

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI  
DI RUMAH SEHAT NABILA GEMOLONG**

**LAPORAN TUGAS AKHIR**



**OLEH  
DINAR CAHYANINGSIH  
202322082**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA  
2024**

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI  
DI RUMAH SEHAT NABILA GEMOLONG**

**LAPORAN TUGAS AKHIR**



**OLEH  
DINAR CAHYANINGSIH  
202322082**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA  
2024**

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI  
DI RUMAH SEHAT NABILA GEMOLONG**

**LAPORAN TUGAS AKHIR**

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan  
Pada Program Studi Sarjana Kebidanan  
Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



**OLEH  
DINAR CAHYANINGSIH  
202322082**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA  
2024**

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya Menyatakan dengan Sesungguhnya Bahwa Laporan Tugas Akhir dengan Judul :

### **"PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI DI RUMAH SEHAT NABILA GEMOLONG"**

yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Kebidanan pada Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari laporan tugas akhir yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar kesarjana di lingkungan universitas aisyiyah surakarta maupun diperguruan tinggi atau instansi manapun. Apabila ternyata dikemudian hari penulisan penelitian ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 24 Juni 2024



Dinar Cahyaningsih  
202322082

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas Akademik Universitas Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dinar Cahyaningsih  
Nim : 202322082  
Jenis Karya : Laporan Tugas Akhir  
Judul : Pengaruh Pijat Bayi terhadap Kualitas Tidur Bayi di Rumah Sehat Nabila Gemolong

Dengan ini menyetujui dan memberikan hak bebas Royalti Noneklusif (*Non Exclusive Royalti-Free Right*) kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada di dalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas 'Aisyiyah Surakarta berhak mengalih media atau formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagaipenulis/ pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.  
Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Di buat di : Surakarta  
Pada tanggal : 24 Juni 2024

Yang menyatakan



( Dinar Cahyaningsih)

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

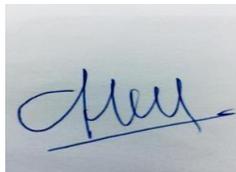
Laporan Tugas Akhir dengan Judul :

### **PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI DI RUMAH SEHAT NABILA GEMOLONG**

Dinyatakan telah disetujui untuk di ujikan pada ujian seminar. Hasil Penelitian Program Studi Sarjana Kebidanan Alih Jenjang Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta , 23 Juni 2024

Pembimbing



(Kamidah., SSiT., M.Kes)  
NIDN. 0623077501

Mengetahui,  
Ketua Program Studi S1 Kebidanan Ahli Jenjang



(Dr. Sri Handayani, S.SiT., M.Keb)  
NIDN. 0627017401

## LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI

Laporan Tugas Akhir dengan Judul :

### **PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI DI RUMAH SEHAT NABILA GEMOLONG**

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Kebidanan pada Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta. Laporan Tugas Akhir ini telah diujikan pada sidang ujian karya tulis ilmiah pada tanggal 03 Juli 2024 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai Penelitian pada program studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Surakarta , 28 Juli 2024

Mengesahkan,  
Penguji

1. (Sri Kustiyati, S.ST., M.Keb)  
NIDN. 0610077701

()

2. (Dr Sri Handayani, S.SiT., MKes)  
NIDN. 0627017401

()

3. (Kamidah, S.SiT., M.Keb)  
NIDN. 0623077501

()

Mengetahui,  
Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan



(Dr Sri Handayani, S.SiT., MKes)  
NIDN. 0627017401

# **PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI DI RUMAH SEHAT NABILA GEMOLONG**

Dinar Cahyaningsih<sup>1</sup>, Kamidah<sup>2</sup>  
202322082.students@aiska-university.ac.id  
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

## **ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Bayi merupakan anak usia dibawah satu tahun yang baru memasuki tahap awal kehidupan ditandai dengan terjadinya perkembangan yang cepat. Faktor yang mempengaruhi perkembangan pada bayi salah satunya adalah istirahat atau lamanya waktu tidur. Tubuh bayi akan memproduksi hormon pertumbuhan ketika tidur, sehingga bayi membutuhkan waktu tidur yang cukup untuk mendapatkan perkembangan yang optimal salah satunya dengan pijat bayi karena pijat bayi dapat meningkatkan kadar sekresi serotonin. **Tujuan:** menganalisis pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 3-12 bulan. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah pra eksperimental dengan rancangan one group pretest-posttest design. Penelitian ini berlokasi di Rumah Sehat Nabila Gemolong, Desa Sidorejo RT 02, Jatibatur, Gemolong, Sragen pada bulan Maret-April 2024. Populasi dalam penelitian ini 105 bayi. Sampel penelitian 30 bayi usia 3-12. Instrument penelitian menggunakan kuesioner. Pengolahan data menggunakan uji statistic Wilcoxon. **Hasil penelitian:** Menunjukkan kualitas tidur bayi Usia 3-12 bulan sebelum diberikan pijat bayi sebagian besar kurang yaitu sebanyak 30 responden (100,0%) dan kualitas tidur bayi usia 3-12 bulan setelah di lakukan pijat bayi sebagian besar baik sebanyak 25 responden (83,3%). Uji statistik wilcoxon menunjukan bahwa nilai signifikan  $pvalue = 0,000 < \alpha = 0,05$ , sehingga H1 diterima. **Kesimpulan:** Penelitian yang berarti ada Pengaruh Pijat Bayi terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 bulan di Rumah Sehat Nabila Gemolong.

**Kata kunci :** *bayi, pijat, kualitas tidur*

**THE EFFECT OF BABY MASSAGE ON THE SLEEP QUALITY  
IN NABILA'S HEALTHY HOME**

Dinar Cahyaningsih<sup>1</sup>, Kamidah<sup>2</sup>  
202322082.students@aiska-university.ac.id  
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

**ABSTRACT**

**Background:** Babies are children under one year old who are just entering the early stages of life, characterized by rapid development. One of the factors that influence the development of babies is rest or the length of time they sleep. The baby's body will produce growth hormones when sleeping, so babies need enough sleep time to get optimal development, one of which is through baby massage. Researchers interviewed 10 mothers of babies, it was found that 7 mothers had never massaged their babies and 3 mothers had never massaged their babies because baby massage can increase levels of serotonin secretion. **Purpose:** This study analyzes the effect of baby massage on the sleep quality of babies aged 3-12 months at Rumah Sehat Nabila Gemolong. **Method:** This type of research is pre-experimental with a one group pretest-posttest design. This research was located at Rumah Sehat Nabila Gemolong, Sidorejo Village RT 02, Jatibatur, Gemolong, Sragen in March-April 2024. The population in this study was 105 babies. The research sample was 30 babies aged 3-12 months, using non-probability sampling using the purposive sampling method. The independent variable is baby massage and the dependent variable is the sleep quality of babies aged 3-12 months. The research instrument uses a questionnaire. Data processing uses the Wilcoxon statistical test. **Research results:** Shows that the sleep quality of babies aged 3-12 months before being given baby massage was mostly poor, namely 30 respondents (100,0%) and the sleep quality of babies aged 3-12 months after baby massage was mostly good, 25 respondents ( 83.3%). The Wilcoxon statistical test shows that the significant value is pvalue  $0.000 < \alpha 0.05$ , so  $H_1$  is accepted. **Conclusion:** This research means that there is an effect of baby massage on the sleep quality of babies aged 3-12 months at the Nabila's Healthy Home.

**Keyword:** baby, massage, sleep quality

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan berbagai kemudahan, petunjuk serta karunia yang tak terhingga sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan tugas akhir dengan judul “ Pengaruh Pijat Bayi terhadap Kualitas Tidur Bayi di Rumah Sehat Nabila Gemolong ” dengan baik dan tepat waktu.

Laporan Tugas Akhir ini penulis susun untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Sarjana Kebidanan di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta Fakultas Ilmu Kesehatan Program Studi Sarjana Kebidanan.

Dalam penyusunan laporan tugas akhir ini penulis telah mendapatkan banyak bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada Bp / Ibu:

1. Riyani Wulandari, S.Kep. Ns., M.Kep selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Sri Kustiyati, S.ST., M.Keb Dekan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta dan selaku Dekan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta dan sebagai penguji utama yang telah memberikan arahan dan bimbingan kepada penulis.
3. Sri Handayani, S.SiT., M. Keb selaku Ketua Prodi Sarjana Kebidanan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
4. Kamidah, S.SiT., M.Kes selaku pembimbing yang selama ini telah sabar memberikan pengarahan akademik dan memberikan ilmu yang bermanfaat dengan ikhlas serta memberikan pengarahan dan meluangkan waktu sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
5. Semua dosen Universitas ‘Aisyiyah Surakarta Fakultas Ilmu Kesehatan Program Studi Sarjana Kebidanan yang telah banyak membantu, memberi ilmu serta motivasi kepada penulis.
6. Dwi Nur Sidhiq, SAP, selaku penanggung jawab Rumah Sehat Nabila Gemolong yang telah mengijinkan untuk pengambilan data dan proses penelitian.
7. Seluruh teman-teman mahasiswi Kebidanan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan dukungan baik berupa motivasi maupun bantuan dalam penyusunan penelitian ini.
8. Seluruh pasien yang bersedia untuk menjadi subjek penelitian dalam studi kasus ini.
9. Bapak, Ibu dan kakak-kakaku tercinta yang selalu mensupport untuk melanjutkan kuliah lagi.
10. Suamiku Dwi Nur Shidiq, kedua anakku Kakak Nabila Dzakhirah dan Adik Almahira Sidiqia, kalian yang senantiasa selalu mendoakan, memberikan dukungan, motivasi dan selalu

diduakan waktunya karena tugas kuliah dan alhamdulillah berkat semangat kalian selesailah pembuatan laporan tugas akhir ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan, hal ini karena adanya kekurangan dan keterbatasan kemampuan penulis. Oleh karena itu, segala kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan demi kesempurnaan penelitian ini.

Surakarta, 24 Juni 2024  
Yang membuat pernyataan



Dinar Cahyaningsih  
202322082

