

ABSTRAK

Kualitas tidur yang baik sangat penting bagi pertumbuhan bayi. Untuk mengoptimalkan kualitas tidur yaitu dengan melakukan pijat. Pijat pada bayi merupakan bentuk stimulasi taktil-kinestetik yang memiliki dampak positif pada perkembangan mereka. stimulasi motorik juga memiliki peranan penting dalam perkembangan anak. Stimulasi merupakan sentuhan yang bertujuan untuk memicu keahlian dasar anak. Salah satu masalah yang sering terjadi pada bayi adalah kurangnya kualitas tidur yang baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pijat bayi terhadap kualitas tidur dan stimulasi motorik pada usia 3-12 bulan di Puskesmas Ngabang. Penelitian ini menggunakan metode *pre-eksperimental* pendekatan *two group desain* dimana terdapat dua klasifikasi yaitu pre test dan post test. Populasi penelitian sebanyak 112 bayi, dengan jumlah sampel 30 bayi. Hasil penelitian pijat bayi terhadap kualitas tidur yang telah diolah menggunakan Uji Non Parametrik uji Wilcoxon diperoleh nilai $\text{sig } 0,002 < 0,05$, hal ini dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur pada bayi usi 3-12 bulan di Puskesmas Ngabang tahun 2023. Berdasarkan hasil penelitian pijat bayi terhadap stimulasi motorik dengan menggunakan uji wilcoxon diperoleh nilai $\text{sig } 0,026 < 0,05$, hal ini dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pijat bayi terhadap stimulasi motorik pada bayi usia 3-12 bulan di Puskesmas Ngabang tahun 2023.

Kata Kunci: Pijat Bayi, Kualitas Tidur, Stimulasi Motorik.

ABSTRACT

Good quality sleep is very important for a baby's growth. To optimize sleep quality, do to massage. Massage for infants is a form of tactile-kinesthetic stimulation that has a positive impact on their development. Motor stimulation also has an important role in child development. Stimulation is touch that aims to trigger a child's basic skills. One of the problems that often occurs in infants is a lack of good quality sleep. This study aims to determine the effectiveness of infant massage on sleep quality and motor stimulation at the age of 3-12 months at the Ngabang Health Center. This research uses a *pre-experimental* method of *two group design* approach where there are two classifications, namely pre test and post test. The research population was 112 babies, with a sample size of 30 babies. The results of research on baby massage on sleep quality that has been processed using the Wilcoxon test Non Parametric Test obtained a sig value $0.002 < 0.05$, it can be concluded that there is an effect of baby massage on sleep quality in infants aged 3-12 months at the Ngabang Health Center in 2023. Based on the results of research on baby massage on motor stimulation using the Wilcoxon test, the sig value $0.026 < 0.05$, it can be concluded that there is an effect of baby massage on motor stimulation in infants aged 3-12 months at the Ngabang Health Center in 2023.

Keywords: Infant Massage, Sleep Quality, Motor Stimulation