

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGKARANG
PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN TANJUNGKARANG
Laporan Tugas Akhir, Juni 2025

Lenka Vivia Veronica : 2215401088

**Penerapan Pijat Bayi Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Bayi Pada By. B
Usia 5 Bulan Di TPMB Siti Rohma, Kabupaten Lampung Selatan**
Xv + 72 Halaman + 5 Tabel + 9 Gambar + 12 Lampiran

RINGKASAN

Masa bayi merupakan masa emas dalam pertumbuhan dan perkembangannya. Salah satu faktor yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan bayi yaitu istirahat dan tidur. Bayi usia 3 – 6 bulan membutuhkan 13 – 15 jam untuk tidur. Di Indonesia sekitar 44,2% bayi mengalami gangguan tidur berupa sering terbangun di malam hari. Salah satu terapi non-farmakologis untuk meningkatkan kualitas tidur bayi yaitu dengan melakukan penerapan pijat bayi.

Tujuan pemberian asuhan ini adalah untuk peningkatan kualitas tidur bayi usia 5 bulan terhadap By. B dengan masalah penurunan kualitas tidur yang dialami selama beberapa minggu terakhir.

Metode yang dilakukan yaitu dengan memberikan asuhan kebidanan terhadap By. B di TPMB Siti Rohma, 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 evaluasi asuhan pada By. B dengan penurunan kualitas tidur terbukti setelah dilakukan asuhan dengan menerapkan pijat bayi selama 7 hari kunjungan yaitu frekuensi tidur selama 7 jam/hari menjadi 11 jam/hari, frekuensi terbangun dari 6-5x terbangun menjadi 2-3x terbangun, durasi lama terbangun dari ± 2 jam menjadi ± 30 menit. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa bayi yang mengalami penurunan kualitas tidur dapat ditingkatkan dengan penerapan pijat bayi.

Kata Kunci : Pijat Bayi, Kualitas Tidur Bayi
Daftar Bacaan : 17 (2020 – 2024)

HEALTH POLYTECHNIC OF TANJUNGKARANG
DIPLOMA IN MIDWIFERY STUDI PEOGRAME OFTANJUNGKARANG
Final Projeck Report, June 2025

Lenka Vivia Veronica : 2215401088

Application of Baby Massage to Improve Sleep Quality in Infants: A Case Study of By. B, 5 Months Old, at TPMB Siti Rohma, Lampung Selatan
xv + 72 pages + 5 table + 9 figures + 12 attachments

ABSTRACT

Infancy is a golden period for growth and development. One of the factors that influence infant growth and development is rest and sleep. Infants aged 3-6 months require 13-15 hours of sleep. Indonesia, approximately 44.2% of infants experience sleep disturbances, characterized by frequent nighttime wakings. One non-pharmacological therapy to improve sleep quality in infants is the application of baby massage.

The purpose of this care is to improve the sleep quality of a 5-month-old infant, By. B, who has experienced decreased sleep quality over the past few weeks.

The method used was providing midwifery care to By. B at TPMB Siti Rohma, using the Midwifery Care format for infants with the SOAP method through Varney's 7 step midwifery management. Data were collected through interviews, observations, and direct physical examinations, as well as from assessment screening sheets.

Based on the evaluation results of the care provided to By. B with decreased sleep quality, it was proven that after implementing baby massage for 7 days, sleep quality improved. Specifically, sleep duration increased from 7 hours/day to 11 hours/day, frequency of waking up decreased from 6-5 times to 2-3 times, and duration of waking up decreased from ± 2 hours to ± 30 minutes. it can be concluded that baby massage can improve sleep quality in infants who experience decreased sleep quality.

Keywords : Babby Massage, Infant Sleep
Quality References : 17 (2020-2024)