

PIJAT BAYI UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS TIDUR BAYI MELALUI MEDIA VIDEO

Novena Apriani Molina

aprili.vena1704@gmail.com

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta

INTISARI

Latar Belakang : Di Indonesia cukup banyak bayi yang mengalami masalah tidur, yaitu sekitar 55,2% bayi mengalami gangguan tidur seperti sering terbangun di malam hari. Namun lebih dari 72% orangtua menganggap gangguan tidur pada bayi bukan suatu masalah atau hanya masalah kecil. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk membantu meningkatkan kualitas dan kuantitas tidur bayi adalah dengan pijat. Pijat dapat merangsang keluarnya hormon endorfin yang bisa menurunkan nyeri sehingga bayi menjadi tenang dan mengurangi frekuensi menangis, dengan demikian pijatan juga meningkatkan kualitas dan kuantitas tidur bayi. Video adalah suatu teknologi untuk menangkap, merekam, memproses, mentransmisikan dan menata ulang gambar bergerak. Perpaduan antara suara dan gambar dapat membentuk sebuah karakter yang sama dengan obyek aslinya.

Tujuan : Komunikasi, informasi, dan edukasi ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Melalui Media Video.

Metode : Metode yang digunakan dalam komunikasi, informasi, dan edukasi ini adalah Video. **Hasil** : Luaran dalam bentuk Video tentang Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi.

Kesimpulan : Dapat memberikan sumber Pengetahuan tentang upaya dalam meningkatkan kualitas tidur pada bayi.

Kata Kunci: Pijat Bayi, Tumbuh Kembang, Video