

PENERAPAN PIJAT BAYI TERHADAP LAMA TIDUR DI BPM SUHARNI KARANGANYAR

Wardani Susilawati* Luluk Fajria Maulida** Enny Yuliaswati***
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aiyiyah Surakarta
Wardanisusilawati02@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: Tidur merupakan prioritas utama bagi bayi, karena pada saat tidur akan terjadi *repair neuro-brain* dan kurang lebih 75% hormon pertumbuhan diproduksi. Kurang tidur berdampak merugikan pada perkembangan fisik dan pertumbuhannya. Salah satu cara yang dapat digunakan untuk memenuhi kebutuhan tidur tersebut yaitu dengan pijat bayi. Manfaat dari pijat bayi dapat meningkatkan lama tidur. **Tujuan:** Mendiskripsikan hasil pengamatan lama tidur bayi di BPM Suharni Karanganyar. **Metode:** Penelitian ini menggunakan rancangan metode deskriptif dengan jenis rancangan studi kasus meneliti suatu persoalan atau kasus. Penelitian dilakukan pada tanggal 07 April 2019 di BPM Suharni Karanganyar untuk mendeskripsikan peningkatan lama tidur bayi dengan penerapan pijat bayi dengan menggunakan wawancara dan lembar observasi. **Hasil:** hasil penerapan pijat bayi terhadap lama tidur di BPM Suharni Karanganyar sebelum dipijat adalah 13 jam dan 13 ½ jam. Setelah dilakukan pijat bayi selama 6 hari berturut-turut lama tidur bayi meningkat menjadi 16 ½ jam. **Kesimpulan:** Pemberian pijat bayi dapat meningkatkan lama tidur bayi.

Kata kunci: Pijat bayi, lama tidur