

**PENGARUH BABY SPA (SOLUS PER AQUA) TERHADAP  
PENINGKATAN BERAT BADAN PADA BAYI DENGAN  
BERAT BADAN RENDAH USIA 4-6 BULAN**

**Effect of Baby Spa (Solus Per Aqua) To Increased Weight Gain In Infants  
With Low Weight Age 4-6 Months**

**Siti Noorbaya<sup>1)</sup>, Dian Puspita Reni<sup>2)</sup>, Besse Lidia<sup>3)</sup>**

<sup>1)2)3)</sup>*Akademi Kebidanan Mutiara Mahakam, Samarinda, Indonesia*

*E-mail:sitinoorbayanaz.y@gmail.com*

*E-mail:dianpuspitareni@gmail.com*

*E-mail:besse.lidia@yahoo.co.id*

**Abstract**

Weight is a measure of Anthropometry paramount and most often used in the newborn (neonatal), weight used to see normal Or Low Birth Weight Baby. It Says The Baby's Weight in babies, baby birth weight of under 2500 grams or less 2.5 kg. In infants who experience low weight Baby Spa (solus per aqua) can be done on infants aged 4-6 months in two ways, namely bath soak or swimming and massage. Soaking and swimming can stimulate motor movements in infants, while playing the water so that the muscles can thrive, the joints will grow optimally and the body of a baby being pliable. Baby massage is beneficial increasing the weight, concentration of babies, make baby sleep more soundly, as well as foster the bonds of affection between rope and masseurs. This research aims to know the influence of Baby Spa (solus per aqua) against the increase in low weight infants aged 4-6 months. Using the quasi approach alphabets experiment, the research design used was pre test and post test with control design. The population of this research was the baby with low weight age 4-6 months. Research of sampling by using purposive sampling. Sample research already selected based on the criteria of inclusion amounted to 16. The subject is divided into 2 groups, group treatment (baby spa) that add up to 8 babies and the control group (Massage) that add up to 8 babies. Analysis using the Wilcoxon untuk test to know the influence of pre and post test group treatment. To test the different post test on the Group's treatment with Mann-whitney test. The results of this research namely the influence Baby Spa (solus per aqua) against the increasing weight of infants aged 4-6 months.

Keywords : Baby Spa (Solus per Aqua), Low Birth Weigth Baby

**Abstrak**

Berat badan merupakan ukuran antropometri yang terpenting dan paling sering digunakan pada bayi baru lahir (neonatus), berat badan digunakan untuk melihat bayi normal atau BBLR. Dikatakan BBLR apabila berat bayi/balita, berat bayi lahir dibawah 2500 gram atau dibawah 2,5 kg. Pada bayi yang mengalami berat badan rendah *Baby Spa (solus per aqua) dapat dilakukan* pada bayi usia 4-6 bulan dengan dua cara, yaitu mandi berendam atau berenang dan pijat. Berendam dan berenang dapat merangsang gerakan motorik pada bayi, sedangkan bermain air agar otot-otot bayi dapat berkembang dengan baik, persendian akan tumbuh secara optimal dan tubuh bayi menjadi lentur. Pijat bayi bermanfaat meningkatkan berat badan, konsentrasi bayi, membuat tidur bayi lebih lelap, serta membina ikatan tali kasih sayang antara pemijat dan bayi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *Baby Spa (solus per aqua)* terhadap peningkatan berat badan rendah pada bayi usia 4-6 bulan. Dengan menggunakan pendekatan *quasi eksperiment, design* penelitian yang digunakan adalah *pre-test and post-test with control design*. Populasi penelitian ini adalah bayi dengan berat badan rendah usia 4-6 bulan. Pengambilan sampel penelitian dengan menggunakan *purposive sampling*. Sampel penelitian yang sudah terpilih berdasarkan kriteria Inklusi berjumlah 16 bayi. Subjek penelitian dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok perlakuan (*baby spa*) yang berjumlah 8 bayi dan kelompok kontrol (*Massage*) yang berjumlah 8 bayi. Analisis menggunakan *Wilcoxon test* untuk mengetahui pengaruh *pre and post*

*test* pada kelompok perlakuan. Untuk uji beda *post test* pada kelompok perlakuan menggunakan *Mann-whitney test*. Hasil dari penelitian ini yaitu adanya pengaruh Baby Spa (solus per aqua) terhadap peningkatan berat badan bayi usia 4-6 bulan.

Kata Kunci : *Baby Spa (solus per aqua)*, Berat Badan Bayi Rendah

## PENDAHULUAN

Masa bayi dibagi menjadi dua periode yaitu masa neonatal dan masa post neonatal. Masa neonatal dimulai dari umur 0-28 hari, sedangkan masa post neonatal dimulai dari umur 29 hari sampai 11 bulan. Prevalensi gangguan tumbuh kembang menempati prevalensi tertinggi setelah masalah gizi, populasi bayi baru lahir ditimbang 61,63 %, berat badan bayi lahir rendah 2,86 %, balita gizi kurang 4,86 % dan balita gizi buruk 0,60 % (Profil Kesehatan Provinsi Kalimantan Timur).

Berat badan merupakan ukuran antropometri yang terpenting dan paling sering digunakan pada bayi baru lahir (neonatus), berat badan digunakan untuk melihat bayi normal atau BBLR. Dikatakan BBLR apabila berat bayi/balita, berat bayi lahir dibawah 2500 gram atau dibawah 2,5 kg. pada masa bayi/balita berat badan dapat dipergunakan untuk melihat laju pertumbuhan fisik maupun status gizi, kecuali terdapat kelainan klinis seperti dehidrasi, asites, edema dan adanya tumor. Pelayanan SPA merupakan bagian dari upaya pelayanan kesehatan tradisional 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*. Secara lebih rinci SPA didefinisikan sebagai suatu cara penatalaksanaan kesehatan dengan mempergunakan air dalam berbagai bentuk untuk mengobati suatu penyakit atau untuk mempertahankan kesehatan individu (Permenkes, 2004).

Wachs (2000) menyatakan bahwa tumbuh kembang anak sangat dipengaruhi oleh faktor perawatan dan pengasuhan anak yang baik. Perawatan mengacu kepada pemberian nutrisi yang baik, sementara pengasuhan mengacu kepada tersedianya lingkungan yang kondusif secara psikologis bagi anak. Pola pengasuhan anak yang baik dapat berfungsi sebagai stimulasi yang akan memacu optimalisasi perkembangan seorang anak. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *Baby SPA* terhadap peningkatan berat badan pada bayi dengan berat badan rendah usia 4-6 bulan.

*Solus Per Aqua* merupakan perawatan tubuh dengan menggunakan media air. Bayi atau anak yang telah diterapi dengan Spa akan terlihat lebih segar, sehat, bersemangat. Menurut Permenkes tahun 2004 SPA merupakan upaya tradisional yang menggunakan pendekatan holistik, melalui perawatan menyeluruh dengan menggunakan metode kombinasi antara hidroterapi (terapi

air) dan *massage* ( pijat) yang dilakukan secara terpadu untuk menyeimbangkan tubuh, pikiran, serta perasaan. Manfaat *baby SPA* ini dapat memberikan rasa tenang, nyaman, dan segar. Hantaman air yang ditimbulkan dari air yang bergolak dapat memberi sensasi dan pijatan yang menghilangkan lelah, melancarkan peredaran darah dan menciptakan relaksasi. Dengan demikian tidur bayi akan semakin lelap sehingga dapat meningkatkan jumlah jam tidur siang dan malam. Dimana dalam tidur bayi ini terjadi peningkatan pengeluaran hormon pertumbuhan (Afrina, 2012).

Efek dari *baby SPA* pada anak usia 4-6 bulan adalah untuk merangsang gerakan motorik bayi, bayi yang dilatih berenang akan memiliki keseimbangan tubuh yang lebih baik bayi yang di biasakan di dalam air tidak akan takut terhadap air, berendam dan berenang akan mengasah kemandirian, keberanian, dan kepercayaan diri bayi, berenang dapat meningkatkan IQ (kecerdasan pikiran) dan konsentrasi, berendam dan berenang menjadi sarana bermain yang sangat menyenangkan bagi bayi, berendam dan berenang juga dapat meningkatkan kualitas pola tidur siang dan malam, berenang secara rutin juga dapat mempengaruhi nafsu makan bayi, saat berenang bayi akan belajar mendengarkan instruksi. Field dan Scafidi pada tahun 1986 dan 1990 pernah melakukan penelitian mengenai manfaat pijat pada 20 bayi prematur.

Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa pada 20 bayi prematur dengan berat badan. 1.280 gram dan 1.176 gram yang dipijat selama 3x15 menit selama 10 hari, menunjukkan kenaikan berat badan per hari

hingga 20% - 47% lebih banyak dari yang tidak dipijat. Selain itu, pada penelitian untuk bayi yang berusia 1-3 bulan, yang dipijat selama 15 menit, 2 kali seminggu selama 6 minggu didapatkan kenaikan berat badan yang lebih dari kontrol karena adanya proses biokimia yang dihasilkan yaitu adanya penurunan hormon stress (*Catecholamine*) dan meningkatnya kadar *Serotonin* yang berfungsi sebagai modulator kapasitas kerja otak, termasuk juga regulasi stabilitas emosi, daya tangkap, dan regulasi peningkatan selera makan. Selain efek biokimia, terjadi juga efek fisik/klinis diantaranya adalah meningkatkan jumlah dan sitotoksisitas dari sistem imun, mengubah gelombang otak secara positif, memperbaiki sirkulasi darah dan pernafasan dan merangsang fungsi pencernaan yang dipengaruhi oleh adanya rangsangan pada *nervus vagus* (Roesli, 2010)

#### **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan *quasi eksperiment, design* penelitian yang digunakan adalah *pre- test and post-test with control design*. Populasi penelitian ini adalah bayi dengan berat badan rendah usia 4-6 bulan. Pengambilan sampel penelitian dengan menggunakan *purposive sampling*. Sampel penelitian yang sudah terpilih berdasarkan kriteria Inklusi berjumlah 16 bayi. Subjek penelitian dibagi 2 kelompok yaitu kelompok perlakuan (*baby spa*) yang berjumlah 8 bayi dan kelompok kontrol (*Massage*) yang berjumlah 8 bayi. Analisis menggunakan *Wilcoxon test* untuk mengetahui pengaruh *pre and post test* pada kelompok perlakuan. Untuk uji beda *post test* pada kelompok perlakuan menggunakan *Mann-whitney test*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Uji Pengaruh *Baby Spa* Bayi Usia 4-6 bulan dengan berat badan rendah

No		Signifikansi
1	<i>Wilcoxon test</i>	0,010

Hasil pada penilaian uji *Wilcoxon test* menunjukkan nilai signifikansi  $p < 0,05$ . Hasil tersebut menunjukkan adanya pengaruh *baby solus per aqua* terhadap peningkatan berat badan pada bayi dengan berat badan rendah usia 4-6 bulan. Hasil uji *Wilcoxon* diketahui  $p = 0,010$ , sehingga disimpulkan ada Pengaruh *baby SPA* terhadap kenaikan berat badan rendah usia 4-6 bulan. Besarnya pengaruh *baby SPA* dapat dilihat dari *mean* (rata-rata), *mean pre baby SPA* sebesar 5.15 dan meningkat pada *post baby SPA* sebesar 6.00, sehingga terjadi kenaikan berat badan bayi rendah sebesar 0,85

2. Uji Pengaruh *Massage* Bayi Usia 4-6 bulan dengan berat badan rendah

No		Signifikansi
1	<i>Wilcoxon test</i>	0,011

Hasil pada penilaian uji *Wilcoxon test* menunjukkan nilai signifikansi  $p < 0,05$ . Hasil tersebut menunjukkan adanya pengaruh *massage* terhadap peningkatan berat badan pada bayi dengan berat badan rendah usia 4-6 bulan. Hasil uji *Wilcoxon* diketahui  $p = 0,011$ , sehingga disimpulkan ada Pengaruh *massage* terhadap kenaikan berat badan rendah usia 4-6 bulan. Besarnya pengaruh *massage* dapat dilihat dari *mean* (rata-rata), *mean pre massage* sebesar 4.97 dan meningkat pada *post massage* sebesar 5.46, sehingga terjadi kenaikan berat badan bayi rendah sebesar 0,49

3. Uji Beda Pengaruh *Baby Spa* dengan *Massage* Bayi Usia 4-6 bulan dengan berat badan rendah.

No		Signifikansi
1	<i>Mann Whitney</i>	0,001

Hasil pada penilaian uji *Mann Whitney test* menunjukkan nilai signifikansi  $p < 0,05$  pada hasil uji beda pengaruh kelompok *baby solus per aqua* dan kelompok kontrol terhadap peningkatan berat badan pada bayi dengan berat dan rendah usia 4-6 bulan. Hasil uji tersebut menunjukkan adanya beda pengaruh kelompok *baby solus per aqua* dan kelompok kontrol *massage* terhadap peningkatan berat badan pada bayi dengan berat badan rendah usia 4-6 bulan. Untuk melihat kelompok mana yang lebih baik pengaruhnya antara kelompok *baby SPA* dengan kelompok kontrol *massage* dilihat *mean* nilai selisih dari kedua kelompok, dari tabel 4.5 dapat dilihat bahwa kelompok *baby spa* memiliki *mean* yang lebih tinggi dengan nilai 0.85 pada kelompok kontrol *massage* memiliki nilai 0.49. Hasil tersebut menunjukkan rata-rata peningkatan berat badan pada kelompok *baby SPA* lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok *massage*.

Hasil uji *Mann Whitney* diketahui  $p = 0,001$ , maka disimpulkan terdapat beda pengaruh antara *baby SPA* dengan *massage* terhadap berat badan bayi rendah usia 4-6 bulan. Hasil penelitian menunjukkan perbedaan *mean* (rata-rata) berat badan setelah diberi *baby SPA* maupun *massage*. Kemampuan *baby SPA* meningkatkan berat badan bayi sebesar 0.85 sedangkan untuk *massage* mampu meningkatkan berat badan bayi sebesar 0.49, sehingga dengan *baby SPA*

lebih mampu meningkatkan berat badan bayi sebesar 0,36.

Penelitian ini mendapatkan hasil yang signifikan bahwa pemberian *Baby SPA* berpengaruh terhadap peningkatan berat badan pada bayi dengan berat badan rendah usia 4-6 bulan dengan nilai  $p > 0,05$ . Hal ini juga dapat dilihat dari *mean* pada nilai *pre* kelompok *baby SPA* adalah 5.15, sedangkan nilai *post* 6.00 dan selisih 0.85. Sedangkan *mean* pada nilai *pre* kelompok kontrol 4.97, sedangkan nilai *post* 5.46 dan selisih 0.49 perlakuan yang diberikan *baby SPA* pada bayi dengan berat badan rendah didapatkan hasil sebelum dilakukan perlakuan rata-rata berat badan 5.15 kg dan setelah dilakukan perlakuan *baby SPA* selama 4 minggu dengan dosis 1 minggu 2x *treatment* didapatkan hasil kenaikan berat badan 6.00 kg yang baik dibandingkan kelompok *massage* dengan peningkatan rata-rata berat badan sebelum *treatment* 4.98 kg dan setelah diberikan *treatment* selama 1 bulan dengan dosis 1 minggu 2x didapatkan hasil peningkatan berat badan 5.43 kg.

1. Pengaruh *Baby Solus Per Aqua* Terhadap Peningkatan Berat Badan pada Bayi dengan Berat Badan Rendah Usia 4-6 Bulan.

*Baby SPA* lebih terbukti dalam meningkatkan berat badan karena pada saat *baby SPA* bayi memerlukan energi yang lebih besar pada saat melakukan berenang selama 20 menit dengan media air hangat sehingga bayi mengeluarkan energi dalam tubuh yang lebih banyak, setelah bayi melakukan *treatment baby SPA* nafsu makan bayi akan meningkat dan pola tidur bayi akan menjadi lebih baik sehingga bayi

mengalami peningkatan berat badan yang lebih baik dari *massage* yang bersifat rileksasi

2. Pengaruh *Massage* Terhadap Peningkatan Berat Badan pada Bayi dengan Berat Badan Rendah Usia 4-6 Bulan.

Bayi merupakan salah satu cara yang menyenangkan untuk menghilangkan ketegangan dan kerewelannya. Karena *massage* sangat lembut dan akan membantu mengendurkan otot-ototnya sehingga ia menjadi tenang dan tertidur, sehingga pertumbuhan bayi akan mengalami peningkatan. Perkembangan atau penambahan berat badan paling cepat disaat umur 1-3 bulan, dimana pertambahannya bisa mencapai 700 gram/4 minggu. Kecepatan perkembangan dan pertumbuhan ini akan menurun setelah umur 3-6 bulan dan akan sangat terasa melambat ketika umur anak sudah diatas 6 bulan, jika penambahan berat badan berada dalam batas- batas skala diatas berarti bayi tumbuh sehat.

3. Beda Pengaruh *Baby Spa* Dan *Massage* Terhadap Peningkatan Berat Badan pada Bayi dengan Berat Badan Rendah Usia 4-6 Bulan

*Baby SPA* lebih terbukti meningkatkan berat badan karena pada saat *baby SPA* bayi mengeluarkan energi yang lebih besar pada saat melakukan berenang selama 20 menit dengan media air hangat sehingga bayi mengeluarkan energi dalam tubuh yang lebih banyak, setelah bayi melakukan *treatment baby SPA* nafsu makan bayi akan meningkat dan pola tidur bayi akan menjadi lebih baik sehingga bayi mengalami peningkatan berat badan yang lebih baik dari *massage bayi* yang bersifat relaksasi.

## KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil analisa dan perhitungan uji statistik, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut : Ada pengaruh *baby solus per aqua* yang signifikan terhadap peningkatan berat badan pada bayi dengan berat badan rendah usia 4-6 bulan dan ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol terhadap peningkatan berat badan rendah usia bayi 4-6 bulan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adriyani, Vina. 2010. *Optimalisasi Perkembangan Anak Usia Dini Melalui Kegiatan Penyuluhan Deteksi Usia Dini Melalui Kegiatan Penyuluhan Deteksi Dini Tumbuh Kembang Anak*. Dosen pada Pendidikan Guru Taman Kanak-kanak (PGTK) Fakultas Ilmu Pendidikan (FIP) Universitas Pendidikan Indonesia.
- Bobak, M. Irene et al., 2005. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Edisi 4. Alih Bahasa: Maria A. Wijayarini. Jakarta: EGC.
- Badan Perencanaan Pembangunan Nasional. 2007. *Laporan Pencapaian Millenium Development Goals*. Kementerian Negara Perencanaan Pembangunan Nasional. Jakarta: 2007. Hal 49.
- Surono, Cipto. 2000. *Pengertian Berat Badan Definisi*. Diakses dari Sarjanaku.com pada 26 Juni 2015.
- Depkes RI, 2009. *Rencana Strategis Kementerian Kesehatan*. Jakarta
- Dasuki, 2010. *Data Pijat bayi*. <http://www.google.com>.
- Field, Dieter, J, Hernandez, M. Emory E.K; Redzeqi, M, 2003; Stable Preterm Infants Gain More Weight and Sleep Less After Five Days of Massage Therapy. *Journal of Pediatric Psychology*, Vol.28 no.6, hal.403- 411.
- Hartono, 2008. BBLR. <http://www.boyswell.com>. Diakses tanggal 23 mei 2015.
- Innis, Sheila. 2003. *Nutrition and Its Impact on Psychosocial Child Development: Preterm Infants*. University of British Columbia, CANADA.
- Mutiara dan Ruslianti. 2007. *Pola Asuhan Makanan Bayi*. Jakarta: EGC
- Notoatmojo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Waryana. 2010. *Gizi Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Rihana. Permenkes. 2004. *Peraturan Menteri Kesehatan Kesehatan Republik Indonesia Nomor 1205/MENKES/PER/X/2004*. Pedoman Persyaratan Kesehatan Pelayanan Sehat Pakai Air (SPA).
- Praseyto, 2009. *Teknik-teknik Tepat memijat Bayi Sendiri Panduan Lengkap dan Uraian Kemanfaatannya*. Jogjakarta: Diva Press.
- Putri, Alissa 2009. *Pijat dan Senam Untuk Bayi dan Balita Panduan Praktis Memijat Bayi dan Balita*. Yogyakarta: Brilliant Offset
- Roesli, Utami 2001. *Pedoman Pijat Bayi (Edisi Revisi)*. PT. Trubus Agriwidya. Jakarta
- Saphiranti, Dona dan Ginayatunisa, Astrid. 2011. *Mom and Baby SPA*. Program Studi Sarjana Desain Interior, Fakultas Seni Rupa dan Desain (FSRD) ITB. Jurnal Tingkat Sarjana bidang Senirupa dan Desain.
- Supariasa, I Nyoman, et, al. 2001. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Supariasa, dkk. 2002. *Konsep Dasar Timbulnya Masalah Gizi: Penilaian Status Gizi*. EGC. Jakarta
- Staeker, P. 1999, *Tender Touch, Messaging Your Baby To Health and Happiness*. Singapor: Media Masters Publisher.
- Schoefer Y, Schafer B, et al., 2007. *Health Risks Of Early Swimming Pool Attendance*. Int J hyg Environ Health.
- Thomas, Terrence. Ismail, Hussein Imam dan Phaak, Hoong. 2011. *Paediatric Protocols for Malaysian Hospital*. Kementrian Kesihatan Malaysia.
- Vidyahanasinaga. 2013. *Vector Salon dan Spa*. Jakarta: Hidroterapi Perawatan Dengan Air
- Wach, Cornell. 2000. *Children Development*. Dalam Ikatan Dokter Anak Indonesia. Asuhan Nutrisi Pediatrik. Unit Kerja Koordinasi Nutrisi dan

Penyakit Metabolik Ikatan Dokter  
Anak Indonesia.

Wahyuningsih, Siti. 2015. Balita Gizi Buruk  
di Solo Terendah Nasional.  
Republika. 20 Februari 2015.

Yahya, Nadjibah 2011. Spa bayi dan anak.  
Solo: Metagraf

Yeyeh, Ai dkk.2009. Asuhan Kebidanan  
1(Kehamilan). Jakarta: Trans Info  
Media