

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNG KARANG
STUDI D III KEBIDANAN TANJUNG KARANG
Laporan Tugas Akhir, Juni 2022

Nabila Asyahida
1915401096

**Penerapan *Loving Touch Massage* Terhadap Kualitas Tidur Pada Balita Di
PMB Siti Jamila, S.ST, Lampung Selatan Tahun 2022**

Xiv + 54 Halaman, 2 Tabel, 26 Gambar, 4 Lampiran

RINGKASAN

Tidur merupakan kebutuhan dasar manusia yang merupakan mekanisme untuk memulihkan tubuh dan fungsinya, memelihara energi dan kesehatan, memiliki manfaat untuk memperbaharui sel-sel tubuh yang rusak, mengeliminasi racun-racun dan memulihkan tubuh baik secara fisik maupun emosional agar dapat bertahan hidup. Tidur yang tidak berkualitas adalah dimana mengalami gangguan tidur jika pada malam hari tidurnya kurang dari 9 jam, terbangun lebih dari 3 kali dan lama terbangunnya lebih dari 1 jam. Salah satu upaya terapi untuk meningkatkan kualitas tidur yaitu dengan pijat.

Tujuan dari studi kasus ini adalah untuk memberikan asuhan kebidanan pada An.A usia 3 tahun yang memiliki gangguan tidur dengan menerapkan *loving touch massage* untuk meningkatkan kualitas tidur balita di PMB Siti Jamila, S.ST, Lampung Selatan.

Metode yang digunakan dalam pengumpulan data adalah dengan menggunakan metode 7 varney dan asuhan kebidanan pada balita ditunjukkan pada An.A usia 3 tahun yang memiliki gangguan tidur yang dilakukan selama 5 kali dalam 1 minggu yaitu pada tanggal 10 Maret -16 Maret 2022. Lokasi pengkajian data dilakukan di PMB Siti Jamila, S.ST, Lampung Selatan. Pendokumentasian dengan SOAP.

Hasil asuhan pada An.A dengan gangguan tidur yaitu setelah dilakukan asuhan selama 7 hari didapatkan anak sudah tidur cukup selama 11-13 jam perhari dan lebih nyenyak saat tidur. Oleh karena itu pada asuhan ini didapatkan pada kunjungan terakhir gangguan tidur pada An.A dapat teratasi. Diharapkan kedepannya penatalaksanaan *massage* dapat diterapkan sehingga dapat mengatasi gangguan tidur yang terjadi pada balita.

Kata kunci : Pijat, kualitas tidur balita
Daftar bacaan : 13 (2007-2021)

HEALTH POLYTECHNIC OF TANJUNG KARANG
DIPLOMA IN MIDWIFERY STUDI PROGRAMME OF TANJUNG KARANG
Final Task Report, June 2022

Nabila Asyahida
1915401096

Application of Loving Touch Massage on Sleep Quality in Toddlers at PMB Siti Jamila, S.ST, South Lampung in 2022

Xiv, 54 Pages, 2 Table, 26 Picture, 4 Attachment

ABSTRACT

Sleep is a basic human need which is a mechanism to restore the body and its functions, maintain energy and health, has the benefit of renewing damaged body cells, eliminating toxins and restoring the body both physically and emotionally in order to survive. Poor quality sleep is where you experience sleep disturbances if you sleep less than 9 hours at night, wake up more than 3 times and wake up more than 1 hour. One of the therapeutic efforts to improve sleep quality is massage

The purpose of this case study is to provide midwifery care to An.A aged 3 years who have sleep disorders by applying loving touch massage to improve the quality of toddler sleep at PMB Siti Jamila, S.ST, South Lampung.

The method used in data collection was using the 7 varney method and midwifery care for toddlers was shown to An.A aged 3 years who had a sleep disorder which was carried out for 5 times in 1 week, namely on March 10 -16 March 2022. Location of the study The data were collected at PMB Siti Jamila, S.ST, South Lampung. Documentation with SOAP.

The results of care for An.A with sleep disorders, namely after 7 days of care, the child had enough sleep for 11-13 hours per day and was more restful when sleeping. Therefore, in this care obtained at the last visit sleep disturbances in An.A can be resolved. It is hoped that in the future massage management can be applied so that it can overcome sleep disorders that occur in toddlers.

Keyworda : Massage, toddler sleep quality
Reading List : 13 (2007-2021)