

**PEMBERIAN PIJAT BAYI DAN MUROTTAL UNTUK  
PENINGKATAN KUANTITAS TIDUR BAYI  
DI ADEL'S HOMECARE PEDAN**

DwiPuspita Sari, Endang Sri Wahyuni, SST, M.Keb,  
Istiqomah Risa Wahyuningsi, SST, M.Kes  
[Dwipuspita112232@gmail.com](mailto:Dwipuspita112232@gmail.com)  
STIKES 'Aisyiyah Surakarta

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Kebutuhan tidur pada bayi usia 3-6 bulan yaitu 14-16 jam/hari. Jika tidur tidak terpenuhi maka akan menghambat pertumbuhan bayi dan perkembangan otak. Pijat bayi dengan murottal dapat mengubah gelombang otak, sehingga membuat bayi tidur lebih lelap, menurunkan hormon- hormon stress, meningkatkan perasaan rileks. Maka diperlukan upaya untuk mengoptimalkan pertumbuhannya salah satunya adalah pijat bayi. **Tujuan ;** Mendeskripsikan hasil implementasi pijat bayi dan murottal untuk peningkatan kuantitas tidur pada bayi. **Metode ;** Pemberian pijat bayi dan murottal ini dilakukan 3 kali seminggu selama 2 minggu dengan durasi pemijatan selama 15 menit. **Hasil ;** Pijat bayi dan murottal mampu meningkatkan kuantitas tidur bayi pada responden 1 dan responden 2, pada responden 1 kuantitas tidur meningkat menjadi 15 jam sedangkan pada responden 2 meningkat menjadi 14 jam. Hal ini menunjukkan bahwa pijat bayi berpengaruh dalam meningkatkan kuantitas tidur bayi. **Kesimpulan ;** Terjadi peningkatan kuantitas tidur bayi di adel's HomeCare pada kedua responden dari kurang menjadi cukup setelah dilakukan treatment pijat bayi dan murottal.

**Kata Kunci:** Tidur Bayi, Pijat Bayi, Murottal