

Baby Spa dan Baby Massage Terhadap Panjang Badan Bayi Usia 3-6 Bulan di Praktek Mandiri Bidan Kabupaten Rejang Lebong

Indah Fitri Andini¹, Yenni Puspita²

^{1,2}Poltekkes Kemenkes Bengkulu, Jalan Sapta Marga No 95 Desa Teladan Kecamatan Curup Selatan Kabupaten Rejang Lebong, Bengkulu, 39119, Indonesia

Email: indahfitriandini7986@gmail.com¹, itazubir@gmail.com²

Abstrak

Stimulus merupakan faktor penting dalam tumbuh kembang bayi. Stimulus yang diteliti berupa *Baby Spa dan Baby massage* yang sangat penting diberikan pada masa tumbuh kembang anak. Selain optimalisasi pertumbuhan anak, seperti meningkatkan panjang badan dan meningkatkan imunitasnya, *Baby Spa* juga dapat mempengaruhi aspek perkembangan motorik kasar bayi. Pada saat pemijatan bayi akan menstimulasi hormone endorphine yang dapat meningkatkan hormon bayi. Penelitian ini bertujuan mengetahui Pengaruh *Baby SPA* (Intervensi) dan *Baby Massage* (Kontrol) Terhadap Kenaikan Panjang Badan Bayi Usia 3-6 Bulan. Desain penelitian ini menggunakan desain *Quasi Experimen design* dengan rancangan *two grup pretest-posttest design with control group*. Pengambilan sampel secara purposive sampling sebanyak 42 bayi, 21 bayi kelompok intervensi dan 21 bayi kelompok kontrol. Data dianalisa menggunakan analisis univariat dan bivariat menggunakan uji *wilcoxon* dan uji *Mann-Whitney*. Hasil penelitian ini diketahui bahwa rata rata Panjang badan bayi usia 3-6 bulan pada kelompok intervensi didapatkan selisih peningkatan sebesar 1.957 Cm dan kelompok kontrol rata-rata peningkatan sebesar 1.328 Cm. Hasil uji *Wilcoxon* p-value $0,000 < 0,05$ artinya ada pengaruh pemberian *Baby spa* maupun *Baby Massage* terhadap Panjang badan bayi usia 3-6 Bulan hasil uji *Mann-Whitney* p-value $0,004 < 0,05$ artinya ada perbedaan signifikan antara *Baby Spa* dengan *Baby Massage* terhadap Panjang Badan Bayi Usia 3-6 Bulan, dimana pemberian *Baby Spa* lebih baik dibandingkan dengan *Baby Massage*. Saran diharapkan *Baby Spa* dapat menjadi salah satu upaya tenaga kesehatan untuk meningkatkan Panjang badan bayi.

Keywords: *Baby Spa*, Pijat Bayi, Panjang Badan, Bayi

Baby Spa and Baby Massage for Baby Body Length Age 3-6 Months in Independent Practice Midwifery Rejang Lebong District

Abstract

Stimulus is an important factor in a baby's growth and development. The stimuli studied were *Baby Spa and Baby Massage* which are very important during the child's growth and development period. Apart from optimizing a child's growth, such as increasing body length and increasing immunity, *Baby Spa* can also influence aspects of a baby's gross motor development. When massaging a baby, it will stimulate the endorphin hormone which can increase growth hormone and can optimize the baby's growth and development. This study aims to determine the effect of *Baby SPA* (Intervention) and *Baby Massage* (Control) on the increase in body length of babies aged 3-6 months. This research design uses a quasie experimental design with a two group pretest-posttest design with control group. Samples were taken using purposive sampling as many as 42 babies, 21 babies in the intervention group and 21 babies in the control group. Data were analyzed using univariate and bivariate analysis using the *Wilcoxon test* and *Mann-Whitney test*. The results of this study showed that the average body length of babies aged 3-6 months in the intervention group showed a difference in increase of 1,957 cm and the control group had an average increase of 1,328 cm. *Wilcoxon test* results p-value $0.000 < 0.05$, meaning there is an influence of giving *Baby Spa* or *Baby Massage* on the body length of babies aged 3-6 months. *Mann-Whitney test* results p-value $0.004 < 0.05$ meaning there is a significant difference between *Baby Spa* and *Baby Massage* on the Body Length of Babies Aged 3-6 Months, where giving *Baby Spa* is better than *Baby Massage*. It is hoped that *Baby Spa* can be one of the efforts of health workers to increase the length of the baby's body.

Keywords: *Baby Spa*, *Baby Massage*, Body Length, Baby

PENDAHULUAN

Sustainable Development Goals (SDGs) adalah rangkaian agenda pembangunan berkelanjutan dengan menyertakan 17 tujuan yang dibentuk pada tahun 2020. Salah satu tujuan SDGs yang ketiga (SDGs 03) yaitu menjamin kehidupan sehat serta mendukung kesejahteraan di segala usia. Sebagai aset pembangunan kemajuan bangsa Indonesia di masa yang akan datang untuk itu Indonesia harus mempersiapkan keberhasilan anak dalam mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal (Kementerian Kesehatan RI, 2021).

Bentuk stimulasi motorik kasar pada bayi yang dapat diberikan yaitu pemberian mainan edukatif, latihan tummy time exercise, baby gym, brain gym, baby massage dan baby spa. Salah satu stimulasi motorik kasar adalah baby SPA. SPA merupakan suatu singkatan kata dari bahasa latin yang berasal dari kata Solus Per Aqua (Solus = Pengobatan atau Perawatan, Per = Dengan dan Aqua = Air. SPA merupakan upaya tradisional yang menggunakan pendekatan holistik, melalui perawatan menyeluruh dengan menggunakan metode kombinasi antara hydroterapi (terapi air) dan massage (pijat) yang dilakukan secara terpadu untuk menyeimbangkan tubuh, pikiran serta perasaan (Julianti, 2020).

Menurut penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa *Baby Spa* berpengaruh terhadap pertumbuhan (panjang badan dan berat badan) bayi. Setelah bayi melakukan treatment *baby spa* otot-otot bayi akan berkembang dengan sangat baik, persendian tubuh akan bekerja secara optimal, pertumbuhan Panjang badan akan meningkat dan tubuh pun menjadi lebih lentur atau dengan kata lain gerakan didalam air semua anggota tubuh bayi akan terlatih, karena seluruh anggota tubuh digerakkan mulai dari kaki, tangan, hingga kepala walaupun gerakannya belum sempurna (Ade, 2020).

Hal ini juga didukung oleh penelitian lainnya dimana baby spa lebih terbukti meningkatkan pertumbuhan bayi karena pada saat *baby spa*, bayi mengeluarkan energi yang lebih besar selama 15 menit dengan media air hangat sehingga, setelah bayi melakukan *Baby Spa* makan bayi akan

meningkat dan pola tidur bayi akan menjadi lebih baik sehingga memicu keluarnya hormon pertumbuhan sedangkan *Baby massage* bersifat relaksasi (Jayatmi, 2021).

Baby Spa berpengaruh terhadap pertumbuhan (panjang badan dan Panjang badan) bayi. Setelah bayi melakukan treatment *baby spa* nafsu makan bayi akan bertambah akan meningkat dan pola tidur bayi akan menjadi lebih baik sehingga bayi mengalami peningkatan Panjang badan yang lebih baik dari *baby massage* yang bersifat relaksasi selain itu dengan bayi bermain air, otot-otot bayi akan berkembang dengan sangat baik, persendian tubuh akan bekerja secara optimal, pertumbuhan Panjang badan akan meningkat dan tubuh pun menjadi lebih lentur atau dengan kata lain gerakan didalam air semua anggota tubuh bayi akan terlatih, karena seluruh anggota tubuh digerakkan mulai dari kaki, tangan, hingga kepala walaupun gerakannya belum sempurna (Ade, 2020).

Pada saat *Baby Spa*, semua bagian tubuh bayi bergerak dan terlatih mulai dari kaki, bagian tangan sampai kepala. Keterampilan bayi untuk mengkoordinasikan otot mereka meningkat karena saa tberenang di air, efek gravitasi rendah hingga membuat bayi bisa bergerak lebih aktif serta memungkinkan seluruh otot untuk bekerja secara optimal. Secara umum, SPA bayi dimulai dengan pijat dan kemudian dilanjutkan dengan berenang. Menurut The American Massage Asosiasi Therapy, pijat bayi bisa dilakukan dengan cara menyentuh, menggerakkan dan memberi tekanan pada tubuh. Itu manfaat untuk bayi adalah meningkatkan nafsu makan mereka sehingga menambah berat badan mereka yang membuat bayi tampak lebih sehat dan menambah berat badan, tinggi badan, serta kepala lingkaran dibanding usia yang sama lainnya bayi yang tak mendapatkan terapi SPA bayi (Aditya N, 2020).

Berdasarkan survey awal yang dilakukan di Dinas Kesehatan Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2023 didapatkan data hasil pengukuran panjang badan serta penimbangan balita yang dilakukan pada Bulan Desember 2022 - Februari 2023 terdapat 17.437 baduta yang dilakukan pengukuran panjang badan badan serta

penimbangan dari jumlah seluruh baduta yaitu 24.092 baduta. Dari hasil pengukuran panjang badan serta penimbangan berat badan yang dilakukan tersebut didapatkan 14.461 baduta yang mengalami kenaikan PB dan BB 65 baduta dengan BB tetap, sebanyak 767 baduta mengalami penurunan. Setelah diwawancarai ibu balita ternyata banyak yang belum mengetahui *tentang baby spa* untuk stimulasi pertumbuhan bayi terutama dalam peningkatan Panjang badan bayi dan balita selain program makanan tambahan, sebagian besar dari mereka belum mengetahui manfaat *baby SPA* terutama untuk membantu meningkatkan Panjang badan anaknya. Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh *Baby SPA* Terhadap Panjang Badan Bayi Usia 3-6 Bulan di Praktek Mandiri Bidan Kabupaten Rejang Lebong

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah *Quasi Experimen design* dengan rancangan two grup pretest-posttest desain with control grub. Variable dependen dalam penelitian ini adalah Panjang badan bayi usia 3-6 Bulan.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah *Baby Spa* dan *Baby Massage*. Populasi adalah seluruh bayi berusia 3-6 bulan yang mana besar sampel ditentukan menurut rumus perhitungan sampel dan diperoleh sampel masing-masing kelompok sebesar 21 bayi. sampel diperoleh apabila memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

Instrument yang digunakan yaitu timbangan bayi, Kolam renang, Neck ring, mainan, baju renang dan minyak zaitun, lembar observasi, SOP. Analisis data dalam peneltian ini menggunakan uji Wilcoxon dan Mann Whitney.

Langkah-langkah pengumpulan data sebelum diberikan intervensi pada kedua kelompok dilakukan pengukuran Panjang badan terlebih dahulu, pemberian intervensi *Baby Spa* dilakukan 2 minggu 1 kali selama 4 minggu dan *Baby Massage* dilakukan 2 minggu 1 kali selama 4 minggu. Kemudian, pada minggu ke-4 dilakukan kembali Pengukuran Panjang badan pada kelompok control dan kelompok intervensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel. 1
Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin dan Usia bayi yang mendapatkan *Baby spa* dan *Baby Massage*

VARIABEL	Kelompok			
	<i>Baby SPA</i>		<i>Baby Massage</i>	
	n	%	N	%
Jenis Kelamin				
Perempuan	10	47.6	9	42.9
Laki-laki	11	52.4	12	57.1
Total	21	100	21	100
Usia				
3 Bulan	11	52.4	10	47.6
4 Bulan	3	14.3	3	14.3
5 Bulan	7	33.3	8	38.1
6 Bulan	0	0	0	100
Total	21	100	21	

Hasil tabel 1 didapatkan bahwa kelompok yang diberikan *Baby Spa* sebagian besar responden (52.4%) berjenis kelamin laki-laki, Separuh usia responden (52.4%) berusia 3 bulan. Kemudian, kelompok kontrol yang diberi *Baby massage* sebagian besar responden (57.1%) berjenis kelamin Laki-laki dan hampir Separuh usia responden (47.6%) berusia 3 bulan.

Tabel. 2 Rerata Panjang badan bayi usia 3-6 bulan sebelum dan sesudah diberikan intervensi pada kelompok intervensi dan control

Variable	Min	Max	Mean	SD
Intervensi				
Pre Test	64.5	70	67	1.7958
Post	66.7	72.1	68.957	1.8239
Test				
Kontrol				
Pre Test	58.4	69.5	64.848	3.2706
Post	60	71	66.176	3.2769
Test				

Berdasarkan tabel 2 didapatkan rata-rata peningkatan Panjang badan sebelum dan sesudah diberikan intervensi dalam kelompok *Baby Spa* mengalami rata-rata peningkatan sebesar 1.957 Cm sedangkan pada kelompok kontrol *Baby Massage* mengalami peningkatan 1.328 Cm. Rerata peningkatan Panjang badan bayi usia 3-6 bulan pada kelompok intervensi *Baby Spa* lebih baik

dibanding kelompok control dengan selisih mean 0.629 Cm.

Berdasarkan uji normalitas didapatkan hasil kelompok intervensi dan kelompok kontrol ada yang lebih kecil dari p value 0,05 dikatakan data berdistribusi tidak normal

Tabel 3 Pengaruh *Baby Spa* Sebelum dan Sesudah dilakukan Intervensi dan Pengaruh *Baby Massage* Sebelum dan sesudah dilakukan Intervensi terhadap Panjang badan bayi usia 3-6 bulan

*Wilcoxon

Berdasarkan tabel 3 diatas dapat disimpulkan kelompok Intervensi nilai selisih mean lebih

Variabel	N	Min	Max	Mean	Δ Mean	Z	p-value
Intervensi							
Sebelum	21	64.5	70	67			
Sesudah	21	66.7	72.1	68.957	1.957	-4.029	0.000
Kontrol							
Sebelum	21	58.4	69.5	64.848			
Sesudah	21	60	71	66.176	1.328	-4.024	0.000

besar dari nilai selisih mean Kelompok Kontrol. Dan ada pengaruh setelah diberikan Baby Spa terhadap Panjang badan pada bayi dengan nilai p value 0,000 dan pada Kelompok Kontrol yaitu Baby Massage nilai p value 0,000, yang berarti nilai tersebut lebih kecil dari $\alpha = 0,005$ sehingga dapat disimpulkan Baby Massage juga ada pengaruh terhadap Panjang badan bayi.

Tabel 4 Pengaruh *baby SPA* dan *baby massage* terhadap Panjang Badan pada bayi usia 3-6 bulan

Kelompok	Standar Deviasi	Z	p-value ^a
Post test	Baby SPA 1.8239	-2.845	0.004
	Baby Massage 3.2769		

^a)Mann Whitney

⁾ Level of sign $p < 0,05$

Berdasarkan Tabel 4.5 didapat bahwa hasil statistik yaitu uji *Mann-Whitney* didapat nilai p value $0.004 < 0,05$ ini berarti ada beda pengaruh antara *baby SPA* dan *baby massage* terhadap Panjang Badan Bayi

1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden dalam penelitian ini yaitu usia dan jenis kelamin pada bayi yang diberikan Baby Spa maupun Baby Massage. Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa usia bayi sebagian besar dari responden pada kelompok intervensi berusia 3 bulan (52.4%), sedangkan jenis kelamin bayi sebagian besar dari responden berjenis laki-laki sebanyak 11 bayi (52.4%). Sedangkan pada kelompok control sebagian besar responden juga berumur 3 bulan (47.6%) dan sebagian besar berjenis kelamin laki-laki (57.1%)

Pada saat lahir sampai Balita merupakan periode pertumbuhan pada manusia yang sangat rentan dan peka terhadap kondisi lingkungan yang ada disekitar mereka. Perhatian yang lebih dari orang dan keluarga di sekitar sangat memberikan pengaruh terhadap pencapaian setiap tahapan pertumbuhan dan perkembangan pada bayi dan balita. Pemenuhan kebutuhan gizi yang adekuat merupakan salah satu faktor penting yang harus menjadi perhatian karena hal ini berhubungan dengan proses pertumbuhan balita. Bila gizi terpenuhi dengan baik akan menjadikan bayi dan balita mampu untuk tumbuh dan berkembang sesuai dengan tahapan usia dan sekaligus sebagai pondasi yang penting bagi kesehatan bayi dan balita itu sendiri (Zurhayati & Hidayah, 2022). Pada proses pertumbuhan anak laki-laki lebih lambat akan tetapi pada saat mencapai pubertas pertumbuhan anak laki-laki akan melebihi anak perempuan (Yulizawati,2022)

2. Rata-rata Panjang badan bayi

Berdasarkan tabel 2 didapatkan rata-rata peningkatan Panjang badan sebelum dan sesudah diberikan intervensi dalam kelompok Baby Spa mengalami rata-rata peningkatan sebesar 1.957 Cm sedangkan pada kelompok kontrol Baby Massage mengalami peningkatan 1.328 Cm. Rerata peningkatan Panjang badan bayi usia 3-6 bulan pada kelompok intervensi Baby Spa lebih baik dibanding kelompok kontrol yaitu selisih 0.629 Cm

Menurut penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa Baby Spa berpengaruh terhadap pertumbuhan (panjang badan dan

berat badan) bayi. Setelah bayi melakukan treatment baby spa otot-otot bayi akan berkembang dengan sangat baik, persendian tubuh akan bekerja secara optimal, pertumbuhan Panjang badan akan meningkat dan tubuh pun menjadi lebih lentur atau dengan kata lain gerakan didalam air semua anggota tubuh bayi akan terlatih, karena seluruh anggota tubuh digerakkan mulai dari kaki, tangan, hingga kepala walaupun gerakannya belum sempurna (Ade, 2020).

Hal ini juga didukung oleh penelitian lainnya dimana baby spa lebih terbukti meningkatkan pertumbuhan bayi karena pada saat baby spa bayi mengeluarkan energi yang lebih besar selama 15 menit dengan media air hangat sehingga, setelah bayi melakukan Baby Spa makan bayi akan meningkat dan pola tidur bayi akan menjadi lebih baik sehingga memicu keluarnya hormone pertumbuhan sedangkan Baby massage bersifat relaksasi (Jayatmi, 2021)

3. Pengaruh Baby Spa dan Baby Massage Sebelum dan Sesudah dilakukan Intervensi

Berdasarkan tabel 3 dapat disimpulkan kelompok Intervensi nilai selisih mean lebih besar dari nilai selisih mean Kelompok Kontrol. Dan ada pengaruh setelah diberikan Baby Spa terhadap Panjang badan pada bayi dengan nilai p value 0,000 dan pada Kelompok Kontrol yaitu Baby Massage nilai p value 0,000, yang berarti nilai tersebut lebih kecil dari $\alpha = 0,005$ sehingga dapat disimpulkan Baby Massage juga ada pengaruh terhadap Panjang badan bayi.

Panjang badan merupakan antropometri yang menggambarkan keadaan pertumbuhan skeletal. Panjang badan merupakan parameter paling penting bagi keadaan yang telah lalu dan keadaan sekarang, jika umur tidak diketahui dengan tepat. Ukuran normal Panjang badan lahir rata-rata ± 50 cm dan Panjang badan usia 1 tahun = $1\frac{1}{2}$ panjang badan lahir. Pada tahun pertama, pertumbuhannya adalah 1.5-2.5cm/bulan. Penambahan tersebut akan berangsur-angsur berkurang sampai usia 9 tahun, yaitu hanya sekitar 5 cm/tahun (Yulizawati, 2022)

Adanya peningkatan panjang badan pada responden dipengaruhi oleh nutrisi yang tepat yaitu ASI eksklusif. Selain itu faktor lainnya

yang mempengaruhi adalah faktor genetik. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh baby spa terhadap panjang badan dengan nilai p 0,000 dan terdapat pengaruh baby spa terhadap panjang badan dengan nilai p 0,000 (Kurniati, 2020).

Baby SPA merupakan perawatan spa pada tubuh bayi yang dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu mandi berendam atau berenang dan pijat. Intervensi baby spa dilakukan selama 30 menit terdiri dari 5 menit senam, 15 menit berenang dan 10 menit pijat sedangkan intervensi baby massage hanya pijat saja yang dilakukan selama 30 Menit. Kedua intervensi tersebut dilakukan sebanyak 2 kali pada kelompok masing-masing, selama 1 bulan (Juli-Agustus 2024) atau dilakukan setiap 2 minggu sekali.

Keunggulan Baby SPA antara lain memperlancar gerak bayi dengan harapan otot-otot bayi matang dengan baik, persendian tubuh berfungsi dengan baik, dan tumbuh kembang bayi ideal. Anakanak yang belajar berenang sejak usia muda akan memiliki bakat ganda dan mencapai tahap pertumbuhan yang cepat, menurut penelitian Profesor Robyn Jourgensen (2007) yang dipublikasikan dalam Roesli (2009), sebab dengan berenang gerakan semua otot motorik dibutuhkan. Dengan berenang rutin bisa mempengaruhi nafsu makan anak karena metabolisme tubuh meningkat. Hingga jika anak berenang dengan rajin dapat menaikkan pertumbuhan bayi tersebut (Prastiwi, 2022)

Sebuah penelitian tentang pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan dan panjang badan pada bayi didapatkan hasil pemberian ataupun perlakuan pijatan dan latihan gerak dapat meningkatkan perkembangan fisik dan kecerdasan bayi mulai dari bayi lahir hingga dengan bayi usia 6 bulan terjadinya peningkatan tinggi badan yang signifikan pada bayi yang diberikan terapi sentuhan berupa pijat bayi dibandingkan dengan bayi yang tidak mendapatkan perlakuan pijatan. Pengurangan sensasi taktil akan meningkatkan pengeluaran suatu neurochemical beta-endorphine. Sehingga bila terjadi pengurangan sensasi taktil juga akan mengurangi pembentukan hormon pertumbuhan, karena menurunnya jumlah dan kepekaan dari aktivitas Ornithine

Decarboxylase (ODC) jaringan. Dimana ODC berfungsi sebagai pemicu hormon pertumbuhan sangat berpengaruh terhadap proses pertumbuhan yang tidak responsif terhadap hormon tertentu, melainkan hanya merespon secara aktif terhadap stimulasi. Sehingga stimulasi sentuhan ataupun pijat bayi sangat membantu peningkatan responsif dari ODC (Fauziah & Wijayanti, 2018).

Stimulus merupakan faktor penting dalam tumbuh kembang bayi. Stimulus yang diteliti berupa Baby Spa dan Baby massage yang sangat penting diberikan pada masa tumbuh kembang anak. Selain optimalisasi pertumbuhan anak, seperti meningkatkan panjang badan dan meningkatkan imunitasnya, Baby Spa juga dapat mempengaruhi aspek perkembangan motorik kasar bayi. Pada saat pemijatan bayi akan menstimulasi hormone endorphine yang dapat meningkatkan hormon pertumbuhan (growth hormone) serta dapat mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan bayi (Prastiwi, 2022).

4. Pengaruh *baby SPA* dan *baby massage* terhadap Panjang Badan pada bayi usia 3-6 bulan

Berdasarkan Tabel 4 didapat bahwa hasil statistik yaitu Mann-Whitney didapat nilai p value $0,004 < 0,05$ ini berarti ada beda pengaruh antara baby SPA dan baby massage terhadap Panjang Badan Bayi. Dimana baby SPA lebih efektif untuk menstimulasi pertumbuhan bayi seperti panjang badan bayi.

Baby SPA merupakan salah satu treatment bermanfaat sebagai media yang dapat menstimulasi gerakan motorik bayi. Dengan bermain air, otot-otot bayi akan berkembang dengan sangat baik, persendian tubuh secara optimal, pertumbuhan badan meningkat dan tubuh menjadi lentur. Kemampuan motorik bayi akan berkembang lebih pesat dari pada jika ia hanya bermain dilantai, karena pada saat berenang di dalam air, efek gravitasi sangat rendah Nugraeny (2018).

Stimulasi baby SPA dan baby massage merupakan salah satu cara yang dapat membantu bayi meningkatkan pertumbuhannya melalui kegiatan berenang yang membuat bayi semakin aktif bergerak, bukan hanya itu kegiatan memijat tentu saja

menciptakan hubungan kasih sayang (Galeria, 2014).

Pada saat Baby Spa, semua bagian tubuh bayi bergerak dan terlatih mulai dari kaki, bagian tangan sampai kepala. Keterampilan bayi untuk mengkoordinasikan otot mereka meningkat karena saat berenang di air, efek gravitasi rendah hingga membuat bayi bisa bergerak lebih aktif serta memungkinkan seluruh otot untuk bekerja secara optimal. Secara umum, SPA bayi dimulai dengan pijat dan kemudian dilanjutkan dengan berenang. Menurut The American Massage Asosiasi Therapy, pijat bayi bisa dilakukan dengan cara menyentuh, menggerakkan dan memberi tekanan pada tubuh. Itu manfaat untuk bayi adalah meningkatkan nafsu makan mereka sehingga menambah berat badan mereka yang membuat bayi tampak lebih sehat dan menambah berat badan, tinggi badan, serta kepala lingkaran dibanding usia yang sama lainnya bayi yang tak mendapatkan terapi SPA bayi. (Aditya N, 2020)

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul "Pengaruh *baby SPA* dan *baby massage* terhadap Panjang badan pada bayi usia 3-6 bulan di PMB Kabupaten Rejang Lebong" maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *baby SPA* dan *baby massage* terhadap Panjang badan bayi usia 3-6 bulan. Disarankan bagi tenaga Kesehatan khususnya bidan dapat memberikan informasi Kesehatan untuk ibu yang memiliki bayi untuk melakukan baby spa sebagai salah satu stimulasi pertumbuhan untuk meningkatkan Panjang badan bayi. Hal ini dapat dilakukan dengan cara memberikan penyuluhan dan program kesehatan lainnya.

UCAPAN TERIMAKASIH

Pada kesempatan ini Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu atas izin pelaksanaan penelitian ini, kepada Bapak Kepala Dinas Kabupaten Rejang Lebong, DPMTSP Rejang Lebong, Bidan setempat dan responden yang ikut serta dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ade Kurniawati (2020) *Pengaruh Teknik Baby Solus Per Aqua (Baby Spa) Terhadap Berat dan Panjang Badan Bayi 3-6 Bulan*. Jurnal Ilmiah Bidan
- Andini, I. F., Puspita, Y., & Susanti, E. (2022). Pengaruh Aromaterapi Lavender dan Nafas Dalam pada Ibu Bersalin terhadap Persepsi Nyeri Persalinan. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 5(2), 10–18.
- Andini, I. F., Susanti, E., & Puspita, Y. (n.d.). *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Optimalisasi Breastfeeding Self-Efficacy Di PMB Kabupaten Rejang Lebong The Effect Of Baby Massage On The Optimization Of Breastfeeding Self-Efficacy In PMB Rejang Lebong*. 6(1), 8–16.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Kepahiang. 2022. *“Laporan Neonatal, Bayi Dan Balita”*, in. Kepahiang.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2020. PMK No.2 Tentang Standar Antropometri Anak
- Kementrian Kesehatan. (2021). Profil Kesehatan Indonesia 2020. In Kementrian Kesehatan Republik Indonesia
- Kusmini, dkk. 2020. *Loving Baby Massage And Spa*. Semarang : Indonesian Holistic Care Association (IHCA)
- Profil Kesehatan Indonesia. 2021. *“profil kesehatan Indonesia tahun 2021”*. Jakarta: Kementriaan Kesehatan Republic Indonesia
- Prastiwi dan Alindawati, 2022. *Baby Spa Treatment Untuk Optimalisasi Pertumbuhan dan Perkembangan Bayi*. Bandung: Media Sains Indonesia
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R & D*. Bandung: CV Alfabeta.
- Yulizawati, Afrah, 2022. *Pertumbuhan dan Perkembangan Bayi dan Balita*. Sidoarjo: Indomedia Pustaka
- Yusari Asih, Gusti Ayu Mirah WS, 2019. *Optimalisasi Pertumbuhan Bayi dengan Baby Massage and Spa*. Jurnal Kesehatan. Vol 10.No 2.