

SKRIPSI

HUBUNGAN RIWAYAT PIJAT BAYI DENGAN KUALITAS TIDUR PADA BAYI USIA 0-6 BULAN DI KLINIK DARUL ARQAM KABUPATEN GARUT PERIODE TAHUN 2025



Gahara Clavidia Shaumandini Putri
NIM : P20624425011

**PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
JURUSAN KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN
KESEHATAN TASIKMALAYA
TAHUN 2026**

SKRIPSI

HUBUNGAN RIWAYAT PIJAT BAYI DENGAN KUALITAS TIDUR PADA BAYI USIA 0-6 BULAN DI KLINIK DARUL ARQAM KABUPATEN GARUT PERIODE TAHUN 2025

Disusun untuk memenuhi persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Terapan
Kebidanan



Gahara Clavidia Shaumandini Putri
NIM : P20624425011

**PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
JURUSAN KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN
KESEHATAN TASIKMALAYA
TAHUN 2026**

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT, karena atas limpahan dan karunia-Nya lah penulisan Skripsi ini dapat diselesaikan tepat pada waktunya, yang merupakan salah satu syarat untuk memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Cirebon. Penulis rangkum dalam sebuah Skripsi yang diberi judul “***Hubungan Riwayat Pijat Bayi Dengan Kualitas Tidur Pada Bayi Usia 0-6 Bulan Di Klinik Darul Arqam Kabupaten Garut Periode 2025***”

Penulisan Skripsi ini, penulis mengalami berbagai macam kendala, namun berkat rahmat-Nya dan bantuan serta dorongan dari berbagai pihak, akhirnya penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini tepat pada waktunya. Dengan terselesaikannya Skripsi ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dr. Dini Mariani, S.Kep., Ners., M.Kep, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Dr. Hj. Yati Budiarti, SST., M.Keb, selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
3. Dr. Hj. Yeni Fitrianingsih, SST., M.Kes, selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya-
4. Bdn. Rani Widiyanti Surya Atmaja, SST., M.Keb, selaku dosen pembimbing I sekaligus penanggung jawab Tugas Akhir Skripsi Sarjana Terapan Kebidanan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
5. Bdn. Pepi Hapitria, SST., M.PH, selaku dosen pembimbing II dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
6. Novita Satunida S Amd.Keb., CHE selaku pembimbing lahan dalam penelitian di Klinik Darul Arqam Garut.
7. Ayah, Almarhumah Ibu, dan Kakak-kakak saya yang telah memberikan bantuan dan dukungan baik secara material maupun moral sehingga penulis mampu berjuang dalam menyelesaikan Skripsi ini.
8. Semua pihak yang telah bersedia memberikan bantuan dalam pembuatan Skripsi.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan Skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan karena masih terbatasnya pengetahuan yang penulis miliki. Maka dari itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun dan memotivasi dari pembaca demi kesempurnaan Skripsi ini. Semoga Skripsi ini dapat memberikan manfaat khususnya untuk penulis, umumnya untuk pembaca yang berniat dalam pelayanan komplementer seperti pijat pada bayi.

Cirebon, 20 Januari 2026

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	vii
INTISARI	viii
ABSTRAC.....	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Ruang Lingkup Peneitian	4
E. Manfaat Penyusunan Laporan	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA, KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS	7
A. Tjauan Pustaka.....	7
1. Konsep Dasar Tidur Pada Bayi	7
2. Faktor Yang Mempengaruhi Tidur Pada Bayi	8
3. Penilaian Kualitas Tidur Bayi	12
4. Pijat Pada Bayi	15
5. Hubungan Riwayat Pijat dengan Parameter Tidur Bayi.....	31
B. Keaslian Penelitian	32
C. Kerangka Konsep Penelitian	34
D. Hipotesisi Penelitian	34
E. Kerangka Teori.....	35
BAB III METODE PENELITIAN.....	37
A. Desain Penelitian	37
B. Populasi dan Sampel	37
C. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	39
D. Variabel Penelitian	39
E. Definisi Operasional	40
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.....	41
G. Instrumen Penelitian	42
H. Prosedur Penelitian	42
I. Managemen Data.....	43
J. Analisis Data	45
K. Etik Penelitian	47
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	49
A. Hasil Penelitian	49
B. Pembahasan	53
BAB V PENUTUP.....	67
A. Kesimpulan	67
B. Saran.....	68
DAFTAR PUSTAKA	70

LAMPIRAN.....	72
----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Kerangka Tabel	39
Tabel 3. 1 Definisi Operasional.....	43
Tabel 4. 1 Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin	54
Tabel 4. 2 Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia	55
Tabel 4. 3 Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan status ASI	56
Tabel 4. 4 Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan riwayat pijat bayi.....	56
Tabel 4. 5 Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan Kualitas tidur bayi	56
Tabel 4. 6 Hubungan Riwayat Pijat Bayi dengan Kualitas Tidur Bayi Usia 0–6 Bulan di Klinik Darul Arqam Garut Tahun 2026	57

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Milking Kaki	22
Gambar 2. 2 Squeezing Kaki.....	22
Gambar 2. 3 Thumb after Thumb.....	23
Gambar 2. 4 Butterfly.....	23
Gambar 2. 5 Cross	24
Gambar 2. 6 Mengayuh.....	24
Gambar 2. 7 Bulan-Matahari.....	24
Gambar 2. 8 I Love You.....	25
Gambar 2. 9 Walking	25
Gambar 2. 10 Milking (India & Swedia)Tangan	26
Gambar 2. 11 Rolling Tangan	26
Gambar 2. 12 Squeezing Tangan	27
Gambar 2. 13 Thumb after Thumb & Spiral Tangan	27
Gambar 2. 14 Finger Shake.....	27
Gambar 2. 15 Spiral Punggung	28
Gambar 2. 16 Cares Love.....	28
Gambar 2. 17 Relax & Circle Down	29
Gambar 2. 18 Smile & Cute	29
Gambar 2. 19 Pijatan Ubun-ubun.....	30
Gambar 2. 20 Pijatan Tengkok.....	30
Gambar 2. 21 Teknik Kraniosakral	31

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Teknik Kraniosakral.....	37
-------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Olahdata SPSS	77
--------------------------------	----

INTISARI

Latar Belakang: Kualitas tidur merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan bayi. Gangguan tidur pada bayi masih sering ditemukan dan dapat berdampak pada proses tumbuh kembang. Salah satu upaya nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kualitas tidur bayi adalah pijat bayi.

Tujuan: Mengetahui hubungan riwayat pijat bayi dengan kualitas tidur pada bayi usia 0–6 bulan di Klinik Darul Arqam Kabupaten Garut Tahun 2026.

Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain observasional analitik dan pendekatan *cross-sectional*. Populasi penelitian berjumlah 130 bayi usia 0–6 bulan dengan sampel sebanyak 99 bayi yang dipilih menggunakan teknik simple random sampling. Data diperoleh dari data sekunder melalui dokumentasi dan dianalisis menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$).

Hasil: Sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki (50,5%), berusia 3–4 bulan (20,2%), memperoleh ASI eksklusif (78,8%), memiliki riwayat pijat berulang (64,6%), dan memiliki kualitas tidur baik (70,7%). Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa bayi yang mendapatkan pijat berulang sebagian besar memiliki kualitas tidur baik (82,8%), sedangkan bayi yang mendapatkan pijat satu kali lebih banyak memiliki kualitas tidur kurang baik (51,4%). Uji Chi-Square menunjukkan nilai p-value = 0,000 ($<0,05$).

Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara riwayat pijat bayi dengan kualitas tidur pada bayi usia 0–6 bulan di Klinik Darul Arqam Kabupaten Garut Tahun 2026. Bayi yang mendapatkan pijat berulang cenderung memiliki kualitas tidur yang lebih baik dibandingkan bayi yang mendapatkan pijat satu kali.

Kata Kunci: riwayat pijat bayi, kualitas tidur, bayi usia 0–6 bulan.

ABSTRAC

Background: Sleep quality is a crucial factor influencing infant growth and development. Sleep disturbances in infants remain common and can impact the growth and development process. Infant massage is one non-pharmacological intervention that can be used to improve infant sleep quality.

Objective: To determine the relationship between the history of infant massage and sleep quality in infants aged 0–6 months at the Darul Arqam Clinic, Garut Regency, in 2026.

Research Methods: This study employed a quantitative method with an analytic observational design and a cross-sectional approach. The study population consisted of 130 infants aged 0–6 months, with a sample of 99 infants selected using simple random sampling. Data were obtained from secondary sources via documentation and analyzed using the Chi-Square test with a 95% confidence level ($\alpha=0.05$).

Results: The majority of respondents were male (50.5%), aged 3–4 months (20.2%), exclusively breastfed (78.8%), had a history of repeated massage (64.6%), and had good sleep quality (70.7%). Bivariate analysis showed that the majority of infants who received repeated massage had good sleep quality (82.8%), whereas those who received massage only once were more likely to have poor sleep quality (51.4%). The Chi-Square test yielded a p-value of 0.000 (<0.05).

Conclusion: There is a significant relationship between the history of infant massage and sleep quality in infants aged 0–6 months at the Darul Arqam Clinic, Garut Regency, in 2026. Infants who received repeated massage tended to have better sleep quality compared to those who received massage only once.

Keywords: infant massage history, sleep quality, infants aged 0–6 months.