

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KUALITAS TIDUR
BAYI USIA 1-6 BULAN DI TPMB BIDAN
SHEILA RIZKY AMELIA A.MD.KEB
BUAH BATU KOTA BANDUNG**

SKRIPSI



Oleh:
SITI ADHIYATI
512022131

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
BANDUNG
2023**

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KUALITAS TIDUR
BAYI USIA 1-6 BULAN DI TPMB BIDAN
SHEILA RIZKY AMELIA A.MD.KEB
BUAH BATU KOTA BANDUNG**

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Sarjana Kebidanan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Bandung*



Oleh:

SITI ADHIYATI

512022131

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
BANDUNG
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN

SITI ADHIYATI

NIM. 512022131

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KUALITAS TIDUR USIA 1-
6 BULAN DI TPMB BIDAN SHEILA RIZKY AMELIAA.MD.KEB
DI BUAH BATU, KOTA BANDUNG**

Skripsi ini Telah Disetujui Untuk Dipertahankan
Pada Ujian Sidang Skripsi
Tanggal 31 Juli 2023

Oleh:

Pembimbing Utama



Annisa Ridlayanti, S.Keb.,M.Keb.,Bd

NPP. 2009240285027

Pembimbing Pendamping



Mulyanti, S.ST.,M.Keb.,Bdn

NPP.2010060887036

LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul:

Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 1-6 Bulan Di TPMB Bidan Sheila Rizky Amelia, A.Md.Keb Buah Batu Kota Bandung

Disusun Oleh:

Siti Adhiyati
NIM. 512022131

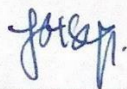
Telah disetujui dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Sidang Skripsi Program Studi Sarjana Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan

Fakultas Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Bandung

Dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Bandung, 2023

Penguji I



Desi Trisiani, S.KM., S.Keb., M.Kes., Bdn
NIDN. 0411127903

Penguji II



Imas Masdinarsyah, S.ST., M.Tr.Keb.Bdn
NPP: 2008130568024

Pembimbing Utama



Annisa Ridlavanti S.Keb., M.Keb., Bd
NPP: 2009240285027

Pembimbing Pendamping



Mulyanti, S.ST., M.Keb., Bdn
NPP: 2010060887036

Mengetahui

Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan



Annisa Ridlavanti, S.Keb., M.Keb., Bd
NPP: 2009240285027

SURAT PERNYATAAN ORIGINALITAS

Saya Yang Bertanda Tangan Di Bawah Ini :

Nama mahasiswa : Siti Adhiyati
Nim : 512022131
Program Studi : S1 Kebidanan Lintas Jalur

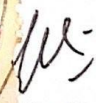
Dengan ini menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiarisme atau penjiplakan/ pengambilan karangan, pendapat atau karya orang lain dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul:

**“Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 1-6 Bulan Di TPMB
Bidan Sheila Rizky Amelia, A.Md.Keb Buah Batu, Kota Bandung”**

Apabila suatu saat nanti saya terbukti melakukan plagiarisme, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan kesadaran sendiri dan tidak atas tekanan ataupun paksaan dari pihak manapun demi menegakkan integritas akademik di institusi ini

Bandung, 22 Juli 2023
Yang membuat pernyataan,


Siti Adhiyati



MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“Jika orang lain bisa, maka aku juga bisa”

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan” (Q.S Al-Insyirah: 6)

PERSEMBAHAN

1. Orangtua tercinta yaitu Hamid dan Hj. Sakhiyah yang senantiasa memberikan dukungan, semangat, nasihat serta doa dalam setiap prosesnya sehingga penulis bisa sampai pada tahap akhir. Skripsi ini adalah persembahan kecil saya yang saya berikan untuk kedua orangtua saya yang selalu ada dalam setiap prosesnya. Terima kasih sudah selalu ada.
2. Skripsi ini saya dedikasikan untuk orang-orang tercinta yaitu Apriana Syahid Nurdin dan Nurlaela Mukharomah yang sudah selalu membantu dalam skripsi ini serta mendoakan dan membrikan dukungan.
3. Teman-teman seperjuangan yang selalu memberikan dorongan, dukungan, saran serta mendoakan di setiap langkah mengerjakan skripsi akhir ini.
4. Almamater Universitas ‘Aisyiyah Bandung sebagai tempat saya menimba ilmu pengetahuan kebidanan.
5. Rayyanza Malik Ahmad, ponakan virtual yang selalu menjadi *mood booster* penulis dalam mengerjakan Skripsi

KATA PENGANTAR

Puji serta syukur kami panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan berbagai kenikmatan kepada kita semua khususnya nikmat iman dan islam, hanya kepada-Nya kami memuji dan memohon ampunan. Kami berlindung kepada Allah SWT dari semua kejelekan dan keburukan perbuatan.

Laporan skripsi ini ditulis dengan tujuan untuk memenuhi salah satu syarat menyelesaikan program pendidikan S1 Kebidanan Universitas Aisyiyah Bandung Tahun Akademik 2022-2023.

Terselesaikannya penyusunan laporan ini tidak lepas dari bantuan dan dorongan semua pihak, untuk itu penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada Yth:

1. Tia Setiawati, S.Kep.Ners.M.Kep.Sp.,Kep.An selaku Rektor Universitas Aisyiyah Bandung, seluruh staf beserta jajarannya yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menimba ilmu di kampus ini.
2. Popy Siti Aisyah, S.Kep.,Ners.,M.Kep selaku Dekan dari Fakultas Ilmu Kesehatan dan para wakil dekan, serta staf Akademik yang telah membantu, mengurus, dan mengatur administrasi maupun kelancaran selama ini maupun selama penulis menempuh pendidikan.
3. Annisa Ridlayanti, S.Keb.,M.Keb.,Bd selaku Ka. Prodi Sarjana Kebidanan dan Pembimbing Utama
4. Ami Kamila, S.ST.,M.Kes selaku Koordinator Laporan Skripsi.

5. Mulyanti, S.ST.,M.Keb.,Bdn selaku pembimbing dua dan ketua penguji yang telah memberikan masukan, arahan, saran dan bimbingan dalam menyusun laporan skripsi ini.
6. Seluruh staff Akademik dan seluruh staff dosen kebidanan yang telah memberikan arahan selama menyusun laporan skripsi ini
7. Bidan Sheila Rizky Amelia A.Md.Keb selaku bidan koordinator yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melakukan penelitian di TPMB.
8. Untuk kedua orang tua yang telah memberikan semangat, doa, kasih sayang, dukungan, bimbingan dan motivasinya sehingga penulis bisa menyelesaikan penulisan di tahap ini.
9. Teman-teman yang selalu memberikan semangat dan dukungan dalam menyelesaikan laporan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan laporan skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu dengan segala kerendahan hati, penulis sangat mengharapkan kritik serta saran yang bersifat membangun demi perbaikan yang lebih baik di masa yang akan datang.

Akhir kata penulis berharap semoga laporan tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi pembaca pada umumnya dan penulis pada khususnya.

Bandung, 1 Juli 2023



Penyusun

PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI USIA 1-6 BULAN

Nama : Siti Adhiyati

NIM : 512022131

Abstrak

Di Indonesia cukup banyak bayi yang mengalami masalah tidur, sekitar 44,2% bayi mengalami gangguan tidur seperti sering terbangun di malam hari. Namun lebih dari 72% orang tua menganggap gangguan tidur pada bayi bukan suatu masalah atau hanya masalah kecil. Salah satu terapi non farmakologis untuk mengatasi masalah tidur bayi adalah pijat bayi. Pijat bayi bermanfaat untuk meningkatkan konsentrasi bayi dan membuat bayi tidur lelap. Tujuan adalah mengidentifikasi pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 1-6 bulan di TPMB Bidan Sheila Rizky Amelia, A.Md.Keb Buah Batu, kota Bandung. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan design *pra eksperimental* metode *one group pretest-posttest design*. Populasi penelitian adalah seluruh bayi sehat yang datang ke TPMB yang berjumlah 30 bayi. Sampel penelitian diambil dengan metode *non-probability-purposive sampling* yang berjumlah 30 sample. Pengumpulan data menggunakan daftar tilik dan kuesioner BISQ. Menggunakan uji *Wilcoxon*. Hasil pada kuesioner pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur pretest 6,73 posttest 7,7 dengan hasil rata-rata 1,643. Hasil pada daftar tilik dan kuesioner nilai *p-value* = 0,048 < 0,05 artinya bahwa ada pengaruh yang signifikan antara pijat bayi dengan kualitas tidur bayi. Kesimpulan ada pengaruh yang signifikan antara pijat bayi dengan kualitas tidur bayi usia 1-6 bulan.

Kata Kunci : Pijat Bayi, Kualitas Tidur Bayi

Kepustakaan : 25 (2010-2022)

THE INFLUENCE OF BABY MASSAGE ON THE SLEEP QUALITY OF INFANTS AGED 1-6 MONTHS

Abstract

*In Indonesia, quite a lot of babies experience sleep problems, around 44.2% of babies experience sleep disturbances such as frequent awakenings at night. However, more than 72% of parents consider sleep disturbances in babies not a problem or just a minor problem. One of the non-pharmacological therapies to overcome the baby's sleep problem is baby massage. Baby massage is useful for increasing the concentration of the baby and making the baby sleep soundly. The general goal to be achieved is to identify the effect of baby massage on the sleep quality of infants aged 1-6 months at TPMB Midwife Sheila Rizky Amelia, A.Md.Keb Buah Batu, Bandung city. This research is a quantitative research by design *pra experimental* method *one group pretest-posttest design*. The study population was all healthy babies who came to TPMB, totaling 30 babies. The research sample was taken by the method *non-probability-purposive sampling*. Data collection uses a checklist and BISQ questionnaire. Using test *Wilcoxon*. Univariate results on the questionnaire on the effect of baby massage on sleep quality*

pretest 6.73 posttest 7.7 with an average result of 1.643. Bivariate results on checklists and scores questionnaires $p\text{-value} = 0.048 < 0.05$ means that there is a significant effect between baby massage and baby sleep quality. The conclusion is that there is a significant effect between baby massage and the sleep quality of babies aged 1-6 months.

Keywords : *Baby Massage, Sleep Quality for Babies*

Literature : *25 pieces (2010-2022)*

**SURAT PERNYATAAN
KESEDIAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH**

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Siti Adhiyati
NIM : 512022131
Program Studi : S1 Kebidanan Lintas Jalur

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Universitas 'Aisyiyah Bandung Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul :
Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 1-6 Bulan Di TPMB Bidan Sheila Rizky Amelia, A.Md.Keb Buah Batu Kota Bandung.
Hak bebas Royalti Noneksklusif ini, Universitas 'Aisyiyah Bandung berhak menyimpan, mengalihkan dalam bentuk media lain, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta.

Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bandung, 13 Agustus 2023

Yang Menyatakan,



Siti Adhiyati

Mengetahui,
Tim Pembimbing

Nama

1. Annisa Ridlayanti, S.Keb.,M.Keb.,Bd

2. Mulyanti, S.ST.,M.Keb.,Bdn

Tandatangan



DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	ii
ABTRAK.....	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR LAMPIRAN	vi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
1. Manfaat Teoritis.....	6
2. Manfaat Praktis	6
3. Sistematika Penelitian	7
4. Materi Skripsi.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Konsep Dasar <i>Baby Massage</i>	10
1. Pengertian	10
2. Manfaat Pijat Bayi	10
B. Saat Yang Tepat Untuk Memijat	14
3. Waktu Memijat	15
4. Suasana yang tenang	15
5. Ruangan yang nyaman.....	15
C. Persiapan peralatan pijat bayi.....	16
D. Tangan Yang Aman Untuk Memijat	17
E. Memijat Sesuai Umur	18
F. Siapa Yang Memijat	18
G. Kapan Tidak Boleh Memijat	19

H. Perubahan Fisiologis Pijat Bayi	19
I. Urutan Teknik Baby Massage	20
1. Kaki	20
2. Perut	22
3. Dada	24
4. Tangan	24
5. Muka	26
6. Punggung	28
7. Gerakan-Gerakan Peregang	29
J. Konsep Tidur	31
1. Pengertian Tidur	31
2. Manfaat Tidur Bagi Bayi	32
3. Lama Tidur Bayi	33
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur	34
5. Pola Tidur Bayi	35
6. Mengukur Kualitas Tidur Bayi	35
K. Matriks Literature Review	37
L. Kerangka Pemikiran	44
M. Hipotesis	44
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	46
A. Rancangan Penelitian	46
B. Kerangka Konsep	47
C. Variable Penelitian	48
D. Waktu dan Tempat Penelitian	50
1. Waktu Penelitian	50
2. Tempat Penelitian	50
E. Populasi, Sample dan Sampling	50
1. Populasi	50
2. Sample	50
3. <i>Sampling</i>	51
F. Teknik Pengumpulan Data	52
1. Teknik Pengumpulan Data	52

2. Bahan dan Alat.....	53
3. Instrumen.....	53
G. Analisa Data.....	55
1. Analisis Univariate.....	55
2. Analisa Bivariate.....	56
H. Uji Validitas dan Reabilitas.....	57
1. Uji Validitas.....	57
2. Uji Reabilitas.....	57
I. Etika Penelitian.....	58
1. <i>Ethical Clearance</i>	58
2. <i>Informed Consent</i>	58
3. <i>Anonymity</i> (tanpa nama).....	58
4. <i>Confidentiality</i> (kerahasiaan).....	58
5. <i>Justice</i>	59
MANUSKRIP.....	60
DAFTAR PUSTAKA.....	69
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Kebutuhan Tidur Manusia.....	33
Tabel 2. 2 Matriks Penelitian Yang Relevan.....	37
Tabel 3. 1 Desain Penelitian <i>One-Group Pretest-Posttest Design</i>	46
Tabel 3. 2 Definisi Operasional.....	48
Tabel 3. 3 Kisi-Kisi Kuesioner.....	54
Tabel 3.4 Gambaran Karakteristik Responden.....	63
Tabel 3.5 Hasil Rata-Rata Data Daftar Tilik.....	63
Tabel 3.6 Hasil Rata-Rata Data Kuesioner	64
Tabel 3.7 Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur.....	64

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Curriculum Vitae	72
Lampiran 2 Surat Study Pendahuluan	73
Lampiran 3 Surat Balasan PMB Study Pendahuluan	74
Lampiran 4 Surat Izin Penelitian	75
Lampiran 5 Surat Balasan PMB Izin Penelitian	76
Lampiran 6 Lembar Bimbingan.....	77
Lampiran 7 Surat Persetujuan Sidang.....	81
Lampiran 8 Surat Bebas Administrasi.....	82
Lampiran 9 Surat Permohonan Menjadi Responden.....	83
Lampiran 10 Surat Persetujuan Responden	84
Lampiran 11 Daftar Tilik Pijat Bayi	85
Lampiran 12 Kuesioner Kualitas Tidur	93
Lampiran 13 Bukti Ss Dengan Peneliti Sebelumnya.....	95
Lampiran 14 Hasil Uji Statistik	96
Lampiran 15 Dokumentasi.....	102
Lampiran 16 Turnitin.....	103

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, 2009. *Pijat bayi*. <http://ojs.unud.ac.id/index.php>. Diakses 28/02/2023.
- Anggraini, 2009. *Teknik memijat bayi*. Universitas Udayana.<http://ojs.unud.ac.id/index.php>. Diakses 28/02/2023
- Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta:Rineka Cipta.
- Asmadi, 2009. *Tehnik Prosedural Keperawatan Konsep Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien*. Jakarta. Salemba Medika.
- Cahyani, Mailiza dan Prastuti, Betty. “Efektifitas Pijat Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Di Klinik Cahaya Bunda”. JOMIS (Journal OF Midwifery Science Vol 4. No.2, 2020
- Dewi. 2010. *Teknik dan Prosedur Pemijatan Pada Bayi*. Jakarta : Salemba Medika.
- Dewi U, Aminin F, Gunnara H. 2014. Pengaruh Pemijatan Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-4 Bulan di Posyandu Gelatik dan Nuri Kelurahan Tanjungunggat Wilayah Kerja Puskesmas Sei Jang Kota Tanjung Pinang Tahun 2014. *Jurnal Ners dan Kebidanan*. 3(1). Doi: 10.26699/jnk.vli3.ART.p2-30-235
- Dewi, Ni Luh. 2022. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 0-6 Bulan Di Poliklinik Anak Rumah Sakit Umum Bangli. *Jurnal Kesehatan Al-Muslim*, Vol. VIII. No. 1. P-ISSN: 2460-7134, E-ISSN: 2775-4626
- Fahrul, Irayani. 2023. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 1-6 Bulan. WAHANA: Jurnal Ilmiah Kebidanan dan Ilmu Kesehatan. Vol. 1, No 1. ISSN: 2807-694X
- Fauziah, Afroh et al. 2018. *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Dan Kualitas Tidur Bayi Di Puskesmas Jetis Yogyakarta*. PLACENTUM Jurnal Ilmiah

Kesehatan dan Aplikasinya, Vol. 6 (2). ISSN 2303-3746, e ISSN 2620-9969

Hidayat. 2014. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika

Ismael, 2010. *Kualitas tidur bayi*. Universitas Muhammadiyah
<http://digilib.unimuh.ac.id/files/disk.pdf>. Diakses 23/02/2023

Kemenkes RI. Kemenkes Nomor 900/MENKES/SK/VII/2002 tentang Registrasi dan Praktek Bidan. Jakarta: Kemenkes RI

Kemenkes RI. 2016. *Pedoman Pelaksanaan Stimulasi, Deteksi, dan Intervensi Tumbuh Kembang Anak*

King, T. L. et al. (2019) *Varney's Midwifery*. Burlington: World Headquarters Jones & Bartlett Learning.

Lisbet, et al. 2018. *Pengaruh Terapi Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Usia 1-12 bulan di Puskesmas*. Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah, Vol. 5, No. 1, 45-50

Notoatmodjo, S. 2010. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta

Nursalam. 2013. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pedoman Skripsi, Tesis dan Instrumen Penelitian*. Jakarta. Salemba Medika.

Nursalam, 2014. *Proses dan Dokumentasi Keperawatan* Salemba Medika. Jakarta.

Rangkuti, Saddiyah. 2021. *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Pijat Bayi terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 0-6 Bulan di BPM Dewi Suyanti Tahun 2020*. JURKESMAS (Jurnal Kesehatan Masyarakat, Vol. 1 No. 1, Page 34-42

Roesli. 2012. *Pedoman Pijat Bayi*. Jakarta: Puspa Swara

Rohmawati, F. and Dewi, R. S. (2019) *Pengaruh Baby Massage Terhadap Kualitas*

Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan’, Jurnal Kebidanan, 8(5), p. 55.

Subakti dan Deri, Rizky. 2016. *Keajaiban Pijat Bayi Dan Balita*. Jakarta: Wahyu Media

Supriatin, Titin et all. 2022. Efektivitas Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Umur 0-6 Bulan Di Lemahabang RT 001 Dusun 01 Cirebon 2022. Jurnal ilmu kesehatan Bhakti

Tang. 2018. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 1-4 Bulan.

Widyaningsih, S., Herlinda, & Khoma, N. (2022). Pelaksanaan Kegiatan Pijat Bayi di Kampung Botol Kota Bengkulu. Jurnal Pengabdian, 1(2), 83–86.
<https://doi.org/https://doi.org/10.58222/jp.v1i2.34>