

**POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURANG
DIII KEBIDANAN TANJUNGPURANG**

Laporan Tugas Akhir, Juni 2022

Fera Ratna Listi
NIM. 1915401116

Penerapan Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Bayi Usia 5 Bulan Terhadap By. Z di PMB Marlina, SST., M.Kes. Bandar Lampung Tahun 2022

xvii + 58 halaman, 2 Tabel, 1 Gambar, 10 Lampiran

RINGKASAN

Masa bayi merupakan masa emas dalam pertumbuhan dan perkembangannya. Sehingga perlu mendapatkan perhatian khusus. Salah satu faktor yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan bayi yaitu istirahat dan tidur. Bayi usia 3 – 6 bulan membutuhkan 13 – 15 jam untuk tidur. Salah satu terapi non-farmakologis untuk meningkatkan kualitas tidur bayi yaitu dengan melakukan penerapan pijat bayi.

Tujuan penelitian ini adalah untuk peningkatan kualitas tidur bayi usia 5 bulan terhadap By. Z dengan masalah penurunan kualitas tidur yang dialami selama beberapa minggu terakhir dengan penerapan pijat bayi yang dilakukan selama 4 hari berturut-turut di pagi dan sore hari sehingga dapat meningkatkan kualitas tidur pada By. Z.

Metode yang dilakukan yaitu dengan memberikan asuhan kebidanan terhadap By. Z di PMB Marlina, SST., M.Kes, Kotabaru, Bandar Lampung menggunakan format Asuhan Kebidanan pada bayi dengan metode SOAP melalui manajemen kebidanan 7 langkah Varney. Data di kumpulkan dengan cara melakukan wawancara, observasi dan pemeriksaan fisik secara langsung serta dari lembar skrining pengkajian.

Berdasarkan hasil asuhan pada By. Z dengan diagnosa penurunan kualitas tidur terbukti setelah dilakukan asuhan dengan menerapkan pijat bayi selama 4 hari kunjungan yaitu dari frekuensi tidur selama 8 jam/hari menjadi 14 jam/hari, frekuensi terbangun dari 6-5× terbangun menjadi 2-3× terbangun, durasi lamanya terbangun dari ± 2 jam menjadi ± 30 menit, dan sering rewel dan menangis saat ingin tidur pun menjadi sangat berkurang. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa bayi yang mengalami penurunan kualitas tidur dapat ditingkatkan dengan penerapan pijat bayi. Diharapkan kedepannya penatalaksanaan pijat bayi dapat diterapkan sehingga dapat meningkatkan kualitas tidur pada bayi.

Kata Kunci : Bayi, Pijat Bayi, Kualitas Tidur Bayi
Daftar Bacaan : (2009 – 2021)

**HEALTH POLYTECHNIC OF TANJUNGKARANG
DIII MIDWIFERY TANJUNGKARANG**

Final taks report, June 2022

*Fera Ratna Listi
NIM. 1915401116*

*Application of Infant Massage to Improve the Sleep Quality of 5 Months Old Babies
Against By. Z at PMB Marlina, SST., M.Kes. Bandar Lampung Year 2022*

xvii + 58 page, 2 table, 1 picture, 10 attachment

ABSTRACT

Infancy is the golden period for the growth and development of children so it needs special attention. One of the factors that affect the growth and development of infants is rest and sleep. Babies aged 3-6 months spend 13-15 hours sleeping. One of the non-pharmacological therapies to improve baby's sleep quality is by applying baby massage.

The purpose of this study was to improve the sleep quality of infants aged 5 months against By. Z with the problem of decreased sleep quality experienced during the last few weeks by applying baby massage which was carried out for 4 consecutive days in the morning and evening so as to improve sleep quality in By. Z.

The method used is by providing midwifery care to By. Z at PMB Marlina, SST., M.Kes, Kotabaru, Bandar Lampung using the format of Midwifery Care for infants using the SOAP method through Varney's 7-step midwifery management. Data was collected by conducting interviews, direct physical examination and observation as well as from the assessment screening sheet.

The results of care in By. Z with a diagnosis of decreased sleep quality proven after care by applying baby massage for 4 visits, namely from sleeping frequency for 8 hours/day to 14 hours/day, waking frequency from 6-5× awakening to 2-3× awakening, duration of time woke up from ± 2 hours to ± 30 minutes, and often fussy and crying when he wanted to sleep was greatly reduced.. Therefore it can be concluded that babies who experience decreased sleep quality can be improved by applying baby massage. It is hoped that in the future the management of infant massage can be applied so that it can improve the quality of sleep in infants.

*Keywords : Baby, Baby Massage, Baby Sleep Quality
Reading List : (2009 – 2021)*