



BAB IV

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 18 Mei sampai dengan tanggal 21 Juni tahun 2020 di Roemah Mini Baby Kids & Mom Care Siak setelah mendapat persetujuan dari Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 6- 12 bulan di Roemah Mini Baby Kids & Mom Care Siak. Responden yang diambil telah memenuhi kriteria inklusi dengan jumlah responden sebanyak 30 bayi. Analisa data yang diambil dalam penelitian ini adalah berupa analisa univariat dan bivariat sebagai berikut:

A. Analisa Univariat

Analisa univariat digunakan untuk mendeskripsikan data yang dilakukan pada tiap variabel dari hasil penelitian. Data disajikan dalam tabel distribusi frekuensi.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Roemah Mini Baby Kids & Mom Care Siak Tahun 2020 didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 6-12 Bulan di Roemah Mini Baby Kids & Mom Care Siak Tahun 2020

No	Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
1	Usia		
	7 bulan	3	10
	8 bulan	3	10
	9 bulan	9	30
	10 bulan	6	20
	11 bulan	4	13,3
	12 bulan	5	16,7
	Jumlah	30	100
2	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	14	46,7
	Perempuan	16	53,3
	Jumlah	30	100
3	Kualitas Tidur Bayi (<i>Pretest</i>)		
	Kurang	15	50
	Cukup	12	40
	Baik	3	10
	Jumlah	30	100
4	Kualitas Tidur Bayi (<i>Posttest</i>)		
	Baik	30	100
	Jumlah	30	100

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui bahwa berdasarkan usia, yang paling banyak responden berusia 9 bulan dengan persentase (30%). Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 16 bayi dengan persentase (53,3%). Pada pengukuran kualitas tidur bayi sebelum dilakukan pemijatan (*pretest*) sebagian besar kualitas tidur bayi kurang sebanyak 15 bayi dengan persentase (50%). Pada pengukuran kualitas tidur bayi sesudah dilakukan pemijatan (*posttest*) 30 responden (100%) memiliki kualitas tidur baik.

B. Analisa Bivariat

Hasil analisa bivariat pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 6-12 bulan di Roemah Mini Baby Kids & Mom Care Siak Tahun 2020 dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.2 Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 6-12 Bulan di Roemah Mini Baby Kids & Mom Care Siak Tahun 2020

Kualitas Tidur Bayi	n	Rata-Rata	Selisih Nilai Rata-Rata	<i>p</i>
<i>Pretest</i>	30	4,47	3,2	0,000
<i>Posttest</i>		7,67		

Berdasarkan tabel 4.2 dapat dilihat bahwa kualitas tidur bayi *pretest* memiliki nilai rata-rata 4,47 dan kualitas tidur bayi *posttest* memiliki nilai rata-rata 7,67. Selisih nilai rata-rata yaitu 3,2. Hasil uji statistik diperoleh *p value* sebesar $0,000 < \alpha (0,05)$, sehingga ada pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 6-12 bulan di Roemah Mini Baby Kids & Mom Care Siak tahun 2020.

BAB V

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 6-12 bulan di Roemah Mini Baby Kids & Mom Care Siak tahun 2020 yang ditinjau dari kenyataan yang ditemui dan dibandingkan dengan teori-teori yang ada, maka dibuat pembahasan sesuai dengan variabel penelitian sebagai berikut:

A. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 6-12 Bulan di Roemah Mini Baby Kids & Mom Care Siak Tahun 2020

Hasil penelitian pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 6-12 bulan di Roemah Mini Baby Kids & Mom Care Siak tahun 2020 dapat dilihat bahwa kualitas tidur bayi sebelum dilakukan pijat bayi (*pretest*) memiliki nilai rata-rata 4,47% dengan kualitas tidur kurang, 15 responden (50%) memiliki kualitas tidur kurang, 12 responden (40%) memiliki kualitas tidur cukup dan 3 responden (10%) memiliki kualitas tidur baik.

Pada pengukuran kualitas tidur bayi sesudah dilakukan pijat bayi (*posttest*) memiliki nilai rata-rata 7,67%, 30 responden (100%) memiliki kualitas tidur baik. Hasil uji statistik diperoleh *p value* sebesar $0,000 < \alpha (0,05)$, sehingga ada pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 6-12 bulan di Roemah Mini Baby Kids & Mom Care Siak tahun 2020.

Tidur adalah salah satu bentuk adaptasi bayi terhadap lingkungannya. Saat tidur, 75% hormon pertumbuhan bayi dikeluarkan. Tidur mempunyai efek

yang sangat besar terhadap kesehatan mental, emosi dan fisik serta sistem imunitas tubuh. Tetapi permasalahannya bayi sulit sekali untuk tidur di malam hari dan jika tidak ditangani dengan serius terdapat adanya gangguan perilaku, tumbuh kembang serta gangguan otak (Dewi, 2014). Kebutuhan tidur tidak hanya dilihat dari aspek kuantitas saja namun optimal dengan kualitas tidur yang baik (Marta, 2014).

Kualitas tidur adalah suatu keadaan tidur yang dialami seorang individu menghasilkan kesegaran dan kebugaran saat terbangun. Kualitas tidur mencakup aspek kuantitatif dari tidur, seperti durasi tidur, latensi tidur serta aspek subjektif dari tidur. Kualitas tidur adalah kemampuan setiap orang untuk mempertahankan keadaan tidur dan untuk mendapatkan tahap tidur REM dan NREM yang pantas (Khasanah, 2012).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pamungkas,dkk (2016) tentang “Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Umur 0-6 Bulan di Puskesmas Kartasura” didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh pijat bayi dengan kualitas tidur bayi umur 0-6 bulan dengan ($p\text{-value} = 0,001$) dimana bayi yang mendapatkan pijatan bayi berpeluang memiliki kualitas tidur yang baik 15 kali lebih tinggi dibandingkan bayi yang tidak mendapatkan pijat bayi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Darah Ifalahma dan Anik Sulistiyani (2016) tentang “Efektivitas Pijat Bayi terhadap Kualitas Tidur Bayi 3-6 Bulan di Kelurahan Kadipiro Banjarsari Sukarta” penelitian dilakukan selama satu minggu dan menggunakan kelompok

kontrol. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh signifikan durasi waktu pijat terhadap kualitas tidur bayi dengan ($p\text{-value} = 0,001 < 0,05$).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Diah Eko Martini (2014) tentang “Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kuantitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan di Desa Munungrejo Kecamatan Ngimbang Kabupaten Lamongan” dengan menggunakan sampel yang berbeda yaitu sebanyak 18 bayi yang berusia 3-6 bulan dan pemijatan dilakukan selama 3x/minggu dalam 2 minggu. Setelah dilakukan pijat bayi dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pijat bayi terhadap kuantitas tidur bayi 3-6 bulan dengan nilai ($p\text{ value} = 0,000$)

Sebelum dilakukan pijat bayi (*pretest*) kepada 30 bayi, 7 bayi (17,5%) bayi memiliki jam tidur malam yang lebih dari 9 jam, 22,5% bayi terbangun kurang dari 3 kali di malam hari dan 35% bayi terbangun kurang dari 1 jam pada malam hari. Setelah dilakukan pijat bayi (*posttest*), 100% bayi memiliki jam tidur malam yang lebih dari 9 jam, 100% bayi terbangun kurang dari 3 kali di malam hari dan 100% bayi terbangun kurang dari 1 jam pada malam hari. Kualitas tidur bayi salah satunya ditentukan oleh adanya gangguan tidur, bayi dikatakan mengalami gangguan tidur jika lama terbangunnya di malam hari lebih dari 1 jam dan terbangun lebih dari 3 kali di malam hari.

Hasil ini sesuai dengan teori bahwa sentuhan dan pijat setelah kelahiran dapat memberikan jaminan adanya kontak tubuh berkelanjutan yang dapat mempertahankan perasaan aman pada bayi. Kulit merupakan organ tubuh berkelanjutan yang dapat mempertahankan perasaan aman pada bayi. Kulit

merupakan organ tubuh yang berfungsi sebagai reseptor terluas yang dimiliki manusia, sensasi sentuh atau raba adalah indra yang aktif dan berfungsi sejak awal. Ujung-ujung syaraf yang terdapat pada permukaan kulit akan bereaksi terhadap sentuhan-sentuhan. Selanjutnya akan mengirim pesan-pesan ke otak melalui jaringan syaraf yang berada ditulang belakang. Sentuhan pun akan merangsang peredaran darah dan akan menambah energi karena gelombang oksigen yang segar akan lebih banyak dikirim ke otak dan keseluruh tubuh.

Pemijatan bayi yang dilakukan secara teratur juga akan meningkatkan frekuensi menyusu bayi. Frekuensi menyusu bayi berkaitan dengan pengeluaran ASI. Semakin sering bayi menghisap maka ASI akan diproduksi lebih banyak. Meningkatkan hubungan batin antara orang tua dan bayi. Saat bayi dipijat, mereka akan merasakan kenyamanan serta terjalinnya ikatan dan kontak mata orang tua ke bayi. Sentuhan dan pandangan kasih orang tua kepada bayinya akan mengalirkan kekuatan jalinan kasih diantara keduanya.

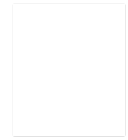
Pijat bayi akan membuat bayi tertidur lebih lelap dan meningkatkan konsentrasi. Pemijatan pada otot-otot akan mengakibatkan aliran darah mengalami vasodilatasi sehingga oksigen dan nutrisi jumlahnya meningkat dan curah jantung meningkat. Peningkatan kualitas tidur pada bayi yang diberi pemijatan tersebut disebabkan oleh adanya peningkatan kadar sekresi serotonin yang dihasilkan pada saat pemijatan.

Serotonin merupakan zat transmitter utama yang menyertai pembentukan tidur dengan menekan aktivitas system pengaktivasi retikularis maupun aktivitas otak lainnya. Melatonin mempunyai peran dalam tidur dan

membuat tidur lebih lama dan lelap pada saat malam hari, hal ini disebabkan karena melatonin lebih banyak diproduksi pada keadaan gelap saat cahaya yang masuk ke mata berkurang.

Saat menginjak usia 6 bulan, bayi memerlukan tidur sebanyak 14 jam sehari. Umumnya durasi ini akan terbagi menjadi 3 jam untuk tidur siang dan 11 jam untuk tidur malam. Di usia 9-12 bulan, durasi tidur bayi akan sedikit berkurang menjadi 13,5 jam sehari, yang terdiri dari 11 jam tidur malam dan 2,5 jam tidur siang. Di usia ini, bayi mungkin akan sulit tidur atau bahkan tidak mau tidur jika tidak bersama dengan orang tuanya. Di usia ini juga, rasa tidak nyaman saat gigi mulai tumbuh bisa memengaruhi pola tidur bayi.

Menurut Khasanah (2012) keadaan lingkungan sangat berpengaruh terhadap proses tidur bayi. Keadaan yang aman dan nyaman bagi bayi dapat mempercepat terjadinya proses tidur. Lingkungan fisik tempat bayi tidur berpengaruh penting pada kemampuan untuk tertidur dan tetap tertidur. Lingkungan yang ramai dan tidak kondusif dapat membuat kualitas tidur bayi berkurang. Kebiasaan minum susu sebelum tidur juga akan berpengaruh terhadap kuantitas dan kualitas tidur bayi. Susu mengandung alfa protein yang dapat meningkatkan kadar triptophan. Triptophan merupakan prekursor dari hormon melatonin dan serotonin yang bertugas sebagai penghubung antar syaraf (neurotransmitter) serta pengatur kebiasaan (neurobehavioral) yang berpengaruh pada pola kesadaran, persepsi dan rasa sakit juga akan berpengaruh terhadap pola tidur.



BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat diambil kesimpulan bahwa ada pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 6-12 bulan di Roemah Mini Baby Kids & Mom Care Siak tahun 2020 yaitu terjadi peningkatan kualitas tidur bayi.

B. Saran

1. Aspek Teoritis

a. Pengembang ilmu pengetahuan

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi masukan yang positif khususnya mahasiswa kebidanan dan bisa disosialisasikan kembali untuk memodifikasi standar asuhan kebidanan yang terkait dengan adanya pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi.

b. Institusi pelayanan kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menjadi referensi kepada tenaga kesehatan atau instansi kesehatan lainnya sebagai salah satu pengembangan asuhan kebidanan dan standar operasional prosedur (SOP) untuk melakukan pijat bayi yang dapat meningkatkan kualitas tidur bayi.

c. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat meningkatkan wawasan dalam memberikan intervensi baru dalam melaksanakan asuhan kebidanan karena kualitas tidur bayi yang kurang sangat mempengaruhi tumbuh kembang bayi.

2. Aspek Praktis

a. Pemberi Pelayanan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai standar acuan dalam melaksanakan asuhan kebidanan berupa pijat bayi sehingga meningkatkan kualitas tidur bayi, khususnya diruang lingkup masyarakat

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk dapat melakukan penelitian dengan variasi lain serta cakupan wilayah penelitian yang berbeda, dan diharapkan dapat dijadikan bahan perbandingan dalam masalah yang berhubungan dengan pijat bayi.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, Utami. dkk. 2014. *Pengaruh Pemijatan terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-4 Bulan di Posyandu Gelatik dan Nuri Kelurahan Tanjungungat Wilayah Kerja Puskesmas Sei Jang Kota Tanjung Pinang*. Jurnal Ners dan Kebidanan Vol. 1 No.3 pp. 144-150 [10 Maret 2020].
- Farida, dkk. 2018. *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Frekuensi dan Durasi Menyusu pada Bayi Usia 1-3 Bulan*. Jurnal Kebidanan Vol. 7 No.1. pp. 61-68 [10 Maret 2020].
- Field, Tiffany. 2017. *Newborn Massage Therapy. International Journal of Pediatrics and Neonatal Health*. Vol. 1 Issue 2, pp.54-64 [10 Maret 2020].
- Gultom, Destiana Yohana. 2015. *Efektivitas Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Prematur di Ruang Perinatologi Rumah Sakit Imelda Medan*. Jurnal Ilmiah Kebidanan. Vol. 1 No.1. pp 27-33 [10 Maret 2020].
- Handayani, dkk. 2015. *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-5 Bulan di Desa Pialangan dan Desa Ajung Kecamatan Kalisat*. Jurnal Ilmiah Kebidanan [10 Maret 2020].
- Handy, Fransisca. 2011. *Panduan Cerdas Perawatan Bayi*. Jakarta.
- Ifalahmah, Darah dan Anik Sulistiyanti. 2016. *Efektivitas Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi di Kelurahan Kadipiro Banjarsari Surakarta*. Infokes, Vol. 6 No.2. [15 Maret 2020].
- International Confederation of Midwives (ICM). 2018. *Infant Massage*. Dubai.
- Irmawati. 2015. *Bayi dan Balita Sehat dan Cerdas*. Jakarta. PT Gramedia.
- Khasanah. 2017. *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Pola Tidur pada Bayi Usia 3-6 Bulan di Dusun Gandekan Desa Tlirenggo Bantul*. Vol.4 No.3. [15 Maret 2020].
- Mardiana, Lilik dan Diah Eko Martini. 2014. *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kuantitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan di Desa Munungrejo Kecamatan Ngimbang Kabupaten Lamongan*. Surya Vol. 2 No. 18 [12 Maret 2020].
- Marta, E. 2014. *Home Baby SPA*. Jakarta. Penerbit Plus.
- Mindell, Jodi. A. 2017. *Message-Based Bedtime Routine: Impact on Sleep and Mood in Infants and Mothers*. Science Direction Vol. 31, pp.51-57. [12 Maret 2020].

- Notoatmodjo, S. 2012. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Pamungkas, Bintang Aji. 2016. *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Umur 0-6 Bulan di Puskesmas Kartasura*. Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta. [15 Maret 2020].
- Putra, Sitiatava Rizema. 2012. *Asuhan Neonatus Bayi dan Balita untuk Keperawatan dan Kebidanan*. Jogjakarta: D-Medika.
- Roth, Elise D. 2012. *The Relationship Between Sensory Processing Patterns and Sleep in Infants*. The University of Toledo Digital Repository pp 1-25 [12 Maret 2020].
- Roesli, U. 2013. *Baby Message Guideliness*. Jakarta: Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara.
- Sekartini, Rini dan Bernie Endrayani Medise. 2011. *Buku Pintar Bayi*. Jakarta: Pustaka Bunda.
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Afabeta.
- Tang, Aco. 2018. *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 1-4 Bulan*. Global Health Science. Vol. 3 No.1 [15 Maret 2020].
- Ubaya, R.L. 2019. *Analisis Pijat Bayi dengan Kualitas Tidur Bayi Umur 6-12 Bulan di Desa Kertosari Kecamatan Singorojo Kabupaten Kendal*. Undergraduate Thesis. Semarang: Program Sarjana Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Warsini, Dyah Nugraini. 2016. *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Lama Tidur Bayi Usia 0-12 Bulan di Desa Duwet Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten*. KOSALA JIK Vol. 4 No.1 [12 Maret 2020].
- Whittingham, Koa and Pamela Douglas. 2014. *Optimizing Parent Infant Sleep from Birth to 6 Months: A New Paradigm*. University of Queensland vol. 3 No.1 pp 1-9. [15 Maret 2020].
- World Health Organization (WHO). 2012. *Angka Kematian Bayi*. Amerika: WHO.
- Wong, Ferry. 2010. *Panduan Lengkap Pijat*. Jakarta. Penebar Plus.

