

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

**PENGARUH PEMBERIAN TERAPI PIJAT BAYI MENGGUNAKAN
LAVENDER OIL TERHADAP PENINGKATAN KUALITAS TIDUR
BAYI USIA 1-12 BULAN DI TPMB M TAHUN 2024**

Mega Kartika Fajrin (1053221004)

ABSTRACT

Baby massage is a comfortable touch of communication between mother and baby. One of the benefits of baby massage is that it can make babies sleep more soundly. Sleep is a state that displays relaxation, reduced metabolism and sensitivity to stimuli. The aim of this research is to determine the effect of giving baby massage therapy using lavender oil on improving the sleep quality of babies aged 1-12 months at TPMB M in 2024. This type of research is quantitative research using Quasy Experiment and the one group pretest-posttest design method. The population and sample in this study were 40 babies aged 1-12 months. The results of this study were that the sleep quality of babies aged 1-12 months before being given baby massage, the majority of respondents had poor sleep quality, namely 33 people (82.5%) and after being given baby massage, the majority of respondents experienced an improvement with good sleep quality, namely 34 people (85%). The Wilcoxon Signed Ranks Test statistical test shows a p value of $0.001 \leq \alpha 0.05$. The conclusion of this research is that there is an effect of giving baby massage therapy using lavender oil on improving the sleep quality of babies aged 1-12 months at TPMB M in 2024.

Keywords : Baby Massage, Lavender Oil, Baby Sleep Quality

UNIVERSITAS MOHAMMAD HUSNI THAMRIN

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

**PENGARUH PEMBERIAN TERAPI PIJAT BAYI MENGGUNAKAN
LAVENDER OIL TERHADAP PENINGKATAN KUALITAS TIDUR
BAYI USIA 1-12 BULAN DI TPMB M TAHUN 2024**

Mega Kartika Fajrin (1053221004)

ABSTRAK

Pijat bayi merupakan sentuhan komunikasi yang nyaman antara ibu dan bayi. Manfaat pijat bayi salah satunya dapat membuat bayi tidur lebih lelap. Tidur merupakan keadaan yang menampilkan relaksasi, berkurangnya metabolisme dan kepekaan terhadap rangsangan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi pijat bayi menggunakan *lavender oil* terhadap peningkatan kualitas tidur bayi usia 1-12 bulan di TPMB M tahun 2024. Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan *Quasy Eksperimen* dan metode *one group pretest-posttest design*. Populasi dan sampel pada penelitian ini bayi berusia 1-12 bulan berjumlah 40 bayi. Hasil pada penelitian ini kualitas tidur bayi usia 1-12 bulan sebelum diberikan pijat bayi sebagian besar responden memiliki kualitas tidur buruk yaitu sebanyak 33 orang (82,5%) dan sesudah diberikan pijat bayi sebagian besar responden mengalami peningkatan dengan kualitas tidur baik yaitu sebanyak 34 orang (85%). Uji statistik *Wilcoxon Signed Ranks Test* menunjukkan nilai $p \text{ value}$ sebesar $0,001 \leq \alpha 0,05$. Kesimpulan pada penelitian ini bahwa ada Pengaruh Pemberian Terapi Pijat Bayi Menggunakan *Lavender Oil* Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Bayi Usia 1-12 Bulan di TPMB M Tahun 2024.

Kata Kunci : Pijat Bayi, *Lavender Oil*, Kualitas Tidur Bayi