

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGKARANG
PROGRAM STUDI D III KEBIDANAN TANJUNGKARANG
Laporan Tugas Akhir, Mei 2025

Shafa Sabina Lumi
2215401122

Penatalaksanaan Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Pada By. A Usia 2 Bulan Di PMB Jilly Punnica Lampung Selatan, 2025

xv + 63 Halaman, 7 Gambar, 7 Lampiran

RINGKASAN

Kemampuan dan tumbuh kembang bayi dapat dilakukan dengan cara stimulasi atau rangsangan seperti pijat bayi. Dimana pijat bayi merupakan suatu tindakan yang dilakukan secara alamiah atau sentuhan yang dilakukan kepada bayi agar bayi merasa nyaman. Jika tindakan ini dilakukan secara teratur dan sesuai dengan tata cara dan teknik pemijatan bayi, pemijatan ini bisa menjadi terapi untuk mendapatkan banyak manfaat seperti meningkatkan berat badan dan pertumbuhan bayi, meningkatkan pola tidur bayi, meningkatkan konsentrasi serta meningkatkan daya tahan tubuh (Soetjiningsih, 2021).

Tujuan dalam pengambilan studi kasus yaitu dapat memberikan penatalaksanaan pijat bayi kepada By.A usia 2 bulan guna meningkatkan kualitas tidurnya di PMB Jilly Punnica, S.Tr, Desa Serdang, Lampung Selatan. Pijat bayi menjadi alternatif untuk meningkatkan kualitas tidur pada bayi sehingga dapat mengoptimalkan tumbuh kembang bayi.

Metode penelitian yang digunakan adalah studi kasus. Yang diawali dengan menentukan lokasi penelitian, waktu penelitian, wawancara secara langsung, observasi langsung dan pemeriksaan fisik. Pendekatan yang digunakan adalah manajemen Varney. Pendokumentasian dilakukan dengan metode SOAP.

Hasilnya setelah melakukan interpretasi data dan merencanakan asuhan kebidanan kepada bayi usia 2 bulan dengan meningkatkan kualitas tidur dengan melakukan pijat bayi selama 4 hari pada pagi dan sore hari, di dapatkan hasil ada peningkatan dari kualitas tidur bayi, yaitu dengan terjadinya peningkatan terhadap durasi tidur malam selama ± 6 jam ke ± 11 jam, frekuensi terbangun di malam hari sebanyak 5 kali ke 2 kali, lamanya terbangun di malam hari 1-1,5 jam ke ± 15 menit, dari rewel dan menangis di malam hari menjadi tidak rewel dan tidak menangis, sulit memulai tidur kembali menjadi tidak sulit.

Maka dapat disimpulkan bahwa asuhan kebidanan pijat bayi terhadap kualitas tidur merupakan salah satu upaya yang efektif dalam meningkatkan kualitas tidur pada bayi. Diharapkan dapat menjadi sumber informasi untuk mengembangkan penelitian lebih lanjut dan menerapkan ilmu yang telah didapat serta mampu mengaplikasikan pengetahuan tentang penerapan pijat bayi terhadap peningkatan kualitas tidur bayi.

Kata Kunci : Kualitas tidur, Pijat bayi, Bayi, Pertumbuhan perkembangan
Daftar Bacaan : 31 (2020-2025)

**TANJUNGKARANG HEALTH POLYTECHNIC
DIPLOMA III MIDWIFERY STUDY PROGRAM TANJUNGKARANG
Final Project Report, May 2025**

Shafa Sabina Lumi
2215401122

**The Management of Baby Massage on Sleep Quality in By. A 2 Months Old At
PMB Jilly Punnica South Lampung, 2025**

xv + 63 Pages, 7 Pictures, 7 Appendices

ABSTRACT

An infant's abilities and development can be stimulated through various methods, one of which is baby massage. Baby massage is a natural practice involving gentle touch that provides comfort to the baby. When performed regularly and in accordance with proper massage techniques and procedures, it can serve as a therapeutic approach that offers numerous benefits, such as promoting weight gain and growth, improving sleep patterns, enhancing concentration, and strengthening the immune system (Soetjiningsih, 2021).

The purpose of this case study is to provide baby massage care to By.A, a 2-month-old infant, in order to improve sleep quality at the Midwifery Practice of Jilly Punnica, S.Tr., in Serdang Village, South Lampung. Baby massage is considered an alternative approach to enhance sleep quality in infants, which in turn supports optimal growth and development.

The research method used is a case study, which begins by determining the location and time of the study, conducting direct interviews, direct observation, and physical examinations. The approach applied is the Varney Management process, and documentation was carried out using the SOAP method.

The results, following data interpretation and the planning of midwifery care aimed at improving the sleep quality of a 2-month-old infant through baby massage administered over a period of 4 days, in both the morning and evening sessions, showed a notable improvement in sleep quality. The baby's nighttime sleep duration increased from approximately 6 hours to around 11 hours. The frequency of nighttime awakenings decreased from 5 times to 2 times, and the duration of each awakening decreased from 1–1.5 hours to approximately 15 minutes. Furthermore, the baby no longer showed signs of fussiness or crying at night and was no longer having difficulty falling back asleep.

In conclusion, baby massage as a form of midwifery care is an effective intervention to improve sleep quality in infants. It is hoped that this study can serve as a useful source of information for future research development, the practical application of learned knowledge, and the implementation of baby massage to enhance infant sleep quality.

Keywords: Sleep quality, Baby massage , Infant, Growth and development

References: 31 (2020–2025)