

Edukasi Manfaat *Baby SPA* untuk Perkembangan Motorik Bayi di Desa Pager Agung, Serang, Banten

Rismawati*¹, Qonita², Novitasari³

^{1,2,3}Program Studi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bina Bangsa, Serang, Indonesia.

korespondensi: risma0225@gmail.com*

Diterima: 15 Maret 2025, Terbit: 10 Agustus 2025

Abstract. *Baby spa offers numerous benefits for infants, including helping to regulate sleep patterns, stimulating and balancing the hormones cortisol and oxytocin, boosting the immune system to promote better overall health, and stimulating enzymes in the stomach that enhance optimal nutrient absorption. This community service activity was carried out at the Yasmin Baby Spa Outlet in Serang in July 2024, targeting mothers with babies aged 6 to 12 months. The activity was attended by seven mothers, one therapist, and one midwifery student from Bina Bangsa University. The educational session aimed to increase the mothers' knowledge and skills in performing baby massage and baby spa treatments, enabling them to apply these practices independently at home. Based on the evaluation conducted after the session, participants' knowledge increased by up to 82%. This indicates that the activity had a positive impact in enhancing mothers' understanding and awareness of the importance of early stimulation through baby massage and baby spa. Moreover, the activity equipped mothers with practical skills that can be directly applied, thus supporting the optimal growth and development of their babies.*

Keywords: *baby spa, baby motoric, education*

Abstrak. *Baby spa memiliki banyak manfaat untuk bayi, antara lain membantu mengatur pola tidur; merangsang dan menyeimbangkan hormon kortisol dan oksitosin, meningkatkan daya tahan tubuh sehingga bayi menjadi lebih sehat, serta merangsang enzim dalam lambung yang berperan dalam meningkatkan penyerapan nutrisi secara optimal. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di Outlet Yasmin Baby Spa, Serang, pada bulan Juli 2024, dengan sasaran ibu-ibu yang memiliki bayi usia 6–12 bulan. Kegiatan ini diikuti oleh tujuh orang ibu, satu terapis, serta satu mahasiswa kebidanan dari Universitas Bina Bangsa. Kegiatan edukasi dilaksanakan dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi dan perawatan baby spa, agar dapat diaplikasikan secara mandiri di rumah. Berdasarkan hasil evaluasi setelah edukasi, terjadi peningkatan pengetahuan peserta hingga 82%. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan ini memberikan dampak positif dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran ibu-ibu terhadap pentingnya stimulasi dini melalui pijat bayi dan baby spa. Selain itu, kegiatan ini juga membekali ibu-ibu dengan keterampilan praktis yang dapat diterapkan secara langsung, sehingga mendukung tumbuh kembang bayi secara optimal.*

Kata kunci: *baby spa, motorik bayi, edukasi*

Sitasi:

Rismawati, Qonita & Novitasari. (2025). Edukasi Manfaat *Baby SPA* untuk Perkembangan Motorik Bayi di Desa Pager Agung Serang, Banten. *IMPACT: Journal of Community Service*, 1(2), 29–33.



PENDAHULUAN

Bayi dapat tumbuh dan berkembang secara optimal apabila kebutuhan dasarnya terpenuhi, yaitu asah, asih, dan asuh. Kebutuhan asah berkaitan dengan kebutuhan akan stimulasi. Stimulasi perlu diberikan sejak dini untuk merangsang dan mengembangkan kemampuan sensorik, emosional, bahkan kognitif bayi, salah satunya melalui praktik pijat bayi. Pemijatan dapat melancarkan aliran darah ke seluruh tubuh, termasuk ke otak. Salah satu zat penting yang dibawa darah adalah oksigen. Terpenuhinya oksigen ke otak secara optimal akan meningkatkan konsentrasi dan kesiagaan bayi (Sembiring, 2017).

Meskipun proses tumbuh kembang terjadi secara alamiah, keberhasilannya sangat bergantung pada peran orang dewasa, khususnya orang tua. Anak yang sehat, cerdas, berpenampilan menarik, dan berakhlak mulia merupakan harapan setiap orang tua. Untuk mewujudkan hal tersebut, berbagai faktor harus mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak, salah satunya adalah unsur keturunan atau genetika (Hidayanti et al., 2021). Namun demikian, faktor lingkungan dan stimulasi tetap menjadi aspek penting yang tidak dapat diabaikan.

Baby spa merupakan rangkaian stimulasi tumbuh kembang anak yang memadukan layanan senam bayi (*baby gym*), berenang (*baby swim*), dan pijat bayi (*baby massage*). *Baby spa* memiliki banyak manfaat, di antaranya mengatur pola tidur bayi, merangsang dan menyeimbangkan hormon kortisol dan oksitosin, meningkatkan daya tahan tubuh, serta merangsang enzim dalam lambung untuk meningkatkan penyerapan nutrisi. Selain itu, *baby spa* juga dapat merangsang hormon gastrin yang berperan dalam meningkatkan nafsu makan, melancarkan peredaran darah, memperkuat otot, mencegah bayi mengalami kembung dan kolik, mendukung perkembangan otak secara optimal, serta menyehatkan dan mengoptimalkan fungsi organ tubuh dan organ indera seperti peraba, penglihatan, penciuman, pendengaran, dan keseimbangan. Dengan demikian, *baby spa* dapat diartikan sebagai rangkaian kegiatan yang diberikan kepada bayi dengan tujuan memberikan relaksasi (Oktapiani, 2020).

Stimulasi yang tidak mencukupi dapat menyebabkan keterlambatan dalam pertumbuhan dan perkembangan anak. Oleh karena itu, stimulasi memegang peranan penting agar bayi dapat berkembang secara optimal. Salah satu bentuk stimulasi yang dapat dilakukan oleh orang tua secara aktif adalah stimulasi taktil, seperti *baby massage* atau *baby spa* (Pratiwi & Palupi, 2017).

Sejalan dengan komitmen pemerintah Indonesia dalam mewujudkan Agenda Pembangunan Berkelanjutan 2030, berbagai upaya dilakukan untuk meningkatkan kesejahteraan anak, termasuk melalui pendekatan stimulasi seperti *baby spa*. *Baby spa* dan *baby massage* merupakan praktik yang terbukti dapat meningkatkan perkembangan motorik bayi (Putri et al., 2019). Praktik ini melibatkan gerakan fisik lembut dan teknik pijat khusus pada tubuh bayi. Dalam beberapa tahun terakhir, *baby spa* dan *baby massage* semakin populer di kalangan orang tua karena dinilai membawa banyak manfaat bagi perkembangan bayi. Selain itu, kegiatan ini juga menjadi sarana interaksi dan memperkuat ikatan antara orang tua dan bayi. Namun, penting untuk memahami tahap perkembangan motorik bayi agar praktik ini dapat dilakukan secara tepat dan efektif (Jayatmi et al., 2020).

Menurut hasil Pemantauan Gizi Nasional tahun 2018, sebanyak 13,8% balita di Indonesia mengalami status gizi kurang, 3,9% mengalami gizi buruk, dan 19,3% mengalami stunting atau status gizi pendek. Provinsi Nusa Tenggara Barat, memiliki angka lebih tinggi dari rata-rata nasional, dengan balita berstatus gizi kurang sebesar 20,49%, gizi buruk 5,91%, dan stunting 33,49%. Lombok Timur menjadi wilayah dengan jumlah sampel terbanyak dalam Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 untuk kelompok usia 0–23 bulan sebanyak 484 anak (Risikesdas, 2018).

Berdasarkan latar belakang di atas, maka pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini menjadi sangat penting, mengingat banyaknya manfaat dari praktik *baby spa* dan pijat bayi terhadap kesehatan dan perkembangan bayi secara menyeluruh.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Outlet Yasmin *Baby Spa*, Serang, pada bulan Juli 2024, dengan sasaran ibu-ibu yang memiliki bayi berusia 6–12 bulan. Tujuan dari kegiatan ini adalah agar para ibu mampu melakukan pijat bayi secara mandiri di rumah. Adapun tahapan pelaksanaan kegiatan adalah sebagai berikut:

Identifikasi dan Pengumpulan Peserta

Mengumpulkan ibu-ibu yang memiliki bayi usia 6–12 bulan. Jumlah peserta yang terlibat dalam kegiatan ini sebanyak tujuh orang.

Sosialisasi Materi

Memberikan sosialisasi kepada para ibu mengenai pijat bayi dan *baby spa*. Sosialisasi dilakukan melalui demonstrasi langsung mengenai teknik melakukan pijat bayi sehat.

Diskusi dan Berbagi Pengalaman

Kegiatan dilanjutkan dengan sesi diskusi interaktif dan berbagi pengalaman, diantaranya:

- a. Penjelasan mengenai manfaat pijat bayi
- b. Demonstrasi teknik pijat bayi yang benar
- c. Praktik langsung oleh peserta di bawah bimbingan pemateri
- d. Sesi tanya jawab dan diskusi mendalam terkait materi yang telah disampaikan

Pendampingan Praktik Pijat Bayi dan Baby Spa

Memberikan kesempatan kepada para ibu untuk melakukan praktik pijat bayi secara langsung, dengan pendampingan dari tim pelaksana, agar peserta lebih percaya diri dalam menerapkan teknik pijat bayi sehat di rumah.

Evaluasi Pelaksanaan

Pada akhir kegiatan, dilakukan evaluasi untuk menilai pemahaman ibu-ibu terhadap materi yang telah disampaikan dan dipraktikkan. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa para peserta memahami teknik pijat bayi sehat dan menyatakan kesediaan untuk menerapkannya secara rutin di rumah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini diikuti oleh tujuh orang ibu yang memiliki bayi berusia 6–12 bulan, satu orang terapis, serta melibatkan satu mahasiswa kebidanan semester 3 dari Universitas Bina Bangsa. Keterlibatan mahasiswa bertujuan untuk memberikan kesempatan belajar dan mengaplikasikan secara langsung materi perkuliahan, khususnya dalam mata kuliah *Technopreneurship*. Kegiatan edukasi ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu-ibu mengenai pijat bayi dan *baby spa*, sehingga mereka mampu melakukan pijat bayi secara mandiri di rumah. Selama pelaksanaan, para ibu menunjukkan antusiasme yang tinggi, mengingat masih banyak di antara mereka yang belum memiliki keterampilan melakukan pijat bayi secara mandiri. Proses pelaksanaan edukasi dapat dilihat pada gambar 1 dan 2.



Gambar 1. Pijat bayi

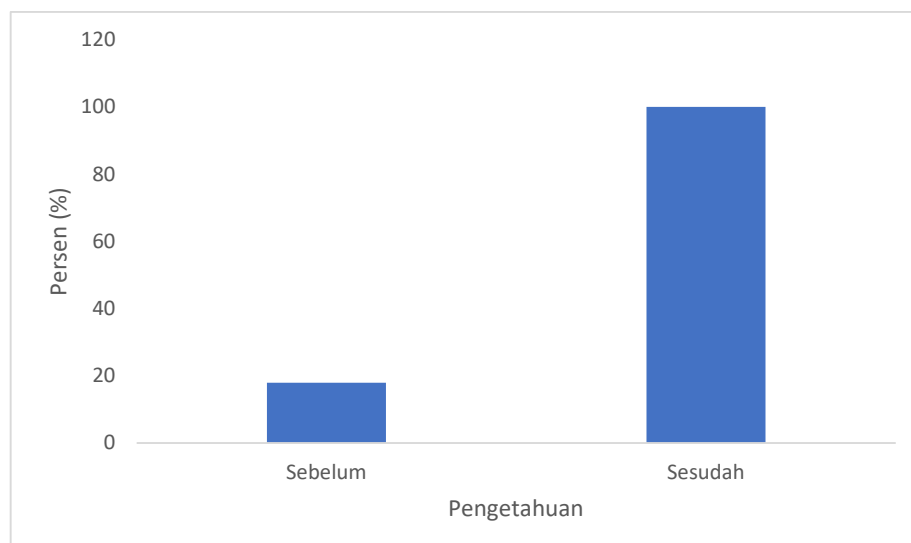


Gambar 1. Senam bayi (berenang)

Kegiatan penyuluhan ini merupakan salah satu media untuk menyampaikan informasi kesehatan, khususnya di daerah yang sulit dijangkau oleh media informasi konvensional, melalui peningkatan literasi informasi kesehatan. Penyuluhan yang dilaksanakan dimulai dengan pemberian materi, dilanjutkan dengan demonstrasi teknik pijat bayi yang benar (*baby massage*) dan senam bayi (*baby gym*). Setelah itu, dilakukan diskusi interaktif bersama masyarakat mengenai pengertian baby spa, manfaat perawatan *baby spa*, serta pemberian kesempatan kepada peserta untuk mempraktikkan secara langsung *baby massage* dan *baby gym*.

Secara umum, rangkaian baby spa dimulai dengan pijat bayi yang kemudian dilanjutkan dengan aktivitas berenang. Menurut *The American Massage Therapy Association*, pijat dilakukan dengan cara menyentuh, menggerakkan, dan memberikan tekanan pada tubuh (Andini & Puspita, 2025). Manfaat pijat bayi antara lain adalah meningkatkan nafsu makan, yang berkontribusi terhadap peningkatan berat badan bayi, sehingga bayi tampak lebih sehat dibandingkan dengan bayi seusianya yang tidak mendapatkan terapi baby spa (Yuliana et al., 2025).

Berdasarkan hasil edukasi yang telah diberikan, diketahui bahwa sebelum pelaksanaan penyuluhan, sebagian besar ibu belum memahami manfaat dan teknik pijat bayi yang sehat. Namun, setelah mendapatkan edukasi dan demonstrasi secara langsung, para ibu menunjukkan pemahaman yang lebih baik mengenai manfaat pijat bayi serta mampu mempraktikkannya dengan benar. Peningkatan pengetahuan ibu-ibu setelah pelaksanaan kegiatan ini mencapai 82% (gambar 3).



Gambar 1. Peningkatan pengetahuan peserta sebelum dan sesudah dilakukan edukasi tentang manfaat *baby spa*

KESIMPULAN

Baby spa, memiliki berbagai manfaat penting bagi tumbuh kembang bayi, antara lain meningkatkan nafsu makan, berat badan, serta kualitas kesehatan secara umum. Sebelum penyuluhan, sebagian besar ibu belum mengetahui manfaat dan cara pelaksanaan pijat bayi yang benar. Namun, setelah kegiatan berlangsung, terjadi peningkatan pemahaman yang signifikan, dengan capaian peningkatan pengetahuan hingga 82%.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada pihak-pihak yang telah bekerja sama dalam pelaksanaan dan penyusunan karya pengabdian masyarakat ini. Para peserta dan bayi yang sangat antusias mengikuti kegiatan sehingga terlaksana dengan lancar dan terkendali.

DAFTAR PUSTAKA

- Andini, I. F., & Puspita, Y. (2025). *Baby spa dan baby massage terhadap panjang badan bayi usia 3-6 bulan di Praktek Mandiri Bidan Kabupaten Rejang Lebong. JIK JURNAL ILMU KESEHATAN*, 9(1), 90-96. <http://dx.doi.org/10.33757/jik.v9i1.1150>
- Hidayanti, M., Lita, L., & Jatisunda, M. G. (2021). Pelatihan keterampilan *baby spa* bagi ibu-ibu muda sebagai upaya meningkatkan kualitas pertumbuhan dan perkembangan bayi. *BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(3), 707-713. <https://doi.org/10.31949/jb.v2i3.1325>
- Jayatmi, I., & Fatimah, J. (2020). Pertumbuhan optimal dengan pijat dan spa bayi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia Maju*, 1(2), 54-61. <https://doi.org/10.33221/jpmim.v1i02.663>
- Kemendes RI. (2019). Laporan Provinsi LampungPuteri, V. T. A., Taufik, S., & Nurul, M. (2019). Pengaruh tehnik baby spa terhadap perkembangan motorik dan kenaikan berat badan bayi. *MMJ (Mahakam Midwifery Journal)*, 4(1), 324-329.
- Oktapiani, A., Patimah, S., & Rohmatin, E. (2022). Effect of baby spa on sleep quality of baby 3-6 months. *MIDWIFERY AND NURSING RESEARCH (MANR) JOURNAL*, 2(2), 49-52.
- Pratiwi, Y. E., & Palupi, E. (2017). Perbandingan pertumbuhan perkembangan bayi usia 4-12 bulan antara yang dilakukan *baby massage* dan *baby spa* di Kelurahan Purwokinanti. *Jurnal Kesehatan*, 6(1), 18-33
- Sembiring, J. B. (2019). *Buku ajar neonatus, bayi, balita, anak pra sekolah*. Deepublish.
- Yuliana, A. R., Sa'adah, T. R., Cahyanti, L., & Fitriana, V. (2025). Persepsi ibu tentang manfaat pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi. *Jurnal Profesi Keperawatan*, 12(1), 94-103.