

**PENERAPAN PIJAT BAYI TERHADAP POLA TIDUR PADA BAYI
DI KELURAHAN CIKALANG KECAMATAN TAWANG
KOTA TASIKMALAYA**

KARYA TULIS ILMIAH



**SRI DEWI RATNA MAULANI
NIM : 11025122150**

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
TASIKMALAYA**

2025

**PENERAPAN PIJAT BAYI TERHADAP POLA TIDUR PADA BAYI
DI KELURAHAN CIKALANG KECAMATAN TAWANG
KOTA TASIKMALAYA**

KARYA TULIS ILMIAH

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Ahli Madya Keperawatan**



**SRI DEWI RATNA MAULANI
NIM : 11025122150**

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
TASIKMALAYA
2025**

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA**

Karya Tulis Ilmiah, Juli 2025

Sri Dewi Ratna Maulani

**PENERAPAN PIJAT BAYI TERHADAP POLA TIDUR PADA BAYI DI KELURAHAN
CIKALANG KECAMATAN TAWANG KOTA TASIKMALAYA**

xii + 74 halaman + 6 tabel + 14 lampiran

ABSTRAK

Gangguan pola tidur sering dialami bayi dan dapat memengaruhi pertumbuhan serta perkembangan mereka. Salah satu upaya nonfarmakologis untuk membantu memperbaiki pola tidur adalah melalui terapi pijat bayi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan pijat bayi terhadap pola tidur bayi di Kelurahan Cikalang Kecamatan Tawang Kota Tasikmalaya. Metode Penelitian menggunakan studi kasus dengan dua subyek bayi berusia 5 dan 7 bulan yang mengalami gangguan pola tidur. Intervensi berupa pijat bayi dilakukan selama tiga hari berturut-turut dengan observasi sebelum dan sesudah tindakan, meliputi kemudahan bayi untuk tertidur, frekuensi terbangun, durasi tidur, serta perilaku setelah bangun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah dilakukan pijat bayi, kedua subyek mengalami perubahan positif: bayi lebih mudah tertidur, frekuensi terbangun di malam hari menurun, tidur menjadi lebih nyenyak, serta tampak lebih segar dan aktif saat bangun. Kesimpulan penelitian ini adalah pijat bayi membantu meningkatkan pola tidur bayi dengan cara menenangkan tubuh, mengurangi stres, dan menciptakan rasa nyaman. Saran bagi orang tua adalah dapat rutin menerapkan pijat bayi sebagai bentuk stimulasi sederhana yang bermanfaat bagi kesehatan dan perkembangan anak.

Kata Kunci: bayi, pijat bayi, pola tidur

**D III NURSING STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
BAKTI TUNAS HUSADA UNIVERSITY**

Scientific Paper, July 2025

Sri Dewi Ratna Maulani

*Implementation Of Baby Massage On Sleep Patterns Of Baby in The Cikalang Village,
Tawang District, Tasikmalaya City*

vii + 74 pages + 6 tables + 14 appendices

ABSTRACT

Sleep disturbances are common in infants and can affect their growth and development. One of the non-pharmacological efforts to help improve sleep patterns is through infant massage therapy. This study aims to determine the application of infant massage to infant sleep patterns in Cikalang Village, Tawang District, Tasikmalaya City. The research method used a case study with two subjects aged 6 and 9 months who experienced disturbed sleep patterns. The intervention in the form of infant massage was carried out for three consecutive days with observations before and after the action, including the baby's ease of falling asleep, frequency of awakening, sleep duration, and behavior after waking up. The results showed that after the baby massage, both subjects experienced positive changes: the baby fell asleep more easily, the frequency of waking up at night decreased, sleep became deeper, and looked fresher and more active when waking up. The conclusion of this study is that infant massage help improve of infant sleep patterns by calming the body, reducing stress, and creating a sense of comfort. The suggestion for parents is to routinely apply infant massage as a simple form of stimulation that is beneficial for children's health and development.

Keywords: *infant, infant massage, sleep pattern*