik halus (Hidayat, 2019)

Balita memerlukan stimulasi untuk mencapai tumbuh kembang yang baik. Faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik kasar pada bayi antara lain status gizi kurang, pengetahuan ibu, pendidikan yang rendah, terlalu sibuk dengan pekerjaannya dan kurangnya stimulasi motorik kasar (Indah, 2015). Tujuan memberikan stimulasi adalah untuk membantu balita mencapai tingkat perkembangan yang optimal atau sesuai dengan yang diharapkan. Senam bayi dapat menjadi

alternatif jalan keluar yaitu dengan melatih otot – otot tubuh bayi sehingga kemampuan motorik kasarnya diharapkan berkembang optimal. Dengan senam bayi mampu mendorong integlegensi yang kompleks untuk bayi.

Berdasarkan survey data awal yang dilakukan di wilayah Puskesmas Subi menyatakan bahwa 10 bayi berusia 6 bulan, 6 bayi mengalami keterlambatan motorik kasar dan belum pernah dilakukan senam bayi serta 4 bayi lainnya menunjukkan perkembangan sesuai dengan usianya.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh senam bayi terhadap

perkembangan motorik kasar pada bayi umur 6 bulan.

METODE

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan penelitian Quasy Eksperimen dengan pendekatan non randomized pre and post test dengan two grup design. Populasi dalam penelitian ini adalah bayi umur 6 bulan dengan sampel sebanyak 30 responden.

HASIL

Tabel 1
Ditribusi berdasarkan Jenis Kelamin Kelompok Kontrol

Kategori	(n)	%
Laki – laki	9	60.0
Perempuan	6	40.0
Total	15	100.0

Berdasarkan tabel 1, menunjukkan bahwa distribusi berdasarkan jenis kelamin kelompok kontrol yaitu laki – laki sebanyak 9 responden

(60%) dan perempuan sebanyak 6 responden (40%).

Tabel 2
Distribusi berdasarkan Jenis Kelompok Eksperimen

Kategori	(n)	%
Laki – laki	5	33,33
Perempuan	10	66,67
Total	15	100.0

Berdasarkan tabel 2, menunjukkan bahwa distribusi berdasarkan jenis kelamin pada kelompok eksperimen yaitu laki – laki sebanyak

5 reponden (33,33%) dan perempuan sebanyak 10 responden (66,67%)

Tabel 3
Distribusi berdasarkan Jenis Kelamin Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen

Kategori	(n)	%
Laki – laki	14	33,33
Perempuan	16	66,67
Total	30	100.0

Berdasarkan tabel 3, menunjukkan bahwa distribusi berdasarkan jenis kelampin pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen

yaitu laki – laki sebanyak 14 reponden (33,33%) dan perempuan sebanyak 16 responden (66,67%)

Tabel 4
Distribusi Perkembangan Motorik Kasar Kelompok Eksperimen

Variabel	N	Mean	Median	Min	Max	%
Sebelum	15	7,0	7,0	6,0	8,0	0,75
sesudah		9,13	9,0	8,0	10,0	0,64

Berdasarkan tabel 4, menunjukkan bahwa nilai rata-rata pada kelompok eksperimen sebelum

diberi intervensi memiliki nilai rata-rata 7,0 dan nilai rata-rata setelah diberikan intervensi sebesar 9,13.

Tabel 5

Distribusi Perkembangan Motorik Kasar Kelompok Kontrol

Variabel	N	Mean	Median	Min	Max	%
Sebelum	15	6,93	7,0	6,0	8,0	0,59
sesudah		8,13	8,0	7,0	9,0	0,74

Berdasarkan tabel 5, menunjukkan bahwa nilai rata-rata pada kelompok kontrol sebelum diberikan intervensi sebesar 6,93 dan setelah diberikan intervensi nilai rata-rata sebesar 8,13.

PEMBAHASAN

1. Jenis Kelamin

Dari 30 responden, jumlah responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 16 bayi (53,4%) dibandingkan dengan laki – laki sebanyak 14 bayi (46,7%). Banyaknya responden perempuan lebih disebabkan oleh persetujuan orang tua bayi menjadi responden. Terdapat beberapa faktor penyebab keterlambatan perkembangan disebabkan oleh faktor jenis kelamin. Pada dasarnya perkembangan motorik kasar antara anak laki – laki dan perempuan tidak sama. Namun anak laki - laki cenderung memperlihatkan keaktifan motoriknya. Kebanyakan bayi laki – laki lebih aktif dan agresif daripada kebanyakan bayi perempuan sampai perkembangan di bawah usia 2 tahun (Adoplph, 2011).

2. Perkembangan Motorik Kasar pada Kelompok Eksperimen

Dari jumlah 15 responden pada kelompok eksperimen dapat dijelaskan bahwa sebelum dilakukan senam bayi rata – rata perkembangan motorik kasar bayi adalah 7,0 (meragukan) sedangkan setelah dilakukan senam bayi rata – rata perkembangan motorik kasar yaitu 9,13(sesuai).

Perkembangan adalah bertambahnya kemampuan (skill) dalam struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam pola yang teratur dan dapat di ramalkan, sebagai hasil dari proses pematangan. (Wahyu dkk, 2015). Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan bayi yaitu Faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan bayi salah satunya adalah faktor genetik yang berpengaruh sebesar 20% dan faktor lingkungan sebesar 80% seperti

lingkungan, pengaruh lingkungan ini salah satunya adalah stimulasi. stimulasi pada bayi perlu diberikan sejak dini, supaya diharapkan tahap perkembangan bayi sesuai dengan usianya, salah satu cara untuk menstimulasi perkembangan bayi menggunakan stimulasi Senam bayi. Senam yang diberikan secara terus menerus dapat mengasah keterampilan sesuai tahapan-tahapan perkembangannya. Sehingga bayi yang mendapatkan stimulasi terarah akan cepat berkembang dibandingkan anak yang tidak mendapatkan stimulasi terarah.

Dari Hasil penilaian KPSP setelah diberikan senam selama 4 minggu sebagian besar responden mengalami perkembangan yang sesuai dan lebih cepat berkembang di bandingkan responden yang tidak diberikan senam.

Sejalan dengan penelitian Aminati 2013 bahwa senam bayi dapat mneingkatkan motorik kasar anak yang dimana senam dapat membantu perkembangan otot, pertumbuhan sel meningkat, koordinasi dan keseimbangan serta kewaspadaan lebih optimal, sehingga perkembangan motorik kasar lebih optimal atau sesuai dengan usianya.

3. Perkembangan Motorik Kasar pada Kelompok Kontrol

Dari 15 responden pada kelompok kontrol dapat dilihat bahwa rata-rata perkembangan motorik kasar bayi sesudah lebih besar dari pada rata – rata perkembangan motorik kasar bayi sebelum. Nilai rata – rata untuk kelompok kontrol sebelum adalah 6,93 (menyimpang) Sedangkan rata – rata perkembangan motorik kasar sesudah adalah 8,13 (meragukan)

Kondisi perkembangan motorik kasar yang tidak optimal tersebut menunjukan bahwa hal tersebut dapat terjadi karena beberapa faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik kasar seperti faktor gizi, status kesehatan, tingkat kecerdasan bayi, perilaku, sikap, pendidikan, pekerjaan, budaya dan

pengalaman masa lalu orang tua. salah satunya perilaku orang tua yang tidak memberikan stimulasi kepada bayi dan ketidaktahuan orang tua terhadap pentingnya stimulasi perkembangan, terutama orang tua yang mempunyai motivasi rendah dalam menstimulasi anaknya sesuai dengan usia perkembangan.

Kebiasaan ibu juga yang terlalu sering menggendong bayi adalah salah satu cara untuk mendekatkan diri dengan orang tua tapi tidak baik untuk perkembangan bayi. Dikhawatirkan bayi menjadi tidak mandiri, selalu pada orang tua dan nantinya menjadi manja dan malas. Agar tidak malas bayi seharusnya di berikan rangsangan gerak seperti senam bayi untuk proses perkembangannya. (Sotjiningih, 2012).

4. Pengaruh Senam Bayi terhadap Perkembangan Motorik Kasar pada Bayi Umur 6 Bulan

Uji *Mann Whitney* diperoleh Zhitung sebesar - 3,248 dengan signifikan 0,001. Nilai signifikan tersebut lebih kecil dari 0,005 sehingga berdasarkan kriteria pengambilan keputusan H_0 ditolak. Hasil ini menunjukan bahwa terdapat perbedaan perkembangan motorik kasar pada kelompok eksperimen dan kontrol, dengan kata lain ada pengaruh senam bayi terhadap perkembangan motorik kasar pada bayi.

Senam bayi sebaiknya dilakukan saat bayi berusia 3 bulan ke atas, setelah kepala bayi lebih kuat karena pada saat usia bayi masih dibawah 3 bulan, gerakan-gerakan yang dilakukan bayi lebih pada gerakan reflek. Senam lebih optimal dilakukan pada pagi hari agar tubuh bayi lebih segar selama 10-15 menit (Riksani, 2012). Manfaat dari senam bayi yaitu merangsang pertumbuhan dan perkembangan motorik kasar dan halus, serta kemampuan pergerakan bayi yang lebih optimal, sebagai salah satu cara deteksi dini terhadap adanya kelainan pertumbuhan dan perkembangan pada bayi, menguatkan otot dan persendian pada bayi sebagai persiapan bayi untuk duduk, berdiri dan berjalan kelak, membuat tubuh bayi lebih bugar dan sehat. Penelitian ini juga sejalan dengan

Penelitian Ferlys P.A 2015, tentang pengaruh senam bayi terhadap perkembangan motorik kasar pada bayi usia 4 – 12 bulan. Hasil uji statistik wilcoxon menunjukkan hasil $\rho = 0.014 < 0.05$, bermakna H_0 ditolak dan H_1 diterima sehingga ada pengaruh senam bayi

terhadap perkembangan motorik kasar pada bayi usia 4-12 bulan.

Dengan adanya perbedaan tidak diberikan senam dan sesudah diberikan senam ini menunjukkan, adanya makna senam bayi yang bisa memengaruhi perkembangan motorik kasar pada bayi. Hal ini sesuai hasil penelitian (Kusyarini, 2006)

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan ada 16 bayi (53,3%) dibanding dengan laki – laki sebanyak 14 bayi (46,67%). Sebagian besar perkembangan pada kelompok eksperimen sebelum dilakukan senam bayi rata – rata perkembangan motorik kasar bayi adalah meragukan (7,0) sedangkan setelah dilakukan senam rata – rata perkembangan motorik kasar yaitu sesuai (9,13). Sebagian besar perkembangan motorik kasar pada kelompok kontrol sebelum dilakukan senam bayi rata – rata perkembangan motorik kasar adalah menyimpang (6,93) sedangkan setelah dilakukan senam bayi rata – rata perkembangan motorik kasar adalah meragukan (8,13). Ada pengaruh senam bayi terhadap perkembangan motorik kasar pada bayi.hal ini ditunjukkan dengan hasil p value 0,001.

Saran

Diharapkan peneliti berikutnya dapat lebih mengembangkan penelitian yang ada dengan cara melakukan penelitian dengan menggunakan metode dan kegiatan lain sehingga bisa dilihat dengan hasil setelah diberikan senam bayi dan tidak diberikan senam bayi terhadap perkembangan motorik kasar dengan jangka waktu beberapa bulan dalam meningkatkan perkembangan motorik pada bayi.

DAFTAR PUSTAKA

- Andi Eka Nur Wahyu. 2017. Pengaruh Senam Bayi Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Pada Bayi Usia 4 – 6 bulan di Makassar .
- Anisah Rahmawati. 2017. Pengaruh Senam Bayi Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Pada Bayi Umur 4-6 bulan. Poltekkes Semarang: Prodi DIV Kebidanan Magelang Poltekkes Kemenkes Semarang
- Aminati. 2013. *Pijat dan Senam untuk Bayi & Balita, Cetakan Ke-1*. Briliant books. Yogyakarta.
- Decaprio, R. 2013. *Aplikasi Teori Pembelajaran Motorik di Sekolah*. Diva Press. Yogyakarta.
- Dewi, I. 2018. Hubungan Pijat dengan Perkembangan Motorik pada Bayi Usia 4- 12

- Bulan di Puskesmas Paccerakkang Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*.
- Fitriah, A. 2018. Perbedaan Pengaruh Penambahan Senam Bayi pada Spa Baby terhadap Perkembangan Gross Motor Bayi Usia 7 Bulan.
- Fitriani, R., & Adawiyah, R. 2018. Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini. *Jurnal Golden Age*.
- Maharani, S., Sukowati, F., & Ulfiana, E. 2017. Pengaruh Kombinasi Pijat Bayi dengan Musik Klasik Mozart terhadap Berat Badan dan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan. *Jurnal Kebidanan*.
- Munawaroh, A. 2015. Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Perkembangan Bayi dengan Pemberian Stimulasi Perkembangan Bayi Usia 6 – 9 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Dharmarini Kabupaten Temanggung Tahun 2014. *Jurnal Kebidanan*. 4(8).
- Notoatmodjo, 2018. *Metodologi penelitian kesehatan*. Rineka Cipta. Jakarta.
- Prasetyono, S. 2013. *Buku Pintar Pijat Bayi. Buku Biru*. Yogyakarta
- Purwanti, S. 2016. Efektifitas Pelaksanaan Senam Bayi terhadap Peningkatan Perkembangan Bayi. *Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Science)*, 3(6).
- Putri, A. 2016. Pijat dan Senam untuk Bayi dan Balita. Genius. Jakarta.
- Sugiono, Dr. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta. Jakarta
- Soetjiningsih, 2014. *Tumbuh Kembang Anak Edisi 2*. EGC. Jakarta
- Widodo, Dr. 2017. *Metodologi Penelitian Populer Dan Praktis*. Rajawali. Jakarta.