



## Hubungan Perilaku Ibu dalam Masase dengan Durasi Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan di Bpm Eka Kelurahan Medan Denai 2021

Debora Paninsari<sup>1</sup>, Puti Lestari<sup>2</sup>, Endang Herdiyanti<sup>3</sup>, Gelora Pertiwi<sup>4</sup>, Erika Fatrecia<sup>5</sup>, Esmeralda<sup>6</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup> Fakultas Keperawatan dan kebidanan, Universitas Prima Indonesia, Medan, Indonesia

### Info Artikel

Sejarah artikel :  
Diterima, Nov 11, 2021  
Disetujui, Des 10, 2021  
Dipublikasikan, Des 30, 2021

Keywords :  
*Behavior,*  
*Massage,*  
*Child's sleep duration.*

### Abstrak

**Latar Belakang :** Masase yaitu terapi lama yang dikenal banyak manusia dan yang paling diminati para ibu, Masase bayi sangat membantu perkembangan fisik dan otot bayi, dapat juga memperlancar hubungan ibu dan bayi. Kemampuan untuk mengangkat kepala ketika akan tengkurap. Sentuhan atau pijat bayi setelah kelahiran dapat memberikan jaminan kontak tubuh pada orang tua. Faktor perkembangan dalam proses belajar si Kecil dapat memperkuat tumbuh dan kembang sangat sempurna.

**Metode :** Jenis penelitian digunakan survey analytical pendekatan dengan cross sectional. Penelitian dilaksanakan mulai tanggal 6 November 2021. sampel sebanyak 35 responden dengan menggunakan teknik total sampling.

**Hasil :** Berdasarkan hasil mayoritas dari 13 responden berpengetahuan cukup, dengan kejadian durasi tidur normal sebanyak 7 (53.8%) Sikap Positif, dengan kejadian durasi tidur normal sebanyak 15 (75.0%). Berdasarkan uji statistic yang telah dilakukan menunjukkan nilai  $P=0,04$ . Mayoritas dari 20 responden sedangkan dari 15 responden bersikap negative dengan kejadian durasi tidur normal sebanyak 5 (33.3%) dapat diperoleh hasil  $P=0,034$ . Mayoritas dari 20 responden yang melakukan tindakan dilakukan, dengan kejadian durasi tidur normal sebanyak 15 (75.0%), sedangkan dari 15 responden tidak melakukan, dengan kejadian durasi tidur bayi normal sebanyak 5 (33.3%). Dapat diperoleh hasil  $P=0,034$ .

**Kesimpulan :** Terapi sentuh terutama pijat menghasilkan perubahan fisiologis yang menguntungkan dan dapat diukur secara ilmiah, salah satu manfaat dari pijat bayi adalah untuk meningkatkan durasi tidur

### Abstract

**Background:** Massage is an old therapy that is known to many people and is the most sought after by mothers. Baby massage is very helpful for the physical and muscle development of the baby, it can also strengthen the relationship between mother and baby. The ability to lift the head when going to the stomach. Touching or massaging the baby after birth can provide a guarantee of body contact for the parents. Developmental factors in the learning process of the Little Psychic P can strengthen the growth of P and P development is very perfect.

**Methods:** The type of research used was a survey analytical approach with a cross-sectional approach. The research was carried out starting on 6 November 2021. Psample P35 respondents using the Ptotal Psampling technique.

---

**Results:** Based on the Phasil, the majority of P13 respondents had sufficient knowledge, P7 (53.8%). Positive Attitude, with a normal P15 P(75.0%) incidence of sleep duration. Based on the Praise Pstatistic P that has been carried out, it shows the PP value = 0.04. The majority of P from P20 respondents, while P from P15 respondents had a P-negative attitude with the incidence of Pnormal sleep duration P as much as P5 P (33.3%) can be obtained P result P = 0.034. The majority of the 20 respondents who took the action were carried out, with the incidence of normal sleep duration being 15 (75.0%), while of the 15 respondents not doing it, with the incidence of normal infant sleep duration being 5 (33.3%). Can be obtained results P = 0.034

**Conclusion:** Touch therapy, especially massage produces beneficial physiological changes that can be measured scientifically, one of the benefits of infant massage is to increase sleep duration.

---

#### Koresponden Penulis :

Debora Paninarsari  
Fakultas Keperawatan dan kebidanan, Universitas Prima Indonesia,  
Jl. Madrasah, Sei Agul, Kec. Medan Barat, Kota Medan.  
Email : [contact@unprimdn.ac.id](mailto:contact@unprimdn.ac.id)

---

### 1. PENDAHULUAN

Masase biasa disebut dengan stimulus *touch* atau sentuhan. Masase yaitu seni perawatan dan pengobatan dengan sentuhan hangat untuk bayi dan balita dengan tindakan mengurut. Masase harus dilakukan secara teratur, sehingga dapat memberikan banyak manfaat untuk anak. Membuat tidur bayi lebih lama serta meningkatkan imun untuk ibu, bayi dan membantu sistem pencernaan,. Kecerdasan orang tua menentukan kualitas anak dimana perlu dipersiapkan agar bisa tumbuh sesuai keinginan dan kemampuannya.

Bayi mendapat rangsangan secara tepat akan mempengaruhi perkembangan otaknya dan pertumbuhannya. Data yang tercatat sebesar 33% masih banyak ibu-ibu yang tidak mau melakukan pijatan pada bayinya. Penelitian yang dilakukan oleh Hiscock hasil 32% ibu melaporkan masalah tidur pada bayi saja. Berdasarkan data dari BPM Eka 10 ibu didapat 4 ibu tidak pernah membawa anaknya masase karena ibu tidak mengerti masase tersebut, ibu juga beranggapan masase bayi cukup dilakukan pada anak sakit. Dan 4 ibu pernah membawa anaknya masase, dan 2 ibu mengatakan dalam 1 bulan membawa anaknya 3 x melakukan masase.

### 2. METODE

Jenis penelitian menggunakan survey analytical dengan bentuk penelitian dengan pendekatan *cros sectional* dimana variabel dependent dan independent diteliti secara bersamaan (Notoatmodjo,2017). Populasi dalam penelitan ini adalah ibu yang memiliki bayi 3-6 bulan di BPM Eka, Sampel adalah bagian (subset) dari populasi yang dipilih dengan cara tertentu hingga dapat dianggap mewakili populasinya, sampel penelitian ini adalah ibu yang memiliki bayi berjumlah 35. Mengisi kusioner yang diberikan baik secara dibacakan atau didampingi. Pengolahan Data dilakukan dengan editing dan coding.

### 3. HASIL

Berdasarkan univariat dan Bivariat dengan judul Hubungan Perilaku Ibu dalam Masase dengan Durasi Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan di BPM Eka Kelurahan Medan Denai Tahun 2021.

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan di BPM Eka Medan Tahun 2021

No	Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
----	-------------	-----------	----------------

---

1	Baik	12	34.3
2	Cukup	13	37.1
3	Kurang	10	28.6
<b>Total</b>		<b>35</b>	<b>100</b>

Mayoritas pengetahuan responden tentang masase cukup sebanyak 13 orang (37.1%), sedangkan minoritas responden tentang masase kurang sebanyak 10 orang (28.6%).

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Sikap di BPM Eka Medan Tahun 2021

No	Sikap	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Positif	19	54.3
2.	Negative	16	45.7
<b>Total</b>		<b>35</b>	<b>100,0</b>

Mayoritas responden ber Sikap Positif terhadap masase sebanyak 19 orang (54.3%), sedangkan minoritas responden ber Sikap Negative terhadap masase sebanyak 16 orang (45.7%).

**Tabel 3.** Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tindakan di BPM Eka Medan Tahun 2021

No	Tindakan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Dilakukan	21	60.0
2	Tidak Dilakukan	14	40.0
<b>Total</b>		<b>35</b>	<b>100,0</b>

Mayoritas dengan dilakukan responden sebanyak 21 orang (60,0%), sedangkan minoritas dengan Tidak Dilakukan responden sebanyak 14 orang (40,0%).

**Tabel 4.** Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Durasi Tidur di BPM Eka Medan Tahun 2021

No	Durasi Tidur	Frekuensi	Persentase (%)
1	Normal	20	57.1
2	Tidak normal	15	42.9
<b>Total</b>		<b>35</b>	<b>100,0</b>

Mayoritas dengan Durasi Tidur responden sebanyak 20 orang (57.1%), sedangkan minoritas dengan Durasi Tidur responden sebanyak 15 orang (42.9%).

**Tabel 5.** Hubungan Pengetahuan Ibu Dengan Durasi Tidur Bayi DI BPM Eka Medan Tahun 2021

NO	Pengetahuan	Durasi Tidur		Total	%	P-value	
		<u>Nomal</u>	<u>Tidak Nomal</u>				
		<i>F</i>	<i>%</i>	<i>F</i>	<i>%</i>		
1	Baik	10	83.3	2	16.7	P=0,04	
2	Cukup	7	53.8	6	46.2		
3	Kurang	3	11.8	7	50.4		
<b>TOTAL</b>		<b>20</b>	<b>57.1</b>	<b>15</b>	<b>42.9</b>	<b>35</b>	<b>100</b>

Berdasarkan hasil mayoritas dari 13 responden berpengetahuan cukup, dengan kejadian durasi tidur normal sebanyak 7 (53.8%), sedangkan dari 10 responden berpengetahuan Kurang, dengan kejadian durasi tidur bayi normal sebanyak 3 (11.8%).

Berdasarkan uji statistic yang telah dilakukan menunjukkan nilai  $P=0,04$  ada hubungan pengetahuan dengan durasi tidur

**Tabel 6.** Hubungan Sikap Ibu dengan Durasi Tidur Bayi di BPM Eka Medan Tahun 2021

NO	Sikap	Durasi Tidur				Total	%	P - value
		Nomal		Tidak				
		F	%	F	%			
1	Positif	15	75.0	5	25.0	20	100	P=0,034
2	Negativ	5	33.3	10	66.7	15	100	
<b>TOTAL</b>		20	57.1	15	42.9	35	100	

Berdasarkan hasil Mayoritas dari 20 responden berSikap Positif, dengan kejadian durasi tidur normal sebanyak 15 (75.0%), sedangkan dari 15 responden berSikap negative dengan kejadian durasi tidur normal sebanyak 5 (33.3%). Dapat diperoleh hasil  $P=0,034$  ada hubungan Sikap dengan durasi tidur bayi

**Table 7.** Hubungan Tindakan Ibu dengan Durasi Tidur di BPM Eka Medan Tahun 2021

NO	Tindakan	Durasi Tidur				Total	%	P-value
		Nomal		Tidak				
		F	%	F	%			
1	Dilakukan	15	75.0	5	25.0	20	100	P=0,034
2	Tidakdilakukan	5	33.3	10	66.7	15	100	
<b>TOTAL</b>		20	57.1	15	42.9	35	100	

Berdasarkan hasil Mayoritas dari 20 responden yang melakukan tindakan dilakukan, dengan kejadian durasi tidur normal sebanyak 15 (75.0%), sedangkan dari 15 responden tidak melakukan, dengan kejadian durasi tidur bayi normal sebanyak 5 (33.3%). Dapat diperoleh hasil  $P=0,034$  ada hubungan tindakan dengan durasi tidur.

#### 4. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil hubungan pengetahuan dengan durasi tidur yaitu mayoritas dari 13 orang ibu yang berpengetahuan cukup mengenai masase bayi yang memiliki durasi tidur bayi yang normal sebanyak 7 (53.8%), dan yang memiliki durasi tidur bayi yang tidak normal sebanyak 6 (46.2%), Berdasarkan uji statistik diperoleh hasil  $P=0,04$  bahwa ada hubungan antara pengetahuan responden dengan durasi tidur bayi di BPM (bidan praktek mandiri) Eka Kelurahan Medan Denai. Bahwa pengetahuan merupakan segala sesuatu yang dapat secara langsung maupun tidak langsung yang mulanya tidak tahu menjadi tahu. Jadi, dengan tingkat pengetahuan tinggi keinginan untuk mengetahui bagaimana teknik masase yang benar dan melakukan teknik durasi tidur yang benar juga, apabila tingkat pengetahuan rendah, keinginan untuk mengetahui ataupun melaksanakan teknik masase yang benar juga rendah. Hal ini terjadi karena kurangnya pengetahuan responden dan juga informasi baik dari tenaga kesehatan maupun media sosial. Dengan banyaknya informasi yang diperoleh maka akan semakin baik pula pengetahuan ibu, karena pengetahuan akan mendasari ibu dalam berperilaku sesuai dengan apa yang diketahuinya. Hasil penelitian sesuai dengan hasil penelitian Sinabariba, M., & Simorangkir, L, (2020) orang tua yang memiliki pengetahuan yang baik dapat saling bertukar pikiran dengan sesamanya, dan mengasuh anak dengan baik.

Berdasarkan hasil hubungan Sikap dengan durasi tidur mayoritas dari 20 orang ibu yang ber Sikap Positif mengenai masase bayi yang memiliki durasi tidur bayi yang normal sebanyak 15 (75.0%), dan yang memiliki durasi tidur bayi yang tidak normal sebanyak 5 (25.0%), Berdasarkan ujistatistik diperoleh hasil  $P=0,034$  bahwa ada hubungan antara Sikap responden dengan durasi tidur bayi di BPM (bidan praktek mandiri) Eka Kelurahan Medan Denai. Azwar mengatakan bahwa sikap merupakan kesiapan untuk bereaksi terhadap suatu objek dengan cara-cara tertentu, apabila dihadapkan pada suatu stimulus yang menghendaki adanya respon.suatu pola perilaku, tendenasi atau

kesiapan antisipatif untuk menyesuaikan diri dari situasi sosial yang telah terkondisikan. Sikap adalah bagaimana kita suka atau tidak suka terhadap sesuatu dan pada akhirnya menentukan perilaku kita. Hal ini sesuai dengan pendapat Roesli (2019), bahwa pijatan dapat meningkatkan serotonin yang akan menghasilkan melatonin yang berperan dalam tidur yang membuat tidur lebih lama. Serotonin juga akan meningkatkan kapasitas sel reseptor yang berfungsi mengikat glukokortikoid (adrenalin, suatu hormone stress). Proses ini menyebabkan terjadinya penurunan kadar hormone adrenalin sehingga bayi yang diberi perlakuan pijatan akan tidur lebih lama, lebih tenang, tidak rewel.

Berdasarkan hasil hubungan tindakan dengan durasi tidur mayoritas dari 20 orang ibu yang melakukan tindakan dilakukan mengenai masase bayi yang memiliki durasi tidur bayi yang normal sebanyak 15 (75.0%), dan yang memiliki durasi tidur bayi yang tidak normal sebanyak 5 (25.0%). Berdasarkan uji statistik diperoleh hasil  $P=0,034$  bahwa ada hubungan antara tindakan responden dengan durasi tidur bayi di BPM (bidan praktek mandiri) Eka Kelurahan Medan Denai. Menurut Roesli pada tahun 2019 mengatakan bahwa terapi sentuh terutama pijat menghasilkan perubahan fisiologis yang menguntungkan dan dapat diukur secara ilmiah, salah satu manfaat dari pijat bayi adalah untuk meningkatkan durasi tidur. Durasi tidur beragam diantara orang-orang dan semua kelompok usia. Seseorang mungkin merasa cukup beristirahat dengan 4 jam tidur, sementara yang lain membutuhkan 10 jam (Perry & Potter, 2015).

## 5. KESIMPULAN

Lebih dari setengah responden di di BPM (bidan praktek mandiri) Eka Kelurahan Medan Denai mengetahui masase bayi yang memiliki durasi tidur bayi berpengetahuan baik, bersikap positif tentang masase bayi untuk durasi tidur bayi, dan melakukan masase bayi guna untuk durasi tidur bayi normal. Terdapat hubungan antara Prilaku Ibu dalam Masase dengan Durasi Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan BPM (bidan praktek mandiri) Eka Kelurahan Medan Denai Tahun 2021.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anonim. (2010). *Pijat Bayi*. Februari 23, 2012. <http://www.sahabatnestle.co.id /HOMEV2/main/TKSK/TKSK ndnp.asp?id=363>.
- Azwar, S. (2012). *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Dharma, Kusuma Kelana. (2012). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Trans Info Media.
- Erfandi. (2018, Desember 22). *Konsep Dasar Istirahat dan Tidur*. Februari 23, 2012. <http://www.musik.klasik.untuk.bayi.com/2011/05/lama-jam-tidur-sehat-buat-bayi-anak-dan.html#ixzz1muFhqRW8>
- Fitriy hana shari. (2012, September 9). *Kebutuhan Tidur Bayi*. Februari 23, 2012. <http://elly01.blogspot.com/2012/01/berapa-lama-bayi-sebaiknya-tidur.html>.
- Gibney, J, Michael, dkk. (2008). *Gizi Kesehatan Masyarakat*. Jakarta : Buku Kedokteran EGC.
- Harley, S. 2013. *Tangan-Tangan Lembut: Pijatan Sehat untuk Anak*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
- Heildenberg, M.D, Steven. (2018). *Buku pintar perawatan bayi*. Jakarta : Prestasi Pustakaraya.
- Hidayat, A, Aziz, Alimul. (2015). *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta Salemba Medika.
- Hizkia, Indra. (2017). *Efektifitas Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur pada Bayi*. Departemen Ilmu Keperawatan, fakultas Kedokteran, Universitas Sumatera Utara.
- Ismail. 2010. *Manajemen Perbankan Dari Teori Menuju Aplikasi*. Jakarta: Kencana
- Liariadian. (2009, Maret 8). *Hubungan Pijat Bayi dengan Kualitas Tidur Bayi Umur 6-12 Bulan*. Skripsi Srata Satu. [http : digilib . unimus. Ac .id /files / disk1 /111/jtptunimus-gdl-liariadian-5513-3-3.babi-a.pdf](http://digilib.unimus.ac.id/files/disk1/111/jtptunimus-gdl-liariadian-5513-3-3.babi-a.pdf).
- Sinabariba, M., & Simorangkir, L. (2020). Gambaran Pengetahuan Ibu Balita Umur 1-5 Tahun Tentang Pemberian Tablet Vitamin A Pada Balita Di Puskesmas Pancur Batu Desa Perumnas Simalingkar Tahun 2020. *Elisabeth Health Jurnal*, 5(02), 165-169.
- Notoatmodjo, S. (2007). *Pengantar Pendidikan Kesehatan dan Ilmu Perilaku Kesehatan*. Yogyakarta : offset.

- Notoatmodjo, 2017. *Pendidikan Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Rineka Cipta: Jakarta.
- Notoatmodjo, 2017. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta: Jakarta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (Edisi Revisi). Jakarta: Rineka Cipta.
- Perry & Potter. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan. Volume 2. Edisi 4*. Jakarta : EGC.
- Roesli, Utami. (2016). *Pedoman Pijat Bayi (Edisi Revisi)*. Jakarta: Trubus Agriwidya.
- Saptorini. (2011, 5 Januari). *Pijat Bayi Mestinya di Lakukan oleh orang Tua Sendiri*. Tabloit Gaya Hidup Sehat. Maret 6, 2012.
- Sekartini, Rini. (2012, 24 Maret). *Kebanyakan Bayi di Indonesia Belum Memiliki Kualitas Tidur yang Baik*. Jurnal Kesehatan Perhimpunan Rumah Sakit Seluruh Indonesia. Februari 24, 2012.
- Soedjatmiko. (2016). *Pijat Bayi Membantu Tidur Nyenyak*. Maret 6 2016. [http://www.google.com/hariankompas.com/Pijat bayi](http://www.google.com/hariankompas.com/Pijat%20bayi).
- Sumiyatig. (2010). *Terapi Pijat Bayi dengan Kenaikan Berat Badan Bayi Prematur*. Abstrak Undergraduate These Keperawatan Universitas Muhammadiyah Semarang. Maret 6 2012. [http : // digilib .animus .ac .id /gd .php?mod=browse&op=read&id=jtptuni-mus-gdl-sumiyatig 5205 & q = pijat%20bayi](http://digilib.animus.ac.id/gd.php?mod=browse&op=read&id=jtptuni-mus-gdl-sumiyatig%205205&q=pijat%20bayi).