



**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP DURASI TIDUR BAYI
USIA 2-6 BULAN DI KLINIK NABILA KOTA BALIKPAPAN**

SKRIPSI

OLEH :

NUR ISMAWATI

NIM.152231023

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

2024



**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP DURASI TIDUR BAYI
USIA 2-6 BULAN DI KLINIK NABILA KOTA BALIKPAPAN**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kebidanan

OLEH :

NUR ISMAWATI

NIM.152231023

PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA

FAKULTAS KESEHATAN

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

2024

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP DURASI TIDUR BAYI USIA 2-6 BULAN
DI KLINIK NABILA KOTA BALIKPAPAN TAHUN 2024**

Disusun Oleh :

NAMA : NUR ISMAWATI

NIM : 152231023

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

**Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta telah di diperkenankan
untuk diujikan**

Ungaran, Senin, 15 Agustus 2024

Pembimbing



Vistra Veftisia, S. Si.T., MPH
NIDN. 063010872

HALAMAN PENGESAHAN

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP DURASI TIDUR BAYI USIA 2-6 BULAN DI
KLINIK NABILA KOTA BALIKPAPAN**

Disusun Oleh :

NUR ISMAWATI

NIM. 152231023

PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO 2024

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta telah diperkenankan untuk diujikan

Ungaran, 23 Agustus 2024

Pembimbing

Vistra Veftisia, S.Si.T., MPH

NIDN. 063010872

Penguji 1

Hapsari Windayanti, S.Si.T., M.Keb
NIDN. 0628018401

Penguji 2

Ninik Christiani, S.Si.T., M.Kes
NIDN. 0607118001

Ketua Program Studi

Luvi Dian Afriyani, S, Si.T., M.Kes
NIDN. 0627048302

Dekan Fakultas

Eko Susilo, S. Kep., Ns., M. Kep
NIDN. 0627097501

PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Nur Ismawati

NIM : 152231023

Program Studi Fakultas : Kebidanan Program Sarjana

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi berjudul **“PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP DURASI TIDUR BAYI USIA 2-6 BULAN DI KLINIK NABILA KOTA BALIKPAPAN TAHUN 2024”** adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di perguruan tinggi manapun.
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Dosen Pembimbing

Vistra Vefisia, S.SiT., MPH
NIDN. 063010872

Semarang, 15 Agustus 2024

Yang membuat pernyataan,

Nur Ismawati
152231023

KESEDIAAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Nur Ismawati

NIM : 152222023

Program Studi Fakultas : S1 Kebidanan Transfer RPL

Menyatakan memberi kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/formatkan, merawat, mempublikasikan skripsi saya yang berjudul, “Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Durasi Tidur Bayi Usia 2-6 Bulan Di Klinik Nabila Kota Balikpapan”.

Ungaran, 15 Agustus 2024

Yang buat pernyataan



Nur Ismawati
152231023

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Nur Ismawati
NIM : 152231023
Agama : Islam
Tempat Tanggal Lahir : Balikpapan, 13 Juni 1994
Alamat : Perum Graha Indah Komplek PGRI Blok V RT. 09
No. 11 Kel. Graha Indah Kec. Balikpapan Utara.
No Telpn 085246156665
E-mail : nur.ismawati1994@gmail.com
Institusi asal : Universitas Ngudi Waluyo
Angkatan 2023

Riwayat Pendidikan

1. SDN 003 Balikpapan (2006)
2. MTSN 1 Balikpapan (2009)
3. SMAN 6 Balikpapan (2012)
4. Poltekkes Kemenkes Kaltim (2015)
5. Pendidikan terakhir penulis sedang menyelesaikan studinya program S1
Kebidanan Transfer RPL Di Universitas Ngudi Waluyo Semarang.

Universitas Ngudi Waluyo
Kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan Skripsi, 23 Agustus 2024
Nur Ismawati, Vistra Vefisia
152231023

PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP DURASI TIDUR BAYI USIA 2-6 BULAN DIKLINIK NABILA KOTA BALIKPAPAN

ABSTRAK

Latar Belakang : Hingga saat ini, masih banyak bayi yang mengalami masalah tidur, namun yang sangat disayangkan, masih banyak orangtua yang menganggap gangguan tidur pada bayi bukanlah sebagai suatu permasalahan berat. Padahal pada kenyataannya, masalah tidur pada bayi dapat mengganggu pertumbuhan, penurunan imunitas tubuh, serta mengganggu regulasi sistem kelenjar dalam tubuh. Di Klinik Nabila Balikpapan terdapat 8 bayi berusia 2-6 bulan yang durasi tidurnya sesuai dengan usianya dan 12 bayi usia 2-6 bulan yang durasi tidurnya tidak sesuai dengan usianya. Oleh karena itu, pijat bayi diperlukan sebagai salah satu terapi komplementer untuk meningkatkan durasi tidur pada bayi, sebagai salah satu penunjang untuk tumbuh kembangnya.

Tujuan Penelitian : Untuk mengetahui Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Durasi Tidur Bayi Usia 2-6 Bulan di wilayah Klinik Nabila Kota Balikpapan.

Metode Penelitian : Penelitian ini merupakan Desain Penelitian *quasi eksperimental*. Dengan pendekatan *one group pretest-posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah 21 bayi, Teknik pengambilan sampel menggunakan Teknik *Quota Sampling*. Sampel berjumlah 15 bayi berusia 2-6 bulan. Alat pengumpulan data menggunakan lembar sop pijat bayi dan lembar observasi durasi tidur bayi, uji analisis menggunakan *Uji Paired t test dependent dengan p-value = 0,000 ≤ 0,05*.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan peningkatan rata-rata durasi tidur bayi sebelum dan sesudah diberikan pijat bayi yaitu sebelum di berikan pijat bayi 12,25 jam per hari dan setelah diberikan pijat bayi 15,94 jam per hari dengan nilai *p-value* $0,000 < 0,05$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak yang berarti ada pengaruh perubahan durasi tidur bayi yang meningkat sebanyak 3,69 jam per hari pada usia 2-6 bulan sebelum dan sesudah di berikan pijat bayi di Klinik Nabila Balikpapan.

Simpulan : Ada pengaruh pijat bayi terhadap durasi tidur bayi usia 2-6 bulan di Klinik Nabila Kota Balikpapan.

Kata Kunci : Pijat Bayi, kualitas tidur, durasi tidur

THE EFFECT OF INFANT MASSAGE ON THE SLEEP DURATION OF BABIES AGED 2-6 MONTHS AT THE NABILA CLINIC IN BALIKPAPAN CITY

ABSTRACT

Background: Until now, there are still many babies who experience sleep problems, but unfortunately, there are still many parents who consider sleep disorders in babies not as a serious problem. In fact, sleep problems in babies can interfere with growth, decrease body immunity, and interfere with the regulation of the glandular system in the body. At the Nabila Clinic Balikpapan there are 8 babies aged 2-6 months whose sleep duration is in accordance with their age and 12 babies aged 2-6 months whose sleep duration is not in accordance with their age. Therefore, baby massage is needed as one of the complementary therapies to increase the duration of sleep in babies, as one of the supports for their growth and development.

Research Objective: To determine the Effect of Infant Massage on the Sleep Duration of Infants Aged 2-6 Months in the Nabila Clinic area, Balikpapan City.

Research Method: This research is a quasi-experimental research design. With a one-group pretest-posttest approach. The population in this study is 21 babies, the sampling technique uses the Quota Sampling Technique. The sample was 15 babies aged 2-6 months. The data collection tool used a baby massage soap sheet and a sleep duration observation sheet, the analysis test used the Paired t test dependent test with $p\text{-value} = 0.000 \leq 0.05$.

Results: The results of the study showed an increase in the average sleep duration of babies before and after being given baby massage, namely before being given a baby massage of 12.25 hours per day and after being given a baby massage of 15.94 hours per day with a $p\text{-value}$ of $0.000 < 0.05$, then H_a was accepted and H_0 was rejected, which means that there is an effect of changes in the baby's sleep duration which increases by 3.69 hours per day at the age of 2-6 months before and after being given a baby massage at Nabila Clinic Balikpapan. Conclusion: There is an effect of baby massage on the sleep duration of babies aged 2-6 months at the Nabila Clinic in Balikpapan City.

Keywords : Baby Massage, sleep quality, sleep duration

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah rabbil 'alamin. Puji dan syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT Sang MahaSegalanya, atas segala rahmat, petunjuk, dan pertolongan-Nya. Shalawat serta salam semoga senantiasa terlimpahkan kepada Nabi Muhammad Shalallahu'Alaihi Wasallam, sehingga skripsi yang berjudul “Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Durasi Tidur Bayi usia 2-6 Bulan di Klinik Nabila Kota Balikpapan” dapat terselesaikan tepat waktu.

Penulisan skripsi ditujukan ini sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Sarjana Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo. Penelitian dalam skripsi ini juga dilakukan guna untuk mengaplikasikan salah satu ilmu kebidanan yakni terapi komplementer yang masih terbilang awam di masyarakat umum. Sehingga terapi komplementer utamanya pijat bayi dapat menjadi pilihan pengobatan alternatif mengingat pijat bayi memiliki banyak manfaat.

Dalam penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak baik secara moral maupun spritual. Ucapan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya kami sampaikan kepada:

1. Prof. Dr. Subiyantono, M.Hum selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Eko Susilo, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Dekan Fakultas Kesehatan yang telah memberikan izin penelitian.
3. Luvi Dian Afriyani, S.Si.T., M.Kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan sekaligus yang telah memberikan izin penelitian.
4. Vistra Veftisia, S.Si.T., MPH selaku dosen pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu untuk membimbing, selalu memberikan motivasi dan memberikan semangat kepada Penulis dalam penyusunan skripsi ini hingga selesai.
5. Seluruh dosen dan staf program studi sarjana kebidanan Universitas Ngudi Waluyo yang telah membantu Penulis selama pembelajaran dan penyelesaian skripsi.

6. Kepada kedua Orangtua, sekaligus guru kehidupan Saya, Alm. H. Nurdin S.PdI dan Hj. Norhasanah S.PdI, skripsi ini Saya persembahkan untuk beliau. Terimakasih untuk selalu menjadi panutan bahwa menuntut ilmu tak lekang oleh waktu.
7. Kepada Suami tercinta, Wahyudi, dan anak-anakku tersayang (Alena dan Orion) yang selalu memberikan dukungan, semangat, serta motivasi kepada Mama untuk dapat terus maju mengejar impian dan cita-cita.
8. Pimpinan dan Staff Klinik Nabila Balikpapan khususnya divisi Mom and Baby Spa yang telah bersedia memberikan waktu, tempat serta tenaga untuk membantu pelaksanaan penelitian skripsi ini sehingga Penulis dapat menyelesaikannya dengan baik.
9. Kepada teman-teman terkasih saya di Klinik Pratama PKU Muhammadiyah Balikpapan dr. Milla, dr. Wahid, drg. Chintya, dr. Chika, dr. Ade, dr. Bimbi, Bidan Hasni yang telah senantiasa membantu, membimbing, dan mendukung dalam pembuatan tugas dan skripsi.
10. Rekan-rekan Program Studi Sarjana Kebidanan Reguler Transfer yang telah berjuang bersama untuk menyelesaikan tugas akhir skripsi.
11. Seluruh pihak yang tak dapat kami sebutkan satu-persatu yang telah berjasa baik secara langsung maupun tidak langsung.

Ungaran, 15 Agustus 2024

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR.....	v
KESEDIAAN PUBLIKASI.....	vi
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	vii
ABSTRAK.....	viii
ABSTRACT.....	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Manfaat Penelitian.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Tinjauan Teori.....	10
B. Kerangka Teori.....	70
C. Kerangka Konsep.....	71
BAB III METODE PENELITIAN.....	72
A. Desain Penelitian.....	72
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	72
C. Subjek Penelitian.....	73
D. Definisi Operasional.....	75
E. Metode Pengumpulan Data.....	76
F. Pengolahan Data.....	79
G. Analisis Data.....	79
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	81
A. Gambaran Umum.....	81
B. Hasil dan Pembahasan.....	81
C. Keterbatasan Penelitian.....	89
BAB V PENUTUP.....	90
A. Kesimpulan.....	90
B. Saran.....	90
DAFTAR PUSTAKA.....	91
LAMPIRAN.....	102

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori.....	78
Bagan 2.2 Kerangka Konsep	79

DAFTAR TABEL

Table 3.1 Definisi Operasional	82
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Umur Bayi yang dilakukan Pijat Bayi di Klinik Nabila Balikpapan 88	
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Bayi yang Dilakukan Pijat Bayi di Klinik Nabila Balikpapan.....	88
Tabel 4.3 Distribusi Durasi Tidur Bayi Sebelum Dilakukan Pijat Bayi di Klinik Nabila Balikpapan.....	89
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Jawaban Durasi Tidur Bayi Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Pijat Bayi Di Klinik Nabila Balikpapan	89
Tabel 4.5 Gambaran Frekuensi Durasi Tidur Bayi Setelah Dilakukan Pijat Bayi Di Klinik Nabila Balikpapan	93
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Jawaban Durasi Tidur Bayi Setelah Dilakukan Pijat Bayi Di Klinik Nabila Balikpapan	93
Tabel 4.7 Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Durasi Tidur Bayi Di Klinik Nabila Balikpapan.....	95

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Balasan Studi Pendahuluan	102
Lampiran 2 Etchical Clearance.....	103
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian Dan Mencari Data.....	104
Lampiran 4 Surat Balasan Penelitian Dan Mencari Data	105
Lampiran 5 Hasil Turnitin Dan Plagiarisme.....	106
Lampiran 6 TOFEL	107
Lampiran 7 Permohonan Responden.....	108
Lampiran 8 Lembar Informed Consent	109
Lampiran 9 SPO Pijat Bayi	110
Lampiran 10 Lembar Observasi Durasi Tidur Bayi	111
Lampiran 11 Tabel Tabulasi durasi pijat bayi sebelum dan sesudah dipijat	112
Lampiran 12 SPSS.....	114
Lampiran 13 Lembar Bimbingan	116
Lampiran 14 Dokumentasi	120

