



EFEKTIVITAS PROMOSI KESEHATAN DENGAN MEDIA VIDEO ANIMASI TENTANG PENTINGNYA *TUMMY TIME EXERCISE* TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN IBU DI UPTD PUSKESMAS PONDOK AREN

^{*1}Muayah, ²Rahylla Virginia Anggita Putri, ³Yollin Noviana Sari, ⁴Annisa Amalia Hanifa, ⁵Putri Handayani Setyaningsih, ⁶Rohanah

^{1,3,4,5,6}Dosen Prodi D III Kebidanan, STikes Widya Dharma Husada Tangerang

²Mahasiswa Prodi DIII Kebidanan, STikes Widya Dharma Husada Tangerang

*Email : Yayahwdh@gmail.com

ARTICLE INFORMATION	A B S T R A C T
<i>*Corresponding Author</i> Muayah <i>E-mail:</i> Yayahwdh@gmail.com	Background: A study in 2018 showed that more than 90% of mothers swaddle their children, 85% hold their children ≥ 6 hours per day, 87% spend the rest of the time in the supine position, 98% make their children on their stomachs when bathing and changing nappies, and 99% of mothers do not know or have never given tummy time exercise. One way to improve the motor skills of lifting the baby's head is tummy time exercise. Tummy time exercise is important to improve infant development such as motor development (the ability to move while on the tummy or supine, including rolling and crawling), reduction of BMI and prevention of brachycephaly. Objective: To determine the effectiveness of health promotion with animated video media on the importance of tummy time exercise on the level of knowledge of mothers who have babies aged 0-6 months at UPTD Puskesmas Pondok Aren. Methods: This study used a pre-experiment with a sample of 30 mothers who had babies aged 0-6 months through total sampling. Using pre-test and post-test questionnaires. Results: Knowledge before health promotion with animated video media from 30 respondents the data obtained showed, (60%) had a sufficient level of knowledge, (6.7%) a poor level of knowledge, (30%) a good level of knowledge. After health promotion with animated video media was obtained (66.7%) in the sufficient category, and (33.3%) in the good category, and almost no respondents had a level of knowledge in the poor category. Conclusion: Based on the results of the Wilcoxon test, the value of asymp sig. (2-tailed) 0.000 or smaller than <0.05, it can be seen that "Ha" is accepted, meaning that there is a difference between the level of maternal knowledge about Tummy Time Exercise in the pre test and post test.
Keywords: Mom, baby, motor skills, tummy time exercise, animated video	
Kata Kunci: Ibu, bayi, motorik, tummy time exercise, video animasi	Latar belakang: Penelitian pada tahun 2018 menunjukkan bahwa lebih dari 90% ibu membedong anaknya, 85% menggendong anaknya ≥ 6 jam perhari, 87% menghabiskan sisa waktu dalam posisi telentang, 98% membuat anak tengkurap saat mandi dan mengganti popok, dan 99% ibu tidak tahu atau tidak pernah memberikan tummy time exercise. Salah satu cara untuk meningkatkan kemampuan motorik mengangkat kepala bayi adalah tummy time exercise. Tummy time exercise penting dilakukan untuk meningkatkan perkembangan pada bayi seperti pengembangan motorik (kemampuan untuk bergerak saat tengkurap atau terlentang, termasuk berguling dan merangkak), penurunan BMI dan pencegahan brachycephaly. Tujuan: Untuk mengetahui efektivitas promosi kesehatan dengan media video animasi tentang pentingnya tummy time exercise terhadap tingkat pengetahuan ibu yang memiliki bayi usia 0-6 bulan di UPTD Puskesmas Pondok Aren. Metode: Penelitian ini menggunakan pra-eksperimen dengan sampel

	sebanyak 30 ibu yang memiliki bayi usia 0-6 bulan melalui total sampling. Menggunakan kuesioner pre-test dan post-test. Hasil: Pengetahuan sebelum dilakukan promosi kesehatan dengan media video animasi dari 30 responden data yang diperoleh menunjukkan, (60%) memiliki tingkat pengetahuan yang cukup, (6,7%) tingkat pengetahuan kategori kurang, (30%) tingkat pengetahuan yang baik. Setelah dilakukan promosi kesehatan dengan media video animasi diperoleh (66,7%) pada kategori cukup, dan (33,3%) pada kategori baik, serta hampir tidak ada responden yang memiliki tingkat pengetahuan pada kategori kurang. Kesimpulan: Berdasarkan hasil uji wilcoxon didapatkan nilai asymp sig. (2-tailed) 0,000 atau lebih kecil dari $< 0,05$, maka dapat diketahui bahwa “Ha” diterima, artinya terdapat perbedaan antara tingkat pengetahuan ibu tentang Tummy Time Exercise pada pre test dan post test.
	This is an open access article under the CC-BY-NC-SA license.

PENDAHULUAN

Menurut *World Health Organization* (WHO) 2018, lebih dari 200 juta anak usia dibawah 5 tahun didunia mengalami keterlambatan perkembangan. Sebagian besar diantaranya yaitu anak-anak yang tinggal di benua Asia dan Afrika. Beberapa tahun terakhir ini, terjadi berbagai masalah perkembangan anak seperti keterlambatan motorik. Data nasional menurut Kementrian Kesehatan Indonesia (2018), ada 11% balita di Indonesia mengalami gangguan pertumbuhan dan perkembangan. Profil Kesehatan Indonesia menyatakan bahwa jumlah balita dengan interval sebanyak 14.228.917 jiwa. Sekitar 10% anak diperkirakan mengalami keterlambatan perkembangan, dan diperkirakan 13% khusus anak usia dibawah 5 tahun di Indonesia mengalami keterlambatan perkembangan umum meliputi perkembangan motorik.

Setiap anak berkembang dengan kecepatan yang berbeda, meskipun pola perkembangannya sama. Salah satu masalah yang sering terjadi pada bayi adalah kurangnya kesempatan bayi untuk mendapatkan stimulasi gerak kepala. Ini biasanya terjadi karena bayi merasa tidak nyaman saat diletakkan tengkurap, yang menyebabkan orang tua sering menggendong bayi atau membaringkannya telentang untuk waktu yang lama. Jika bayi tidak melewati masa tengkurap selama waktu yang cukup lama, mereka tentu akan kehilangan periode penting dalam pertumbuhannya (Palasari dan Purnomo, 2012 dalam Nourlia, R, 2018).

Salah satu langkah awal untuk mendampingi perkembangan anak adalah pelaksanaan melalui deteksi dan stimulasi (Sulistyawati, 2014). Untuk melakukan deteksi ini, refleks primitif yang dapat menunjukkan *neurodevelopmental* pada tahap awal. Adanya refleks primitif yang berlebihan atau refleks primitif yang menghilang lama menunjukkan keterlambatan atau penyimpangan dalam

perkembangan motorik bayi. Salah satu cara untuk meningkatkan kemampuan motorik mengangkat kepala bayi adalah dengan *tummy time exercise*.

Menurut Kementrian Kesehatan (2016) stimulasi adalah kegiatan merangsang kemampuan dasar anak umur 0-6 tahun agar anak tumbuh dan berkembang secara optimal. Stimulasi tumbuh kembang anak dilakukan oleh ibu dan ayah yang merupakan orang terdekat anak. Kurangnya stimulasi sejak dini diduga dapat menyebabkan penyimpangan tumbuh kembang pada anak bahkan gangguan yang menetap (Latifah, 2022).

Istilah "*tummy time exercise*" mengacu pada latihan penumpuan berat badan dengan memposisikan bayi dalam posisi tengkurap atau *prone lying* untuk mendukung gerakan servikal aktif (Tecklin, 2015). Dengan mendorong bayi untuk mengangkat kepalanya saat dia mulai mencoba mencari tahu apa yang terjadi di sekitarnya.

Tummy time merupakan salah satu stimulasi perkembangan motorik yang dapat dilakukan sejak pertama kali bayi lahir ke dunia, hasil dari beberapa penelitian ini menegaskan bahwa *tummy time* penting dilakukan untuk meningkatkan perkembangan pada bayi dengan beberapa aspek seperti pengembangan motorik

(kemampuan untuk bergerak saat tengkurap atau terlentang, termasuk berguling dan merangkak), penurunan BMI dan pencegahan *brachycephaly* (Lyndell, H, et all, 2020).

Menurut Widodo, A., Rizky, R., & Waspada, E. 2019). *Tummy time exercise* merupakan latihan meletakkan bayi dalam posisi tengkurap untuk membantu bayi melakukan gerakan *cervical* secara aktif, hal ini bertujuan untuk memberikan stimulasi bayi mengangkat kepala pada saat bayi mulai melihat keadaan yang terjadi di sekelilingnya. Kemampuan bayi dalam mengangkat kepala ini dapat menjadi menjadi dasar perkembangan bayi dan penyempurnaan perkembangan bayi selanjutnya.

Tummy time exercise memiliki beberapa manfaat yaitu membantu perkembangan otot leher dan kepala, membantu perkembangan otot dada dan lengan, mencegah *flat head syndrome*, dan meningkatkan kemampuan bayi untuk memahami lingkungan sekitar (Ortega R, Fienup DM, 2015). (Ortega R, Fienup DM, 2015). Ketika bayi berada dalam posisi *tummy time*, ia akan merangsang otot leher dan kepala untuk berkembang dan menguat (Olusanya BO, Boo NY, de Camargo OK, et all, 2022). Hal ini akan membantu bayi untuk dapat mengangkat kepala dan menoleh ke samping dengan lebih mudah. Bayi juga akan cenderung untuk mencoba mengangkat badannya. Hal ini akan dapat membantu menguatkan otot dada dan lengan, sehingga bayi akan dapat lebih mudah untuk merangkak dan bergerak di kemudian hari (Carson

V, Lee EY, Hewitt L, et al, 2017). Tummy time dapat membantu mengurangi resiko bagian belakang kepala bayi menjadi datar, akibat dari bayi yang sering tidur terlentang. Selain itu, tummy time membantu bayi dalam memahami dan mengenal lingkungan sekitarnya dengan lebih baik (Wentz EE, 2017).

The American Academy of Pediatrics (AAP) sangat merekomendasikan *tummy time* dilakukan pada bayi, bahkan bayi baru lahir sekalipun, sebanyak 2-3 kali per hari selama 2-5 menit. Durasi dan frekuensi *tummy time* bisa ditingkatkan secara perlahan seiring bertambahnya usia bayi dan semakin nyamannya bayi dengan aktivitasnya saat ini.

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Nourlia, R, 2018) pada studi pendahuluan yang dilakukan di Kec. Kalipucang Kab. Pangandaran Jawa Barat kepada 48 ibu yang memiliki anak usia 0-5 tahun. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa lebih dari 90% ibu membedong anaknya hingga usia dua bulan, 85% menggendong anak lebih dari enam jam sehari setelah anak berusia dua bulan, 87% menghabiskan sisa waktu anak selain digendong dalam posisi terlentang, 98% membuat anak tengkurap saat mandi dan mengganti popok, dan 99%

ibu tidak tahu atau tidak pernah memberikan *tummy time exercise*.

Didapati dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti di UPTD Puskesmas Pondok Aren setengahnya dari ibu mengetahui tentang *tummy time exercise* tetapi tidak tahu secara detail keseluruhan dari manfaat dan cara melakukan *tummy time exercise*. Sebagian kecil dari ibu tidak mengetahui tentang *tummy time exercise* secara keseluruhan.

Ketidaktahuan orang tua tentang proses perkembangan anak sesuai usianya dan bagaimana menstimulasinya adalah salah satu komponen yang dapat memengaruhi atau menghambat pertumbuhan dan perkembangan anak, dengan mengetahui stimulasi ini, orang tua akan lebih sadar dan memahami keterlambatan tingkat perkembangan. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan ini akan memotivasi ibu untuk mempertimbangkan dan melakukan apa yang mereka bisa untuk mencegah anak mereka mengalami penyimpangan perkembangan. Hasil perkembangan anak yang positif terkait erat dengan pengetahuan ibu tentang perkembangan anak, hal ini sangat penting bagi ibu untuk menilai perkembangan anak dan menemukan tahapan perkembangan yang tepat (Wardani, 2021).

Promosi kesehatan merupakan proses memberdayakan masyarakat melalui kegiatan menginformasikan, mempengaruhi, dan membantu mereka berpartisipasi aktif dalam mengubah perilaku dan lingkungan serta menjaga dan

meningkatkan kesehatan mereka sehingga mencapai tingkat kesehatan terbaik (Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 44, 2018).

Seiring berjalannya waktu, beberapa penelitian menunjukkan bahwa penggunaan leaflet, PowerPoint, booklet, dan lembar balik tidak efektif dalam meningkatkan pengetahuan (Li et al., 2019). Sebaliknya, permainan atau video lebih menarik bagi generasi 4.0, yang lebih menyukai penggunaan teknologi canggih (Szeszak et al., 2016).

Studi menunjukkan bahwa video, terutama video animasi, berfungsi lebih baik daripada media tradisional yang membutuhkan tulisan dan jenuh (Abdullah et al., 2020; Anggraeni et al., 2020). Hasil studi lain menunjukkan bahwa kelompok yang diberikan pendidikan kesehatan yang menggunakan video menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan (Adha et al., 2016).

Teknologi canggih telah digunakan untuk mengembangkan media edukasi, seperti metode audiovisual. Video animasi tidak hanya menarik, tetapi juga meningkatkan daya ingat informasi dan membuat responden senang dan puas/senang (Melissa Goad, Huntley- Dale, 2018). Video edukasi animasi telah terbukti dapat meningkatkan pengetahuan pasien

epilepsy dan kepatuhan minum obat (Saengow et al., 2018) dan meningkatkan kemampuan anak-anak berusia 10-12 tahun untuk menggosok gigi (Anwar et al., 2020).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian analitik kuantitatif menggunakan *design pra-eksperimen* dengan rancangan *one group* dan *instrument pre test post test*. Adapun peneliti melakukan intervensi hanya pada 1 kelompok yang diberi perlakuan promosi kesehatan dengan media video animasi.

HASIL

1. Analisis Univariat

Distribusi frekuensi responden berdasarkan (usia ibu, riwayat pendidikan, pekerjaan, dan usia bayi). Berikut ini distribusi frekuensi karakteristik responden penelitian yang telah peneliti dapatkan dari 30 responden.

a. Karakteristik Responden

1) Usia Ibu

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Usia Ibu

No	Karakteristik Responden Usia	Total	
		Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	20-25 Tahun	10	33.3
2.	25-30 Tahun	11	36.7
3.	>30 Tahun	9	30.0
Total		30	100.0

Berdasarkan hasil analisis distribusi karakteristik responden menurut usia dari

30 responden, data yang diperoleh didapatkan hampir setengahnya responden yang berusia 20-25 tahun sebanyak 10 orang atau (33,3%), hampir setengahnya responden yang berusia 25-30 tahun sebanyak 11 orang atau (36,7%), dan responden yang berusia > 30 tahun, juga hampir setengahnya terdapat 9 orang atau (30%).

2) Riwayat Pendidikan

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Pendidikan

No	Karakteristik Responden Riwayat Pendidikan	Total	
		Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	SD	1	3.3
2.	SMP	2	6.7
3.	SMA/SMK	13	43.3
4.	PT	14	46.7
Total		30	100.0

Berdasarkan hasil analisis distribusi karakteristik responden menurut riwayat pendidikannya dari 30 responden diperoleh hampir tidak ada reponden yang berlatar belakang pendidikan SD atau hanya terdapat 1 orang (3,3%), sebagian kecil responden yang berlatar belakang pendidikan SMP terdapat 2 orang atau (6,7%), hampir setengahnya responden yang berlatar belakang pendidikan

SMA/SMK sebanyak 13 orang atau (43,3 %), dan hampir setengahnya responden yang berlatar belakang pendidikan Perguruan Tinggi sebanyak 14 orang atau (46,7%).

3) Status Pekerjaan

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Karakteristik Pekerjaan Ibu

No	Karakteristik Pekerjaan Responden	Total	
		Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	IRT	16	53.3
2.	Wiraswasta	7	23.3
3.	Pegawai Swasta	5	16.7
4.	PNS/TNI/POLRI	2	6.7
Total		30	100.0

Berdasarkan hasil analisis distribusi karakteristik responden menurut pekerjaannya, didapatkan lebih dari setengahnya responden yang tidak bekerja atau sebagai IRT sebanyak 16 orang atau (53,3%), sebagian kecil responden yang bekerja sebagai Wiraswasta sebanyak 7 orang atau (23,3%), sebagian kecil responden yang juga bekerja sebagai Pegawai Swasta sebanyak 5 orang atau (16,7%), dan sebagian kecil responden yang bekerja sebagai PNS terdapat 2 orang atau (6,7%).

4) Usia Bayi

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Karakteristik Usia Bayi

No	Karakteristik Responden Usia Bayi	Total	
		Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	0-1 bulan	2	6.7
2.	2-3 bulan	10	33.3
3.	4-6 bulan	18	60.0
Total		30	100.0

Berdasarkan hasil analisis distribusi karakteristik responden menurut usia bayi, didapatkan sebagian kecil responden yang memiliki bayi usia 0-1 bulan sebanyak 2 orang atau (6,7%), hampir setengahnya responden yang memiliki bayi usia 2-3 bulan sebanyak 10 orang (33,3%), dan lebih dari setengahnya responden yang memiliki bayi usia 4-6 bulan sebanyak 18 orang (60 %).

b. Pengetahuan Ibu Sebelum Dilakukan Promosi Kesehatan Tentang *Tummy Time Exercise* Dengan Media Video Animasi

Tabel 5. Pengetahuan ibu sebelum dilakukan promosi kesehatan dengan media video animasi

No	Karakteristik Responden Pengetahuan	Total	
		Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Kurang	2	6.7
2.	Cukup	18	60.0
3.	Baik	10	33.3
	Total	30	100.0

Berdasarkan hasil analisis di atas dari pengetahuan ibu menunjukkan bahwa sebagian kecil responden terdapat 2 orang atau (6,7%), yang memiliki

tingkat pengetahuan tentang *Tummy Time Exercise* pada kategori kurang. Lebih dari setengahnya responden terdapat 18 orang atau (60.0%), memiliki tingkat pengetahuan pada kategori cukup, dan hampir setengahnya responden terdapat 10 orang atau (33,3%), memiliki tingkat pengetahuan pada kategori baik.

c. Pengetahuan Ibu Setelah Dilakukan Promosi Kesehatan Dengan Media Video Animasi Tentang Pentingnya *Tummy Time Exercise*

Tabel 6. Pengetahuan ibu setelah dilakukan promosi kesehatan dengan media video animasi

No	Karakteristik Responden Pengetahuan Setelah	Total	
		Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Cukup	20	66.7
2.	Baik	10	33.3
	Total	30	100.0

Berdasarkan hasil analisis di atas dari pengetahuan ibu menunjukkan bahwa lebih dari setengahnya responden memiliki tingkat pengetahuan tentang *Tummy Time Exercise* pada kategori cukup sebanyak 20 orang atau (66,7%), dan hampir setengahnya responden memiliki tingkat pengetahuan tentang *Tummy Time Exercise* pada kategori baik sebanyak 10 orang atau (33,3%).

2. Analisis Bivariat

a. Uji Normalitas

Tabel 7. Distribusi Uji Normalitas Shapiro Wilk

No	Kelompok	Asymp. Sig. (2-tailed)
1.	Pre Test Video Animasi	.000
2.	Post Test Video Animasi	.000

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan bahwa dari hasil uji normalitas Shapiro Wilk pada *pre test* video animasi diperoleh hasil signifikansi sebesar 0,017, dan pada kelompok *post test* video animasi diperoleh hasil signifikan sebesar 0,000. Adapun dasar pengambilan pada uji normalitas Shapiro Wilk yang pertama, jika nilai sig > 0,05, maka data berdistribusi normal, lalu apabila jika nilai sig, < 0,05, data tidak berdistribusi normal. Data yang diperoleh baik pada kelompok *pre test* dan *post test* video animasi seperti yang terlihat pada tabel di atas, menunjukkan bahwa nilai kelompok *pre test* bersignifikansi 0,017 dan *post test* 0,000, artinya, walaupun pada *pre test* nilai signifikasinya 0,017 tetapi jika dibandingkan dengan nilai

signifikansi *post test* 0,000 maka tetap saja, pada video animasi memiliki taraf signifikansi < 0,05. Hal tersebut menunjukkan bahwa data berdistribusi tidak normal atau tidak memenuhi persyaratan uji normalitas.

b. Uji Wilcoxon

Tabel 8. Distribusi Efektivitas Promosi Kesehatan Dengan Media Video Animasi

No.	Kelompok	Signifikasi	Kesimpulan
1.	Pre Test Video Animasi	.017	Normal
2.	Post Test Video Animasi	.000	Tidak Normal

Berdasarkan table 8 menunjukkan bahwa hasil dari uji wilcoxon didapatkan nilai asymp sig. (2-tailed) 0,000 atau lebih kecil dari < 0,05, maka dapat diketahui bahwa “Hipotesis Diterima”, artinya terdapat perbedaan antara tingkat pengetahuan ibu tentang *Tummy Time Exercise* pada *pre test* dan *post test*, sehingga dapat disimpulkan bahwa “Ada Perbedaan Efektivitas Promosi Kesehatan Dengan Media Video Animasi Tentang Pentingnya *Tummy Time Exercise* Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu di UPTD Puskesmas Pondok Aren Kota Tangerang Selatan.”

PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden Berdasarkan (Usia Ibu, Riwayat Pendidikan, Status Pekerjaan dan Usia Bayi)

a. Usia Ibu

Berdasarkan hasil analisis distribusi karakteristik responden menurut usia dari 30 responden, data yang diperoleh didapatkan hampir setengahnya responden yang berusia 20-25 tahun sebanyak 10 orang atau (33,3%), hampir setengahnya responden yang berusia 25-30 tahun sebanyak 11 orang atau (36,7%), dan responden yang berusia > 30 tahun, juga hampir setengahnya terdapat 9 orang atau (30%). Usia mempengaruhi terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia seseorang semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik. Semakin banyak informasi yang dijumpai dan semakin banyak hal yang dikerjakan maka akan

menambah pengetahuannya.

Hasil penelitian ini didukung dan sejalan oleh penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Iswandari N dkk, 2023) dalam jurnal Hubungan Usia dan Pendidikan dengan pengetahuan ibu hamil tentang seksual dalam kehamilan di wilayah kerja puskesmas talang rimbo lama kabupaten Rejang Lebong Tahun 2023.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hampir sebagian dari responden 33 (47.8%) berumur 36-45 tahun. Lebih dari setengah dari responden 42 (60.9%) berpendidikan menengah. Lebih dari setengah dari responden 51 (60.9%) berpengetahuan cukup. Ada hubungan antara usia dengan pengetahuan ibu hamil di Puskesmas Talang Rimbo Lama Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2023.

Menurut asumsi peneliti, usia sangatlah mempengaruhi daya tangkap dan daya berpikir seseorang karena semakin bertambahnya usia maka kemampuan manusia untuk berpikir secara baik akan menurun.

Maka berdasarkan uraian diatas, peneliti menyimpulkan bahwa responden dalam penelitian ini rata-rata memiliki usia antara 20-25 tahun dan 25-30 tahun memiliki tingkat

pengetahuan yang cukup baik.

b. Riwayat Pendidikan

Berdasarkan hasil analisis distribusi karakteristik responden menurut riwayat pendidikannya dari 30 responden diperoleh hampir tidak ada responden yang berlatar belakang pendidikan SD atau hanya terdapat 1 orang (3,3%), sebagian kecil responden yang berlatar belakang pendidikan SMP terdapat 2 orang atau (6,7%), hampir setengahnya responden yang berlatar belakang pendidikan SMA/SMK sebanyak 13 orang atau (43,3 %), dan hampir setengahnya responden yang berlatar belakang pendidikan Perguruan Tinggi sebanyak 14 orang atau (46,7%).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hampir sebagian dari responden 33 (47,8%) berumur 36-45 tahun. Lebih dari setengah dari responden 42 (60,9%) berpendidikan menengah.

Lebih dari setengah dari responden 51 (60,9%) berpengetahuan cukup. Hasil penelitian ini didukung dan sejalan oleh penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Iswandari N dkk, 2023) dalam jurnal Hubungan Usia dan Pendidikan dengan pengetahuan ibu hamil tentang seksual dalam kehamilan di wilayah kerja Puskesmas Talang Rimbo Lama Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2023. Ada hubungan antara pendidikan dengan pengetahuan ibu hamil di Puskesmas Talang Rimbo Lama Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2023.

Menurut asumsi peneliti, bahwa ibu yang memiliki tingkat pendidikan yang baik tentang *Tummy Time Exercise* akan memiliki tingkat pengetahuan yang baik juga serta akan mendapatkan hasil yang baik pula. Sebaliknya, ibu yang memiliki tingkat pendidikan yang rendah akan mendapatkan hasil yang kurang bagus juga.

Maka berdasarkan uraian diatas, peneliti menyimpulkan bahwa responden dalam penelitian ini rata-rata memiliki riwayat pendidikan SMA/SMK dan Perguruan Tinggi dan memiliki tingkat pengetahuan serta daya tangkap yang berbeda-beda.

c. Status Pekerjaan

Berdasarkan hasil analisis distribusi karakteristik responden menurut pekerjaannya, didapatkan lebih dari setengahnya responden yang tidak bekerja atau sebagai IRT sebanyak 16 orang atau (53,3%), sebagian kecil responden yang bekerja sebagai Wiraswasta sebanyak 7 orang atau (23,3%), sebagian kecil responden yang juga bekerja sebagai Pegawai Swasta sebanyak 5 orang atau (16,7%), dan sebagian kecil responden yang bekerja sebagai PNS terdapat 2 orang atau (6,7%).

Hasil penelitian ini didukung dan sejalan oleh penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Riza Ramli, 2020) dalam jurnal Hubungan Pengetahuan dan Status Pekerjaan Ibu dengan Pemberian ASI Eksklusif di Kelurahan Sidotopo. Didapatkan Sebagian besar ibu (73,7%) adalah ibu yang tidak bekerja dan tidak memberikan ASI eksklusif (90,5%). Ibu

yang bekerja berjumlah 15 ibu (26,3%) dan hanya 1 ibu (6,7%) yang menyusui secara eksklusif. Berdasarkan hasil uji analisis bivariat diketahui bahwa tidak ada hubungan antara status pekerjaan ibu dengan pemberian ASI eksklusif, $P \text{ value} = 0.604 < 0,05$.

Menurut asumsi peneliti, bahwasanya status pekerjaan ibu tidak begitu berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan ibu karena pada saat bekerja, ibu bisa saja disela-sela waktu kosong membaca sebuah buku yang bisa menambah wawasan atau pengetahuan. Selain itu, baik ibu yang bekerja ataupun tidak bekerja pastinya memiliki kemampuan berpikir kritis dan daya tangkap yang berbeda-beda. Jadi, status pekerjaan tidak memiliki pengaruh pada peningkatan pengetahuan ibu.

d. Usia Bayi

Berdasarkan hasil analisis distribusi karakteristik responden menurut usia bayi, didapatkan sebagian kecil responden yang memiliki bayi usia 0-1 bulan sebanyak 2 orang atau (6,7%), hampir setengahnya responden yang memiliki bayi usia 2-3 bulan

sebanyak 10 orang (33,3%), dan lebih dari setengahnya responden yang memiliki bayi usia 4-6 bulan sebanyak 18 orang (60 %). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lyndel Hewitt, et al (2020) dari *American Academy of Pediatrics* tentang *Tummy Time* dan Hasil Kesehatan Bayi: Sebuah Tinjauan Sistematis, hasil penelitiannya dari enam 16 artikel yang mewakili 4237 peserta dari 8 negara diikutsertakan. *Tummy time* secara positif dikaitkan dengan motorik kasar dan perkembangan total, penurunan skor BMI-z, pencegahan *brachycephaly*, dan kemampuan untuk bergerak saat tengkurap, terlentang, merangkak, dan berguling. Hubungan yang tidak pasti ditemukan untuk domain sosial dan kognitif, *plagiocephaly*, berjalan, berdiri, dan duduk. Tidak ada hubungan yang ditemukan untuk perkembangan motorik halus dan komunikasi.

Maka peneliti dapat menyimpulkan, bahwasanya dari *American Academy of Pediatrics*, sangat merekomendasikan *tummy time exercise* pada bayi baru lahir sampai dengan usia <6 bulan karena dari penelitian yang dilakukan terbukti *tummy time exercise* dapat mencegah terjadinya sindrom kepala peyang dan leher bengkok, serta dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar pada bayi seperti, mengangkat kepala, duduk, merangkak, berguling, hingga berjalan.

2. Pengetahuan Ibu Sebelum Dilakukan Promosi Kesehatan Tentang *Tummy Time Exercise* Dengan Media Video Animasi

Berdasarkan hasil analisis di atas dari pengetahuan ibu menunjukkan bahwa sebagian kecil responden terdapat 2 orang atau (6,7%), yang memiliki tingkat pengetahuan tentang *Tummy Time Exercise* pada kategori kurang. Lebih dari setengahnya responden terdapat 18 orang atau (60.0%), memiliki tingkat pengetahuan pada kategori cukup, dan hampir setengahnya responden terdapat 10 orang atau (33,3%), memiliki tingkat pengetahuan pada kategori baik.

Maka berdasarkan uraian di atas, peneliti menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh promosi kesehatan dengan menggunakan media video animasi terhadap tingkat pengetahuan ibu.

Hasil penelitian ini didukung dan sejalan oleh penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Eka Pratiwi, 2020) tentang Efektifitas Promosi Kesehatan Dengan Media Video Animasi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Pencegahan Kekerasan Seksual Pada Anak Di SD Negeri 5 Kota Bengkulu. Ada perbedaan peningkatan skor pengetahuan dan sikap tentang pencegahan kekerasan seksual pada anak dengan media video animasi dan power point dengan ($p < 0.05$).

Menurut asumsi peneliti, saat ibu belum diberikan intervensi atau promosi kesehatan mengenai *tummy time exercise*, kemungkinan ibu belum memiliki pengetahuan yang cukup tentang *tummy tim exercise*.

Maka berdasarkan uraian diatas, peneliti menyimpulkan bahwa terdapat efektivitas promosi kesehatan dengan media video animasi tentang pentingnya *tummy time exercise* terhadap tingkat

pengetahuan ibu.

3. Pengetahuan Ibu Setelah Dilakukan Promosi Kesehatan Dengan Media Video Animasi Tentang Pentingnya *Tummy Time Exercise*

Berdasarkan hasil analisis di atas dari pengetahuan ibu menunjukkan bahwa lebih dari setengahnya responden memiliki tingkat pengetahuan tentang *Tummy Time Exercise* pada kategori cukup sebanyak 20 orang atau (66,7%), dan hampir setengahnya responden memiliki tingkat pengetahuan tentang *Tummy Time Exercise* pada kategori baik sebanyak 10 orang atau (33,3%).

Hasil penelitian ini didukung dan sejalan oleh penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Eka Pratiwi, 2020) tentang Efektifitas Promosi Kesehatan Dengan Media Video Animasi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Pencegahan Kekerasan Seksual Pada Anak Di SD Negeri 5 Kota Bengkulu. Ada perbedaan peningkatan skor pengetahuan dan sikap tentang pencegahan kekerasan seksual pada anak dengan media video animasi dan power point dengan ($p < 0.05$).

Menurut asumsi peneliti, saat ibu sudah diberikan intervensi atau penyuluhan mengenai *tummy time exercise*, maka itu akan menambah wawasan dan juga

pengetahuan yang baik tentang *tummy time exercise* pada ibu.

Maka berdasarkan uraian diatas, peneliti menyimpulkan bahwa ada perbedaan hasil antara sebelum diberikan video animasi dan sesudah diberikan video animasi tentang *tummy time exercise*. Efektifitas promosi kesehatan dengan media video animasi tentang pentingnya *tummy time exercise* terhadap tingkat pengetahuan ibu terbukti dapat menambah pengetahuan ibu.

4. Efektivitas Promosi Kesehatan Dengan Media Video Animasi Tentang Pentingnya *Tummy Time Exercise* Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu yang Memiliki Bayi usia 0-6 Bulan di UPTD Puskesmas Pondok Aren

Berdasarkan hasil analisis dengan menggunakan uji Wilcoxon didapatkan nilai asymp sig. (2-tailed) 0,000 atau lebih kecil dari $< 0,05$, maka dapat diketahui bahwa “Hipotesis Diterima”, artinya terdapat perbedaan antara tingkat pengetahuan ibu tentang *Tummy Time Exercise* pada *pre test* dan *post test*, sehingga dapat disimpulkan

bahwa “Ada Perbedaan Efektivitas Promosi Kesehatan Dengan Media Video Animasi Tentang Pentingnya *Tummy Time Exercise* Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu di UPTD Puskesmas Pondok Aren Kota Tangerang Selatan.”

Hasil penelitian ini didukung dan sejalan oleh penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Eka Pratiwi, 2020) tentang Efektifitas Promosi Kesehatan Dengan Media Video Animasi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Pencegahan Kekerasan Seksual Pada Anak Di SD Negeri 5 Kota Bengkulu. Ada perbedaan peningkatan skor pengetahuan dan sikap tentang pencegahan kekerasan seksual pada anak dengan media video animasi dan power point dengan ($p < 0.05$).

Menurut asumsi peneliti, saat ibu sudah diberikan intervensi atau penyuluhan mengenai *tummy time exercise*, dan telah melewati serangkaian mulai dari *pre test*, pemberian video animasi tentang *tummy time exercise*, lalu ada *post test*, dari hasil analisis peneliti bahwasanya ibu yang telah diberikan promosi kesehatan tentang *tummy time exercise* mendapatkan wawasan, pengetahuan dan informasi tentang pentingnya *tummy time exercise* pada bayi usia 0-6 bulan.

Maka berdasarkan uraian diatas, peneliti menyimpulkan bahwa terdapat

efektifitas promosi kesehatan dengan media video animasi tentang pentingnya *tummy time exercise* terhadap tingkat pengetahuan ibu.

KESIMPULAN

Efektivitas Promosi Kesehatan Dengan Media Video Animasi Tentang Pentingnya Tummy Time Exercise Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu yang memiliki Bayi Usia 0-6 Bulan di UPTD Puskesmas Pondok Aren hasil analisis menunjukkan, dengan menggunakan uji Wilcoxon didapatkan nilai asymp sig. (2-tailed) 0,000 atau lebih kecil dari $< 0,05$, maka dapat diketahui bahwa “Hipotesis Diterima”, artinya terdapat perbedaan antara tingkat pengetahuan ibu tentang *Tummy Time Exercise* pada *pre test* dan *post test*, sehingga dapat disimpulkan bahwa “Ada Perbedaan Efektivitas Promosi Kesehatan Dengan Media Video Animasi Tentang Pentingnya *Tummy Time Exercise* Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu di UPTD Puskesmas Pondok Aren Kota Tangerang Selatan.”

DAFTAR PUSTAKA

American Academy of Pediatrics, 2023. *Essential Tummy Time Moves To Develop Your Baby's Core*. Dari : *ETTM_English_2022.pdf* (*pathways.org*) [Online] [25

februari 2024].

Anggraeni D, Na'imah, 2022. Strategi Stimulasi Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Maze Karpet Covid-19. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, Volume 6. [25 Februari 2024].

Arikunto S, 2016. *Manajemen Penelitian Edisi Revisi*. Jakarta: Rineka Cipta.

Astuti T, 2023. Pola Asah-Asih-Asuh, Tiga Kebutuhan Dasar Anak yang Wajib Dipenuhi Orangtua. *BKKBN*. Dari : *BKKBN*. [25 Februari 2024].

Eunice Kennedy Shriver National Institute of Child Health and Human Development, 2017. *Tummy Time for a Healthy Baby*. Dari: *Benefits of Tummy Time Safe to Sleep (nih.gov)*. [Online] [25 Februari 2024].

Gavin M, 2019. Posisi menghadap ke bawah. Dari: *Posisi Perut (untuk Orang Tua) Nemours KidsHealth*. [Online] [25 Februari 2024].

Harefa R, dkk, 2024. Pengaruh *Tummy Time Exercise* Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Dan Durasi Lama Mengangkat Kepala Pada Bayi Usia 0-6 Bulan Di Klinik Pratama Ika Medan. Dari: *Manuju Malhayai Journal Ners*. [28 April 2024]

Hasmira, Anwar, dan Muh Yusuf, 2017. Penggunaan Media Pembelajaran Video Animasi Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Pkn Pada Siswa Kelas Iv Di Sd Negeri 1 Ngapa. Dari: *Jurnal Wahana Kajian Pendidikan Ips* 1, No. 2 (2017): 128–37.[Online] Dari : <https://journal.stkkipsubang.ac.id/index.php/didakti/article/view/738>. [27 Februari 2024].

Iswandari N, dkk, 2023. Hubungan Usia Dan Tingkat Pendidikan Dengan Pengetahuan Ibu Tentang Seksualitas Dalam Kehamilan Di Wilayah Kerja Puskesmas Talang

- Rimbo Lama Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2023. Dari: Jurnal Multi Displin Dehasen (MUDE). [28 April 2024]
- Khadijah, Huda, N & Turtati, A. 2022. Bentuk Bentuk Stimulasi Dalam Perkembangan Motorik Anak Usia Dini di RA Hidayatul Ilmi Desa Kolam. Dari: Jurnal Pendidikan dan Konseling, Vol. 4 No. 1, P-ISSN: 2685-9351. Dari : Bentuk-bentuk Stimulasi pada Anak dalam Perkembangan Motorik Anak Usia Dini di RA - Neliti. [08 Februari 2024].
- Laily Rahmawati. 2018. Pengaruh Penggunaan Media Video Animasi Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas V Sdn Se-Gugus Sukodono Sudoarjo, Jpgsd 6, No. 4 (2018): 429–439. Dari: Unm Online Journal System [27 Februari]
- Loaloka M, 2019. Perkembangan Motorik Pada Anak Stunting. [Online] Indonesia: Media Sains Indonesia , hlm. 16. [25 Februari 2024].
- Lyndell Hewwit, etc. (2020). *Tummy Time and Infant Health Outcomes: A Systematic Review*. [Online] Dari: *American Academy of Pediatrics*. [25 Februari 2024].
- Mia, Rindianti, 2023. Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Bayi dibawah Dua Tahun (BADUTA) Tentang Pijat Bayi di Desa Kuntili Kecamatan Sumpiuh Kabupaten Banyumas Tahun 2023. Dari: repository universitas alirsyad. [SKRIPSI]. [01 Juni 2024].
- Monicha N, 2020. Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Permainan Sirkuit” Jurnal Cikal Cendekia, Vol 01, No. 01, hlm. 3. [25 Februari 2024].
- Mrl Adventus, Dkk, 2019. Buku Ajar Promosi Kesehatan. Jakarta : Universitas Kristen Indonesia. Dari : Repository.Uki.Ac.Id/2759/1/Bukumodulp romosikesehatan.Pdf. [27 Februari 2024].
- Notoatmodjo, Soekidjo, 2014. Promosi Kesehatan Teori Dan Aplikasinya. Jakarta: Rineka. Dari : Download PDF - Notoatmodjo, S, 2014 [d0nxzpd6xylz] (doku.pub) [25 Februari 2024].
- Nourlia R, 2018. Pengaruh Pemberian Tummy Time Exercise Terhadap Peningkatan Kemampuan Motorik Mengangkat Kepala Pada Anak Usia 0-16 Minggu. Dari: Semantic Scholar [25 Februari 2024].
- Pratiwi E, 2020. Efektivitas Promosi Kesehatan Dengan Media Video Animasi Tentang Pencegahan Kekerasan Seksual Pada Anak Di SD Negeri 5 Kota Bengkulu. Dari: Repositroy Poltekkes Bengkulu. [Skripsi]. [28 Juni 2024].
- Puspita, A,W. 2014. Pengembangan Program Stimulasi Gerak Untuk Mengoptimalkan Perkembangan Motorik Kasar Bayi Usia 0-<12 Bulan. Dari: Jurnal Ilmiah Visi p2tk paud ni, vol. 9, no.1. [08 Februari 2024].
- Rahmawati T, Dkk, 2022. Media Video Animasi Berbasis Pembelajaran Multiliterasi Untuk Melatih Kemampuan Literasi. Jurnal Educatio, Vol. 8, No. 4. Dari: Pengembangan Video Animasi. [27 Februari 2024].
- Ramadhania, N, Sriwenda, D. 2022. Pengaruh *Tummy Time Exercise* Terhadap Kemampuan Motorik Pada Bayi: *Evidence Based Case Report* (EBCR). Jurnal Kesehatan Siliwangi, Vol. 3, No. 1. Dari : <https://doi.org/10.34011/jks.3i1.1198>. [08 Februari 2024].

- Ramli R, 2020. Hubungan Pengetahuan dan Status Pekerjaan Ibu dengan Pemberian ASI Eksklusif di Kelurahan Sidotopo. Dari: Jurnal PROMKES. [28 April 2024].
- Sari Sofia, Alusia. 2013. *Pengaruh Tummy Time Exercise terhadap Kemampuan Lama Mengangkat Kepala pada Posisi Tengkurap Bayi Usia 3-4 Bulan*. [Skripsi] Dari: Perpustakaan UMS. [08 Februari 2024].
- Setiyaningrum, E. 2017. Buku Ajar Tumbuh Kembang Anak Usia 0-12 Tahun. [Online]. Sidoarjo: Indomedia Pustaka. [08 Januari 2024].
- Seviana, T. dkk. 2023. Profil Kesehatan Indonesia 2022. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. [08 Januari 2024].
- Sihura, G.S.S, Afrina, R & Solehudin. 2023. Peningkatan Pengetahuan Ibu Post Partum terkait Tummy Time di RSUD Cengkareng tahun 2023. Jurnal Pengabdian Masyarakat Saga Komunitas, Vol. 02 No. 03. Dari : (PDF) Peningkatan Pengetahuan Ibu Post Partum terkait Tummy Time di RSUD Cengkareng tahun 2023 (researchgate.net). [08 Januari 2024].
- Stefani N, 2023. Pengaruh Stimulasi *Tummy Time Exercise* Terhadap Kemampuan Mengangkat Kepala Pada Bayi Usia 0-3 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Leyangan. Dari : Repository (poltekkes-smg.ac.id), [Skripsi] [25 Februari 2024].
- Suci S, 2022. Pengembangan Media Pembelajaran Video Animasi Pada Mata Pelajaran Ips Untuk Meningkatkan Motivasi Dan Hasil Belajar Siswa Di Mtsn 5 Malang. Dari: Etheses.Uin-Malang.Ac.Id/40669/1/18130083.Pdf, [Skripsi] Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Fakultas Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan (Fitk), Malang. [27 Februari 2024].
- Sukamti E, 2018. Perkembangan Motorik, Yogyakarta: UNY Press, hlm. 67. [25 februari 2024].
- Sukamti, R,E. 2018. Perkembangan Motorik. Dari: Buku referensi; perkembangan motorik; ISBN;978-602-556-47-9.pdf (uny.ac.id) [03 februari 2024].
- Ullayya S, 2023. Pengaruh Pelatihan Stimulasi Bayi Menurut Buku KIA 2020 Terhadap Perkembangan Bayi. Repository UNISSULA. Dari : 30101900171_fullpdf.pdf (unissula.ac.id), [Skripsi] [25 Februari 2024].
- Wahyuni T, 2019. Modul Pembelajaran Promosi Kesehatan Konsep Dalam Promosi Kesehatan. [Online]. Perpustakaan Poltekkes Malang. Dari : Modul_Promkes_Tavip1.Pdf (Poltekkes-Malang.Ac.Id). [27 Februari 2024].
- Widodo, Agus dkk. 2018. *Pengaruh Pemberian Tummy Time Exercise Terhadap Peningkatan Kemampuan Gross Motoric Head Control and Rolling pada Anak Usia 0-16 Minggu*. Dari Perpustakaan UMS [28 Februari 2024].
- Yani, E.W.R., Permatasari, E & Armiyanti, Y. 2023. Buku Ajar Biostatistika. [Online].

Jember: PT Penerbitan Universitas Jember.
[28 Februari 2024]

Yusuf B, Pramesti D, Larasati D, dkk, 2022.
Deteksi Dini Tumbuh Kembang dan
Stimulasi Motorik pada Balita
Berbasis Masyarakat dalam
Kegiatan. Dari: Jurnal Kesehatan
Masyarakat Fisioterapi Kesehatan
Indonesia. [28 Februari 2024].