

**PENGARUH *BABY MASSAGE* TERHADAP KUALITAS TIDUR
BAYI USIA 1-12 BULAN DI TPMB “T”
SUMBERSARI JEMBER**

SKRIPSI



Oleh:

**Amelia Ajeng Putri Sholeha
NIM. 22104042**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
JEMBER
2026**

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul "Pengaruh *Baby Massage* Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 1-12 Bulan di TPMB "T" Sumbersari Jember", telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada:

Nama : Amelia Ajeng Putri Sholeha

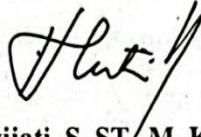
NIM : 22104042

Hari, Tanggal : Jum'at, 03 Juli 2026

Program Studi : Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Dr. Soebandi.

Tim Penguji

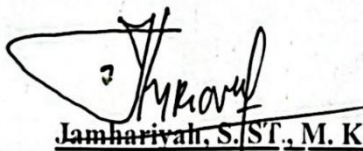
Ketua Penguji,



Sugijati, S. ST., M. Kes

NIP. 196306231983032009

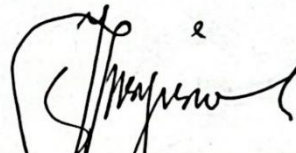
Penguji II,



Jamharirah, S. ST., M. Kes

NIDN. 4011016401

Penguji III,



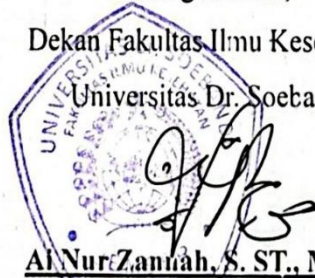
Bdn. Sviska Atik Maryanti, S. ST., M. Keb

NIDN. 4017047801

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,

Universitas Dr. Soebandi



Al Nur Zannah, S. ST., M. Keb

NIDN.0719128902

PENGARUH *BABY MASSAGE* TERHADAP KUALITAS

TIDUR BAYI USIA 1-12 BULAN DI TPMB “T”

SUMBERSARI JEMBER

The Effect Of Baby Massage On The Sleep Quality

Of Infants Aged 1-12 Months At TPMB “T”

Sumbersari Jember

Amelia Ajeng Putri Sholeha^{1*}, Syiska Atik Maryanti^{2*}

¹Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi,
e-mail: putryamelia609@gmail.com

²Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia,
Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang Jurusan Kebidanan
Email: syska.hermawan@gmail.com

Received:

Accepted:

Published

ABSTRAK

Kesehatan dan perkembangan bayi bergantung pada tidur yang cukup dan berkualitas, yang merupakan kebutuhan mendasar antara usia satu hingga dua belas bulan. Meskipun demikian, antara 31% dan 44,2% bayi di Indonesia menderita gangguan kualitas tidur. Sepuluh bayi (berusia satu hingga dua belas bulan) yang menjalani studi pendahuluan di TPMB "T" Summersari Jember semuanya mengalami kesulitan tidur, dengan gejala termasuk terbangun beberapa kali di malam hari, tidur singkat, dan pola tidur yang tidak teratur. Hal ini menyoroti perlunya pendekatan non-farmakologis, seperti *Baby Massage*. Bayi-bayi di TPMB "T" Summersari Jember tidur lebih nyenyak antara usia satu hingga dua belas bulan, menurut penelitian ini. Desain pra-eksperimental satu kelompok pretest-posttest digunakan dalam penelitian kuantitatif ini. Penelitian ini melibatkan 43 bayi baru lahir secara keseluruhan, dan 30 partisipan dipilih secara acak menggunakan metode purposive sampling. Uji Peringkat Bertanda Wilcoxon digunakan untuk mengevaluasi data, dengan ambang batas signifikansi $\alpha < 0,05$, untuk mengukur kualitas tidur sebagaimana ditentukan oleh Kuesioner Tidur Bayi Singkat (Brief Infant Sleep Questionnaire/BISQ). Menurut temuan penelitian, 90% bayi mengalami peningkatan kualitas tidur setelah menerima *Baby Massage*, dibandingkan dengan 100% yang memiliki kualitas tidur buruk sebelum intervensi. Berdasarkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) dari uji Wilcoxon, dapat disimpulkan bahwa *Baby Massage* di TPMB "T" Summersari Jember meningkatkan kualitas tidur bayi usia 1-12 bulan. Menurut hasil ini, *Baby Massage* cukup efektif membantu bayi tidur lebih nyenyak. Semoga *Baby Massage* dapat membantu si kecil mendapatkan istirahat malam yang lebih baik.

Kata kunci: *Baby Massage, Kualitas Tidur, Bayi Usia 1–12 Bulan*