

BAB II

LANDASAN TEORITIS

A. Perkembangan Motorik

A.1 Defenisi

Menurut Soetjiningsih, perkembangan (*development*) adalah bertambahnya kemampuan (*skill*) dalam struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam pola yang teratur dan dapat diramalkan, sebagai hasil dari proses pematangan. Sedangkan menurut Makrum, perkembangan berkaitan dengan masalah perubahan bentuk dan fungsi pematangan organ atau individu, termasuk perubahan aspek perilaku sosial atau emosional akibat pengaruh lingkungan.

Perkembangan motorik adalah sesuatu proses kemasakan atau gerak yang langsung melibatkan otot-otot untuk bergerak dan proses pensyarafan yang menjadi seseorang mampu menggerakkan dan proses persyarafan yang menjadikan seseorang mampu menggerakkan tubuhnya.

Perkembangan motorik halus merupakan kemampuan yang berhubungan dengan keterampilan fisik yang melibatkan otot-otot kecil dan koordinasi mata-tangan. Sedangkan perkembangan motorik kasar adalah kemampuan yang membutuhkan keseimbangan dan koordinasi antara anggota tubuh dengan otot-otot besar (Galeria, 2014).

A.2 Aspek-aspek Perkembangan Motorik

Berbagai aspek motorik yang harus dipantau pada pergerakan motorik kasar dan halus bayi adalah, sebagai berikut :

- 1) Gerak kasar (motorik kasar) aspek yang berhubungan dengan kemampuan anak melakukan pergerakan dan sikap tubuh yang melibatkan otot-otot besar, seperti duduk, berdiri, berjalan. Perkembangan otak yang pesat tentu berpengaruh terhadap motorik kasar dan motorik halus karena stimulasi sentuhan yang bertahap dan terus menerus merangsang *homunculus* serebri yaitu bagian otak yang berperan sebagai pusat gerakan otot-otot dan keseimbangan tubuh sehingga dapat mengoptimalkan perkembangan.
- 2) Gerak halus (motorik halus) aspek yang berhubungan dengan kemampuan anak melakukan gerakan yang melibatkan bagian-bagian tubuh tertentu

dan dilakukan oleh otot-otot kecil, tetapi memerlukan koordinasi yang cermat, seperti mengamati sesuatu, menjimpit, menulis, dan lain lain.

- 3) Kemampuan bicara dan bahasa aspek yang berhubungan dengan kemampuan untuk memberikan respon terhadap suara, bicara, berkomunikasi, mengikuti perintah. Otak bayi diibaratkan seperti sirkuit-sirkuit yang berdiri sendiri namun, dengan adanya rangsangan nonverbal akan membantu otak yang menghubungkan sel-sel otak. Jika semakin banyak sel yang terhubung, anak akan semakin pintar.
- 4) Sosialisasi dan kemandirian aspek yang berhubungan dengan kemampuan mandiri anak seperti, makan sendiri dan membereskan mainan setelah selesai digunakan, berpisah dengan ibu atau pengasuh, bersosialisasi dan berinteraksi dengan lingkungannya. Pemberian stimulasi visual pada ranjang bayi akan meningkatkan perhatian anak terhadap lingkungannya, bayi akan gembira dengan tertawa-tawa dan menggerak-gerakkan seluruh tubuhnya (Dian, 2015).

Tabel 2.1

Pertumbuhan dan Perkembangan Bayi

Umur	BB (Kg)	PB (Cm)	Gerakan Kasar	Gerakan Halus	Komunikasi Bicara	Sosial Kemandirian
1 Bln	3,0 - 4,3	49,8 – 54,6	Tangan & Kaki bergerak aktif	Kepala menoleh ke samping	Bereaksi terhadap bunyi lonceng	Menatap wajah ibu atau pengasuh
2 Bln	3,6 – 5,2	52,6 – 58,1	Mengangkat kepala ketika tengkurap		Bersuara	Tersenyum Spontan
3 Bln	4,2 – 6,0	55,5 – 61,1	Kepala tegak didudukan	Memegang mainan	Tertawa/ bertenak	Memandang tangannya
4 Bln	4,7 – 6,7	57,8 – 63,7				

5 Bln	5,3 – 7,3	59,8 – 65,9	Tengkurap telentang sendiri	Meraih dan menggapai	Menoleh kearah datangnya suara	Meraih mainan
6 Bln	6,8 – 7,6	61,6 – 67,8	Duduk Tanpa	Mengambil mainan dengan tangan kanan & kiri		Memasukkan biskuit ke mulut
7 Bln	6,2 – 8,3	63, 2 – 69, 5	berpeganga n		Bersuara ma.. ma.. ma	
8 Bln	6,6 – 8,8	64, 6 - 71,0	Berdiri Berpeganga n	Menjimpit	Bersuara ma.. ma.. ma	Membalikkan tangan
9 Bln	7,0 – 9,2	66,0 – 72,3		Memukul mainan ke tangan kanan dan kiri		Bertepuk tangan
10 Bln	7,3 – 9,5	67,2 – 73,6			Memanggil mama papa	Menunjukkan meminta
11 Bln	7,6 – 9,9	68,5 – 74,9				Bermain dengan orang lain
12 Bln	7,8 – 10,2	69,6 – 76,1	Berdiri tanpa berpeganga n	Memasukan makanan ke cangkir		

Sumber: Dewi, 2015

A.3 Faktor yang Memengaruhi Perkembangan Motorik

Faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik baik motorik kasar dan halus antara lain:

1. Faktor genetik

Faktor genetik merupakan modal dasar dan mempunyai peran dalam mencapai hasil perkembangan anak.

2. Faktor lingkungan

Lingkungan yang cukup baik akan memungkinkan tercapainya potensi bawaan, sedangkan yang kurang baik akan menghambatnya.

Faktor lingkungan dibagi menjadi:

- a. Faktor yang mempengaruhi anak pada waktu masih dalam kandungan (faktor prenatal) mulai dari konsepsi sampai lahir antara lain gizi ibu hamil, mekanisme persalinan, zat kimia, hormon, radiasi, infeksi, stres, imunitas dan anoksia embrio atau gangguan pada plasenta/tali pusat yang menyebabkan BBLR.
- b. Faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang anak setelah lahir (faktor postnatal) digolongkan menjadi lingkungan biologis, faktor fisik, faktor psikososial, dan faktor keluarga dan adat istiadat (Maryanti, 2011).

B. *Baby Spa*

B.1 *Baby SPA (Solus Per Aqua)*

Spa merupakan singkatan dari *solus per aqua* artinya *solus* perawatan/pengobatan, *per* dengan, *aqua* air. *Spa* berasal dari nama sebuah kota kecil di provinsi Liege, Belgia yaitu kota Spa. Di kota tersebut terdapat sebuah mata air yang mengandung mineral dan telah dikunjungi sejak abad ke 14. Konon orang yang berendam di mata air kota *Spa* dapat sembuh dari berbagai gangguan kesehatan.

Spa berarti sehat melalui air. *Spa* adalah suatu sistem pengobatan atau perawatan dengan media air atau istilahnya *Hydrotherapi*. Menurut Permenkes No. 1205/Memkes/X/2004 *Spa* merupakan upaya tradisional yang menggunakan pendekatan holistik melalui perawatan menyeluruh dengan menggunakan metode kombinasi antara *hydrotherapi* (terapi air) dan *massage* (pijat) yang dilakukan secara terpadu untuk menyeimbangkan tubuh, pikiran dan perasaan (Julianti, 2017).

Baby spa telah lama di praktekkan oleh bangsa-bangsa lain di berbagai belahan dunia untuk mengoptimalkan tumbuh kembang pada bayi. Karena pada masa ini anak mengalami masa keemasan yang merupakan tahap saat anak mulai peka dan sensitif untuk menerima rangsangan (Galenia, 2014).

B.2 Manfaat *Bayi Spa*

1. Merangsang gerakan motorik bayi
2. Keseimbangan tubuh lebih baik
3. Bayi tidak takut terhadap air

4. Mengasah kemandirian, keberanian dan kepercayaan diri
5. Meningkatkan IQ (kecerdasan berfikir dan konsentrasi)
6. Sarana bermain yang menyenangkan bagi bayi
7. Meningkatkan kualitas tidur siang dan malam hari
8. Nafsu makan meningkat
9. Berbicara lebih cepat (Julianti, 2017).

B.3 Langkah-langkah *Baby Spa*

Perlengkapan yang perlu disiapkan untuk baby spa adalah :

1. handuk
2. bak mandi ukuran panjang, lebar dan kedalaman 1 meter.
3. pelampung/neck ring yang dilingkarkan di leher bayi
4. air yang digunakan harus selalu bersih, hanya sekali pakai.
5. bawa mainan tahan air dan mengapung di air (Julianti, 2014).

B.4 Tahapan-tahapan *Baby Spa*

1. Periksa kondisi bayi

Kondisi bayi sehat, dalam keadaan senang dan tidak memiliki kelainan bawaan dengan usia 3 bulan berat mencapai 5 kg.

2. Senam/*Baby Gym*

Senam ini dilakukan sekitar 5 menit dengan tujuan untuk menyiapkan otot dan sendi tubuh. Bayi diharapkan mampu menggerakkan anggota tubuh dengan cepat, kuat dan nyaman.

3. Berenang/*Baby Swim*

Lama berenang 10 menit, dengan suhu air 34-35 °C, pada usia diatas 6 bulan boleh di tingkatkan menjadi 15 menit kemudian paling lama 30 menit. Berenang melatih otot motorik kasar dan halus mendapat banyak latihan dan bermanfaat.

4. Pijat/*Baby massage*

Sentuhan pijatan dimulai dari kaki, perut, dada, tangan, wajah dan punggung.

5. Lap bayi dan beri ASI (Julianti, 2014).

B.5 Bahan Alamiah untuk *Baby Spa*

Bahan untuk *Spa* anak haruslah alamiah, tidak menimbulkan efek samping pada kulit, sebaiknya aman, enak jika tertelan dan harus menarik bagi anak. Bahan yang umumnya dipakaisebagai berikut:

1. Susu

Mandi berendam dalam air hangat dicampur dengan susu memberikan manfaat, ketika pori-pori terbuka nutrisi yang terkandung dalam susu menyerap secara lebih dalam, jika dilakukan pada anak kulit, kulit anak akan menjadi lembut dan sangat lembut.

2. Stroberi

Stroberi bermanfaat menjaga kesehatan kulit, menyegarkan kulit dan memperkecil pori-pori. Kandungan didalam stroberi memberi efek dingin terhadap kulit.

3. Cokelat

Cokelat mengandung bahan makanan almond, almond mengandung serat protein, vit A, vit B, mineral dan asam folat. Bermanfaat untuk mengencangkan, melembutkan dan menutrisi kulit.

4. Madu

Merupakan nutrisi untuk kulit, madu berfungsi untuk melembabkan, melembutkan, membua kulit berkilau, mencegah kulit kering dan mengencangkan kulit. Juga dapat digunakan untuk membersihkan rambut dan kulit kepala serta menyuburkan rambut (Julianti, 2017).

B.6 Gerakan Tahapan *Baby SPA*

1. Pijat Bayi

Pijat bayi adalah mengurut bagian tubuh untuk melemaskan otot sehingga peredaran darah lancar yang dilakukan pada seluruh permukaan tubuh bayi. Seni pijat adalah terapi sentuhan kulit dengan menggunakan tangan. Pijat meliputi manipulasi terhadap jaringan atau organ tubuh dengan tujuan pengobatan serta sebagai istilah yang digunakan untuk menggambarkan gerakan manipulasi tertentu dari jaringan lunak tubuh (Galenia, 2014).

- a. Manfaat Pijat Bayi

1. Meningkatkan berat badan dan pertumbuhan, bayi yang dipijat secara teratur sejak lahir sering memperoleh peningkatan berat badan yang lebih cepat dari bayi lainnya mungkin karena pijatan merangsang produksi hormon pertumbuhan.
2. Stimulasi sentuh dapat merangsang semua sistem sensorik dan motorik yang berguna untuk pertumbuhan otak, membentuk kecerdasan emosi, intrapersonal dan untuk merangsang kecerdasan-kecerdasan lain.
3. Meningkatkan daya tahan tubuh, pemijatan dapat meningkatkan kekebalan tubuh, dan dengan pijat dapat meningkatkan kekebalan sel pertumbuhan alami (*natural killer cells*).
4. Meningkatkan konsentrasi bayi dan membuat bayi tidur lelap. Hal ini disebabkan pijatan dapat mengubah gelombang otak. Umumnya bayi yang dipijat akan tertidur lebih lelap, meningkatkan kewaspadaan (*Alertness*) dan konsentrasi. Perubahan ini terjadi dengan cara menurunkan gelombang alpha dan meningkatkan gelombang beta serta theta yang dapat dibuktikan dengan penggunaan EEG (*Electro Encephalogram*).
5. Membina ikatan kasih sayang orang tua dan anak (*bonding*). Sentuhan dan pandangan kasih sayang orang tua pada bayinya akan mengalirkan kekuatan jalinan kasih di antara keduanya. Pada perkembangan anak, sentuhan orangtua adalah dasar perkembangan komunikasi yang akan memupuk cinta kasih secara timbal balik.
6. Meningkatkan produksi ASI, Teknik pemijatan bayi yang tepat akan meningkatkan beberapa hormon saluran cerna, oleh sebab itu bayi akan cepat merasa lapar dan sering minum ASI. Tentu saja itu memberikan umpan balik kepada ibu. Makin sering ASI disap oleh bayi, sehingga merangsang produksi ASI yang semakin lancar (Galenia, 2014).

b. Tahapan Pijat Bayi

Pijat kaki dan tangan, yaitu menguatkan otot dan tulang, merangsang saraf motorik disamping menghilangkan ketegangan dan memperlancar peredaran darah.

1. Mulailah memijat bayi mulai dari bagian kaki. Kaki adalah bagian paling tidak sensitif. Oleh karena itu, kaki merupakan tempat terbaik untuk memulai pijatan. Pertama, peganglah kaki bayi pada pangkal paha.



2. Kemudian gerakan tangan kebawah secara bergantian seperti sedang pemerah susu sapi. Gerakan ini disebut perahan india. Lakukan gerakan ini sebanyak 15 kali.

3. Kemudian remas kaki sikecil dengan keduatangan.



4. Setelah itu buat gerakan seperti memeras mulai dari pangkal paha sampai ujung kaki. Lakukan gerakan ini selama 15 kali.



5. Pijatlah telapak kakinya menggunakan kedua ibu jari bunda secara bergantian.



6. Lakukan pijatan ini dari arah tumit keperbatasan jari kaki. Lakukan sebanyak 60 kali



7. Pegang pergelangan kaki dengan tangan kiri.



8. Kemudian dengan telunjuk dan ibu jari tangan kanan, lakukan juga pemijatan pada jari-jari kaki dengan gerakan memilin.



9. Pegang pergelangan kaki dengan tangan kanan. Tekan ujung telapak kaki dengan ibu jari, sedangkan telunjuk menekan bantalan kaki atau bagian bawah jari. Lakukan hal ini selama 5 detik.



10. Lalu pindahkan telunjuk ke bagian tengah telapak kaki. Lakukan gerakan ini selama 5 detik.



11. Gerakan selanjutnya adalah *thumb press*. Tekan-tekan telapak kaki si kecil dengan menggunakan kedua ibu jari.

12. Lakukan dengan lembut pada bagian bawah, tengah, atas, tengah, dan kembali kebawah. Lakukan ini sebanyak empat kali putaran.



13. lakukan gerakan mengurut dengan ibu jari pada punggung kaki, dari jari kaki kearah pergelangan kaki. Lakukan ini sebanyak 60 kali.



14. Masih dengan ibu jari, buatlah lingkaran-lingkaran kecil disekeliling pergelangan kaki dan mata kaki. Lakukan dengan lembut sebangak 60 kali.



15. Langkah selanjutnya adalah *swedish milking* atau perahan cara swedia. Gerakan seperti memeras susu sapi ini sama seperti *Indian milking*, tetapi lakukan dari pergelangan kaki menuju pangkal paha. Lakukan sebanyak 15 kali.



16. Lakukan gerakan memilin atau *rolling* dari pangkal paha kearah bawah sebanyak 8 kali.

17. Lakukan semua gerakan pada kaki lainnya.



18. Jangan lupa, usap kedua kaki sikecil dengan tekanan lembut dari paha ke arah pergelangan kaki. Ini merupakan gerakan akhir untuk bagian kaki.



19. *Water wheel A :*

Lakukan gerakan memijat pada perut bayi seperti mengusap dari dada ke bawah perut, bergantian dengan tangan kanan dan kiri. Lakukan sebanyak 30 kali.



20. *Water wheel B:*

Letakan satu tangan di atas perut, kemudian tangan yang lain mengusap dari dada ke arah perut sebanyak 15 kali.



21. *Open book*

Letakan kedua ibu jari di samping kanan kiri pusar perut dan gerakan ke arah samping kiri dan kanan.



22. *Sun
and*

moon

Pertama-tama buat gerakan *sun*, yaitu membuat satu lingkaran penuh searah jarum jam dengan tangan kiri.



23. Kemudian kembali ke daerah kanan bawah (seolah membentuk gambar matahari) lakukan gerakan ini beberapa kali.



24. Setelah gerakan *sun* kemudian disusul dengan gerakan *moon*. Gerakan ini, yaitu membuat gerakan setengah lingkaran. Gunakan tangan kanan dan mulai dari bagian kanan bawah perut bayi sampai bagian kiri perut bayi.



25. Lakukan gerakan *sun and moon* ini bersamaan. Tangan kiri selalu membuat bulatan penuh (*sun*/matahari)



26. Sedangkan tangan kanan akan membuat gerakan setengah lingkaran (*moon/bulan*).



27. Langkah selanjutnya adalah *I Love You*. Gerakan ini berfungsi untuk mencegah kolik pada si kecil. Pijatlah perut bayi mulai dari bagian kiri atas ke bawah dengan menggunakan jari-jari tangan kanan membentuk huruf "I".



28. Untuk gerakan *Love*, pijatlah perut bayi membentuk huruf "L" terbalik, mulai dari kanan atas ke kiri atas. kemudian dari kiri atas ke kiri bawah.



29. Selanjutnya adalah gerakan *You*. Pijatlah perut bayi membentuk huruf "U" terbalik, mulai dari kanan bawah (daerah usus buntu) ke atas.



30. Kemudian ke kiri, ke bawah, dan berakhir di perut kiri bawah. Lakukan gerakan ini sebanyak 4 (empat) putaran.



31. Gerakan selanjutnya adalah walking fingers atau jari-jari berjalan. Letakkan ujung jari-jari salah satu tangan bunda pada perut bayi bagian kanan.



32. Lakukan gerakan seperti berjalan dengan menggunakan jari-jari dari perut bagian kanan ke bagian kiri. Ulang sebanyak 6-7 kali. Gerakan ini berfungsi untuk mengeluarkan gelembung-gelembung udara pada perut si kecil.



33. Buatlah gerakan yang menggambarkan love atau hati dengan meletakkan ujung-ujung jari kedua telapak tangan bunda di tengah dada bayi.



34. Buat gerakan ke atas sampai di bawah leher



35. Kemudian ke samping di atas tulang selangka.



36. Lalu, ke bawah membentuk hati atau bentuk *love* dan kembali ke ulu hati.



37. Lanjutkan dengan gerakan menyilang, dimulai dengan tangan kanan membuat gerakan memijat menyilang dari tengah dada ke arah bahu kanan, dan kembali ke perut kiri.



38. Kemudian tangan kiri dari tengah dada ke arah bahu kiri.



39. Buatlah gerakan memijat pada daerah ketiak dari atas ke bawah sebanyak 10 kali. Namun, jika terdapat pembengkakan kelenjar daerah ketiak, sebaiknya gerakan ini tidak dilakukan.



40. Kemudian lakukan relaksasi atau pelepasan otot pada tangan kiri dengan gerakan *milking* atau perahan cara India. Lakukan sebanyak 20 kali.



41. Selanjutnya adalah gerakan seperti memeras tangan si kecil, mulai dari pangkal tangan sampai ke ujung tangan sebanyak 6-7 kali.



42. Pijatlah punggung tangan menggunakan kedua ibu jari bunda secara bergantian, mulai dari arah pergelangan ke jari-jari tangan. Lakukan sebanyak 40 kali.



43. Gerakan ke pergelangan jari jari tangan bayi bunda. Masih dengan ibu jari, buatlah lingkaran-lingkaran kecil di sekeliling pergelangan tangan lakukan sebanyak 60 kali.



44. Kemudian dengan telunjuk dan ibu jari bunda, lakukan juga pemijatan pada jari-jari tangan dengan gerakan memilin.



45. Lakukan gerakan memilin atau rolling pada tangan dari pangkal tangan ke pergelangan sebanyak 8 kali.



46. Lakukan seluruh gerakan pada tangan lainnya.



47. Untuk memijat daerah muka tidak perlu menggunakan minyak pijat.



48. Letakan jari-jari kedua tangan bunda pada pertengahan dahi.



49. Tekankan jari-jari bunda dengan lembut mulai dari tengah dahi keluar ke samping kanan dan kiri seolah menyetrika dahi, lakukan sebanyak 10 kali.




50. Letakkan kedua ibu jari bunda di antara kedua alis mata.



51. Gunakan kedua ibu jari untuk memijat secara lembut pada alis mata.



52. Kemudian  di atas kelopak mata, mulai dari tengah ke samping, lakukan sebanyak empat kali.



53. Gerakan selanjutnya, letakkan kedua ibu jari bunda pada pertengahan alis. Kemudian tekan ibu jari bunda dari pertengahan alis.



54. Lalu turun melalui tepi hidung ke arah pipi dengan membuat gerakan ke samping lalu ke atas seolah membuat bayi tersenyum. Lakukan sebanyak enam kali.



55. Letakkan kedua ibu jari bunda di atas mulut di bawah sekat hidung.



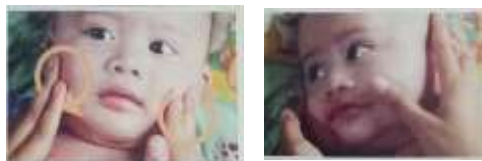
56. Gerakkan kedua ibu jari bunda dari tengah ke samping sebanyak 10 kali.



57. Letakkan kedua ibu jari bunda di tengah dagu dan pijat ke arah samping sebanyak 10 kali.



58. Dengan jari kedua tangan, buatlah lingkaran-lingkaran kecil di daerah rahang bayi.



59. Dengan mempergunakan ujung-ujung jari, berikan tekanan lembut pada daerah belakang telinga kanan dan kiri.



60. Tengkurapkan bayi melintang di depan bunda dengan kepala sebelah.



61. Taruhlah tangan bunda di kiri dan kaki di sebelah kanan. punggung bayi, pijatlah sepanjang punggung bayi dengan gerakan maju mundur menggunakan kedua telapak tangan.



62. Lakukan dari leher ke bawah sampai ke pantat bayi, lalu kembali lagi ke leher.



63. Gerakan selanjutnya, pegang pantat bayi dengan tangan kanan dan dengan tangan kiri, pijatlah mulai dari leher ke bawah sampai bertemu dengan tangan kanan yang menahan pantat bayi.



64. Ulangi gerakan memijat punggung tadi, tetapi kali ini tangan kanan memegang kaki bayi dan gerakan dilanjutkan sampai ke tumit kaki bayi.



65. Buat gerakan melingkar kecil jari bunda, batas tengkuk sampai ke pantat di punggung menggunakan dari sebelah kiri dan kanan.



66. Buatlah gerakan lingkaran lingkaran kecil di daerah punggung bagian bawah.



67. Kemudian lingkaran yang lebih besar di daerah pantat.



68. Terakhir, buat gerakan menggaruk dari pangkal leher ke arah bawah sampai pantat si kecil.



Gambar 2.1 Tahapan Pijat Bayi

2. Senam Bayi

Senam bayi merupakan latihan untuk membantu stimulasi pertumbuhan dan perkembangan sistem saraf dan motorik bayi secara optimal. Melalui senam bayi, kedekatan (*bounding*) antara ibu dan bayi akan semakin kuat. Dengan senam bayi juga bisa mengetahui perkembangan yang salah pada bayi secara dini sehingga dapat dilakukan tindakan antisipasi yang tepat agar bayi tumbuh normal. Senam bayi sangat penting untuk menguatkan otot-otot dan juga sendi-

sendi pada bayi sebagai persiapan bayi untuk duduk, berdiri, dan berjalan. Senam bayi dilakukan berdasarkan pola perkembangan bayi (Juliанти, 2017).

a. Manfaat Senam Bayi:

1. Merangsang pertumbuhan dan perkembangan, serta kemampuan pergerakan bayi yang lebih optimal.
2. Sebagai salah satu cara deteksi dini terhadap adanya kelainan pertumbuhan dan perkembangan pada bayi. Deteksi yang dilakukan lebih dini merupakan tindak yang tepat untuk penanganan agar bayi tubuh dengan normal.
3. Meningkatkan kemampuan intelegensia yang kompleks pada bayi termasuk belajar mengkoordinasi.
4. Memperkuat otot dan persendian pada bayi sebagai persiapan bayi untuk duduk, berdiri dan berjalan kelak.
5. Membuat tubuh bayi lebih bugar dan sehat.
6. Meningkatkan fleksibilitas atau daya kelenturan tubuh
7. Mengoptimalkan fungsi pendengaran, penglihat dan tumbuh kembang bayi.
8. Sentuhan yang diberikan orangtua ketika melakukan gerakan senam ini dapat mempererat ikatan kasih sayang antara orangtua dan bayi.
9. Melancarkan peredaran darah, menyehatkan jantung, dan meningkatkan koordinasi, keseimbangan dan kewaspadaan.
10. Meningkatkan perkembangan sensorik dan motorik bayi.
11. Meningkatkan kekebalan tubuh (Riksani, 2013).

b. Tahap-tahap Senam Bayi

1. Sebelum melakukan renang, sebaiknya lakukan pemanasan pada si kecil.
2. Gerakkan tangan kanan si kecil ke arah atas sehingga ketiak nya terbuka, sedangkan tangan kiri ditaruh di depan dada, Lakukan delapan kali dan bergantian pada tangan lainnya.
3. Lakukan gerakan membuka dan menutup tangan di depan dada sebanyak delapan kali.

4. Selanjutnya adalah gerakan silang, taruh tangan si kecil di depan dada, bergan antara tangan kiri dan kanan.
5. Tekuk kaki sehingga dengkul berada di perut bersamaan dengan itu lengan kanan sehingga bertemu dengan bayi, hitungan dan juga sebaliknya sebanyak delapan hitungan.
6. Tekuk kedua kaki sehingga dengkul menyentuh perut. Lakukan gerakan ini kaki kanan dan kaki kiri bergantian delapan kali. Kemudian lakukan dengan kanan dan kaki kiri bersamaan.
7. Lakukan gerakan kaki kiri menyilang pada kaki kanan dan sebaliknya, juga sebanyak delapan hitungan.
8. Angkat kedua kaki si kecil membentuk sudut 90 derajat. Lakukan sebanyak delapan hitungan (Julianti, 2017).

3. Renang Bayi

Renang merupakan olahraga pertama yang aman untuk diperkenalkan pada bayi. Hal ini dikarenakan bayi sudah terbiasa berenang di dalam cairan ketuban selama sembilan bulan dalam kandungan. Cairan ketuban itu membuat bayi merasa aman, nyaman, dan hangat. Oleh karena itu, sejak lahir bayi anda telah memiliki kemampuan instingtif untuk bergerak di dalam air dan tidak akan merasa ketakutan.

a. Manfaat berenang bagi bayi

1. Menghilangkan rasa takut pada air.
2. Meningkatkan pertumbuhan fisik, emosional, dan sosial sejak bayi.
3. Sarana bermain yang menyenangkan.
4. Menciptakan bonding (ikatan kasih sayang) antara orangtua dan anak.
5. Membantu pertumbuhan otot bayi.
6. Meningkatkan daya tahan tubuh sehingga terhindar dari berbagai penyakit.
7. Mengasah *life skill* meliputi keberanian, kemandirian, dan rasa percaya diri.
8. Mengurangi ketakutan terhadap olahraga air saat dewasa nantinya.
9. Membangun sistem saraf, membuat bayi mudah untuk tidur dan juga menambah nafsu makan.

10. Meningkatkan kemampuan beradaptasi dengan lingkungan baru.
11. Gerakan bayi saat berenang dapat merangsang pertumbuhan saraf saraf tepi sehingga saraf otaknya akan menjadi lebih aktif dan diharapkan dapat meningkatkan tingkat kecerdasannya ——— (Riksani, 2013).

b. Tahap-tahap renang

1. Pasangkan *neck ring* atau pelampung leher pada si kecil sebelum berenang.



2. Pastikan klip berada di belakang kepala dan dagu si kecil berada pada cekungan yang ada pada *neck ring*.



3. Masukkan si kecil perlahan-lahan ke dalam air. Gerakkan tangan dan kakinya di dalam air.



4. Biarkan si kecil berenang dan menggerakkan seluruh anggota tubuhnya.



Gambar 2.2 Tahap-tahap Renang Bayi

C. Kerangka Teori

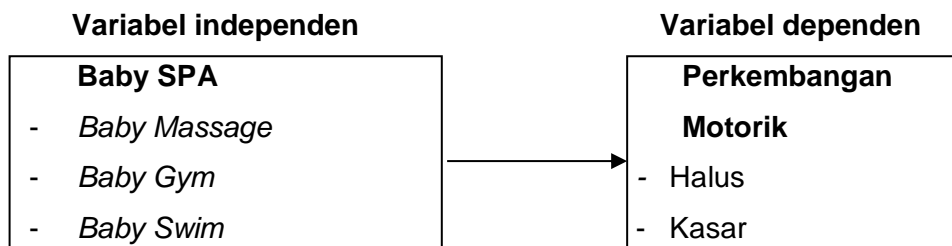
Berdasarkan teori-teori yang telah dibahas sebelumnya, maka kerangka konsep dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 2.3 Kerangka Teori

D. Kerangka Konsep

Kerangka konsep penelitian adalah kerangka yang merupakan mode konseptual yang berkaitan dengan bagaimana seorang peneliti menyusun teori atau menghubungkan secara logis beberapa faktor yang dianggap penting untuk masalah yang ingin diukur melalui, penelitian-penelitian yang akan dilakukan (Hidayat, 2013).



Gambar 2.4 Kerangka Konsep

E. Defenisi Operasional

Definisi operasional adalah mendefinisikan variabel secara operasional berdasarkan karakteristik yang diamati

Tabel 2.2
Defenisi Operasioanal

No	Variabel	Defenisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
Independen					
1	Baby Spa	Perawatan dengan metode kombinasi antara terapi air dan pijat pada bayi 3-6 bulan Baby Massage : Stimulasi dengan teknik memijat pada bayi Baby Gym : Stimulasi dengan melakukan gerakan-gerakan senam pada bayi Baby Swim : Stimulasi dengan berendam di air untuk melatih otot otot bayi menjadi lebih aktif	Lembar Obsevasi	Dilakukan	Nominal
Dependen					
2	Perkembangan Motorik	Proses tumbuh kembang kemampuan gerak seorang anak Motorik Halus : Berhubungan dengan keterampilan fisik yang melibatkan otot-otot kecil seperti gerakan mata dan tangan memegang mainan, meraih dan menggapai serta mengambil mainan. Motorik Kasar:	DDST II	<i>Advance Normal Caution</i>	Ordinal

Berhubungan dengan kemampuan yang membutuhkan keseimbangan yang melibatkan otot-otot besar seperti kepala tegak didudukkan, telentang, tengkurap sendiri duduk tanpa berpegangan serta berdiri.

F. Hipotesis

Hipotesis adalah kesimpulan sementara yang harus diuji kebenarannya secara empiris. Berdasarkan pengkajian teori dan penelitian yang relevan serta kerangka konsep penelitian maka, ditarik suatu kesimpulan dari hipotesis, hal ini dimaksudkan sebagai pengarah pendoman dan tuntutan dalam pelaksanaan pengumpulan maupun pengolahan dan penelitian baik data lapangan maupun data melalui literatur (Notoatmodjo, 2016).

Adapun hipotesis yang dimaksud adalah :

Ha : Ada pengaruh pelaksanaan *baby spa (Solus Per Aqua)* terhadap perkembangan motorik bayi usia 3-6 bulan di Klinik Bunda Riani Martubung Medan Tahun 2018.



POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN