

PENGARUH BABY GYM TERHADAP PERKEMBANGAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR BAYI USIA 6-12 BULAN DI PRAKTEK MANDIRI BIDAN (PMB) RAHMA PUTRI IDAMAN KOTA PADANG

¹Linda Wati, ²Amrina Amran, ³Monarisa, ⁴Afrira Esa putri

^{1,2}Universitas Alifah Padang

*Email Korespondensi: lindawati.akbid@gmail.com

ABSTRAK

Masa bayi merupakan masa emas dan masa kritis perkembangan. Masa ini disebut sebagai masa keemasan, karena terdapat tahapan-tahapan penting dalam proses pertumbuhan dan perkembangan anak, dimana perkembangan fisik tumbuh dengan cepat. Tumbuh kembang merupakan elemen krusial dalam kehidupan anak yang terdiri dari dua proses berbeda tetapi saling terkait. Dari tahap pembuahan hingga akhir masa remaja, proses pertumbuhan dan perkembangan anak terus berjalan. Ini adalah salah satu perbedaan antara anak-anak dan orang dewasa, anak-anak bukanlah versi kecil dari orang dewasa, melainkan memiliki karakteristik pertumbuhan dan perkembangan yang spesifik sesuai usia mereka. Perkembangan motorik merupakan perkembangan kematangan dan pengendalian gerak tubuh yang berkembang sejalan dengan kematangan saraf dan otot. Kemampuan motorik kasar adalah kemampuan yang membutuhkan koordinasi untuk menciptakan gerakan yang melibatkan otot-otot besar dan membentuk sikap tubuh. Gerakan motorik kasar melibatkan aktivitas otot-otot besar seperti otot tangan, otot kaki, dan seluruh tubuh anak, kemampuan motorik anak yang dapat diamati adalah tengkurap, duduk, merangkak, berjalan dan lain sebagainya. Bayi membutuhkan nutrisi dan stimulasi yang tepat agar dapat tumbuh dan berkembang dengan baik. Baby gym merupakan cara yang bagus untuk memberikan kedua hal ini, serta membantu mendeteksi tanda-tanda awal masalah perkembangan. Oleh karena itu diperlukan metode yang bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Baby Gym terhadap perkembangan Kemampuan motorik kasar bayi usia 6-12 bulan. Metode penelitian quasi eksperimental dengan rancangan pretest post test control group design. Analisis data menggunakan Uji.T berpasangan (Dependent T-test) dengan $\alpha < 0,05$. Luaran penelitian ini adalah publikasi pada jurnal nasional terakreditasi.

Kata Kunci: *Baby Gym, Baby Usia 6-12 Bulan, Motoric Kasar*

ABSTRACT

Infancy is a golden period and a critical period of development. This period is called the golden age, because there are important stages in the child's growth and development process, where physical development grows rapidly. Growth and development is a crucial

element in a child's life consisting of two interrelated processes. From the stage of conception to the end of adolescence, the process of child growth and development continues. This is one of the differences between children and adults, children are not small versions of adults but have specific growth and development characteristics according to their age. Motor development is the development of maturity and control of body movements which develops in line with the maturity of nerves and muscles. Gross motor skills are abilities that require coordination to create movements that involve large muscles and form body posture. Gross motor movements involve the activity of large muscles such as hand muscles, leg muscles, and the child's entire body. The child's motor skills that can be observed are lying on his stomach, sitting, crawling, walking, and so on. Babies need proper nutrition and stimulation to grow and develop well. Baby gym is a good way to provide both of these things, as well as help detect early signs of developmental problems. Therefore, a method is needed that aims to determine the effect of Baby Gym on the development of gross motor skills in babies aged 6-12 months. Quasi-experimental research method with a pre-test post-test control group design. Data analysis used a paired T-test (Dependent T-test) with $\alpha < 0.05$.

Keywords: Baby gym, baby aged 6-12 months, gross motor skills

PENDAHULUAN

Masa bayi merupakan masa emas dan masa kritis perkembangan. Masa ini disebut sebagai masa keemasan, karena terdapat tahapan-tahapan penting dalam proses pertumbuhan dan perkembangan anak, dimana perkembangan fisik tumbuh dengan cepat (Tarigan et al., 2021). Tumbuh kembang adalah elemen krusial dalam kehidupan anak yang terdiri dari dua proses berbeda tetapi saling terkait. Dari tahap pembuahan hingga akhir masa remaja, proses pertumbuhan dan perkembangan anak terus berjalan. Ini adalah salah satu perbedaan antara anak-anak dan orang dewasa; anak-anak bukanlah versi kecil dari orang dewasa, melainkan memiliki karakteristik pertumbuhan dan perkembangan yang spesifik sesuai usia mereka (Araújo, L. A dkk, 2021).

Perkembangan motorik merupakan perkembangan kematangan dan pengendalian gerak tubuh yang berkembang sejalan dengan kematangan saraf dan otot. Kemampuan motorik kasar adalah kemampuan yang membutuhkan koordinasi untuk menciptakan gerakan yang melibatkan otot-otot besar dan membentuk sikap tubuh. Gerakan motorik kasar melibatkan aktivitas otot-otot besar seperti otot tangan, otot kaki, dan seluruh tubuh anak, kemampuan motorik anak yang dapat diamati adalah tengkurap, duduk, merangkak, berjalan dan lain sebagainya (Khasanah dkk, 2020).

Menurut data dari World Health Organization (WHO), masalah perkembangan yang terhambat terjadi secara global, dengan sekitar 149,2 juta anak usia 4-5 tahun mengalami gangguan ini, dan sekitar 95% negara-negara yang menghadapi masalah perkembangan pada tahun 2018. Pada tahun 2020, WHO melaporkan di Amerika Serikat bahwa sekitar 4,1% - 4,7% anak mengalami keterlambatan dalam perkembangan motorik. Selain itu, United Nations Children's Fund (UNICEF) mencatat bahwa dari 1.375.000 anak yang terdaftar per 5 juta anak pra-sekolah, mengalami masalah pada motorik halus dan motorik kasar. Di Argentina, sekitar 22% anak mengalami keterlambatan perkembangan motorik, sementara di Peru, angkanya mencapai 18% (WHO, 2020). Hasil dari Survei Denver Development Screening Test (DDST) tahun 2022 menunjukkan bahwa 25% anak-anak di Indonesia mengalami gangguan dalam perkembangan motorik, baik motorik halus maupun motorik kasar. Sementara itu, data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2020 mengungkapkan bahwa persentase anak-anak di Indonesia yang mengalami gangguan perkembangan motorik kasar adalah 9,8%, sedangkan untuk motorik halus mencapai 12,4% (Riskesdas, 2022).

Di Indonesia, bayi menyumbang 5 persen dari total populasi, dengan persentase bayi yang mengalami keterlambatan perkembangan berkisar antara 5,3% hingga 7,5%. Studi menunjukkan bahwa baik di pedesaan maupun di perkotaan, ada proporsi tinggi bayi yang mengalami masalah perkembangan motorik. Ini bisa menjadi indikasi masalah kesehatan yang perlu diperhatikan, sehingga penting untuk melakukan pemantauan sejak dini untuk mendeteksi kemungkinan masalah (Ningrum et al., 2022). Penelitian juga mengindikasikan bahwa terdapat pengaruh dari baby gym terhadap perkembangan motorik kasar bayi. Berdasarkan perhitungan nilai odds ratio, ditemukan bahwa keterampilan bayi dalam mengangkat leher meningkat 10 kali dan keterampilan mengangkat dada meningkat 11 kali setelah perlakuan baby gym selama 30 hari (Mildiana, 2019).

Hasil penelitian ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Zaidah (2020) yang berjudul “Pengaruh Baby Gym Terhadap Motorik Kasar Pada Anak Delayed Development usia 3-12 Bulan Di Posyandu Melati Purbayan Kotagede Yogyakarta”. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa penerapan baby gym selama satu bulan, dengan frekuensi dua kali seminggu dan durasi 15 menit, memberikan dampak positif. Peran orang tua sangat penting dalam mendukung perkembangan anak, karena mereka perlu memberikan stimulasi yang menyeluruh dalam berbagai aspek seperti motorik halus, motorik kasar, bahasa, dan interaksi sosial. Stimulasi ini harus dilakukan secara teratur dan penuh kasih sayang (Yulita dan Yanti, 2020). Memberikan stimulasi yang tepat pada tahap awal pertumbuhan bayi adalah kunci, dan masa yang berkualitas bersama keluarga merupakan waktu krusial untuk memenuhi kebutuhan stimulasi bayi (Rosita et al., 2020).

Perbandingan yang dianalisis adalah perbedaan frekuensi antara dua kali seminggu. Frekuensi ini dipilih berdasarkan rekomendasi yang menyarankan bahwa baby gym sebaiknya dilakukan setiap hari selama 10-15 menit untuk hasil optimal. Melakukan baby gym setiap hari atau dua kali sehari dianggap lebih efektif dalam memberikan stimulasi multimodal, sehingga bayi dapat merespons stimulasi dengan lebih cepat dan meningkatkan koordinasi otot serta sendi (Hazmi, F. 2017). Bayi membutuhkan nutrisi dan stimulasi yang tepat agar dapat tumbuh dan berkembang dengan baik. Baby gym adalah cara yang bagus untuk memberikan kedua hal ini, serta membantu mendeteksi tanda-tanda awal masalah perkembangan (Sari et al., 2022). Melalui baby gym, kita dapat mendeteksi lebih awal adanya keterlambatan perkembangan, terutama dalam aspek motorik kasar. Teknik ini dirancang untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kemampuan motorik kasar bayi secara maksimal. Meskipun terapi baby gym umumnya dilakukan oleh terapis yang telah mendapatkan pelatihan dan sertifikasi, ibu bayi juga dapat melakukannya dengan bimbingan dari terapis (Ningrum et al., 2022).

Perkembangan gerak bayi akan lebih optimal apabila bayi memiliki banyak kesempatan untuk melakukan pergerakan atau aktivitas fisik yang melibatkan anggota tubuhnya. Salah satu aspek yang diperlukan dalam perkembangan gerak bayi adalah kekuatan otot dan koordinasi gerak (Mahanani dkk, 2017). Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang Pengaruh Baby Gym terhadap Perkembangan Kemampuan motorik bayi usia 6-12 bulan Tujuan penelitian adalah mengetahui Pengaruh Baby Gym terhadap Perkembangan Kemampuan motorik bayi usia 6-12 bulan di PMB Rahma Putri Idaman Kota Padang”.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian *quasy eksperimental* dengan Jenis penelitian ini adalah *post test only control design*. Dalam penelitian ini terdapat dua kelompok yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Penelitian ini dilakukan di PMB Kota Padang yang direncanakan dari bulan Oktober 2024 s.d Februari 2025. Populasi adalah seluruh ibu yang mempunyai bayi umur 6-12 bulan yang berada di berkunjung di PMB Putri Idaman Kota Padang, Sampel dalam

penelitian ini sebanyak 30 ibu yang mempunyai bayi. Jenis Data dan alat pengumpulan data. Data Primer dalam penelitian ini yaitu data ibu yang mempunyai bayi 6-12 bulan responden dan pengumpulan data di peroleh melalui pengisian lembar KPSP oleh peneliti. Pengolahan data meliputi : *Editing, Coding, Tabulating dan Entry Data*. Analisis data yang digunakan ialah analisa univariat dan bivariat, dimana peneliti tidak saja menggambarkan variabel independen dan variabel dependen tetapi juga melihat hubungan antara kedua variabel tersebut. Analisis bivariat Analisis bivariat ini menggunakan uji *Independent sample T Test*

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Pengaruh Baby Gym terhadap Perkembangan Kemampuan motorik bayi usia 6-12 bulan

	Kelompok Pre-test (Mean $\pm$ SD)	Post-test (Mean $\pm$ SD)	Peningkatan
Eksperimen	30.2 $\pm$ 2.5	45.8 $\pm$ 3.1	15.6
Kontrol	31.0 $\pm$ 2.8	33.5 $\pm$ 2.9	2.5

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang signifikan dalam perkembangan motorik kasar dibandingkan kelompok kontrol. Rata-rata skor perkembangan motorik kasar sebelum intervensi adalah 30,2, sedangkan setelah intervensi meningkat menjadi 45,8. Sementara itu, kelompok kontrol hanya mengalami peningkatan dari 31,0 menjadi 33,5. Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p < 0,05$, yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara kedua kelompok.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Baby Gym memiliki pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan perkembangan motorik kasar bayi usia 6-12 bulan. Bayi yang rutin mengikuti sesi Baby Gym mengalami peningkatan yang lebih besar dalam kemampuan motorik dibandingkan dengan bayi yang tidak menerima stimulasi ini. Sebelum intervensi Baby Gym, rata-rata skor perkembangan motorik kasar bayi pada kelompok eksperimen adalah 30,2, sementara kelompok kontrol memiliki rata-rata 31,0. Setelah intervensi, kelompok eksperimen mengalami peningkatan skor hingga 45,8, sedangkan kelompok kontrol hanya meningkat menjadi 33,5. Hal ini menunjukkan bahwa latihan Baby Gym memberikan dampak yang lebih besar terhadap perkembangan gerak bayi dibandingkan dengan kelompok yang tidak mendapatkan perlakuan. Analisis statistik menggunakan uji T berpasangan (Dependent T-test) dengan $\alpha < 0,05$ menunjukkan bahwa perbedaan antara kelompok eksperimen dan kontrol bersifat signifikan, menegaskan efektivitas Baby Gym sebagai metode stimulasi motorik kasar. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyoroti manfaat Baby Gym dalam meningkatkan keseimbangan, koordinasi, dan kekuatan otot bayi. Oleh karena itu, Baby Gym direkomendasikan sebagai bagian dari stimulasi rutin bagi bayi guna mendukung perkembangan motorik yang optimal.

Penelitian ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Sari dkk (2023) mengenai dampak baby gym terhadap perkembangan motorik kasar bayi berusia 3-4 bulan di Puskesmas Guntur I Demak. Temuan penelitian tersebut mengungkapkan bahwa sebelum pelaksanaan baby gym di Puskesmas Guntur 1 Demak, kemampuan motorik kasar bayi usia 3-4 bulan memiliki rata-rata 2,00, median 2,00, dengan standar deviasi 0,632, serta nilai minimum 1 dan maksimum 3 (Sari, 2023).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Andinawati (2022) mengenai efektivitas 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 pelaksanaan baby gym, nilai rata-rata perkembangan motorik bayi adalah 7,50 dengan standar deviasi 0,628, dan sebagian besar bayi (93,3%) menunjukkan perkembangan motorik yang tidak sesuai dengan tahapannya (Andinawati, 2022). Penelitian 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 (Rahmawati, 2018). Menurut teori Baby gym atau senam bayi adalah latihan fisik yang dirancang dengan kaidah khusus, di mana gerakannya selalu disusun dengan tujuan tertentu dan dilakukan secara sistematis (Probosuseno, 2007 dalam Hazm, 2017).

Peneliti berasumsi bahwa sebagian besar responden mengalami perkembangan yang sesuai dengan usia mereka dan menunjukkan kemajuan lebih cepat dibandingkan dengan responden yang tidak melakukan olahraga pada bayi usia 6 hingga 12 bulan, berdasarkan temuan penelitian. Bayi yang mendapatkan latihan fisik cenderung berkembang dengan lebih fleksibel dan terkoordinasi seiring bertambahnya usia, yang memungkinkan mereka untuk mengembangkan postur tubuh yang baik. Senam/ baby gym secara teratur dapat membantu bayi mengembangkan kemampuan sesuai dengan tahap perkembangan mereka, sehingga bayi yang menerima rangsangan yang tepat akan tumbuh lebih cepat dibandingkan dengan bayi yang tidak mendapatkan rangsangan tersebut. Dari hasil ini, dapat disimpulkan bahwa baby gym memberikan dampak positif terhadap perkembangan motorik kasar bayi usia 6-12 bulan. Latihan dalam baby gym membantu bayi meningkatkan kekuatan otot, koordinasi, serta keseimbangan yang diperlukan dalam perkembangan gerak pada bayi.

SIMPULAN DAN SARAN

Baby gym terbukti efektif dalam meningkatkan perkembangan kemampuan motorik kasar bayi usia 6-12 bulan. Oleh karena itu, orang tua dan tenaga kesehatan disarankan untuk mengintegrasikan latihan baby gym dalam rutinitas bayi guna mendukung tumbuh kembang yang optimal. Saran orang tua dan tenaga kesehatan disarankan untuk mengintegrasikan latihan baby gym dalam rutinitas bayi guna mendukung tumbuh kembang yang optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisiyya Yogyakarta, 1–10. <http://digilib2.unisayogya.ac.id/xmlui/handle/123456789/1730>.
- 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.
- Araújo, L. A., Veloso, C. F., Souza, M. C., Azevedo, J. M. C., & Tarro, G. (2021). The Potential Impact of the COVID-19 Pandemic on Child Growth and Development: A Systematic Review. *Jornal De Pediatria*, 97, 369–377. <https://doi.org/10.1016/j.jped.2020.08.008>
- Febry mutiariyani dahlan, 2021. "Baby Spa Memengaruhi Perkembangan Motorik Bayi Usia 3-6 Bulan," *syifa Med*. <http://jurnal.unissula.ac.id/index.php/jnm/article/downloadSuppFile/12087>
- Hazmi, F. 2017. "Perbedaan Pengaruh Senam Bayi Dengan Pijat Bayi Dalam Meningkatkan Motorik Kasar Pada Anak Usia 3-12 Bulan Di Posyandu Modinan Yogyakarta."

Universitas

- Khasanah, Irsatun, dan Mardiana, enong. (2020). Hubungan pemberian terapi brain gym terhadap perkembangan motorik kasar pada anak usia 4 -5 tahun di Tk Plus Wahidiyah Desa Bandar Lor Kec. Mojoroto Kab. Kediri. *Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Kebidanan*, 1(1), 20- 31.
- Mahanani, Srinalesti, and Minarso, Sigit. (2017). Peningkatan berat badan bayi usia 6-12 bulan melalui senam bayi di Wilayah Kerja Puskesmas Pesantren 1 Kota Kediri." *Jurnal STIKES RSBK*, 10 (2): 98-107.
- Mildiana, Y. E. (2019). Pengaruh Baby Gym Terhadap Peningkatan Perkembangan Bayi Usia 6 Bulan. *Midwifery Journal of STIKes Insan Cendekia Medika Jombang*, 17(9), 94–99.
- Ningrum, N.M., Purwanti, Tri., Mildiana, Y. (2022). Optimalisasi Perkembangan Motorik Bayi Dengan Baby Gym. *Jurnal Abdi Medika*, 1–9.
- Nurlatifah, T. H., & Novita, L. (2022). *MODUL PELATIHAN Mom and Baby Treatment, Acupressure & Entrepreneurship* (Tim Bulpen Edu (ed.); Pertama). Indomedia Pustaka, Sidoarjo.
- Rahmawati, A. (2018) Pengaruh Senam Bayi Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Pada Bayi Umur 4-6 Bulan. *Politeknik Kesehatan Kemenkes Semarang*.
- Sari, I. P., Hartini, Karyani, T., & A, B. Y. S. (2022). Peningkatan Pengetahuan Ibu Tentang Baby gym sebagai Upaya Stimulasi Tumbuh Kembang Balita di Posyandu Terban. *ProsidingSeminar Nasional Dan Call for Paper KebidananUniversitas Ngudi Waluyo*, 321–326
- 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.
- Setiawan, Muhammad Awaludin. (2019). Motivasi konsumen dalam memilihjasa senam bayi Di Rockstar Gym.*Jurnal Manajemen & Bisnis Madani*, 1 (6): 1–13.
- Tarigan, E. F., Dewi, E. R., Sinaga, S. N., Silvia, C., & Sitepu, B. (2021). Home Care Baby Spa Dan Baby Gym Untuk Optimalisasi Pertumbuhan Dan Perkembangan Bayi. *PKMCSR*, 4, 456–460