

ABSTRACT

Babies who experience delays in gross motor development will reduce the baby's creativity in adapting and make it difficult for the baby to recognize the surrounding environment. According to Indonesian Public Health data (2020), it is reported that there are 7.5% of babies in Indonesia whose development is delayed. One preventive measure that can be taken to overcome delays in the development of a baby's gross motor skills is to carry out early stimulation. One form of stimulating gross motor development in babies is Tummy Time Exercise. Tummy Time Exercise is an exercise for babies while lying on their stomachs and resting on their stomachs. The aim of this research is to determine the effect of Tummy Time Exercise on gross motor development and duration of lifting the head in babies aged 0-6 months at the Pratama Ika Clinic in Medan in 2023. This type of research uses quantitative methods with a quasi-experimental design using a one group pre-test approach. post-test design. The population in this study were babies aged 0-6 months with a sample size of 40 people. Data were collected using the Pre-Screening Development Questionnaire (KPSP) and observation sheets. Statistical tests use the Wilcoxon Signed Rank Test. The measurement results showed that after being given Tummy Time Exercise there was an increase in gross motor development and the duration of lifting the head in babies with a p value of 0.000, meaning $p < 0.05$, namely 36 babies (90.0%) had appropriate gross motor development and 32 babies (80.0%) long duration of lifting the head is appropriate. Based on the research conducted, it can be concluded that there is an influence of Tummy Time Exercise on gross motor development and duration of lifting the head in babies aged 0-6 months.

Keywords: Tummy Time Exercise; Gross Motor Development; Long Duration of Head Lifting; Baby

ABSTRAK

Bayi yang mengalami keterlambatan perkembangan motorik kasar akan menurunkan kreativitas bayi dalam beradaptasi dan membuat bayi sulit untuk mengenali lingkungan sekitarnya. Menurut data Kesehatan Masyarakat Indonesia (2020) melaporkan bahwa ada 7,5% bayi di Indonesia yang perkembangannya mengalami keterlambatan. Salah satu tindakan pencegahan yang dapat dilakukan untuk mengatasi keterlambatan perkembangan motorik kasar bayi adalah dengan melakukan stimulasi dini. Bentuk stimulasi perkembangan motorik kasar pada bayi salah satunya adalah Tummy Time Exercise. Tummy Time Exercise merupakan latihan pada bayi saat tengkurap dan bertumpu pada perutnya. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Pengaruh Tummy Time Exercise terhadap Perkembangan Motorik Kasar dan Durasi Lama Mengangkat Kepala pada Bayi Usia 0-6 Bulan di Klinik Pratama Ika Medan tahun 2023. Jenis penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan design quasi experimental melalui pendekatan one group pre-test post-test design. Populasi dalam penelitian ini adalah bayi usia 0-6 bulan dengan jumlah sample sebanyak 40 orang. Pengumpulan data menggunakan lembar Kuesioner Pra Skrining Perkembangan (KPSP) dan lembar observasi. Uji statistic menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test. Hasil pengukuran menunjukkan bahwa setelah diberikan Tummy Time Exercise terdapat peningkatan perkembangan motorik kasar dan durasi lama mengangkat kepala pada bayi dengan p value 0,000 artinya $p < 0,05$ yaitu sebanyak 36 bayi (90,0%) perkembangan motorik kasarnya sesuai dan 32 bayi (80,0%) durasi lama mengangkat kepalanya sesuai. Berdasarkan penelitian yang dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh Tummy Time Exercise terhadap perkembangan motorik kasar dan durasi lama mengangkat kepala pada bayi usia 0-6 bulan.

Kata Kunci: Tummy Time Exercise; Perkembangan Motorik Kasar; Durasi Lama Mengangkat Kepala; Bayi