

LITERATURE REVIEW

**PEMBERIAN TERAPI PIJAT BAYI
TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI**



Oleh :

NI PUTU RIKA UMI KRISMONITA

NIM. P07120216042

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
2020**

LITERATURE REVIEW

**PEMBERIAN TERAPI PIJAT BAYI
TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI**

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

Oleh :

NI PUTU RIKA UMI KRISMONITA

NIM. P07120216042

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
2020**

LEMBAR PERSETUJUAN

LITERATURE REVIEW

**PEMBERIAN TERAPI PIJAT BAYI
TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI**

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :

Pembimbing Pendamping:

N.L.K. Sulisnadewi, M.Kep.,Ns.,Sp.Kep.An Dr. Nyoman Ribek, S.Pd., S.Kep., Ners.,M.Pd
NIP. 197406221998032001 NIP. 196106061988031002

MENGETAHUI

KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



I DPG Putra Yasa, S.Kp., M.Kep Sp.MB
NIP. 197108141994021001

LEMBAR PENGESAHAN

LITERATURE REVIEW

**PEMBERIAN TERAPI PIJAT BAYI
TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI**

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : JUMAT

TANGGAL : 8 MEI 2020

TIM PENGUJI :

1. Dra. Putu Susy Natha Astini.,S.Kep.Ns.M.Kes (Ketua) 
NIP. 195601021981032001
2. I Ketut Labir, SST.,S.Kep.,Ners.,M.Kes (Anggota I) 
NIP. 196312251988021001
3. N.L.K. Sulisnadewi, M.Kep.,Ns.,Sp.Kep.An (Anggota II) 
NIP. 197406221998032001

MENGETAHUI

KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



 I DPG Putra Yasa, S.Kp., M.Kep Sp.MB
NIP. 197108141994021001

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat-Nyalah penulis dapat menyelesaikan *literature review* dengan judul **“Pemberian Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi”** tepat pada waktunya. *Literature review* ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata usaha penulis sendiri, melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu melalui kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Anak Agung Ngurah Kusumajaya, SP., MPH., selaku Direktur Poltekkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan menempuh program pendidikan D-IV di Jurusan Keperawatan Poltekkes Denpasar.
2. Bapak I Dewa Putu Gede Putra Yasa, S.Kp., M.Kep., Sp.MB., selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Denpasar, yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan *literature review* ini.
3. Ibu N.L.K. Sulisnadewi, M.Kep., Ns., Sp.Kep.An selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Keperawatan sekaligus pembimbing utama yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan *literature review* ini.
4. Bapak Dr. Nyoman Ribek, S.Pd., S.Kep., Ners., M.Pd selaku pembimbing pendamping yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan *literature review* ini.
5. Bapak I Made Ridwan dan Ibu Ni Made Oka Okyasi selaku orang tua penulis yang telah memberikan dorongan moral maupun material.
6. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan *literature review* ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk kesempurnaan literature review ini.

Denpasar, April, 2020

Penulis

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Putu Rika Umi Krismonita
NIM : P07120216042
Program Studi : Sarjana Terapan Keperawatan
Jurusan : Keperawatan
Tahun Akademik : 2020
Alamat : Jln. Pulau Bangka gang IV No 11 A. Kelurahan
Pedungan, Kec. Denpasar selatan, Denpasar. Bali

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. *Literatur review* dengan judul Pemberian Terapi Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi adalah **benar karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Literatur review ini bukan karya saya 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, 26 April 2020

Yang membuat pernyataan



Ni Putu Rika Umi Krismonita
NIM: P07120216042

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
<i>ABSTRACT</i>	xii
ABSTRAK	xiii
BAB I <u>P</u> ENDAHULUAN	1
A. Latarbelakang.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penulisan.....	4
1. Tujuan Umum.....	4
2. Tujuan Khusus.....	4
D. Manfaat Penulisan.....	4
1. Manfaat Teoritis	4
2. Manfaat Praktis.....	4
E. Metode <i>Literature Review</i>	5
BAB II <u>H</u> ASIL DAN PEMBAHASAN.....	6
A. Hasil	6
B. Pembahasan	6
1. Terapi pijat bayi.....	6
2. Kualitas tidur bayi.....	33
3. Pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi	42

BAB III_SIMPULAN DAN SARAN.....	48
A. Simpulan.....	48
B. Saran.....	48
DAFTAR PUSTAKA.....	50
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Perahan cara India	10
Gambar 2 Peras dan putar	10
Gambar 3 Telapak kaki	11
Gambar 4 Tarikan lembut jari	11
Gambar 5 Gerakan peregangan	12
Gambar 6 Titik tekan	12
Gambar 7 Punggung kaki.....	13
Gambar 8 Peras dan putar pergelangan kaki	13
Gambar 9 Perahan cara Swedia	14
Gambar 10 Gerakan menggulung.....	14
Gambar 11 Gerakan akhir	15
Gambar 12 Mengayuh sepeda	15
Gambar 13 Gerakan sepeda kaki diangkat.....	16
Gambar 14 Bulan Matahari	17
Gambar 15 Gerakan I Love U	17
Gambar 16 Gelembung	18
Gambar 17 Jantung besar	18
Gambar 18 Kupu-kupu.....	19
Gambar 19 Memijat ketiak.....	19
Gambar 20 Perahan cara India	20
Gambar 21 Peras dan putar	21

Gambar 22 Membuka tangan	21
Gambar 23 Putar jari–jari.....	21
Gambar 24 Punggung tangan	22
Gambar 25 Peras dan putar pergelangan tangan	22
Gambar 26 Perahan cara Swedia	23
Gambar 27 Gerakan menggulung.....	23
Gambar 28 Menyetrika dahi.....	24
Gambar 29 Menyetrika alis	25
Gambar 30 Senyum I	25
Gambar 31 Senyum II.....	25
Gambar 32 Senyum III.....	26
Gambar 33 Lingkaran kecil di rahang	26
Gambar 34 Belakang telinga	27
Gambar 35 Gerakan maju mundur	27
Gambar 36 Gerakan menyetrika.....	28
Gambar 37 Gerakan menyetrika dan mengangkat kaki.....	28
Gambar 38 Gerakan melingkar.....	29
Gambar 39 Gerakan menggaruk.....	29

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Penelitian - Penelitian Dalam Telaah *Literature Review*.
Lampiran 2 Bukti Bimbingan Online SIAK.

GIVING BABY MASSAGE THERAPY AGAINST QUALITY OF BABY SLEEP

ABSTRACT

Baby massage therapy has many benefits for babies. It is important to improve baby's sleep quality. Good quality sleep for babies can increase the growth and development of the baby's brain. This literature review aims to review research articles that discuss the provision of massage therapy assistance to the quality of baby's sleep. Using 5 databases (MEDLINE, Pubmed, Googlescolar, Garuda portal and Proquest) that were sought from 2010 to 2019 which contained research reports and reviews discussing the provision of baby massage therapy for baby girls and 10 articles that fit the inclusion criteria. Baby massage must be considered and exhibited baby massage. Baby massage has 5 indications and 6 contra indications. In addition to paying attention to and opposing indications in the massage technique and the duration of the massage must also pay attention to, the massage technique starts from the legs, abdomen, chest, hands, face and ends on the back with a duration of 15-30 minutes. Baby massage can increase levels of serotonin secretion which can improve the quality of baby's sleep. The 10 articles discussed in this literature also support infant massage therapy which strongly supports the improvement of the baby's sleep quality. Not only can it be done in healthy babies, massage can also be done in sick babies. Massage in infants with an appropriate duration between 15-30 min and pay attention to indications and contraindications as directed to improve the quality of baby's sleep.

Keywords: *baby massage, sleep quality*

PEMBERIAN TERAPI PIJAT BAYI TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI

ABSTRAK

Terapi pijat bayi memiliki banyak manfaat untuk bayi. Terutama untuk meningkatkan kualitas tidur bayi. Kualitas tidur yang baik bagi bayi dapat memaksimalkan pertumbuhan dan perkembangan otak bayi. Telaah *literature review* ini bertujuan untuk menelaah artikel penelitian yang meneliti tentang pengaruh pemberian terapi pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi. Menggunakan 5 database (MEDLINE, Pubmed, Googlescolar, portal garuda dan Proquest) yang dicari pada mulai tahun 2010 sampai 2019 berupa laporan hasil penelitian dan review yang membahas mengenai pemberian terapi pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi dan diperoleh 10 artikel yang sesuai dengan kriteria inklusi. Dalam pemberian pijat bayi harus memperhatikan indikasi dan kontra indikasi dari pijat bayi. Pijat bayi memiliki 5 indikasi dan 6 kontra indikasi. Selain memperhatikan indikasi dan kontra indikasi dalam pemijatan teknik dan durasi pemijatan juga harus diperhatikan, tehnik pemijatan dimulai dari bagian kaki, perut, dada, tangan, muka dan diakhiri pada bagian punggung dengan durasi 15 – 30 menit. Pijat bayi dapat meningkatkan kadar sekresi serotonin yang dapat meningkatkan kualitas tidur bayi. 10 artikel yang dibahas didalam *literature review* ini juga menyatakan bahwa terapi pijat bayi sangat berpengaruh terhadap peningkatan kualitas tidur bayi. Tidak hanya dapat dilakukan pada bayi sehat saja, pijat juga dapat dilakukan pada bayi sakit. Pemberian pijat pada bayi dengan durasi yang sesuai antara 15 – 30 mnt dan memperhatikan indikasi dan kontraindikasi sesuai pedoman pemijatan dapat meningkatkan kualitas tidur bayi.

Kata kunci : pijat bayi, kualitas tidur