

The Relationship Between Maternal Knowledge of Stimulus Touch Massage Application and the Improvement of Infant Sleep Quality.

Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Penerapan Pijatan *Stimulus Touch* Dengan Peningkatan Kualitas Tidur Pada Bayi

Nurul Afriza ^a, Nurul Fatehah Syahadah ^a, Novi Azkiah ^a, Ningsisari Zega ^a, Mega Sondang ^a,
Debora Paninsari ^{a*}.

^a PUI-PT Gentle Baby Care, Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Prima Indonesia, Medan, Sumatera Utara, Indonesia.

*Corresponding Authors: deborapaninsari@unprimdn.ac.id

Abstract

Background: Baby massage is a non-pharmacological stimulation technique believed to improve infant sleep quality through gentle touch that stimulates the nervous system and circulation. A mother's knowledge of massage techniques plays a vital role in its effectiveness. **Objective:** To determine the relationship between maternal knowledge of stimulus touch massage application and the improvement of infant sleep quality at Siti Hajar Clinic. **Methods:** This study used an analytical survey design with a cross-sectional approach. A total of 30 mothers with infants aged 0–12 months who visited Siti Hajar Clinic in April 2025 were selected using total sampling. Data were collected using a questionnaire and analyzed using the Chi-Square test. **Results:** Based on the results obtained, out of the total respondents, the majority—27 mothers with good knowledge—had babies whose sleep quality improved, representing 90%. Two respondents with moderate knowledge also experienced improved sleep quality in their babies (6.7%), while one respondent with poor knowledge showed no improvement in the baby's sleep quality (0%). Statistical analysis revealed a significant result ($p = 0.000 < 0.05$), indicating a relationship between maternal knowledge and improved infant sleep quality. **Conclusion:** There is a significant relationship between maternal knowledge of stimulus touch massage and the improvement of infant sleep quality.

Keywords: Baby Massage, Stimulus Touch, Sleep Quality, Maternal Knowledge.

Abstrak

Latar belakang: Pijat bayi merupakan salah satu bentuk stimulasi nonfarmakologis yang diyakini dapat meningkatkan kualitas tidur bayi melalui sentuhan lembut yang merangsang sistem saraf dan sirkulasi. Pengetahuan ibu tentang teknik pijatan menjadi kunci penting dalam efektivitas pelaksanaannya. **Tujuan:** Mengetahui hubungan antara pengetahuan ibu tentang penerapan pijatan stimulus touch dengan peningkatan kualitas tidur pada bayi di Klinik Siti Hajar. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain survei analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel berjumlah 30 ibu dengan bayi usia 0–12 bulan yang datang ke Klinik Siti Hajar selama bulan April 2025, menggunakan teknik total sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan dianalisis menggunakan uji *Chi-Square*. **Hasil:** Berdasarkan hasil yang didapat dari total keseluruhan responden mayoritas 27 responden berpengetahuan baik dengan kejadian kualitas tidur meningkat sebanyak 27 orang dengan persentase (90%), dari 2 responden berpengetahuan cukup dengan kejadian kualitas tidur meningkat sebanyak 2 orang dengan persentase (6.7%), sedangkan dari total keseluruhan responden 1 responden berpengetahuan kurang dengan kejadian kualitas tidur meningkat sebanyak 0 dengan persentase (0%). Berdasarkan uji statistik yang telah dilakukan diperoleh nilai Signifikan ($p = 0.000 < 0,05$) ada hubungan pengetahuan ibu dengan peningkatan kualitas tidur pada bayi. **Kesimpulan:**

Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu tentang pijatan *stimulus touch* dengan peningkatan kualitas tidur pada bayi.

Kata Kunci: Pijat Bayi, Stimulus Touch, Kualitas Tidur, Pengetahuan Ibu.



Copyright © 2020 The author(s). You are free to : **Share** (copy and redistribute the material in any medium or format) and **Adapt** (remix, transform, and build upon the material) under the following terms: **Attribution** — You must give appropriate credit, provide a link to the license, and indicate if changes were made. You may do so in any reasonable manner, but not in any way that suggests the licensor endorses you or your use; **NonCommercial** — You may not use the material for commercial purposes; **ShareAlike** — If you remix, transform, or build upon the material, you must distribute your contributions under the same license as the original. Content from this work may be used under the terms of the [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International \(CC BY-NC-SA 4.0\) License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

Article History:

Received: 28/08/2025,
Revised: 27/10/2025,
Accepted: 27/10/2025,
Available Online: 27/10/2025.

QR access this Article



<https://doi.org/10.36490/journal-jps.com.v8i4.1118>

Pendahuluan

Pijat bayi merupakan bentuk stimulasi taktil-kinestetik yang dilakukan melalui usapan halus dan terstruktur pada jaringan tubuh bayi. Teknik ini tidak hanya berfungsi memperlancar sirkulasi darah, tetapi juga memberikan efek positif terhadap sistem saraf, otot, dan pernapasan [1,2]. Pentingnya pijat bayi sebagai bagian dari stimulasi tumbuh kembang telah diamanatkan dalam Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/MENKES/320/2020 tentang Standar Profesi Bidan, yang menegaskan bahwa bidan harus memiliki kompetensi dalam deteksi dini serta stimulasi tumbuh kembang anak, salah satunya melalui keterampilan pijat bayi [3].

Kualitas tidur merupakan salah satu komponen penting dalam menunjang pertumbuhan dan perkembangan bayi yang optimal. Tidur yang cukup dan berkualitas berperan penting dalam proses maturasi sistem saraf, konsolidasi memori, serta pemulihan fungsi fisiologis tubuh [4–6]. Namun demikian, gangguan tidur pada bayi masih menjadi masalah kesehatan yang cukup sering ditemui. Menurut laporan World Health Organization (WHO), sekitar 30% ibu di dunia melaporkan keluhan terkait gangguan tidur pada bayinya, sedangkan di Indonesia prevalensinya mencapai 44,2%, yang ditandai dengan bayi sering terbangun di malam hari [7]. Kondisi tersebut turut berkontribusi terhadap meningkatnya risiko gangguan tumbuh kembang. Data WHO (2022) menunjukkan bahwa 28,7% bayi di Indonesia mengalami keterlambatan tumbuh kembang, menempatkan negara ini pada posisi ketiga tertinggi di kawasan Asia Tenggara [8]. Secara global, sekitar 20–40% bayi usia 0–2 tahun mengalami keterlambatan perkembangan, yang sebagian besar disebabkan oleh kurangnya stimulasi dini [8,9].

Pijat bayi menjadi salah satu bentuk intervensi nonfarmakologis yang efektif untuk meningkatkan kualitas tidur bayi. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2024) menegaskan bahwa pijat bayi terbukti mampu meningkatkan kualitas tidur melalui mekanisme peningkatan produksi hormon melatonin dan serotonin yang mengatur siklus tidur-bangun, serta penurunan kadar hormon stres kortisol, sehingga bayi menjadi lebih rileks dan tidur lebih nyenyak [10,11]. Meskipun manfaatnya telah banyak dibuktikan, tingkat penerapan pijat bayi di masyarakat masih relatif rendah. Berdasarkan Profil Kesehatan Indonesia (2019), dari hampir lima juta kelahiran hidup, hanya sekitar 10% bayi per 1.000 kelahiran yang mendapatkan pijat bayi. Rendahnya angka ini diduga berkaitan dengan keterbatasan pengetahuan ibu. Penelitian di Sumatera Utara oleh Frida et al. (2020) menunjukkan bahwa meskipun 85% ibu mengetahui tentang pijat bayi, sebagian besar belum memiliki pemahaman mendalam mengenai teknik dan manfaatnya secara benar [12,13].

Berbagai penelitian empiris telah menunjukkan hubungan antara tingkat pengetahuan ibu, praktik pijat bayi, dan kualitas tidur bayi. Novita et al. (2023) menemukan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan ibu dengan praktik pijat bayi [14]. Sementara itu, penelitian oleh Erlina et al. (2023) dan Yessy et al. (2023) menunjukkan bahwa pijat bayi memberikan dampak positif terhadap peningkatan kualitas tidur [15,16]. Namun, kajian yang secara khusus menganalisis hubungan antara pengetahuan ibu tentang pijatan stimulus touch dengan peningkatan kualitas tidur bayi dalam konteks pelayanan klinik masih terbatas.

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan di Klinik Siti Hajar pada September 2024, tercatat sebanyak 30 bayi yang menerima layanan pijat. Dengan mempertimbangkan tingginya prevalensi gangguan tidur, rendahnya cakupan pijat bayi, serta pentingnya peran pengetahuan ibu dalam praktik tersebut, maka penelitian ini dilakukan untuk menganalisis hubungan pengetahuan ibu tentang penerapan pijatan stimulus touch dengan peningkatan kualitas tidur pada bayi di Klinik Siti Hajar. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar ilmiah (evidence-based) bagi pengembangan edukasi serta praktik kesehatan ibu dan anak, khususnya dalam upaya meningkatkan kualitas tidur dan tumbuh kembang bayi secara optimal.

Metode Penelitian

Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan survey analitik dengan desain cross sectional. Survey analitik adalah survey atau penelitian yang mencoba menggali bagaimana dan mengapa fenomena kesehatan itu terjadi. Kemudian melakukan analisis dinamika kolerasi antar fenomena atau antara faktor resiko dengan faktor efek. Sedangkan cross sectional adalah suatu penelitian untuk mempelajari dinamika kolerasi antara faktor-faktor resiko dengan efek, dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat. Artinya setiap subjek penelitian hanya di observasi sekali saja dan pengukuran dilakukan terhadap satatus karakter atau variabel subjek pada saat pemeriksaan (Notoatmodjo,2014). Pengambilan data pada penelitian ini menggunakan kuesioner dan dilakukan secara prospektif.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Klinik Siti Hajar, yang dipilih sebagai lokasi penelitian karena banyak ibu di klinik tersebut melakukan pemijatan pada bayinya. Kondisi ini menarik perhatian peneliti untuk mengkaji lebih dalam mengenai hubungan antara tingkat pengetahuan ibu tentang penerapan pijatan stimulus touch dengan peningkatan kualitas tidur pada bayi. Pemilihan lokasi ini juga didasarkan pada kemudahan akses terhadap populasi penelitian yang relevan, serta ketersediaan fasilitas yang mendukung pelaksanaan penelitian dengan baik. Adapun waktu pelaksanaan penelitian dijadwalkan berlangsung pada bulan April 2025, dengan tahapan kegiatan meliputi persiapan instrumen, pengambilan data, hingga analisis hasil penelitian yang diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap peningkatan pemahaman tentang manfaat pijatan stimulus touch bagi kualitas tidur bayi

Populasi dan Sampel dalam Penelitian

Menurut Sugiyono (2013), populasi adalah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Dalam penelitian ini, populasi yang digunakan adalah seluruh bayi berusia 0–12 bulan yang datang berkunjung ke Klinik Siti Hajar pada bulan April 2025 dan mendapatkan pijatan, dengan jumlah total sebanyak 30 orang bayi. Populasi tersebut diambil dalam kurun waktu satu bulan sesuai dengan periode pelaksanaan penelitian.

Sampel dalam penelitian ini, sebagaimana dijelaskan oleh Notoatmodjo (2016), merupakan bagian dari populasi yang dianggap dapat mewakili keseluruhan populasi penelitian. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling, yaitu teknik pengambilan sampel di mana jumlah sampel sama dengan jumlah populasi (Sugiyono, 2007). Dengan demikian, sampel penelitian ini terdiri dari 30 orang ibu yang membawa bayinya berusia 0–12 bulan untuk mendapatkan pijatan di Klinik Siti Hajar.

Metode Pengumpulan

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh secara langsung dari responden dengan cara membagikan kuesioner kepada ibu yang menjadi sampel penelitian, dengan tujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan mereka mengenai penerapan pijatan stimulus touch dalam meningkatkan kualitas tidur bayi. Sementara itu, data sekunder diperoleh dari bidan pemilik Klinik Siti Hajar, yang memberikan informasi pendukung terkait pelaksanaan pijatan bayi dan karakteristik pengunjung klinik. Kuesioner yang digunakan berfungsi sebagai instrumen utama untuk mengukur sejauh mana pengetahuan ibu tentang penerapan pijatan stimulus touch terhadap peningkatan kualitas tidur bayi usia 0–12 bulan.

Aspek Pengukuran Data

Pengetahuan responden ibu tentang penerapan pijatan stimulus touch pada bayi usia 0-12 bulan diukur melalui beberapa pertanyaan dengan memilih jawaban pada kuesioner.

Tabel. Definisi Operasional Variabel Penelitian

No.	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala Ukur	Hasil Ukur
1.	Pengetahuan ibu tentang penerapan pijatan stimulus touch	Hasil dari pengetahuan dan pemahaman ibu mengenai penerapan pijatan <i>stimulus touch</i> pada bayi.	Kuesioner	Ordinal	Jawaban yang dikategorikan sebagai: 1. Baik : 76–100% jawaban benar 2. Cukup : 56–75% jawaban benar 3. Kurang : <56% jawaban benar
2.	Peningkatan kualitas tidur pada bayi	Kemampuan bayi untuk tetap tertidur dengan nyenyak serta memperoleh jumlah waktu tidur yang sesuai.	Kuesioner	Ordinal	Jawaban yang dikategorikan sebagai: 1. Meningkat : 50–100% responden menjawab bayi tidur nyenyak 2. Tidak meningkat : <50% responden menjawab bayi tidur nyenyak

Teknik Pengolahan Data

Proses pengolahan data dalam penelitian ini dilakukan melalui beberapa tahapan sistematis untuk memastikan bahwa data yang diperoleh akurat dan dapat diolah secara ilmiah. Tahap pertama adalah **editing (penyuntingan data)**, yaitu pemeriksaan terhadap hasil kuesioner atau wawancara yang telah dikumpulkan untuk memastikan kelengkapan, kejelasan, serta konsistensi jawaban responden. Setelah data disunting, tahap berikutnya adalah **coding**, yaitu pemberian kode pada setiap jawaban berdasarkan kategori atau variabel penelitian yang telah ditetapkan. Kode ini dicatat dalam lembar atau kartu kode instrumen yang berisi kolom-kolom sebagai tempat merekam data secara manual. Selanjutnya dilakukan tahap **data entry (memasukkan data)**, yaitu proses pengisian kolom atau kotak pada lembar atau kartu kode sesuai dengan jawaban responden terhadap setiap pertanyaan. Tahap akhir dari pengolahan data adalah **tabulasi**, yaitu penyusunan data ke dalam bentuk tabel yang disesuaikan dengan tujuan penelitian. Tahapan ini bertujuan untuk mempermudah peneliti dalam membaca, mengelompokkan, dan menganalisis data yang telah diperoleh.

Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan **teknik deskriptif**, yaitu dengan menghitung persentase dari data yang telah terkumpul berdasarkan jawaban responden. Hasil perhitungan tersebut kemudian disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi untuk menggambarkan tingkat pengetahuan ibu mengenai penerapan pijatan *stimulus touch* serta pengaruhnya terhadap peningkatan kualitas tidur bayi. Data yang diperoleh selanjutnya diinterpretasikan dan dibahas menggunakan teori-teori yang relevan, sehingga menghasilkan kesimpulan ilmiah yang dapat menjelaskan fenomena yang diteliti secara komprehensif.

Hasil Dan Pembahasan

Berdasarkan analisis Univariat dan Bivariat dengan judul penelitian Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Penerapan Pijatan *Stimulus Touch* Dengan Peningkatan Kualitas Tidur pada Bayi di Klinik Siti Hajar Marelan Pasar V Tahun 2025.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Di Klinik Siti Hajar Marelان Pasar V Tahun 2025.

No.	Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Baik	27	90.0
2	Cukup	2	6.7
3	Kurang	1	3.3
	Total	30	100

Berdasarkan table 1. Dari total keseluruhan responden mayoritas responden dengan pengetahuan baik tentang pijat *stimulus touch* sebanyak 27 orang dengan persentase (90 %), sedangkan responden dengan pengetahuan cukup tentang pijatan *stimulus touch* sebanyak 2 orang dengan persentase (6.7%), dan minoritas responden dengan pengetahuan kurang tentang pijatan *stimulus touch* sebanyak 1 orang dengan persentase (3.3%)

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Peningkatan Kualitas Tidur Bayi Di Klinik Siti Hajar Marelان Pasar V Tahun 2025

No.	Kualitas Tidur	Frekuensi	Persentase (%)
1	Meningkat	29	96.7
2	Tidak Meningkatkan	1	3.3
	Total	30	100

Berdasarkan tabel 2. Dari total keseluruhan responden mayoritas dengan kualitas tidur meningkat sebanyak 29 orang dengan persentase (96.7%), sedangkan minoritas dengan kualitas tidur tidak meningkat 1 orang dengan persentase (3.3%).

Tabel 3. Distribusi tabulasi silang Hubungan Pengetahuan Ibu Dengan Peningkatan Kualitas Tidur Pada Bayi di Klinik Siti Hajar Marelان Pasar V tahun 2025

No.	Pengetahuan	Kualitas Tidur					
		Meningkat		Tidak Meningkatkan		Total	%
		f	%	f	%		
1	Baik	27	90,0%	0	0,0%	27	100%
2	Cukup	2	6,7%	0	0,0%	2	100%
3	Kurang	0	0,0%	1	3,3%	1	100%
	Total	29	96,7%	1	3,3%	30	100%

Chi-square X^2 ($p = 0,000$)

Bersarkan hasil yang didapat dari total keseluruhan responden mayoritas 27 responden berpengetahuan baik dengan kejadian kualitas tidur meningkat sebanyak 27 orang dengan persentase (90%), dari 2 responden berpengetahuan cukup dengan kejadian kualitas tidur meningkat sebanyak 2 orang dengan persentase (6.7%), sedangkan dari total keseluruhan responden 1 responden berpengetahuan kurang dengan kejadian kualitas tidur meningkat sebanyak 0 dengan persentase (0%). Berdasarkan uji statistic yang telah dilakukan diperoleh nilai Signifikan ($p = 0.000 < 0,05$) ada hubungan pengetahuan ibu dengan peningkatan kualitas tidur pada bayi.

Pembahasan

Berdasarkan hasil hubungan pengetahuan dengan pijatan *stimulus touch* yaitu mayoritas dari 27 responden yang berpengetahuan baik mengenai pijatan *stimulus touch* memiliki kualitas tidur yang meningkat sebanyak 27 orang dengan persentase (90%), dan dari 2 responden dengan pengetahuan cukup yang memiliki kualitas tidur cukup sebanyak 2 orang dengan persentase (6.7%), berdasarkan uji statistic diperoleh hasil signifikan ($p = 0,000$) bahwa ada hubungan antara pengetahuan ibu dengan peningkatan kualitas tidur pada bayi di BPM (bidan praktek mandiri) Siti Hajar Marelان Pasar V.

Tidur merupakan kebutuhan esensial bagi bayi, terutama pada usia 3–6 bulan, di mana perkembangan otak dan fisik berlangsung pesat. Kualitas tidur yang baik mendukung pertumbuhan optimal

dan perkembangan sistem saraf pusat bayi. Namun, banyak bayi mengalami gangguan tidur, seperti sering terbangun di malam hari atau durasi tidur yang pendek, yang dapat memengaruhi kesehatan dan perkembangan mereka secara keseluruhan (Maharani et al., 2022). Stimulasi pijat bayi merupakan rangsangan/stimulasi taktil-kinestetik, komunikasi verbal dan perwujudan rasa cinta kasih orang tua terhadap anak. Implikasi dari sentuhan yang terbatas pada anak-anak melibatkan efek yang bermakna pada pertumbuhan, perkembangan dan kondisi emosional yang sehat.

Hal ini sesuai dengan Field dan Guyton yang dikutip oleh Martini (2014) peningkatan kualitas tidur pada bayi yang diberi pemijatan tersebut disebabkan oleh adanya peningkatan kadar sekresi serotonin yang dihasilkan pada saat pemijatan, Serotonin merupakan zat transmitter utama yang menyertai pembentukan tidur dengan menekan aktifitas otak lainnya. Serotonin yang disintesis dari asam amino trithophan akan diubah menjadi 5-hidroksitritophan (5- HTP) kemudian menjadi N-asetil serotonin yang pada akhirnya berubah menjadi melatonin. Melatonin mempunyai peran dalam tidur lebih lama dan lelap pada saat malam hari, hal ini disebabkan karena melatonin lebih banyak diproduksi pada saat gelap saat cahaya yang masuk ke mata berkurang.

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Rasmi Manulang dkk tahun 2024 menunjukkan adanya peningkatan signifikan kualitas tidur pada kelompok eksperimen setelah diberikan pijat bayi, dengan rata-rata durasi tidur meningkat dari $7,2 \pm 0,8$ jam menjadi $9,1 \pm 0,6$ jam. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pijat bayi berpengaruh positif terhadap peningkatan kualitas tidur bayi usia 3– 6 bulan. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Niasty dan Ria (2019) bahwa kualitas tidur bayi yang melakukan pijatan memiliki kualitas tidur yang baik.

Penelitian serupa juga dilakukan oleh Agustina et al., 2022 menemukan bahwa pijat bayi dapat meningkatkan durasi tidur secara bermakna. Misalnya, pada bayi usia 6-12 bulan, rata-rata durasi tidur meningkat dari 12,93 jam menjadi 14,2 jam setelah diberikan pijat bayi secara rutin, dengan hasil uji statistic yang juga signifikan ($p=0,000$). Menurut pendapat Düken & Yayan tahun 2024 Efek positif ini diduga berkaitan dengan relaksasi otot, peningkatan rasa nyaman, serta stimulasi sistem sensorik bayi yang diperoleh melalui sentuhan lembut selama pijat.

Hal ini sesuai dengan pendapat yang dinyatakan oleh (Muliani et al., 2020) bahwa Pijat bayi merangsang reseptor tekanan pada kulit, yang mengirim sinyal ke otak untuk melepaskan neurotransmitter seperti serotonin dan dopamin sehingga membantu menenangkan sistem saraf bayi, mengurangi ketegangan otot, dan memfasilitasi transisi ke tidur yang lebih dalam dan lebih lama. Selain meningkatkan kualitas tidur, pijat bayi juga membantu dalam memperbaiki sirkulasi darah, meningkatkan berat badan, dan memperkuat ikatan emosional antara bayi dan orang tua.

Selain manfaat fisiologis, pijat bayi juga memiliki manfaat lain misalnya dalam psikososial. Kontak mata, komunikasi non-verbal, dan respons timbal balik selama pijat dapat mempererat ikatan antara ibu dan bayi. Hal ini memiliki dampak pada peningkatan rasa aman (secure attachment) yang menjadi fondasi bagi kestabilan emosi anak di masa depan. Kepercayaan dan rasa aman yang terbentuk pada bayi melalui rutinitas yang konsisten, termasuk pijat bayi, akan menciptakan suasana hati yang positif dan memperlancar proses tidur malam hari pada bayi (Nugraheni et al., 2024).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Klinik Siti Hajar Pasar V Marelان peneliti berasumsi bahwa Tingkat pengetahuan ibu terhadap penerapan pijatan *stimulus touch* sangat penting terhadap peningkatan kualitas tidur pada bayi. Meskipun penelitian ini menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan pengetahuan ibu tentang penerapan pijatan *stimulus touch* dengan peningkatan kualitas tidur pada bayi nyatanya masih terdapat 1 dari 30 responden yang memiliki pengetahuan kurang sehingga tidak terjadi peningkatan kualitas tidur terhadap bayinya.

Meskipun hasil analisis data menunjukkan hubungan yang signifikan secara statistik, beberapa keterbatasan metodologi dalam penelitian ini perlu diakui untuk memberikan konteks yang tepat dalam menginterpretasikan temuan. **Pertama**, penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* dengan teknik *total sampling* pada 30 responden di satu klinik. Sampel yang berukuran kecil dan diambil dari satu lokasi ini membatasi generalisasi (*generalizability*) hasil penelitian terhadap populasi ibu dan bayi yang lebih luas. **Kedua**, penggunaan uji Chi-Square pada tabel kontingensi yang memiliki sel dengan frekuensi harian di bawah 5 (dalam hal ini, terdapat sel dengan nilai 0 dan 1) dapat mengurangi keakuratan nilai-p. Untuk mengatasi masalah ini, analisis data seharusnya menggunakan **Uji Fisher's Exact Test** yang lebih tepat dan robust untuk menganalisis data dengan kondisi tersebut. Apabila dilakukan dengan uji yang lebih tepat ini, meskipun kemungkinan besar tetap signifikan, kekuatan kesimpulan statistiknya akan lebih valid.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di Klinik Siti Hajar Marelan Pasar V Tahun 2025, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai penerapan pijatan stimulus touch, dan hal ini berhubungan dengan peningkatan kualitas tidur pada bayi. Hasil analisis data secara univariat dan bivariat melalui uji Chi-Square menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu tentang penerapan pijatan stimulus touch dengan peningkatan kualitas tidur bayi, dengan nilai $p\text{-value} = 0.000$ ($p < 0.05$). Dengan demikian, H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan ibu dan peningkatan kualitas tidur pada bayi.

Conflict of Interest

Penelitian ini dilaksanakan secara mandiri dan objektif mengikuti metode ilmiah, dengan analisis empiris yang transparan serta bebas konflik kepentingan, sehingga seluruh temuan didasarkan pada bukti yang sah.

Acknowledgment

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Prima Indonesia atas dukungan fasilitas dan bimbingan, serta kepada seluruh pihak yang telah membantu terlaksananya penelitian ini.

Supplementary Materials

Referensi

- [1] Wulan R, Nudesti NP, Wijayanti IT. Efektifitas Kearifan Lokal: Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Di Pati Jawa Tengah: Efektifitas Kearifan Lokal: Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Di Pati Jawa Tengah. *J Ilmu Kesehat Bhakti Husada Heal Sci J* 2023;14:278–83.
- [2] Fitri HN, Sari SIP, Fitria S, Wardani DWKK, Suarniti NW, Hindratni F, et al. Pijat dan spa bayi (Baby Massage and Baby Spa). *Media Sains Indonesia*; 2023.
- [3] Kemenkes RI. KEPMENKES NO 320 Tahun 2020 Tentang Standar Profesi Bidan. Jakarta Kementerian Kesehatan Republik Indones 2020.
- [4] Honaker SM, Meltzer LJ. Bedtime problems and night wakings in young children: an update of the evidence. *Paediatr Respir Rev* 2014;15:333–9.
- [5] Suryati EO, Oktavianto E. Hubungan kualitas tidur dengan perkembangan bayi usia 3-10 bulan. *Heal Sci Pharm J* 2020;4:33–40.
- [6] Gracia A, Puspojudo S, Yudha RP. Hubungan Kualitas Tidur dan Memori pada Anak Usia Dini: Pendekatan Formatif Orde Kedua. *J Obs J Pendidik Anak Usia Dini* 2023;7:3013–24.
- [7] Susanti IY, Hety DS. Pijat Bayi Terhadap Perkembangan Bayi Umur 6-11 Bulan Di Posyandu Graha Majapahit Kabupaten Mojokerto. *Hosp MAJAPAHIT J Ilm Kesehat Politek Kesehat MOJOKERTO* 2023;15:12–9.
- [8] Avisha F, Susilowati E, Hudaya I. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Balita: Scoping Review. *Media Publ Promosi Kesehat Indones* 2023;6:2381–9.
- [9] Petralina B. Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Terapi Baby Spa Di Puskesmas Kecamatan Pulogadung Jakarta Timur Tahun 2016 2017.
- [10] Suja MDD, Nurchairina N, Nurlaila N, Damayanti M. Edukasi Pijat Bayi Pada Bayi Usia 0-12 Bulan Untuk Meningkatkan Kebugaran Bayi. *JGEN J Pengabd Kpd Masy* 2025;3:199–205.
- [11] Delfia Safira P. Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ny. I di PMB Silvi Ayu Kota Pekanbaru 2025.
- [12] Lesmana HA. Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Pijat Bayi Di Puskesmas Kabanjahe Kabupaten Karo. *J Pengabd Masy Arta* 2023;1:111–28.
- [13] Desi H. Stimulasi baby spa optimalkan tumbuh kembang bayi dan balita. Frida, N, Sst, M, Dohona, ES, Sehati, K, C, JPN (2020) Tingkat Pengetah Ibu Tentang Pijat Bayi Di Puskesmas Kabanjahe Pratama

Sehati Periode Juni–Juli 2020;1:34–41.

- [14] Sari N, Muawanah S, Purnomo MZ. Analisis Pengetahuan Ibu Dengan Praktik Pijat Bayi Umur 3-12 Bulan. *Cendekia Med J Stikes Al-Maarif Baturaja* 2023;8:9–16.
- [15] Erlina E, Fatiyani F, Iswani R, Huda N. Penyuluhan Tentang Pengaruh Baby Massage Therapy Pola Tidur Bayi Di Desa Langa Kecamatan Syamtalira Bayu Kabupaten Aceh Utara. *J Pengabdian Mandiri* 2023;2:809–12.
- [16] The Influence Of Baby Massage On Sleep Quality Babies Aged 3-10 Months At The Midwife Juliana Clinic Tanjung Morawa. *J KEBIDANAN KESTRA* n.d.;6:118–26. <https://doi.org/10.35451/jkk.v6i2.1807>.
- [17] Altika, S., & Ni'amah, S. (2020). Analisis Kualitas Tidur Bayi yang Dilakukan Pemijatan di Riu Mom & Baby Spa Sukoharjo Pati. *Jurnal Ilmu Kebidanan dan Kesehatan (Journal of Midwifery Science and Health)*, 11(1), 31–35. <https://doi.org/10.52299/jks.v11i1.62>
- [18] Cahyani, M., & Prastuti, B. (2020). Pengaruh Pijat terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan di Klinik Cahaya Bunda. *JOMIS (Journal of Midwifery Science)*, 4(2), 107–113. <https://doi.org/10.36341/jomis.v4i2.1358>
- [19] Debora, p (2024). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Pijat Bayi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu dalam Memijat Bayi Secara Mandiri. *Jurnal of Oocial Science Sesearch*, 4(3), 9215-9226
- [20] Debora, p., et al (2021). Hubungan Perilaku Ibu Dalam Masase Dengan Durasi Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Di Bpm Eka Kelurahan Medan Denai 2021. *Elisabeth health journal*, 6(2), 2541-4992
- [21] Rifani, A. A., & Sofiyanti, S. (2022). Elvidelncel-Baseld CaselRelport (Elbcr) Pijat Bayi Ulnltul Bayi Ulsia 3-6 Bullan. *Julrnal Kelselhatan Siliwangi*, 2(3), 948–958. <https://doi.org/10.34011/jks.v2i3.893>
- [22] Rosalina, M., Novayelinda, R., & Lestari, W. (2020). Gambaran Kualitas Tidur Bayi Usia 6-12 Bulan. *Jmh Jurnal Medika Utama*, 03(04), 2956–2965. <Http://Jurnalmedikahutama.Com>
- [23] Sugeng, H. M., Tarigan, R., & Sari, N. M. (2019). Gambaran Tumbuh Kembang Anak pada Periode Emas Usia 0-24 Bulan di Posyandu Wilayah Kecamatan Jatinangor. 4.
- [24] Susanti, I. Y., & Hety, D. S. (2020). Pemenuhan Gizi dengan Kualitas Tidur pada Bayi Usia 6-9 Bulan di Puskesmas Bangsal Kabupaten Mojokerto. *Journal for Quality in Women's Health*, 3(2), 153–158. <https://doi.org/10.30994/jqwh.v3i2.66>
- [24] Sinaga, A., Sinaga, K., Triana Ginting, S. S., Sitoruls, R., Yuldiyanto, A. R., & Andriani, P. (2022). Pelnelrapan Pijat Bayi TelrhadaP Kulalitas Tidulr Bayi Ulsia 0-6 Bullan Di Bpm Pelra Kelcamatan Meldan Tulntulngan Tahuln 2022. *Prosiding Konfelrelnsi Nasional Pelngabdian Kelpada Masyarakat Dan CorporatelSocial Relsponsibility (PKM-CSR)*, 5(2018), 1–10. <https://doi.org/10.37695/pkmcsr.v5i0.1817>