

SKRIPSI

**PERBEDAAN KUALITAS TIDUR BAYI USIA 3-12 BULAN
PASCA IMUNISASI SEBELUM DAN SESUDAH
DILAKUKAN PIJAT BAYI DENGAN
AROMATERAPI VANILLA**

**Studi dilakukan di Wilayah Unit Pelaksana Teknik Daerah
Puskesmas IV Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan**



**Oleh :
NI LUH AYU EMA DILAYANTI
NIM. P07124220011**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
DENPASAR
2024**

SKRIPSI

**PERBEDAAN KUALITAS TIDUR BAYI USIA 3-12 BULAN
PASCA IMUNISASI SEBELUM DAN SESUDAH
DILAKUKAN PIJAT BAYI DENGAN
AROMATERAPI VANILLA**

**Studi Dilakukan Di Wilayah Unit Pelaksana Teknik Daerah
Puskesmas IV Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan Kebidanan
Jurusan Kebidanan**

**Oleh :
NI LUH AYU EMA DILAYANTI
NIM. P07124220011**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
DENPASAR
2024**

**LEMBAR PERSETUJUAN
SKRIPSI**

**PERBEDAAN KUALITAS TIDUR BAYI USIA 3-12 BULAN
PASCA IMUNISASI SEBELUM DAN SESUDAH
DILAKUKAN PIJAT BAYI DENGAN
AROMATERAPI VANILLA**

**Studi Dilakukan Di Wilayah Unit Pelaksana Teknis Daerah
Puskesmas IV Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan**

Oleh:

NI LUH AYU EMA DILAYANTI
NIM. P07124220011

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama:



Ni Wayan Armini, S.ST., M.Keb
NIP. 198101302002122001

Pembimbing Pendamping:



drg. Asep Arifin Senjaya, M.Kes
NIP. 19660110199203101

MENGETAHUI :

**KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**



Ni Ketut Somoyani, SST., M. Biomed
NIP. 196904211989032001

**LEMBAR PENGESAHAN
SKRIPSI**

**PERBEDAAN KUALITAS TIDUR BAYI USIA 3-12 BULAN
PASCA IMUNISASI SEBELUM DAN SESUDAH
DILAKUKAN PIJAT BAYI DENGAN
AROMATERAPI VANILLA**

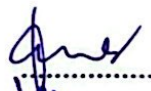
**Studi Dilakukan Di Wilayah Unit Pelaksana Teknis Daerah
Puskesmas IV Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan**

Oleh:

**NI LUH AYU EMA DILAYANTI
NIM. P07124220011**

**TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI
PADA HARI : SENIN
TANGGAL : 13 MEI 2024**

TIM PENGUJI :

- | | | |
|--|--------------|---|
| 1. <u>Made Widhi Gunapria Darmapatni, S.ST., M.Keb</u> | (Ketua) |  |
| 2. <u>Ni Wayan Armini, S.ST., M.Keb</u> | (Sekretaris) |  |
| 3. <u>Ni Made Dwi Mahayati, S.ST., M.Keb</u> | (Anggota) |  |

**MENGETAHUI:
KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**



**Ni Ketut Somoyani, S.ST., M. Biomed
NIP. 196904211989032001**

PERBEDAAN KUALITAS TIDUR BAYI USIA 3-12 BULAN PASCA IMUNISASI SEBELUM DAN SESUDAH DILAKUKAN PIJAT BAYI DENGAN AROMATERAPI VANILLA

ABSTRAK

Masalah gangguan tidur sering terjadi pada bayi setelah diimunisasi. Bentuk pelayanan kesehatan yang dapat dilakukan berupa pijat bayi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan kualitas tidur bayi usia 3-12 bulan pasca imunisasi sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi dengan aromaterapi vanilla. Jenis penelitian ini adalah *Pre-eksperimental design* dengan rancangan *One group pretest-posttest design*, pendekatan *non-probability sampling* dengan metode *purposive sampling*. Penelitian dimulai pada bulan Maret-April 2024 dengan 31 responden. Analisis data menggunakan univariat dalam bentuk distribusi frekuensi dan bivariat menggunakan uji *Wilcoxon* dengan tingkat kemaknaan $p < 0,05$. Hasil penelitian ini menunjukkan nilai median sebelum dipijat ialah 3,00 dengan standar deviasi 1,747 dan nilai median setelah dipijat yaitu 7,00 dan standar deviasi 1,028, dengan *p value* 0,000. Setelah dipijat bayi mudah tertidur, tidak rewel, dan bugar saat bangun tidur. Hal tersebut menandakan terjadi peningkatan kualitas tidur pada bayi. Maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan kualitas tidur bayi usia 3-12 bulan pasca imunisasi sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi dengan aromaterapi vanilla di Wilayah UPTD Puskesmas IV Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan. Diharapkan orang tua dapat menerapkan pijat bayi menggunakan aromaterapi vanilla secara mandiri pada bayinya di rumah untuk meningkatkan kualitas tidur bayi sehingga dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan bayi menjadi lebih baik.

Kata Kunci : Kualitas Tidur; Bayi Usia 3-12 Bulan; Pijat Bayi

**THE DIFFERENCES ON THE SLEEP QUALITY OF BABIES AGED 3-12
MONTHS POST IMMUNIZATION BEFORE AND AFTER DO
BABY MASSAGE WITH VANILLA AROMATHERAPY**

ABSTRACT

Sleep problems often occur in babies after immunization. A form of health service that can be provided is baby massage. This study aims to determine the difference in sleep quality of babies aged 3-12 months after immunization before and after baby massage with vanilla aromatherapy. This type of research is Pre-experimental design with a One group pretest-posttest design, non-probability sampling approach with a purposive sampling method. The research began in March-April 2024 with 31 respondents. Data analysis used univariate in the form of a frequency distribution and bivariate using the Wilcoxon test with a significance level of $p < 0.05$. The results of this study show that the median value before the massage is 3.00 with a standard deviation of 1.747 and the median value after the massage is 7.00 and a standard deviation of 1.028, with a p value of 0.000. After a massage, the baby falls asleep easily, is not fussy, and is fit when he wakes up. This indicates an increase in the quality of sleep in babies. So it can be concluded that there is a difference in the sleep quality of babies aged 3-12 months after immunization before and after baby massage with vanilla aromatherapy in the UPTD Community Health Center IV Area of the South Denpasar District Health Service. It is hoped that parents can apply baby massage using vanilla aromatherapy independently to their babies at home to improve the quality of the baby's sleep so that it can influence the baby's growth and development for the better.

Keywords: Sleep Quality; Babies Aged 3-12 Months; Baby Massage

RINGKASAN PENELITIAN
PERBEDAAN KUALITAS TIDUR BAYI USIA 3-12 BULAN PASCA
IMUNISASI SEBELUM DAN SESUDAH DILAKUKAN
PIJAT BAYI DENGAN AROMATERAPI VANILLA

OLEH: NI LUH AYU EMA DILAYANTI (P07124220011)

Tidur merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia, baik untuk kebutuhan fisik maupun kebutuhan mental. Setiap individu memerlukan aktivitas tidur yang optimal, termasuk bayi. Penelitian menunjukkan bahwa di Indonesia terdapat gangguan kualitas tidur pada bayi setelah di imunisasi. Gejala sakit setelah imunisasi yang banyak dikenal masyarakat ialah terjadinya demam, hal ini disebut dengan Kejadian Ikutan Pasca Imunisasi (KIPI) (Masiah et al., 2015). Salah satu terapi untuk menyelesaikan masalah tidur bayi adalah pijat bayi. (Dewi et al., 2020). Tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui perbedaan kualitas tidur bayi usia 3-12 bulan pasca imunisasi sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi dengan aromaterapi vanilla.

Jenis penelitian ini yaitu *Pre-eksperimental design* dengan rancangan *One group pretest-posttest design*, pendekatan *non-probability sampling* dengan metode *purposive sampling*. Penelitian dilakukan pada bulan Maret-April 2024 dengan sampel berjumlah 31 responden. Pengumpulan data dilakukan dengan meminta keluarga bayi mengisi form karakteristik setelah bayi diimunisasi, kemudian melakukan kunjungan rumah pertama dengan memberikan kuesioner *pre-test*, lalu dilanjutkan dengan pemberian intervensi berupa pijat bayi dengan aromaterapi vanilla selama 15 menit. Dilanjutkan pada kunjungan rumah hari kedua dengan pemberian intervensi yang sama. Kunjungan rumah ketiga dengan pengisian kuesioner *post-test*.

Analisis data menggunakan univariat dalam bentuk distribusi frekuensi dan bivariat menggunakan uji *Wilcoxon* dengan tingkat kemaknaan $p < 0,05$. Hasil penelitian sebelum diberikan pijat bayi dengan aromaterapi vanilla menunjukkan nilai median 3,00 dengan standar deviasi 1,747. Sebelum dipijat dengan aromaterapi vanilla sebagian besar responden mendapatkan skor minimum 1 dan maksimum 6. Sebagian besar orangtua bayi mengeluh bayinya rewel dan sulit

untuk tidur akibat efek samping yang dialami pasca imunisasi seperti demam dan bengkak di area suntikan. Sedangkan setelah diberikan pijat bayi dengan aromaterapi vanilla, skor minimum yang didapat ialah 4 dan skor maksimumnya yaitu 8. Peningkatan kualitas tidur bayi sesudah dipijat dengan aromaterapi vanilla juga ditandai dengan 31 responden yang dikaji melalui kuesioner mengenai kualitas tidur bayi seluruhnya mengalami peningkatan, dengan kata lain tidak ada responden yang mengalami penurunan skor. Hal ini terjadi karena setelah dipijat bayi mudah tertidur, tidak rewel, dan bugar saat bangun tidur. Peningkatan kualitas tidur bayi dibuktikan dengan nilai median sesudah dipijat yaitu 7,00 dengan standar deviasi 1,028. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan $p\text{ value } 0,000 < 0,05$.

Tindakan pijat bayi dengan aromaterapi vanilla dapat memberikan rasa nyaman dan tenang pada bayi sehingga terjadi peningkatan kualitas tidur pada bayi. Vanilla mengandung vanilin yang memiliki sifat menenangkan dan dapat membantu meredakan stres dan kecemasan. Aroma vanilin dapat menciptakan suasana yang nyaman dan santai yang diyakini dapat membantu bayi untuk tidur lebih nyaman dan tenang. Aroma vanilla juga mengandung *Phenylethylamine* yang dapat merangsang pelepasan endorfin dalam otak sehingga memberikan perasaan positif, relaksasi, dan rasa bahagia. Ini dapat membantu bayi merasa lebih tenang dan tidur lebih nyenyak. Selain itu, vanilla juga mengandung antioksidan yang tinggi sehingga sangat baik untuk mencegah efek buruk radikal bebas yang akan menyerang tubuh bayi.

Manfaat pijat bayi beraneka ragam seperti dapat meningkatkan berat badan, meningkatkan daya tahan tubuh, membina ikatan kasih sayang orang tua dan anak (*bonding*), meningkatkan konsentrasi bayi, membuat bayi tidur lelap, meningkatkan pertumbuhan, serta menyeimbangkan hormon. Oleh karena itu, kebutuhan tidur pada bayi sesuai usianya perlu mendapat perhatian dari keluarga agar nantinya bayi dapat mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Salah satu perhatian yang dapat diberikan yaitu memberikan usapan halus pada kulit bayi berupa pijat. Dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan kualitas tidur bayi usia 3-12 bulan pasca imunisasi sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi dengan aromaterapi vanilla di Wilayah UPTD Puskesmas IV Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan.

Petugas kesehatan khususnya di UPTD Puskesmas IV Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan diharapkan dapat mengoptimalkan program pelayanan Puskesmas. Hal ini dapat dilakukan dengan cara memberikan penyuluhan yang disertai dengan demonstrasi dan pemberian *leaflet* yang dapat dilakukan setiap 1 bulan sekali saat posyandu. Khususnya orang tua bayi dapat menerapkan pijat bayi dengan aromaterapi vanilla secara mandiri pada bayinya di rumah untuk meningkatkan kualitas tidur bayi sehingga dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan bayi menjadi lebih baik.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa, Tuhan Yang Maha Esa, karena atas segala berkat dan rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Perbedaan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan Pasca Imunisasi Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pijat Bayi Dengan Aromaterapi Vanilla”** sesuai rencana dengan tepat waktu. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan Sarjana Terapan Jurusan Kebidanan di Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.

Dalam penyusunan skripsi ini, peneliti banyak mendapatkan dukungan, bimbingan, arahan, serta fasilitas dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini, peneliti ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Dr. Sri Rahayu, STr.Keb, S.Kep., Ns., M. Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Denpasar yang telah memberikan kesempatan pada mahasiswa untuk melakukan penelitian.
2. Ni Ketut Somoyani, SST., M. Biomed, selaku Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Denpasar yang telah memberikan kesempatan pada mahasiswa untuk melakukan penelitian.
3. Ni Wayan Armini, SST., M.Keb, selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Denpasar sekaligus pembimbing utama yang telah bersedia meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan, serta masukan kepada peneliti.

4. drg. Asep Arifin Senjaya, M.Kes, selaku pembimbing pendamping yang telah bersedia meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan, serta masukan kepada peneliti.
5. drg. Made Saraswati Rahayu, selaku kepala UPTD Puskesmas IV Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan yang telah bersedia dan memberikan izin untuk melakukan penelitian di UPTD Puskesmas IV Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan.
6. Ni Wayan Alit Kusuma Yanti,A.Md.Keb dan seluruh bidan di ruangan imunisasi UPTD Puskesmas IV Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan yang memfasilitasi serta memberikan dukungan kepada peneliti.
7. Bdn. Ni Komang Dessy Steviany, SST, selaku *essential oil enthusiast* yang senantiasa memberikan masukan dan membantu proses pembuatan aromaterapi vanilla yang peneliti gunakan.
8. Alm. I Nyoman Turun, selaku kakek saya terkasih yang sudah membiayai seluruh perjalanan kuliah dan selalu mendukung saya untuk segera menyelesaikan pendidikan kebidanan ini.
9. Orang tua saya tersayang yang tiada henti memberikan doa, motivasi, serta dukungan dalam penyusunan skripsi ini.
10. DPRD *team* yang sudah menemani dan memberikan motivasi disetiap proses yang saya jalani untuk menyelesaikan skripsi ini.
11. Serta seluruh pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu per-satu yang telah memberikan banyak dukungan hingga selesainya skripsi ini.

Skripsi ini jauh dari kata sempurna baik dari segi isi, penyusunan maupun teknik penulisan karena keterbatasan pengetahuan yang peneliti miliki.

Sehubungan dengan itu, dengan kerendahan hati peneliti mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun dari pembaca demi kesempurnaan penyusunan skripsi ini. Akhir kata peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah banyak memberikan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini.

Denpasar, Mei 2024

Peneliti

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ni Luh Ayu Ema Dilayanti

NIM : P07124220011

Program Studi : Sarjana Terapan

Jurusan : Kebidanan

Tahun Akademik : 2023/2024

Alamat : Jalan Pulau Galang, Gang Tiying Gading No. 106

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi dengan judul “Perbedaan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan Pasca Imunisasi Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pijat Bayi Dengan Aromaterapi Vanilla” adalah **benar karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Tugas Akhir ini **bukan** karya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 3 Mei 2024
Yang membuat pernyataan



Ni Luh Ayu Ema Dilayanti
P07124220011

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	I
HALAMAN JUDUL.....	II
HALAMAN PERSETUJUAN.....	III
HALAMAN PENGESAHAN.....	IV
ABSTRAK	V
<i>ABSTRACT</i>	VI
RINGKASAN PENELITIAN.....	VII
KATA PENGANTAR.....	X
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	XIII
DAFTAR ISI	XIV
DAFTAR TABEL.....	XVI
DAFTAR GAMBAR	XVII
DAFTAR LAMPIRAN	XVIII
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah Penelitian.....	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Konsep Pijat Bayi	8
B. Aromaterapi	19
C. Kualitas Tidur	22
BAB III KERANGKA KONSEP.....	30
A. Kerangka Konsep.....	30
B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel.....	31
C. Hipotesis Penelitian	32
BAB IV METODE PENELITIAN	33
A. Jenis Penelitian	33
B. Alur Penelitian.....	34
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	35

D. Populasi dan Sampel Penelitian	35
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	37
F. Alat ukur / Instrumen Penelitian	40
G. Pengelolaan dan Analisis Data.....	41
H. Etika Penelitian.....	43
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	45
A. Hasil Penelitian.....	45
B. Pembahasan	51
C. Kelemahan Penelitian	59
BAB VI PENUTUP	61
A. Simpulan.....	61
B. Saran	61
DAFTAR PUSTAKA	63
LAMPIRAN.....	67

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Kebutuhan Tidur Berdasarkan Usia	25
Tabel 2 Kebutuhan Tidur Oleh Anak dari Usia 0 Bulan Hingga 24 Bulan	26
Tabel 3 Definisi Operasional.....	32
Tabel 4 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin, Umur, Konsumsi dan Jenis Imunisasi Bayi	47
Tabel 5 Uji Normalitas	48
Tabel 6 Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan Pasca Imunisasi Sebelum Dipijat Dengan Aromaterapi Vanilla	49
Tabel 7 Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan Pasca Imunisasi Sesudah Dipijat Dengan Aromaterapi Vanilla	49
Tabel 8 Analisis Bivariat Perbedaan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan Pasca Imunisasi Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Pijat Bayi Dengan Aromaterapi Vanilla Di Wilayah UPTD Puskesmas IV Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan	50

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Konsep	30
Gambar 2. Model Rancangan Penelitian.....	33
Gambar 3. Alur Penelitian.....	34

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Pelaksanaan Penelitian Perbedaan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan Pasca Imunisasi Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pijat Bayi Dengan Aromaterapi Vanilla	67
Lampiran 2 Realisasi Anggaran Penelitian	68
Lampiran 3 Lembar Permohonan Responden.....	69
Lampiran 4 Lembar Persetujuan Menjadi Responden	70
Lampiran 5 Data Karakteristik Responden	72
Lampiran 6 SOP Pijat Bayi Dengan Aromaterapi Vanilla	73
Lampiran 7 Lembar Checklist Mengenai Kualitas Tidur Bayi	80
Lampiran 8 Master Tabel Data Penelitian.....	81
Lampiran 9 Surat Kelayakan Etik	82
Lampiran 10 Surat Rekomendasi Penelitian Dari Dinas Kesehatan Kota Denpasar	83
Lampiran 11 Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian di Wilayah UPTD Puskesmas IV Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan	84
Lampiran 12 Dokumentasi Kegiatan Penelitian	85
Lampiran 13 Hasil Pengolahan Data.....	87
Lampiran 14 Keterangan Plagiarism.....	90