

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-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