

## Perbedaan Pengaruh Baby Gym Dan Baby Spa Dalam Meningkatkan Pertumbuhan Dan Perkembangan Pada Bayi 9 – 12 Bulan

Eka Falentina Tarigan<sup>1</sup>, Eva Ratna Dewi<sup>2</sup>, Imarina Tarigan<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan STIKes Mitra Husada Medan, <sup>2,3</sup> Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga STIKes Mitra Husada Medan

\*correspondence author: *Handphone*: 085270497733, E-mail: [ekafalentina5@gmail.com](mailto:ekafalentina5@gmail.com)

DOI: <https://doi.org/10.33859/dksm.v10i2.490>

### Abstrak

**Latar Belakang:** Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, terdapat 37,2 % anak balita di Indonesia mengalami *stunting*. Masalah kesehatan masyarakat dianggap berat bila prevalensi pendek sebesar 30 – 39 persen dan serius bila prevalensi pendek  $\geq 40$  persen. Terdapat 16% balita Indonesia mengalami gangguan perkembangan, baik perkembangan motorik halus maupun motorik kasar, gangguan pendengaran, kecerdasan kurang dan keterlambatan.

**Tujuan:** Tujuan penelitian untuk mengetahui perbedaan pengaruh *baby gym* dan *baby spa* terhadap pertumbuhan dan perkembangan.

**Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian quasi eksperimen dan Desain yang digunakan adalah desain penelitian *pre test post test with control group design*, Subjek penelitian terdiri dari 20 bayi pada kelompok kasus dan 20 bayi pada kelompok intervensi di Sekolah Emak Yayasan Ibu Sejati Mandiri Tahun 2019.

**Hasil:** Pengaruh *baby gym* dalam meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan dengan uji paired sample t-test didapat hasil untuk berat badan nilai  $p=0,716$ , untuk perkembangan  $p=0,330$  dan untuk panjang badan nilai  $p=0,014$ . Pengaruh *baby spa* dalam pada kelompok intervensi dilakukan uji paired sample t-test didapatkan hasil untuk berat badan nilai  $p=0,012$ , untuk panjang badan  $p=0,000$  dan untuk perkembangan nilai  $p=0,001$ . Perbedaan pengaruh *baby gym* dan *baby spa* dalam meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan pada bayi dengan uji independent sample t test didapatkan hasil untuk pertumbuhan yaitu berat badan nilai  $p=0,00$ , untuk panjang badan nilai  $p=0,021$  dan untuk perkembangan nilai  $p=0,00$ .

**Simpulan:**  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima sehingga dapat disimpulkan ada perbedaan pengaruh *baby gym* dan *baby spa* dalam meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan pada bayi 9-12 bulan.

**Kata Kunci:** Baby Gym, Baby Spa, Pertumbuhan, Perkembangan, Bayi.

## *Differences in Influence of Baby Gym and Baby Spa in Increasing Growth and Development in Infants 9-12 Months*

### **Abstract**

**Background:** According to the 2013 Basic Health Research (Riskesdas) data, 37.2% of children in Indonesia are stunting. Public health problems are considered serious when short-term prevalence is 30 - 39 percent and serious when short-term prevalence is  $\geq 40$  percent. About 16% of Indonesian toddlers suffer from developmental disorders, whether fine motor or motor development, hearing impairment, lack of intelligence and delay.

**Objective:** The purpose of this study is to determine the difference between the baby gym and baby spa's impact on growth and development.

**Method:** This study is an experimental quasi study and Design used is a pre test post test with control group design. The research subject consisted of 20 infants in a case group and 20 infants in an intervention group at the 2019 Independent Mothers Foundation.

**Results:** Influence of the baby gym on growth and development by paired sample t-test was obtained for  $p = 0.716$ , for  $p = 0.330$  and for  $p = 0.014$ . The influence of the baby spa on the intervention group by paired sample t-test was obtained for  $p = 0.012$ , for  $p = 0.000$  and for  $p = 0.001$ . The difference between the influence of baby gym and baby spa on growth and development in infants with independent sample t test results for growth was weighted  $p = 0.00$ , for body length  $p = 0.021$  and for growth value  $p = 0.00$ .

**Conclusion:**  $H_0$  was rejected and  $H_a$  was accepted so it could be concluded that there is a difference between the baby gym and baby spa in improving growth and development in infants 9-12 months.

**Keywords:** Baby Gym, Baby Spa, Growth, Development, Baby.

### **Pendahuluan**

Pertumbuhan dan perkembangan merupakan proses yang berbeda, keduanya tidak dapat berdiri sendiri namun keduanya saling berkaitan satu dengan yang lain sehingga tidak dapat dipisahkan. Pertumbuhan merupakan bertambahnya jumlah serta besarnya ukuran sel diseluruh bagian tubuh yang secara kuantitatif dapat diukur.

Gangguan tumbuh kembang anak

terjadi bila ada faktor genetik dan atau karena faktor lingkungan yang tidak mampu mencukupi kebutuhan dasar tumbuh kembang anak. Deteksi dan intervensi yang tepat guna dapat mengoptimalkan kualitas tumbuh kembang anak selanjutnya.

Kemampuan motorik kasar adalah kemampuan untuk membuat gerakan yang melibatkan otot-otot besar dan membentuk

sikap tubuh seperti mengangkat kepala, sedangkan motorik halus kemampuan untuk membuat gerakan lebih halus dan melibatkan keluwesan otot-otot kecil seperti untuk mengambil benda kecil dengan jari-jari.

Masa bayi adalah masa keemasan (golden periode) 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.

Pada tahun 2011 secara global terdapat sekitar 101 juta anak dibawah usia 5 tahun yang termasuk dibawah berat badan ideal dan 165 juta anak mengalami *stunting*. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, terdapat 37,2 % anak balita di Indonesia mengalami *stunting*. Hal tersebut artinya terjadi peningkatan dibandingkan tahun 2010 yaitu (35,6 %) dan tahun 2007 (36,8 %). Masalah kesehatan masyarakat dianggap berat bila prevalensi pendek sebesar 30 – 39 persen dan serius bila prevalensi pendek  $\geq 40$  persen. Anak – anak

yang kekurangan gizi cenderung memiliki peningkatan resiko morbiditas dan mortalitas dan akan sering menderita keterlambatan perkembangan mental, prestasi sekolah yang buruk dan prestasi intelektual yang buruk.

Terdapat 16% balita Indonesia mengalami gangguan perkembangan, baik perkembangan motorik halus maupun motorik kasar, gangguan pendengaran, kecerdasan kurang dan keterlambatan. Prevalensi gangguan perkembangan paling tinggi terjadi pada gangguan bahasa (13,8%), kemudian diikuti oleh gangguan perkembangan motorik halus (12,2%). Pada usia 4 tahun biasanya anak sudah menguasai dasar-dasar perkembangan bahasa, namun 5% sampai 8% dari anak-anak mengalami keterlambatan bahasa atau kelainan pada masa prasekolah yang mungkin berikutnya akan terkait dengan gangguan belajar, sosioemosional atau masalah perilaku sampai ia dewasa.

Survey pendahuluan yang dilakukan terhadap 10 orangtua dari bayi, 8 orang menyatakan mereka tidak mempunyai cukup waktu untuk melakukan *baby gym* dan *baby*

*spa* secara rutin. Berdasarkan latar belakang penulis tertarik untuk mengetahui perbedaan pengaruh *baby gym* dan *baby spa* untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan pada bayi usia 9 -12 bulan di Sekolah Emak tahun 2019.

### Bahan dan Metode

Penelitian ini merupakan penelitian *quasi experiment* dan desain yang digunakan adalah desain penelitian *pre test post test with control group design*, yaitu sebuah desain penelitian untuk menganalisa perbedaan pengaruh *baby gym* dan *baby spa* pada bayi 9-12 bulan terhadap pertumbuhan dan perkembangan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Subjek penelitian pada penelitian ini adalah bayi berusia 9-12 bulan berjumlah 40 bayi yaitu pada kelompok kasus 20 bayi akan diberikan intervensi *baby spa* sedangkan untuk kelompok kontrol 20 bayi diberikan intervensi *baby gym*, kedua kelompok diberi intervensi setiap minggu 2 kali selama 6 bulan. Pengaruh *baby gym* pada kelompok kontrol serta pengaruh *baby spa* pada kelompok intervensi akan dianalisis dengan *uji paired sample t-test*.

Perbedaan pengaruh *baby gym* dan *baby spa* terhadap peningkatan pertumbuhan dan perkembangan bayi akan dianalisis dengan uji *independent sample t-test*.

### Hasil

Penelitian ini mengenai perbedaan pengaruh *baby gym* dan *baby spa* dalam meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan pada bayi 9-12 bulan di Sekolah Emak Tahun 2019. Penelitian ini telah dilaksanakan mulai bulan Maret sampai bulan September 2019 tepatnya selama 6 bulan.

### Karakteristik Responden

Karakteristik meliputi usia, jenis kelamin. Hasil penelitian selengkapnya disajikan sebagai berikut :

**Tabel 1. Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia Bayi**

Karakteristik	Kelompok			
	Intervensi (n = 20)		Kontrol (n = 20)	
	N	(%)	N	(%)
Umur bayi :				
a. 9	5	(25%)	5	(25%)
b. 10	7	(35%)	4	(20%)
c. 11	4	(20%)	4	(20%)
d. 12	4	(20%)	7	(35%)
Total	20	(100%)	20	(100%)
Jenis kelamin:				
a. Laki-laki	9	(45%)	8	(40%)
b. Perempuan	11	(55%)	12	(60%)
Total	20	(100%)	20	(100%)

Tabel 1 menunjukkan jumlah sampel berdasarkan jenis kelamin dan usia bayi yang diberikan perlakuan. Berdasarkan jenis

kelamin laki-laki berjumlah 17 bayi dan berjenis kelamin perempuan sebanyak 32 bayi pada kelompok kontrol dan intervensi. Distribusi usia bayi pada penelitian ini yaitu bayi berusia 9-12 bulan dan mayoritas bayi dengan usia 9 dan 12 bulan sebanyak 11 bayi (55%).

**Tabel 2 Pengaruh Baby Gym dalam Meningkatkan Pertumbuhan dan Perkembangan Sebelum dan sesudah diberikan perlakuan Bayi 9 – 12 Bulan**

<b>Berat badan bayi</b>	Mean SD	Nilai <i>P</i>
Pre-test	-0,500	0,716
Post-test	0,6 04	
<b>Panjang badan</b>		
Pre-test	-0,500	0,014
Post-test	1,395	
<b>Perkembangan</b>		
Pre test	0,500	0,2 0,330
Post test	24	

Tabel 2 merupakan hasil pengaruh baby gym dalam meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan sebelum dan sesudah diberikan baby gym pada kelompok kontrol dan dilakukan uji paired sample t-test didapatkan hasil untuk berat badan nilai  $P = 0,716$ , artinya  $p > 0,05$ , menyatakan tidak terdapat pengaruh baby gym dalam meningkatkan berat badan baby spa pada peningkatan panjang badan dan untuk perkembangan didapat hasil  $p = 0,001$ , artinya  $p < 0,05$ , sehingga disimpulkan terdapat

pengaruh baby spa dalam meningkatkan perkembangan bayi.

**Tabel 3 Pengaruh Baby Spa dalam Meningkatkan Pertumbuhan dan Perkembangan Sebelum dan sesudah diberikan perlakuan Bayi 9 – 12 Bulan**

<b>Berat badan bayi</b>	Mean SD	Nilai <i>P</i>
Pre-test	-	0,012
Pos-test	0,650	1,039
<b>Panjang badan</b>		
Pre-test	-0,115	0,000
Pos-test	1,039	
<b>Perkembangan</b>		
Pre test	0,450	0,001
Post test	0,510	

Tabel 3 merupakan hasil pengaruh baby spa dalam meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan sebelum dan sesudah diberikan baby gym pada kelompok intervensi dan dilakukan uji paired sample t-test didapatkan hasil untuk berat badan nilai  $P = 0,012$  artinya  $p < 0,05$ , menyatakan terdapat pengaruh baby spa dalam meningkatkan berat badan. Sama hasilnya dengan panjang badan dengan nilai  $p = 0,000$ , artinya  $p < 0,05$ , terdapat pengaruh

**Tabel 4 Perbedaan Pengaruh Baby Gym dan Baby Spa Dalam Meningkatkan Pertumbuhan dan Perkembangan Pada Bayi 9 – 12 Bulan**

<b>Berat badan bayi</b>	Mean	N	T	Nilai P
Kelompok Kontrol	20	2,30	7,207	0,00
Kelompok intervensi	20			
<b>Panjang badan</b>				
Kelompok Kontrol	-650	20	2,414	0,021
Kelompok intervensi	20			
<b>Perkembangan</b>				
Kelompok Kontrol	20	2,10	2,100	0,00
Kelompok intervensi	20			

Tabel 4 merupakan hasil perbedaan pengaruh baby gym dan baby spa dalam meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan pada bayi 9 – 12 bulan dan dilakukan uji independent sample t test didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan pengaruh baby gym dan baby spa dalam meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan pada bayi 9 – 12 bulan di Sekolah emak. Untuk pertumbuhan yaitu berat badan nilai  $p=0,00$ , untuk panjang badan nilai  $p=0,021$  dan untuk perkembangan nilai  $p=0,00$ , semua nilai  $p$  baik pada pertumbuhan dan perkembangan  $p<0,05$ , sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima sehingga dapat disimpulkan ada perbedaan pengaruh baby gym dan baby spa dalam meningkatkan

pertumbuhan dan perkembangan pada bayi 9 – 12 bulan di Sekolah emak.

## Pembahasan

### 1. Karakteristik Subjek Penelitian

Pada penelitian ini peningkatan pertumbuhan dan perkembangan pada kelompok kontrol dan intervensi dipengaruhi oleh factor usia dan jenis kelamin. Secara teoritis bay memang memiliki berat badan yang bervariasi berdasarkan usianya. Peningkatan berat badan pun sangat dipengaruhi oleh berbagai factor baik factor internal maupun eksternal, oleh karena itu setiap bayi akan memiliki berat badan yang bervariasi tergantung dari factor-faktor tersebut.<sup>17</sup>

### 2. Pengaruh Baby Gym dalam Meningkatkan Pertumbuhan dan Perkembangan Sebelum dan sesudah diberikan perlakuan Bayi 9 – 12 Bulan

Kelompok kontrol yang diberi perlakuan baby gym menunjukkan hasil untuk berat badan nilai  $P = 0,716$ , artinya  $p>0,05$ , menyatakan tidak terdapat pengaruh baby gym dalam meningkatkan berat badan. Sama hasilnya dengan perkembangan dengan nilai

$p=0,330$ , artinya  $p>0,05$ , tidak terdapat pengaruh baby gym pada perkembangan, sedangkan untuk panjang badan didapat hasil  $p=0,014$ , artinya  $p<0,05$ , sehingga disimpulkan terdapat pengaruh baby gym dalam meningkatkan panjang badan.

Penelitian tentang baby gym yang dilakukan oleh Jin Jing et al (2007) mendapatkan hasil bahwa pada bayi yang diberikan perlakuan senam bayi pertumbuhannya lebih cepat dibandingkan dengan yang tidak diberikan baby gym. Mekanisme fisiologi dari manfaat senam bayi adalah Beta endorphin yang mempengaruhi mekanisme pertumbuhan. Sesuai dengan hasil penelitian bahwa pertumbuhan yang meningkat adalah panjang badan bayi sedangkan untuk berat badan tidak terlalu berpengaruh. Hal ini disebabkan peningkatan berat badan dan perkembangan bayi sangat dipengaruhi oleh berbagai factor baik factor internal maupun eksternal. Faktor internal yaitu genetic, pengaruh hormone, Faktor eksternal yaitu gizi, toksin, infeksi, kelainan imunologi, psikologi ibu, pengetahuan ibu. Budaya lingkungan, status ekonomi,

lingkungan fisik, lingkungan pengasuhan, stimulasi, dll.

### **3. Pengaruh Baby Spa dalam Meningkatkan Pertumbuhan dan Perkembangan Sebelum dan sesudah diberikan perlakuan Bayi 9 – 12 Bulan**

Hasil penelitian pada kelompok intervensi yang diberikan perlakuan baby spa didapatkan hasil untuk berat badan nilai  $P = 0,012$  artinya  $p<0,05$ , menyatakan terdapat pengaruh baby spa dalam meningkatkan berat badan. Sama hasilnya dengan panjang badan dengan nilai  $p=0,000$ , artinya  $p<0,05$ , terdapat pengaruh baby spa pada peningkatan panjang badan dan untuk perkembangan didapat hasil  $p=0,001$ , artinya  $p<0,05$ , sehingga disimpulkan terdapat pengaruh baby spa dalam meningkatkan perkembangan bayi. Terdapat banyak manfaat baby spa yang diperoleh yaitu mengoptimalkan proses tumbuh kembang untuk motorik kasar dan halus, membuat bayi merasa lebih nyaman, meningkatkan kualitas tidur, meningkatkan berat badan bayi dan meningkatkan nafsu makan bayi.

Berdasarkan sumber The American Message Therapy Association, pemijatan

terlebih dahulu sebelum berenang ini penting untuk menstimulasi saraf bayi dan melancarkan peredaran darah. Bayi akan merasa nyaman karena pemijatan yang dilakukan hanya pemijatan lembut tanpa tekanan dan akan mempengaruhi kesehatan kardiovasuler terutama pada organ jantung bayi. Setelah dilakukan pemijatan maka nafsu makan bayi akan senantiasa meningkat dan proses pencernaan lancar.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Yuliana, Suharto, dan Handayani (2013) kepada bayi usia 3-5 bulan didapatkan peningkatan berat badan bayi dipijat selama 4 minggu yang dilakukan secara rutin lebih tinggi dibandingkan berat badan bayi yang tidak dipijat. Hal ini terjadi karena hormone stress pada bayi menurun, maka bayi dapat menghisap ASI lebih banyak, sehingga produksi ASI meningkat dan berat badan akan meningkat.

Tindakan Baby Spa juga dapat meningkatkan kepadatan tulang karena setelah proses pemijatan yang memakan waktu 30 menit bayi selanjutnya akan berenang di kolam berisi air hangat. Latihan terapung di dalam air

yang disertai dengan pemijatan lembut akan meningkatkan kepadatan tulang bayi dan mempercepat tumbuh kembang bayi. <sup>14</sup>

#### **4 Perbedaan Pengaruh Baby Gym dan Baby Spa Dalam Meningkatkan Pertumbuhan dan Perkembangan Pada Bayi 9 – 12 Bulan**

Hasil penelitian ini bahwa ada perbedaan pengaruh baby gym dan baby spa dalam meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan pada bayi 9 – 12 bulan di Sekolah emak. Untuk pertumbuhan yaitu berat badan nilai  $p=0,00$ , untuk panjang badan nilai  $p=0,021$  dan untuk perkembangan nilai  $p=0,00$ , semua nilai  $p$  baik pada pertumbuhan dan perkembangan  $p<0,05$ , sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima sehingga dapat disimpulkan ada perbedaan pengaruh baby gym dan baby spa dalam meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan pada bayi 9 – 12 bulan di Sekolah Emak.

#### **Simpulan**

1. Pengaruh baby gym dalam meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan sebelum dan sesudah diberikan baby gym pada kelompok

kontrol dengan hasil untuk berat badan nilai  $P = 0,716$ , artinya  $p > 0,05$ , menyatakan tidak terdapat pengaruh baby gym dalam meningkatkan berat badan. Sama hasilnya dengan perkembangan dengan nilai  $p = 0,330$ , artinya  $p > 0,05$ , tidak terdapat pengaruh baby gym pada perkembangan, sedangkan untuk panjang badan didapat hasil  $p = 0,014$ , artinya  $p < 0,05$ , sehingga disimpulkan terdapat pengaruh baby gym dalam meningkatkan panjang badan.

2. Pengaruh baby spa dalam meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan sebelum dan sesudah diberikan baby gym pada kelompok dengan nilai  $P = 0,012$  artinya  $p < 0,05$ , menyatakan terdapat pengaruh baby spa dalam meningkatkan berat badan. Sama hasilnya dengan panjang badan dengan nilai  $p = 0,000$ , artinya  $p < 0,05$ , terdapat pengaruh baby spa pada peningkatan panjang badan dan untuk perkembangan didapat hasil  $p = 0,001$ , artinya  $p < 0,05$ , sehingga disimpulkan terdapat pengaruh baby spa dalam meningkatkan perkembangan bayi.

3. Hasil penelitian ini ada perbedaan pengaruh baby gym dan baby spa dalam meningkatkan

pertumbuhan dan perkembangan pada bayi 9 – 12 bulan di Sekolah emak. Untuk pertumbuhan yaitu berat badan nilai  $p = 0,00$ , untuk panjang badan nilai  $p = 0,021$  dan untuk perkembangan nilai  $p = 0,00$ , semua nilai  $p$  baik pada pertumbuhan dan perkembangan  $p < 0,05$ , sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima sehingga dapat disimpulkan ada perbedaan pengaruh baby gym dan baby spa dalam meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan pada bayi 9 – 12 bulan di Sekolah emak.

#### **Saran :**

1. Diharapkan ibu terus memberikan stimulasi dan memantau pertumbuhan dan perkembangan bayi.
2. Bidan sebaiknya lebih sering memberikan penyuluhan tentang baby spa untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan bayi.

#### **Ucapan Terima Kasih**

Ucapan terima kasih disampaikan kepada STIKes Mitra Husada Medan dan Sekolah emak Yayasan Ibu Sejati Mandiri karena telah memberikan izin melakukan penelitian di Sekolah emak.

## Daftar Pustaka

- Ardita V, Kaidr A, Askar M. Deteksi Perkembangan Anak Berdasarkan DDST Di RW I Kelurahan Luminda Kecamatan Wara Utara Kota Palopo. 2012;1(2):1-8. ISSN : 2302-1721
- Alimul,Hidayat A.A, Metode Penelitian Kesehatan Paradigma Kuantitatif.2010.Jakarta:Health Books
- Chamidah Atien. Deteksi Dini Gangguan Pertumbuhan Dan Perkembangan Anak. 2009.
- Desai Meena. Growth Disoorders. MJAFI. 2003;59:278-282.
- Desmita,R. Psikologi Perkembangan. Bandung: Remaja Rosda Karya. 2008
- Direktorat Bina Kesehatan Anak. Direktorat Jenderal Bina Kesehatan Masyarakat. Departemen Kesehatan R.I. Stimulasi, Deteksi dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak. 2015.
- Irwanto, Suryawan A, Narendra M B. Penyimpangan Tumbuh Kembang. Continuing Education Ilmu Kesehatan Anak XXXVI; Surabaya 26 – 30 Juli 2006.
- Kumala Dewi Feti. Efektifitas SDIDTK Terhadap Peningkatan Angka Penemuan Dini Gangguan Tumbuh Kembang Pada Anak Usia Balita Di Posyandu Teluk Wilayah Puskesmas Purwokerto Selatan. 2012.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. Situasi dan Analisis ASI Eksklusif. Pusat Data dan Informasi Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2013
- Ninik S. Pedoman Senam Bayi. Jakarta : Pustaka Sinar Harapan. 2007
- Purwanti S. Efektivitas Pelaksanaan Senam Bayi Terhadap Peningkatan Perkembangan Bayi. 2014
- Primanta A. 2016. Pengaruh baby spa terhadap pertumbuhan dan perkembangan (Skripsi). Makasar: Universitas Hasanuddin.
- Ranggaahdiat, Devy, 2012. Senam Bayi (Baby Gym) <https://devyranggaahdiat.wordpress.com/2012/03/07/senam-bayi-baby-gym/> di akses tanggal 17 Agustus 2018
- Uli L. Efektifitas Babyy Massahe dan Baby Gym terhadap Perkembangan Bayi 3-6 Bulan . Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIK) Vol XII, No I, Maret 2019. ISSN 1978-3167, E-ISSN 2580-135
- Unggul B, Fitriani N, Siti N. The Effector of Baby Spa For Motoric Development In Infants Aged 3-6 Months In Mom'Me Organis Baby and Kids Spa In Semarang.
- World Health Organization. Essential Nutrition Action: Improving Maternal, Newborn, Infant and Young Child Health and Nutrition. 2013. ISBN 978 92 4 150555
- Yana E.M. Pengaruh Baby Gym Terhadap Peningkatan Perkembangan Bayi Usia 6 Bulan (Studi di Desa Kayangan Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang). Midwifery Journal of STIKes Insan Cendekia Medika Jombang. Vol 17 No.1 Maret 2019.