

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP LAMA TIDUR BAYI
USIA 6-12 BULAN DI KLINIK
UMMU BABY SPA**

LAPORAN TUGAS AKHIR

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan Pada
Program Studi Sarjana Kebidanan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



DISUSUN OLEH :

ERISKA FIRDAUS
202422225

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIAH SURAKARTA
TAHUN 2025**

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi dengan judul :

PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP LAMA TIDUR BAYI USIA 6-12 BULAN DI KLINIK UMMU BABY SPA

Yang di buat untuk melengkapi sebagai persyaratan menjadi sarjana kebidanan pada program studi sarjana kebidanan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari Skripsi yang sudah di publikasikan dan atau pernah di pakai untuk mendapatkan gelar kesarjanaan dilingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulis Skripsi 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 Juli 2025



Eriska Firdaus
NIM 20242225

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademis Universitas 'Aisyiyah Surakarta, saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Eriska Firdaus
NIM : 202422225
Jenis Karya : Skripsi
Judul : Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Lama Tidur Bayi Usia 6-12 Bulan Di Klinik Ummu Baby Spa

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*NonExclusive Royalty- Free Right*) Kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada di dalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan, Universitas 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pengakalan data (*data base*), merawat dan mempublikasikan skripsi saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta dan sebagai hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Surakarta 24 juli 2025



(Eriska Firdaus)

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi Dengan Judul :

PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP LAMA TIDUR BAYI USIA 6-12 BULAN DI KLINIK UMMU BABY SPA

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian seminar Skripsi Program Studi
S1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 24 Juli 2025

Pembimbing



Bdn. Rina Sri Widayati, S.Keb, SKM., M.Kes
NIDN 625097901

Mengetahui,
Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan



Dr. Istiqomah Risa Wahyuningsih, SST., M.Kes.
NIDN 0621068601

PENGESAHAN PENGUJI




Skripsi Dengan Judul :

PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP LAMA TIDUR BAYI USIA 6-12 BULAN DI KLINIK UMMU BABY SPA

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan memperoleh gelar Sarjana Kebidanan pada Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Surakarta. Skripsi ini telah diujikan pada ujian Skripsi pada tanggal 24 Juli 2025 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai Skripsi Penelitian pada Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Surakarta.

Mengesahkan, Penguji

Surakarta, 24 Juli 2024

1. Bdn. Sri Kustiyati, SST, M.Keb ()
NIDN 0610077701
2. Winarni, S.Si.T, M.P.H ()
NIDN 0622087101
3. Bdn. Rina Sri Widayati, S.Keb, SKM., M. Kes ()
NIDN625097901

Mengetahui,
Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan



Dr. Istiqomah Risa Wahyuningsih, SST., M.Kes.
NIDN 0621068601

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP LAMA TIDUR
BAYI USIA 6-12 BULAN DI KLINIK
UMMU BABY SPA**

Eriska Firdaus¹, Rina Sri Widayanti²
eriskafirdaus.students@aiska-university.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang: Masa bayi merupakan masa keemasan sekaligus masa kritis perkembangan seseorang, masa bayi berlangsung sangat singkat dan tidak dapat diulang kembali. Salah satu faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang bayi adalah tidur dan istirahat. Pertumbuhan dan perkembangan bayi dapat tercapai maksimal dengan adanya lama tidur pada bayi yang baik dan cukup. Upaya untuk mendapatkan perkembangan yang optimal salah satunya dengan pijat bayi. Pijat bayi dapat membantu meningkatkan kadar sekresi serotonin. Serotonin merupakan hormon neurotransmitter atau hormon yang menghantarkan pesan dari satu bagian otak ke bagian otak yang lain. Hormon serotonin ini akan diubah menjadi melatonin. Fungsi melatonin adalah memberikan rangsangan berupa rasa kantuk serta memberi ketenangan yang membantu tidur bayi menjadi lelap. **Tujuan:** menganalisis pengaruh pijat bayi terhadap lama tidur bayi usia 6-12 bulan. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah pra eksperimental dengan one group pretest-posttest design. Penelitian ini berlokasi di Klinik Ummu Baby Spa, Kab. Bogor pada bulan Juni 2025. Populasi 72 bayi. Sampel 20 responden. Instrument penelitian menggunakan lembar observasi. Pengolahan data menggunakan uji statistic Wilcoxon. **Hasil:** lama tidur bayi sebelum diberikan pijat semua kurang yaitu sebanyak 20 responden (100,0%) dan lama tidur bayi setelah di lakukan pijat bayi sebagian besar normal sebanyak 19 responden (95,0%). Uji statistik menunjukkan nilai signifikan $pvalue = 0,000 < 0,05$, sehingga H_1 diterima. **Kesimpulan:** Ada pengaruh pijat bayi terhadap lama tidur bayi usia 6-12 bulan di Klinik Ummu Baby Spa.

Kata kunci : *bayi, pijat, lama tidur*

**THE EFFECT OF INFANT MASSAGE ON SLEEP
DURATION OF INFANTS AGED 6-12 MONTHS AT
UMMU BABY SPA CLINIC**

Eriska Firdaus¹, Rina Sri Widayanti²
eriskafirdaus.students@aiska-university.ac.id

ABSTRACT

Background: *Infancy is a golden period as well as a critical period of a person's development, infancy lasts very short and cannot be repeated. One of the factors that affect the growth and development of infants is sleep and rest. The growth and development of infants can be achieved maximally in the presence of a good and sufficient length of sleep in infants. One of the efforts to get optimal development is baby massage. Baby massage can help increase serotonin secretion levels. Serotonin is a neurotransmitter hormone or hormone that delivers messages from one part of the brain to another. This serotonin hormone will be converted into melatonin. The function of melatonin is to provide stimulation in the form of drowsiness and provide calmness that helps babies sleep soundly.* **Objective:** *To analyze the effect of infant massage on the length of sleep of infants aged 6-12 months.* **Methods:** *This type of research is pre-experimental with one group pretest-posttest design. This study was located at Ummu Baby Spa Clinic, Bogor Regency in June 2025. Population 72 babies. Sample 20 respondents. The research instrument used a questionnaire. Data processing using Wilcoxon statistical test. The results of the length of infant sleep before being given massage were all less, namely as many as 20 respondents (100.0%) and the length of infant sleep after infant massage was mostly normal as many as 19 respondents (95.0%). Statistical tests show a significant value of $pvalue = 0.000 < 0.05$, so H_1 is accepted.* **Conclusion:** *there is an effect of baby massage on the length of sleep of infants aged 6-12 months.*

Keywords: *baby, massage, long sleep*

KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik, hidyat serta inayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir yang berjudul “Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Lama Tidur Bayi Di Klinik Ummu Baby Spa”.

Penulis menyadari tidak akan mampu menyelesaikan Laporan Tugas Akhir dengan baik tanpa dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis ucapkan terimakasih banyak kepada :

1. Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Bdn. Sri Kustiyati, SST., M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta dan selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan serta arahan untuk penyempurnaan penulisan Laporan Tugas Akhir ini.
3. Dr. Istiqomah Risa Wahyuningsih, SST., M.kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
4. Bdn. Rina Sri Widayati, S.Keb, SKM., M. Kes selaku dosen pembimbing yang selalu memberikan bimbingan serta arahan sehingga penulisan Laporan Tugas Akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Winarni, S.Si.T, M.P.H selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan serta arahan untuk penyempurnaan penulisan Laporan Tugas Akhir ini.
6. Seluruh Dosen dan Staff Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan selama penulis menuntut ilmu di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
7. Eriska Firdaus, ya! Diri saya sendiri. Apresiasi sebesar-besarnya sudah berjuang untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai. Sulit bisa bertahan sampe dititik ini, terimakasih untuk tetap hidup dan merayakan dirimu sendiri, walaupun sering kali putus asa atas apa yang sedang diusahakan.
8. Kedua orang tua Ayahanda Encep Almuhaemin dan ibu Nurhayati. Mereka memang tidak sempat merasakan Pendidikan sampai bangku perkuliahan, namun mereka mampu mendidik penulis, memotivasi, memberikan do’a dan dukungan, hingga penulis mampu menyelsaikan studinya sampai sarjana.
9. Kepada seseorang yang tak kalah penting kehadirannya, Achmad Bukhori terimakasih telah menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis. Berkontribusi banyak dalam skripsi ini, baik tenaga, maupun waktu kepada penulis,

terimakasih sudah selalu mendukung, menghibur, mendengarkan keluh-kesah dan memberikan semangat untuk tidak menyerah.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, karena kesempurnaan itu hanya milik Allah SWT. Oleh karena itu, semua masukan yang menuju sempurnanya skripsi ini senantiasa penulis harapkan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis dan pembaca pada umumnya.

Surakarta, 24 Juli 2025



Eriska Firdaus
NIM 20242225