

ANALISIS PELAKSANAAN BABY SPA SECARA MANDIRI DI KLINIK BIDAN SURYANINGSIH DESA LENGKONG KECAMATAN LANGSA BARO

Melda Marni Pajariah Harahap^{*1}, Rini Aisyah Hasibuan², Melvina Ariani Zenderato³
Dian Yulfani Siregar⁴, Eka Idana Br Munthe⁵, Debora Paninsari⁶

^{1,2,3,4,5,6} Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Prima Indonesia, Medan

*Email korespondensi: meldaharahap.123@gmail.com

ABSTRACT

Spa is a holistic health service to achieve balance between body, mind, and soul so that optimal health conditions will be achieved. Baby spa is a body spa treatment for babies that can be done in two ways, namely bathing or swimming and baby massage. This study aims to determine the implementation of baby spa independently at the Suryaningsih Midwife Clinic, Lengkong Village, Langsa Baro District. This type of research is descriptive. The population in this study were all mothers who had babies aged 2-12 months and received baby spa services as many as 117 people. The research sample used was 54 respondents with a purposive sampling technique. Data analysis was carried out univariately. The results showed that most respondents were not good at implementing baby spa independently as many as 26 respondents (51%). The conclusion of this study is that the implementation of baby spa independently is mostly lacking at the Suryaningsih Midwife Clinic, Lengkong Village, Langsa Baro District. For the research location, it is expected to be used as evaluation material in caring for babies and toddlers related to the importance of baby spa, namely by providing information to increase mothers' knowledge of the importance of baby spa and teaching mothers to be able to do baby spa independently.

Keywords: Implementation; Baby Spa; Independent

ABSTRAK

Spa merupakan suatu pelayanan kesehatan yang dilakukan holistik guna mencapai keseimbangan antara tubuh, pikiran, dan jiwa dengan begitu akan tercapai kondisi kesehatan optimal. Baby spa merupakan perawatan spa tubuh pada bayi yang dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu mandi berendam atau berenang dan pijat bayi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pelaksanaan baby spa secara mandiri di Klinik Bidan Suryaningsih Desa Lengkong Kecamatan Langsa Baro. Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang memiliki bayi usia 2-12 bulan dan mendapatkan pelayanan baby spa sebanyak 117 orang. Sampel penelitian yang digunakan sebanyak 54 responden dengan teknik purposive sampling. Analisa data dilakukan secara univariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden kurang baik dalam pelaksanaan baby spa secara mandiri sebanyak 26 responden (51%). Kesimpulan penelitian ini adalah pelaksanaan baby spa secara mandiri sebagian besar kurang di Klinik Bidan Suryaningsih Desa Lengkong Kecamatan Langsa Baro. Bagi tempat penelitian diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan evaluasi dalam asuhan pada bayi dan balita terkait pentingnya baby spa yaitu dengan pemberian informasi untuk meningkatkan pengetahuan ibu pentingnya baby spa dan mengajarkan ibu agar mampu melakukan baby spa secara mandiri.

Kata Kunci: Pelaksanaan; Baby Spa; Mandiri

PENDAHULUAN

Sejak lahir hingga dewasa, setiap anak akan mengalami fase pertumbuhan dan perkembangan yang berkelanjutan. Ada saat-saat krusial dalam tumbuh kembang anak ketika ia membutuhkan stimulasi atau rangsangan yang akan membantunya mencapai potensi maksimalnya. Masa keemasan pertumbuhan dan perkembangan adalah masa bayi, dimana pada masa ini manusia menjadi lebih kompeten dan melakukan yang terbaik karena adanya kedewasaan. Perkembangannya dapat dilacak melalui perkembangan bicara dan bahasa, motorik halus dan kasar, serta sosialisasi kemandirian. Bayi sangat rentan terhadap penyakit. Sangat penting untuk mengawasi kesehatan bayi untuk memastikan kondisinya dalam kondisi terbaik (Julianti, 2020).

Sekitar 20–40% bayi di seluruh dunia yang berusia antara 0 dan 2 tahun mengalami gangguan perkembangan, menurut WHO (2022). Terdapat perbedaan yang signifikan dalam kejadian masalah perkembangan anak di negara maju dan negara berkembang. Misalnya, Amerika Serikat memiliki prevalensi 12–16%, Argentina memiliki prevalensi 22%, Hong Kong memiliki prevalensi 23%, dan Indonesia memiliki prevalensi 13–18%. Menurut SKI, 16% bayi di Indonesia dilahirkan dengan kelainan neurologis dan perkembangan otak sedang hingga berat (Kemenkes RI, 2023).

Bayi dan balita memiliki perkembangan kemampuan berbahasa, kreativitas, kesadaran sosial, emosional dan intelegensia yang berjalan sangat cepat dan merupakan landasan perkembangan berikutnya. Keterlambatan perkembangan pada bayi bisa disebabkan oleh kurangnya rangsangan yang diberikan. Beberapa literatur menunjukkan pemberian rangsangan pada bayi sedari dini terhadap bagian tubuh dan alat-alat indera dapat membantu bayi dalam penyesuaian diri terhadap lingkungan barunya (Wulandari dan Parwati, 2019).

Provinsi Aceh memiliki angka kelahiran hidup sebanyak 312.707 bayi baru lahir, menurut statistik Profil Kesehatan Aceh (2023). Mengingat tingginya proporsi kelahiran hidup, pemberian stimulasi pada anak selama tahun-tahun pembentukannya sangatlah penting untuk mencegah keterlambatan perkembangan. Sementara itu, di Provinsi Aceh, 15,1% bayi dan balita menderita gizi buruk yang mengakibatkan keterlambatan bahasa, perilaku sosial, kemampuan motorik halus dan kasar, serta perkembangan lainnya.

Hal ini dimungkinkan untuk merangsang bayi untuk tumbuh dan berkembang secara maksimal. Diantaranya adalah permainan edukasi, pijat, dan spa bayi. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 8 Tahun 2014 tentang Pelayanan Kesehatan, *spa* merupakan pelayanan kesehatan secara holistik yang bertujuan untuk menyeimbangkan tubuh, pikiran, dan jiwa (*body, mind, and spirit*) guna menghasilkan keluaran kesehatan yang sebaik-baiknya (Wardani, 2023).

Negara-negara lain di seluruh dunia telah lama menggunakan *baby spa* untuk memaksimalkan pertumbuhan dan perkembangan bayi. Pasalnya, anak-anak pada masa ini sedang melewati masa emas, yaitu ketika mereka mulai peka dan tanggap terhadap rangsangan (Julianti, 2020). Antara usia dua hingga dua belas bulan, sesi *spa* bayi dapat dilakukan. Dimulai dengan pijatan selama 30 menit, diikuti dengan sesi berenang atau berenang bayi dan pijatan lainnya selama 15 menit. Namun Anda tidak bisa melakukan pijatan atau *baby spa* sembarangan jika ingin hasil terbaik. Untuk mendapatkan perawatan *spa* bayi yang terbaik, seorang ibu dapat membawa bayinya ke *spa* dengan terapis terampil yang telah mendapatkan pendidikan kesehatan (Hanafiah dan Idealistiana, 2023).

Banyak ibu baru yang masih asing dengan istilah "*Baby Spa*" dan tidak mengetahui metode dalam menyiapkannya. Pengetahuan mengenai *spa* bayi masih

sangat minim di masyarakat, terutama di kalangan kelas menengah ke bawah. Sebaliknya, saat ini hanya sebagian kecil orang tua di Indonesia yang memberikan perawatan *baby spa* pada bayinya karena mahalnya biaya dan kurangnya pemahaman orang tua sehingga para ibu tidak dapat melakukan perawatan *Baby spa* di rumah atau di *baby spa* (Samudra *et al.*, 2024).

Menurut Dewi dan Trisnasari (2021), masih banyak orang tua yang belum mengetahui banyak tentang *baby spa*. Beberapa dari mereka percaya bahwa dukun atau ahli medis yang berspesialisasi dalam spa bayi secara eksklusif melakukan hal tersebut pada bayi baru lahir yang sakit. Hal ini tidak sepenuhnya salah; spa bayi dikatakan mampu mengobati bayi mudah tersinggung, sembelit, dan kolik sementara dengan menggunakan prosedur tertentu

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Klinik Bidan Dewi Suryaningsih terhadap 5 orang ibu didapatkan sebanyak 3 orang ibu mengatakan tidak mengetahui teknik dan manfaat *baby spa*, karena ibu beranggapan *baby spa* tidak perlu dikuasai dan hanya dilakukan bila anak rewel saja oleh dukun bayi, serta 3 responden mengatakan telah melakukan pemijatan secara mandiri tanpa mengetahui teknik dan manfaat pemijatan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pelaksanaan baby spa secara mandiri di Klinik Bidan Suryaningsih Desa Lengkong Kecamatan Langsa Baro.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Penelitian ini dilakukan di Klinik Bidan Suryaningsih Desa Lengkong Kecamatan Langsa Baro pada bulan November Tahun

2024. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang memiliki bayi usia 2-12 bulan dan mendapatkan pelayanan *baby spa* di Klinik Bidan Suryaningsih Desa Lengkong Kecamatan Langsa Baro sebanyak 117 orang. Jumlah sampel sebanyak 51 responden dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Kriteria inklusi dalam penelitian ini yaitu ibu yang memiliki bayi usia 2-12 bulan yang mendapatkan pelayanan *baby spa*, mampu berkomunikasi dengan baik dan bersedia menjadi responden. Sedangkan kriteria eksklusi dalam penelitian ini yaitu ibu yang kurang kooperatif, ibu dengan bayi dengan gangguan kesehatan dan bayi dengan ibu yang memiliki riwayat penyakit menular dan penyakit kronis. Peneliti mengumpulkan data langsung dari hasil observasi kepada responden menggunakan lembar observasi/Standar Operasional Prosedur mengenai *baby spa*. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat yang bertujuan untuk melihat gambaran distribusi frekuensi dari variabel yang diteliti.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang dilakukan terhadap 51 responden di Klinik Bidan Dewi Suryaningsih Desa Lengkong Kecamatan Langsa Baro yang bertujuan untuk mengetahui pelaksanaan *baby spa* secara mandiri melalui pengumpulan data primer dari hasil wawancara menggunakan kuesioner didapatkan hasil sebagai berikut:

Analisis Univariat

1. Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian distribusi frekuensi karakteristik responden dapat dilihat dibawah ini:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu di Klinik Bidan Dewi Suryaningsih Desa Lengkong Kecamatan Langsa Baro

No	Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia			
1	<20 Tahun	1	1,9
2	20-29 Tahun	18	35,3
3	30-39 Tahun	29	56,9
4	≥40 Tahun	3	5,9
Jumlah		51	100
Pendidikan			
1	S1	9	17,6
2	SMA/ Sederajat	33	64,8
3	SD/SMP/Sederajat	9	17,6
Jumlah		51	100
Pekerjaan			
1	PNS	4	7,8
2	Honorar	1	1,9
3	IRT	46	90,3
Jumlah		51	100
Paritas			
1	Primipara	8	15,7
2	Multipara	41	80,4
3	Grandemultipara	2	3,9
Jumlah		51	100
Usia Bayi			
1	2-6 Bulan	10	19,6
2	7-12 Bulan	41	80,4
Jumlah		51	100

Berdasarkan tabel 1 diatas dapat disimpulkan bahwa karakteristik responden berdasarkan usia sebagian besar berusia 30-39 tahun sebanyak 29 responden (56,9%), berdasarkan pendidikan sebagian besar SMA/Sederajat sebanyak 33 responden (64,7%), berdasarkan pekerjaan sebagian besar IRT sebanyak 46 responden (90,2%), berdasarkan paritas sebagian besar

multipara sebanyak 41 responden (80,4%) dan berdasarkan usia bayi sebagian besar usia 7-12 bulan sebanyak 41 responden (80,4%).

2. Pelaksanaan *Baby Spa* Secara Mandiri
Berdasarkan hasil penelitian distribusi frekuensi pelaksanaan *baby spa* secara mandiri dapat dilihat dibawah ini:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pelaksanaan *Baby Spa* secara Mandiri di Klinik Bidan Dewi Suryaningsih Desa Lengkong Kecamatan Langsa Baro

No	Pelaksanaan <i>Baby Spa</i> secara Mandiri	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Baik	10	19,6
2	Cukup Baik	15	29,4
3	Kurang Baik	26	51
Jumlah		51	100

Berdasarkan tabel 2 di atas menunjukkan bahwa dari 51 responden sebagian besar kurang baik dalam pelaksanaan *baby spa* secara mandiri sebanyak 26 responden (51%). Penelitian ini sesuai dengan yang dilakukan oleh Samudra *et al.*, (2024), Samudra dkk (2024), mengenai pelaksanaan *baby spa* pada bayi usia 3-6 bulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan *baby spa* sebagian besar responden memiliki pelaksanaan yang kurang yaitu sebanyak 19 orang (55,9%).

Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Wardani (2023), mengenai pendampingan pelaksanaan *baby spa* guna pada bayi usia 3-6 bulan di Desa Bantarjaya Kabupaten Bekasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan pijat bayi dari 47 responden memiliki keterampilan yang kurang dalam melakukan pijat bayi yaitu dengan nilai rata-rata sebesar 57,6%. Hasil wawancara dengan ibu yang memiliki bayi mengatakan tidak mengetahui manfaat dari *baby spa* dan biasanya mereka memijat bayinya jika rewel kepada paraji atau dukun bayi sehingga mereka tidak pernah melakukan *baby spa* secara mandiri.

Spa merupakan bagian dari upaya pelayanan kesehatan tradisonal 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 bahasa 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 baik, persendian tumbuh secara optimal, pertumbuhan badan meningkat, dan tubuh pun menjadi lentur. Manfaat *baby spa* ini dapat memberikan rasa tenang, nyaman, dan segar (Sari dan Aini, 2022).

Baby Spa merupakan perawatan *body spa* yang dapat dilakukan dengan dua cara: pijat dan mandi atau berenang. Keterampilan motorik bayi akan dirangsang dengan berenang dan berendam. Seluruh bagian tubuh bayi akan terlatih dengan gerakan di dalam air, selain itu kontrol otot bayi pun akan meningkat. Bayi mendapat manfaat dari pijatan karena dapat meningkatkan daya tanggap, kemampuan melakukan kontak mata, menyeringai, mengeluarkan lebih banyak suara, merespons lebih cepat, dan memahami lingkungan sekitarnya. Tumbuh kembang dan kesehatan bayi akan mendapat manfaat besar dari perawatan *spa* ini. Bayi yang mendapat perawatan *spa* akan tampak lebih muda, sehat, dan bersemangat, serta tumbuh dan berkembang lebih cepat dibandingkan bayi yang tidak mendapatkan perawatan *spa* Bahkan tidak ada perawatan *spa* (Dewi dan Trisnasari, 2021).

Baby spa terdiri atas 2 macam yaitu *baby swim* dan pijat bayi. Pijat bayi umumnya dilakukan selama 15-30 menit tergantung pada kondisi bayi dengan menggunakan minyak esensial, setelah itu akan dilanjutkan dengan *baby swim* selama kurang lebih 10-20 menit dengan menggunakan air hangat. Banyak keuntungan dengan dilakukannya *baby spa* pada bayi, di-antaranya adalah kualitas dan kuantitas tidur bayi yang meningkat serta pengaruh pada perkembangan motorik bayi, khususnya motorik kasar, bahkan dikatakan bahwa dengan melakukan pijat selama 30 menit perhari dapat mengurangi depresi serta kecemasan (Wulandari dan Parwati, 2019).

Baby spa mempunyai manfaat yaitu bayi dapat bergerak dengan harapan otot-ototnya dapat berkembang dengan baik, persendiannya dapat bekerja dengan baik, serta tumbuh kembangnya menjadi optimal. Anak kecil yang belajar berenang akan mengembangkan berbagai keterampilan dan menjadi dewasa dengan cepat. Berenang memerlukan setiap aktivitas otot motorik. Seluruh bagian tubuh bayi mulai dari tangan dan kaki hingga kepala bergerak

dan dilatih melalui berenang di air. Kemampuan bayi untuk mengkoordinasikan ototnya meningkat karena berenang mengurangi efek gravitasi, sehingga memungkinkan mereka bergerak lebih aktif dan memaksimalkan penggunaan seluruh ototnya (Prastiwi and Alindawati, 2022).

Peneliti berasumsi bahwa mayoritas wanita dalam penelitian ini termasuk dalam kelompok tidak mampu melakukan *baby spa* secara mandiri. Mayoritas perempuan menyatakan bahwa mereka belum pernah melakukan spa bayi sebelumnya karena mereka ragu melakukannya sendiri dan kurangnya pengetahuan yang dimiliki. Karena para ibu beranggapan bahwa *baby spa* hanya dilakukan saat anak sedang rewel dengan paraji bayi dan tidak memerlukan penguasaan, maka mayoritas mengaku belum mengetahui manfaat dan tata cara *Baby Spa*. Meski demikian, sejumlah responden mengaku pernah melakukan pijatan sendiri tanpa mengetahui manfaat dan tekniknya. Inilah sebabnya mengapa penting untuk mencoba mengubah sikap dengan mengetahui sikap bayi ibu tentang cara melakukan spa bayi sendiri yang benar.

SIMPULAN DAN SARAN

Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa karakteristik responden berdasarkan usia sebagian besar berusia 30-39 tahun sebanyak 29 responden (56,9%), berdasarkan pendidikan sebagian besar SMA/Sederajat sebanyak 33 responden (64,7%), berdasarkan pekerjaan sebagian besar IRT sebanyak 46 responden (90,2%), berdasarkan paritas sebagian besar multipara sebanyak 41 responden (80,4%) dan berdasarkan usia bayi sebagian besar usia 7-12 bulan sebanyak 41 responden (80,4%). Sebagian besar responden kurang baik dalam pelaksanaan *baby spa* secara mandiri sebanyak 26 responden (51%).

Disarankan bagi tempat penelitian agar penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan evaluasi dalam asuhan pada bayi dan balita terkait pentingnya *baby spa* yaitu dengan pemberian informasi untuk

meningkatkan pengetahuan ibu pentingnya *baby spa* dan mengajarkan ibu agar mampu melakukan *baby spa* secara mandiri. Bagi ibu bayi agar lebih meningkatkan pengetahuan dan keterampilan tentang pentingnya *baby spa* dengan mengikuti penyuluhan, pendidikan kesehatan atau konsultasi dengan tenaga kesehatan, sehingga dapat melakukan *baby spa* secara mandiri dan dengan benar untuk meningkatkan status kesehatan bayinya serta menurunkan angka kematian ibu dan bayi. Bagi peneliti selanjutnya agar dapat mengembangkan penelitian lebih mendalam tentang *baby spa* dengan variabel penelitian yang berbeda, seperti faktor-faktor penyebab ibu mau melaksanakan *baby spa*.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Klinik Bidan Suryaningsih Desa Lengkong Kecamatan Langsa Baroyang yangtelah memberikan izin peneliti untuk melakukan penelitian dan kepada seluruh responden yang telah berpartisipasi dalam melakukan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, Q.S. and Trisnasari, A. (2021) 'Hubungan Frekuensi Baby Spa Dengan Perkembangan Pada Bayi Usia 4-6 Bulan', *Jurnal Borneo Cendekia*, 1(2), pp. 160–177. Available at: <https://doi.org/10.54411/jbc.v1i2.159>.
- Hanafiah, I. and Idealistiana, L. (2023) 'Hubungan Frekuensi Baby Spa Dengan Pertumbuhan Fisik Bayi Usia 6-12 Bulan Di Klinik Salsabila Mom & Baby Spa Kota Tangerang Tahun 2023', *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 9(3), pp. 43–49.
- Julianti (2020) *Rahasia Baby Spa*. Jakarta: Writpreneur Club.
- Kemenkes RI (2023) 'Profil Kesehatan Indonesia'. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

- Prastiwi, I. and Alindawati, R. (2022) *Baby Spa Treatment Untuk Optimalisasi Pertumbuhan Dan Perkembangan Bayi*. Bandung: Media Sains Indonesia.
- Samudra, S.B., Rukmaini and Novelia, S. (2024) 'Pengaruh Penyuluhan tentang Baby Spa pada Bayi Usia 3-6 Bulan terhadap Pengetahuan Ibu', *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi (JABJ)*, 13(1), pp. 11–17. Available at: <http://jab.stikba.ac.id/index.php/jab>.
- Sari, S.D. and Aini, A. (2022) 'Pengaruh Baby Spa Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Di Happy Baby Spa Palembang', *Jurnal Kesehatan Abdurrahman*, 11(1), pp. 17–24.
- Wardani, I.K.F. (2023) 'Pendampingan Pelaksanaan Baby Spa Guna Meningkatkan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Di Desa Bantarjaya Kabupaten Bekasi', *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 7(3), p. 1801.
- Wulandari, I. ayu and Parwati, N.W.M. (2019) 'Tingkat Pengetahuan Dan Motivasi Ibu Dalam Memberikan Baby Spa Pada Bayi', *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 3(1), pp. 82–85. Available at: <https://doi.org/10.37294/jrkn.v3i1.143>.