



Journal of Human And Education

Volume 4, No. 4, Tahun 2024, pp 428-432

E-ISSN 2776-5857, P-ISSN 2776-7876

Website: <https://jahe.or.id/index.php/jahe/index>

Peningkatan Pengetahuan Ibu Tentang Manfaat Tummy Time Dalam Meningkatkan Motorik Bayi Usia 3-12 Bulan di Desa Lalabata

Nur Hidayah¹, Syarifah Masita², Amina Ahmad³, Wanti Aotari⁴

Program Studi D3 Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Amanah Makassar,
Indonesia^{1,2,3,4}

Email: nurhidayahms35@gmail.com¹, masitasyarifah@gmail.com², aminaylazahra@gmail.com,
wantyaotary@gmail.com³

Abstrak

Perkembangan motorik bayi merupakan suatu tahapan perkembangan motorik bayi sesuai umur dan sesuai dengan prinsipnya. Jika tahapan motorik dasar tidak dilewati, maka bayi tidak punya konsep motorik dasar yang berakibat tidak menyadari gerak fungsional. Minimnya waktu motorik dan pengawasan orang tua yang berlebihan serta motivasi dan stimulasi anak yang kurang menyebabkan terjadinya keterlambatan. *Tummy time* menjadi salah satu stimulasi yang dapat diberikan untuk meningkatkan perkembangan motorik bayi. Manfaat *tummy time* dalam peningkatan perkembangan motorik bayi misalnya posisi tengkurap atau telentang, berguling, merangkak dan mencegah terjadinya *brachycephaly*. Kegiatan PkM ini dilaksanakan di desa Lalabata dengan peserta yaitu ibu-ibu yang mempunyai bayi usia 3-12 bulan yang berjumlah 17 orang. PkM ini dilaksanakan dengan cara sosialisasi, demonstrasi, diskusi dan tanya jawab. Pengetahuan ibu terkait *tummy time* diketahui dengan cara *pre-test* dan *post-test*. Hasil PkM menunjukkan bahwa *tummy time* dapat memberikan pengaruh terhadap perkembangan motorik bayi dengan nilai rata-rata *pre-test* dan *post-test* 6,4 dan 8,6. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan PkM ini berhasil meningkatkan pengetahuan ibu mengenai *tummy time* terhadap perkembangan motorik bayi.

Kata Kunci: Bayi, Ibu, Perkembangan Motorik, Tummy time

Abstract

Baby motor development is a stage of baby motor development according to age and accordance with the principles. If the basic baby's motor stages are not passed, then the baby does not have basic motor concepts which results in not being aware of functional movements. The lack of motor time and excessive parental supervision as well as the child's lack of motivation and stimulation cause delays. *Tummy time* is one of the stimulations that can be given to improve baby's motor development. Benefit *tummy time* in increasing the baby's motor development, for example in the prone or supine position, rolling over, crawling and preventing this from happening *brachycephaly*. This community service activity was carried out in Lalabata village with 17 participants, namely mothers who have babies aged 3-12 months. This community service is carried out by means of socialization, demonstrations, discussions and questions and answers. Maternal knowledge is related *tummy time* known in a way *pre-test* and

Copyright: Nur Hidayah, Syarifah Masita, Amina Ahmad, Wanti Aotari

post-test. The community service results show that *tummy time* can have an influence on the baby's motor development with an average value *pre-test* and *post-test* 6.4 and 8.6. This shows that this community service activity was successful in increasing mothers' knowledge about *tummy time* on baby's motor development.

Keywords: Baby, Mother, Motor Development, Tummy time

PENDAHULUAN

Proses peningkatan dan pertumbuhan merupakan suatu proses yang terjadi secara konsisten atau berkelanjutan sejak masa dalam kandungan dan terus berjalan hingga menjadi dewasa. Demi tercapainya tumbuh kembang secara optimal pada bayi maka dibutuhkan tiga hal yaitu, asah, asih, asuh yang tepat (Sihura dkk, 2023: 212).

Menurut *World Organization Health* (WHO), diperkirakan sekitar 10-15% bayi mengalami keterlambatan di seluruh dunia. Keterlambatan ini dapat meliputi perkembangan fisik, kognitif, motorik atau bahasa. Dimana keterlambatan ini berhubungan dengan perkembangan otak bayi seperti faktor gen, status kesehatan dan gizi, kualitas interaksi ibu dan anak serta kondisi lingkungan. Perkembangan motorik bayi menjadi fase perkembangan bayi sesuai umurnya. Dan untuk mencegah keterlambatan tersebut dapat dilakukan dengan melakukan *tummy time* secara berkala dengan pengawasan ibu. Perkembangan motorik bayi merupakan tahapan perkembangan motorik bayi menurut umur dan prinsipnya. Jika bayi belum melewati tahap motorik dasar, ia tidak akan memiliki konsep motorik dasar dan akibatnya tidak dapat merasakan gerakan fungsional. Hal tersebut disebabkan karena kurang waktu yang dimiliki oleh anak untuk mempelajari keterampilan motorik tersebut, kurangnya motivasi serta rangsangan pada anak dari orang tua (Ph, 2019:1-12).

Tummy time artinya berbaring tengkurap dalam keadaan terjaga dan diawasi. Kapasitas perut mengacu pada kemampuan bayi untuk bergerak saat diletakkan tengkurap. Termasuk dalam hal ini yakni kemampuan memutar dari depan ke belakang, mengangkat kepala, mendorong ke atas menggunakan lengan, dan menggerakkan lengan dan kaki. Manfaat *tummy time* pada bayi adalah meningkatkan perkembangan motorik secara keseluruhan dan mencegah *brachycephaly* (kepala rata). Menurut Russel *et al* (2019) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa ada hubungan yang erat antara *tummy time* dan perkembangan motorik kasar.

Organisasi Kesehatan Dunia merekomendasikan waktu tengkurap setidaknya 30 menit per 24 jam. Bayi yang menghabiskan setidaknya 30 menit tengkurap pada usia tujuh minggu memiliki hasil yang lebih baik dibandingkan bayi yang menghabiskan waktu kurang dari 30 menit sehari. Hal serupa juga berlaku pada bayi yang melakukan *tummy time* tiga kali sehari, berbeda dengan bayi yang tidak melakukan *tummy time*. Selain itu, *tummy time* juga efektif dalam menurunkan keterlambatan motorik pada bayi *down syndrome* (Hewitt *et al*, 2020:6).

Berdasarkan pemaparan di atas, menjadi dasar pengabdian untuk melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui peningkatan pengetahuan tentang manfaat *tummy time* dalam meningkatkan motorik bayi di desa Lalabata.

METODE

Kegiatan pengabdian Masyarakat ini dilakukan dengan sosialisasi dan demonstrasi. Dengan pelaksanaan meliputi pemaparan materi, demonstrasi, diskusi dan tanya jawab. Peserta pengabdian kepada Masyarakat ini yakni ibu yang memiliki bayi usia 3-12 bulan sebanyak 17 orang. Kemampuan ibu diukur dengan memberikan *pre-test* dan *post-test* yang berjumlah 20 soal yang berkaitan dengan *tummy time* dan perkembangan motorik kasar bayi (Nursalam, 2020).

Adapun proses pelaksanaan pengabdian kepada Masyarakat dilaksanakan secara berurutan terdiri dari:

1. Memperkenalkan profil diri dan menyampaikan tujuan pelaksanaan pengabdian.
2. Memberikan *pre-test* untuk mengukur kemampuan awal peserta pengabdian kepada Masyarakat.
3. Menyampaikan materi dan memberikan demonstrasi tentang *tummy time*.

Copyright: Nur Hidayah, Syarifah Masita, Amina Ahmad, Wanti Aotari

4. Diskusi dan tanya jawab tentang pengetahuan dan kemampuan ibu mengenai *tummy time*.
5. Memberikan *post-test* untuk mengetahui kemampuan peserta pengabdian kepada Masyarakat.
6. Melakukan penutupan kegiatan pengabdian dan menyampaikan rasa terima kasih terhadap keterlibatan peserta dan tokoh Masyarakat yang terlibat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini dilakukan bersamaan dengan Praktik Kerja Lapangan (PKL) mahasiswa di desa Lalabata kecamatan Taneterilau kabupaten Barru.



Gambar 1. Kegiatan PKM

Berdasarkan hasil pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan didapatkan hasil nilai rata-rata *pre-test* 6,4 dan nilai rata-rata *post-test* 8,6. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan PKM yang telah dilakukan memberikan dampak yang baik terhadap peningkatan pengetahuan ibu-ibu tentang manfaat *tummy time* terhadap motorik bayi.

Hasil dari PKM tersebut sejalan dengan beberapa penelitian antara lain, bahwa intervensi edukasi *tummy time* meningkatkan pengetahuan dan kepercayaan diri ibu dalam melakukan *tummy time* terhadap bayi mereka. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi *tummy time* yang tepat dapat meningkatkan kepatuhan orang tua dalam melakukan *tummy time* (Rissel & Flood, 2011:19-21). Selain itu, penelitian lain juga menunjukkan bahwa intervensi dengan *tummy time* secara optimal mampu meningkatkan perkembangan motorik bayi, termasuk meningkatkan kontrol kepala, kontrol tubuh, dan kemampuan untuk merangkak. Penelitian ini tidak hanya menunjukkan bahwa *tummy time* tidak hanya dapat mencegah sindrom kepala datar, tetapi juga penting untuk meningkatkan perkembangan motorik bayi (Olson, et al., 2021).

Adapun hal-hal yang perlu diperhatikan dalam melakukan *tummy time* memastikan bayi dalam kondisi sehat dan tidak terlalu kenyang. Selain itu, pastikan selalu mengawasi bayi selama melakukan *tummy time*, jangan terlalu lama durasinya, jangan lakukan *tummy time* setelah bayi

baru makan atau minum. Jangan melakukan *tummy time* pada permukaan yang empuk atau berbahaya (Sampaio, et al., 2023:3).

SIMPULAN

Kegiatan PkM ini berhasil meningkatkan pengetahuan ibu mengenai *tummy time* dan perkembangan motoric bayi berdasarkan hasil dari *post-test* yang telah dilakukan yaitu 8,6.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pengabdian mengucapkan rasa terima kasih terhadap LPPM STIKes Amanah Makassar sebagai Lembaga yang memberikan izin dan Masyarakat desa Lalabata serta semua pihak yang telah membantu terlaksananya kegiatan PkM ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Wen, L. M., Baur, L. A., Simpson, J. M., Rissel, C., & Flood, V. M. (2011). Effectiveness of an early intervention on infant feeding practices and "tummy time": a randomized controlled trial. *Archives of pediatrics & adolescent medicine*, 165(8), 701–707. <https://doi.org/10.1001/archpediatrics.2011.115>
- Hewitt, L., Kerr, E., Stanley, R. M., & Okely, A. D. (2020). Tummy Time and Infant Health Outcomes: A Systematic Review. *Pediatrics*, 145(6), e20192168. <https://doi.org/10.1542/peds.2019-2168>
- Nursalam. (2020). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Pendekatan Praktis. Jakarta: Salmeha Medika.
- Palmer, C. F., Rindler, D., & Leverone, B. (2019). Moving into tummy time, together: Touch and transitions aid parent confidence and infant development. *Infant mental health journal*, 40(2), 277–288. <https://doi.org/10.1002/imhj.21771>
- Olson KA. (2021). Manual Physical Therapy of the Spine-E-Book. Elsevier Health Sciences.
- Ph, L., Hermanto, & Pranita. (2019). Hubungan Karakteristik Orang Tua dengan Perkembangan Psikososial Infant. *Jurnal Kesehatan* 12(1):1-13. <https://http://dx.doi.org/10.24252/kesehatan.v12i1.6669>
- Sabang, R., & Yuliati, L. (2023). Tummy time to improve psychomotor development Babies 6-9 months. *Science Midwifery*, 11(2), 315-321. <https://doi.org/10.35335/midwifery.v11i2.1274>
- Santos Sampaio, S. S., de Amorim Rodrigues, N. A., Moura, J. R., de Lima-Alvarez, C. D., & Pereira, S. A. (2023). Effects of Prone Positioning on Head Control in Preterm Infants: Randomized and Controlled Clinical Trial Protocol. *International journal of environmental research and public health*, 20(3), 2375. <https://doi.org/10.3390/ijerph20032375>
- Siddicky SF, Bumpass DB, Krishnan A, Tackett SA, McCarthy RE, Mannen EM. Positioning and baby devices impact infant spinal muscle activity. *J Biomech*. 2020;104:109741. doi:10.1016/j.jbiomech.2020.109741
- Sihura, S.S.G., Afrina, R., & Solehudin, S., (2023). Peningkatan Pengetahuan Ibu Post Partum terkait Tummy Time di RSUD Cengkareng tahun 2023. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Saga Komunitas* 2(3):212-216 2(3):212-216. <https://http://dx.doi.org/10.53801/jpmsk.v2i3.120>

- Silva BFV, Sampaio SSS, Moura JR, et al. "I Am Afraid of Positioning my Baby in Prone": Beliefs and Knowledge about Tummy Time Practice. *Int J Pediatr.* 2023;2023:4153523. Published 2023 Apr 19. <https://doi.org/10.1155/2023/4153523>
- Wen, L. M., Baur, L. A., Simpson, J. M., Rissel, C., & Flood, V. M. (2011). Effectiveness of an early intervention on infant feeding practices and "tummy time": a randomized controlled trial. *Archives of pediatrics & adolescent medicine*, 165(8), 701–707. <https://doi.org/10.1001/archpediatrics.2011.115>