

## **BAB V**

### **PEMBAHASAN**

#### **5.1 Kuantitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan Sebelum Melakukan Pemijatan Bayi di PMB Afita Delianah Turen**

Pada tabel 4.7 menunjukkan bahwa dari 15 responden dengan kuantitas tidur sebelum dilakukan pijat bayi responden yang mengalami kuantitas tidur <13 jam sebanyak 15 (100%).

Kuantitas tidur adalah dapat diistilahkan dengan lamanya waktu tidur , ada beberapa faktor yang mempengaruhi kuantitas tidur antara lain faktor fisiologis , faktor psikologis, lingkungan dan gaya hidup. Dari faktor fisiologis bisa berdampak pada penurunan aktifitas sehari-hari, daya tahan tubuh menurun , dari faktor psikologis dapat berdampak terjadinya sulit untuk konsentrasi ( Potter dan Perry, 2010).

Berdasarkan hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa lingkungan dapat mempengaruhi kuantitas tidur bayi . Dalam peneliti ini bayi yang mengalami kuantitas tidur seluruhnya 15 bayi mengalami < 13 jam . Hal ini terjadi karena faktor lain . Selain itu berdasarkan peneliti diatas sebagian besar dengan lingkungan keluarga inti. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan peneliti di PMB Afita Delianah Turen babyspa bahwa sebagian besar bayi rentan usia 3-12 bulan , terjadinya kuantitas tidur disebabkan oleh beberapa faktor yaitu satus kesehatan, lingkungan, status psikologis, gaya hidup, obat-obatan.

#### **5.2 Kuantitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan Sesudah Melakukan Pemijatan Bayi di PMB Afita Delianah Turen**

Pada tabel 4.8 menunjukkan bahwa dari 15 responden mayoritas responden dengan kuantitas tidur sesudah dilakukan pijat bayi, responden yang

mengalami kuantitas tidur normal sebanyak 13 bayi (86,7%), responden yang mengalami kuantitas tidur lebih sebanyak 2 bayi (13,3%).

Untuk penanganan bila terjadi kuantitas tidur bayi jika < 13 jam ada dua cara yaitu farmakologi dan non farmakologi . Kalau farmakologi bisa diberi obat – obatan sedangkan untuk non farmakologi dengan memberikan aromaterapi, dan dengan cara lain yang biasanya orang tua berikan kepada anaknya seperti memberikan benda yang tidak berbahaya yang bisa dihisap oleh anaknya, selain itu bisa melakukan cara seperti dibaringkan , menyamping dan bisa dengan mencari udara yang segar. Sedangkan banyak orang tua memberikan cara anaknya dilakukan pijat bayi , dan pijat bayi juga bisa meningkatkan kuantitas atau lamanya tidur karena pijat bayi , juga bisa meningkatkan kadar sekresi serotonin yang dihasilkan saat pemijatan ( Roesli, 2013 ).

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilaksanakan di PMB Afita Delianah Turen babyspa dari 15 responden 13 diantaranya telah mengalami peningkatan kuantitas tidur bayi , karena pijat bayi meningkatkan kuantitas tidur bayi dan bisa merasakan rileksasi.

### **5.3 Menganalisis Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kuantitas Tidur Pada Bayi 3-12 Bulan di PMB Afita Delianah Turen**

Peneliti membuktikan bahwa pengaruh dilakukan pijat bayi terhadap kuantitas tidur bayi yang telah dilakukan Uji Analisa *Wilcoxon*, pada pengujian perubahan Kuantitas Tidur sebelum dan sesudah dilakukan Penerapan Pijat Bayi (*Baby Massage*) nilai signifikasinya < taraf nyata 0,05 maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima artinya terdapat perubahan Kuantitas Tidur yang signifikan antara sebelum dengan sesudah pemberian perlakuan berupa Penerapan Pijat Bayi (*Baby Massage*). Di mana rata-rata perubahan Kuantitas Tidur sesudah pemberian perlakuan menjadi Normal (13-15 jam) daripada sebelum pemberian

perlakuan. Hal ini berarti Penerapan Pijat Bayi (*Baby Massage*) mampu memberikan pengaruh dalam perubahan Kuantitas Tidur pada bayi usia 3-12 bulan.

Sebuah terapi kesehatan yang menggunakan media pijat bayi ini dikalangan masyarakat sudah cukup diketahui tetapi juga ada masyarakat yang belum paham tentang pijat bayi. Faktor yang mempengaruhi kuantitas tidur bayi diantaranya adalah satus kesehatan, lingkungan, status psikologis, diet, gaya hidup, obat-obatan. Mekanisme *Baby Massage* diberikan 1x dalam seminggu dengan durasi  $\pm$  30 menit dalam satu bulan. Hasil dari penelitian 01 Februari – 01 Maret 2022 juga terdapat penurunan kuantitas tidur sebelum dan peningkatan kuantitas tidur sesudah dilakukan pijat bayi . Hasil perbedaan tersebut diperoleh oleh lembar kuesioner yang dilakukan pada responden kemudian di analisis dengan menggunakan uji statistic , sehingga teradapat perbedaan sebelum dan sesudah/

Pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa dilakukan pijat bayi memberikan pengaruh terhadap peningkatan kuantitas tidur . Sehingga pijat bayi menjadi alternative pengobatan non farmokologi untuk kuantitas tidur.

#### **5.4 Keterbatasan Penelitian**

Dalam proses penelitian , peneliti telah melakukan sesuai SOP ( Standar Operasional Prosedur ). Secara teori kuantitas tidur tidak hanya dipengaruhi oleh melakukan pijat akan tetapi banyak faktor yang lain yang sangat memegang peran penting dalam kuantitas tidur faktor lain yaitu faktor psikologis , gaya hidup dan obat – obatan, status kesehatan. Pengkajian yang lebih mendalam terhadap faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kuantitas tidur bayi usia 3-12 bulan yang mana faktor tersebut tidak diteliti atau tidak dilakukan pada peneliti ini.