

PENDAMPINGAN PELAKSANAAN *BABY SPA* GUNA MENINGKATKAN KUALITAS TIDUR BAYI USIA 3-6 BULAN DI DESA BANTARJAYA KABUPATEN BEKASI

Ika Kania Fatdo Wardani¹⁾

¹⁾Program Studi Sarjana Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan Universitas Medika Suherman, Cikarang, Bekasi, Jawa Barat, Indonesia

Corresponding author: Ika Kania Fatdo Wardani
Email: ikakania34@gmail.com

Diterima 31 Juli 2023, Direvisi 08 Agustus 2023, Disetujui 08 Agustus 2023

ABSTRAK

Berdasarkan Tahun 2014 pada jurnal Pediatrics tercatat sekitar 33% bayi mengalami masalah tidur. Penelitian di Melbourne Australia didapatkan hasil 32% ibu, terdapat kejadian berulang masalah tidur pada bayi mereka. Berdasarkan survey awal Januari, wawancara 3 orang ibu yang mempunyai bayi 3-6 bulan tidak mengetahui manfaat *baby spa*. Berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik melakukan "Pendampingan pada ibu yang memiliki bayi usia 3-6 bulan dalam pelaksanaan *baby spa* di Desa Bantarjaya Kabupaten Bekasi". Kegiatan tahap I dan II pada hari Jumat dan Sabtu, 02 dan 03 Juni 2023, Evaluasi tahap I dan II pada hari Jumat dan Sabtu 09 dan 10 Juni 2023, di Balai Desa Bantarjaya. Sasaran adalah ibu memiliki Bayi Usia 3-6 di Desa Bantarjaya 47 orang. Metode kegiatan pendampingan ibu melakukan *baby spa*. Media phantom, video *baby spa*, leaflet dan poster. Hasil nilai *pretest* dan *posttest* dari 47 responden, nilai *Pretest* memiliki pengetahuan kurang tentang *baby spa* sebesar 59,02%, nilai *Posttest* pengetahuan menjadi 83,55% (Pengetahuan Baik). Berdasarkan nilai *pretes* dan *posttest* terdapat peningkatan pengetahuan dari responden (25,16%). Hasil sebelum dilakukan pendampingan (*Pretest*) *baby spa*, keterampilan dari 47 responden sebesar 57,60%, setelah dilakukan pendampingan (*Posttest*) keterampilan menjadi 85,86% (Keterampilan Baik). Ada peningkatan keterampilan (28,26%). Kegiatan pendampingan *baby spa* pada ibu yang memiliki bayi usia 3-6 bulan untuk meningkatkan kualitas tidur bayi.

Kata Kunci : *baby spa*; kualitas tidur bayi

ABSTRACT

Based on 2014 in the journal Pediatrics, it was recorded that around 33% of babies experience sleep problems. Research in Melbourne, Australia found that 32% of mothers have repeated occurrences of sleep problems in their babies. Based on a survey in early January, interviews with 3 mothers who had babies 3-6 months did not know the benefits of baby spas. Based on this description, the author is interested in conducting "Assistance to mothers who have babies aged 3-6 months in the implementation of baby spa in Bantarjaya Village, Bekasi Regency". Phase I and II activities on Friday and Saturday, June 02 and 03, 2023, Phase I and II evaluation on Friday and Saturday June 9 and 10, 2023, at Bantarjaya Village Hall. The target is mothers who have babies aged 3-6 in Bantarjaya Village 47 people. The method of accompaniment activities for mothers is to do baby spa. Phantom media, baby spa videos, leaflets and posters. The results of pretest and posttest scores from 47 respondents, Pretest scores have less knowledge about baby spa by 59.02%, Posttest knowledge scores become 83.55% (Good Knowledge). Based on pretest and posttest scores, there was an increase in knowledge from respondents (25.16%). The results before the baby spa Pretest, the skills of 47 respondents were 57.60%, after the skills were carried out (Posttest) skills became 85.86% (Good Skills). There was an increase in skills (28.26%). Baby spa mentoring activities for mothers who have babies aged 3-6 months to improve the quality of baby's sleep.

Keywords : *baby spa*; baby sleep quality

PENDAHULUAN

Menurut Fauziah Rohmawati (2018) yang mengutip pendapat Saputra, mengingat akan pentingnya waktu tidur bagi perkembangan bayi, maka kebutuhan tidurnya harus benar-benar terpenuhi agar tidak berpengaruh buruk terhadap perkembangannya. Adapun tahapan perkembangan bayi adalah kemampuan motorik kasar, kemampuan motorik halus, kemampuan berbicara, bahasa dan kecerdasan, kemampuan bergaul dan mandiri. Tidur yang tidak adekuat dan kualitas tidur yang buruk dapat mengakibatkan gangguan keseimbangan fisiologi dan psikologi. Dampak fisiologi meliputi penurunan aktifitas sehari-hari, rasa capek, lemah, koordinasi neuromuscular buruk, proses penyembuhan lambat dan daya tahan tubuh menurun. Sedangkan dampak psikologinya meliputi emosi lebih labil, cemas, tidak konsentrasi, kemampuan kognitif dan menggabungkan pengalamannya lebih rendah. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk memenuhi kebutuhan tidur bayi yaitu dengan latihan fisik. Latihan fisik mempunyai peranan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi, latihan fisik ini dapat dilakukan melalui teknik pemijatan. (Rohmawati, 2018)

Target utama dari program ini adalah pendampingan pada ibu yang memiliki bayi usia 3-6 bulan dalam pelaksanaan *baby spa* di Desa Bantarjaya Kecamatan Pebayuran Kabupaten Bekasi Tahun 2023. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam melakukan *baby spa*. (Wardani, 2021)

Tujuan dari PkM ini adalah agar setelah dilakukan *baby spa*, bayi akan lebih sehat dan meningkatkan kualitas tidur bayi, sehingga tumbuh kembangnya akan sesuai. PkM ini dilaksanakan dengan menggunakan instrumen yaitu kuesioner untuk mengukur pengetahuan ibu sebelum dan sesudah diberikan penjelasan atau penyuluhan, serta mengukur keterampilan ibu sebelum dan sesudah dilakukan pendampingan dalam pelaksanaan *baby spa*. Lokasi PkM ini dilakukan di desa Bantarjaya, populasi ibu yang mempunyai bayi 3-6 bulan, yang berjumlah 47 orang. PkM dilaksanakan pada bulan Juni 2023.

Hasil studi pendahuluan dengan wawancara dengan 3 ibu yang memiliki bayi mengatakan tidak mengetahui manfaat dari *baby spa* dan biasanya mereka memijat bayinya jika rewel kepada paraji atau dukun bayi. Berdasarkan latar belakang tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan pengabdian

kepada masyarakat tentang "Pendampingan pada Ibu Yang Memiliki bayi usia 3-6 bulan dalam pelaksanaan *baby spa* di desa Bantarjaya kecamatan Pebayuran kabupaten Bekasi Tahun 2023."

Hasil studi pendahuluan dengan wawancara dengan 3 ibu yang memiliki bayi mengatakan tidak mengetahui manfaat dari *baby spa* dan biasanya mereka memijat bayinya jika rewel kepada paraji atau dukun bayi. Berdasarkan latar belakang tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat tentang "Pendampingan pada ibu yang memiliki bayi usia 3-6 bulan dalam pelaksanaan *baby spa* di desa Bantarjaya Kecamatan Pebayuran Kabupaten Bekasi Tahun 2023."

Analisis univariat ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase (%) dari masing-masing variabel. Luaran dari PkM ini adalah pelaksanaan pendampingan ibu dalam pelaksanaan *baby spa* di desa Bantarjaya, Kecamatan Pebayuran Kabupaten Bekasi, serta dihasilkannya jurnal publikasi dan lembar balik cara melakukan *baby spa* (Hki). Kegiatan pendampingan pelaksanaan *baby spa* ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas tidur bayi khususnya, dan menjadikan bayi lebih sehat serta tumbuh kembang bayi lebih optimal sesuai dengan usianya. Dengan diadakannya kegiatan PkM ini, pengetahuan ibu dan keterampilan dalam melakukan *baby spa* meningkat saat sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan dan pendampingan. (Julianti, 2021)

Menilai ketercapaian tujuan dari kegiatan ini adalah dari hasil penerapan di desa Bantarjaya Kecamatan Pebayuran dari hasil menjawab pre dan posttest serta penilaian keterampilan melakukan *baby spa* pada saat sebelum dan setelah dilakukan pelatihan, adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan dalam melakukan *baby spa*.

Selain metode evaluasi, pelaksana juga membuat media pembelajaran untuk para ibu yang memiliki bayi usia 3-6 bulan berupa *leaflet*, poster, lembar balik cara *baby spa*. Media *leaflet* diberikan kepada para ibu untuk dibawa pulang, dengan tujuan agar para ibu bisa mempelajari setiap saat tentang cara *baby spa*. Media poster dan lembar balik diberikan juga kepada para ibu kader, minimal pada saat diadakan posyandu bisa selalu mengingatkan kembali kepada ibu yang memiliki bayi usia 3-6 bulan untuk melakukan cara *baby spa*, serta poster bisa dipasang juga pada tempat-tempat yang

strategis yang mudah dilihat oleh para ibu, seperti di Posyandu, Puskesmas, tempat PKK, SD/PAUD/TK. Tujuannya dilakukan hal tersebut adalah untuk memberikan motivasi agar para ibu melakukan *baby spa*, sehingga dapat mempersiapkan optimalisasi untuk pertumbuhan dan perkembangan anak.

demonstrasikan, kemudian dilakukan penilaian menggunakan lembar ceklis (*Posttest*).

METODE

Tabel 1. Metode Pelaksanaan

Tanggal Pelaksanaan	Tempat	Kegiatan	Jumlah Responden	Metode
Jum'at, 02 Juni 2023	Balai Desa Bantarjaya	Tahap 1	25	Sosialisasi dan Pendampingan <i>Baby Spa</i>
Sabtu, 03 Juni 2023	Balai Desa Bantarjaya	Tahap 2	27	
Jum'at, 09 Juli 2023	Balai Desa Bantarjaya	Tahap 1	28	Evaluasi
Sabtu, 10 Juli 2023	Balai Desa Bantarjaya	Tahap 2	19	

Tahap Pra Kegiatan

1. Mengurus izin ke Kesbangpol Kabupaten Bekasi
2. Mengurus izin ke Dinas Kesehatan Kabupaten Bekasi
3. Mengurus izin ke Puskesmas Pebayuran
4. Mengurus izin ke Desa Bantarjaya
5. Berkoordinasi dengan Para Kader dan aparat Desa Bantarjaya tentang kegiatan untuk mengundang para ibu yang memiliki Bayi ke Balai Desa Bantarjaya.

Tahap Pelaksanaan Kegiatan

1. Dilaksanakan pretest kepada responden menggunakan kuesioner.
2. Dilakukan pemaparan materi tentang *baby spa*.
3. Dilaksanakan *posttest* dengan kuesioner.
4. Sebelum dilakukan demonstrasi, para ibu diminta untuk mendemonstrasikan dari pelaksanaan *baby spa*, setelah itu dinilai sesuai dengan lembar ceklis.
5. Dilaksanakan demonstrasi.
6. Para ibu melakukan Kembali tahapan *baby spa* yang sudah di



Gambar 1. Proses sosialisasi tentang *baby spa*



Gambar 2. Proses sosialisasi tentang *baby spa*



Gambar 3. Pelaksanaan pendampingan *baby spa*



Gambar 4. Pelaksanaan pendampingan *baby spa*



Gambar 5. Pengisian kuesioner oleh responden



Gambar 6. Evaluasi

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan dilaksanakan pada tahap I dan II dilaksanakan pada hari jumat dan sabtu, 02 dan 03 Juni 2023, bertempat di balai desa Bantarjaya kecamatan Pebayuran. Sasaran kegiatan ini adalah ibu yang memiliki bayi usia 3-6 Bulan yang bertempat tinggal di desa Bantarjaya sebanyak 47 orang. Tim pelaksana kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah dosen dan 2 mahasiswa kebidanan.

Berikut adalah hasil penyuluhan tentang *baby spa* sebelum dan setelah responden mengisi kuesioner.

Tabel 1. Rekapitulasi Prosentase Hasil Pengetahuan *Baby Spa*

Nama	Nilai Pretes	Nilai Posttes	Peningkatan Pengetahuan (%)
R1	46,7	66,7	20
R2	73,33	93,33	20
R3	66,7	93,33	26,63
R4	40	73,33	33,33
R5	73,33	100	26,67
R6	66,7	80	13,3
R7	60	93,33	33,33
R8	60	80	20
R9	40	73,33	33,33
R10	66,7	93,33	26,63
R11	53,33	80	26,67
R12	60	93,33	33,33
R13	60	80	20
R14	80	93,33	13,33
R15	73,33	93,33	20
R16	80	93,33	13,33
R17	80	100	20
R18	60	100	40
R19	46,7	80	33,3
R20	53,33	93,33	40
R21	40	80	40

Nama	Nilai Pretes	Nilai Posttes	Peningkatan Pengetahuan (%)
R22	66,7	93,33	26,63
R23	60	80	20
R24	53,33	73,33	20
R25	40	93,33	53,33
R26	73,33	80	6,67
R27	40	66,7	26,7
R28	60	80	20
R29	53,33	93,33	40
R30	46,7	66,7	20
R31	46,7	80	33,3
R32	66,7	80	13,3
R33	53,33	80	26,67
R34	40	66,7	26,7
R35	66,7	80	13,3
R36	73,33	80	6,67
R37	66,7	73,33	6,63
R38	40	66,7	26,7
R39	53,33	93,33	40
R40	53,33	80	26,67
R41	66,7	80	13,3
R42	73,33	80	6,67
R43	46,7	66,7	20
R44	73,33	93,33	20
R45	66,7	93,33	26,63
R46	40	73,33	33,33
R47	73,33	100	26,67
RATA2	59,02	83,55	24,53

Berdasarkan tabel 1 diatas menyatakan dari 47 responden, sebelum dilakukan penyuluhan tentang pijat bayi memiliki nilai pengetahuan rata-rata sebesar 59,02 % (pengetahuan kurang), setelah dilakukan penyuluhan nilai rata-rata pengetahuan responden sebesar 83,55% (pengetahuan baik), dengan demikian dari 47 responden terdapat peningkatan nilai rata-rata pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan, yaitu sebesar 24,53%.

Tabel 2. Rekapitulasi Prosentase Hasil Keterampilan *Baby Spa*

Nama	Nilai Pretes	Nilai Posttes	Peningkatan Pengetahuan (%)
R1	42,86	78,57	35,71
R2	78,57	85,71	7,14
R3	42,86	92,86	50
R4	57,14	92,86	35,72
R5	64,29	78,57	14,28
R6	57,14	92,86	35,72
R7	42,86	85,71	42,85

R8	78,57	92,86	14,29
R9	42,86	92,86	50
R10	64,29	85,71	21,42
R11	64,29	92,86	28,57
R12	57,14	85,71	28,57
R13	42,86	85,71	42,85
R14	57,14	85,71	28,57
R15	42,86	92,86	50
R16	71,43	78,57	7,14
R17	57,14	78,57	21,43
R18	42,86	78,57	35,71
R19	71,43	92,86	21,43
R20	78,57	85,71	7,14
R21	78,57	92,86	14,29
R22	42,86	78,57	35,71
R23	57,14	92,86	35,72
R24	71,43	85,71	14,28
R25	42,86	85,71	42,85
R26	71,43	85,71	14,28
R27	50	92,86	42,86
R28	35,71	85,71	50
R29	57,14	85,71	28,57
R30	71,43	85,71	14,28
R31	57,14	78,57	21,43
R32	57,14	85,71	28,57
R33	71,43	92,86	21,43
R34	42,86	78,57	35,71
R35	57,14	78,57	21,43
R36	57,14	85,71	28,57
R37	57,14	92,86	35,72
R38	57,14	78,57	21,43
R39	78,57	85,71	7,14
R40	42,86	85,71	42,85
R41	42,86	78,57	35,71
R42	57,14	78,57	21,43
R43	57,14	85,71	28,57
R44	57,14	92,86	35,72
R45	57,14	78,57	21,43
R46	78,57	85,71	7,14
R47	42,86	85,71	42,85
RATA2	57,6	85,86	28,26

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa sebelum dilakukan pendampingan penerapan pijat bayi, dari 47 responden memiliki keterampilan yang kurang dalam melakukan pijat bayi yaitu dengan nilai rata-rata sebesar 57,6%, setelah dilakukan evaluasi dari pendampingan tersebut dari 47 responden mengalami perubahan nilai rata-rata yaitu sebesar 85,86% (Keterampilan Baik). Berdasarkan hasil tersebut, ada peningkatan keterampilan dari responden dari sebelum

dilakukan pendampingan dengan setelah dilakukan evaluasi yaitu sebesar 28,26%

Dalam pelaksanaannya, kegiatan ini dilaksanakan pada Tahap I dan II dilaksanakan pada hari jumat dan sabtu, 02 dan 03 Juni 2023, bertempat di balai desa Bantarjaya kecamatan Pebayuran. Sasaran kegiatan ini adalah ibu yang memiliki bayi usia 3-6 bulan yang bertempat tinggal di desa Bantarjaya sebanyak 47 orang. Peserta tidak hanya pada ibu yang baru pertama memiliki bayi. Dengan pengalaman ibu yang pernah mempunyai bayi sebelumnya diharapkan ibu yang baru pertama kali memiliki bayi dapat termotivasi untuk melakukan *baby spa* kepada anaknya nanti. Hal ini dapat dijadikan sebagai contoh bagi ibu lainnya yang nantinya juga akan memiliki bayi. Ketercapaian target materi pada kegiatan pengabdian masyarakat ini sangat baik, karena materi dapat disampaikan secara keseluruhan meskipun terbagi kedalam beberapa kelompok. Dalam penyampaian materi oleh Ika Kania Fatdo Wardani, SST., M.Kes (sebagai pengabdian) yang dibantu oleh perwakilan dua orang mahasiswa dan para ibu kader desa Bantarjaya

Kegiatan evaluasi dilaksanakan pada Tahap I dan II dilaksanakan pada hari Jumat dan sabtu 09 dan 10 Juni 2023, pukul 10.00-15.00 WIB dengan sasaran yang sama. Para ibu yang memiliki bayi usia 3-6 bulan masing-masing melakukan cara pijat bayi, kemudian pelaksana mengamati dan mengisi lembar ceklis dari masing-masing responden. Seluruh kegiatan berjalan lancar, semua ibu bisa memahami dan bisa melakukan cara *baby spa*. Selama pelaksanaan tidak diketemukan kendala.

Pengetahuan adalah hasil "tahu" dan ini terjadi setelah orang mengadakan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terhadap objek melalui panca indra manusia yakni penglihatan, pendengaran, rasa dan raba dengan sendiri. (Wawan dan Dewi, 2013)

Roesli (2016) menyatakan bahwa pijat bayi adalah seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang dikenai sejak awal manusia diciptakan di dunia serta telah dipraktikkan sejak berabad-abad tahun silam secara turun temurun oleh dukun bayi. "Yang disebut bayi adalah anak yang berumur 0-12 bulan. (Utami, 2016)

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa pengetahuan ibu mayoritas kurang. Pengetahuan ibu belum begitu memahami sehingga pengetahuan ibu dalam berfikir tentu lebih berbeda pola pikirnya. Seseorang akan mempunyai pengetahuan yang baik disebabkan karena orang tersebut telah menggunakan

panca indranya dengan maksimal, selain itu terdapat kemungkinan lain yang bisa menyebabkan rendahnya pengetahuan yaitu adanya pemahaman ibu bayi yang kurang tepat mengenai *baby spa*. Dalam pengetahuan ibu banyak mengetahui tentang pijat bayi di dukun.

Namun ada juga yang kurang mengetahui tentang *baby spa* karena setiap orang memiliki daya ingat dan daya tangkap yang berbeda-beda, kemampuan menganalisis dan kemampuan berfikir merupakan salah satu penyebab perbedaan pola pikir. Banyak diantara ibu bayi yang tidak mengerti tentang pijat bayi dan *baby spa*, dan ibu hanya mengerti jika anak sakit dipijat bisa sembuh. Ibu bayi tidak mengerti akibat yang akan terjadi jika bayi dipijat saat sakit dan ibu kurang mengerti atau memahami tentang pijat bayi.

Pengetahuan ibu dapat dipengaruhi oleh umur, karena kematangan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan dalam perkembangan mental, juga emosional yang baik. Karena tingkat kematangan dalam berfikir secara baik sehingga mudah mengerti tentang pijat bayi. Dengan bertambahnya usia, seseorang maka akan terjadi perubahan pada aspek fisik dan psikologis (mental).

Pendidikan dapat mempengaruhi seseorang termasuk juga perilaku seseorang untuk sikap berperan serta dalam pembangunan (Nursalam, 2017). Pada umumnya makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah menerima informasi (Wawan dan Dewi, 2010).

Berdasarkan pengamatan pada kondisi di daerah pengabdian menunjukkan bahwa budaya untuk memijat bayi pada saat sakit sudah menjadi kebiasaan. Hal ini tentunya membutuhkan upaya penyadaran yang lebih keras karena kuatnya tradisi ini.

Adanya tradisi ini berakibat pada pengetahuan masyarakat terutama ibu bayi tentang *baby spa* yang benar menjadi kurang. Untuk menghilangkan budaya tersebut maka diperlukan upaya penyadaran masyarakat dengan melakukan penyuluhan secara berkala oleh bidan dan bekerja sama dengan tokoh masyarakat agar pengetahuan masyarakat semakin meningkat. (Wawan dan Dewi, 2010)

Upaya pemberian pengetahuan ini seharusnya disertai dengan melakukan demonstrasi sehingga ibu bayi usia 3-6 bulan dapat melaksanakan *baby spa* dengan benar. Dengan dapat melaksanakan pemijatan secara benar maka dapat memicu ibu untuk dapat melaksanakan pemijatan dengan baik pada bayi sehingga menghasilkan output yang maksimal.

Salah satu faktor yang menjadi penghambat pengetahuan ibu di desa adalah kurangnya informasi tentang *baby spa* yang diterima oleh ibu. Hasil wawancara peneliti kepada beberapa ibu responden selama pengumpulan data, diperoleh keterangan bahwa mereka tidak pernah mendapatkan informasi tentang *baby spa* khususnya dari petugas kesehatan. Kondisi ini menyebabkan responden kurang memahami dengan baik pengetahuan tentang *baby spa*. Informasi tentang pengetahuan *baby spa* selama ini diperoleh ibu dari sumber nonformal, misalnya penuturan orang tua, teman atau orang yang dianggap berpengalaman serta pengalaman yang mereka alami pada masa terdahulu.

Berdasarkan hasil anamnesa yang dilakukan kepada ibu yang memiliki bayi mengatakan bahwa seringkali merasa dengan melakukan pijat bayi menjadi sembuh dari penyakit akibatnya ibu berpandangan bahwa pijat urut yang dilakukan oleh dukun bayi adalah yang terbaik. Kondisi inilah yang menyebabkan sikap ibu menjadi negatif. Selain pengalaman ibu, budaya masyarakat yang menyebabkan adanya persepsi positif terhadap pijat bayi sebenarnya dapat dimanfaatkan untuk lebih mengenalkan pijat bayi dalam arti pijat bayi yang sesuai dengan kaidah-kaidah kesehatan. Pijat bayi yang dilaksanakan saat ini pada dukun bayi masih merupakan pijat urut dan bukan proses stimulasi pada bayi. Perbedaan tujuan pijat bayi tradisional dengan pijat bayi modern seringkali membuat masyarakat sulit untuk menerima pijat bayi modern. Pijat bayi tradisional dipersepsikan sebagai upaya untuk penyembuhan demam pada bayi sedangkan pijat bayi modern bertujuan untuk proses stimulasi. Kondisi inilah yang menyebabkan masyarakat masih mempercayai penyembuhan pijat bayi karena untuk memperoleh penyembuhan maka ada kecenderungan pada masyarakat untuk memijatkan bayinya, sedangkan upaya stimulasi untuk bayi tidak terlalu menarik minat masyarakat, yang berarti masyarakat masih beranggapan bahwa memijat bayi adalah untuk menyembuhkan dan bukan upaya memberikan stimulasi kepada bayi. Secara budaya perilaku pijat bayi merupakan perilaku yang sering dilakukan oleh masyarakat. Ibu-ibu sering memijatkan anaknya dengan alasan agar anak menjadi lebih segar, anak tidak rewel, anak mudah makan, dan jika anak sakit atau kelelahan. Sikap ibu dalam melakukan pijat bayi masih kurang. Itu dikarenakan mereka kurang peduli dan kurang mempunyai keinginan untuk

melakukan baby s sendiri. Untuk itu diperlukan upaya perubahan sikap dengan cara memberikan pemahaman kepada ibu bayi usia 0-6 bulan tentang cara pemijatan bayi yang benar serta tujuannya melalui metode demonstrasi.

Kemampuan peserta dilihat dari penguasaan materi cukup baik dikarenakan waktu yang berkelanjutan dalam penyampaian materi kepada ibu hamil meskipun kemampuan para peserta berbeda-beda. Secara keseluruhan kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat dikatakan berhasil. Keberhasilan ini selain diukur dari keterampilan peserta setelah mengikuti pelatihan dan dari hasil pretest dan posttest yang telah dibagikan. Manfaat yang diperoleh responden adalah dapat mengingat dan mempraktikkan teknik-teknik yang telah diberikan.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Alfi Rosita di Kelurahan Wadung Getas Klaten (2012) menyatakan bahwa gerakan relaksasi tidak hanya dilakukan pada daerah kaki saja akan tetapi bisa diberikan di daerah tubuh yang lain karena relaksasi yang digunakan untuk melemaskan otot-otot bayi. Namun, responden beranggapan bahwa gerakan relaksasi hanya dilakukan di daerah kaki saja. Sentuhan relaksasi digunakan untuk menolong agar anggota tubuh bayi yang kaku bisa rileks dan lemas. (Utami, 2016)

Sentuhan yang diberikan sejak awal kelahiran akan memberikan rasa nyaman pada bayi, bayi akan merasa lebih tenang karena ada sentuhan langsung. Sentuhan dan pijatan pada bayi setelah kelahiran dapat memberikan jaminan adanya kontak tubuh berkelanjutan yang dapat mempertahankan perasaan aman pada bayi. (Utami, 2016)

Sentuhan juga akan merangsang peredaran darah dan akan menambah energi karena gelombang oksigen yang segar akan lebih banyak di kirim ke otak dan seluruh tubuh. (Utami, 2016)

Baby Spa dapat segera dimulai setelah bayi berusia 3 bulan. Dengan cepat mengawali pemijatan, bayi akan mendapatkan keuntungan yang lebih besar. Apalagi jika pemijatan dapat dilakukan setiap hari sejak kelahiran sampai bayi berusia 6-7 bulan. (Utami, 2016)

Pengetahuan seseorang dapat dipengaruhi oleh Pendidikan, karena tingkat Pendidikan akan berpengaruh terhadap daya serap atau penerimaan informasi dan akhirnya pengetahuan yang dimilikinya lebih sedikit. Dalam hal ini tingkat Pendidikan responden

termasuk dalam tingkat menengah. (Dewi U, 2014)

Pendidikan berarti bimbingan yang diberikan seseorang kepada orang lain menuju ke arah cita-cita tertentu. Pendidikan diperlukan untuk mendapat informasi misalnya hal yang menunjang Kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup. Pendidikan dapat mempengaruhi seseorang, umumnya semakin tinggi Pendidikan seseorang, maka akan semakin mudah pula mereka menerima informasi. (Dewi U, 2014)

Faktor lain yang mempengaruhi pengetahuan ibu dalam melakukan *baby spa* adalah faktor pekerjaan, usia, minat, pengalaman dan kebudayaan sekitar. Pengetahuan akan berpengaruh pada pengetahuan ibu dimana ibu yang bekerja sebagai ibu rumah tangga akan sibuk dengan urusan rumah, sehingga ibu akan sulit mendapatkan informasi terkini seperti pengetahuan tentang *baby spa* karena ibu setelah melakukan pekerjaan rumah akan istirahat dan selebihnya diberikan kepada keluarganya. Hal tersebut sesuai dengan teori A Wawan dan Deni M (2015) pekerjaan seseorang merupakan penunjang kehidupan dan kehidupan keluarga. Pekerjaan bukanlah sumber kesenangan, tetapi lebih banyak merupakan cara mencari nafkah. (Wawan dan Dewi, 2010)

Berdasarkan hasil kegiatan PkM oleh Maria Hidayanti, di desa Kertajati bahwa setelah dilakukan pelatihan *baby spa* pada ibu-ibu muda yang mempunyai bayi 0-3 tahun dapat memiliki pemahaman dan keterampilan Teknik *baby spa* dan mampu diberdayakan untuk pemantauan tumbuh kembang bayi.

Hal tersebut sejalan dengan hasil PkM yang dilakukan oleh Irma Jayatmi (2020), di Bogor Setelah bayi melakukan *treatment baby spa* nafsu makan bayi akan menjadi lebih baik sehingga bayi mengalami peningkatan kualitas tidur dan berat badan yang lebih baik dari *baby massage* yang bersifat relaksasi. Dengan bayi bermain air, otot-otot bayi akan berkembang dengan sangat baik, persendian tubuh akan bekerja secara optimal, pertumbuhan badan meningkat dan tubuh bayi menjadi lentur atau dengan kata lain gerakan di dalam air semua anggota tubuh bayi digerakkan mulai dari kaki, tangan, hingga kepala walaupun gerakannya belum begitu sempurna.

SIMPULAN

Adanya peningkatan pengetahuan ibu sebelum dan sesudah dilakukan sosialisasi atau

penyuluhan tentang *baby spa*, yaitu sebesar 24,53% dan peningkatan keterampilan ibu dalam melakukan *baby spa* yaitu sebesar 28,26%.

Diharapkan setelah kegiatan ini akan terus ada pendampingan kepada ibu responden khususnya dan untuk ibu hamil serta ibu yang baru melahirkan agar bisa melakukan *baby spa* kepada bayinya, sehingga kualitas tidur bayi baik, serta tumbuh kembang menjadi optimal sesuai dengan usianya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada yayasan medika bahagia sebagai pemberi dana hibah pengabdian kepada masyarakat, seluruh pimpinan Universitas Medika Suherman, rekan-rekan prodi sarjana kebidanan dan pendidikan profesi bidan, tim mahasiswa, kepala Desa Bantarjaya, para ibu kader Desa Bantarjaya dan keluarga yang telah membantu, membimbing dan memberikan motivasi dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

DAFTAR RUJUKAN

- Agus dan Dela, 2017. Hubungan Frekuensi Baby Spa dengan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-4 bulan di Desa Gonilan. Poltekkes Kemenkes Semarang 11.
- Dewi U, A.F., 2014. Pengaruh Pemijatan Terhadap Kualitas Tidur. Depdiknas, Jakarta.
- Intan, P., 2018. Perbedaan Terapi Pijat dan Baby Swimming terhadap Frekuensi Menyusu dan Lama Tidur Bayi Usia 0-6 Bulan di Nismara modern Kids and Baby Spa.
- Julianti, N., 2021. SOSIALISASI PEMERIKSAAN METODE IVA PADA WANITA USIA SUBUR (WUS) UNTUK DETEKSI DINI KANKER SERVIKS. SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan 5, 105–110.
- Nursalam, 2017. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis Edisi 3. Salemba Medika, Jakarta.
- Prasetyo, D., 2017. Buku Pintar Baby Spa. Buku Biru, Yogyakarta.
- Putri, D.A., 2016. Hubungan Pijat Bayi dan Baby Spa dengan Kualitas Tidur Bayi. Kebidanan Poltekkes Bhakti Mulia, Maternal, No. 1 1.
- Rohmah, H.N.F., 2022. PENYULUHAN PEMILIHAN ALAT KONTRASEPSI SESUAI KONDISI KESEHATAN AKSEPTOR. SELAPARANG: Jurnal

- Pengabdian Masyarakat Berkemajuan 6, 1375–1379.
- Rohmawati, F., 2018. Pengaruh Baby Massage Terhadap Kualitas Tidur. Trans Info Media, Jakarta.
- Utami, R., 2016. Pedoman Pijat Bayi dan Baby Spa. Jakarta Trubus Agriwidya, Jakarta.
- Wardani, I.K.F., 2021. Pelatihan Cara Perawatan Payudara Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Desa Bantarjaya Kecamatan Pebayuran Kabupaten Bekasi Tahun 2021. SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan 5, 115–119.
- Wawan dan Dewi, 2019. Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia, in: Teori Dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Manusia. Nuha Medika, Yogyakarta.
- WHO, 2017. Masalah Kualitas Tidur.