

ABSTRAK

Jannah, Icha Roichatul. 2021. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kuantitas dan Kualitas Tidur Bayi. Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Malang. Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang. Pembimbing Utama: Herawati Mansur, SST., M.Psi. Pembimbing Pendamping : Gita Kostania, SST., M.Keb.

Masih banyak kejadian masalah tidur hampir di seluruh dunia yang dialami oleh bayi. Masyarakat khususnya ibu yang memiliki bayi dan keluarga masih belum mengetahui pentingnya fungsi istirahat dan tidur pada bayinya. Sementara itu, apabila kondisi ini tidak dicegah dapat menyebabkan pertumbuhan dan perkembangan otak anak berpengaruh buruk yang akan mengakibatkan penurunan kualitas generasi penerus. Salah satu upaya memperbaiki gangguan tidur bayi bidan berupaya selalu mengajarkan cara pijat bayi kepada ibu agar bayi sejak awal memiliki kualitas dan kuantitas tidur yang cukup. Tujuan penelitian ini mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap kuantitas dan kualitas tidur bayi. Metode yang digunakan adalah *Literature Review* yang didapatkan dari Pubmed dan *Google Scholar* dengan menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian literatur yaitu “*Baby*”, “*Massage*”, “*Sleep*”. Dari 14 artikel ilmiah ditemukan bahwa pijat bayi memiliki banyak manfaat dan dapat diterapkan sesuai kebutuhan. Responden pada literatur review yaitu bayi dengan usia 1-12 bulan. Sebagian besar artikel ilmiah mengatakan bahwa bayi setelah dilakukan pemijatan dapat meningkatkan kualitas dan kuantitas tidur bayi karena pijat bayi dapat merangsang hormon endorfin dan hormon serotonin. Sedangkan satu artikel mengatakan bahwa tidak ada pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi. Hal ini dapat disebabkan telah terpenuhi faktor yang dapat meningkatkan kualitas tidur selain stimulasi pijat bayi. Maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan pada peningkatan kuantitas dan kualitas tidur bayi usia 1-12 bulan antara sebelum dilakukan dan sesudah dilakukan intervensi pijat. Dari hasil telaah dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pijat bayi dengan kuantitas tidur bayi sehingga bidan dapat menedukasikan masyarakat tentang pentingnya pijat bayi

Kata Kunci : Pijat Bayi, kualitas tidur, kuantitas tidur bayi