

SKRIPSI

PENGARUH PENERAPAN PIJAT BAYI (*BABY MASSAGE*) TERHADAP KUANTITAS TIDUR BAYI USIA 3-12 BULAN DI PMB AFITA DELIANAH TUREN



OLEH:
YULIA TRI JAYANTI
NIM. 216047AJ

PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
INSTITUSI TEKNOLOGI, SAINS, DAN KESEHATAN RS dr.
SOEPRAOEN KESDAM V/BRAWIJAYA
2022

SKRIPSI

PENGARUH PENERAPAN PIJAT BAYI (*BABY MASSAGE*) TERHADAP KUANTITAS TIDUR BAYI USIA 3-12 BULAN DI PMB AFITA DELIANAH TUREN

Diajukan sebagai salah satu syarat menyelesaikan
pendidikan program studi Sarjana Terapan Kebidanan
Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang



**OLEH:
YULIA TRI JAYANTI
NIM. 216047AJ**

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
INSTITUSI TEKNOLOGI, SAINS, DAN KESEHATAN RS dr.
SOEPRAOEN KESDAM V/BRAWIJAYA
2022**

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yulia Tri Jayanti
Tempat/tanggal lahir : Malang, 26 Juli 1987
NIM : 216047AJ
Alamat : JL. Tendean 3 no 42 Turen Kab Malang

Menyatakan bahwa Skripsi dengan judul "Pengaruh Penerapan Pijat Bayi (*Baby Massage*) terhadap Kuantitas Tidur Bayi usia 3-12 bulan di PMB Afita Delianah Turen " merupakan hasil karya sendiri dan belum pernah dibuat oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di perguruan tinggi manapun.

Jika dikemudian hari saya terbukti melanggar atas pernyataan tersebut diatas, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari almamater.



Malang, Mei 2022
Menyatakan,

Yulia Tri Jayanti
NIM 216047AJ

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

"Pengaruh Penerapan Pijat Bayi (*Baby Massage*) terhadap Kuantitas Tidur Bayi usia 3-12 bulan di PMB Afita Delianah Turen"

Oleh:

Nama : Yulia Tri Jayanti
NIM : 216047AJ

Telah di Pertahankan dan di Setujui oleh Tim Penguji
Pada Sidang Skripsi di Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan
Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen
Malang

Tanggal: 27.7.2022

OLEH TIM PENGUJI :

Anik Purwati, S.ST., M.M., M. Kes

()

(27.7.2022)

Penguji I

TandaTangan

Tanggal

Anik Sri Purwanti, SST., M.Keb

()

(27.7.2022)

Penguji II

TandaTangan

Tanggal

Tut Rayani Aksohini W, S.ST., M.Keb

()

(27.7.2022)

Penguji III

TandaTangan

Tanggal

Malang, Mei 2022

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan
Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen



Indriani, SST., M. Kes

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi

"Pengaruh Penerapan Pijat Bayi (*Baby Massage*) Terhadap Kuantitas Tidur
Bayi usia 3-12 bulan di PMB Afita Delianah Turen"

Nama : Yulia Tri Jayanti

NIM : 216047AJ


Telah disetujui untuk Diujikan di Depan Tim Penguji

tanggal: 27.9.2022

Oleh:

Pembimbing I,

Pembimbing II,



Anik Sri Purwanti, SST., M.Keb

Tut Rayani A. W, SST., M.Keb

ABSTRAK

Tri Jayanti, Yulia. 2022. Pengaruh Penerapan Pijat Bayi (*Baby Massage*) Terhadap Kuantitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan Di PMB Afita Delianah Turen. Tugas Akhir, Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang. Pembimbing I : Anik Sri Purwanti, SST., M.Keb. Pembimbing II : Tut Rayani A W, SST., M.Keb.

Kuantitas tidur adalah ukuran dimana seseorang itu dapat dengan mudah dalam memulai tidur dan untuk mempertahankan tidur. Efektifitas Pijat Bayi (*Baby Massage*) terhadap kuantitas tidur dipengaruhi meningkatnya hormon katekolamin yang memicu stimulasi tumbuh kembang, meningkatkan nafsu makan, meningkatkan berat badan, meningkatkan kualitas dan kuantitas tidur, serta merangsang perkembangan struktur maupun fungsi otak. Tujuan dari peneliti adalah untuk mengetahui Pengaruh Penerapan Pijat Bayi (*Baby Massage*) Terhadap Kuantitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan Di PMB Afita Delianah Turen. Penelitian ini menggunakan pendekatan *One Group Pretest Posttest*. Sampel pada penelitian ini yaitu 15 bayi dengan rentan usia 3-12 bulan yang sesuai dengan kriteria inklusi. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling*. Pengumpulan data menggunakan lembar SOP *Baby Massage* dan lembar observasi. Hasil penelitian dianalisis menggunakan Uji Analisis *Wilcoxon* dan analisis didapatkan nilai signifikan (*p - value*) sebesar $0,000 < \alpha (0,05)$ yang artinya ada Pengaruh Penerapan Pijat Bayi (*Baby Massage*) Terhadap Kuantitas Tidur Pada Bayi. Disimpulkan terdapat Pengaruh Penerapan Pijat Bayi (*Baby Massage*) Terhadap Kuantitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan Di PMB Afita Delianah Turen. Disarankan untuk ibu yang memiliki bayi dengan gangguan kuantitas tidur dapat diatasi dengan Pijat Bayi (*Baby Massage*).

Kata Kunci: Bayi, Kuantitas Tidur, Pijat Bayi (*Baby Massage*).

ABSTRACT

Tri Jayanti, Yulia. 2022. The Effect of the Application of Baby Massage on the Sleep Quantity of Infants Age 3-12 Months at PMB Afita Delianah Turen. Final Project, Undergraduate Study Program in Applied Midwifery, Institute of Health and Science Technology, dr. Soepraoen Malang. Supervisor I : Anik Sri Purwanti, SST., M.Keb. Advisor II: Tut Rayani A. W, SST., M.Keb.

Sleep quantity is a measure by which a person can easily initiate sleep and maintain sleep. The effectiveness of Baby Massage on sleep quantity is influenced by the increase in catecholamine hormones which trigger growth and development stimulation, increase appetite, increase body weight, increase sleep quality and quantity, and stimulate brain structure and function development. The purpose of the researcher was to determine the effect of applying baby massage to the quantity of sleep for babies aged 3-12 months at PMB Afita Delianah Turen. This study uses the One Group Pretest Posttest approach. The sample in this study were 15 infants aged 3-12 months in accordance with the inclusion criteria. The sampling technique used was purposive sampling. Collecting data using SOP Baby Massage sheets and observation sheets. The results of the study were analyzed using the Wilcoxon Analysis Test and the analysis obtained a significant value (p -value) of $0.000 < (0.05)$ which means that there is an effect of the application of baby massage on the quantity of sleep in infants.

It was concluded that there was an effect of the application of baby massage on the quantity of sleep for babies aged 3-12 months at PMB Afita Delianah Turen. It is recommended that mothers who have babies with sleep quantity disorders can be overcome with Baby Massage.

Keywords: Babies, Sleep Quantity, Baby Massage.



KATA PENGANTAR

Puji syukur Kehadirat Allah Yang Maha Esa, atas semua berkat dan rahmat-Nya sehingga dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul **“Pengaruh Penerapan Pijat Bayi (*Baby Massage*) Terhadap Kuantitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan di PMB Afita Delianah Turen”** sebagai salah satu syarat menyelesaikan pendidikan Sarjana Terapan Kebidanan pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan ITSK RS dr. Soepraoen Malang.

Dalam hal ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak, karena itu pada kesempatan kali ini penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Arief Efendi, S.MPh.,Adv., S.Kep., Ners., MM., M.Kes selaku Rektor ITSK RS dr. Soepraoen Malang, yang telah memberikan kesempatan menyusun Skripsi ini.
2. Ina Indriati SST, M.Kes, selaku Ketua Program Studi D-IV Sarjana Terapan Kebidanan ITSK RS dr. Soepraoen Malang yang telah memberikan kesempatan menyusun Skripsi ini.
3. Anik sri Purwanti,SST.,M.Keb, selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan sehingga Skripsi ini dapat terselesaikan.
4. Tut Rayani A.W ,SST.,M.Keb, selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan sehingga Skripsi ini dapat terselesaikan.
5. Kepada Ayah dan Alm.Ibu tercinta, yang telah membesarkan, membimbing, serta mengasuh saya dengan penuh cinta dan kasih sayang, yang selalu menjadi inspirasi dan motivasi penulis dan juga telah memberikan dukungan moral selama penulis menyelesaikan Skripsi.
6. Kepada Suami dan anak-anak yang selalu menjadi inspirasi dan motivasi penulis dan juga telah memberikan dukungan moral selama penulis memulai pendidikan.
7. Kepada seluruh teman – teman seperjuangan atas kebersamaan dan kerjasamanya sampai kita sama-sama tuntas dalam penyelesaian Skripsi ini.
8. Kepada seluruh teman-teman Sarjana Terapan Kebidanan Tahun Akademik 2021-2022 ITSK RS dr. Soepraoen Malang.

Semoga Allah Yang Maha Esa memberikan kesehatan dan lindungan-NYA, atas perhatiannya saya ucapkan Terima kasih kepada semua pihak

yang tidak dapat disebut satu persatu. Semoga Skripsi ini dapat dimanfaatkan bagi semua pihak.

Malang, Mei 2022

Penulis



DAFTAR ISI

| | |
|--|----------|
| HALAMAN JUDUL..... | i |
| HALAMAN SAMPUL DALAM..... | ii |
| LEMBAR PERNYATAAN..... | iii |
| LEMBAR PENGESAHAN..... | iv |
| LEMBAR PERSETUJUAN..... | v |
| KATA PENGANTAR..... | vi |
| DAFTAR ISI..... | vii |
| DAFTAR TABEL..... | viii |
| DAFTAR GAMBAR..... | ix |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | x |
| DAFTAR RIWAYAT HIDUP..... | xii |
| DAFTAR SINGKATAN..... | xiii |
| BAB I PENDAHULUAN..... | 1 |
| 1.1 Latar Belakang..... | 1 |
| 1.2 Rumusan Masalah..... | 4 |
| 1.3 Tujuan Penelitian..... | 4 |
| 1.3.1 Tujuan Umum..... | 4 |
| 1.3.2 Tujuan Khusus..... | 4 |
| 1.4 Manfaat Penelitian..... | 5 |
| 1.4.1 Teoritis..... | 5 |
| 1.4.2 Praktis..... | 5 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA..... | 7 |
| 2.1 Konsep Bayi..... | 7 |
| 2.1.1 Bayi..... | 7 |
| 2.1.2 Karakteristik Perkembangan Pada masa Bayi..... | 7 |
| 2.1.3 Psikologi pada Bayi..... | 9 |
| 2.1.4 Patofisiologi..... | 10 |
| 2.2 Konsep Kebutuhan Tidur..... | 10 |
| 2.2.1 Konsep kebutuhan tidur..... | 11 |
| 2.2.2 Fisiologi tidur..... | 11 |
| 2.3 Konsep Kuantitas Tidur Bayi..... | 11 |
| 2.3.1 Pengertian Kuantitas Tidur Bayi..... | 11 |
| 2.3.2 Manfaat Tidur Bayi..... | 12 |

| | | |
|----------------|--|-----------|
| 2.3.3 | Lama Tidur Bayi..... | 13 |
| 2.3.4 | Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kuantitas Tidur4 Bayi..... | 14 |
| 2.3.5 | Siklus Tidur Yang Mempengaruhi Kuantitas Tidur Bayi | 15 |
| 2.4 | Konsep Dasar <i>Baby Massage</i> | 16 |
| 2.4.1 | Pengertian | 16 |
| 2.4.2 | FisiologiPijat bayi | 16 |
| 2.4.3 | Manfaat Pijat bayi..... | 19 |
| 2.4.4 | Waktu Pemijatan | 21 |
| 2.4.5 | Tempat Pemijatan..... | 22 |
| 2.4.6 | Persiapan Sebelum Memijat..... | 22 |
| 2.4.7 | Hal yang Perlu Diperhatikan Dalam Melakukan Pemijatan | 22 |
| 2.4.8 | Cara Pemijatan Sesuai usia Bayi | 24 |
| 2.4.9 | Urutan Teknik <i>Baby Massage</i> | 24 |
| 2.5 | Penelitian Yang Relevan..... | 40 |
| 2.6 | Kerangka Konsep..... | 42 |
| 2.6.1 | Kerangka Konseptual..... | 42 |
| 2.6.2 | Hipotesis Penelitian..... | 42 |
| BAB III | METODE PENELITIAN | 45 |
| 3.1 | Desain Penelitian | 45 |
| 3.2 | Kerangka Kerja | 45 |
| 3.3 | Populasi, Sampel dan <i>Sampling</i> | 46 |
| 3.4 | Identifikasi Variabel | 47 |
| 3.5 | Definisi Operasional Variabel | 47 |
| 3.6 | Teknik Pengumpulan Data & Analisa Data..... | 48 |
| 3.7 | Rencana Penelitian | 54 |
| 3.8 | Etika Penelitian | 54 |
| BAB IV | HASIL PENELITIAN | 56 |
| 4.1 | Data Umum..... | 56 |
| 4.2 | Data Khusus | 60 |
| 4.3 | Analisa Data Pengaruh Penerapan Pijat Baby(<i>Baby Massage</i>) Terhadap Kuantitas Tidur Bayi di PMB Afita Delianah Turen.. | 62 |
| BAB V | PEMBAHASAN | 64 |

| | |
|---|-----------|
| 5.1 Mengidentifikasi Kuantitas Tidur Bayi Usia 3-12 bulan Sebelum Melakukan Pemijatan Bayi di PMB Afita Delianah Turen..... | 64 |
| 5.2 Mengidentifikasi Kuantitas Tidur Bayi Usia 3-12 bulan Sesudah Melakukan Pemijatan Bayi di PMB Afita Delianah Turen..... | 64 |
| 5.3 Menganalisi Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kuantitas Tidur Pada Bayi 3-12 Bulan di PMB Afita Delianah Turen | 65 |
| 5.4 Keterbatasan Penelitian | 65 |
| BAB VI PENUTUP | 67 |
| 6.1 Kesimpulan | 67 |
| 6.2 Saran..... | 68 |
| DAFTAR PUSTAKA | |
| LAMPIRAN | |



DAFTAR TABEL

| No | Daftar Tabel | Halaman |
|-----------|---|---------|
| Tabel 2.1 | Lama Tidur Bayi..... | 11 |
| Tabel 2.5 | Penelitian Yang Relevan..... | 33 |
| Tabel 2.6 | Kerangka Konsep..... | 35 |
| Tabel 3.5 | Definisi Operasional..... | 40 |
| Tabel 4.1 | Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Bayi..... | 47 |
| Tabel 4.2 | Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin..... | 48 |
| Tabel 4.3 | Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Ibu..... | 48 |
| Tabel 4.4 | Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan..... | 49 |
| Tabel 4.5 | Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Lingkungan..... | 49 |
| Tabel 4.6 | Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kuantitas Tidur Sebelum dilakukan Pemijatan..... | 51 |
| Tabel 4.7 | Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kuantitas Tidur Setelah Dilakukan Pemijatan..... | 51 |
| Tabel 4.8 | Tabulasi Silang Perubahan Kuantitas Tidur Sebelum dan Setelah Penerapan Pijat Bayi..... | 52 |

DAFTAR GAMBAR

| No | Daftar Gambar | Halaman |
|----|--|---------|
| | Gambar 2.1 Perahan cara India..... | 19 |
| | Gambar 2.2 Peras dan Puter..... | 20 |
| | Gambar 2.3 Telapak Kaki..... | 20 |
| | Gambar 2.4 Tarikan Lembut Jari..... | 20 |
| | Gambar 2.5 Gerakan Peregangan..... | 21 |
| | Gambar 2.6 Titik Tekan..... | 21 |
| | Gambar 2.7 Punggung Kaki..... | 21 |
| | Gambar 2.8 Peras Dan putar pergelangan Kaki | 22 |
| | Gambar 2.9 Perahan cara Swedia..... | 22 |
| | Gambar 2.10 Gerakan Mengguling..... | 22 |
| | Gambar 2.11 Gerakan Akhir..... | 23 |
| | Gambar 2.12 Menggayuh sepeda..... | 23 |
| | Gambar 2.13 Gerakan sepeda kaki diangkat..... | 23 |
| | Gambar 2.14 Bulan matahari..... | 24 |
| | Gambar 2.15 Gerakan I Love U..... | 24 |
| | Gambar 2.16 Gerakan gelembung..... | 25 |
| | Gambar 2.17 Jantung besar..... | 25 |
| | Gambar 2.18 Gerakan Kupu-kupu..... | 25 |
| | Gambar 2.19 Memijat ketiak..... | 26 |
| | Gambar 2.20 Perahan cara India..... | 26 |
| | Gambar 2.21 Peras dan putar..... | 27 |
| | Gambar 2.22 Membuka tangan..... | 27 |
| | Gambar 2.23 Putar jari-jari..... | 27 |
| | Gambar 2.24 Punggung tangan..... | 28 |
| | Gambar 2.25 Peras dan putar pergelangan tangan..... | 28 |
| | Gambar 2.26 Perahan cara swedia..... | 28 |
| | Gambar 2.27 Gerakan mengguling..... | 29 |
| | Gambar 2.28 Menyetrika dahi..... | 29 |
| | Gambar 2.29 Menyetrika alis..... | 30 |
| | Gambar 2.30 Senyum I..... | 30 |
| | Gambar 2.31 Senyum II..... | 30 |
| | Gambar 2.32 Senyum III..... | 31 |

| | |
|---|----|
| Gambar 2.33 Lingkaran kecil di rahang..... | 31 |
| Gambar 2.34 Belakang telinga..... | 31 |
| Gambar 2.35 Gerakan maju mundur..... | 32 |
| Gambar 2.36 Gerakan Menyetrika..... | 32 |
| Gambar 2.37 Menyetrika dan mengangkat kaki..... | 32 |
| Gambar 2.38 Melingkar..... | 33 |
| Gambar 2.39 Menggaruk..... | 33 |
| Gambar 2.40 Kerangka Konsep..... | 35 |
| Gambar 2.41 Kerangka Kerja..... | 38 |



DAFTAR LAMPIRAN

| No | Daftar Lampiran |
|-------------|---|
| Lampiran 1 | : Jadwal Penyusunan Skripsi |
| Lampiran 2 | : Surat Pengantar Ijin Penelitian |
| Lampiran 3 | : Surat Balasan Ijin Penelitian |
| Lampiran 4 | : Lembaran Permohonan Menjadi Responden Penelitian |
| Lampiran 5 | : Lembaran Persetujuan Menjadi Responden Penelitian |
| Lampiran 6 | : SOP <i>Baby Massage</i> |
| Lampiran 7 | : SOP Master Sheet |
| Lampiran 8 | : Hasil Uji Analisa |
| Lampiran 9 | : Lembar Konsul Pembimbing I |
| Lampiran 10 | : Lembar Konsul Pembimbing II |



DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Yang bertanda tangan dibawah ini:

- a. Nama : Yulia Tri Jayanti
- b. Tempat, Tanggal Lahir : Malang, 26 Juli 1987
- c. Jenis Kelamin : Perempuan
- d. Kebangsaan Suku : Indonesia/Jawa
- e. Agama : Islam
- f. Status perkawinan : Kawin
- g. Alamat : JL.Tendean 3 no 42 Turen
- h. Pendidikan : 1. SD Taman Siswa Turen
2. SMP Bhakti Turen
3. SMAN 1 Turen
4. Akbid Soepraoen Malang
- i. Identitas Orang Tua
Nama Ayah : Hartono
Tempat, Tanggal Lahir : Malang, 10 Nov 1953
Jenis Kelamin : Laki-Laki
Kebangsaan / Suku : Indonesia / Jawa
Agama : Islam
Alamat : JL.Tendean 3 no 42
Pekerjaan : Pensiunan Pindad
- j. Nama Ibu : Alm. Djumiati
Tempat, Tanggal Lahir : Malang, 5 Oktober 1958
Jenis Kelamin : Perempuan
Kebangsaan / Suku : Indonesia / Jawa
Agama : Islam

Demikian daftar riwayat hidup ini saya buat dengan sebenar-benarnya,

Malang, 2022

Membuat,

Yulia Tri Jayanti

DAFTAR ARTI LAMBANG DAN SINGKATAN

Arti Lambang:

| | |
|-----|-------------------------|
| % | : Presentase |
| √ | : Akar |
| = | : Sama dengan |
| - | : Kurang |
| + | : Tambah |
| > | : Lebih dari |
| < | : Kurang dari |
| ± | : Lebih kurang |
| . | : Titik |
| ◊ | : Koma |
| • | : Tanda petik |
| / | : Atau |
| ? | : Tanda tanya |
| () | : Kurung buka dan tutup |
| - | : Sampai |

Arti Singkatan

| | |
|-----------|----------------------------------|
| Amd.Keb | : Ahli Madya Kebidanan |
| ASI | : Air Susu Ibu |
| dr | : Dokter |
| DKK | : Dan Kawan-Kawan |
| EEG | : <i>Electro Encephalo Gram</i> |
| IgM | : Immunoglobulin |
| IgG | : Immunoglobulin |
| Ka.Prodi | : Kepala Program Studi |
| LKI | : Laporan Kematian Indonesia |
| M.Keb | : Magister Kebidanan |
| M.Kes | : Magister Kesehatan |
| M.M | : Magister Manajemen |
| NIM | : Nomor Induk Mahasiswa |
| No | : Nomor |
| NREM | : <i>Non-Rapid Eye Movement</i> |
| ODC | : <i>Ornithine Decarboxylase</i> |
| Poltekkes | : Politeknik Kesehatan |

| | |
|-------|--|
| PT | : Pendidikan Tinggi |
| RS | : Rumah Sakit |
| REM | : <i>Rapid Eye Movement</i> |
| S.H | : Sarjana Hukum |
| S.ST | : Sarjana Sains Terapan |
| S.Kep | : Sarjana Keperawatan |
| SD | : Sekolah Dasar |
| SMP | : Sekolah Menengah Pertama |
| SMA | : Sekolah Menengah Atas |
| SPO | : Standar Prosedur Operational |
| SDKI | : Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia |
| WHO | : <i>World Health Organizatio</i> |

