

**STUDI KOMPARASI PEMENUHAN KEBUTUHAN
TIDUR BAYI YANG MENDAPATKAN PIJAT
DENGAN SPA PADA BAYI USIA 3-12
BULAN DI KLINIK SRIKANDI
RUMAH BUNDA ASRI
MEDICAL CENTRE
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan
Pada Program Pendidikan Ners-Program Studi Ilmu Keperawatan
Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah
Yogyakarta



**Disusun Oleh:
FERA FEBRIYANTI
201010201071**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2014**

HALAMAN PENGESAHAN

STUDI KOMPARASI PEMENUHAN KEBUTUAN
TIDUR BAYI YANG MENDAPATKAN PIJAT DENGAN
SPA PADA BAYI USIA 3-12 BULAN DI KLINIK
SRIKANDI RUMAH BUNDA ASRI MEDICAL CENTRE
YOGYAKARTA

NASKAH PUBLIKASI

Disusun Oleh:
FERA FEBRIYANTI
201010201071

Telah Disetujui Oleh Pembimbing

Pada Tanggal: 18-7-2014

Pembimbing



Drs. Sugiyanto, M.Kes

**STUDI KOMPARASI PEMENUHAN KEBUTUHAN TIDUR BAYI YANG
MENDAPATKAN PIJAT DENGAN SPA PADA BAYI USIA 3-12 BULAN DI
KLINIK SRIKANDI RUMA BUNDA ASRI MEDICAL CENTRE
YOGYAKARTA**

2014¹

Fera Febriyanti², Sugiyanto³

Latar Belakang: pemenuhan kebutuhan tidur bayi sering di sebabkan oleh lingkungan dan aktifitas yang dilakukan oleh bayi. pemenuhan kebutuhan yang tidak cukup akan mempengaruhi tumbuh kembang bayi dan kecerdasan bayi. pijat bayi dan spa bayi merupakan salah satu metode alternatif untuk mengatasi gangguan tidur pada bayi, sehingga pemenuhan kebutuhan tidur bayi dapat terpenuhi dengan baik.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya perbedaan pemenuhan kebutuhan tidur bayi yang mendapatkan pijat bayi dengan spa bayi.

Metode: Jenis penelitian ini adalah penelitian *pre experimental* dengan membandingkan *pre* dan *posttest* dua kelompok dengan sama-sama diberi perlakuan. Sampel sebanyak 30 responden yang menjadi pasien pijat bayi dan *spa* bayi di Klinik Srikandi Rumah Bunda Asri Medical Centre Yogyakarta.

Hasil: Uji komparatif *Independen Sample T-Test* menghasilkan nilai p sebesar 0,000 Nilai p yang besarnya di bawah 0,01 menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara jumlah waktu tidur per hari pada bayi usia 3-12 bulan yang mendapatkan pelakuan pijat bayi dan spa bayi di Klinik Srikandi Rumah Bunda Asri Medical Centre Yogyakarta.

Simpulan: Adanya perbedaan yang signifikan antara pemenuhan kebutuhan tidur bayi yang mendapatkan pijat bayi dengan *spa* pada bayi usia 3-12 bulan di Klinik Srikandi Rumah Bunda Asri Medical Centre Yogyakarta.

Saran: Responden dapat menjadikan pijat bayi dan spa bayi sebagai salah satu acuan non-farmakologi untuk pemenuhan kebutuhan tidur pada bayi.

Kata Kunci : Pemenuhan kebutuhan tidur, pijat bayi, spa bayi.

Kepustakaan : 17 buku (2001-2012), 3 artikel internet, 3 skripsi, 6 jurnal

Jumlah halaman : xiii, 65 halaman, 6 tabel, 12 lampiran, 3 bagan.

1 judul skripsi

2 Mahasiswa SI Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES 'AISYIYAH Yogyakarta

3 Dosen STIKES 'AISYIYAH Yogyakarta.

**COMPARATIVE STUDY OF FULFILLING THE NEED OF SLEEP WITH
SPA AND MASSAGE AMONG BABIES AGED 3-12 MONTHS AT
SRIKANDI CLINIC, RUMAH BUNDA ASRI MEDICAL CENTRE
YOGYAKARTA IN 2014¹**

Fera Febriyanti², Sugiyanto³

Background: The need of sleep among babies is influenced by their environment and activities. Lack of sleep will affect babies' growth and intelligence. Baby spa and massage is one of alternative methods to overcome babies' sleep disorder, so that their sleep need will be fulfilled.

Objective: This research aims to find out the difference of babies's sleep fulfillment among those who get baby spa and massage.

Methodology: This is a pre-experimental research using pre and post test for two groups with the same treatment. There are 30 respondents as the samples. They are babies who get baby spa and massage at Srikandi clinic, Ruma Bunda Asri Medical Centre Yogyakarta.

Findings: The comparative test of Independent Sample T-test produces p value of 0,000 which is below 0,01. It means there is a significant difference between the amount of babies' daily sleeping time of those aged 3-12 months who get spa and massage at Srikandi clinic, Ruma Bunda Asri Medical Centre Yogyakarta.

Conclusion: There is a significant difference between the fulfillment of babies' need of sleep who get massage and spa among babies aged 3-12 months at Srikandi clinic, Ruma Bunda Asri Medical Centre Yogyakarta.

Suggestion: Respondents can use baby spa and massage as a non-pharmacological reference to fulfill babies' need of sleep.

Key words: fulfillment of sleep need, baby massage, baby spa

Bibliography: 13 books (2001-2012), 2 articles from internet, 3 theses, 7 journals

Number of pages: i-xiii, 65 pages, 6 tables, 13 appendices, 3 charts

¹ Title of thesis

² Student of Stratum 1, Nursery Study Program, STIKES 'Aisyaiyah Yogyakarta

³ Lecturer of STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

PENDAHULUAN

Menurut hasil penelitian Sukartini tahun 2004, di Indonesia, dari 80 anak yang berusia kurang dari tiga tahun, 41 diantaranya atau 51,3% mengalami gangguan tidur. Berdasarkan penelitian dengan 385 responden di lima kota, Jakarta, Bandung, Medan, Palembang dan Yogyakarta, 44,2% jam tidur malamnya kurang dari 9 jam, terbangun malam hari lebih dari tiga kali dan lama terbangun pada malam hari lebih dari satu jam (Widianto, 2005).

Tujuh puluh persen bayi mempunyai kebiasaan untuk tidur “sepanjang malam” pada umur tiga puluh bulan. 85% pada umur 6 bulan dan 95% diakhir tahun pertama (Rudolph, 2007). Pola tidur bayi biasanya muncul pada usia 3 atau 4 bulan. Pada usia 6 bulan ke atas bayi akan lebih terpengaruh oleh lingkungan sekitar dari pada sebelumnya dan akan tetap terjaga jika sedang marah dan kelelahan (Dowshen, 2005). Usia 3-6 bulan adalah dimana bayi mulai senang main sendiri berbalik dan telungkup terlentang, mengangkat kepala, mempertahankan posisi kepala, meraih benda yang ada dalam jangkauannya, tersenyum ketika melihat mainan atau gambar ketika bermain sendiri. Sedangkan pada usia 6 bulan keatas dimana bayi mulai memasuki tahap perkembangan utama seperti duduk, berguling, merangkak, bahkan belajar berjalan. Pada usia ini bayi menyadari kemampuannya sehingga bayi mungkin terlalu gembira untuk jatuh tidur atau bisa suka terbangun ditengah malam hanya karena ingin berlatih. Bayi yang tidak bisa menenangkan dirinya untuk kembali tidur cenderung akan rewel sehingga diperlukan penanganan yang sesuai untuk membantunya tidur.

Tidur merupakan kebutuhan dasar yang dibutuhkan oleh semua manusia untuk dapat berfungsi secara optimal baik yang sehat maupun yang sakit. Kuantitas dan kualitas tidur beragam diantara orang-orang dari semua kelompok usia (Aziz, 2008). Namun, yang menjadi masalah dalam tidur kualitas, bukan kuantitasnya dimana, enam jam tidur nyenyak lebih baik dari pada delapan jam tidur dengan bantuan obat-obatan atau tidur tidak tenang (Nikol, 2005). Tidur dengan kuantitas lima atau enam jam, namun terbangun dengan segar keesokan harinya itu berarti kualitasnya tercapai. Kualitas tidur bayi sangat berpengaruh pada pertumbuhan bayi.

Apabila bayi mengalami kurang tidur maka akan mengakibatkan penurunan kekebalan tubuh, gangguan pertumbuhan, perkembangan fisik dan mempunyai dampak terhadap tumbuh kembang otak bayi, terutama kemampuan berpikirnya ketika dewasa. Hal ini dikarenakan sebagian besar hormon pertumbuhan bekerja ketika dalam keadaan tidur. Tidur dengan kuantitas dan kualitas yang baik akan banyak membantu perkembangan bayi. biasanya anak-anak dengan usia yang sama akan mempunyai rentang waktu tidur yang kurang lebih sama. Tetapi harus diingat bahwasannya setiap orang adalah individu yang unik dengan kebutuhan yang berbeda-beda, termaksud juga kebutuhan akan waktu tidur (Anonom, 2006).

Mengingat akan pentingnya waktu tidur bagi perkembangan bayi maka kebutuhan tidurnya harus benar-benar terpenuhi agar tidak berpengaruh buruk terhadap perkembangannya. Salah satu cara yang dapat digunakan untuk memenuhi kebutuhan tersebut adalah dengan pijatan. Bayi yang dipijat akan dapat tidur dengan lelap, sedangkan pada waktu bangun, daya konsentrasinya akan lebih penuh (Roesli, 2007). Pijat telah dipraktekkan hamper diseluruh dunia, termaksud

di Indonesia. Seni pijat telah diajarkan secara turun temurun walaupun tidak diketahui dengan jelas bagaimana pijat dan sentuhan dapat berpengaruh demikian positif pada tubuh manusia (Roesli, 2007).

Data klinis terbaru hasil riset menunjukkan bukti-bukti bahwa pijat bayi mampu mengurangi masalah tidur pada bayi sebesar 47% (Anna, 2005). Dibeberapa rumah sakit di Amerika Serikat (AS), Cina, Filipina dan di Hongkong, pijat bayi sudah dimasukkan kedalam sistem pelayanan kesehatan bayi. Pijat bayi diyakini merupakan stimulus sentuhan (*Touch*) yang biasa membantu mengoptimalkan tumbuh kembang bayi. Penelitian T.Field dari universitas Miami AS, 2008 menyebutkan terapi pijat dapat membuat tidur lebih lelap, terapi pemijatan sebagai bagian dari pengobatan alternatif, kini diterima secara empiris sebagai sarana untuk membantu pertumbuhan, mengurangi rasa sakit, meningkatkan kesiagaan, mengurangi depresi dan meningkatkan fungsi sistem imun pada bayi yang baru lahir.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 11 November 2013 di Klinik Srikandi Rumah Bunda Asri Medical Centre Yogyakarta didapatkan dari kunjungan tersebut empat dari bayi yang melakukan pijat bayi biasanya sebelum dilakukan pemijatan mengalami pemenuhan kebutuhan tidurnya kurang dan sering rewel, namun setelah dilakukan pijat bayi pemenuhan kebutuhan tidur bayi menjadi tercukupi, semua pasien yang melakukan *spa* bayi adalah bertujuan untuk mengoptimalkan atau merangsang pertumbuhan bayi dan olahraga. Setelah bayi melakukan *spa* bayi biasanya bayi tertidur lebih lama yang disebabkan bayi lelah setelah olahraga. Dari lima bayi yang melakukan *spa* bayi, dua bayi pemenuhannya kebutuhan tidurnya cukup. Jumlah kunjungan ke klinik Srikandi Rumah Bunda untuk melakukan pijat maupun *spa* dalam kurun waktu satu bulan lebih dari enam puluh kunjungan.

Berdasarkan latar belakang tersebut penulis mencoba melakukan penelitian tentang studi komparasi pemenuhan kebutuhan tidur bayi yang mendapatkan pijat dengan *spa* pada bayi usia 3-12 bulan di Klinik Srikandi Rumah Bunda karena Srikandi Rumah Bunda merupakan tempat perawatan ibu dan bayi yang diantaranya melakukan pijat bayi dan *spa* bayi. Pijat bayi dan *spa* bayi juga merupakan jenis perawatan yang tidak berbahaya dan manfaatnya banyak sekali bagi bayi.

TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan Umum
Diketuinya perbedaan pemenuhan kebutuhan tidur bayi sesudah mendapatkan pijat dengan *spa* pada bayi usia 3-12 bulan di Klinik Srikandi Rumah Bunda Asri Medical Centre Yogyakarta.
2. Tujuan Khusus
 - a. Diketuinya pemenuhan kebutuhan tidur bayi setelah mendapatkan pijat.
 - b. Diketuinya pemenuhan kebutuhan tidur bayi setelah mendapatkan *spa*.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian *Pre Eksperimen* untuk menguji perbedaan pemenuhan kebutuhan tidur bayi yang mendapatkan pijat dengan *Spa* pada bayi usia 3-12 bulan di Klinik Srikandi Rumah Bunda Asri Medical Centre Yogyakarta dengan menggunakan desain yang membandingkan *pre dan postest* dua kelompok dengan sama-sama diberi perlakuan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh bayi yang berusia 3-12 bulan yang menjadi pasien pijat dan *Spa* di Klinik Srikandi Rumah Bunda Asri Medical Centre Yogyakarta dalam kurun waktu satu bulan dengan jumlah populasi 66 pasien. Teknik pengambilan sampel yaitu menggunakan *Non Probability Sampling*. Cara penentuan sampel dengan teknik *accidental sampling*, yaitu siapa saja yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dapat dijadikan sampel, apabila orang yang kebetulan ditemui itu cocok sebagai sumber data dan memenuhi kriteria (Sugiyono,2009). peneliti menetapkan jumlah sampel pada kelompok pijat bayi adalah 15 responden dan kelompok *Spa* adalah 15 responden. Jadi total responden berjumlah 30 responden.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Deskripsi Karakteristik Responden

Jumlah responden pada penelitian ini adalah 30 orang yang terdiri dari 15 orang responden dengan perlakuan pijat bayi dan 15 orang dengan perlakuan *spa* bayi. Karakteristik responden yang digali dalam penelitian ini meliputi jenis kelamin responden dan kelompok usia responden selengkapnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.1 Data Karakteristik Responden

	Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase (%)
Jenis kelamin	Perempuan	20	66,67
	Laki-Laki	10	33,33
Usia	3-5 bulan	17	56,67
	6-8 bulan	9	30
	9-12	4	13,33

Berdasarkan table 4.1 diketahui bahwa mayoritas responden atau sebesar 66,67% berjenis kelamin perempuan dan 33,33% berjenis kelamin laki-laki. Adapun dilihat dari rentang usianya, mayoritas responden atau sebesar 56,67% berada pada rentang usia 6-8 bulan dan 13,3% berada pada rentang usia 9-12 bulan.

2. Deskripsi Data Penelitian

a. Data Waktu Tidur Bayi dengan Perlakuan *Spa*

Data responden bayi dengan perlakuan *spa* bayi menunjukkan bahwa bayi dengan perlakuan *spa* bayi memiliki kategori rerata waktu tidur per hari selama seminggu sebagai berikut:

Tabel 4.2 Kategori Waktu Tidur Pada Bayi dengan Perlakuan *Spa*

No	Kategori Waktu Tidur	Frekuensi	Persentase (%)
1	Cukup	9	60
2	Tinggi	6	40
	Jumlah	15	100

Berdasarkan tabel 4.1 dapat diketahui bahwa mayoritas bayi atau sebanyak 60% bayi yang mendapatkan perlakuan *Spa* memiliki waktu tidur yang cukup. Sisanya sebanyak 40% memiliki waktu tidur yang tinggi. Dengan demikian, tidak ada bayi dengan perlakuan *Spa* yang memiliki waktu tidur yang rendah.

b. Data Waktu Tidur Bayi dengan Perlakuan Pijat

Data responden bayi dengan perlakuan *spa* bayi menunjukkan bahwa bayi dengan perlakuan pijat bayi memiliki kategori rerata waktu tidur per hari selama seminggu sebagai berikut:

Tabel 4.3 Kategori Waktu Tidur Pada Bayi dengan Perlakuan Pijat

No	Kategori Waktu Tidur	Frekuensi	Persentase (%)
1	Cukup	9	60
2	Rendah	6	40
	Jumlah	15	100

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa sebagian besar bayi atau sebesar 60% bayi yang mendapatkan perlakuan *spa* bayi memiliki waktu tidur yang cukup. Sisanya sebanyak 40% memiliki waktu tidur yang rendah. Demikian maka, diketahui bahwa tidak ada bayi dengan perlakuan pijat yang memiliki waktu tidur yang tinggi.

HASIL ANALISA DATA

a. Berikut adalah hasil pengujian normalitas terhadap data penelitian ini:

Tabel 4.4 Hasil Uji Normalitas Sebaran Data Penelitian

No	Data Penelitian	Signifikansi (p)	Keterangan
1	Jam Tidur Pada Bayi dengan Perlakuan <i>Spa</i>	0,200	Normal
2	Jam Tidur Pada Bayi dengan Perlakuan Pijat	0,200	Normal

Berdasarkan tabel 4.3 terlihat bahwa kedua data memiliki nilai signifikansi (p) di atas 0,05. Nilai signifikansi yang nilainya di atas 0,05 menunjukkan bahwa sebaran data penelitian bersifat normal. Data penelitian yang berdistribusi normal menunjukkan bahwa data bersifat parametrik.

b. Uji *Independent Sample T-Test*

Uji hipotesis komparatif *Independent Sample T-Test* adalah jenis pengujian 2 sampel independen yang digunakan dalam pengujian statistik parametrik

(Widhiarso, 2012). Berikut adalah hasil pengujian hipotesis komparatif *Independent Sample T-Test*:

Tabel 4.5 Hasil Uji *Independent Sample T-Test*

	t_{hitung}	Signifikansi (p)	Keterangan
Perbedaan Waktu Tidur Bayi dengan Perlakuan pijat dan <i>Spa</i>	6,501	0,000	Normal

Hasil uji komparatif *Independent Sample T-Test* pada tabel 4.5 menghasilkan nilai signifikansi (p) sebesar 0,000. Nilai p yang nilainya di bawah 0,01 menunjukkan bahwa terdapat perbedaan jam tidur pada bayi yang mendapatkan perlakuan pijat dan *Spa* dengan taraf signifikansi 1% atau tingkat kepercayaan 99%. Untuk mengetahui perlakuan mana yang memberikan efek lebih baik pada bayi maka dilakukan perbandingan nilai rata-rata (*means*) kedua data sebagai berikut:

Tabel 4.6 Perbandingan Nilai *Means* Jam Tidur Bayi

No	Data Penelitian	<i>Means</i>
1	Jam Tidur Pada Bayi dengan Perlakuan <i>Spa</i>	10,7747
2	Jam Tidur Pada Bayi dengan Perlakuan Pijat	9,8473

Berdasarkan tabel 4.5 terlihat bahwa jam tidur pada kelompok bayi dengan perlakuan *Spa* memiliki nilai rata-rata (*means*) yang lebih tinggi dibandingkan jam tidur pada kelompok bayi dengan perlakuan pijat. Jam tidur pada kelompok responden bayi dengan perlakuan *Spa* memiliki nilai *means* sebesar 10,7747 dan jam tidur pada kelompok responden bayi dengan perlakuan pijat memiliki nilai *means* yang lebih rendah yaitu sebesar 9,8473. Nilai *means* jam tidur yang lebih tinggi pada kelompok bayi dengan perlakuan *Spa* dari kelompok bayi dengan perlakuan pijat mengindikasikan bahwa perlakuan *Spa* lebih efektif untuk memenuhi kebutuhan tidur bayi pada usia 3-12 bulan.

PEMBAHASAN

Kebutuhan tidur bayi sangat beragam bergantung pada usia bayi. bayi yang baru lahir memiliki akumulasi jam tidur mencapai 18 jam perhari dan terus menurun sesuai usia (Iglowstein dkk,2003). Hasil riset mengenai pemenuhan kebutuhan tidur bayi sampai saat ini masih sangat beragam. Acedo dkk (2005) dalam risetnya menyimpulkan bahwa bayi berusia 1-12 bulan memerlukan tidur 14 jam per harinya. Adapun Iglowstein dkk (2003) menyimpulkan bahwa rata-rata bayi usia 1-3 bulan memerlukan 14,2 jam tidur per harinya, dan pada bayi usia 9-12 bulan rata-rata bayi memerlukan 13,9 jam per harinya.

Pada penelitian ini diketahui bahwa 60% responden atau sebanyak 18 orang responden memiliki tingkat pemenuhan kebutuhan tidur yang cukup. Adapun 20% responden atau sebanyak 6 responden memiliki kebutuhan tidur yang tinggi dan

20% responden sisanya atau sebanyak 6 responden memiliki tingkat pemenuhan kebutuhan yang rendah.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden sebanyak 60% responden yang diberi perlakuan pijat dan *Spa* memiliki waktu tidur yang cukup. Adapun sebanyak 20% responden yang diberi perlakuan pijat bayi diketahui memiliki pemenuhan waktu tidur yang rendah, sementara itu 20% responden yang diberi perlakuan *Spa* bayi diketahui memiliki pemenuhan waktu tidur yang tinggi. Uji komparatif *Independent Sample T-Test* menghasilkan nilai p sebesar 0,000. Nilai p yang besarnya di bawah 0,01 menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara jumlah waktu tidur per hari pada bayi usia 3-12 bulan yang mendapatkan perlakuan pijat dengan *Spa* di Klinik Srikandi Rumah Bunda Asri Medical Centre Yogyakarta. nilai rerata (*means*) jam tidur bayi yang lebih tinggi pada kelompok bayi usia 3-12 bulan yang mendapatkan perlakuan *Spa* menunjukkan bahwa *Spa* bayi lebih efektif dalam memberikan pengaruh positif terhadap pemenuhan kebutuhan tidur bayi. Penelitian ini dengan demikian berhasil membuktikan bahwa *Spa* lebih efektif dalam memberikan pengaruh positif terhadap pemenuhan kebutuhan tidur bayi, hanya saja efektivitas *Spa* bayi lebih tinggi karena perlakuan yang diberikan bersifat holistik.

Efektifitas *Spa* bayi yang lebih tinggi dibandingkan pijat bayi juga dapat dilihat pada rerata waktu tidur 4 responden bayi yang beraktivitas tinggi. Bayi yang menerima *Spa* dan dibawa orang tuanya bepergian ke Purworejo diketahui memiliki rerata waktu tidur 10,43 jam dan yang dibawa bepergian ke Semarang diketahui memiliki waktu tidur 9,36 jam dan bayi yang dibawa bepergian ke Solo memiliki waktu tidur 9,43 jam.

Kedua bayi yang menerima *Spa* diketahui menempuh waktu perjalanan yang lebih jauh dibandingkan bayi yang menerima perlakuan pijat, akan tetapi rerata waktu tidur bayi yang menerima perlakuan *Spa* lebih tinggi dibandingkan bayi yang menerima perlakuan pijat. Dengan melihat rerata waktu tidur bayi yang menerima perlakuan *Spa* yang lebih tinggi pada jarak perjalanan yang lebih jauh dibandingkan dengan bayi yang menerima perlakuan pijat, *Spa* bayi dapat dibuktikan keefektifitasannya dibanding pijat bayi. Tentunya dengan mengabaikan faktor lain yang mempengaruhi rerata waktu tidur bayi diperjalanan seperti suhu udara dan tingkat kebisingan.

Hasil penelitian ini akan tetapi bertentangan dengan penelitian Arinata (2012) yang menyimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan bermakna atas elisih pola tidur bayi sebelum dan sesudah perlakuan pijat bayi dan *baby spa* pada bayi usia 3-13 bulan. Peneliti menduga perbedaan hasil penelitian ini terjadi karena efek yang signifikan dari pijat bayi baru bisa didapatkan setelah 14 hari terapi pijat (Ferber, 2002). Adapun responden dalam penelitian Arinata (2012) mayoritas adalah pasien baru dan dengan waktu pengambilan data yang terbatas, mayoritas responden belum mendapatkan 14 hari terapi. Adapun pada perlakuan *Spa* bayi yang terdiri dari *massage* dan *infant swimming*, efek maksimal dari pijat belum bisa didapatkan sebagaimana diungkapkan Ferber (2002). Variabel pengganggu lain yang tidak dikontrol oleh peneliti kemungkinan juga bisa mengambil peranan yang mayor sehingga pada akhirnya juga mempengaruhi kualitas tidur bayi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Sebanyak 60% bayi usia 3-12 bulan yang mendapatkan perlakuan pijat memiliki jumlah rerata waktu tidur perhari dalam seminggu yang masuk dalam kategori cukup waktu tidur dan sisanya sebesar 40% memiliki waktu tidur yang rendah.
2. Sebanyak 60% bayi usia 3-12 bulan yang mendapatkan perlakuan *Spa* memiliki jumlah rerata waktu tidur perhari dalam seminggu yang masuk dalam kategori cukup waktu tidur dan sisanya sebesar 40% memiliki waktu tidur yang tinggi.
3. Ada perbedaan yang signifikan antara perbedaan pemenuhan kebutuhan tidur bayi yang mendapatkan pijat dengan *Spa* pada bayi usia 3-12 bulan di Klinik Srikandi Asri Medical Centre Yogyakarta dapat diterima.

SARAN

Dari penelitian yang telah dilakukan, untuk perkembangan keperawatan ada beberapa saran yang dapat diberikan sebagai berikut :

1. Bagi Responden
Kepad orang tua agar lebih memperhatikan pemenuhan kebutuhan tidur bayinya untuk tetap pada rentan kebutuhan tidur yang baik dengan memberikan pijat bayi atau *Spa* bayi secara rutin dan optimal.
2. Bagi Klinik Srikandi Rumah Bunda
Bagi pemilik Srikandi Rumah Bunda untuk lebih ditingkatkan kualitas pelayanan dan menginformasikan manfaat dari pijat bayi maupun *Spa* bayi untuk mengetahui manfaat dari tindakan tersebut.
3. Bagi peneliti selanjutnya
 - a. Peneliti selanjutnya perlu dikaji dan dikembangkan lebih mendalam terutama terkait dengan *Spa* bayi karena masih sangat jarang penelitian terkait *Spa* bayi.
 - b. Peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan desain penelitian yang berbeda, misalnya dengan menggunakan kelompok control sehingga dapat terlihat perbedaan yang mendapatkan pijat bayi maupun *Spa* bayi dengan bayi yang tidak diberikan perlakuan.

DAFTAR PUSTAKA

- Field, T.(2008). Lavender Bath Oil Reduces Stress and Crying and Enhances Sleep in Very Young Infants. *Early Human Development* 84:399-401
- Guy, Mc Khan.(2010).*Panduan Lengkap Untuk Kesehatan Fisik Dan Emosional Serta Umur Panjang*.Yogyakarta:Media pressindo.
- Hirokawa.(2012) Effect of Lavender Aroma on Sleep Quality in Healthy Japanese Student. *Perceptual and motor Skills* 114: 11-112
- Jorgensen, Robyn (2012). Early Years Swimming. Australia: Griffith University
- Hirokawa dkk. (2012) Effect of Lavender Aroma on Sleep Quality in Healthy Japanese Student. *Perceptual and motor Skills* 114: 11-112
- Kitzinger,Sheila.(2006).*Memahami Tangisan Bayi*.PT Gelora Aksara Utama.
- Hirokawa.(2012) Effect of Lavender Aroma on Sleep Quality in Healthy Japanese Student. *Perceptual and motor Skills* 114: 11-112
- Nursalam.(2003).*Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam.(2008).*Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Jilid 2*. Jakarta: Salemba Medika.
- Roesli, Utami.(2007).*Pedoman pijat Bayi*.Jakarta:Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara.
- Shadikh, Naimah.(2011).*skripsi pengaruh pijat bayi pada kualitas tidur bayi usia 6-12 bulan*.Sriksi tidak dipublikasikan.STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Suryadi, Arinata.(2012).*Skripsi Perbandingan pola tidur bayi yang mendapatkan pijat bayi dengan baby spa pada bayi usia 3-13 bulan di klinik srikandi rumah bunda Yogyakarta*. Sriksi tidak dipublikasikan.STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta.