

LITERATURE REVIEW PENGARUH TERAPI PIJAT PADA BAYI TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI

Ellyka¹⁾, Isfaizah, S.SiT., MPH²⁾

¹⁾Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo

²⁾Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo

Email : ellyka177@gmail.com¹⁾, is.faihah0648@gmail.com²⁾

ABSTRAK

Latar belakang : Banyak bayi di Indonesia yang masih memiliki masalah tidur yaitu sebanyak 44,2%. Namun, 72% orang tua kurang menganggap bahwa bayi yang mengalami gangguan pada saat tidur sebagai suatu masalah. Dalam mengatasi masalah tidur maka diperlukan berbagai upaya, Salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh orangtua bayi yaitu dengan melakukan pemijatan (pijat bayi), melalui pijat bayi dapat membantu bayi untuk tidur lebih nyenyak. **Metode :** Tujuan Studi literature ini adalah untuk mendiskripsikan pengaruh terapi pijat pada bayi terhadap kualitas tidur bayi. Jenis data yang digunakan adalah data sekunder untuk menggali informasi sebanyak mungkin yang diperoleh melalui google scholar, Portal Garuda (IPI) dan Pubmed. Jurnal yang digunakan dalam penelitian ini yaitu jurnal yang memiliki Nomor Volume/ISSN, terbitan versi online, diterbitkan oleh penerbit, badan ilmiah, organisasi profesi, atau perguruan tinggi. **Hasil :** Sebelum melakukan pemijatan diketahui bahwa nilai rata-rata tidur bayi kurang dari kebutuhan tidurnya dan sesudah dilakukan pijat bayi menunjukkan peningkatan durasi, frekuensi serta interaksi yang baik terhadap kualitas tidur bayi. Berdasarkan uji statistic dari 10 jurnal yang direview menunjukkan bahwa terdapat efektivitas pijat bayi terhadap peningkatan kualitas tidur bayi. **Kesimpulan :** Para tenaga kesehatan semestinya bisa memberikan penyuluhan ketika melakukan posyandu dan bekerja sama dengan kader dalam mengajari ibu bayi dalam melakukan atau pembelajaran tentang pijat bayi serta melakukan praktik langsung agar lebih mudah dipahami oleh ibu bayi.

Kata Kunci : Pijat Bayi dan Kualitas Tidur

LITERATUR REVIEW THE EFFECT OF MASSAGE THERAPY ON BABIES ON THE QUALITY OF BABYSLEEP

Ellyka¹⁾, Isfaizah, S.SiT., MPH²⁾

¹⁾Undergraduate Midwifery Study Program, Ngudi Waluyo University

²⁾undergraduate Midwifery Study Program, Ngudi Waluyo University

Email : ellyka177@gmail.com¹⁾, is.faizah0648@gmail.com²⁾

ABSTRACT

Background : Lots of babies in Indonesia have sleep disturbance about 44,25%, meanwhile 72 % of parents did not consider if their babies who have sleep disturbance when they are sleep. In overcoming sleep problems, various efforts are needed. One of the efforts that can do by the baby's parents is doing massage (baby massage), through baby massage can help the baby to sleep better. **Methods :** The purpose of literature study is describe the effect of massage therapy on baby on the quality of baby sleep. The type of data used is secondary data for finding information as much as possible by goegle scholar, Portal Garuda (IPI) and Pubmed. The journal used on this research is journal that have number Volume/ISSN,published online version, published by publishers, scientific bodies, professional organizations, or universities. **Results :** Before doing massage is knowing if avarage value babies sleep less than his sleep needs and after doing baby massage show increasing duration of sleep,frequency and good interaction with the quality of baby sleep. Base on statistic test of 10 journal reviewed show that there is the effectiveness of baby massage on improving the quality of baby sleep. **Conclusion :** Health workers should be able to provide counseling when conducting posyandu and collaborating with cadres in teaching baby mothers in doing or learning about baby massage and doing hands-on practice so that it is easier for the baby to understand.

Key word : Baby Massage and Quality of Sleep