

**PENERAPAN PIJAT BAYI TERHADAP
LAMA TIDUR BAYI USIA 0 – 12 BULAN
DI DESA WONOSARI**

Nia Dwijayanti, Tri Susilowati, Endah Sri Wahyuni
niadwijayanti14@gmail.com
STIKES ‘ Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latarbelakang : Permasalahan yang terjadi pada bayi usia 0 – 12 bulan biasanya terjadi pada bayi usia 3 – 6 bulan seperti perkembangan motorik, ketika bayi sudah mulai banyak aktivitas, bayi sudah mulai mengalami kelelahan fisik. Hal ini menyebabkan bayi sering terbangun di malam hari. Ibu bayi juga enggan memijat bayinya karena takut terjadi sesuatu kepada bayinya. Masalah tidur ini dapat diatasi dengan cara pijat bayi. Salah satu manfaat dari pijat bayi yaitu membuat bayi tidur lebih lelap dan lama. Tidur adalah kebutuhan dasar yang dibutuhkan oleh semua manusia untuk dapat berfungsi secara optimal baik yang sehat maupun yang sakit. **Tujuan :** untuk mengetahui hasil penerapan pijat bayi terhadap lama tidur bayi usia 0 – 12 bulan di desa wonosari. **Metode :** metode penelitian deskriptif observasional dengan rancangan studi kasus. Sampel dalam penerapan ini sebanyak 2 responden dan menggunakan lembar observasi. **Hasil :** Tidur bayi mengalami peningkatan lama tidur rata-rata sebanyak 3,4 jam sesudah dilakukan pemijatan. **Kesimpulan :** Penerapan pijat bayi dapat meningkatkan lama tidur bayi pada usia 0 – 12 bulan.

Kata Kunci : Pijat Bayi, Lama Tidur