

# LAMPIRAN

Lampiran 1

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**  
**POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURANG**  
**PRODI D III KEBIDANAN TANJUNGPURANG**  
*Jl. Soekarno-Hatta No.1, Hajimena, Bandar Lampung*

---

**IZIN LOKASI PENGAMBILAN STUDI KASUS**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mardhati, S.ST

Alamat : Way Muli Kec. Rajabasa Kab. Lampung Selatan

Dengan ini menyatakan bahwa:

Nama : Tarissa Finanditha Sularto Abdi

NIM : 1915401097

Tingkat/Semester : III (Tiga)/VI (Enam)

Telah mengambil studi kasus kebidanan di PMB Mardhati, S.ST sebagai salah satu syarat menyelesaikan pendidikan ahli madya kebidanan pada program studi DIII Kebidanan Tanjungpurang Politeknik Kesehatan Tanjungpurang.

Lampung Selatan, Maret 2022

PMB Mardhati, S.ST



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**  
**POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURANG**  
**PRODI DIII KEBIDANAN TANJUNGPURANG**  
*Jl. Soekarno Htta No.1, Hajimena, Bandar Lampung*

---

**LEMBAR PERMINTAAN MENJADI SUBYEK**

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : ZIO PUTRA ALFARO / NURHAYATI  
Umur : 6 bulan  
Alamat : SUKARAJA

Menyatakan bahwa saya bersedia untuk menjadi pasien dalam Laporan Tugas Akhir (LTA) yang berjudul "Penerapan Baby Gym Terhadap Perkembangan Merangkak Pada Bayi"

Nama : Tarissa Finanditha Sularto Abdi  
NIM : 1915401097  
Tingkat/Semester : III(Tiga)/VI(Enam)

Lampung Selatan, 12 - 3 - 2022

Mahasiswa



**Tarissa Finanditha S.A**

Klien



( NURHAYATI )

Menyetujui,  
Pembimbing Lahan,



Mardhati, S.ST

**LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN**

(INFORMED CONSENT)

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : 210 PUTRA ALFARO / NURHAYATI

Tanggal Lahir : 20 Agustus 2021

Dengan ini menyatakan bersedia dan tidak keberatan untuk berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian yang dilakukan oleh Mahasiswa Program Studi Kebidanan Politeknik Kesehatan Tanjung karang atas nama **TARISSA FINANDITHA SULARTO ABDI** dengan judul ; "Penerapan Baby Gym Terhadap Perkembangan Merangkak Pada Bayi"

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sukarela tanpa paksaan dari pihak manapun dan kiranya dapat digunakan sebagai mestinya.

Lampung Selatan, 12 - 3 - 2022

Responden



( NURHAYATI )

## STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)

### BABY GYM

<b>PENGERTIAN</b>	<i>Baby Gym</i> (Senam Bayi) adalah suatu bentuk permainan gerakan pada bayi, untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan serta kemampuan pergerakan bayi secara optimal
<b>TUJUAN</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Melemaskan otot-otot bayi</li><li>2. Memperlancar peredaran darah</li><li>3. Membina hubungan saling percaya antara therapist dan klien</li><li>4. Ungkapan kasih sayang dan keceriaan</li><li>5. Melatih gerakan motoric bayi</li></ol>
<b>MANFAAT</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Mendorong <i>inteligensi</i> yang kompleks untuk bayi, termasuk belajar mengkoordinasi</li><li>2. Menguatkan otot-otot dan juga sendi-sendi pada bayi untuk duduk, berdiri, dan berjalan</li><li>3. Mendekatkan hubungan orangtua dan anak</li><li>4. Mengajarkan anak untuk berinteraksi dengan lingkungannya</li><li>5. Memantau perkembangan dan mengenal otot-otot, tulang, serta berbagai variasi gerakanya</li><li>6. Meningkatkan kewaspadaan</li><li>7. Meningkatkan sistem imunitas tubuh</li><li>8. Memperlancar peredaran darah</li></ol>
<b>WAKTU</b>	Dilakukan pagi atau sore hari Lama melakukan <i>baby gym</i> sekitar 10-15 menit/hari
<b>TEMPAT</b>	Tempat yang tenang, bersih dan menjaga

	kehangatan bayi
<b>ALAT</b>	Matras/ Kasur tipis yang empuk
<b>PERLU DIPERHATIKAN</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Senam bayi dilaukuakn saat bayi dalam keadaan sehat</li> <li>2. Jangan melakukan senam bayi jika bayi dalam keadaan lapar, Lelah, baru selesai makan, atau baru bangun tidur</li> <li>3. Gunakan waktu khusus untuk berdua sekitar 20 menit. Jika bayi mulai memperlihatkan rasa tidak suka, berhentilah dan berikan pujian atau pelukan untuk menenangkan</li> <li>4. Lakukan observasi untuk mengetahui gerakan yang mudah dan yang masih sulit dilakukan</li> <li>5. Gunakan kata-kata dan tindakan yang sama setiap melakukan aktivitas agar bayi lebih mudah memahami</li> <li>6. Senam dapat dilakukan dua kali sehari atau kapan saja jika orang tua dan anak siap</li> </ol>
<b>PROSEDUR</b>	<p>A. Tahap Pra Interaksi</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menegcek program terapi</li> <li>2. Mencuci tangan</li> <li>3. Menyiapkan alat</li> </ol> <p>B. Tahap Orientasi</p> <p>C. Tahap Kerja</p> <p><b>Gerakan baby gym untuk bayi 3 – 5 bulan:</b></p> <p>Posisi telentang</p> <p>Gerakan 1:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pegang jari-jari tangan bayi.</li> <li>➤ Gerakkan kedua lengannya menyilang di atas dada, lalu kembalikan ke samping</li> </ul>

	<p>tubuhnya.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Lakukan secara bergantian letak lengan yang saling menyilang.</li></ul> <p>Gerakan 2 :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Pegang jari-jari tangan bayi. Rasakan genggaman tangannya pada ibu jari Anda.</li><li>➤ Rentangkan lengan kirinya setinggi bahu dan sejauh mungkin ke arah atas. Gerakkan kembali ke samping tubuh.</li><li>➤ Lakukan gerakan ini secara bergantian antara lengan kiri dan lengan kanan. Masing-masing 3 – 5 ulangan.</li></ul> <p>Posisi tengkurap</p> <p>Gerakan 1:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Tidurkan bayi dengan posisi miring ke sisi kanan.</li><li>➤ Tekuk tungkai kanannya.</li><li>➤ Luruskan lengan kanan bayi seperti hendak mengambil mainan di sisi kanan.</li><li>➤ Bantu dengan tangan Anda yang menekan dan mendorong bokong dan punggung bayi secara perlahan-lahan.</li></ul> <p>Gerakan 2:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Baringkan bayi dengan posisi tengkurap.</li><li>➤ Pegang kedua tungkai bawah bayi di daerah betis dengan ibu jari Anda pada bagian depan dan keempat jari lainnya di bagian belakang.</li><li>➤ Angkat tungkai kanan bawah bayi ke atas dengan perut tetap menempel di alas. Lakukan bergantian dengan tungkai kiri.</li></ul> <p>Gerakan 3:</p>
--	--

	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Baringkan bayi dengan posisi tengkurap.</li> <li>➤ Angkat kaki kanannya menyilang ke kaki kiri sampai telapak kakinya menapak.</li> <li>➤ Kembalikan ke posisi semula. Lakukan bergantian dengan kaki kirinya.</li> </ul> <p>Gerakan 4:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pertemukan kedua telapak kaki bayi sampai saling menempel.</li> <li>➤ Buka kedua telapak kaki dengan sisi-sisi dalam kaki tetap menempel satu sama lain.</li> <li>➤ Lakukan gerakan seperti buka tutup.</li> </ul> <p><b>Gerakan bayi gym untuk bayi 6 – 8 bulan:</b></p> <p>Gerakan 1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Baringkan tubuh bayi dengan posisi telentang.</li> <li>➤ Pegang kedua tangan dan kakinya sambil ditekuk siku serta lututnya.</li> <li>➤ Tarik perlahan-lahan kepalanya sampai terangkat dari alas, sehingga posisi bayi menjadi setengah duduk</li> <li>➤ Turunkan kepalanya hingga kembali menyentuh alas.</li> </ul> <p>Gerakan 2:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Baringkan tubuh bayi dengan posisi telentang.</li> <li>➤ Pegang kedua tangan dan kakinya sambil ditekuk siku serta lututnya.</li> <li>➤ Tarik perlahan-lahan kepalanya sampai terangkat dari alas, sehingga posisi bayi menjadi setengah duduk.</li> <li>➤ Miringkan tubuh bayu ke sisi kanan dan kiri secara bergantian.</li> </ul>
--	--

	<p>Gerakan 3:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Baringkan bayi dengan posisi tengkurap.</li><li>➤ Pegang tubuh bagian atas bayi dengan kedua tangan.</li><li>➤ Letakkan kedua ibu jari di atas punggungnya, di antara kedua tulang belikat.</li><li>➤ Tarik perlahan-lahan kepalanya sampai terangkat dari alas, sehingga posisi bayi menjadi setengah duduk.</li><li>➤ Miringkan tubuh bayi ke sisi kanan dan kiri secara bergantian.</li></ul> <p>Gerakan 4</p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Letakkan tubuh bayi dengan posisi tengkurap.</li><li>➤ Pegang tubuh bagian atas bayi dengan kedua tangan Anda. Letakkan kedua ibu jari Anda di atas punggungnya, di antara kedua tulang belikat.</li><li>➤ Aturilah sedemikian rupa sehingga kedua lengan atas bayi lurus dan digunakan untuk menopang tubuh bagian atas.</li><li>➤ Dorong tubuhnya ke depan dengan bertumpu pada kedua lengannya, sehingga tubuhnya membebani kedua lengannya. Tahan 10-20 detik. Kembali ke posisi semula. Ulangi.</li></ul> <p>Gerakan 5:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Letakkan tubuh bayi dengan posisi tengkurap.</li><li>➤ Pegang tubuh bagian atas bayi dengan kedua tangan Anda.</li></ul>
--	---

- Letakkan kedua tangan Anda di antara dada dan perutnya.
- Angkat seluruh tubuh bayi dan biarkan dia menopang berat tubuhnya dengan kedua lengannya.
- Gerakkan tubuhnya ke depan sehingga berat tubuh bayi benar-benar ditopang kedua lengannya.

**Gerakan Baby Gym untuk bayi usia 9-10 bulan**

Gerakan 1:

- Letakkan bayi di atas alas dengan posisi jongkok di atas kedua kakinya.
- Biarkan tubuhnya ditopang dengan cara bertumpu pada kedua lengannya dan posisi sikunya lurus.
- Angkat dan turunkan bokongnya sehingga tumpuan tubuh berganti-ganti ke depan dan belakang.

Gerakan 2:

- Letakkan bayi di atas alas dengan posisi duduk bersila. Biarkan kedua tangannya bertumpu miring ke sisi kiri.
- Pegang bayi pada kedua sisi panggulnya sambil Anda dorong dan tekan tubuhnya ke arah depan.
- Lakukan gerakan yang sama dengan kedua tangannya bertumpu miring ke sisi kanan.
- Lakukan gerakan ini secara bergantian, ke sisi kiri dan kanan.

Gerakan 3:

- Duduklah di lantai bersama bayi, di atas alas. Atur sedemikian rupa agar bayi dalam

posisi jongkok.

- Tekan dan dorong tubuh Anda bagian atas ke tubuh bayi ke arah depan.
- Biarkan bayi menopang tubuhnya dengan menggunakan lengannya yang mengarah ke depan.

**Gerakan Baby Gym untuk bayi usia 11-12 bulan :**

Gerakan 1a:

- Duduklah di lantai dengan salah satu kaki Anda ditekuk.
- Biarkan bayi berjongkok di atas paha Anda.
- Naikkan paha Anda secara perlahan-lahan sehingga bayi menjadi berdiri (foto samping).

Gerakan 1b:

- Doronglah tubuhnya dengan bagian atas tubuh Anda ke depan dan ke belakang (foto b).
- Biarkan beban tubuh bayi bertumpu pada jari-jari kakinya secara bergantian.

Gerakan 2:

- Duduklah di lantai dengan alas. Biarkan bayi berdiri di depan anda.
- Pegang lututnya dengan satu tangan agar tetap dalam posisi lurus.

Gerakan 3:

- Duduklah di lantai dengan salah satu kaki Anda ditekuk.
- Biarkan bayi berjongkok di atas paha Anda.
- Doronglah tubuhnya dengan bagian atas tubuh Anda ke depan dan ke belakang.

	<p>➤ Biarkan beban tubuh bayi bertumpu pada jari-jari kakinya secara bergantian.</p> <p>D. Tahap Evaluasi</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Mengevaluasi tindakan yang baru dilakukan</li><li>2. Merapikan klien dan lingkungannya</li><li>3. Berpamitan dengan klien</li><li>4. Memberekan dan mengembalikan alat ketempat semula</li></ol> <p>Mencatat kegiatan dalam lembar catatan asuhan</p>
--	--

Lampiran 4. Standar Operasional Prosedur (SOP) Baby Gym

## LEMBAR OBSERVASI

### SENAM BAYI

Nama bayi : By. Z

Umur : 6 bulan

Jenis kelamin : Laki-laki

Observasi	Waktu Kegiatan	Evaluasi
Pertemuan ke-1	Senin, 28 Februari 2022	Peneliti melakukan pemeriksaan fisik pada anaknya di BPM Mardhati dan mengajarkan Ny.N cara melakukan senam bayi serta melakukan skrining KPSP menggunakan daftar KPSP usia 6 bulan.
	Jumat, 4 Maret 2022	Ny.N melakukan senam dirumah dan dibimbing oleh peneliti
Pertemuan ke-2	Selasa, 8 Maret 2022	Peneliti datang kerumah Ny.N menerapkan senam bayi kepada By.Z
	Jumat, 11 Maret 2022	Ny.N melakukan senam dirumah dan dibimbing oleh peneliti
Pertemuan ke-3	Senin, 14 Maret 2022	Peneliti datang kerumah Ny.N melakukan KPSP ulang setelah 2 minggu menggunakan daftar KPSP yang sama pada saat anak pertama dinilai. Ny.N mengatakan anak sudah mulai dapat mengangkat dada dengan baik. Peneliti melakukan senam bayi kepada By.Z

	Rabu, 16 Maret 2022	Ny.N melakukan senam dirumah dan dibimbing oleh peneliti
Pertemuan ke-4	Jumat, 18 Maret 2022	Peneliti datang kerumah Ny.N melakukan observasi bahwa anak sudah lancar untuk mengangkat dada dengan topangan kedua tangan.

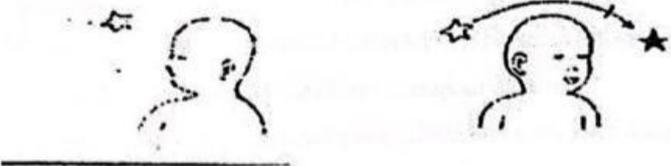
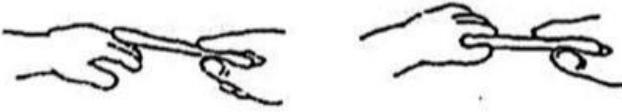
## Lampiran Kuisisioner Pra Skrining Perkembangan

### Pertemuan ke-1

Tanggal : Senin, 28 Februari 2022

Jam : 16.00 WIB

Oleh : Tarissa Finanditha Suarto Abdi

Pertanyaan	Jawaban	
	Ya	Tidak
<p>1. Pada waktu bayi telentang, apakah ia dapat mengikuti gerakan anda dengan menggerakkan kepalanya dari satu sisi hamper sampai pada sisi yang lain?</p> 	✓	
<p>2. Dapatkah bayi mempertahankan posisi kepala dalam keadaan tegak dan stabil? (jawab TIDAK bila kepala bayi cenderung jatuh ke kanan/kiri atau ke dadanya)</p>	✓	
<p>3. Sentuhkan pensil di punggung tangan atau ujung jari bayi. Apakah bayi dapat menggenggam pensil itu selama beberapa detik? (jangan meletakkan diatas telapak tangan bayi)</p> 	✓	
<p>4. Ketika bayi telungkup di alas datar, apakah ia dapat mengangkat dada dengan kedua lengannya sebagai penyangga seperti digambar?</p>		✓

Lampiran 5. Lembar Kuisisioner Pra Skrining Perkembangan



5. Pernahkah bayi mengeluarkan suara gembira bernda tinggi atau memekik tetapi bukan menangis? ✓
6. Pernahkah bayi berbalik paling sedikit dua kali, dari telentang ke tenlungkup atau sebaliknya? ✓
7. Pernahkah anda melihat bayi tersenyum ketika melihat mainan yang lucu, ga,bar atau bintang peliharaan pada saat ia bermain sendiri? ✓
8. Dapatkah bayi menggerakkan matanya pada benda kecil sebesar kancing, kismis atau uang logam ? (jawab TIDAK jika ia tidak dapat mengarahkan matanya. PERHATIKAN: untuk tidak meninggal objek yang digunakan terjangkau oleh bayi) ✓
9. Dapatkah bayi meraih mainan yang diletakkan agak jauh namun masih berada dalam jangkauan tangannya? ✓
10. Pada posisi bayi telentang, pegang kedua tangannya lalu Tarik perlahan lahan ke posisi duduk. Dapatkah bati mempertahankan lehernya secara kaku seperti gambar? ✓

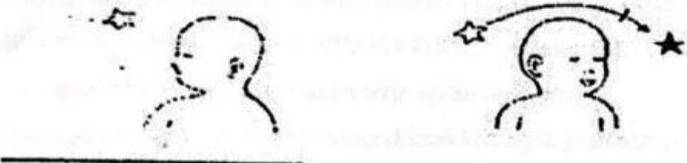
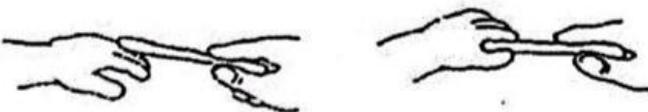


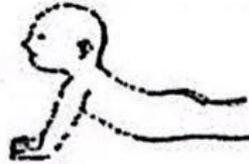
Jawab: YA

Jawab : TIDAK

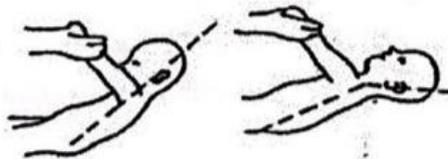
Pertemuan ke-3

Tanggal : Senin, 14 Maret 2022  
 Jam : 16.00 WIB  
 Oleh : Tarissa Finanditha Sularto Abdi

Pertanyaan	Jawaban	
	Ya	Tidak
<p>1. Pada waktu bayi telentang, apakah ia dapat mengikuti gerakan anda dengan menggerakkan kepalanya dari satu sisi hamper sampai pada sisi yang lain?</p> 	✓	
<p>2. Dapatkah bayi mempertahankan posisi kepala dalam keadaan tegak dan stabil? (jawab TIDAK bila kepala bayi cenderung jatuh ke kanan/kiri atau ke dadanya)</p>	✓	
<p>3. Sentuhkan pensil di punggung tangan atau ujung jari bayi. Apakah bayi dapat menggenggam pensil itu selama beberapa detik? (jangan meletakkan diatas telapak tangan bayi)</p> 	✓	
<p>4. Ketika bayi telungkup di alas datar, apakah ia dapat mengangkat dada dengan kedua lengannya sebagai penyangga seperti digambar?</p>	✓	



5. Pernahkah bayi mengeluarkan suara gembira bernda tinggi atau memekik tetapi bukan menangis? ✓
6. Pernahkah bayi berbalik paling sedikit dua kali, dari telentang ke tenlungkup atau sebaliknya? ✓
7. Pernahkah anda melihat bayi tersenyum ketika melihat mainan yang lucu, ga,bar atau bintang peliharaan pada saat ia bermain sendiri? ✓
8. Dapatkah bayi menggerakkan matanya pada benda kecil sebesar kancing, kismis atau uang logam ? (jawab TIDAK jika ia tidak dapat mengarahkan matanya. PERHATIKAN: untuk tidak meninggalkan objek yang digunakan terjangkau oleh bayi) ✓
9. Dapatkah bayi meraih mainan yang diletakkan agak jauh namun masih berada dalam jangkauan tangannya? ✓
10. Pada posisi bayi telentang, pegang kedua tangannya lalu Tarik perlahan lahan ke posisi duduk. Dapatkah bati mempertahankan lehernya secara kaku seperti gambar? ✓



Jawab: YA

Jawab : TIDAK

## LAMPIRAN

### Pertemuan ke-1



### Pertemuan ke-2



Pertemuan ke-3



Pertemuan ke-4



Lampiran 6. Dokumentasi