

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KUALITAS
TIDUR BAYI USIA 6-12 BULAN
DI PMB NI PUTU SRI SUMARTINI, Amd.Keb**



SKRIPSI

**Ni Komang Sumiati
NIM : A1221041**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2023**

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KUALITAS
TIDUR BAYI USIA 6-12 BULAN
DI PMB NI PUTU SRI SUMARTINI, Amd.Keb**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan
Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

Oleh:

**Ni Komang Sumiati
NIM : A1221041**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KUALITAS
TIDUR BAYI USIA 6-12 BULAN
DI PMB NI PUTU SRI SUMARTINI, Amd.Keb**

**Diajukan oleh:
Ni Komang Sumiati
NIM : A1221041**

Badung, 06 Februari 2023

Telah Disetujui Oleh Dosen Pembimbing :

Pembimbing I



(Bdn. Pande Pt Indah Purnamayanthi, S.ST,M.Kes)
NIDN : 0825068901

Pembimbing II



(Ni Md Egar Adhiestiani, S.ST,M.Keb)
NIDN : 0815019101

Mengetahui
Program Studi Sarjana Kehidanan
Ketua



(Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST,M.Keb)
NIDN : 0808068701

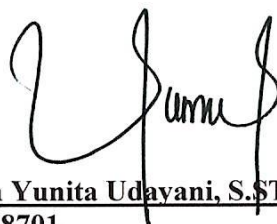
HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN
DI DEPAN DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI SARJANA
KEBIDANAN SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI

Tanggal : 23 Februari 2023

Disahkan Oleh Tim Penguji Terdiri Dari :

Ketua Penguji



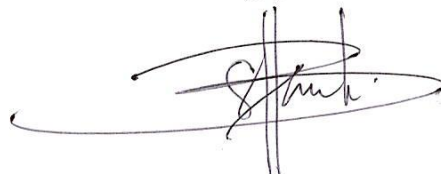
(Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST,M.Keb)
NIDN : 0808068701

Penguji I



(Bdn. Pande Pt Indah Purnamayanthi, S.ST,M.Kes)
NIDN : 0825068901

Penguji II



(Ni Md Egar Adhiestiani, S.ST,M.Keb)
NIDN : 0815019101

Mengetahui
Program Studi Sarjana Kebidanan
Ketua



(Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST,M.Keb)
NIDN : 0808068701

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan ke-hadapan Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nyalah penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul **“Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 6-12 Bulan”**.

Skripsi ini disusun sebagai panduan bagi penulis dalam melakukan penelitian untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan Program Studi S1 Kebidanan di STIKES Bina Usaha Bali.

Selama proses penyusunan Skripsi ini, penulis mendapat banyak dukungan, bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Dr. Ir I Putu Santika, M.M, selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usaha Bali yang telah memberikan kesempatan untuk mengikuti pendidikan Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan.
2. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST, M.Keb selaku Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan Dan Profesi Bidan STIKES Bina Usaha Bali yang telah banyak membantu dan mengarahkan selama pendidikan di STIKES Bina Usaha Bali.
3. Bdn. Pande Putu Indah Purnamayanthi, S.ST,M.Kes selaku pembimbing I yang telah banyak membantu dan meluangkan waktunya untuk membimbing dengan penuh kesabaran dalam memberi pengetahuan, masukan serta mengarahkan kelengkapan materi dalam menyusun Skripsi ini.
4. Ni Made Egar Adhiestiani, S.ST,M.Keb selaku Pembimbing II yang telah banyak membantu baik dari isi materi maupun dalam sistematika penulisan dan kelengkapan Skripsi ini.
5. Seluruh Staf Dosen STIKES Bina Usaha Bali yang telah membina, membimbing penulis sejak awal pendidikan hingga saat ini.

6. Serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu yang telah membantu dan memberikan motivasi dalam penyusunan Skripsi ini.

Penulis menyadari Usulan ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran sangat diharapkan dari berbagai pihak demi kesempurnaan Skripsi ini. Besar harapan penulis, Skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang terkait dan dapat dijadikan dasar untuk melakukan penelitian berikutnya.

Badung, 26 Januari 2023

Penulis

DAFTAR ISI

LEMBAR JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
ABSTRAK	xii
<i>ABSTRACT</i>	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
E. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Tinjauan Pustaka	8
1. Konsep Bayi.....	8
2. Kualits Tidur Bayi.....	11
3. Pijat Bayi.....	21
4. Pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi	38
B. Kajian Empiris	41
C. Kerangka Teori.....	44
BAB III KERANGKA KONSEP	
A. Kerangka Konsep.....	45
B. Hipotesis	45
C. Variable Penelitian dan Definisi Operasional	46

1. Variabel Penelitian	46
2. Definisi Operasional.....	47
BAB IV METODE PENELITIAN	
A. Rancangan Penelitian	48
B. Populasi Penelitian dan Sanpel Penelitian	48
C. Tempat Penelitian.....	50
D. Waktu Penelitian	50
E. Etika Penelitian	50
F. Proses Pengumpulan Data.....	52
G. Pengolahan Data dan Analisa Data	54
BAB V HASIL PENELITIAN	
A. Tempat dan Waktu Penelitian	58
B. Karakteristik Responden	58
C. Analisis Univariat.....	59
D. Analisis Bivariat.....	60
BAB VI PEMBAHASAN	
A. Temuan Penelitian.....	62
B. Keterbatasan Penelitian	67
C. Implikasi Hasil Penelitian	67
BAB VII PENUTUP	
A. Kesimpulan	69
B. Saran.....	70
DAFTAR PUSTAKA	72
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Kebutuhan Tidur Berdasarkan Usia	17
Tabel 3.1	Definisi Operasional.....	45
Tabel 4.1	Jenis Penelitian	46
Tabel 5.1	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	56
Tabel 5.2	Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	56
Tabel 5.3	Analisis Univariat.....	56
Tabel 5.4	Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi.....	57

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur	42
Gambar 3.1 Kerangka Konsep	43

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Berita Acara Uji Etik Penelitian
- Lampiran 2 Keterangan Lolos Kaji Etik
- Lampiran 3 Permohonan Ijin Penelitian
- Lampiran 4 Surat Balasan Ijin Penelitian
- Lampiran 5 Jadwal Kegiatan Penelitian
- Lampiran 6 Lembar Pengantar Kuisisioner
- Lampiran 7 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 8 Kuesioner
- Lampiran 9 Hasil Analisis Skor Kualitas Tidur Bayi
- Lampiran 10 SOP Pijat Bayi
- Lampiran 11 Foto Dokumentasi

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN

BINA USADA BALI

PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN DAN PROFESI BIDAN

Skripsi, Februari 2023

Ni Komang Sumiati

Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 6-12 Bulan Di PMB Ni Putu Sri Sumartini, Amd.Keb

Lxxi + 71 + 7 tabel + 2 gambar + 11 Lampiran

ABSTRAK

Kualitas tidur bayi tidak hanya mempengaruhi perkembangan fisik, tetapi juga memiliki efek besar pada sistem mental, emosi, dan kekebalan tubuh. Pijat bayi merupakan salah satu teknik yang dapat merangsang stimulasi proses tumbuh kembang pada bayi, karena dengan sentuhan, bayi akan merasa rileks dan merasa nyaman. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 10 Agustus 2022 dengan mewawancarai sepuluh orang tua bayi yang berusia 6-12 bulan diperoleh data enam orang tua (60%) mengatakan bahwa bayi sulit untuk tidur tepat waktu. Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 6-12 bulan Di PMB Ni Putu Sri Sumartini, Amd.Keb Tahun 2022. Rancangan penelitian ini menggunakan penelitian pra eksperimental dengan tipe *one group pretest-posttes design*. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah "*non probability sampling*" dengan metode "*purposive sampling* dengan jumlah sampel 30 responden. Teknik pengumpulan data menggunakan kuisioner dengan menggunakan uji *Wilcoxon*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 30 responden sebelum dilakukan pijat kualitas tidur baik yaitu empat responden (13,3%) sedangkan setelah dipijat kualitas tidur baik yaitu sebanyak 20 responden (66,7%). Hasil uji statistic diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga H_1 diterima yang artinya ada Pengaruh Pijat Bayi terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 6-12 Bulan di PMB Ni Putu Sri Sumartini, Amd.Keb. Adapun saran yang diberikan adalah pijat bayi dapat meningkatkan kekebalan daya tahan tubuh bayi sehingga dapat membantu melawan infeksi dan juga dapat meningkatkan kualitas tidur bayi

Kata Kunci : Kualitas Tidur, Pijat Bayi, Usia 6-12 Bulan

Daftar Pustaka : 28 (2016-2022)

**HEALTH SCIENCES HIGHER EDUCATION INSTITUTION
BINA USADA BALI
UNDERGRADUATE PROGRAM OF MIDWIFERY AND PROFESSION
OF MIDWIFE**

Thesis, February 2023

Ni Komang Sumiati

The Effect of Infant Massage on the Quality of Sleep in 6-12 Month-Old Infants at
PMB Ni Putu Sri Sumartini, Amd.Keb

Lxxi + 71 + 7 tables + 2 figures + 11 appendices

ABSTRACT

The quality of infant sleep not only affects physical development, but also has a significant effect on the mental, emotional, and immune systems. Infant massage is one technique that can stimulate the developmental process in babies, as through touch, the baby can feel relaxed and comfortable. The preliminary study conducted on August 10, 2022 by interviewing ten parents of babies aged 6-12 months, data from six parents (60%) stated that their babies have difficulty sleeping on time. The general objective of this research is to determine the effect of infant massage on the quality of sleep in 6-12 month-old infants at PMB Ni Putu Sri Sumartini, Amd.Keb in 2022. This research design used pre-experimental research with a one group pretest-posttest design type. The sampling technique used in this study was "non-probability sampling" with the "purposive sampling" method and a sample of 30 respondents. The data collection technique used a questionnaire and the Wilcoxon test was used for analysis.

The results of this study showed that out of 30 respondents, before massage, the quality of sleep was good in only four respondents (13.3%), whereas after massage, the quality of sleep was good in 20 respondents (66.7%). The statistical test result obtained a significance value of $0.000 < 0.05$, so the alternative hypothesis (H_A) was accepted, which means that there is an effect of infant massage on the quality of sleep in 6-12 month-old infants at PMB Ni Putu Sri Sumartini, Amd.Keb. The suggestion given is that infant massage can improve the immune system of the baby, thereby helping to fight infections and also improve the quality of sleep in infants.

Keywords: Quality of Sleep, Infant Massage, 6-12 Month-Old

References: 28 (2016-2022)

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Komang Sumiati

NIM : A1221041

Jurusan : PLJ S1 KEBIDANAN

Judul Skripsi : Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 6-12
Bulan Di PMB Ni Putu Sri Sumartini, Amd.Keb

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa skripsi ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Badung, Februari 2023



Ni Komang Sumiati

DAFTAR PUSTAKA

- Az-zahra, R. A. (2022). *STUDI LITERATUR: PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KENAIKAN BERAT BADAN BAYI*. UNIVERSITAS JAMBI.
- Barath, R. (2021). *the avarage duration of night sleep for indian infants*.
- Efendi, M. (2016). Variabel Penelitian dan Definisi Operasional. *Jurnal Ilmiah Akuntansi*, 3(6), 61–77.
- Erlawati. (2019). Hubungan Pijat Bayi Dengan Lama Waktu Tidur Pada Bayi. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, 10(1), 16–20.
- Fathia, F. R. (2019). Hubungan Stunting Dengan Perkembangan Balita Usia 24-60 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Gedangsari II Kabupaten Gunungkidul Tahun 2019. *Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*, 11–26. <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/id/eprint/2244>
- Fauziah, A., & Wijayanti, H. N. (2018). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Dan Kualitas Tidur Bayi Di Puskesmas Jetis Yogyakarta. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 6(2), 14. <https://doi.org/10.20961/placentum.v6i2.22834>
- Handayani, R. (2020). *Hubungan pemberian asi dengan kualitas tidur pada bayi usia 0-6 bulan di wilayah kerja puskesmas maesan bondowoso*.
- Hutasuhut, A. S. (2018). Pengaruh Pijat Bayi terhadap Pertumbuhan (Berat Badan) Bayi Usia 1-3 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Pematang Pasir Kota Tanjung Balai Tahun 2018. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Ifalhma, D. dan A. S. (2016). Efektivitas Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Di Kelurahan Kadipiro Banjarsari Surakarta. *Infokes*, 6(2), 1–4.
- Kemenkes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementrian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Literate, S., & Indonesia, J. I. (2020). *View metadata, citation and similar papers at core.ac.uk*. 7, 274–282.
- Lukmasari, A., Hartanto, F., Bahtera, T., & Muryawan, M. H. (2017). Hubungan antara Gangguan Tidur dengan Gangguan Mental Emosional Anak Usia 4-6 Tahun di Semarang. *Sari Pediatri*, 18(5), 345. <https://doi.org/10.14238/sp18.5.2017.345-9>
- Notoadmodjo. (2018). Metode Penelitian. *Jurnal Kesehatan*, 36–40.
- Notoatmodjo. (2018). Metode Penelitian Obyek Penelitian. *Keperawatan*, 84(3), 487–492. [http://repository.umy.ac.id/bitstream/handle/123456789/12399/G.BAB III.pdf?sequence=7&isAllowed=y](http://repository.umy.ac.id/bitstream/handle/123456789/12399/G.BAB%20III.pdf?sequence=7&isAllowed=y)

- Nugraheni, R. I., Ambarwati, R., & Marni. (2018). Upaya Peningkatan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan Dengan Terapi Pijat. *Jurnal Keperawatan GSH*, 7(1), 19–23.
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. (P. P. Lestari, Ed.) (4th ed.). Jakarta: Salemba Medika. 20(5), 40–43. https://books.google.co.id/books?id=D9_YDwAAQBAJ&pg=PA369&lpg=PA369&dq=Prawirohardjo,+Sarwono.+2010.+Buku+Acuan+Nasional+Pelayanan+Kesehatan++Maternal+dan+Neonatal.+Jakarta+:+PT+Bina+Pustaka+Sarwono+Prawirohardjo.&source=bl&ots=riWNmMFyEq&sig=ACfU3U0HyN3I
- Prasetyo, D. S. (2017). “*Buku Pintar Pijat Bayi*.” Buku biru.
- Pratiwi, T. (2021). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Pada Bayi Usia 1-6 Bulan. In *J-KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat* (Vol. 7, Issue 1, p. 9). <https://doi.org/10.35329/jkesmas.v7i1.1921>
- Roesli. U. (2019). *Pedoman Pijat Bayi*. Trubus Agriwidya.
- Sari, A., Nufus, H., & Nurmayanti, I. (2018). Pengaruh Pemberian Massage Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Balita Usia 3-5 Tahun. *Midwifery Journal of SYIKes Insan Cendekia Medika Jombang*, 16 No. 1(1), 31–37.
- Sari, J., Helty, M. R., & Suhartini. (2021). ASI Eksklusif Pemicu Pertumbuhan dan Perkembangan Motorik Bayi di Puskesmas Bandar Khalifah. *Jurnal Keperawatan Priority*, 4(1), 18–31.
- Sukmawati, E., Didik, N., Imanah, N., & Serulingmas, S. (2020). Efektivitas Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Bayi The Effectiveness Baby Massage To The Baby’s Sleeping Quality. In *Jurnal kesehatan Al-Irsyad* (Vol. 13, Issue 1).
- Sulistyowati, E. A., & Yudha, A. (2022). Pengaruh Pijat Bayi terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan di Desa Matesih Kecamatan Matesih Kabupaten Karanganyar. *Jurnal Stethoscope*, 2(2), 87–95. <https://doi.org/10.54877/stethoscope.v2i2.852>
- Suryani, N. L. (2019). Pengaruh Lingkungan Kerja Non Fisik Dan Komunikasi Terhadap Kinerja Karyawan Pada PT. Bangkit Maju Bersama Di Jakarta. *JENIUS (Jurnal Ilmiah Manajemen Sumber Daya Manusia)*, 2(3), 419. <https://doi.org/10.32493/jjsdm.v2i3.3017>
- Tang, A. (2018). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 1–4 Bulan. *Global Health Science*, 3(1), 12–16.
- World Health Organization. (2016). Global diffusion of eHealth: Making universal health coverage achievable Report of the third global survey on eHealth Global. In *Report of the third global survey on eHealth*.
- Yulianingsih, E., & Rasyid, P. S. (2020). Pijat Bayi Berpengaruh Terhadap



Kuantitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan. *JIDAN (Jurnal Ilmiah Bidan)*, 7(1), 20–28. <https://doi.org/10.47718/jib.v7i1.1089>

Yustika, W. (2021). *Hubungan Antara Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 2-6 Bulan.* 6–7. [http://repository.unhas.ac.id/id/eprint/11458/3/C041171323_skripsi_05-11-2021 dp.pdf](http://repository.unhas.ac.id/id/eprint/11458/3/C041171323_skripsi_05-11-2021_dp.pdf)