



Penyuluhan *Baby Gym* untuk Meningkatkan Motorik dan Kesehatan Bayi pada Komunitas Kelas Ibu Bayi Balita di Puskesmas Kendalsari Kota Malang

Yafi' Helmi Jauhari

Program Studi Profesi Fisioterapi, Universitas Muhammadiyah Malang, Indonesia

yafihelmi0@gmail.com

Alamat: Jalan Bandung No.1, Penanggungan, Kec. Klojen, Kota Malang, Jawa Timur 65113.

Koresponden penulis: yafihelmi0@gmail.com

Abstracts: *Background: Infants aged 2 months have begun to learn body movements in the form of gross motor skills. Starting with kicking movements, straightening the hands of sideways movements and then on the stomach until at the age of 1 year the baby can walk independently. Gross motor can develop faster and better when there is stimulus from the surrounding environment. Baby gym can provide a stimulus for gross motor development. Baby gym exercises done with the person closest to the baby will be better for the baby's emotional security. Objective: Providing counseling and practice in mother and baby classes at the kendalsari health center makes mothers who have babies under 1 year old and who will have a baby can apply it at home to train their children's gross motor skills. Methods: the method used in this counseling is to provide leaflets and then education and practice. Giving some questions on the pretest and posttest to find out the picture of knowledge in mothers. Results: from this activity an increased understanding of baby gym procedures and their benefits was obtained.*

Keywords: *Community, Mother, Baby gym*

Abstrak: Latar belakang: Bayi umur 2 bulan sudah mulai belajar gerakan tubuh berupa motorik kasar. Mulai dengan gerakan menendang, meluruskan tangan gerakan miring ke samping lalu tengkurap hingga pada umur 1 tahun bayi sudah bisa berjalan mandiri. Motorik kasar bisa berkembang dengan lebih cepat dan baik ketika ada stimulus dari lingkungan sekitar. Baby gym dapat memberikan stimulus perkembangan motorik kasar. Latihan baby gym yang dilakukan dengan orang terdekat bayi akan lebih baik untuk kedekatan emosional si bayi. Objek: Pemberian penyuluhan dan praktik di kelas ibu dan bayi di puskesmas kendalsari membuat para ibu-ibu yang memiliki bayi dibawah 1 tahun dan yang akan memiliki momongan bisa menerapkannya di rumah untuk melatih motorik kasar anaknya. Metode: metode yang digunakan dalam penyuluhan ini adalah dengan memberikan leaflet lalu edukasi dan praktik. Pemberian beberapa pertanyaan pada pretest dan posttest untuk mengetahui gambaran pengetahuan pada ibu ibu. Hasil: dari kegiatan ini Didapatkan peningkatan pemahaman mengenai tata cara baby gym dan manfaatnya.

Kata Kunci: Komunitas, Ibu, Baby gym

1. LATAR BELAKANG

Pertumbuhan dan perkembangan memang merupakan dua proses yang terjadi secara bersamaan dan saling terkait erat. Pertumbuhan adalah peningkatan ukuran fisik atau jumlah sel yang dapat diukur, sedangkan perkembangan adalah perubahan kualitatif yang lebih kompleks, termasuk aspek motorik, kognitif, dan emosional. Stimulus dari lingkungan dan faktor genetik berperan penting dalam kedua proses ini, membentuk individu yang unik dengan

karakteristiknya sendiri. Oleh karena itu, penting untuk memberikan dukungan yang tepat untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal pada setiap anak (Winingsih et al., 2022).

Usia 0 bulan hingga 2 tahun merupakan masa masa eksplorasi bayi untuk belajar gerakan motorik kasar. Karena umur 0 sampai sebelum 2 tahun perkembangan anak lebih ke motorik kasar. Baru umur 2 tahun lebih anak terfokus pada motorik halus. Maka dari itu untuk mempercepat dan meningkatkan kualitas motorik kasar pada anak di berikan baby gym. Tidak hanya memberi manfaat untuk motorik kasar anak. Tetapi juga memiliki manfaat untuk meningkatkan hubungan anak kepada orang tua (Yulia et al., 2023). Dengan seringnya interaksi anak dengan ibu maka memberi dampak kedekatan. Maka dari itu di anjurkan yang melatih anak untuk melakukan baby gym pada anak adalah orang tuanya (Andinawati et al., 2022) (Taufiqoh et al., 2023).

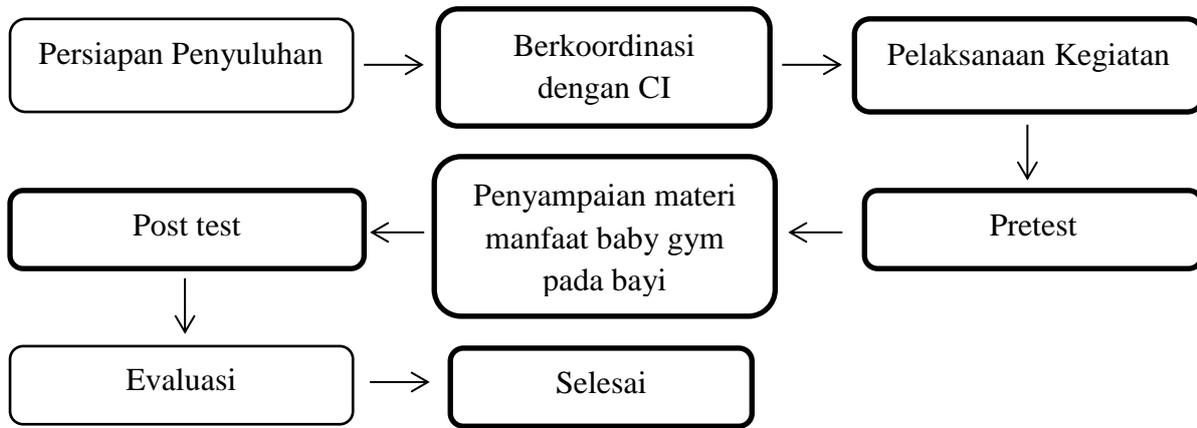
Perkembangan motorik yang baik adalah kunci penting dalam pertumbuhan anak. Proses ini tidak hanya mencakup kematangan fisik, tetapi juga pengembangan kemampuan untuk mengontrol dan mengkoordinasikan gerakan tubuh (Jurnal & Mercusuar, 2022). Seiring bertambahnya usia, anak-anak belajar untuk menguasai gerakan yang lebih kompleks dan terorganisir, yang sangat penting untuk interaksi sosial dan kepercayaan diri (Puspita, 2014). Oleh karena itu, mendukung perkembangan motorik yang sehat adalah esensial untuk membantu anak-anak mencapai potensi penuh mereka dan menghindari dampak negatif psikologis yang mungkin timbul dari keterlambatan dalam perkembangan ini. (Yusuf et al., 2022)

Bayi biasanya menunjukkan bukti perkembangan antara usia satu sampai dua belas bulan (Tarakci et al., 2020). Bayi secara bertahap akan dapat menggerakkan kepala mereka dan bermain dengan tangan mereka antara usia tiga dan enam bulan (Romin et al., 2024). Bayi juga akan duduk tanpa bantuan, mengenali nama mereka sendiri, dan mulai mengobrol dalam kelompok kecil (Nurhudariani et al., 2021). Bayi mulai merangkak, berjalan dengan dukungan, dan menunjuk ke objek yang mereka inginkan dengan jari telunjuk mereka pada usia sembilan hingga dua belas bulan (Ayudita & Lestari S, 2022).

Tapi sayangnya masih banyak orang tua yang belum tahu tentang baby gym. Adapun mereka tahu baby gym tetapi mereka lebih memilih bidan atau fisioterapi yang melakukan terapi (Anggraini & Fatrin, 2022). Yang sebenarnya akan lebih baik dilakukan oleh orang tua sendiri. Maka dari itu kami melakukan penyuluhan manfaat dari baby gym dan melakukan pelatihan agar mereka bisa melakukannya di rumah saat pagi hari maupun sore hari (Sari et al., 2023).

2. METODE PELAKSANAAN

Dari permasalahan di atas kami melakukan penyuluhan dengan sistem. Melakukan pretest sebelum melakukan penyuluhan dengan cara menanyakan ke seluruh anggota kelas apakah ada yang pernah tahu apa itu baby gym. Setelah melakukan pre test maka kami melakukan penyuluhan dan pelatihan. Baru setelah itu kami melakukan post test untuk mengetahui seberapa paham tentang materi yang telah kami sampaikan. Di kelas tersebut adanya 10 orang audien dengan beberapa yang sebelumnya belum mengetahui apa itu baby gym (Notoatmodjo, 2018). Dilakukan pada tanggal 20 oktober 2023. Pelaksanaan ini dilakukan pada ibu ibu yang memiliki anak 0 sampai 2 tahun.



Bagan 1. Kerangka Kerja Pengabdian
(Triyanita & Pambudi, 2023)



Gambar 1. Pelaksanaan Penyuluhan Tentang Baby Gym

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan mengenai baby gym di puskesmas kendalsari didapatkan 10 orang yang bersedia mengikuti penyuluhan. Terdapat beberapa pokok pembahasan yaitu manfaat baby gym, kapan bisa dilaksanakan, dan praktek baby gym. Penyuluhan ini menggunakan media leaflet serta terdapat tata cara melakukan baby gym yang dapat memudahkan peserta mengingat kembali materi yang telah diberi sehingga menjadi lebih efektif. Adapun gambaran karakteristik peserta dapat dilihat pada tabel 1 dan hasil pretest dan posttest dapat dilihat pada tabel 2

Tabel 1. Karakteristik Peserta

Jenis kelamin	Jumlah (n)	Presentase (%)
Laki-laki	0	0%
Perempuan	10	100%
Total	10	100%

Tabel 2. Penilaian Pemahaman

Pengusaan materi	Pre Presentasi (%)	Post Presentasi (%)
Apakah anda mengetahui apa itu baby gym?	20 %	100%
Apakah tahu manfaat dari baby gym?	20%	100%
Gerakan baby gym itu bagai mana?	0%	100%

Data tabel diatas menunjukkan adanya peningkatan pemahaman pada 10 orang tua setelah dilaksanakannya penyuluhan materi tentang baby gym. Didapatkan peningkatan pemahaman mengenai baby gym dengan presentase sebelum penyuluhan 20% meningkat hingga mencapai 100%.

4. KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan tentang baby gym di Puskesmas Kendalsari Kota Malang dapat meningkatkan pengetahuan para orang tua terhadap tumbuh kembang pada anak. Untuk mengukur keberhasilan penyampaian materi dilakukan tanya jawab diakhir kegiatan dengan hasil terjadi peningkatan pengetahuan tentang baby gym. Kegiatan penyuluhan ini dengan penyajian materi serta demonstrasi latihan *baby gym* berlangsung dengan lancar sesuai dengan harapan tanpa adanya hambatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Andinawati, C., Syamsiah, S., & Kurniati, D. (2022). Efektifitas Baby Gym terhadap Perkembangan Motorik pada Bayi Usia 9-12 Bulan di Praktik Mandiri Bidan Putri Indriani Kecamatan Cibinong Kabupaten Bogor. / *Jurnal Kebidanan*, 11(2).
- Anggraini, R., & Fatrin, T. (2022). PENERAPAN SENAM BAYI UNTUK MENINGKATKAN PERKEMBANGAN MOTORIK BAYI 3-12 BULAN. *Cendekia Medika : Jurnal STIKES Al-Ma'arif Baturaja*, 7(1).
- Ayudita, & Lestari S. (2022). *EDUKASI BABY GYM PADA KELOMPOK IBU BALITA UNTUK OPTIMALKAN TUMBUH KEMBANG BAYI DI POSYANDU KAMBOJA II PUSKESMAS GERUNGGANG* (Vol. 2, Issue 1).
- Jurnal, A., & Mercusuar. (2022). *EDUKASI BABY GYM PADA KELOMPOK IBU BALITA UNTUK OPTIMALKAN TUMBUH KEMBANG BAYI DI POSYANDU KAMBOJA II PUSKESMAS GERUNGGANG* (Vol. 2, Issue 1). <https://doi.org/10.36984/jam.v2i1.296>
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. PT Rineka Cipta.
- Nurhudariani, R., Ratnasari, Y. D., Sonhaji, S., & Umariyah Febriyanti, S. N. (2021). Efektivitas Baby Massage Dan Baby Gym Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan. *Jurnal SMART Kebidanan*, 8(1), 6. <https://doi.org/10.34310/sjkb.v8i1.441>
- Puspita, W. A. (2014). *PENGEMBANGAN PROGRAM STIMULASI GERAK UNTUK MENGOPTIMALKAN PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR BAYI USIA 0 - <12 BULAN* (Vol. 9, Issue 1). <https://doi.org/10.21009/JIV.0901.5>
- Romin, E., Lindgren, A., Rodby-Bousquet, E., & Cloudt, E. (2024). Sit-to-stand performance in children with cerebral palsy: a population-based cross-sectional study. *BMC Musculoskeletal Disorders*, 25(1). <https://doi.org/10.1186/s12891-024-07557-0>
- Sari, N., Ulya, F. H., & Agustina, P. (2023). Pengaruh Baby Gym Pada Perkembangan Motorik Kasar Bayi Usia 3-4 Bulan. *Jurnal Kebidanan Malakbi*, 4(1), 74. <https://doi.org/10.33490/b.v4i1.675>
- Tarakci, E., Arman, N., Tarakci, D., & Kasapcopur, O. (2020). Leap Motion Controller-based training for upper extremity rehabilitation in children and adolescents with physical disabilities: A randomized controlled trial. *Journal of Hand Therapy*, 33(2), 220-228.e1. <https://doi.org/10.1016/j.jht.2019.03.012>
- Taufiqoh, S., Anifah, F., & Luthfiyah, L. (2023). Pengaruh Pelaksanaan Baby gym terhadap Perkembangan Bayi. *JURNAL KEPERAWATAN MUHAMMADIYAH*, 5. <https://doi.org/https://doi.org/10.30651/jkm.v5i1.17317>
- Triyanita, M., & Pambudi, R. A. (2023). PENYULUHAN FISIOTERAPI KOMUNITAS DALAM UPAYA PENINGKATAN KESADARAN TENTANG CEDERA OLAHRAGA PADA KOMUNITAS SEMARANG RUNNER. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Fisioterapi Dan Kesehatan Indonesia*, 02(02). <https://doi.org/https://doi.org/10.59946/jpmfki.2023.234>

- Winingsih, S., Halimah, N., Wardoyo, P., & Pradita, A. (2022). Pengaruh Stimulasi Dan Fasilitasi Fisioterapi Terhadap Pertumbuhan Dan Perkembangan Motorik Bayi Usia 0-12 Bulan. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 7(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.30651/jkm.v7i1.11113>
- Yulia, D., Ariyanti, L., & Awanis, A. (2023). PENGARUH KELAS BABY GYM TERHADAP KETERAMPILAN IBU UNTUK OPTIMALISASI TUMBUH KEMBANG ANAK. *Jurnal IMJ: Indonesia Midwifery Journal*, 7. <https://doi.org/https://doi.org/10.30651/jkm.v5i1.17317>
- Yusuf, B. S., Pramesti, D. S., Larasati, D. A., & Utami, D. (2022). Deteksi Dini Tumbuh Kembang dan Stimulasi Motorik pada Balita Berbasis Masyarakat dalam Kegiatan Fisioterapi Komunitas di Desa Lulut Kabupaten Bogor. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Fisioterapi dan Kesehatan Indonesia*, 1. <https://doi.org/https://doi.org/10.59946/jpmfki.2022.109>