

**PENERAPAN PIJAT BAYI PADA BAYI DENGAN
GANGGUAN POLA TIDUR DI DESA BANTARSARI
KECAMATAN PAMARICAN KABUPATEN CIAMIS**

KARYA TULIS ILMIAH



RANJIB ABDUL AZIZ

NIM : 11025123036

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
2026**

**PENERAPAN PIJAT BAYI PADA BAYI DENGAN
GANGGUAN POLA TIDUR DI DESA BANTARSARI
KECAMATAN PAMARICAN KABUPATEN CIAMIS**

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

KARYA TULIS ILMIAH



RANJIB ABDUL AZIZ

NIM : 11025123036

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
2026**

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

Karya Tulis Ilmiah 11 September 2026

Ranjib Abdul Aziz

**Penerapan Pijat Bayi Pada Bayi Dengan Gangguan Pola Tidur Di Desa
Bantarsari Kecamatan Pamarican Kabupaten Ciamis**

xiii + 94 halaman + 8 tabel + 15 lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang: Gangguan pola tidur pada bayi masih banyak ditemukan dan berpotensi menghambat proses tumbuh kembangnya, mengingat sebagian besar hormon pertumbuhan dilepaskan saat bayi tidur. Berdasarkan konsep dasar bayi, pola tidur, dan pijat bayi sebagai stimulasi taktil yang dapat memberikan rasa nyaman serta memperbaiki kualitas tidur. **Tujuan:** Menggambarkan penerapan pijat bayi terhadap pola tidur bayi di Desa Bantarsari, Kecamatan Pamarican, Kabupaten Ciamis. **Metode:** Penelitian studi kasus deskriptif pada 2 responden bayi berusia 3 dan 4 bulan yang mengalami gangguan pola tidur. Data digali melalui wawancara terstruktur dengan orang tua, observasi pola tidur, serta penerapan pijat bayi sesuai standar operasional prosedur selama tiga hari berturut-turut dengan durasi 15-20 menit setiap sesi. **Hasil:** Menunjukkan bahwa faktor lingkungan seperti kebisingan dan pencahayaan turut memengaruhi gangguan pola tidur kedua subjek. Setelah dilakukan intervensi, kedua bayi menunjukkan perbaikan pola tidur yang ditandai dengan durasi tidur lebih panjang, frekuensi terbangun malam hari berkurang, serta bayi tampak lebih tenang dan segar. **Kesimpulan:** Dapat disimpulkan bahwa pijat bayi merupakan intervensi nonfarmakologis yang efektif untuk memperbaiki pola tidur bayi. **Saran:** Keluarga disarankan mempraktikkan pijat bayi secara rutin, terutama sebelum tidur, serta menciptakan lingkungan tidur yang nyaman. Perawat diharapkan memberikan edukasi mengenai teknik pijat bayi dan faktor lingkungan yang memengaruhi pola tidur. Peneliti selanjutnya disarankan mengembangkan penelitian dengan jumlah subjek lebih banyak, waktu penerapan lebih lama, dan instrumen pengukuran yang lebih terstruktur.

Kata kunci: bayi, pijat bayi, pola tidur.

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

Scientific Paper, 11 September 2026

Ranjib Abdul Aziz

***The Application of Infant Massage for Infants with Sleep Disorders in
Bantarsari Village, Pamarican Subdistrict, Ciamis Regency.***

xiii + 94 pages + 8 tables + 15 appendices

ABSTRACT

Background: Sleep pattern disturbances in infants remain common and potentially hinder growth and development, given that the majority of growth hormones are released during sleep. This study is based on concepts regarding infant physiology, sleep patterns, and infant massage a form of tactile stimulation that can provide comfort and improve sleep quality. **Objective:** To describe the application of infant massage regarding sleep patterns in infants in Bantarsari Village, Pamarican District, Ciamis Regency. **Methods:** A descriptive case study involving two infant respondents (aged 3 and 4 months) experiencing sleep pattern disturbances. Data were collected through structured interviews with parents, observation of sleep patterns, and the administration of infant massage following standard operating procedures for three consecutive days, with sessions lasting 15–20 minutes. **Results:** Environmental factors, such as noise and lighting, were found to contribute to the sleep disturbances experienced by both subjects. Following the intervention, both infants showed improvements in sleep patterns, characterized by longer sleep duration, reduced frequency of waking during the night, and a calmer, more refreshed demeanor. **Conclusion:** Infant massage is an effective non-pharmacological intervention for improving infant sleep patterns. **Suggestion:** Families are advised to practice infant massage routinely especially before bedtime and to create a comfortable sleeping environment. Nurses are encouraged to provide education on infant massage techniques and the environmental factors affecting sleep patterns. Future researchers are advised to expand the study by including a larger number of subjects, a longer intervention period, and more structured measurement instruments.

Keywords: *infant, baby massage, sleep quality.*