

**EFEKTIVITAS BABY SPA TERHADAP FREKUENSI MENYUSU DAN  
BERAT BADAN BAYI USIA 3–6 BULAN**  
**EFFECTIVENESS OF THE BABY SPA IN INFLUENCING FEEDING  
FREQUENCY AND WEIGHT IN INFANTS AGED 3-6 MONTHS**

**Ikha Prastiwi<sup>1</sup>, Suryani Soepardan<sup>2</sup>, Osman Syarief<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>AKBID Bhakti Husada Cikarang

<sup>2</sup>STIKes Dharma Husada Bandung

<sup>3</sup>Poltekkes Kemenkes Bandung

[ikhaprastiwi@gmail.com](mailto:ikhaprastiwi@gmail.com)\*

**ABSTRAK**

**Pendahuluan:** *Baby SPA* merupakan perawatan kesehatan menggunakan air dan perawatan lain yaitu *baby gym*, berenang, dan pijat bayi. Tujuan penelitian untuk menganalisis efektivitas *baby SPA* terhadap frekuensi menyusui dan berat badan bayi usia 3–6 bulan. **Metode penelitian** yang digunakan adalah quasi eksperimen dengan desain penelitian *pre test and post test with control group*, jumlah responden 50 bayi usia 3–6 bulan, terdiri atas 25 responden kelompok perlakuan dan 25 responden kelompok kontrol. Penelitian diuji secara statistik dengan Uji Saphiro Wilk, uji F, dan t-test. **Hasil penelitian** menunjukkan perubahan rerata frekuensi menyusui pada kelompok *baby SPA* sebelum perlakuan 9,64 kali/hari dan setelah perlakuan 11 kali/hari, sedangkan pada kelompok pijat bayi sebelum perlakuan 9,64 kali/hari dan setelah perlakuan 10,64 kali/hari. Selisih rerata frekuensi menyusui pada kelompok *baby SPA* 1,36 kali/hari, sedangkan kelompok pijat bayi 1 kali/hari ( $p=0,25$ ). Perubahan rerata berat badan bayi pada kelompok *baby SPA* sebelum perlakuan 6.568 gram dan setelah perlakuan 7.322 gram, sedangkan pada kelompok pijat bayi sebelum perlakuan 6.260 gram dan setelah perlakuan 6.900 gram. Selisih rerata berat badan bayi kelompok *baby SPA* 754 gram, sedangkan kelompok pijat bayi 640 gram ( $p=0,00$ ). **Kesimpulan** terdapat perbedaan rerata kenaikan frekuensi menyusui sebelum dengan sesudah perlakuan, dan tidak terdapat perbedaan selisih *mean* frekuensi menyusui antara kelompok *baby SPA* dan pijat bayi. Rerata berat badan bayi bertambah antara kelompok *baby SPA* dengan pijat bayi dan terdapat perbedaan selisih *mean* berat badan antara kelompok *baby SPA* dan pijat bayi. Kenaikan berat badan bayi pada kelompok *baby SPA* lebih besar dibanding dengan kelompok pijat bayi. **Saran** bagi bidan sebaiknya menerapkan *baby SPA* sebagai salah satu asuhan holistik.

**Kata kunci:** *Baby SPA*; frekuensi menyusui; berat badan

**ABSTRACT**

**Introduction** *Baby SPA* is a special care for babies that utilizes water and other treatments such as *baby gym*, swimming, massage. The purpose of research was to analyze the effectiveness of the *baby SPA* in influencing feeding frequency and weight in infants aged 3-6 months. **Method research** this was a quasi- experimental using *pre and post test with control group design*, on 50 infants aged 3–6 months, subjects research with 25 intervention group and 25 control group. Analyzed statistically using Saphiro Wilk Test, F test, and t-test. **Results** of the analysis on the frequency of breast feeding in *baby SPA* group was 9.64 times/day before and 11 times/day after treatment, whereas in the *baby massage* group was 9.64 times/day before and 10.64 times/day after treatment. The mean breastfeeding frequency in the *baby SPA* group 1.36 times/day and *baby massage* group 1 time/day ( $p=0.25$ ). The mean body weight of infants in the *baby SPA* group was 6.568 grams before and 7.322 grams after treatment, while the weight in the *baby massage* group was 6.260 grams before and 6,900 grams after treatment. The average in weight in the *baby SPA* group 754 grams, whereas *baby massage* group was 640 grams ( $p=0.00$ ). **Conclusion** that there is a difference in the mean increase in breastfeeding frequency before and after treatment, however there is no difference in the mean in the frequency of breastfeeding between the *baby SPA* and *baby massage* groups. There is an increase in mean infant weight in *baby SPA* and *baby massage* group, with a difference in the mean weight of *baby SPA* and *baby massage* group. The increase in infant weight in the *baby SPA* group is greater than that of the *baby massage* group. **Suggested** that midwives should implement *baby SPA* as one of the holistic care methods.

**Keywords:** *Baby SPA*; breastfeeding frequency; infant weight

## PENDAHULUAN

Menurut hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017 menunjukkan Angka Kematian Neonatus (AKN) sebesar 15 per 1.000 kelahiran hidup, Angka Kematian Bayi (AKB) sebesar 24 per 1.000 kelahiran hidup, dan Angka kematian Balita (AKABA) sebesar 32 per 1.000 kelahiran hidup.<sup>(1)</sup> Angka tersebut tidak sesuai dengan target *Sustainable Development Goals* (SDGs) di tahun 2030 mengakhiri kematian bayi baru lahir dan balita dapat dicegah dengan seluruh negara berusaha menurunkan AKN hingga sebesar 12 per 1.000 kelahiran hidup dan AKABA sebesar 25 per 1.000 kelahiran hidup.<sup>(2)</sup>

Cakupan Kunjungan Neonatal Pertama atau KN1 merupakan indikator yang menggambarkan upaya kesehatan yang dilakukan untuk mengurangi risiko kematian pada periode neonatal yaitu 6-48 jam setelah lahir yang meliputi antara lain kunjungan menggunakan pendekatan Manajemen Terpadu Balita Muda (MTBM) termasuk konseling perawatan bayi baru lahir, pemberian vitamin K1 injeksi, Hepatitis B0 injeksi bila belum diberikan. ASI eksklusif.<sup>(3)</sup>

Menurut Peraturan Pemerintah (PP) Nomor 33 Tahun 2012 tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif, bahwa ASI eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama 6 (enam) bulan tanpa menambahkan dan/atau mengganti dengan makanan atau minuman lain.<sup>(4)</sup>

Secara nasional, cakupan bayi mendapat ASI eksklusif sebesar 61,33%. Angka tersebut sudah melampaui target Renstra tahun 2017

yaitu sebesar 44%. Presentase cakupan ASI eksklusif untuk Jawa barat sebesar 55,4%. Mengacu pada target Renstra tahun 2017 maka secara nasional cakupan pemberian ASI eksklusif pada bayi telah mencapai target.<sup>(1)</sup>

Produksi ASI yang kurang atau suplai ASI tidak mencukupi, bayi gelisah merupakan keluhan yang sering dikemukakan oleh ibu untuk berhenti menyusui sebelum bayi berusia dua minggu dan menjadi penyebab kegagalan pemberian ASI eksklusif. Tingkat kecemasan terhadap suplai ASI mencapai 23% pada tahap awal menyusui, dan sejumlah ibu masih mengalami kecemasan hingga enam bulan. Kecemasan akan kecukupan pasokan ASI merupakan masalah yang paling serius, karena sering mengakibatkan penghentian menyusui. Sebagian besar ibu mengalami beberapa masalah selama menyusui, terutama pada tahap awal.<sup>(5,6)</sup>

Dampak dari bayi yang tidak mendapat ASI eksklusif dapat memiliki risiko kematian yang dikarenakan diare 3,94 kali lebih besar dibanding dengan bayi yang mendapat ASI eksklusif. Faktor protektif dan nutrien yang sesuai dalam ASI menjamin status gizi bayi baik serta kesakitan dan kematian bayi menurun. Pemberian ASI melindungi bayi dan anak dari penyakit infeksi, misalnya diare, otitis media, infeksi saluran pernapasan akut bagian bawah, dan penyakit alergi.<sup>(7)</sup>

Upaya untuk kesehatan anak perlu dilakukan sedini- dininya sejak anak masih berada dalam kandungan sampai lima tahun pertama kehidupan. Anak dipersiapkan agar dapat tumbuh dan

berkembang seoptimal-optimalnya sesuai dengan kemampuan. Pertumbuhan dan perkembangan anak secara fisik, mental, sosial, dan emosional dipengaruhi oleh gizi, kesehatan serta pendidikan.<sup>(8,9)</sup>

Pertumbuhan anak dengan adanya peningkatan dan penurunan berat badan saat bayi mengindikasikan status gizi yang baik. Status gizi yang baik dapat dicapai bila tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi yang adekuat sehingga memungkinkan terjadi pertumbuhan fisik.<sup>(8,9)</sup>

Pertumbuhan dan perkembangan bayi yang optimal dipengaruhi oleh beberapa faktor di antaranya faktor fisik, lingkungan biologis, psikososial, keluarga, dan adat istiadat. Salah satu faktor fisik yang dapat memengaruhi adalah stimulasi. Stimulasi dapat dilakukan dengan pijat, *solus per aqua (SPA)*, atau permainan edukatif.<sup>(10)</sup>

Menurut Permenkes No. 8/Menkes/X/2014 Pelayanan Kesehatan SPA merupakan pelayanan kesehatan yang dilakukan secara holistik dengan memadukan berbagai jenis perawatan kesehatan tradisional dan modern yang menggunakan air beserta perawatan lainnya berupa pijat penggunaan ramuan, terapi aroma, latihan fisik, terapi warna, terapi musik, dan makanan untuk memberikan efek terapi melalui pancaindera guna mencapai keseimbangan antara tubuh (*body*), pikiran (*mind*), dan jiwa (*spirit*) sehingga terwujud kondisi kesehatan yang optimal.<sup>(11)</sup>

*Solus per aqua* bayi dilakukan sesuai

dengan kebutuhan terdiri atas tiga tahap, yaitu baby gym/senam bayi, berendam/berenang, dan pijat bayi. Usia 3–6 bulan adalah saat yang tepat bagi bayi untuk melakukan *baby SPA*. Setelah bayi berusia 3 bulan *neck control* bayi sudah baik sehingga kepala bayi dapat tegak. Bayi memiliki sepasang refleks yang dapat membantu berenang dengan baik, yaitu refleks menyelam (*dive reflex*) dan refleks berenang (*swim reflex*). Ketika bayi ditempatkan dalam air dan kedua refleks itu terlibat maka bayi terlihat seperti perenang alami.<sup>(10,11)</sup>

Sentuhan atau pijat bayi merupakan stimulasi yang dapat membangun kedekatan ibu dengan bayi. Bayi yang dipijat akan mengalami peningkatan tonus nervus vagus yang dapat merangsang peningkatan kadar enzim gastrin dan insulin sehingga penyerapan makanan menjadi lebih baik. Penyerapan makanan yang baik karena peningkatan aktivitas nervus vagus menyebabkan bayi cepat lapar, bayi akan sering menyusu, sehingga berat badan bayi meningkat. Kondisi ini akan meningkatkan produksi ASI menjadi lebih banyak.

## Metode

Rancangan penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan pendekatan quasi eksperimen, yaitu penelitian dengan membandingkan kondisi kelompok antara sebelum dan sesudah perlakuan. Desain penelitian yang digunakan *pre test and post test with control group*, yaitu sebelum diberikan

perlakuan dilakukan pretes dan setelah perlakuan dilakukan postes. Teknik pengambilan sampel secara *consecutive sampling*, yaitu sampel yang diambil sesuai dengan kriteria inklusi.

Pada penelitian ini kelompok intervensi adalah *baby SPA*, dan untuk kelompok kontrol adalah pijat bayi. Kelompok *baby SPA* dan pijat bayi yang akan diteliti sebelumnya secara bersamaan diberikan penjelasan tentang ASI eksklusif yang meliputi cara menyusui yang benar, manfaat ASI serta peranan ASI untuk kesehatan ibu dan bayi.

Responden pada dua kelompok, sebelum dan sesudah perlakuan diberikan lembar observasi untuk menilai frekuensi menyusui bayi. Berat badan bayi juga dilakukan pengukuran sebelum dan sesudah perlakuan dengan cara ditimbang.

Pada kelompok *baby SPA* dilakukan *baby gym* (senam bayi), berenang, dan pijat bayi. Pada kelompok pijat bayi dilakukan pijat bayi. Pada dua kelompok tersebut dilakukan perlakuan selama empat minggu, dalam satu minggu dilakukan dua kali perlakuan, dan dalam satu kali perlakuan *baby SPA* diberikan selama 20–25 menit dan pijat bayi selama 10–15 menit.

Penelitian ini dilakukan setelah mendapat persetujuan Komite Etik Penelitian Kesehatan Stikes Dharma Husada Bandung (*ethical clearance*) dengan No: 004/SDHB/SKet/PSKB2/VII/2018.

## Hasil

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Usia Bayi, Paritas, dan Usia Ibu di PMB “M” Kabupaten Bekasi**

Variabel	Kelompok	Min.	Maks.	Median	Mean	SD	p (F test)
Usia bayi	Baby SPA	3	6	5	4,68	1,14	0,96
	Pijat bayi	3	6	4	4,44	1,16	
Paritas	Baby SPA	1	3	2	1,64	0,7	1
	Pijat bayi	1	3	2	1,64	0,7	
Usia ibu	Baby SPA	20	37	27	27,12	4,88	0,86
	Pijat bayi	20	38	26	26,88	4,71	

Pada penelitian ini menunjukkan bahwa karakteristik responden yang dilihat dari variabel usia bayi, paritas, dan usia ibu pada dua kelompok yang diberikan perlakuan *baby SPA* dan pijat bayi menunjukkan homogenitas (lihat Tabel 1). Nilai p tes F diatas signifikansi yang ditentukan alfa 0,05.

**Tabel 2 Proporsi Pendidikan dan Pekerjaan Ibu di PMB “M” Kabupaten Bekasi**

Variabel	Intervensi		Total n	p (Fisher's Exact)	
	Baby SPA n	Pijat bayi n			
Pendidikan	SMP	3	1	4	0,57
	SMA	19	22	41	
	Perguruan Tinggi	3	2	5	
Pekerjaan	IRT	22	25	47	0,23
	karyawati	3	0	3	

Penelitian ini menunjukkan bahwa karakteristik responden dilihat dari variabel pendidikan dan pekerjaan ibu antara kelompok *baby SPA* dan pijat bayi menunjukkan homogenitas (lihat tabel 2). Nilai p diatas signifikansi yang ditentukan alfa 0,05.

**Tabel 3. Uji Asumsi Distribusi Normal Berat Badan dan Frekuensi Menyusui**

P (Saphiro-Wilk)	Baby SPA	Pijat bayi
Berat badan praintervensi	0,97	0,97
Berat badan posintervensi	0,92	0,90
Frek menyusui praintervensi	0,23	0,31
Frek menyusui posintervensi	1,00	0,11

Tabel 3. menunjukkan normalitas ( $>\alpha 0,05$ ), bahwa nilai p Uji Saphiro-Wilk lebih besar dari signifikansi yang ditentukan pada kelompok *baby* SPA maupun pijat bayi sehingga digunakan uji parametrik. Uji parametrik yang digunakan adalah uji t dependen.

**Tabel 4. Perbedaan *Baby* SPA dan Pijat Bayi Sebelum dengan Sesudah Perlakuan**

Frekuensi Menyusu dan Berat Badan bayi	Statistik	Perlakuan		p (uji t)	
		Baby SPA	Pijat Bayi		
Frekuensi menyusu (kali/hari)	Sebelum (pre)	Min.	6	8	0,00
		Maks.	12	12	
		Mean	9,64	9,64	
	Sesudah (pos)	Min.	10	10	
		Maks.	12	12	
		Mean	11,0	10,64	
Berat badan (gram)	Sebelum (pre)	Min.	5.000	5.000	0,00
		Maks.	8.000	7.700	
		Mean	6.568	6.260	
	Sesudah (pos)	Min.	5.800	5.600	
		Maks.	8.700	8.300	
		Mean	7.322	6.900	
	SD	708,88	603,46		

Keterangan: \*hasil uji t dependen

Pada penelitian ini menunjukkan perbedaan *mean* yang signifikan secara statistik dalam perubahan frekuensi menyusu dan berat badan antara kelompok *baby* SPA dan pijat bayi (Lihat Tabel 4). *Mean* frekuensi menyusu pada kelompok *baby* SPA dan kelompok pijat bayi sebelum intervensi rerata frekuensi menyusu sama, yaitu 9,64 kali/hari, setelah dilakukan intervensi *mean* frekuensi menyusu pada kelompok *baby* SPA 11,0 kali/hari dan pijat bayi 10,64 kali/hari.

*Mean* berat badan sebelum intervensi pada kelompok *baby* SPA 6.568 gram dan pijat bayi 6.260 gram. Setelah intervensi *mean* berat badan pada kelompok *baby* SPA 7.322 gram dan pijat bayi 6.900 gram.

**Tabel 5. Selisih Berat Badan dan Frekuensi Menyusu antara *Baby* SPA dan Pijat Bayi (Setelah Intervensi)**

Variabel	Statistik	Baby SPA	Pijat Bayi	p (t test)
Selisih frekuensi menyusu (kali/hari)	Min.	0	0	0,25
	Maks.	4	3	
	Mean	1,36	1	
	SD	1,25	0,91	
Selisih berat badan (gram)	Min.	600	500	0,00
	Maks.	900	800	
	Mean	754	640	
	SD	86.51	81.65	

Keterangan: \*hasil uji t independen

Tabel 5. menggunakan uji beda parametrik uji t independen untuk mengetahui perbedaan *mean* selisih berat badan dan selisih frekuensi menyusu. *Mean* selisih frekuensi menyusu setelah intervensi pada *baby* SPA 1,36 kali/hari dan pijat bayi 1,00 kali/hari, sedangkan untuk *mean* selisih berat badan kelompok *baby* SPA 754 gram dan pijat bayi 640 gram.

## Pembahasan

### Frekuensi Menyusu Bayi Usia 1–6 Bulan di PMB “M” Kabupaten Bekasi

Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti tidak menunjukkan perbedaan selisih rerata (*mean*) frekuensi menyusu antara kelompok *baby* SPA dan pijat bayi, selisih *mean* frekuensi menyusu dalam kelompok *baby* SPA adalah 1,36 kali/hari, sedangkan dalam kelompok pijat bayi 1 kali/hari.

Frekuensi menyusui paling sedikit 8 kali per hari pagi, siang, sore maupun malam pada periode awal setelah melahirkan. Frekuensi pemberian ASI yang baik, yaitu 8–12x/hari akan meningkatkan berat badan dan mencegah kemungkinan gangguan pertumbuhan dan perkembangan pada bayi.<sup>12,13,14.</sup>

Penelitian oleh Farida dkk.<sup>15</sup> pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusui pada bayi usia 1–3 bulan menunjukkan pada kelompok perlakuan, rerata frekuensi menyusui pada minggu pertama adalah 15,50 kali/hari dan pada minggu ke-4 adalah 17,23kali/hari, sedangkan pada kelompok kontrol rerata frekuensi menyusui pada minggu pertama adalah 14,07kali/hari dan pada minggu ke-4 adalah 15,40kali/hari. Hasil uji statistik didapatkan  $p=0,000$  bahwa terdapat perbedaan peningkatan frekuensi menyusui antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

Pada hasil penelitian ini mayoritas ibu sudah menyusui bayinya dengan baik sebelum diberikan intervensi, yaitu rerata 9,64 kali/hari baik pada kelompok *baby SPA* maupun pijat bayi meningkat menjadi rerata 11 kali/hari pada kelompok *baby SPA* dan 10,64 kali/hari pada kelompok pijat bayi. Kenaikan tersebut tidak banyak sehingga hasil uji statistik tidak terdapat perbedaan selisih rerata frekuensi menyusui yang signifikan. Hal ini dikarenakan ibu menyusui bayi tanpa dijadwal dan hanya ASI yang diberikan. Pekerjaan ibu sebagai ibu rumah tangga (IRT) memudahkan ibu menyusui bayinya kapan saja bayi membutuhkan ibu dapat langsung menyusui

tanpa terikat jadwal dan waktu kerja. Latar belakang pendidikan ibu SMA memudahkan ibu menerima informasi mengenai ASI yang sudah didapat pada saat kehamilan dan persalinan di PMB “M” yang selalu memberikan konseling sebelum pasien pulang terkait dengan pemberian ASI eksklusif.

Tingkat pendidikan dan pengetahuan ibu merupakan faktor penting yang mendukung keberhasilan ASI eksklusif karena semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin mudah menerima informasi, dan menyesuaikan hal-hal yang baru sehingga semakin banyak pengetahuan yang dimiliki.<sup>(11,16,17)</sup>

Pendidikan orangtua atau keluarga terutama pendidikan ibu bayi merupakan salah satu factor penting dalam pemberian ASI eksklusif. Tingkat pendidikan yang baik akan lebih mudah dalam menerima informasi terutama tentang pemenuhan kebutuhan ASI untuk bayinya. Selain menerima informasi, ibu juga dapat menyesuaikan perubahan untuk memelihara kesehatan khususnya tentang ASI eksklusif. Ibu juga akan terdorong untuk ingin tahu, mencari tahu serta pengalaman baik dari media sosial dan orang lain sehingga informasi dan pengetahuan yang didapat akan diterapkan dalam kehidupannya. Pendidikan ibu dapat memengaruhi pola asuh ibu. Ibu yang telah mendapatkan informasi dari PMB “M” telah menerapkan frekuensi menyusui yang baik, yaitu rerata 9,64 kali/hari.

Berdasar atas hasil penelitian Rohmah dkk.<sup>(18)</sup> efektivitas *baby SPA* terhadap lama tidur bayi usia 3–4 bulan pada 34

responden setelah dilakukan intervensi kelompok *baby* SPA rerata waktu kualitas tidur bayi adalah 15,5 jam/hari dan kelompok tidak dilakukan *baby* SPA rerata waktu kualitas tidur bayi 13,0 jam/hari ( $p=0,000$ ) yang berarti terdapat perbedaan signifikan lama tidur bayi antara kelompok *baby* SPA dan tanpa *baby* SPA.

Setelah dilakukan pijat bayi menyebabkan gelombang otak melambat, perubahan gelombang otak yang terjadi adalah penurunan gelombang alfa dan peningkatan beta teta yang dapat memengaruhi kualitas tidur bayi. Bayi cepat tertidur (mengantuk), bayi merasa nyaman (rileks) dan tidur dalam waktu yang lama, selain lama bayi tidur dengan terlelap (tenang) dan pola tidur lebih baik.<sup>(17,19,20)</sup>

Bayi yang dilakukan *baby* SPA lebih tenang, nyaman, kualitas dan lama tidur lebih lama, serta bayi lebih kuat dalam menyusui sehingga tidak terjadi perubahan yang signifikan terhadap frekuensi menyusui bayi.

### **Berat Badan Bayi Usia 3–6 Bulan di PMB “M” Kabupaten Bekasi**

Berdasar atas referensi bahwa salah satu tanda bayi kecukupan ASI dapat dilihat dari berat badan bayi. Kenaikan berat badan bayi normal pada triwulan I sekitar 700–1.000 gram/bulan, triwulan II 500–600 gram/bulan, triwulan III sekitar 350–450 gram/bulan, dan triwulan IV sekitar 250–350 gram per bulan. Kenaikan berat badan anak apabila mendapat gizi yang baik, yaitu setelah bayi lahir sampai enam bulan pertama adalah 140–

200 gram/minggu. Berat badan bayi akan menjadi 2 kali lipat berat badan lahir pada akhir enam bulan pertama, bayi pada usia 6–12 bulan penambahan berat badan setiap minggu berkisar 85–400 gram. Pertambahan berat badan bayi kurang dari 500gram per bulan merupakan tanda bayi tidak mendapatkan cukup ASI.<sup>(17,19,20)</sup>

Hasil penelitian yang dilakukan peneliti terdapat signifikansi kenaikan berat badan bayi setelah dilakukan *baby* SPA selama 4 minggu sebanyak 8 kali perlakuan, penimbangan dilakukan sebelum dilakukan *baby* SPA, rerata berat badan bayi 6.568 gram pada kelompok *baby* SPA dan 6.260 gram pada kelompok pijat bayi. Berat badan rerata bayi setelah perlakuan 7.322 gram pada kelompok *baby* SPA lebih besar dibanding dengan kelompok pijat bayi 6.900 gram. Perbedaan *mean* selisih berat badan signifikan antara kelompok *baby* SPA dan pijat bayi, *mean* selisih berat badan *baby* SPA 754 gram, sedangkan pijat bayi 640 gram.

Hasil penelitian tersebut sesuai dengan hasil penelitian Rahayu dkk.<sup>(10)</sup> mengenai pengaruh *baby* SPA terhadap kenaikan berat badan dan perkembangan bayi usia 3–6 bulan yang dilakukan SPA 4 kali selama 8 minggu terdapat kenaikan berat badan, rerata berat badan sebelum dan sesudah perlakuan *baby* SPA 5.705 gram menjadi 7.188 gram, rerata untuk kelompok kontrol 5.923 gram menjadi 6.952 gram, terdapat perbedaan kenaikan berat badan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol ( $p=0,018$ ).

Penelitian yang dilakukan oleh Ummi Kalsum<sup>(16)</sup> menunjukkan peningkatan berat

badan bayi melalui pemijatan. Bayi yang dipijat selama 4 minggu menunjukkan kenaikan yang lebih besar daripada kelompok kontrol dengan Uji Mann-Whitney menunjukkan pengaruh pemijatan terhadap peningkatan berat badan ( $p=0,033$ ) terjadi peningkatan 500–600 gram selama empat minggu.

Penelitian yang dilakukan oleh Irva dkk.<sup>17</sup> tentang pengaruh pijat terhadap peningkatan berat badan bayi, berdasar atas Uji Mann-Whitney bahwa terapi pijat berpengaruh terhadap peningkatan berat badan bayi. Berdasar atas Uji Wilcoxon pada kelompok eksperimen sebelum dengan sesudah terapi pijat didapatkan  $p=0,000$  terjadi peningkatan bermakna berat badan 700 gram selama 2 minggu pemijatan.

Penelitian oleh Dieter dkk.<sup>(21)</sup> efek terapi pijat terhadap kenaikan berat badan dan perilaku tidur/bangun bayi prematur stabil yang dirawat di rumah sakit pada 32 bayi prematur (berat lahir rerata 16 bayi kelompok pijat bayi 1.359 gram dan 16 bayi kelompok kontrol 1.421gram) yang dipijat 3x15 menit per hari selama 5 hari menunjukkan hasil kelompok pijat rerata 53% berat badan harian lebih besar daripada kelompok kontrol. Terapi pijat bayi yang berkelanjutan dapat menghemat biaya bagi bayi prematur yang stabil secara medis.

Hasil penelitian yang dilakukan peneliti sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya terjadi peningkatan berat badan bayi setelah dilakukan *baby SPA* dan pijat bayi. *Baby SPA* merupakan satu stimulasi yang dapat diberikan kepada bayi untuk merangsang

gerakan motorik bayi, dengan bermain air, otot-otot bayi akan berkembang, persendian tumbuh secara optimal, pertumbuhan badan meningkat, dan tubuh akan menjadi lentur. *Baby SPA* dilakukan secara 3 tahap *baby gym*, berenang/berendam, dan pijat bayi.

Bayi yang dipijat mengalami peningkatan nervus vagus. Rangsangan pada saraf vagus akan merangsang lambung untuk mengeluarkan hormon gastrin. Hormon gastrin akan merangsang pengeluaran insulin, asam hidroklorida, enzim pankreas, pepsinogen, mukus, peningkatan aliran empedu hati, dan merangsang motilitas lambung. Hormon gastrin akan mempermudah relaksasi lambung sehingga lambung dapat menambah volumenya dengan mudah tanpa peningkatan tekanan. Pengeluaran insulin mempermudah metabolisme glukosa. Sekresi asam hidroklorida, enzim pankreas, pepsinogen, mukus, dan peningkatan aliran empedu hati mempermudah pencernaan makanan. Saat makanan sampai duodenum maka akan merangsang kolesistokinin, dan merangsang motilitas usus. Dengan motilitas lambung dan usus akan mempermudah pencampuran makanan, pendorongan makanan, dan penyerapan makanan menjadi lebih baik sehingga berat badan bayi meningkat.<sup>(17,19,20)</sup>

Pemijatan yang dilaksanakan secara teratur pada bayi mulai dari pemijatan pada kaki, perut, dada, tangan, wajah, punggung, dan gerakan peregangan dapat meningkatkan berat badan bayi. Pemijatan tersebut akan merangsang nervus vagus



yang akan meningkatkan enzim gastrin dan insulin, kemudian akan merangsang peningkatan peristaltik usus untuk mengosongkan lambung sehingga penyerapan makanan dalam tubuh akan lebih maksimal. Pemijatan pada bayi juga dapat melancarkan peredaran darah dan meningkatkan metabolisme sel sehingga dapat meningkatkan berat badan bayi.

### Simpulan

Berdasar atas hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa frekuensi menyusui dan kenaikan berat badan bayi pada kelompok *baby SPA* lebih besar dibanding dengan kelompok pijat bayi.

### DAFTAR PUSTAKA

1. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Profil Kesehatan Indonesia 2017 [Internet]. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2018. Available from: <https://pusdatin.kemkes.go.id/folder/view/01/structure-publikasi-pusdatin-profil-kesehatan.html>
2. Kementerian Perencanaan Pembangunan Nasional/Badan Perencanaan Pembangunan Nasional. Peta Jalan Sustainable Development Goals (SDGs) di Indonesia [Internet]. Kementerian PPN/Bappenas. 2017. Available from: [https://sdgs.bappenas.go.id/wp-content/uploads/2021/02/Roadmap\\_Bahasa-Indonesia\\_File-Upload.pdf](https://sdgs.bappenas.go.id/wp-content/uploads/2021/02/Roadmap_Bahasa-Indonesia_File-Upload.pdf)
3. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Profil Kesehatan Indonesia 2016. In 2017. Available from: <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-2016.pdf>
4. Peraturan Pemerintah (PP) tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif [Internet]. 2012. Available from: <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/5245/pp-no-33-tahun-2012>
5. Colin WB, Scott JA. Breastfeeding: reasons for starting, reasons for stopping and problems along the way. *Breastfeed Rev* [Internet]. 2002 Jul;10(2):13–9. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12227559/>
6. Fikawati S, Syafiq A. Status Gizi Ibu dan Persepsi Ketidakcukupan Air Susu Ibu Maternal Nutritional Status and Breast Milk Insufficiency Perception. *J Kesehat Masy Nas*. 2011;6(6):249–54.
7. Kementerian Kesehatan RI. Profil Kesehatan Indonesia 2014 [Internet]. Vol. 1227. 2014. 496 p. Available from: website: <http://www.kemkes.go.id>
8. Depkes RI. Pedoman pelaksanaan stimulasi, deteksi dan intervensi dini tumbuh kembang anak di tingkat pelayanan kesehatan dasar. Jakarta; 2007.
9. Moersintowarti. Buku ajar I tumbuh kembang anak dan remaja. Jakarta: CV Sagung Seto; 2008.
10. Rahayu S, Suherni T, Runjati. Pengaruh Baby SPA Terhadap Kenaikan Berat Badan dan Perkembangan Bayi Umur 3–6 Bulan. *LINK*. 2015;11(2):989.

11. Kementerian Kesehatan. Peraturan Menteri Kesehatan No. 08 Tahun 2014. Peraturan Menteri Kesehatan No 08 Tahun 2014 [Internet]. 2014;(564):1–73. Available from: <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/17302/permenkes-no-8-tahun-2014>
12. Fikawati S, Syafiq A, Karima K. Gizi ibu dan bayi. Jakarta: RajawaliPers; 2016.
13. Kementerian Kesehatan RI. Pelayanan kesehatan neonatal esensial: pedoman teknis kesehatan dasar. Jakarta: Kemenkes RI; 2011.
14. Wulandari SR, Handayani S. Asuhan kebidanan ibu masa nifas. Yogyakarta: Gosyen Publishing; 2011.
15. Narendra M, Titi S, Soetjiningsih. Buku ajar I tumbuh kembang anak dan remaja. Jakarta: CV Sagung Seto; 2008
16. Umni Kalsum. Peningkatan berat badan bayi melalui pemijatan. *J Keperawatan Indonesia*. 2014;17(1):25–9.
17. Irva TS, Hasanah O, Woferst R. Pengaruh terapi pijat terhadap peningkatan berat badan bayi. *Jompsik*. 2014;1(2):1–9.
18. Rohmah S, Astuti I, Rosyeni Y. Efektifitas baby Spaterhadap lama tidur bayi usia 3–4 bulan di BPM Bidan SitiFatimah Kota Cimahi tahun 2016. *J IBI Jabar*. 2016;2(2):74–80.
19. Heny Kristanto. The effect of the touche therapy on the anthropometry for infants in working area service of the public health center pesantren I Kediri. *J Ilmu Kes*. 2016;5(1):122–7.
20. Armini, Ni Wayan. Asuhan kebidanan: neonatus, bayi, balita dan anak prasekolah. Yogyakarta: Andi Offset; 2017.
21. Dieter JN, Field T, Hernandez-Reif M, Emory EK, Redzepi M. Stable preterm infants gain more weight and sleep less after five days of massage therapy. *J Pediatr Psychol*. 2003;28(6): 403–11.