

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

1. Hasil penelitian menunjukkan rata- rata durasi tidur bayi sebelum dilakukan pijat bayi di Klinik Nabila Balikpapan memiliki nilai rata- rata 12,25 jam per hari dengan nilai minimal 11,82 jam dan maksimal 12,74 jam per hari.
2. Hasil penelitian menunjukkan rata- rata durasi tidur bayi setelah dilakukan pijat bayi di Klinik Nabila Balikpapan memiliki nilai rata- rata 15,94 jam per hari dengan nilai minimal 15,18 jam dan maksimal 16,49 jam per hari.
3. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan durasi tidur bayi antara sebelum dan setelah dilakukan pijat bayi ditunjukkan dengan nilai *p- value*  $0,000 < 0,05$ .

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disampaikan, saran yang dapat disampaikan dari peneliti adalah sebagai berikut:

##### 1. Bagi Responden

Diharapkan orang tua bayi dapat menerapkan pijat bayi dirumah untuk dapat meningkatkan durasi tidur bayi yang efektif

##### 2. Bagi peneliti lain

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar bagi penelitian selanjutnya yang ingin melakukan penelitian dengan tema yang sama dan diharapkan penelitian selanjutnya dapat meneliti tentang pengaruh pijat bayi terhadap durasi tidur bayi

##### 3. Bagi tenaga kesehatan (Bidan)

Diharapkan dapat dijadikan tambahan informasi materi bahkan pelatihan kepada para ibu dalam hal pentingnya pijat bayi dapat meningkatkan durasi tidur bayi

