

**HUBUNGAN FREKUENSI PIJAT BAYI DENGAN KUALITAS TIDUR
BAYI USIA 6-12 BULAN DI ASRI MEDICAL CENTER
YOGYAKARTA TAHUN 2013**

NASKAH PUBLIKASI



**Disusun oleh:
HANIYYAH
201210104297**

**PROGRAM STUDI BIDAN PENDIDIK JENJANG D IV
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
'AISYIYAH YOGYAKARTA
TAHUN 2013**

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN PIJAT BAYI DENGAN KUALITAS TIDUR BAYI USIA 6-12
BULAN DI ASRI MEDICAL CENTER YOGYAKARTA
TAHUN 2013**

NASKAH PUBLIKASI



Disusun Oleh :

HANIYAH

201210104297

Oleh :

Pembimbing

: Andari Wuri Astuti, S.SiT., MPH

Tanggal

: 17-9-2013

Tanda tangan

:



**HUBUNGAN FREKUENSI PIJAT BAYI DENGAN KUALITAS TIDUR
BAYI USIA 6-12 BULAN DI ASRI MEDICAL CENTER
YOGYAKARTA TAHUN 2013**

Haniyah, Andari Wuri Astuti
STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

Abstrak: Pijat bayi merupakan suatu alternatif yang dapat digunakan untuk meningkatkan kualitas tidur pada bayi. Gangguan tidur pada bayi akan berdampak pada proses pertumbuhan dan perkembangan yang tidak optimal, karena aktifitas hormon pertumbuhan akan efektif apabila bayi dalam keadaan tidur. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan pijat bayi dengan kualitas tidur bayi usia 6-12 bulan di Asri Medical Center Yogyakarta tahun 2013. Jenis penelitian ini adalah *survey analitik* dan metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 52 orang. Instrument yang digunakan untuk mengambil data yaitu kuisisioner dan analisa data yang digunakan adalah Uji Statistik *Kendal Tau*. Hasil penelitian didapatkan nilai p sebesar $0,001 < 0,005$ yang menunjukkan ada hubungan antara pijat bayi dengan kualitas tidur bayi usia 6-12 bulan di Asri Medical Center Yogyakarta tahun 2013. Kesimpulan dalam penelitian ini yaitu pijat bayi merupakan suatu cara yang efektif untuk mengatasi gangguan tidur pada bayi, yang mana hal tersebut dapat mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan bayi secara optimal. Saran pada penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan atau perbandingan untuk penelitian selanjutnya mengenai pijat bayi.

Kata kunci : pijat bayi, kualitas tidur

Abstract: Baby massage is an alternative that can be used to improve the quality of sleep to the baby. Sleep disturbance in babies will have an impact on the process of growth and development that is not optimal, because the activity of growth hormone will be effective if the baby is in a state of sleep. The purpose of this study was to determine the relationship of baby massage with the quality of sleep baby aged 6-12 months Asri Medical Center in Yogyakarta in 2013. This research is a survey and analytical methods used in this study is cross-sectional. The sampling technique used is purposive sampling with a total sample of 52 people. Instrument used to take the questionnaire and analyze the data that is Test Statistics *Kendal Tau*. The results obtained p value of $0.001 < 0.005$ which indicates no relationship between sleep quality of baby massage with baby aged 6-12 months Asri Medical Center in Yogyakarta in 2013. The conclusion of this research that infant massage is an effective way to overcome sleep disorders to the baby, which they can affect the baby's growth and development process optimally. Suggestions on this research can be input or comparison for further research on baby massage.

Keywords: infant massage, sleep quality

PENDAHULUAN

Pertumbuhan dan perkembangan merupakan peristiwa yang sangat berhubungan (Rochmah, 2012). Gangguan tumbuh kembang terjadi apabila terdapat faktor genetik atau lingkungan yang tidak dapat mencukupi kebutuhan dasar tumbuh kembang, untuk mengoptimalkan perkembangan potensi bawaan seorang anak dibutuhkan pengasuhan (asuh), kasih sayang (asah), dan stimulasi (asih) secara optimal (Rochmah, dkk. 2012). Penelitian yang dilakukan Minarto (2006) di Kabupaten Bogor didapatkan bayi dengan usia 6-12 bulan mengalami dua bentuk gangguan pertumbuhan yaitu penurunan kecepatan tumbuh panjang badan dan gangguan penurunan berat badan yang serius (Minarto, 2006). Salah satu penghambat tercapainya pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal adalah orang tua tidak memahami pola tidur pada anak (Roesli, 2008). Tidur merupakan salah satu rangsangan bagi tumbuh kembang otak bayi selanjutnya agar cerdas, berakal, dan berpikiran jernih.

Pada saat tidur, sekitar 75% hormon pertumbuhan (Somatotropin) dikeluarkan pada saat bayi tidur, khususnya awal tahap ke-3 dan ke-4 tidur. Tingginya kadar hormon pertumbuhan ini erat hubungannya dengan kondisi fisik bayi karena hormon ini punya tugas merangsang pertumbuhan tulang dan jaringan, serta mengatur metabolisme tubuh, termasuk juga otak bayi. Di Beijing Cina terdapat prevalensi gangguan tidur pada anak usia 2-6 tahun sebesar 23,5%. Menurut Sekartini dan Nuri (2006) pada penelitian yang dilakukannya pada lima kota di Indonesia (Jakarta, Bandung, Batam, Medan dan Palembang) terhadap anak berusia dibawah 3 tahun dengan responden rata-rata berusia 12 bulan terdapat 44,2% anak mengalami gangguan tidur pada. Menurut Lisa Meltzer, seorang spesialis tidur anak di National Jewish Health, masih banyak orang tua yang menganggap masalah tidur pada bayi adalah hal yang biasa, padahal gangguan tidur pada bayi yang tidak tertangani secara benar akan menyebabkan gangguan tidur yang berkelanjutan hingga balita, yang mana hal tersebut akan berpengaruh terhadap perilaku bayi tersebut.

Pada usia 6-12 bulan waktu yang dibutuhkan bayi untuk tidur akan berkurang dibandingkan pada usia sebelumnya. Pada bayi dengan usia 6-12 bulan merupakan tahap perkembangan dimana bayi mulai belajar untuk merangkak, duduk dan berjalan, aktivitas fisik yang dilakukan bayi akan mempengaruhi tidur bayi. Sekitar 50% anak pada usia 6-12 bulan akan mengalami gangguan tidur di malam hari, anak akan terbangun pada malam hari sering terjadi pada anak yang terlalu lama tidur di siang hari atau pada anak yang terlalu semangat untuk bermain sebelum tidur (Rochtiningsing, 2010).

Pemantauan tumbuh kembang pada bayi merupakan upaya kesehatan sebagai suatu langkah antisipasi untuk menemukan kasus penyimpangan tumbuh kembang sejak dini dan mengetahui serta mengenali faktor resiko penyimpangan tersebut, sehingga kasus penyimpangan tumbuh kembang dapat dicegah sedini mungkin (Rochmah. dkk, 2012). Upaya pemerintah dalam bidang kesehatan yang telah dilakukan di berbagai tingkat pelayanan kesehatan, diantaranya Gerakan Nasional Bina Keluarga Balita (Rochmah, dkk. 2012). Selain itu, upaya pemerintah untuk mencegah gangguan pertumbuhan pada bayi yaitu dengan pemberian ASI eksklusif, pemberian imunisasi pada bayi, pemenuhan gizi pada

bayi, selain itu, upaya dalam mengoptimalkan perkembangan pada bayi dapat dilakukan dengan melakukan stimulasi secara optimal (Rizka, 2010) Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk membantu meningkatkan kualitas dan kuantitas tidur bayi adalah dengan pijat. Pijat dapat merangsang keluarnya hormon endorphin yang bisa menurunkan nyeri, sehingga bayi menjadi tenang dan mengurangi frekuensi menangis dengan demikian pijatan juga meningkatkan kualitas dan kuantitas tidur bayi (Prasetiyono,2009).

Di Indonesia, penelitian tentang pijat bayi menunjukkan bahwa pijatan pada bayi dapat membantu mereka tidur lebih baik. Suatu penelitian yang dilakukan di RSKIA Ummi Khasanah Yogyakarta tahun 2010, kepada 40 orang bayi yang memiliki gangguan tidur menunjukkan efek positif, yaitu berkurangnya tingkat gangguan tidur pada bayi atau bahkan bayi dapat kembali tidur dengan waktu yang cukup. Sedangkan bayi yang tidak mengalami gangguan tidur dapat meningkatkan kesehatan dan kebugaran setelah dilakukan pijat (Ningtyas, 2011). Selain itu penelitian yang dilakukan Aprilia di Purwokerto mengenai pijat bayi menemukan peningkatan lama tidur pada bayi yang diberikan terapi pijat. Hal ini membuktikan bahwa pijat bayi memiliki manfaat untuk memberikan kenyamanan, sehingga bayi dapat memiliki waktu tidur yang lebih lama. Dampak lebih lanjut dari pijat bayi adalah mengurangi rewel saat terbangun dan meningkatkan konsentrasi bayi. Melihat bahwa manfaat pijat bayi cukup banyak, maka dirasakan sangat penting melakukan pijat bayi sebagai salah satu bentuk stimulasi perkembangan (Aprilia, 2006).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Asri Medical Center di dapatkan data jumlah kunjungan pijat bayi selama tiga bulan terakhir (januari-maret) yaitu sebanyak 195 orang bayi dan jumlah rata-rata kunjungan pijat bayi perbulan yaitu sebanyak 65 orang bayi. Hasil wawancara kepada 10 orang ibu yang melakukan pijat bayi dengan usia 6-12 bulan didapatkan 6 orang bayi mengalami gangguan tidur seperti sering terbangun di malam hari dan bayi sering rewel. Berdasarkan data tersebut maka peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul "Hubungan Frekuensi Pijat Bayi dengan Kualitas Tidur Bayi usia 6-12 bulan di Asri Medical Center Tahun 2013".

Tujuan dari penelitian ini diketahuinya Hubungan Frekuensi Pijat Bayi Dengan Kualitas Tidur Bayi Usia 6-12 Bulan di Asri Medical Center Yogyakarta Tahun 2013.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *survey analitik*. Metode pendekatan waktu yang digunakan pada penelitian ini adalah *cross sectional*. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pijat bayi dan variabel terikat dalam penelitian ini adalah kualitas tidur bayi, sedangkan variabel pengganggu yaitu kelelahan, lingkungan, nutrisi dan penyakit. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu *purposive sampling* dengan jumlah responden 52 orang bayi dengan kriteria bayi berusia 6-12 bulan, sehat dan minimal pada kunjungan kedua. Analisis data yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara pijat bayi dengan kualitas tidur bayi umur 6-12 bulan, teknik analisis data yang digunakan adalah uji statistik *chi square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia di Asri Medical Center Yogyakarta Tahun 2013

| No | Usia | Frekuensi | % |
|----|-------|-----------|-------|
| 1 | 6-7 | 22 | 42,3% |
| 2 | 8-9 | 18 | 35% |
| 3 | 10-12 | 12 | 32% |
| | Total | 52 | 100,0 |

Sumber : Data primer, 2013

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang melakukan pijat bayi berusia 6-7 bulan. Bayi dengan rentang usia tersebut cenderung memiliki kebiasaan tidur yang belum teratur (Ningtyas, 2011). Sedangkan rentang usia responden yang paling sedikit melakukan pijat bayi adalah 10-12 bulan, sejalan dengan bertambahnya usia maka kebiasaan tidur bayi akan menjadi teratur.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Asri Medical Center Yogyakarta Tahun 2013

| No | Jenis kelamin | Frekuensi | % |
|----|---------------|-----------|-------|
| 1 | Perempuan | 32 | 61,5% |
| 2 | Laki-laki | 20 | 38,4% |
| | Total | 52 | 100,0 |

Sumber : Data primer, 2013

Tabel 2 menunjukkan distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin, dimana sebagian besar responden adalah perempuan yaitu sebanyak 32 (61,5%) dan responden laki-laki sebanyak 20 (38,4%). Bayi laki-laki pada umumnya bersikap lebih aktif, sehingga kemungkinan untuk mengalami kelelahan fisik lebih besar dibandingkan bayi perempuan (Ningtyas, 2011)

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Pijat Bayi di Asri Medical Center Yogyakarta Tahun 2013

| No | Frekuensi pijat bayi | Jumlah | % |
|----|----------------------|--------|--------|
| 1 | Baik | 28 | 53,8% |
| 2 | Kurang | 24 | 46,2% |
| | Total | 52 | 100,0% |

Sumber : Primer, 2013

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan terdapat 28 (53,8%) responden dengan frekuensi pijat bayi baik, hal ini dikarenakan intensitas pijat bayi yang dilakukan lebih sering yaitu minimal dua kali dalam seminggu dan 24 (46,2%) responden dengan frekuensi pijat bayi kurang, hal ini karena intensitas pijat bayi yang diberikan lebih jarang. Meskipun frekuensi pijat bayi tergantung dengan kebutuhan dan kondisi kesehatan bayi serta kemauan orang tua dalam memberikan terapi pijat bayi kepada bayinya, namun semakin rutin terapi pijat

bayi dilakukan akan memberikan efek positif bagi kesehatan, kebugaran dan proses tumbuh kembang.

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur Bayi di Asri Medical Center Yogyakarta Tahun 2013

| No | Kualitas Tidur Bayi | Jumlah | % |
|----|---------------------|--------|--------|
| 1 | Baik | 26 | 50,0% |
| 2 | Sedang | 17 | 32,7% |
| 3 | Kurang | 9 | 17,3% |
| | Total | 52 | 100,0% |

Sumber : Data Primer, 2013

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan terdapat 26 (50%) bayi dengan kualitas tidur yang baik, bayi yang mendapat terapi pijat yang lebih sering akan mempengaruhi terhadap peningkatan kualitas tidurnya, sedangkan kualitas tidur pada bayi yang jarang diberikan pijat bayi tidak menunjukkan peningkatan atau tetap (Ningtyas, 2011). Kualitas tidur kurang dalam penelitian ini terdapat sebanyak 9 (17,3%) responden.

Hubungan Pijat Bayi Dengan Kualitas Tidur Bayi Usia 6-12 Bulan di Asri Medical Center Tahun 2013

Tabel 5 Hubungan Pijat Bayi Dengan Kualitas Tidur Bayi Usia 6-12 Bulan di Asri Medical Center Tahun 2013

| Kualitas tidur | Pijat bayi | | | | Total | | p value | T |
|----------------|------------|------|------|------|-------|------|---------|-------|
| | Kurang | | Baik | | f | % | | |
| | F | % | F | % | f | % | | |
| Kurang | 7 | 13,5 | 2 | 3,8 | 9 | 17,3 | 0,003 | 0,426 |
| Sedang | 11 | 21,2 | 6 | 11,5 | 17 | 32,7 | | |
| Baik | 6 | 11,5 | 20 | 38,5 | 26 | 50 | | |
| Total | 24 | 46,2 | 28 | 53,8 | 52 | 100 | | |

Sumber: Data Primer, 2013

Tabel 5 menunjukkan bahwa terdapat 9 (17,3%) responden yang memiliki kualitas tidur kurang dan 7 (13,5%) memiliki frekuensi pijat bayi yang kurang dan terdapat 26 (50%) responden dengan kualitas tidur baik dimana 20 (38,5%) responden memiliki frekuensi pijat bayi yang baik. Data tersebut menunjukkan pijat bayi mempengaruhi kualitas tidur pada bayi. Dari tabel ini juga menunjukkan nilai $p = 0,03$ sedangkan yang diisaratkan nilai $p = 0,05$, dengan demikian menunjukkan bahwa adanya hubungan antara pijat bayi usia 6-12 bulan dengan kualitas tidur bayi di Asri Medical Center Yogyakarta. Sedangkan hubungan korelasi dari uji statistic diatas didapatkan nilai p value 0,426 yang menunjukkan bahwa tingkat keeratan hubungan antara dua variabel tersebut adalah sedang.

Berdasarkan hasil perhitungan statistik menggunakan *chi square* diperoleh nilai p sebesar $0,003 < 0,005$ yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara

frekuensi pijat bayi dengan kualitas tidur bayi. Berdasarkan data hasil penelitian frekuensi pijat bayi terdapat 24 responden (46,2%) dengan frekuensi kurang dan 28 responden (53,8%) dengan frekuensi baik. Sedangkan kualitas tidur bayi didapatkan 9 responden (17,3%) dengan kualitas tidur kurang, 17 responden (32,7%) kualitas tidur sedang dan 26 responden (50%) kualitas tidur. Dari data tersebut menunjukkan bahwa bayi yang melakukan pijat bayi dengan intensitas lebih sering akan berpengaruh pada kualitas tidur bayi yang lebih baik, dimana tidurnya dapat lebih tenang, tidak mudah rewel serta bayi tampak bugar dan bersemangat saat beraktivitas disiang hari. Penelitian lain yang dilakukan oleh Aprilia (2009) menggunakan dosis terapi pijat bayi sebanyak dua kali dalam seminggu selama empat minggu menunjukkan bahwa pijat bayi mempengaruhi lama tidur bayi. Dosis terapi yang sama juga dilakukan dalam penelitian Widodo dan Herawati (2008) yaitu dua kali dalam seminggu selama empat minggu yang memberikan hasil bahwa pijat bayi berpengaruh pada kemampuan mengangkat kepala.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan di Touch Reseach Institut, Amerika dimana terjadi peningkatan kualitas tidur pada bayi yang dilakukan pijatan selama 2x15 menit setiap minggunya dalam jangka waktu 5 minggu, tidurnya menjadi lebih nyenyak sehingga pada saat bangun tidur bayi dapat berkonsentrasi lebih baik dari pada sebelum dilakukan pijat (Roesli, 2011). Penelitian yang dilakukan oleh Ningtyas (2011) menunjukkan adanya perbedaan durasi tidur antara bayi yang tidak dilakukan pijat bayi dengan bayi yang dilakukan pijat bayi, durasi tidur pada bayi yang diberikan pijat bayi dapat bertahan pada durasi tidur yang tetap atau bahkan durasi tidurnya akan meningkat dibandingkan dengan bayi yang tidak mendapat pijat bayi cenderung mengalami penurunan durasi tidur.

Karakteristik responden yang diperoleh dari hasil penelitian ini terdapat 22 (42,3%) responden dengan rentang usia 6-7 bulan, 18 (35%) responden dengan rentang usia 8-9 bulan dan 12 (32%) responden dengan rentang usia 10-12 bulan. Penelitian yang dilakukan Ningtyas (2011) mengatakan bahwa bayi dengan rentang usia 0-6 bulan tersebut cenderung memiliki kebiasaan tidur yang belum teratur dan seharusnya bayi dengan rentang usia tersebut memiliki kebiasaan tidur yang baik karena hal ini sangat penting guna menunjang percepatan proses pertumbuhan dan perkembangan pada bayi yang sangat optimal berlangsung dalam kondisi bayi tertidur. Sedangkan usia responden yang paling sedikit melakukan pijat bayi yaitu 10-12 bulan, namun angka ini tidak jauh berbeda dengan jumlah bayi dengan rentang usia 8-9 bulan. Menurut Sekartini dan Nuri (2006) pada penelitiannya tentang gangguan tidur pada batita menunjukkan gangguan tidur terjadi sebagian besar pada bayi dengan rentang usia antara 9-12 bulan. hal ini meunjukkan adanya hubungan antara pijat bayi dengan usia.

Pemberian terapi pijat bayi juga berhubungan dengan jenis kelamin, dalam penelitian ini didapatkan data 32 (61,5%) responden perempuan dan 20 (38,4%) responden laki-laki. Anak perempuan memiliki kelenturan fisiknya 5%-10% lebih baik daripada anak laki-laki pada penelitian yang dilakukan Ratna (2013)

didapatkan pada anak berjenis kelamin perempuan mengalami penurunan perkembangan *suspect* sebanyak dua kali dibandingkan anak berjenis kelamin laki-laki. Hal ini menunjukkan pijat bayi lebih berpengaruh terhadap peningkatan perkembangan pada jenis kelamin laki-laki dibandingkan perempuan. Sehingga kebutuhan pijat bayi pada anak perempuan lebih banyak dibandingkan anak laki-laki.

Tingkat keeratan hubungan pada penelitian ini yaitu sedang dengan nilai 0,426. Secara ilmiah pijat bayi akan mempengaruhi kualitas tidur pada bayi, selain itu telah banyak penelitian yang membuktikan bahwa dengan pijat bayi kualitas tidur bayi akan menjadi lebih baik, dalam penelitian ini frekuensi pijat bayi dengan katagori baik terdapat 28 (53,8%) dan kurang sebanyak 24 (2,46,2%) dimana angka ini tidak menunjukkan perbedaan yang banyak, sehingga mempengaruhi hasil keeratan hubungan dalam penelitian ini.

Adanya peningkatan kualitas tidur pada bayi yang dilakukan pijat bayi disebabkan karena adanya peningkatan kadar sekresi serotonin yang dihasilkan pada saat pemijatan. Menurut Roesli (2011) bahwa pijat dapat meningkatkan kadar serotonin yang akan menghasilkan melatonin yang berperan dalam tidur dan membuat tidur lebih lama dan lelap pada malam hari. Selain itu, serotonin juga akan meningkatkan kapasitas sel reseptor yang berfungsi meningkatkan glukokortikoid atau adrenalin (suatu hormone stress). Proses ini menyebabkan terjadinya penurunan kadar hormone stress sehingga bayi yang dipijat akan tampak lebih tenang dan tidak rewel.

Menurut Modjod (2007) kualitas tidur merupakan susunan atau pola tidur seseorang yang bebas dari adanya gangguan atau kemampuan untuk tidur dengan pola teratur, yang meliputi kebiasaan untuk mudah jatuh tertidur, lama waktu yang dibutuhkan untuk jatuh tidur antara 20-30 menit, mengalami *deep sleep* secara teratur dan terus-menerus selama siklus tidur baik sejak NREM maupun REM dengan durasi 90 menit setiap siklusnya, jarang terbangun saat tidur, dan akan mudah untuk tidur kembali saat tidurnya terbangun, memiliki perasaan bugar pada saat bangun tidur, mudah berkonsentrasi saat melakukan aktivitas disiang hari. Menurut Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) mengungkapkan, kurangnya waktu tidur pada anak-anak dapat berdampak buruk bagi perkembangan fisik dan kognitif yang menjadi indikator perkembangan kesehatannya, terutama kemampuan berfikirnya ketika dewasa (Rini, 2008).

Tidur efektif pada bayi dapat membantu mengarahkan perkembangan otak di awal kehidupan. Pada saat itu otak mengembangkan sinapsis, yaitu koneksi penting yang memungkinkan manusia untuk belajar, bergerak dan berpikir dan mengembangkan berbagai keterampilan baru. Saat tidur kadar hormon pertumbuhan dalam keadaan yang tinggi. Hormon pertumbuhan berfungsi untuk menstimulasi pertumbuhan tulang dan jaringan, selain itu juga mampu memperbaiki dan memperbarui sel-sel pada kulit, sel darah dan sel otak. Kemampuan kognitif, mental, emosi dan konsentrasi juga dibangun saat tidur. Oleh karena itu, tidur yang berkualitas sangat dibutuhkan pada bayi (Praptiningsih, P.R.L, 2011).

Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh T. Field dari Universitas Miami, AS (2008) menyebutkan bahwa terapi pijat bayi dapat membuat tidur lebih lelap,

terapi pijatan sebagai bagian dari pengobatan alternatif, kini diterima sebagai empiris sebagai sarana untuk membantu pertumbuhan, mengurangi rasa sakit, meningkatkan kesiagaan, mengurangi depresi dan meningkatkan fungsi system imun pada bayi. Pijat bayi akan memberikan keuntungan lebih besar jika dilakukan setiap hari sejak kelahiran sampai usia 12 bulan. Menurut Subakti (2008) pijatan lembut pada bayi bermanfaat mengurangi masalah tidur pada bayi, memberikan pengalaman positif bagi ibu dan bayi serta mampu meningkatkan fungsi motorik dan mempengaruhi 82% perbaikan pada otot lengan dan kaki bayi.

Usia 6 bulan merupakan usia bayi memasuki tahap perkembangan, dimana bayi akan lebih banyak menggunakan aktifitas fisiknya, selain itu meningkatnya kemampuan bayi untuk berkomunikasi dengan lingkungannya membuat bayi akan sulit tertidur, atau akan mengalami berbagai gangguan tidur, menurut penelitian yang dilakukan Sekartini dan Nuri (2006) pada lima kota di Indonesia mengenai gangguan tidur pada balita, didapatkan rata-rata bayi yang berusia 12 bulan mengalami gangguan tidur. Oleh sebab perlunya memberikan terapi pijat bayi karena dapat membantu mengurangi gangguan tidur pada bayi selain itu pijat bayi juga dapat meningkatkan berat badan bayi, meningkatkan daya tahan tubuh menciptakan hubungan batin antara ibu dan bayi, mengurangi rasa sakit, sehingga proses tumbuh kembang pada bayi dapat berjalan dengan optimal.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh nilai p sebesar $0,003 < 0,005$ yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara frekuensi pijat bayi dengan kualitas tidur bayi usia 6-12 bulan di Asri Medical Center Tahun 2013. Kualitas tidur bayi yang melakukan pijat bayi usia 6-12 bulan di Asri Medical Center Yogyakarta tahun 2013 yaitu, 26 (50%) baik, 17 (32,7%) sedang dan 9 (17,3%) kurang. Mayoritas bayi usia 6-12 bulan yang melakukan pijat bayi di Asri Medical Center tahun 2013 adalah bayi dengan jenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 32 (61,5%) dan bayi laki-laki sebanyak 20 (38,4%). Berdasarkan hasil uji statistik didapatkan nilai p value 0,426 yang menunjukkan bahwa keeratan hubungan pijat bayi dengan kualitas tidur bayi usia 6-12 bulan di Asri Medical Center Yogyakarta tahun 2013 yaitu sedang.

Sebagai penutup dalam penelitian ini, peneliti mengemukakan beberapa saran sebagai berikut 1. Bagi Ilmu Pengetahuan, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai evidence base dalam bidang neonatus, bayi dan balita. Bagi bidan sebagai pelaksana dapat menggunakan hasil penelitian ini untuk mengembangkan potensi dalam promosi mengenai teknik pijat bayi kepada orang tua bayi sebagai salah satu upaya untuk menciptakan bonding attachment antara ibu dan bayi yang akan mempengaruhi pada kualitas tidur bayi. 2. Bagi Asri Medical Center, besarnya manfaat pijat bayi bagi proses tumbuh kembang pada bayi, maka diharapkan bagi tenaga kesehatan di Asri Medical Center untuk lebih memberikan informasi dengan penyuluhan tentang manfaat pijat bayi dan memberikan pengetahuan tentang teknik melakukan pijat bayi dengan pelatihan kepada orang tua, agar orang tua dapat melakukan pijat bayi secara mandiri dan dengan frekuensi yang lebih sering. 3. Bagi Masyarakat hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai pedoman atau bahan informasi tentang pijat

bayi dalam upaya meningkatkan kualitas tidur pada bayi dengan leaflet yang dibagikan kepada orang tua bayi.



DAFTAR PUSTAKA

- Adreoni (2010) *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi Umur 0-3 Bulan di BPS Saraswati Sleman*. Skripsi, STIKES Aisyiyah Yogyakarta.
- Aini (2010) *Ibu Langsing Bayi Sehat*. Yogyakarta: Tora Book
- Aprilia (2009) *Pengaruh pijat bayi terhadap lama tidur pada bayi usia 6-12bulan bulan di desa kalibagor kecamatan kalibagor kabupaten banyumas*. Skripsi Purwokerto: Jurusan Keperawatan UNSOED.
- Arikunto (2006) *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatanm Praktek*. Jakarta: Renaka Cipta
- Asmadi (2008) *Konsep dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien*. Jakarta: Salemba Medika:
- Deslidel. Dkk (2012) *Asuhan Neonatus Bayi dan Balita*. Jakarta: EGC
- Dewi, dkk (2012) *Pengaruh Pijat Bayi Baru Lahir Terhadap Bounding Attachment di RS Umum Daerah Pekanbaru*. Jurnal Seri Pediatri [diakses 24 April 2013]
- Graham & Charles (2004) *Panduan Sehat dan Bijak Menidurkan Bayi*, Jakarta: Prestasi Pustakarya:
- Grantham, dkk. (2007) *The International Child Development In Developing Countries*. Developmental Potential In The First 5 Years For children In Developing Countries. Cancet 369 (9555) 60-70 [diakses 25 April 2013]
- Halimah., Suharto., Siti (2007) *Pengaruh Stimulasi Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Pada Bayi Usia 3-8 Bulan di Kota Makasar*. Jurnal Ilmiah Media Kesehatan, Vol 5, monor 1, Maret 2007. Tersedia dalam: www.poltekes-mks.ac.id/index.php/tutorials-mainmeno-48/media-kesehatan/vol-v-no-1/320 [diakses 25 April 2013]
- Hamidah (2009) *Deteksi Dini Gangguan Tumbuh Kembang*. Jurnal Pendidikan Khusus, vol 5, nomor 2, November 2009 [diakses 23 april 2013]
- Handajani (2012) *Kebidanan Komunitas, Konsep dan Menejemen Asuhan*. Jakarta: EGC
- Health & Baindridge (2006) *Baby Massage*. Jakarta: Dian Rakyat
- Ismawati, dkk (2010) *Posyandu dan Desa Siaga Panduan untuk Bidan dan Kader*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Lumbantobing (2004) *Gangguan Tidur*. Jakarta: FKUI
- Minarto (2006) *Pengaruh Berat Badan Tidak Naik Terhadap Pertumbuhan pada Bayi usia 6-12 Bulan di Kabupaten Bogor*. Jurnal Gizi Indonesia, Vol 29, Nomor 2, Maret 2010 [diakses 12 mei 2013]
- Modjod (2007) *Insomnia Experience, Management Strategis and Outcomes In ESRD Patient Undergoing Hemodialysis*. Tesis (serial online) [diakses 12 Maret 2013]
- Shadiq (2010) *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur bayi usi 6-12 bulan di RS Ummi Khasanah*. Skripsi

- Suswati & Fathiyah (2011) *Diet Rotasi Makanan Dan Manifestasi Klinis Penyandang Spektrum Autisme*. Jurnal Seri Pediatri, Vol 7, Nomor 14, Januari 2011[diakses 22 April 2013]
- Notoadmodjo (2005) *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nanda International. (2007). *Nursing Diagnosis*. Philadelta: Nanda International
- Pratyahara (2012) *Keajaiban Terapi Sentuhan Untuk Bayi Anda*. Yogyakarta: Javalitera
- Proverawati & Ismawati (2010) *BBLR*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Rana & Dominic (2009) *Psychology for Nurses*. Edition 1. By graficas Estela, Navaro, Spain.
- Rini & Nuri (2006) *Gangguan Tidur Pada Anak Usia Dibawah Tiga Tahun di Lima Kota Indonesia*. Jurnal Sari Pediatri, Vol 7, Nomor 4, Maret 2006. Tersedia dalam: [diakses 25 April 2013]
- Roesli (2011) *Pedoman Pijat Bayi*. Jakarta: Tribus Agriwidya
- Rochmah, dkk (2012) *Asuhan Neonatus Bayi dan Balita*. Jakarta: EGC
- Sastroasmoro & Sofyan (2011) *Dasar-Dasar Metodelogi Penelitian Klinis*. Jakarta: Sagung Seto
- STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta (2012) *Baku Panduan penulisan Proposal Dan Hasil Skripsi*. Yogyakarta : Stikes 'Aisyiyah
- Subekti (2008) *Panduan Praktik Memijat Buah Hati Anda*. Yogyakarta: Nusa Presindo
- Subinarto (2004) *Merawat Si Kecil Usia 0-2 Tahun*. Bandung: Nexx Media
- Sugiono (2007) *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta
- Suririnah (2009) *Buku Pintar Merawat Bayi usia 0-12 Bulan*. Jakarta: Garamedia Pustaka Utama
- Syafrudin & Hamidah (2009) *Kebidanan Komunitas*. Jakarta: EGC
- Tarwoto & Wartonah (2003) *Kebutuhan Dasar manusia dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Potter & Perry (2007) *Basic Nursing Essentialis for Practice* (6th edition). Mosby: St Louis
- Yelland (2007) *Delapan Belas Bulan Pertama Bayi Anda*. Jakarta: Dian Rakyat
- Williams (2003) *Baby Care Pedoman Merawat Bayi*. Jakarta: Erlangga
- Yazid & Deri (2008) *Keajaiban Pijat Bayi dan Balita*. Jakarta: Wahyu Medica