



STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

SKRIPSI

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI
USIA 4-7 BULAN DI DESA GANTEN KECAMATAN KERJO
KABUPATEN KARANGANYAR JAWA TENGAH 2015**

MELA SARI PUTRI

1303020

**PROGRAM STUDI S-1 ILMU KEPERAWATAN PROGRAM B
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM
YOGYAKARTA**

2016



STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

SKRIPSI

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI
USIA 4-7 BULAN DI DESA GANTEN KECAMATAN KERJO
KABUPATEN KARANGANYAR JAWA TENGAH 2015**

MELA SARI PUTRI

1303020

**PROGRAM STUDI S-1 ILMU KEPERAWATAN PROGRAM B
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM
YOGYAKARTA**

2016

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI
USIA 4-7 BULAN DI DESA GANTEN KECAMATAN KERJO
KABUPATEN KARANGANYAR JAWA TENGAH 2015**

SKRIPSI

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Keperawatan**

MELASARI PUTRI

1303020

**PROGRAM STUDI S-1 ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM
YOGYAKARTA**

2016

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul “Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 4-7 Bulan Di Desa Ganten Kecamatan Kerjo Kabupaten Karanganyar Jawa Tengah 2015” yang saya kerjakan untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi sarjana keperawatan Program Studi S-1 Ilmu Keperawatan STIKES Betheda Yakkum Yogyakarta, bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi kesarjanaan di lingkungan institusi maupun perguruan tinggi atau instansi manapun, kecuali bagian yang sumber informasinya dicantumkan sebagaimana mestinya.

Jika kemudian hari didapati bahwa hasil skripsi ini adalah hasil tiruan dari skripsi lain, saya bersedia dikenai sanksi yaitu pencabutan gelar kesarjanaan saya.

Yogyakarta, Maret 2016

Mela Sari Putri

1303020



LEMBAR PENGESAHAN

**Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan tim penguji
sidang pada tanggal 23 Maret 2016**

Penguji I

Ruthy Ngapiyem, S.Kp., M.Kes

Penguji II

Djuminten, APP, MPH

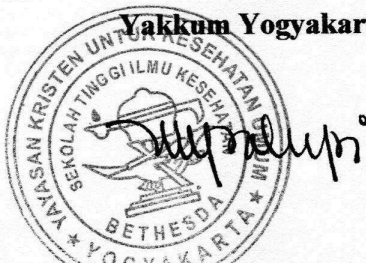
Penguji III

Priyani Haryani, S.Kep., Ns, M.Kep

Mengesahkan,

Ketua STIKES Bethesda

Yakkum Yogyakarta



Mengetahui,

Ka Prodi S-1 Ilmu Keperawatan

(Niken WN. Palupi, S.Kp.,M.Kes) (Nurlia Ikaningtyas, S.Kep.,Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB)

MOTTO

*"Segala perkara dapat kutanggung di dalam Dia
yang memberi kekuatan kepadaku"*

(Filipi 4:13)

*"Sebab itu janganlah kamu kuatir akan hari besok, karena hari besok mempunyai kesusahannya
sendiri. Kesusahan sehari cukuplah untuk sehari"*

(Matius 6:34)

*"orang yang berjalan maju dengan menafsir sambil menabur benih, pasti pulang dengan sorak-sorai
sambil membawa berkas-berkasnya"*

(Mazmur 126:6)

*"Sebab Tuhan, Dia sendiri akan berjalan di depanmu, Dia sendiri akan menyertai engkau, Dia tidak
akan membiarkan engkau dan tidak akan meninggalkan engkau; janganlah takut dan janganlah
patah hati"*

(Ulangan 31:8)

PERSEMBAHAN

Dengan rasa syukur, skripsi ini saya persembahkan kepada

- 1. Tuhan Yesus Kristus yang selalu memberkati, memberi kekuatan dan perlindungan*
- 2. Kedua orangtuaku tercinta Bapak Sardiman dan Ibu Sirdiyati yang selalu memberikan dukungan doa, semangat dan materi untuk kelancaran skripsi*
- 3. Buat saudara-saudaraku tersayang Mas Danar, Mas Ari, Fika, Tami yang selalu memberi semangat dan dukungan dalam menyelesaikan skripsi*
- 4. Kepada dosen - dosen, khususnya dosen PA, dosen pembimbing, dan dosen penguji yang telah banyak membimbing serta mendidik saya selama proses pembelajaran di STIKES BETHESDA*
- 5. Buat sahabat tersayangku Dewi, Yana, Tya, Kak Olwiani, Dahlia, Kak Kesthi, Sibra, Ditta, Pak Suryo, Mbak Zurry, dan teman-teman Pro-B 2013 yang sudah membantu dan selalu member dukungan semangat dalam menyelesaikan skripsi saya.*

ABSTRAK

MELA SARI PUTRI. “Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 4-7 Bulan Di Desa Ganten Kecamatan Kerjo Kabupaten Karanganyar Jawa Tengah 2015”.

Latar Belakang: Menurut Maslow tidur merupakan kebutuhan dasar yang harus terpenuhi. Bayi memiliki kebutuhan tidur yang lebih banyak daripada usia lainnya. Bayi yang mengalami kesulitan tidur akan mengganggu terpenuhinya kebutuhan tidur bayi. Pada bulan September 2015 di Desa Ganten dari 7 bayi, 4 bayi pada malam hari terbangun lebih dari 3 kali. Tujuh ibu mengatakan tidak tahu tentang pijat bayi dan belum pernah melakukan pijat bayi. Masyarakat menganggap pijat bayi bukan terapi yang bermanfaat.

Tujuan: Mengetahui pengaruh pemijatan bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 4-7 bulan di Desa Ganten Kecamatan Kerjo Kabupaten Karanganyar Jawa Tengah 2015.

Metode: Merupakan penelitian *Quasi Experimental*, dengan pendekatan *post test-only non equivalent control group*, populasi adalah ibu dan bayinya yang berusia 4-7 bulan yang tinggal di Desa Ganten, dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling* sebanyak 14 sampel. Penelitian ini menggunakan lembar *BISQ* dan analisa data menggunakan uji *Fisher*.

Hasil: Kelompok intervensi ada 7 bayi tidak ada gangguan tidur dan kelompok kontrol 4 bayi tidak ada gangguan tidur. Uji *Fisher*, menunjukkan nilai $p = 0,096 > \alpha = 0,05$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak.

Kesimpulan: Tidak ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan kualitas tidur bayi usia 4-7 bulan di Desa Ganten Kecamatan Kerjo Kabupaten Karanganyar Jawa Tengah 2015.

Saran: Kepada peneliti berikutnya untuk memperbanyak jumlah responden dan mengendalikan faktor pengganggu kualitas tidur.

Kata kunci: pengaruh pijat bayi-kualitas tidur bayi-usia 4-7 bulan ii + 83 hal + 8 tabel + 3 skema + 11 lampiran
Kepustakaan: 32, 2006-2015

ABSTRACT

MELA SARI PUTRI. “The Effect of Infant Massage on the Quality of Sleep of Infants Aged 4-7 Months in the Village of Ganten Kerjo, Regency of Karanganyar, Central Java in year 2015”

Background: According to Maslow sleep is a basic need to fulfill. Infants have needs more sleep than other ages. Infants who have sleeping trouble will affect the need fulfillment of sleep of a baby. In September 2015 in Ganten village, 4 of 7 infants woke up more than 3 times at night. Seven mothers said that they did not know about infant massage and they had never done baby massage. People thought that baby massage therapy was not useful.

Purpose: To determine the effect of infant massage on the quality of sleep of infants aged 4-7 months in the village of Ganten Kerjo Regency of Karanganyar, Central Java, in year 2015.

Methodology: Quasi-Experimental research design, with post-test-only approach to non equivalent control group, the population are baby aged 4-7 months and their mothers who live in the village of Ganten, with purposive sampling technique of 14 samples. This research used a BISQ and data analysis using Fisher's exact test.

Result: The intervention group, 9 infants are not sleep disorders and the control group 4 infants are not sleep disorder. Fisher's exact test, showed the value of $p = 0.096 > \alpha = 0.05$, then H_0 is accepted and H_a is rejected.

Conclusion: There is no effect of infant massage on the quality of sleep of infants aged 4-7 months in the village Ganten Kerjo Regency of Karanganyar, Central Java, 2015.

Recommendations: To the next researcher is to increase the number of respondents and to control the sleep quality disturbing factors.

Keyword: effect of infant massage, the quality of sleep of infants, aged 4-7 months ii + 83 pages + 8 tables + 3 schemes + 11 appendices

Bibliography: 32, 2006-2015

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas segala kasih dan berkat-Nya. Segala hormat kemuliaan yang tak terhingga ditujukan kehadiran Bapa Surgawi yang telah memberikan berkat, anugerah dan penguatan yang luar biasa selama menjalani proses pembuatan skripsi ini, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 4-7 Bulan Di Desa Ganten Kecamatan Kerjo Kabupaten Karanganyar Jawa Tengah 2015”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.

Selama proses penyusunan skripsi ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, untuk itu peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Niken WN. Palupi, S.Kp.,M.Kes., selaku Ketua STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
2. Bapak Sunarto selaku Kepala Desa Ganten beserta staf yang telah memberi ijin penelitian.
3. Ibu Nurlia Ikaningtyas, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp. Kep. MB, selaku Kepala Prodi S1 Ilmu Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.

4. Ibu Ruthy Ngapiyem, S.Kp., M.Kes selaku koordinator dalam penyusunan skripsi dan pengajar Riset keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda Yakkum Yogyakarta.
5. Ibu Djuminten, APP, MPH dan ibu Priyani Haryani, S.Kep., Ns, M.Kep selaku pembimbing dalam penulisan skripsi yang telah banyak mengarahkan dan memberikan masukan, saran, ide dan kritik kepada penulis.
6. Kedua Orang tua saya yang selalu memberi dukungan semangat dan doa.
7. Teman-teman dan sahabat mahasiswa STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta S1 program B angkatan ke -3 yang memberi dukungan, semangat dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini.

Peneliti menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu peneliti mengharapkan saran dan kritikan yang bersifat membangun demi perbaikan selanjutnya.

Yogyakarta, Maret 2016

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR SKEMA.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah Penelitian	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Keaslian Penelitian	7

BAB II KAJIAN TEORI

A. Landasan Teori.....	10
1. Bayi	10
2. Pijat Bayi	11
a. Pengertian Pijat Bayi	11
b. Tujuan Pijat Bayi	11
c. Manfaat Pijat Bayi	12
d. Mekanisme Pijat Bayi	14
e. Persiapan Pijat Bayi	16
f. Hal yang harus diperhatikan saat Pijat Bayi	17
g. Waktu pemijatan.....	19
h. Cara pemijatan.....	20
i. Teknik pijat bayi.....	20
3. Tidur	37
a. Pengertian.....	37
b. Irama sirkadian	37
c. Pengaturan tidur	38
d. Tahapan tidur.....	38
e. Pola tidur normal	40
f. Faktor yang mempengaruhi tidur	41
g. Gangguan tidur	42
h. Kualitas tidur	46
i. Instrument kualitas tidur.....	47

B. Kerangka Teori.....	51
C. Kerangka Konsep	52
D. Hipotesis.....	53
E. Variabel Penelitian	53
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian.....	56
B. Waktu dan Tempat Penelitian	56
C. Populasi dan Sampel	57
D. Alat Ukur Penelitian.....	58
E. Uji validitas dan Reliabilitas	59
F. Etika Penelitian	59
G. Prosedur Pengumpulan Data	60
H. Analisis Data	62
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	68
1. Analisis Univariat.....	68
2. Analisis Bivariat.....	71
B. Pembahasan	72
1. Analisis Univariat.....	72
2. Analisis Bivariat.....	75
C. Keterbatasan Penelitian Hasil Penelitian.....	78
BAB V Kesimpulan dan Saran	
A. Kesimpulan.....	79

B. Saran.....79

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Keaslian Penelitian.....	8
Tabel 2. Definisi Operasional	54
Tabel 3. Pengumpulan Data	62
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Usia Responden di desa Ganten Kerjo Karanganyar Jawa Tengah 2015	68
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Responden di desa Ganten Kerjo Karanganyar Jawa Tengah 2015	69
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Berat Badan Responden di desa Ganten Kerjo Karanganyar Jawa Tengah 2015	69
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur Responden pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol di Desa Ganten Kerjo Karanganyar Jawa Tengah 2015.....	70
Tabel 8. Pengaruh Pijat Bayi terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 4–7 Bulan di desa Ganten Kerjo Karanganyar Jawa Tengah 2015.....	71

DAFTAR SKEMA

	Halaman
Skema 1. Kerangka Teori.....	51
Skema 2. Kerangka Konsep.....	52
Skema 3. Desain Penelitian.....	56

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Permohonan Penelitian
- Lampiran 2. Surat Permohonan Menjadi Responden Penelitian
- Lampiran 3. Pernyataan Kesiapan Menjadi Responden Penelitian
- Lampiran 4. Pernyataan Kesiapan Menjadi Asisten Peneliti
- Lampiran 5. *Brief Infant Sleep Questionnaire (BISQ)*
- Lampiran 6. Standar Operasional Prosedur (SOP) Pijat Bayi
- Lampiran 7. Tabel Umum
- Lampiran 8. Hasil Perhitungan Komputerisasi
- Lampiran 9. Hasil Perhitungan Manual
- Lampiran 10. Tabel Factorial
- Lampiran 11. Data Kehadiran Bayi Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol