

**PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN
IKES PAYUNG NEGRI PEKANBARU**

Skripsi, Agustus 2024

Salsa Billa

Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Intensitas Tidur Bayi Usia 1-6 Bulan
di Cahaya Bunda Mom and Baby Care Tahun 2024

ABSTRAK

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2012 yang di tampilkan pada jurnal *pediatrics* terdapat sebanyak 33% bayi mempunyai masalah pada tidurnya. Pentingnya waktu tidur untuk bayi harus terpenuhi hingga tidak akan terjadi pengaruh buruk untuk perkembangannya. Salah satu upaya yang dilakukan untuk meningkatkan intensitas tidur bayi adalah dengan melakukan pijat bayi.

Pijat bayi merupakan kegiatan memberikan stimulasi atau urutan pada bayi dengan sentuhan, gerak, ditambah dengan stimulasi pendengaran dan juga stimulasi visual. Pijat bayi memberikan dampak bagi pertumbuhan karena saat dipijat terjadi rangsangan terhadap hormon-hormon beta endorphen, aktivitas nervus vagus, peningkatan produksi serotonin, dan terjadi perubahan pada gelombang otak. Dampak produksi serotonin pada bayi yaitu meningkatkan daya tahan tubuh bayi dan perubahan gelombang otak bayi menyebabkan bayi menjadi tidur lebih lelap, meningkatkan kesiagaan dan konsentrasi.

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap intensitas tidur bayi usia 1 – 6 bulan di cahaya bunda mom and baby care tahun 2024. Jenis penelitian ini adalah quasi eksperimet, dengan pendekatan rancangan penelitian *One Grup Pretest dan Post Test design*, dalam penelitian ini terdiri dari kelompok intervensi yang menerima perlakuan pijat bayi. Instrumen pengambilan data menggunakan kusioner. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah total sampling. Pada penelitian ini sampelnya merupakan seluruh bayi usia 1- 6 bulan di Cahaya Bunda Mom and baby care yang mengalami masalah pada intensitas tidurnya yaitu berjumlah 15 responden. Hasil Analisa univariat karakteristik responden berdasarkan usia terdapat mayoritas responden berusia 1 dan 4 bulan yaitu 26.7% dan berdasarkan jenis kelamin terdistribusi dari 8 orang laki-laki dan 7 orang perempuan. Berdasarkan hasil uji normalitas *Saphiro wilk* didapatkan hasil $0,465 > 0,05$ yang berarti residual berdistribusi normal. Hasil dari Uji *paired sampel T test pvalue* $0,00 < 0,05$ yang menunjukkan bahwa H_a diterima dan H_o di tolak. Sehingga pijat bayi terbukti berpengaruh untuk meningkatkan intensitas tidur bayi usia 0 – 6 bulan di Cahaya Bunda mom and babycare.

Kata kunci: Pijat Bayi, Intensitas Tidur Bayi

S1 MIDWIFERY PROGRAM
IKES PAYUNG NEGRI PEKANBARU

Thesis, August 2024 Salsa Billa

*Influence of Baby Massage on Sleep Intensity of Babies Aged 1 – 6 months at
Cahaya Bunda Mom and Baby Care Pekanbaru in 2024*

ABSTRACT

Based on data from the World Health Organization (WHO) in 2012 which was published in the pediatrics journal, 33% of babies have problems sleeping. The importance of sleep time for babies must be met so that there will be no negative effects on their development. One of the efforts made to increase the intensity of baby sleep is by doing baby massage.

Baby massage is an activity that provides stimulation or sequence to babies with touch, movement, plus auditory stimulation and also visual stimulation. Baby massage has an impact on growth because when massaged there is stimulation of beta endorphin hormones, vagus nerve activity, increased serotonin production, and changes in brain waves. The impact of serotonin production in babies is to increase the baby's immune system and changes in the baby's brain waves cause the baby to sleep more soundly, increase alertness and concentration.

The purpose of this study was to determine the effect of baby massage on the sleep intensity of babies aged 1-6 months at Cahaya Bunda Mom and Baby Care in 2024. This type of research is a quasi-experimental study, with a One Group Pretest and Post Test design approach, in this study consisting of an intervention group that received baby massage treatment. The data collection instrument used a questionnaire. The sampling technique in this study was total sampling. In this study, the sample was all babies aged 1-6 months at Cahaya Bunda Mom and Baby Care who had problems with their sleep intensity, totaling 15 respondents. The results of the univariate analysis of respondent characteristics based on age showed that the majority of respondents were aged 1 and 4 months, namely 26.7% and based on gender, there were 8 males and 7 females. Based on the results of the Shapiro Wilk normality test, the results were $0.465 > 0.05$, which means that the residuals were normally distributed. The results of the paired sample T test pvalue $0.00 < 0.05$, indicating that H_a was accepted and H_o was rejected. So baby massage has been proven to be effective in increasing the sleep intensity of babies aged 0-6 months at Cahaya Bunda mom and baby care.

Keywords: *Baby Massage, Baby Sleep Intensity*