

**PENERAPAN PIJAT BAYI TERHADAP KUALITAS TIDUR
PADA BAYI USIA 0-6 BULAN DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS PUCANGSAWIT KOTA
SURAKARTA**

Sevi Lestiya Rini Handayani¹, Maryatun²
ssevi4548@gmail.com
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang : Prevalensi masalah tidur pada bayi di Indonesia mencapai 44,2%, sering terbangun di malam hari. Di Jawa Tengah tahun 2018, 44% bayi mengalami gangguan tidur serupa. Kebutuhan tidur yang terpenuhi penting bagi perkembangan mereka. Pijat bayi merupakan terapi non farmakologi yang efektif untuk meningkatkan kualitas tidur. **Tujuan** : Mengetahui perubahan kualitas tidur pada dua responden sebelum dan sesudah diberikan penerapan pijat bayi. **Metode** : Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Pengukuran dilakukan pada 2 responden untuk mengetahui kualitas tidur menggunakan BISQ dan dilakukan penerapan dengan pemijatan bayi sebanyak 3 kali seminggu selama 2 minggu. **Hasil** : Terjadi peningkatan kualitas tidur pada By. S dari skor BISQ 7 menjadi skor 15 dan By. A juga mengalami peningkatan kualitas tidur yang sebelumnya skor BISQ 6 menjadi 14. **Kesimpulan** : Pijat bayi dapat diterapkan untuk meningkatkan kualitas tidur bayi usia 0-6 bulan.

Kata Kunci : *Bayi usia 0-6 bulan, Kualitas tidur, Pijat bayi*