

SOSIALISASI PENTINGNYA BABY GYM UNTUK MEMAKSIMALKAN PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR PADA BAYI USIA 3~6 BULAN DI DESA SUKOREJO KECAMATAN NGASEM KABUPATEN KEDIRI

Putri Wahyu Wigati¹, Dhita Kris Prasetyanti², Sutrisni³,
Halimatus Saidah⁴, Galuh Pradian Yanuaringsih⁵.

¹Universitas Kadiri, Indonesia, email: putriwahyuwigati@unik-kediri.ac.id

²Universitas Kadiri, Indonesia, email: dhitakrisprasetyanti@unik-kediri.ac.id

³Universitas Kadiri, Indonesia, email: sutrisni@unik-kediri.ac.id

⁴Universitas Kadiri, Indonesia, email: halimatussaidah@unik-kediri.ac.id

⁵Universitas Kadiri, Indonesia, email: galuhpradianyanuaringsih@unik-kediri.ac.id

*Koresponden penulis

Article History:

Received: 21 Mei 2026

Revised: 31 Mei 2026

Accepted: 31 Mei 2026

Keywords: *Baby Gym; Infant Development; Motor Stimulation; Maternal Skills; Community Service*

Abstract: *Infant development includes four main domains: gross motor, fine motor, personal-social, and language development. One effective strategy to support optimal growth and motor development is providing stimulation through baby gym exercises. Insufficient stimulation may lead to delayed motor development and suboptimal developmental outcomes. Therefore, community-based interventions are needed to prevent developmental problems during infancy. This community service activity was conducted in Sukorejo Village, within the working area of Ngasem Community Health Center, Kediri Regency, through educational sessions and practical baby gym training for mothers with infants. Following the program, almost all participants demonstrated good baby gym skills, with 19 mothers (95%) categorized as having good practical competence. These findings indicate that education combined with hands-on demonstrations effectively improves mothers' ability to provide appropriate developmental stimulation. Continuous assistance is recommended to strengthen mothers' knowledge and skills, thereby supporting optimal infant growth and development.*

Introduction

Masa bayi adalah masa keemasan sekaligus masa kritis perkembangan seseorang. Dikatakan masa keemasan karena didalam masa ini terdapat masa yang penting dalam proses tumbuh kembang seorang anak karena pada masa ini perkembangan fisik, mental dan otak tumbuh dengan cepat (Purwanti, 2016). Dikatakan masa kritis pada masa ini bayi sangat peka terhadap lingkungan sekitar. Bayi adalah individu berusia 0-12 bulan yang masih lemah dan membutuhkan adaptasi yang baik serta masih bergantung kepada orang lain terutama ibunya untuk memenuhi kebutuhan. Sebagian orang tua, hal penting yang harus disadari adalah bahwa kemampuan motorik kasar setiap anak berbeda (Dini, 2013). Perkembangan pada bayi dapat di tinjau dari empat aspek perkembangan, yaitu kemampuan motorik kasar, motorik halus, personal sosial dan bahasa (Adriana, 2015) Stimulasi

berbentuk senam adalah salah satu upaya pengoptimalan pertumbuhan dan perkembangan motorik bayi. Pemberian stimulasi dapat berupa terapi latihan yang merupakan bentuk latihan untuk meningkatkan dan mengoptimalkan kondisi yang lebih baik dan akan memberikan rangsangan pada tubuh.

Menurut data WHO (2018) angka kejadian keterlambatan perkembangan di Amerika Serikat adalah 12% hingga 16%, di Thailand 24%, dan Argentina 22% dan di Indonesia berkisar antara 13% hingga 18%. Terdapat masalah perkembangan, seperti keterlambatan motorik, bahasa dan perilaku, autisme dan hiperaktif meningkat. WHO (2019) peneliti dunia untuk WHO melaporkan bahwa ada 52,9 juta bayi di seluruh dunia, dan 54% memiliki keterlambatan perkembangan. Sekitar 95% dengan keterlambatan perkembangan tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah (Andinawati, 2022). Menurut data rutin (2020) di Indonesia pelayanan tumbuh kembang menunjukkan bahwa 66% terpantau pertumbuhan dan perkembangannya, 42% anak menerima layanan SDIDTK (Stimulasi Deteksi dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang), dan 7,5% yang mengalami keterlambatan tumbuh kembang (Diah, 2022). Di Indonesia jumlah bayi adalah 5 persen dari total penduduk, dimana persentase bayi dengan keterlambatan perkembangan (rata-rata) berkisar antara 5,3% hingga 7,5%. Studi tersebut menemukan bahwa persentase bayi yang tinggi di pedesaan dan perkotaan mengalami masalah perkembangan motorik. Ini bisa menjadi tanda masalah kesehatan, dan penting untuk memantau bayi sedini mungkin untuk mengetahui apakah mereka memiliki masalah. (Ningrum, 2022). Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) Jawa Timur melakukan pemeriksaan untuk perkembangan ditemukan 10% terkena motorik kasar seperti berjalan, duduk. Berdasarkan survey awal yang di lakukan pada tanggal 24 Februari 2025 di Pskesmas Ngasem Kabupaten Kediri terhadap 10 responden yang memiliki bayi didapatkan hasil 8 orang tua belum mengetahui tentang pemberian stimulasi dengan cara melakukan senam bayi dan 2 orang lainnya hanya mengetahui belum pernah mempraktikan secara langsung, salah 1 bayi pada usia 3 bulan anak belum bisa mengangkat kepalanya dengan tegak, 4 bayi pada usia 4 bulan anak belum bisa tengkurap dan terlentang sendiri masih dengan bantuan orang lain, 6 bayi pada usia 6 bulan anak belum bisa duduk sendiri tanpa bantuan.

Perkembangan motorik pada bayi berumur 16-24 minggu mengalami perubahan dalam aktifitas seperti posisi telungkup, mengangkat kepala, gerakan menekan kedua tangan dan ini merupakan bentuk perkembangan motorik kasar selain itu bayi juga dapat memalingkan kepala ke kanan dan kiri, duduk dengan kepala tegak, membalikkan badan, bangkit dengan kepala tegak, berguling, terlentang dan tengkurap (Hidayat, 2013).

Keterlambatan perkembangan motorik lebih sering disebabkan oleh kurangnya kesempatan untuk mempelajari motorik kasar seperti di gendong atau di letakkan di baby walker, perlindungan orang tua yang berlebihan, atau kurangnya motivasi dari ibu untuk melatih anaknya (Andirana, 2015).

Dampak apabila tahapan motorik kasar tidak terlalui adalah anak tidak akan mempunyai konsepsi motorik dasar, sehingga tidak bisa menyadari gerakannya. Perkembangan selanjutnya setelah bertambah usia akan memengaruhi pada kecerdasan emosi, kecerdasan mental anak, dan kemungkinan jangka panjang anak secara kecerdasan IQ bagus, tetapi kecerdasan EQ terhambat (Anugrah, 2012). Permasalahan yang mungkin timbul, apabila anak tidak mendapatkan stimulasi adalah akan terjadi keterlambatan perkembangan motorik atau proses tumbuh kembang motorik anak menjadi kurang optimal (Kusyairi, 2016).

Apabila ditemukan adanya keterlambatan dalam perkembangan motorik kasar bayi, harus segera ditelusuri penyebabnya sebelum menentukan apa yang harus dilakukan. Bila penyebabnya karena masalah perbedaan pola asuh atau orang tua yang terlalu protektif, maka pertama harus dirubah adalah sikap orang tua. Orang tua harus membiarkan anak bergerak bebas. Dengan upaya ini anak semakin terpicu untuk melatih semua tahap perkembangan motorik kasarnya. Tetapi, bila penyebab keterlambatan tersebut karena kelainan tubuh tertentu harus di konsultasikan dengan dokter anak. Keterlambatan perkembangan motorik kasar dapat pula disebabkan karena kurangnya ia bergerak atau kurangnya rangsangan. Jika hal ini yang terjadi tata laksana yang dapat dilakukan adalah dengan senam bayi. Selain itu melalui senam bayi, kedekatan antara ibu dan bayi akan semakin kuat. Manfaat yang bisa didapat dengan senam bayi. Seperti, memberikan stimulasi untuk fase perkembangan sesuai usia dan kemampuannya, mengoptimalkan keterampilan motorik kasar, meningkatkan koordinasi, konsentrasi dan keseimbangan gerak tubuh dan meningkatkan kekuatan fisik bayi (Ahmad, 2015). Stimulasi sentuhan dipercaya dapat memperbanyak manfaat bagi bayi sehingga membantu mengoptimalkan tumbuh kembang bayi, stimulasi sentuhan itu dapat berupa rangsangan kasih sayang, perhatian, suara, pandangan mata dan pijatan (Bainbridge, 2016). Awalnya senam bayi diterapkan sebagai salah satu cara rehabilitasi bagi bayi-bayi yang mengalami kelainan pertumbuhan dan perkembangan, misalnya bayi yang terancam menderita kelumpuhan dapat dicegah dengan latihan senam sejak bayi, tapi dalam perkembangannya, senam bayi diperluas dan diterapkan sebagai latihan untuk membantu stimulasi pertumbuhan dan perkembangan sistem syaraf dan motorik bayi-bayi yang sehat dan normal (Anugrah, 2012).

Berdasarkan hal tersebut maka dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan topik “Sosialisasi pentingnya baby gym untuk memaksimalkan perkembangan motorik kasar pada bayi usia 3-6 bulan di Puskesmas Ngasem Kabupaten Kediri Tahun 2025”. Gambaran iptek yang diberikan kepada masyarakat berupa penyampaian informasi tentang pengetahuan dan keterampilan baby gym untuk menstimulasi perkembangan motorik kasar bayi usia 3-6 bulan Puskesmas Ngasem Kabupaten Kediri Tahun 2025.

Methods

Sosialisasi ini dilaksanakan pada hari Selasa, 1 Juli 2025 bertempat di Desa Sukorejo Kecamatan Ngasem Kabupaten Kediri. Partisipan ataupun sasaran kegiatan yang dilaksanakan ini adalah ibu yang memiliki bayi usia 3-6 bulan yang belum memahami terkait baby gym sejumlah 20 responden. Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian dilakukan dengan diskusi, sosialisasi dan praktikum.

Program pengabdian kepada msyarakat yang dilakukan dalam bentuk diskusi, sosialisasi dan praktikum yang bertujuan untuk memberikan kesempatan kepada mitra sasaran yaitu ibu yang memiliki bayi usia 3-6 bulan melakukan proses pemahaman materi Metode ini diharapkan dapat memberikan tambahan wawasan, informasi dan keterampilan kepada mitra sasaran mengenai upaya mengoptimalkan motorik kasar bayi. Sosialisasi bertujuan untuk mitra sasaran yaitu ibu yang memiliki bayi usia 3-6 bulan mengetahui bagaimana upaya mengoptimalkan motorik kasar dengan baby gym atau senam bayi.

Tahapan kegiatan sosialisasi baby gym untuk optimalisasi motorik kasar dimulai dari observasi mitra sasaran dan dilakukan penandatanganan kontrak kemitraan selanjutnya menilai keterampilan pelaksanaan baby gym, Tahap berikutnya, melakukan sosialisasi dengan metode pengajaran didaktif. Metode pengajaran didaktif merupakan metode memberikan informasi, ceramah atau penjelasan untuk mengajarkan pengetahuan dan keterampilan. Sosialisasi tersebut membahas tentang bagaimana upaya mengoptimalkan motorik kasar dengan baby gym dimungkinkan untuk dilakukan dan diterapkan. Tahap terakhir adalah melakukan kuis kepada mitra sasaran dengan tujuan ingin mengetahui sejauh mana pemahaman, pengetahuan dan keterampilan pemahaman tentang sosialisasi upaya optimalisasi motorik kasar dengan baby gym yang telah diberikan.

Result

Tabel 1. Hasil Pre-Test Keterampilan Ibu Bayi Sebelum Diberikan Sosialisasi Pentingnya Baby Gym untuk Memaksimalkan Perkembangan Motorik Kasar pada Bayi Usia 3-6 Bulan

No	Keterampilan	Frekuensi	Prosentase
1	Baik	4	20%
2	Cukup	2	10%
3	Kurang	14	70%
Jumlah		20	100%

Berdasarkan Tabel 1 di atas didapatkan hasil bahwa sebagian besar 14 (70%) responden memiliki keterampilan kurang dalam menstimulasi motorik kasar sebelum diberikan Sosialisasi pentingnya baby gym untuk memaksimalkan perkembangan motorik kasar.

Tabel 2. Hasil Post-Test Keterampilan Ibu Bayi Sesudah Diberikan Sosialisasi Pentingnya Baby Gym untuk Memaksimalkan Perkembangan Motorik Kasar pada Bayi Usia 3-6 Bulan

No	Keterampilan	Frekuensi	Prosentase
1	Baik	19	95%
2	Cukup	1	5 %
3	Kurang	0	0 %
Jumlah		20	100 %

Berdasarkan Tabel 2 di atas didapatkan hasil bahwa hampir seluruhnya 19 (95%) responden memiliki keterampilan baik dalam menstimulasi motorik kasar sesudah diberikan Sosialisasi pentingnya baby gym untuk memaksimalkan perkembangan motorik kasar

Discussion

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa sebelum dilakukan sosialisasi pentingnya baby gym untuk memaksimalkan perkembangan motorik kasar hasil pre-test yang dilakukan pada 20 ibu bayi, sebagian besar responden sejumlah 14 (70%) ibu bayi menunjukkan kurang terampil dalam melakukan baby gym atau senam bayi. Hal ini disebabkan kurangnya keterampilan serta pengalaman, responden mengenai baby gym, biasanya responden hanya sekedar pernah tahu manfaatnya untuk si buah hati dan pernah melihat sekilas cara baby gym namun masih ragu untuk melakukan sendiri karena belum benar memahami tahapan-tahapannya serta manfaatnya. Menurut Notoatmodjo (2018), faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan adalah umur, pendidikan, pengetahuan,

paritas dan pengalaman. Karena kurangnya pemahaman ibu dalam melakukan setiap tahapannya dan belum pernah melakukan baby gym secara langsung terhadap bayinya, Sehingga ibu masih ragu dalam melakukan baby gym pada bayi secara mandiri. Semakin tinggi pendidikan ibu maka semakin mudah ibu untuk menerima dan memahami informasi.

Semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin baik pengetahuan yang dimiliki. Sehingga, seseorang tersebut akan lebih mudah dalam menerima dan menyerap hal-hal baru. Selain itu, dapat membantu mereka dalam menyelesaikan hal-hal baru tersebut. Berdasarkan tabel 2 dapat diinterpretasikan bahwa setelah diberikan sosialisasi baby gym hampir seluruhnya ibu bayi memiliki keterampilan baik dalam melakukan baby gym yaitu sebanyak 19 ibu bayi (95 %). Menurut Nitisemito (2016), sosialisasi adalah kegiatan yang bermaksud untuk memperbaiki dan mengembangkan sikap, tingkah laku ketrampilan, dan pengetahuan. Manfaat baby gym menstimulasi perkembangan anak terutama perkembangan motorik halus dan motorik kasar. Meningkatkan konsentrasi belajar anak dan menjaga kebugaran tubuh balita sehingga tidak mudah sakit. Selain hal itu, usia balita 0-5 tahun merupakan golden age usia emas. Usia anak di bawah lima tahun (balita) merupakan periode penting dalam tumbuh kembang anak karena pertumbuhan dasar yang berlangsung pada masa balita akan memengaruhi dan menentukan perkembangan anak selanjutnya. Seperti diketahui bahwa usia dibawah dua tahun (baduta) pertama merupakan periode keemasan (golden period) karena terjadi optimalisasi proses tumbuh kembang.



Gambar 1. Kegiatan sosialisasi Pelaksanaan PKM



Gambar 2. Pemberian Cenderamata keikutsertaan PKM



Gambar 3. Foto Bersama dengan peserta PKM

Conclusion

Pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan dengan memberikan sosialisasi peningkatan keterampilan Ibu dalam menstimulasi kecerdasan bayi dengan aktivitas baby gym di desa Sukorejo Kecamatan Ngasem Kabupaten Kediri hal ini dilakukan sebagai upaya meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan kesadaran ibu bayi agar dapat menstimulasi motorik kasar bayi dengan aktivitas baby gym. Diharapkan instansi pendidikan dan pelayanan kesehatan masyarakat dapat aktif melakukan pendidikan kesehatan khususnya pada ibu bayi dan balita sehingga terjadi peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu bayi dalam menstimulasi motorik kasar bayi.

Acknowledgements

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Rektor Universitas Kadiri yang telah memberikan Program Hibah Internal LPPM. Selanjutnya, terima kasih kepada Dekan dan Kaprodi Kebidanan D.III Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kadiri atas arahan dan binaannya selama proses kegiatan ini berlangsung. Demikian juga terima kasih kepada ketua LPPM Universitas Kadiri dan Kepala Puskesmas Ngasem Kabupaten Kediri yang telah memfasilitasi kegiatan pengabdian ini sampai dengan selesai.

References

- Ahmad, R. B. (2015). *Pengaruh Pemberian Senam Bayi pada Bayi Usia 16-24 Minggu terhadap Kemampuan Merangkak*. Publisher, 1-4.
- Andinawati, C., Syamsiah, S., & Kurniati, D. (2022). Efektifitas Baby Gym terhadap Perkembangan Motorik pada Bayi Usia 9-12 Bulan di Praktik mandiri Bidan Putri Indriani Kecamatan Cibinong Kabupaten Bogor. *Jurnal kebidanan*, 11(2), 99
- Andirana, D. (2015). *Tumbuh Kembang dan Terapi Bermain pada Anak*. Jakarta: Salemba Medika.
- Anugrah, P. (2012). *Pengaruh Senam Bayi Terhadap Kemampuan Motorik Kasar pada Bayi Usia 4-12 Bulan di Posyandu Kelurahan Celep*. *Jurnal Kesehatan*, 3-7.
- Bainbridge, H. A. (2016). *Baby massage, Kekuatan Menenangkan dari Sentuhan*. Jakarta: Dian Rakyat.
- Diah. (2022). *Pelaksanaan Stimulasi, deteksi, dan intervensi dini tumbuh kembang*, Jakarta.
- Dini, A. (2013). *Pijat dan Senam Bayi Untuk Bayi dan Balita Panduan Praktis Memijat Bayi dan Balita*. Yogyakarta: Salemba Medika.
- Hidayat. (2013). *Pengantar Ilmu Kesehatan Anak untuk Pendidikan Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.

- Ingrassia, L. (2015, Februari 28). *Baby Gym Senam Bayi*. Publisher, pp. 1-7.
- Kusyairi, I. (2016). *Panduan Senam Bayi*. Jakarta: Puspa Swara.
- Ni ngrum, N.M., Purwanti, Tri., Mildiana, Y. (2022). Optimalisasi Perkembangan motorik Bayi Dengan Baby Gym. *Jurnal Abdi Medika*, 1-9.
- Purwanti, S. (2016). *Efektifitas Pelaksanaan Senam Bayi Terhadap Peningkatan Perkembangan Bayi*. Publisher, 1-3.
- Rahmawati, N., & Andriani, R. (2019). *Stimulasi Motorik Kasar pada Bayi Usia 3-6 Bulan melalui Baby Gym*. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 11(1), 25-33.
- Ridha. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Anak*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sari, D. N., & Lestari, D. (2020). *Pengaruh Baby Gym terhadap Perkembangan Motorik Kasar Bayi*. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 45-52.
- Soetjiningsih. (2018). *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: EGC.
- Sulistyawati. (2014). *Deteksi Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: Salemba Medika.
- Swandari, A. (2015). *Pengaruh Senam Bayi Terhadap Kecepatan Kemampuan Motorik Kasar pada Bayi Usia 5 Bulan*. *Insan Cendekia*, 7-9.
- Syaukani, A. (2015). *Pijat, Senam dan Yoga Sehat untuk Bayi*. Yogyakarta: Araska.
- Orami. (2023). *5 tanda gangguan perkembangan motorik balita, waspada Moms!*. Diakses dari <https://www.orami.co.id/magazine/tanda-gangguan-perkembangan-motorik-balita>
- Wilayah III Ikatan Fisioterapi Indonesia. (2018). *Mengenal delay development pada anak*. Diakses dari <https://wilayah3.imfi.or.id/mengenal-delay-development-pada-anak>