

## PENGARUH BABY SPA TERHADAP PENINGKATAN BERAT BADAN BAYI DI HAPPY BABY SPA PALEMBANG

Sagita Darma Sari<sup>1</sup>, Apriyanti Aini<sup>2</sup>

Dosen Prodi Pendidikan Profesi Bidan<sup>1,2</sup>,  
STIKES Abdurahman Palembang<sup>1,2</sup>

Email :, sagitadarmasari98@gmail.com<sup>1</sup>, apriyantiaini6@gmail.com<sup>2</sup>

### ABSTRACT

*This study aims to determine the Effect of Baby Spa on Weight Gain in Babies at Happy Baby Spa Palembang in 2020 a total of 22 babies. The sampling technique was carried out by purposive sampling. The data analysis technique used in this research was quantitative descriptive method with data analysis tools using the Frequency Distribution Method and the Independent T-test statistical test. Based on the results of data estimation using the Independent T-Test test method, the estimated value of the data using the Independent T-test method is the Sig value. T-Test = 0.000, because the value of Sig. T-Test < P-Value (0.000 < 0.05), this means that there is a significant relationship between Baby Spa and Infant Weight Gain. It is hoped that it can provide information, especially to midwives, to focus more on baby growth and development through baby spas.*

**Keywords** : *Baby spa, Baby's weight.*

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah pengaruh Baby Spa Terhadap Kenaikan Berat Badan Pada Bayi di Happy Baby Spa Palembang Tahun 2020 sejumlah 22 bayi. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara *Purposive Sampling*. Teknik analisis data penelitian ini menggunakan metode dekriptif kuantitatif dengan alat analisis data menggunakan Metode Distribusi Frekuensi dan uji statistik Independent T-test. Berdasarkan hasil estimasi data dengan menggunakan metode uji Independen T-Test adalah nilai estimasi data menggunakan metode Independent T-test diperoleh nilai *Sig. T-Test = 0,000, karena Nilai Sig. T-Test < P-Value (0,000 < 0,05)*, hal ini berarti terdapat hubungan yang signifikan antara Baby Spa Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi. Diharapkan dapat memberikan informasi khususnya kepada para bidan untuk lebih memfokuskan tumbuh kembang bayi melalui baby spa.

**Kata kunci** : *Baby Spa, Berat Badan Bayi*

## PENDAHULUAN

*Solus Per Aqua* (SPA) merupakan perawatan tubuh dengan menggunakan media air. Bayi atau anak yang telah diterapi dengan Spa akan terlihat lebih segar, sehat, bersemangat. SPA merupakan upaya tradisional yang menggunakan pendekatan holistik, melalui perawatan menyeluruh dengan menggunakan metode kombinasi antara *hidroterapi* (terapi air) dan *massage* ( pijat) yang dilakukan secara terpadu untuk menyeimbangkan tubuh, pikiran, serta perasaan (Permenkes, 2004).

Pertumbuhan adalah perubahan bersifat kuantitatif yaitu bertambahnya jumlah, ukuran, dimensi tingkat sel, organ, maupun individu yang bisa diukur dengan berat (gram, pound, kilogram) ukuran panjang (cm, meter). Faktor-faktor yang mempengaruhi pertumbuhan yaitu faktor internal (genetic) dan factor eksternal (lingkungan) salah satunya stimulasi (Soetijiningsih, 2015).

Stimulasi atau rangsangan yang baik untuk anak dapat dibuktikan oleh orang tua untuk perkembangan potensinya secara maksimal. Faktor yang berhubungan dengan tumbuh kembang anak yaitu nutrisi yang tercukupi. Lingkungan yang mendukung merupakan dasar untuk tumbuh kembang anak. Selain itu dari segi personal anak dapat diberikan stimulasi. Salah satu bentuk stimulasi yang umum dilakukan orang tua untuk bayi adalah rangsangan taktil dalam untuk pijat bayi (Andriani, 2013).

Pijat adalah seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang telah dipraktekkan berabad-abad yang lalu. Sentuhan dan pijat pada bayi segera setelah lahir merupakan kontak tubuh berkelanjutan yang diperlukan bayi untuk mempertahankan rasa aman (Roesli, 2008). Sentuhan dan pijat pada bayi dapat memberikan jaminan adanya kontak tubuh berkelanjutan yang dapat memper-tahankan perasaan aman pada bayi. 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, 1996). Sedangkan 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 bahas inggris dikenal sebagai *Hydrotherapy*.

*Baby spa* merupakan salah satu fisioterapi pada bayi dan dapat merangsang gerakan motorik bayi. Dengan bermain air, otot-otot bayi akan berkembang dengan sangat baik, persendian tumbuh secara optimal, pertumbuhan badan meningkat, dan tubuh pun menjadi lentur. Manfaat *baby SPA* ini 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 mampu menciptakan relaksasi. Dengan demikian tidur bayi akan semakin lelap sehingga dapat meningkatkan jumlah jam tidur siang dan malam. Dimana dalam tidur bayi ini terjadi peningkatan pengeluaran hormon pertumbuhan (Afrina, 2012).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Perry dan Pooter (2005) terdapat pengaruh *baby spa* terhadap kenaikan berat badan bayi karena dengan melakukan *baby spa* secara rutin dapat meningkatkan berat badan bayi usia 3-4 bulan. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa terdapat perbandingan antara *baby spa* dan *baby massage* terhadap peningkatan berat badan bayi yang membuktikan bahwa *baby spa* lebih cepat meningkatkan berat badan pada bayi usia 3-4 bulan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Margiana dan Muflihah (2018) yang berjudul “Pengaruh *Baby Spa* Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi di Rumah Sehat Kita Purwokerto” dengan 20 bayi sebagai responden dan menggunakan metode *quasi eksperimen (pre post one group)*. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa *baby spa*

berpengaruh terhadap kenaikan berat badan bayi.

Berdasarkan penelitian yang berjudul “Pengaruh *Baby Spa* dan *Baby Massage* Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Usia 3-6 Bulan di Klinik Aura Baby Spa Salatiga” dengan 30 bayi sebagai responden dan menggunakan metode *quasi eksperimen (two groups pre and post test)*. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa ada pengaruh *baby spa* dan *baby massage* terhadap peningkatan berat badan bayi usia 3-6 bulan.

Baby SPA merupakan salah satu fisioterapi pada bayi dan dapat merangsang gerakan motorik bayi. Dengan bermain air, otot-otot bayi akan berkembang dengan sangat baik, persendian tumbuh secara optimal, pertumbuhan badan meningkat, dan tubuh pun menjadi lentur. Dengan berenang gerakan di dalam air semua anggota tubuh bayi akan terlatih karena seluruh anggota tubuh digerakkan mulai dari kaki, tangan hingga kepala walaupun belum sempurna. Selain itu, kemampuan mengontrol otot bayi akan lebih meningkat karena pada saat berenang di dalam air efek gravitasi sangat rendah sehingga memungkinkan bayi untuk bergerak lebih banyak dan semua ototpun dapat bekerja dengan optimal (Yahya, 2011).

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 dan perawatan, *Per* = dengan dan *Aqua* = Air). Berdasarkan arti tersebut, maka dapat disimpulkan 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 menyeimbangkan tubuh, pikiran dan perasaan.

Usia 3-6 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 didalam air. Renang bayi dilakukan menggunakan pelampung khusus dan dilakukan berkisar 10-15 menit, dua kali seminggu. Air yang digunakan untuk berenang cukup hangat, minimal 33-35<sup>0</sup> C agar bayi tidak kedinginan dan rileks (Riksani, 2014).

Pentingnya memberikan stimulasi yang tepat bagi bayi untuk mendukung pertumbuhan pada masa tumbuh kembang dapat dilakukan dengan *baby spa*. Peningkatan pertumbuhan yang terjadi pada bayi yang telah mengikuti *baby spa*, yaitu nafsu makan bayi semakin meningkat sehingga berat badan bayi semakin bertambah dan bayi terlihat sehat serta mengalami peningkatan, baik dari berat badan, tinggi badan, dan lingkar kepala jika dibandingkan dengan bayi usia sama yang tidak diberi perlakuan *baby spa* (Aditya, 2014).

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Baby Spa Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi di Happy Baby Spa Palembang Tahun 2020”. Rumusan masalah penelitian ini adalah Adakah Pengaruh Baby Spa Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi di Happy Baby Spa Palembang Tahun 2020?

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini akan menggunakan desain penelitian *deskriptif kuantitatif* dengan cara menganalisa hubungan antara variabel independen dan variabel devenden, yaitu menganalisa hubungan pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi dan pendekatan distribusi frekuensi dan metode statistika.

Hal ini dilakukan untuk melihat apakah ada hubungan peningkatan berat badan pada bayi di Happy Baby Spa Palembang tahun 2020 setelah diberikan *baby spa*. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh bayi usia 3-12 bulan di Happy Baby Spa Palembang.

Teknik pengambilan sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah teknik rekam medis, dengan kriteria inklusi dan eksklusi sebagai berikut :

Kriteria inklusi nya :

1. Bayi usia 3-12 bulan
2. Bayi yang diberikan *baby spa*

Sedangkan kriteria eksklusi :

1. Bayi pasca imunisasi
2. Bayi yang sedang sakit
3. Bayi yang memiliki kelainan kongenital atau cacat bawaan

Sampel yang digunakan pada penelitian ini berjumlah 20 bayi yang memenuhi kriteria inklusi dengan 10 bayi sebagai kelompok kontrol dan 10 bayi sebagai kelompok perlakuan. Menurut Sugiono (2012) untuk mengantisipasi kemungkinan subjek terpilih yang drop out, maka perlu dilakukan koreksi terhadap besar sampel yang dihitung dengan rumus sebagai berikut:  $N = n/(1-f)$  sehingga hasilnya menjadi 22 sampel.

Tempat penelitian ini dilakukan di Happy Baby Spa Palembang yang beralamat di Jalan Urip Sumoharjo No. 10, Kelurahan 2 Ilir, Kecamatan Ilir Timur 2, Kota Palembang. Waktu penelitian ini dilakukan pada bulan April - Mei 2020.

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan cara menggunakan data sekunder, dimana peneliti akan menggunakan sampel yang didapatkan melalui dokumen yang ada di Happy Baby Spa. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu uji T-test yang merupakan uji komparatif atau uji beda untuk mengetahui *mean* antara dua kelompok bebas yang berskala interval/rasio. Hipotesis Statistik menggunakan acuan berikut ini :

- Jika *Sig. T-Test < P-Value* (0,05),  $H_a$  Diterima dan  $H_0$  Ditolak; ada perbedaan rata-rata peningkatan berat badan antara bayi yang diberikan perlakuan *baby spa* dengan bayi yang tidak diberikan perlakuan *baby spa*.
- Jika *Sig. T-Test > P-Value* (0,05),  $H_a$  Ditolak dan  $H_0$  Diterima; Tidak ada perbedaan rata-rata peningkatan berat badan antara bayi yang diberikan perlakuan *baby spa* dengan bayi yang tidak diberikan perlakuan *baby spa*.

## HASIL PENELITIAN

Dari setiap bayi dibagi menjadi dua kelompok bagian 1. Penelitian ini dilakukan dengan mengukur berat badan bayi sebelum dan setelah dilakukan baby spa dengan jarak 30 hari, penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah ada hubungan peningkatan berat badan pada bayi di Happy Baby Spa Palembang tahun 2020 setelah diberikan *baby spa*.

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Baby Spa pada Bayi Usia 3-12 Bulan di Happy Baby Spa Palembang**

Baby Spa	Frekuensi	Persentase (%)
Ya	10	100,0%
Tidak	0	0,0%
Total	10	100,0%

Berdasarkan Tabel 1. bayi berusia 3-12 bulan yang rutin diberikan perlakuan baby spa 2 kali seminggu selama 10-15 menit terdapat 10 bayi dengan persentase 100%.

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Bayi Usia 3-12 Bulan Yang Tidak diberikan Perlakuan (Kelompok Kontrol) di Happy Baby Spa Palembang**

Tidak Baby Spa	Frekuensi	Persentase (%)
Ya	10	100,0%
Tidak	0	0,0%
Total	10	100,0%

Berdasarkan Tabel 2. di atas maka hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 10 bayi usia 3-12 bulan sebagai kelompok kontrol yang tidak mendapatkan perlakuan baby spa dengan persentase 100%.

**Tabel 3. Berat Badan Bayi Usia 3-12 Bulan Sebelum dan Sesudah Intervensi Pada Kelompok Perlakuan dan Kontrol**

Berat Badan Bayi	Kelompok Kontrol		Kelompok Perlakuan	
	sebelum	sesudah	sebelum	sesudah
Rata-rata	8.290	8.970	7.930	8.230
Minimum	6.7	7.5	5.8	6.3
Maksimum	10.7	11.0	9.9	10.4

Berdasarkan yang tersaji pada tabel 3 diatas menunjukkan rata-rata masing-masing kelompok mengalami peningkatan berat badan, pada kelompok bayi yang diberikan perlakuan *baby spa* rata-rata mengalami peningkatan berat badan 0.680 g/kgBB, sementara pada kelompok bayi yang hanya sebagai kelompok kontrol mengalami peningkatan berat badan rata-rata 0.300 g/kgBB.

**Tabel 4. Uji Normalitas**

Berat Badan	$\rho$ value	N	Hasil
Baby Spa			
Pre -test	0.200	10	Normal
Post-test			
Tidak Baby Spa			
Pre-test	0.200	10	Normal
Post-test			

Berdasarkan tabel 4. hasil uji statistic *One Sample Kolmogrov Smirnov Test* menunjukkan semua data memiliki nilai  $p$  value  $> 0,05$  sehingga dinyatakan semua data berdistribusi normal. Karena data berdistribusi normal, maka dapat memenuhi syarat untuk dilakukan uji *paired t-test* dan *independent t-test*.

**Tabel 5. Uji Paired t-test**

Berat Badan	Mean	Standar Deviasi (SD)	$\rho$ value	N
Baby Spa				
Pretest-	.6800	.1751	0.000	10
Posttest				
Tidak Baby Spa				
Pretest-	.3000	.1549	0.000	10
Posttest				

Berdasarkan uji- $t$  berpasangan seperti yang ditunjukkan pada tabel 4.5 diperoleh  $p$  value pada kelompok perlakuan yaitu 0,00 ( $< 0,05$ ) dan pada kelompok kontrol 0,00 ( $< 0,05$ ), yang berarti menunjukkan terjadi peningkatan berat badan pada kedua kelompok baik kelompok perlakuan maupun kelompok kontrol. Rerata peningkatan berat badan pada kelompok perlakuan yaitu 0,680 gr/kgBB dan pada kelompok kontrol 0,300 gr/kgBB. Hal tersebut menunjukkan bahwa berat badan pada kelompok perlakuan meningkat lebih tinggi dari pada kelompok kontrol. Sehingga dari hasil uji

statistik *paired t-test* dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh *baby spa* terhadap peningkatan berat badan bayi.

**Tabel 6. Uji Independent t-test**

Berat Badan	Mean	Standar Deviasi (SD)	Standar Error	$\rho$ value	N
Baby Spa	0.680	0.1751	0.0554	0.000	10
Tidak Baby Spa	0.300	0.1491	0.0471	0.000	10

Pada tabel 6. dapat dilihat nilai rata-rata, standar deviasi dan standar error peningkatan berat badan bayi untuk masing-masing kelompok. Nilai rata-rata peningkatan berat badan bayi yang diberikan perlakuan adalah 0.680 gr/kgBB, sementara pada kelompok kontrol bayi yang tidak diberikan perlakuan *baby spa*, rata-rata peningkatan berat badannya hanya 0.300 gr/kgBB dengan demikian secara deskriptif statistic dapat disimpulkan ada perbedaan rata-rata hasil peningkatan berat badan bayi antara kelompok bayi yang diberikan perlakuan *baby spa* dengan kelompok bayi yang tidak *baby spa*. Hasil dari uji statistic *independent t-test* diperoleh nilai  $p$ -value 0.000 ( $< 0,05$ ), terlihat ada perbedaan rata-rata peningkatan berat badan antara bayi yang diberikan perlakuan *baby spa* dengan bayi yang tidak diberikan perlakuan *baby spa*. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara rata-rata hasil peningkatan berat badan bayi pada kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang dilakukan di Happy Baby Spa Palembang dari bulan April sampai bulan Mei 2020 pada tabel 4.1 dan tabel 4.2 menunjukkan bahwa terdapat 10 bayi yang diberi perlakuan *baby spa* 1 kali perminggu dengan lama 40 menit (kelompok perlakuan) dan 10 bayi tidak diberikan perlakuan *baby spa* (kelompok kontrol) rentang waktu 30 hari.

Berdasarkan tabel 1 didapatkan hasil bahwa sebagian besar ibu teratur dalam melakukan kunjungan *baby spa* sebanyak 10 bayi (100%). Hal ini didukung dengan sebagian besar ibu melakukan kunjungan *Spa* pada bayinya rutin 1 kali perminggu. Keadaan ini

sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Aditya (2014), yang mengatakan *baby spa* dianjurkan untuk dilakukan tidak terlalu sering, cukup satu minggu satu kali dan dilakukan secara teratur.

Faktor lain yang mempengaruhi terhadap frekuensi kunjungan untuk melakukan *baby spa* adalah keadaan bayi. Dimana bayi yang sedang sakit tidak diperkenankan melakukan *baby spa*. (Riksani, 2012). Saat bayi dengan keadaan sedang sakit tentunya tidak dapat melakukan *baby spa*. Karena akan memperburuk kondisi atau keadaan bayi apabila dipaksakan melakukan *baby spa*. Tetapi dengan keadaan bayi yang sehat pastinya akan membuat bayi semakin lebih tenang dan nyaman ketika melakukan *baby spa* (Riksani, 2012).

Masa bayi merupakan masa pertama kehidupan kritis. Pada masa ini bayi akan mengalami adaptasi terhadap lingkungan. Perubahan sirkulasi darah serta organ-organ tubuh mulai berfungsi (Perry dan Pooter, 2005). Bayi merupakan individu yang berusia 0-12 bulan yang ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan yang cepat disertai dengan perubahan dalam kebutuhan zat gizi (Wong, 2012). Menurut Soetjningsih (2012), bayi adalah usia 0 bulan hingga 1 tahun. Dengan pembagian sebagai berikut: Masa neonatal, yaitu usia 0–28 hari. Masa neonatal dini, yaitu usia 0–7 hari. Masa neonatal lanjut, yaitu usia 8–28 hari, Masa pasca neonatal, yaitu usia 29 hari–1 tahun. Bayi merupakan manusia yang baru lahir sampai umur 1 tahun.

Usia 3-6 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. Renang bayi dilakukan menggunakan pelampung khusus dan dilakukan berkisar 10-15 menit, dua kali seminggu. Air yang digunakan untuk berenang cukup hangat, minimal 33-35°C agar bayi tidak kedinginan dan rileks (Riksani, 2014).

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 3 menunjukkan hasil bahwa dari 10 bayi yang

sudah diberikan perlakuan *baby spa* sebanyak 10 bayi (100%) mengalami kenaikan berat badan. Hasil ini didukung dengan kunjungan Spa yang telah dilakukan 1 kali seminggu setelah ditimbang berat badan bayi mengalami kenaikan berat badan atau pertumbuhan. Hasil ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Soetjningsih (2015), faktor-faktor yang mempengaruhi pertumbuhan, yaitu faktor internal (genetik) dan faktor eksternal (lingkungan) salah satunya stimulasi. Stimulasi memegang peran untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan secara maksimal, untuk mendukung faktor lainnya. Stimulasi yang diberikan terus-menerus secara rutin dapat merangsang perkembangan sel otak dan memperkuat hubungan antar syaraf yang telah terbentuk. Bentuk stimulasi yang dapat diberikan pada bayi adalah *baby spa* (Fida dan Maya, 2012).

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan diketahui bahwa dari 10 bayi usia 3-12 bulan sebelum diberikan intervensi *baby spa* rata-rata berat badan bayi 8.290 gr/kgBB, kemudian setelah diberikan intervensi *baby spa* 1 kali perminggu selama 40 menit setelah 30 hari rata-rata berat badan bayi meningkat menjadi 8.970 gr/kgBB. Dari data diatas menunjukkan terjadi peningkatan berat badan bayi setelah diberikan intervensi *baby spa* pada hari ke-30.

Hasil uji statistik mengenai pengaruh *baby spa* terhadap peningkatan berat badan bayi menggunakan uji *paired t-test* diperoleh nilai *p value* 0,000 (< 0,05) sehingga dapat disimpulkan adanya pengaruh yang signifikan apabila bayi usia 3-12 bulan diberi perlakuan *baby spa* 1 kali perminggu selama 40 menit, dan pada hari ke-30 akan mengalami peningkatan berat badan. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Aditya (2014), yang menyatakan Peningkatan pertumbuhan yang terjadi pada bayi yang telah mengikuti *baby spa*, yaitu nafsu makan bayi semakin meningkat sehingga berat badan bayi semakin bertambah dan bayi terlihat sehat serta mengalami peningkatan, baik dari berat badan, tinggi badan, dan lingkar kepala jika dibandingkan dengan bayi usia sama yang tidak diberi perlakuan *baby spa*.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Margiana dan Mufliah (2018), dalam penelitiannya yang berjudul Pengaruh Baby Spa Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi di Rumah Sehat Kita Purwokerto. Desain penelitian yang digunakan adalah *quasy eksperiment* dengan pendekatan *pre post one group*. Jumlah sampel yang digunakan adalah 20 bayi. Hasil penelitian dengan uji-*t* berpasangan diperoleh *p-value* 0,001 ( $< 0,05$ ), yang menunjukkan terjadi peningkatan berat badan bayi setelah diberikan perlakuan *baby spa*. Hal ini menunjukkan ada pengaruh yang signifikan dari pemberian perlakuan *baby spa* terhadap peningkatan berat badan bayi.

Berdasarkan penelitian yang berjudul "Pengaruh *Baby Spa* dan *Baby Massage* Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Usia 3-6 Bulan di Klinik Aura Baby Spa Salatiga" dengan 30 bayi sebagai responden dan menggunakan metode *quasi eksperimen (two groups pre and post test)*. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa ada pengaruh *baby spa* dan *baby massage* terhadap peningkatan berat badan bayi usia 3-6 bulan.

Penelitian lain yang mendukung penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Perry dan Pooter (2005), yang menyatakan dengan melakukan *baby spa* secara rutin dapat meningkatkan berat badan bayi usia 3-4 bulan. Terdapat perbandingan antara *baby spa* dan *baby massage* terhadap peningkatan berat badan bayi yang membuktikan bahwa *baby spa* lebih cepat meningkatkan berat badan pada bayi usia 3-4 bulan.

Hasil dari uji statistic *independent t-test* diperoleh nilai *p-value* 0.000 ( $< 0,05$ ), yang berarti pada alpa 5% terlihat ada perbedaan rata-rata peningkatan berat badan antara bayi yang diberikan perlakuan *baby spa* dengan bayi yang tidak diberikan perlakuan *baby spa*. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara rata-rata hasil peningkatan berat badan bayi pada kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol.

*Baby Spa* merupakan salah satu fisioterapi pada bayi dan dapat merangsang gerakan motorik bayi. Dengan bermain air, otot-otot bayi akan berkembang dengan sangat baik, persendian tumbuh secara optimal,

pertumbuhan badan meningkat, dan tubuh pun menjadi lentur. Selain itu, kemampuan mengontrol otot bayi akan lebih meningkat karena pada saat berenang di dalam air efek gravitasi sangat rendah sehingga memungkinkan bayi untuk bergerak lebih banyak dan semua ototpun dapat bekerja dengan optimal (Yahya, 2011).

Manfaat *baby spa* ini 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. Dimana dalam tidur bayi ini terjadi peningkatan pengeluaran hormon pertumbuhan (Afrina, 2012).

Faktor-faktor yang mempengaruhi pertumbuhan, yaitu faktor internal (genetik) dan faktor eksternal (lingkungan) salah satunya stimulasi. Stimulasi memegang peran untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan secara maksimal, untuk mendukung faktor lainnya. Stimulasi yang diberikan terus-menerus secara rutin dapat merangsang perkembangan sel otak dan memperkuat hubungan antar syaraf yang telah terbentuk. Bentuk stimulasi yang dapat diberikan pada bayi adalah *baby spa* (Fida dan Maya, 2012).

Berdasarkan hasil penelitian berat badan bayi pada kelompok perlakuan rata-rata mengalami peningkatan 0,680 gr/kgBB lebih tinggi dari pada kelompok kontrol yang hanya mengalami peningkatan 0.300 gr/kgBB dengan selisih rata-rata 0.380 gr/kgBB, sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh *baby spa* terhadap peningkatan berat bayi di Happy Baby Spa Palembang Tahun 2020. *Baby spa* lebih terbukti meningkatkan berat badan karena pada saat *baby spa*, bayi mengeluarkan energi yang lebih besar pada saat melakukan berenang selama 15 menit dengan media air hangat sehingga bayi mengeluarkan energi dalam tubuh yang lebih banyak. Setelah bayi melakukan *treatment baby spa* nafsu makan bayi akan meningkat dan pola tidur bayi akan menjadi lebih baik dari *massage* bayi yang bersifat relaksasi (Tri, 2010).

## PENUTUP

### Kesimpulan

1. Rerata berat badan bayi sebelum diberikan perlakuan *baby spa* adalah 8.290 gr/kgBB.
2. Rerata berat badan bayi sesudah diberikan perlakuan *baby spa* adalah 8.970 gr/kgBB.
3. Rerata berat badan bayi pada hari ke-1 pada kelompok perlakuan rata-rata 8.290 gr/kgBB dan pada kelompok kontrol berat badan rata-rata 7.930 gr/kgBB.
4. Dari hasil penelitian pada 10 bayi usia 3-12 bulan yang diberikan perlakuan *baby spa* pada hari ke-30 mengalami peningkatan berat badan dengan persentase 100%.
5. Rerata peningkatan berat badan bayi pada kelompok perlakuan yaitu 0,680 gr/kgBB dan pada kelompok kontrol 0,300 gr/kgBB dengan selisih rata-rata 0,380 gr/kgBB. Pemberian perlakuan *baby spa* terhadap bayi usia 3-12 bulan secara rutin 1 kali perminggu selama 40 menit dapat meningkatkan berat badan bayi dengan tingkat kemaknaan  $p \text{ value } 0,000 \leq 0,05$  yang berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Ada pengaruh yang signifikan *baby spa* terhadap peningkatan berat badan bayi di Happy Baby Spa Palembang tahun 2020.

### Saran

1. Bagi Peneliti Selanjutnya  
Pada peneliti selanjutnya agar dapat dijadikan bahan referensi penelitian dan mengembangkan variabel penelitian yang lebih terkait dengan faktor yang dapat berpengaruh meningkatkan pertumbuhan bayi.
2. Bagi Institusi Pendidikan  
Diharapkan hasil penelitian dapat dijadikan sebagai bahan referensi mahasiswa khususnya D-III Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdurahman Palembang dalam mengembangkan penelitian lebih luas dengan variabel penelitian yang lain berkaitan dengan permasalahan yang sama dengan penelitian.
3. Bagi Tempat Penelitian Happy Baby Spa Palembang  
Diharapkan agar bidan dapat meningkatkan pelayanan kesehatan seperti pemberian KIE pada ibu tentang tumbuh kembang anak

serta dapat menambah sarana dan prasarana stimulasi *baby spa*.

### DAFTAR PUSTAKA

- .Aditya, N. (2014). Handbook for New Mom. Yogyakarta: Sritelto Book
- Adamson, S. (1996). Teaching Baby Massage to New Parent. *Complementary Therapy in Nursing and Midwifery*, 2(6), 151–159. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1353611796800497>.
- Adriana, D. (2013). *Tumbuh kembang & terapi bermain pada anak*. Jakarta: Salemba Medika.
- Afrina dan Widodo. (2012). Efektifitas Baby Spa terhadap Lamanya Tidur Bayi Usia 3-4 Bulan. *Jurnal Program Studi Fisioterapi*. Surakarta
- Fida dan Maya. (2012). *Pengantar Ilmu Kesehatan Anak*. Yogyakarta: D-Medika
- Margiana, W., dan Muflihah, I. (2018). Pengaruh Baby Spa Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi. Vol. 10, hlm. 29-31. Permenkes No.1205/Menkes/X/2004.
- Perry dan Pooter. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan*. Jakarta: EGC
- Riksani, R. (2014). *Cara Mudah dan Aman Pijat Bayi*. Jakarta: Dunia Sehat
- Roesli, U. (2008). *Pedoman Pijat Bayi Prematur Dan Bayi Usia 0-3 Bulan*. Jakarta: Trubus Agriwidya.
- Soetjningsih. 2012. *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: EGC
- Seotjningsih. 2015. *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: EGC
- Soetjningsih & IG. N. Gde Ranuh. 2015. *Tumbuh Kembang Anak*, Ed. 2. Jakarta: EGC.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tri, S. (2010). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi Umur 0-3 Bulan di BPS Saraswati Sleman Yogyakarta. Metro: Aisyiyah Yogyakarta
- Yahya, N. (2011). *Spa Bayi dan Anak*. Solo: Megatra
- Wong, D. L. 2012. *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik*. Edisi 6. Jakarta: EGC.