

**PIJAT BAYI TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI  
USIA 0-6 BULAN DI POSKESDES WINENET I**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Untuk Menyelesaikan  
Pendidikan Diploma IV Jurusan Kebidanan  
Politeknik Kesehatan Kemenkes Manado



Oleh

Sandra Cecilia Tendean  
711530118057

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI  
POLITEKNIK KESEHATAN MANADO  
2019**

## HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Sandra C Tendean

NIM : 711530118057

Jurusan : Kebidanan

Program Studi : Diploma IV Alih Jenjang

Menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Apabila di kemudian hari ternyata Skripsi ini merupakan hasil karya orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pencabutan gelar akademik.

Manado, 20 Juli 2019

Yang membuat pernyataan



*Sandra C Tendean*  
Sandra C Tendean

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**Skripsi**

**PIJAT BAYI TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI  
USIA 0-6 BULAN DI POSKESDES WINENET I**

Yang diajukan oleh

**Sandra Cecilia Tendean**  
NIM. 711530118057

telah disetujui oleh:

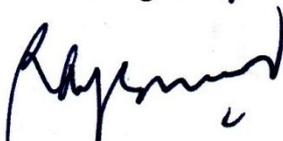
Pembimbing I



**Dr. Martha D. Korompis, SST, SPd, M.Kes**  
NIP. 19600902 199003 2 001

Tanggal 19 Juli 2019

Pembimbing II



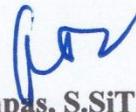
**Sandra G. J. Tombokan, S.SiT, M.Kes**  
NIP. 19740131 199203 2 001

Tanggal 20 Juli 2019

## LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini telah diterima dan disetujui oleh TIM Penguji Ujian Akhir Program Politeknik Kesehatan Kemenkes Manado Jurusan Kebidanan, sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan pendidikan Diploma IV pada tanggal 23 Juli 2019

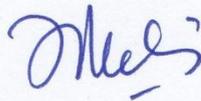
Ketua Penguji



**Robin Dompas, S.SiT, S.Pd, MPH**

NIP. 19591121 199003 1 003

Anggota Penguji



1. Amelia Donsu, SST, M.Kes  
NIP. 19750409 200212 2 002



2. Dr. Martha D. Korompis, SST, SPd, M.Kes  
NIP. 19600902 199003 2 002

Manado, Juli 2019



**Atik Purwandari, SKM, M. Kes**  
NIP. 19751106 200212 2 003

## CURRICULUM VITAE



### A. IDENTITAS

Nama : Sandra Cecilia Tendean  
Tempat/Tanggal Lahir : Manado, 29 Mei 1987  
Agama : Kristen Protestan  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Alamat : JL.Pulau Bentenan Kleak Ling VI

### B. RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD (1997) : SDN 70 Manado
2. SMP (2001) : SMPN 7 Manado
3. SMA (2003) : SMAN 9 Manado
4. Diploma III Kebidanan (2011-2014): AKBID Trinita Manado
5. Diploma IV Kebidanan (2018-2019): Poltekkes Kemenkes Manado

## **KATA PENGANTAR**

Rasa syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Skripsi dengan judul “Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 0-6 Bulan Di Poskesdes Winenet I.

Penulisan Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk menempuh ujian akhir pada Program Studi Diploma IV (D IV) Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Manado, guna memperoleh gelar Sarjana Terapan kebidanan (S. Tr. Keb).

Dalam penulisan skripsi ini, penulis menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan baik dari segi materi maupun dari penulisannya. Oleh karena itu saran dan masukan yang sifatnya membangun dari semua pihak sangat diharapkan guna melengkapi kekurangan yang ada.

Keberhasilan penulis dalam menyusun skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Berkenaan dengan hal ini, patutlah penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dra. Elisabeth N. Barung, M.Kes, Apt., selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Manado yang telah memberikan kesempatan untuk mengikuti pendidikan di Poltekkes Kemenkes Manado Jurusan Kebidanan.
2. Atik Purwandari, SKM, M.Kes., selaku Ketua Jurusan Kebidanan yang selalu memberikan nasihat dan arahnya selama penulis mengikuti studi di Poltekkes Kemenkes Manado Jurusan Kebidanan.

3. Sesca Diana Solang, S.SiT, M.Kes., selaku Ketua Program Studi Jurusan Kebidanan yang selalu memberikan arahan dan bimbingan selama mengikuti pendidikan.
4. Dr. Martha D. Korompis, SPd, S.SiT, M.Kes., selaku pembimbing I yang tidak henti-hentinya dengan sabar memberikan arahan dan bimbingan selama proses studi hingga penyusunan skripsi dari awal hingga akhir.
5. Sandra G. J. Tombokan, S.SiT, M.Kes., selaku pembimbing II yang begitu banyak memberikan arahan dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Robin Dompas, S.SiT, S.Pd, MPH, selaku penguji I dan pembimbing mata kuliah Metodologi Penelitian yang begitu banyak memberikan arahan dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
7. Amelia Donsu, SST, M.Kes selaku penguji II yang begitu banyak memberikan masukan dan arahan selama mengikuti pendidikan lebih khusus pada penyusunan skripsi ini.
8. Seluruh Dosen dan Staf Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Manado yang telah memberikan ilmu, bimbingan, dan perhatian dan motivasi selama mengikuti pendidikan.
9. Kepala Puskesmas yang telah mengizinkan dan membantu selama proses penelitian, serta ibu-ibu yang telah bersedia menjadikan anaknya sebagai sampel dalam penelitian ini.
10. Kepada teman saya bidan Nunung Iin Indriani yang bertugas di Poskesdes Winenet I yang membantu dalam proses penelitian.

11. Orang tua, suami tercinta Glenn Pondaag dan anak tersayang Anggelina I. T. Pondaag yang selalu memberikan dukungan kepada penulis selama mengikuti pendidikan baik secara materi maupun moril sejak penulis mengikuti pendidikan sampai selesainya penyusunan skripsi.
12. Rekan-rekan mahasiswa Diploma IV Kebidanan Alih Jenjang angkatan 2018 yang saling memberikan semangat dalam mengikuti perkuliahan.
13. Terima kasih pada semua pihak yang telah membantu dan memberikan dukungan baik secara moril dan materil selama mengikuti pendidikan.

Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca. Terima kasih.

Manado, Juli 2019

Penulis

## DAFTAR ISI

|   | Halaman |
|---|---------|
| <b>HALAMAN JUDUL</b> .....                          | i       |
| <b>HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN</b> ..... | ii      |
| <b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....                     | iii     |
| <b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....                      | iv      |
| <b>CURICULUM VITAE</b> .....                        | v       |
| <b>KATA PENGANTAR</b> .....                         | vi      |
| <b>DAFTAR ISI</b> .....                             | ix      |
| <b>DAFTAR TABEL</b> .....                           | xi      |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....                        | xii     |
| <b>DAFTAR GAMBAR</b> .....                          | xiii    |
| <b>ABSTRAK</b> .....                                | xiv     |
| <br>  |         |
| <b>BAB I. PENDAHULUAN</b> .....                     | 1       |
| A. Latar Belakang .....                             | 1       |
| B. Rumusan Masalah .....                            | 3       |
| C. Tujuan Penelitian .....                          | 3       |
| D. Manfaat Penelitian .....                         | 4       |
| <br>  |         |
| <b>BAB II. TINJAUAN PUSTAKA</b> .....               | 5       |
| A. Konsep Dasar Pijat Bayi .....                    | 5       |
| B. Konsep Kualitas Tidur Bayi .....                 | 16      |
| C. Kerangka Teori .....                             | 18      |
| D. Kerangka Konsep .....                            | 19      |
| E. Hipotesis Penelitian .....                       | 19      |
| <br>  |         |
| <b>BAB III. METODE PENELITIAN</b> .....             | 20      |
| A. Jenis Penelitian .....                           | 20      |
| B. Waktu Penelitian .....                           | 20      |
| C. Tempat Penelitian .....                          | 20      |
| D. Definisi Operasional .....                       | 21      |
| E. Populasi dan Sampel .....                        | 21      |
| F. Instrumen Penelitian .....                       | 22      |
| G. Teknik Pengumpulan Data .....                    | 22      |
| H. Jalannya Penelitian .....                        | 23      |
| I. Penolahan Data dan Analisis Data .....           | 24      |

|  |    |
|--|----|
| <b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b> ..... | 26 |
| A. Hasil Penelitian.....                             | 26 |
| B. Pembahasan.....                                   | 30 |
| <b>BAB V. PENUTUP</b> .....                          | 33 |
| A. Kesimpulan.....                                   | 33 |
| B. Saran.....  | 33 |
| <b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....                          | 35 |
| <b>LAMPIRAN</b> .....                                | 37 |

## DAFTAR TABEL

| <b>Tabel</b> |   | <b>Halaman</b> |
|--------------|---|----------------|
| Tabel 1.     | : Waktu tidur sesuai usia bayi .....  | 17             |
| Tabel 2.     | : Definisi Operasional .....  | 21             |
| Tabel 3.     | : Distribusi Responden Berdasarkan Umur<br>di Poskesdes Winenet I Kecamatan Aertembaga<br>Kota Bitung Tahun 2019 .....                        | 27             |
| Tabel 4.     | : Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin<br>di Poskesdes Winenet I Kecamatan Aertembaga<br>Kota Bitung Tahun 2019 .....               | 27             |
| Tabel 5.     | : Distribusi Frekuensi waktu tidur bayi sebelum<br>dilakukan pijat di Poskesdes Winenet I Kecamatan<br>Aertembaga Kota Bitung Tahun 2019..... | 28             |
| Tabel 6.     | : Distribusi Frekuensi waktu tidur bayi sesudah<br>dilakukan pijat di Poskesdes Winenet I Kecamatan<br>Aertembaga Kota Bitung Tahun 2019..... | 28             |
| Tabel 7.     | : Uji Normalitas Kualitas Tidur Pada Responden<br>Dengan <i>Shapiro Wilk</i> Sebelum dan Sesudah Dilakukan<br>Pijat Bayi Tahun 2019.....      | 29             |
| Tabel 8.     | : Hasil Uji <i>Wilcoxon</i> Waktu Tidur Bayi Sebelum dan Sesudah<br>dilakukan Pijat Bayi Tahun 2019.....                                      | 29             |

## DAFTAR LAMPIRAN

| <b>Lampiran</b>   | <b>Halaman</b> |
|---|----------------|
| Lampiran 1 : Surat Survey Data.....                           | 38             |
| Lampiran 2 : Surat Persetujuan Etik .....                     | 39             |
| Lampiran 3 : Surat Penelitian .....                           | 40             |
| Lampiran 4 : Surat Keterangan Kepala Puskesmas Tinombala..... | 41             |
| Lampiran 5 : Surat Pernyataan Penelitian.....                 | 42             |
| Lampiran 6 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden .....       | 43             |
| Lampiran 7 : Lembar Observasi.....                            | 44             |
| Lampiran 8 : Master Tabel .....                               | 45             |
| Lampiran 9 : Leaflet Pijat Bayi.....                          | 46             |
| Lampiran 10 : Dokumentasi Penelitian .....                    | 47             |
| Lampiran 11 : Hasil Output SPSS .....                         | 50             |
| Lampiran 12 A : Lembar Konsultasi Pembimbing I .....          | 51             |
| Lampiran 12 B : Lembar Konsultasi Pembimbing II .....         | 52             |

## DAFTAR GAMBAR

| <b>Gambar</b>                                | <b>Halaman</b> |
|--|----------------|
| Gambar 1. Gambar pijat bagian kaki .....     | 11             |
| Gambar 2. Gambar pijat bagian perut .....    | 12             |
| Gambar 3. Gambar pijat bagian dada .....     | 13             |
| Gambar 4. Gambar pijat bagian tangan .....   | 14             |
| Gambar 5. Gambar pijat bagian wajah .....    | 15             |
| Gambar 6. Gambar pijat bagian punggung ..... | 16             |
| Gambar 7. Gambar Kerangka Teori.....         | 18             |
| Gambar 8. Gambar Kerangka Konsep.....        | 19             |
| Gambar 9. Rancangan Penelitian .....         | 20             |

Tendean Sandra Cecilia. **Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi usia 0-6 Bulan Di Poskesdes Winenet I.** (Di bimbing oleh Dr. Martha D. Korompis, SST, SPd, M.Kes sebagai pembimbing I dan Sandra G. J. Tombokan, S.SiT, M.Kes sebagai pembimbing II)

## ABSTRAK

Tidur merupakan prioritas utama bagi bayi, karena pada saat inilah terjadi *repair neuro-brain* dan kurang lebih 75% hormon pertumbuhan diproduksi. Bayi menghabiskan jumlah rata-rata waktu tidur sekitar 60%. Kekurangan tidur pada bayi akan mengganggu sekresi hormon salah satunya hormon pertumbuhan, dan regenerasi sel-sel tubuhnya sehingga akan menurunkan daya tahan tubuh akibatnya bayi mudah sakit dan kurang konsentrasi sehingga motorik kasarnya menjadi lamban atau justru berlebihan. Tidur merupakan salah satu bentuk adaptasi bayi terhadap lingkungannya. Sesaat setelah lahir, bayi biasanya tidur selama 16-20 jam sehari (Sterling, 2013). Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pijat terhadap kualitas tidur bayi usia 0-6 bulan di poskesdes winenet I Kota Bitung.

Desain penelitian menggunakan quasi eksperimen dengan *one group pre test-post test desain*. Sampel penelitian ini yaitu 15 bayi usia 0-6 bulan, dengan cara menilai waktu jam tidur bayi sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Analisis data yang digunakan yaitu analisis univariat berupa distribusi frekuensi dan persentasi, sedangkan analisis bivariat menggunakan uji *paired t test*.

Hasil penelitian dan pembahasan menunjukkan bahwa ada perbedaan waktu tidur di poskesdes winenet I sebelum dilakukan pijat 12 jam dan sesudah dilakukan pijat dengan sebesar 14 jam, berarti ada perbedaan Nilai probabilitas lebih kecil dari *level of significant* 1% ( $0,004 < 0,05$ ), dapat disimpulkan bahwa pijat bayi berpengaruh signifikan terhadap peningkatan waktu tidur. Disarankan kepada bidan di Poskesdes Winenet Kota Bitung untuk terus mengsosialisasikan pijat untuk bayi kepada masyarakat khususnya ibu-ibu.

**Kata Kunci : Pijat bayi, kualitas tidur**