

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

Dinar Cahyaningsih¹, Kamidah²
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 menunjukkan 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*