

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP BERAT BADAN DAN
KUALITAS TIDUR BAYI USIA 3-6 BULAN DI GRIYA
APRESSA KABUPATEN TANGERANG
TAHUN 2023**

SKRIPSI



Oleh:

SOFI AYU RAHMAWATI

225401446101

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NASIONAL
JAKARTA
2024**

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP BERAT BADAN DAN
KUALITAS TIDUR BAYI USIA 3-6 BULAN DI GRIYA
APRESSA KABUPATEN TANGERANG
TAHUN 2023**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Kebidanan
pada Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Nasional
Jakarta



Oleh:

SOFI AYU RAHMAWATI

225401446101

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NASIONAL
JAKARTA
2024**

SKRIPSI

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP BERAT BADAN DAN
KUALITAS TIDUR BAYI USIA 3-6 BULAN DI GRIYA
APRESA KABUPATEN TANGERANG
TAHUN 2023**

Oleh:

SOFI AYU RAHMAWATI

225401446101

Telah dipertahankan di hadapan penguji skripsi
Program Studi Kebidanan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Nasional
Pada tanggal 22 Februari 2024

Pembimbing 1,

Pembimbing 2,

Dr. Bdn. Rukmaini, SST., M.Keb

Shinta Novelia, SST., Bdn., MNS

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



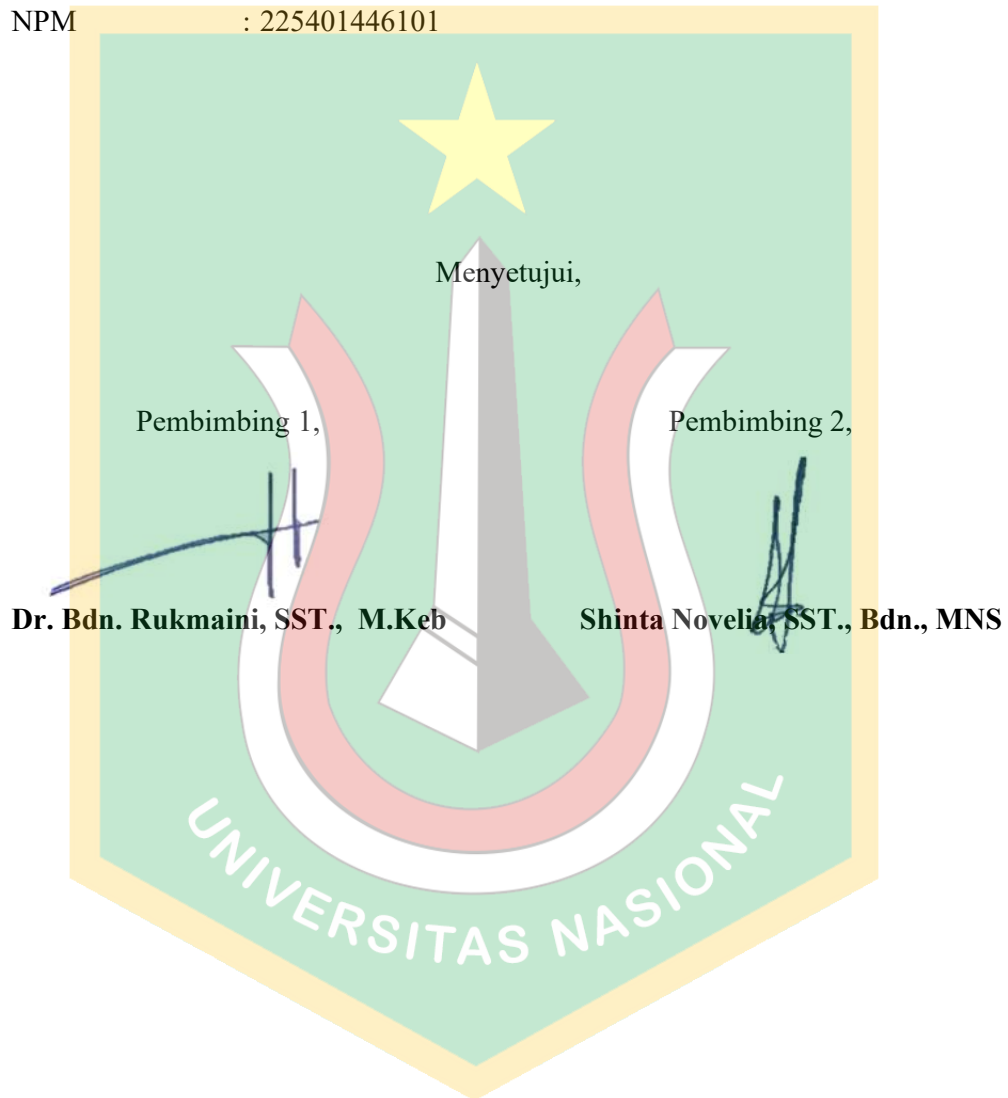
Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si

HALAMAN PERSETUJUAN SEBELUM SIDANG

Judul Skripsi : Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Berat Badan Dan Kualitas
Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Di Griya Apressa Kabupaten
Tangerang Tahun 2023

Nama Mahasiswa : Sofi Ayu Rahmawati

NPM : 225401446101



HALAMAN PERSETUJUAN SETELAH SIDANG

Judul Skripsi : Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Berat Badan Dan Kualitas Tidur
Bayi Usia 3-6 Bulan Di Griya Apressa Kabupaten Tangerang
Tahun 2023

Nama Mahasiswa : Sofi Ayu Rahmawati

NPM : 225401446101

Menyetujui,

Penguji 1 : **Bdn. Putri Azzahroh, SST., M.Kes**

Penguji 2 : **Dr. Bdn. Rukmaini, SST., M.Keb**

Penguji 3 : **Shinta Novelia, SST., Bdn., MNS**



HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini saya:

Nama Mahasiswa : Sofi Ayu Rahmawati

NPM : 225401446101

Judul Skripsi : Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Berat Badan Dan Kualitas Tidur

Bayi Usia 3-6 Bulan Di Griya Apressa Kabupaten Tangerang
Tahun 2023

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan yang lain atau di perguruan tinggi lain. Sepanjang pengetahuan saya, juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka.

Jakarta, 19 Februari 2024



Sofi Ayu Rahmawati

KATA PENGATAR

Segala puji dan puji sukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT, Tuhan semua umat, Tuhan seluruh alam dan Tuhan dari segala hal yang telah memberi rahmat dan karunianya sehingga saya dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul “Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Berat Badan dan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Di Griya Apressa Kabupaten Tangerang Tahun 2023”.

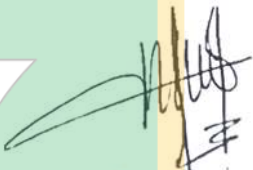
Saya menyadari bahwa penulisan skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya Ridho Illahi, dukungan, bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini dengan rendah hati dan rasa hormat yang besar saya mengucapkan “Alhamdulillahirobilalamin” beserta terimakasih kepada semua pihak yang telah banyak membantu dan memberikan masukan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik. Ucapan terima kasih ini, penulis sampaikan kepada:

1. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Ibu Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si.
2. Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Ibu Bdn. Putri Azzahroh, SST., M.Kes.
3. Ibu Dr. Bdn. Rukmaini, SST., M.Keb selaku pembimbing 1 yang telah memberi bimbingan dan memberikan dukungan penuh dalam pembuatan skripsi saya.
4. Ibu Shinta Novelia, SST., Bdn., MNS selaku pembimbing 2 yang telah memberi bimbingan dan memberikan dukungan penuh dalam pembuatan skripsi saya.
5. Ibu Dr.dr. Andi Julia Rifiana, M.Kes. selaku pembimbing akademik yang senantiasa mendampingi selama belajar di Program Studi Sarjana Kebidanan FIKES UNAS.
6. Seluruh dosen dan staf karyawan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional yang telah mendidik dan memfasilitasi proses pembelajaran di Kampus FIKES UNAS.
7. Kepala dan seluruh karyawan Griya Apressa Kabupaten Tangerang yang telah memberikan kesempatan untuk peneliti melakukan penelitian.

8. Orangtua saya Bapak Muslimin dan Ibu Siti Maesaroh yang selalu memberikan doa serta dukungan kepada saya.
9. Suami saya Deden Kusuma Jaya, S.Si yang selalu memberikan doa serta dukungan kepada saya.
10. Rekan-rekan teman sejawat, rekan-rekan angkatan 2023, yang telah bersama-sama melewati pendidikan.

Semoga semua kebaikan dan jasa yang telah diberikan mendapat balasan dan limpahan rahmat dari Allah SWT. Akhir kata penulis mohon maaf apabila ada kesalahan dan kekurangan. Semoga skripsi ini bisa berguna dan bermanfaat bagi semua pihak (Amin)

Jakarta, 19 Februari 2024


Penulis



ABSTRAK

PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP BERAT BADAN DAN KUALITAS TIDUR BAYI USIA 3-6 BULAN DI GRIYA APRESSA KABUPATEN TANGERANG TAHUN 2023

Sofi Ayu Rahmawati, Rukmaini, Shinta Novelia

Latar Belakang: Bidan mempunyai kewenangan untuk melaksanakan pemantauan dan menstimulasi tumbuh kembang bayi dan anak. Salah satu bentuk stimulasi tumbuh kembang yang selama ini dilakukan yaitu pijat bayi. Beberapa manfaat dari pijat bayi tersebut di antaranya dapat meningkatkan nafsu makan dan tidur lebih nyenyak.

Tujuan: Untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap berat badan dan kualitas tidur bayi usia 3-6 bulan di Griya Apressa Tahun 2023.

Metodologi: Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain *quasi eksperimental*. Dari jumlah 32 bayi, 16 bayi sebagai kelompok eksperimen yang mendapatkan perlakuan yaitu diberikan pijat bayi dan 16 bayi sebagai kelompok kontrol yang tidak dilakukan perlakuan.

Hasil Penelitian: Hasil Penelitian yang diberikan perlakuan pijatan dari 16 responden hasil uji *Paired T Test* diperoleh *p value* $0,000 < 0,05$ yang berarti ada pengaruh pijat bayi terhadap berat badan bayi usia 3-6 bulan di Griya Apressa Tahun 2023. Hasil penelitian Pada kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan pijatan dari 16 responden hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* diperoleh nilai *Asymp. Sig.* $0,000 < 0,05$ yang berarti ada pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 3-6 bulan di Griya Apressa Tahun 2023.

Kesimpulan: Terdapat pengaruh pijat bayi dengan berat badan dan kualitas tidur bayi usia 3-6 Bulan di Griya Apressa Tahun 2023.

Saran: Diharapkan penelitian selanjutnya mengembangkan penelitian ini agar variabel yang diteliti pada manfaat pijat bayi lebih banyak.

Kata Kunci: Pijat Bayi, Berat Badan, Kualitas Tidur

Kepustakaan: 38 Pustaka (2002 – 2023)

ABSTRACT

THE EFFECT OF BABY MASSAGE ON BODY WEIGHT AND SLEEP QUALITY OF BABIES AGED 3-6 MONTHS AT GRIYA APRESSA TANGERANG REGENCY 2023

Sofi Ayu Rahmawati, Rukmaini, Shinta Novelia

Background: Midwives have the authority to monitor and stimulate the growth and development of babies and children. One form of growth and development stimulation that has been carried out is baby massage. Some of the benefits of baby massage include increasing the baby's appetite and better sleep quality.

Objective: To determine the effect of baby massage on the weight and sleep quality of babies aged 3-6 months at Griya Apressa in 2023.

Methodology: The design used in this research is a quasi-experimental design. Out of the 32 babies, 16 babies were in the experimental group who received treatment, being given baby massage and 16 babies were in the control group who were not treated.

Results: results that were given massage treatment from 16 respondents, the results of the Paired T Test obtained a p value of $0.000 < 0.05$, which means that there was an effect of baby massage on the weight of babies aged 3-6 months at Griya Apressa in 2023. Research results in the group Experiments that were given massage treatment from 16 respondents, the results of the Wilcoxon Signed Rank Test obtained the Asymp value. Sig. $0.000 < 0.05$, which means there is an influence of baby massage on the sleep quality of babies aged 3-6 months at Griya Apressa in 2023.

Conclusion: There is an effect of baby massage on the weight and sleep quality of babies aged 36 months at Griya Apressa in 2023.

Suggestion: It is hoped that further research will develop this research so that more variables are studied on the benefits of baby massage.

Keywords: baby massage, weight, sleep quality.

References: 38 (2018 – 2023).

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	ix
<i>ABSTRACT</i>	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR SINGKATAN	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan umum	5
1.3.2 Tujuan khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Bagi institusi pendidikan	5
1.4.2 Bagi instansi/lahan	5
1.4.3 Bagi responden/masyarakat	5
1.4.4 Bagi praktisi dan pelayanan kesehatan	6
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Kajian Teori	7
2.1.1 Berat badan bayi	7
2.1.2 Kualitas tidur	9
2.1.3 Bayi	11
2.1.4 Pijat bayi	14
2.2 Kerangka Teori	18

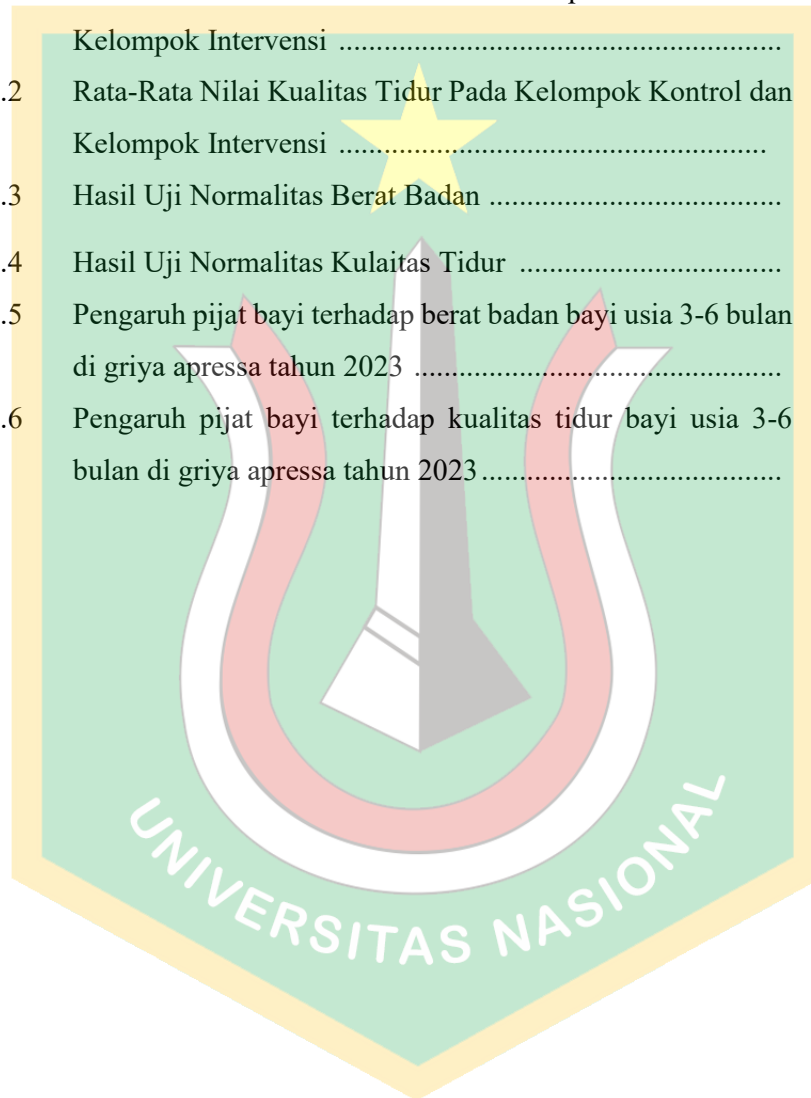
2.3 Kerangka Konsep	19
2.4 Hipotesis Penelitian	20
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	21
3.1 Desain Penelitian	21
3.2 Populasi dan Sampel	22
3.2.1 Populasi	22
3.2.2 Sampel	22
3.3 Lokasi Penelitian	23
3.4 Waktu Penelitian	23
3.5 Variabel Penelitian	23
3.5.1 Variabel bebas	23
3.5.2 Variabel terikat	24
3.6 Definisi Operasional Penelitian	24
3.7 Instrumen Penelitian	25
3.8 Uji Validitas dan Reabilitas	26
3.8.1 Uji validitas	26
3.8.2 Uji reabilitas	26
3.9 Prosedur Pengumpulan Data	26
3.10 Analisis Data	27
3.10.1 Persiapan	27
3.10.2 Tabulasi	27
3.11 Etika Penelitian	28
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	30
4.1 Hasil Penelitian	30
4.1.1 Analisis Univariat	30
4.1.2 Analisis Bivariat	31
4.2 Pembahasan	33
4.2.1 Analisis Univariat	33
4.2.2 Analisis Bivariat	34
4.3 Keterbatasan Penelitian	37
BAB V. SIMPULAN DAN SARAN	38
5.1 Simpulan	38

5.2 Saran	38
5.2.1 Bagi Griya Apressa	38
5.2.2 Bagi Institusi pendidikan	38
5.2.3 Bagi profesi bidan	39
5.2.4 Bagi Bayi	39
5.2.5 Bagi penelitian selanjutnya	39
DAFTAR PUSTKA	40
LAMPIRAN	43



DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
2.1	Pertumbuhan Balita	12
3.1	Desain Penelitian	22
3.2	Definisi Operasional	24
4.1	Rata-Rata Berat Badan Pada Kelompok Kontrol dan Kelompok Intervensi	30
4.2	Rata-Rata Nilai Kualitas Tidur Pada Kelompok Kontrol dan Kelompok Intervensi	30
4.3	Hasil Uji Normalitas Berat Badan	31
4.4	Hasil Uji Normalitas Kualitas Tidur	31
4.5	Pengaruh pijat bayi terhadap berat badan bayi usia 3-6 bulan di griya apresa tahun 2023	32
4.6	Pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 3-6 bulan di griya apresa tahun 2023	33



DAFTAR GAMBAR

Gambar		Halaman
2.1	Pijatan pada telapak kaki bayi	17
2.2	Pijatan pada perut bayi	17
2.3	Pijatan pada tangan bayi	18
2.4	Pijatan pada muka bayi	19
2.5	Kerangka teori	19



DAFTAR SINGKATAN

AKB	: Angka Kematian Bayi
AKABA	: Angka Kematian Balita
ASI	: Air Susu Ibu
EEG	: Electro Encephalogram
IMD	: Inisiasi Menyusu Dini
PSQI	: Pittsburgh Sleep Quality Indeks
WHO	: World Healthy Organization



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Lembar Konsultasi Skripsi	44
Lampiran 2	Surat Ijin Penelitian dari Fakultas	46
Lampiran 3	Surat Balasan Penelitian dari Instansi Penelitian	47
Lampiran 4	Uji Etik	48
Lampiran 5	Informed Consent	49
Lampiran 6	Hasil Output Pengolahan Data SPSS	50
Lampiran 7	Standar Operasional Prosedur Pijat Bayi	54
Lampiran 8	Kuesioner Kualitas Tidur	57
Lampiran 9	Master Tabel	62
Lampiran 10	Dokumentasi	65
Lampiran 11	Biodata Penulis	67

