

**PENGARUH PIJAT TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI
USIA 6-12 BULAN DI KOMUNITAS**

SKRIPSI

**Diajukan sebagai salah satu syarat
Untuk meraih gelar Sarjana Keperawatan**



Disusun Oleh:

NAMA : Shelvy Setyawati
NIM : J 210.181.198

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2019**

HALAMAN PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa

Skripsi yang berjudul :

PENGARUH PIJAT TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI USIA 6-12 BULAN DI KOMUNITAS

Disusun Oleh:

SHELVY SETYAWATI

J210181198

Telah disetujui dan dipertahankan dihadapan Dewan Penguji Skripsi
Program Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta

**Mengetahui,
Dosen Pembimbing**



Dian Nur Wulanningrum, S.Kep., Ns., M.Kep

Tanggal: 19 Desember 2019

PENGESAHAN SKRIPSI

Berjudul:

**PENGARUH PIJAT TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI USIA 6-12
BULAN DI KOMUNITAS**

Oleh:

SHELVY SETYAWATI

J 210 181 198

**Dipertahanan di hadapan Tim Penguji
Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada tanggal : 19 Desember 2019**

Pembimbing


Dian Nur Wulanningrum, S.Kep., Ns., M.Kep

Penguji :

1. Dian Nur Wulanningrum, S.Kep., Ns., M.Kep

2. Dian Hudiawati, S.Kep., Ns., M.Kep

3. Sulastri, S.Kp., M.Kes


(.....)


(.....)

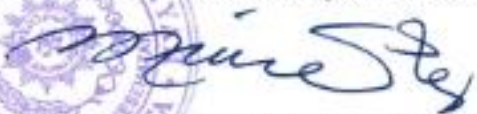

(.....)

**Menyetujui
Kaprodi Keperawatan**


Arum Pratiwi, S.Kp., M.Kes., Ph.D
NIK.660

**Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta**




Dr. Mutalazimah, S.KM., M.Kes
NIK. 786

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Shelvy Setyawati
NIM : J 210 181 198
Program Studi : S1 Keperawatan
Judul Skripsi : **PENGARUH PIJAT TERHADAP KUALITAS
TIDUR BAYI USIA 6-12 BULAN DI KOMUNITAS**

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa dalam penulisan skripsi yang saya buat ini merupakan karya saya sendiri, kecuali kutipan-kutipan dan ringkasan-ringkasan yang semuanya telah saya jelaskan sumbernya. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini adalah hasil dari jiplakan dan ditemukan ketidakbenaran dalam pernyataan saya diatas, maka saya bersedia untuk pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 19 Desember 2019

Penulis,



Shelvy Setyawati
(J 210 181 198)

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI ILMIAH

Bismillahirrahmaanirrohlim

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya

Nama : Shelvy Setyawati

NIM : J 210 181 198

Fakultas/Jurusan : Ilmu Kesehatan/ Keperawatan

Jenis : Tesis

Judul Tesis : Pengaruh Pijat Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia
6-12 Bulan Di Komunitas

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya menyetujui untuk :

1. Memberikan hak bebas royalti kepada perpustakaan UMS atas penulisan karya ilmiah saya, demi pengembangan ilmu pengetahuan.
2. Memberikan hak menyimpan, mengalih mediakan / mengalih formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikan, serta menampilkannya dalam bentuk *soft copy* untuk kepentingan akademis kepada perpustakaan UMS, tanpa perlu meminta izin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta.
3. Bersedia dan menjamin untuk menanggung secara pribadi tanpa melibatkan pihak perpustakaan UMS, dari semua bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran hak cipta dalam karya ilmiah ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan semoga dapat digunakan sebagai mestinya.

Surakarta, 19 Desember 2019
Yang menyatakan



Shelvy Setyawati

MOTTO

“kejarlah cita-cita mu setinggi langit, bermimpilah setinggi langit. Jika kamu jatuh, maka kamu akan jatuh diantara bintang-bintang”

“Jika kamu tidak mengejar apa yang kamu inginkan, maka kamu tidak akan mendapatkannya. Jika kamu tidak bertanya maka jawabannya adalah tidak. Jika kamu tidak melangkah maju, kamu akan tetap berada di tempat yang sama” –

Nora Roberts

“Orang-orang yang berhenti belajar akan menjadi pemilik masa lalu. Orang-orang yang masih terus belajar, akan menjadi pemilik masa depan” –

Mario Teguh

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan usulan proposal dengan judul “Pengaruh Pijat Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 6-12 Bulan Di Komunitas”.

Usulan Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk meraih gelar Sarjana Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Surakarta. Dalam penyusunan usulan proposal ini penulis banyak mendapat bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak, oleh karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada yang terhormat :

1. Dr. Sofyan Anif, M.Si selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta
2. Dr. Mutalazimah, S.KM., M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
3. Arum Pratiwi, S.Kep., M.Kes., Ph.D., selaku Kepala Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
4. Dian Nur Wulanningrum, S.Kep., Ns., M.Kep selaku dosen pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan proposal ini

5. Pihak Puskesmas Sewon II Bantul yang telah memberikan izin dan menjembatani dalam penyusunan proposal ini
6. Orang tua dan keluarga saya yang telah memberikan bantuan, dukungan material dan moral, dan
7. Sahabat yang telah banyak membantu saya dalam menyelesaikan proposal ini.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga proposal penelitian ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya bidang keperawatan.

Surakarta, Juli 2019

Penulis

PENGARUH PIJAT TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI USIA 6-12 BULAN DI KOMUNITAS

Shelvy Setyawati¹⁾, Dian Nur Wulanningrum²⁾

Abstrak

Pendahuluan: Tidur merupakan faktor yang mempengaruhi perkembangan pada bayi. Bayi membutuhkan waktu tidur yang optimal untuk memproduksi hormon perkembangan. Kualitas tidur yang buruk pada bayi memberikan dampak negatif seperti bayi menjadi mudah emosi, konsentarsi dan daya imunitas tubuhnya menurun. Salah satu terapi untuk meningkatkan kualitas tidur yang baik yaitu dengan pemberian stimulus dari luar berupa terapi pijat bayi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pijat terhadap kualitas tidur bayi usia 6-12 bulan.

Metode: Jenis metode yang digunakan adalah eksperimen dengan rancangan penelitian *quasy-experimental design Pretest-posttest control group design*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *porbability sampling* dengan metode *cluster sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 28 responden. Instrumen pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner kualitas tidur. Data dianalisis menggunakan uji *paired t-test* dan *independent t-test*.

Hasil: Hasil uji *paired t-test* pada kelompok intervensi didapatkan nilai *p value* $0,036 < 0,05$ artinya terdapat pengaruh pijat terhadap kualitas tidur bayi sementara pada kelompok kontrol didapatkan nilai *p value* $0,210 > 0,05$ artinya tidak ada perubahan pada kualitas tidur bayi. Hasil uji *independent t-test* diperoleh hasil bahwa tidak terdapat perbedaan rata-rata kualitas tidur pre test antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol (*p-value* = 0,976) dan terdapat perbedaan rata-rata kualitas tidur post test antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol (*p-value* = 0,034).

Kesimpulan: Bayi yang mendapat terapi pijat memiliki peluang terjadi peningkatan kualitas tidur. Terapi pijat dapat digunakan sebagai metode non farmakologi untuk meningkatkan kualitas tidur bayi sehingga bayi dapat mencapai perkembangan yang optimal.

Kata Kunci : Bayi Usia 6-12 Bulan, Kualitas Tidur, Pijat Bayi.

ABSTRACT

Name : Shelvy Setyawati
Study Program : Science of Nursing
Title : The Effect Of Massage Towards The Quality Of Baby Sleeping Age 6 To 12 Months In The Community

Introduction: Sleeping is the factor that influence the growth and development of the baby. The baby needs the optimum time to produce the hormone of growth. The quality of bad sleeping of the baby gave the negative impact like the baby be easy in emotions, concentrate, and the immunity body declined. One of the therapy to increase the quality of good sleeping was giving the stimulant of outside like the therapy of baby's massage. The purpose of this study is to determine the effect of massage on sleep quality of babies aged 6-12 months.

Method: The type of method used in this study is an experimental research design quasy-experimental design Pretest-posttest control group design. The sampling technique uses porbability sampling with cluster sampling method with a sample size of 28 respondents. Data collection instruments uses a sleep quality questionnaire sheet. Analyzed using paired t-test and independent t-test. **Result:** The paired t-test results in the experimental group obtained p value $0,036 < 0,05$ meaning that there is an influence of massage on baby sleep quality, while in the control group obtained a p-value $0,210 > 0,05$ that there was no change in the sleep quality of infant. The results of independent t-test result that there is no difference in the average sleep quality pre test between the experimental group and control group (p-value = 0,976) and there are differences in the average sleep quality post test between the experimental group and control group (p-value = 0,034).

Conclusion: Babies who receive massage therapy can be used as a non-pharmacological method to improve baby's sleep quality so that the baby can achieve optimal development.

Keywords : Baby Massage, Sleep Quality, 6-12 Months Old Babies

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iv
PERNYATAAN PUBLIKASI.....	v
MOTTO	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
E. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN TEORI	
A. Tinjauan Pustaka	8
1. Bayi	8
2. Kualitas tidur bayi	14
3. Pijat bayi	17
4. Hubungan pijat bayi dengan kualitas tidur bayi.....	33
B. Kerangka Teori.....	35
C. Kerangka Konsep	36
D. Hipotesis.....	37

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Rancangan Penelitian	38
B. Waktu dan Tempat Penelitian	39
C. Populasi dan Sampel	40
D. Variabel penelitian	43
E. Definisi Operasional.....	44
F. Instrumen Penelitian.....	45
G. Uji Validitas dan Reliabilitas	46
H. Etika Penelitian	48
I. Pengolahan Data dan Analisa Data	49
J. Jalannya Penelitian.....	51

BAB IV HASIL PENELITIAN & PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	56
1. Analisa deskriptif (Univariat)	56
2. Analisa Bivariat.....	61
B. Pembahasan.....	64
C. Keterbatasan Penelitian.....	70

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	71
B. Saran.....	71

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Kerangka Teori	35
Gambar 2.2	Kerangka Konsep.....	36

GAMBAR TABEL

Tabel 3.1	Desain Penelitian <i>Pretest-Posttes</i> <i>Control Group Design</i>	39
Tabel 3.2	Penentuan Sampel	43
Tabel 3.3	Definisi Operasional Variabel	44
Tabel 3.4	Kisi-Kisi Pertanyaan Kuesioner	45
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pekerjaan Orang Tua Kelompok Intervensi	56
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pekerjaan Orang Tua Kelompok Kontrol	57
Tabel 4.3	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pendidikan Orang Tua Kelompok Intervensi	57
Tabel 4.4	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pendidikan Orang Tua Kelompok Kontrol	57
Tabel 4.5	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia Responden Kelompok Intervensi	58
Tabel 4.6	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia Responden Kelompok Kontrol	58
Tabel 4.7	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin Responden Kelompok Intervensi	59
Tabel 4.8	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin Responden Kelompok Kontrol	59
Tabel 4.9	Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur Kelompok Intervensi	59
Tabel 4.10	Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur Kelompok Kontrol	60
Tabel 4.11	Uji Normalitas Data	61
Tabel 4.12	Uji Homogenitas Data	61
Tabel 4.13	Hasil Uji Paired Sampel T-Test	62
Tabel 4.14	hasil uji independent sampel t-test	62
Tabel 4.15	Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur Bayi	63

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 :** Lembar Permohonan
- Lampiran 2 :** Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 3 :** Lembar Kuesioner
- Lampiran 4 :** Lembar SOP Pijat Bayi
- Lampiran 5 :** Lembar Leaflet
- Lampiran 6 :** Lembar Uji Reliabilitas
- Lampiran 7 :** Lembar Hasil Penelitian
- Lampiran 8 :** Lampiran Surat