

UNIVERSITAS MOHAMMAD HUSNI THAMRIN

---

Fakultas Kesehatan  
Skripsi Program Studi Sarjana Kebidanan  
Semester Ganjil 2023/2024

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KUANTITAS TIDUR BAYI USIA  
3-6 BULAN DI TPMB “HN” KOTA BANDUNG TAHUN 2023**

**Heni Nurhaeni 1053221016**

**ABSTRAK**

**LATAR BELAKANG** Tidur adalah prioritas utama bagi bayi, karena saat tidur terjadi perbaikan neuro-otak dan kurang lebih 75% hormon pertumbuhan diproduksi. Mengingat pentingnya waktu tidur bagi perkembangan bayi, maka kebutuhan tidur bayi harus terpenuhi agar tidak berdampak buruk pada pertumbuhan dan perkembangannya. Salah satu cara untuk memenuhi kebutuhan tidur bayi adalah pijat bayi. Saat bayi dipijat akan meningkatkan sekresi serotonin yang akan menekan aktivitas sistem pengaktif retikulasi dan menyebabkan kantuk.

**TUJUAN PENELITIAN**, ialah mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap kuantitas tidur bayi 3-6 bulan di TPMB “HN” Kota Bandung Tahun 2023.

**METODE DAN OBJEK PENELITIAN** menggunakan *Quasi Eksperimen* dengan *pretest- posttest one group desain*. Pada bayi usia 3-6 bulan sebanyak 34 sampel.

**ANALISIS** parametrik tes yaitu *paired t test*.

**HASIL YANG DICAPAI** Sebelum pemberian pijat bayi frekuensi kuantitas tidur bayi 3-6 bulan adalah 12 jam 10 menit, setelah pemberian pijat bayi frekuensi kuantitas tidur bayi 3-6 bulan adalah 15 jam dan terdapat pengaruh pijat bayi terhadap kuantitas tidur bayi 3-6 bulan di TPMB “HN” Kota Bandung Tahun 2023 dengan p-value  $0,00 < 0,05$ .

**SIMPULAN** terdapat pengaruh pijat bayi terhadap kuantitas tidur bayi 3-6 bulan di TPMB “HN” Kota Bandung Tahun 2023.

**Kata Kunci:** Pijat Bayi, Kuantitas Tidur Bayi, Bayi 3-6 bulan

MOHAMMAD HUSNI THAMRIN UNIVERSITY

---

Faculty of Health  
Thesis of Midwifery Undergraduate Study Program  
Semester Ganjil 2023/2024

**THE EFFECT OF BABY MASSAGE ON THE QUANTITY OF SLEEP FOR  
INFANTS AGED 3-6 MONTHS AT TPMB "HN" BANDUNG CITY IN 2023**

**Here Nurhaeni 1053221016**

**ABSTRACT**

**Sleep** is a top priority for babies, because during sleep there is a neuro-brain repair and approximately 75% of growth hormone is produced. Given the importance of sleep time for baby's development, the baby's sleep needs must be met so as not to adversely affect growth and development. One way to meet the baby's sleep needs is baby massage. When the baby is massaged will increase the secretion of serotonin which will suppress the activity of the reticulation activating system and cause drowsiness.

**THE PURPOSE OF THE STUDY** is to determine the effect of baby massage on the quantity of sleep for babies 3-6 months at TPMB "HN" Bandung City in 2023.

**RESEARCH METHODS AND OBJECTS** using Quasi Experiment with pretest-posttest one group design. In infants aged 3-6 months as many as 34 samples.

**ANALISIS** Parametric analysis of the test is paired t test.

**RESULTS ACHIEVED** Before giving baby massage, the frequency of the quantity of sleep of babies 3-6 months is 12 hours 10 minutes, after giving baby massage, the frequency of the quantity of sleep of babies 3-6 months is 15 hours and there is an influence of baby massage on the quantity of sleep of babies 3-6 months at TPMB "HN" Bandung City in 2023 with a p-value of  $0.00 < 0.05$ .

**CONCLUSION** there is an effect of baby massage on the quantity of sleep for babies 3-6 months at TPMB "HN" Bandung City in 2023.

**Keywords:** Baby Massage, Baby Sleep Quantity, Baby 3-6 months