

SKRIPSI

**HUBUNGAN LAMA TIDUR DENGAN PENINGKATAN
BERAT BADAN BAYI USIA TIGA BULAN**

**Studi dilakukan di UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar
Timur dan UPTD Puskesmas III Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan
Tahun 2020**



Oleh:

NI LUH MADE ANGGUN DIAN PRATIWI
NIM. P07124216027

**KEMENTERIAN KESEHATAN R.I.
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
DENPASAR
2020**

SKRIPSI

**HUBUNGAN LAMA TIDUR DENGAN PENINGKATAN
BERAT BADAN BAYI USIA TIGA BULAN**

**Studi dilakukan di UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar
Timur dan UPTD Puskesmas III Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan
Tahun 2020**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Pada
Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan**

Oleh:

**NI LUH MADE ANGGUN DIAN PRATIWI
NIM. P07124216027**

**KEMENTERIAN KESEHATAN R.I.
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
DENPASAR
2020**

LEMBAR PERSETUJUAN

HUBUNGAN LAMA TIDUR DENGAN PENINGKATAN
BERAT BADAN BAYI USIA TIGA BULAN

Studi dilukan di UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan
Kecamatan Denpasar Utara dan di UPTD Puskesmas III
Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan

TELAH MENDAPAT PERSETUJUAN

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

Dr. Ni Nyoman Budiani, S.Si.T., M.Biomed
NIP.197002181989022002

Dra. I Gusti Ayu Sorati, M.Kes
NIP.195801091981032002

MENGETAHUI :
KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR

Dr. Ni Nyoman Budiani, S.Si.T., M.Biomed
NIP197002181989022002

**HUBUNGAN LAMA TIDUR DENGAN PENINGKATAN
BERAT BADAN BAYI USIA TIGA BULAN**

Studi dilakukan di UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Timur dan UPTD Puskesmas III Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan Tahun 2020

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : KAMIS

TANGGAL : 28 MEI 2020

TIM PENGUJI :

1. Gusti Ayu Marhaeni, SKM, M.Biomed (Ketua)
2. Dr. Ni Nyoman Budiani, S.SiT., M.Biomed (Sekretaris)
3. Made Widhi Gunapria Darmapatri, S.ST., M.Keb.(Angota)

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POLIKLINIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR

Dr. Ni Nyoman Budiani, S.SiT., M.Biomed
NIP. 197002181989022002

RELATIONSHIP LONG SLEEP WITH ENHANCEMENT WEIGHT THREE MONTH OLD BABY

**The study was conducted at UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan
North Denpasar District and UPTD Puskesmas III
South Denpasar Health Service**

Every parent craves children who grow and develop optimally. One of the factors that influence growth and development is the quality of sleep because the ideal time for growth and development is when the baby is asleep, but sleep disturbances that occur so that it disrupts the quality of baby's sleep. This study aims to determine the relationship between sleep duration and weight gain for three-month-old infants. This study used a correlation analytic method with cross-sectional design, with a sample of 28 infants aged 3 months. Non-probability sampling technique with convenience sampling method conducted in April to May 2020. Bivariate test using the Spearman-Brown test. The results showed that the average sleep of infants aged three months for 12 hours in 24 hours (42.9), while the baby's body weight increased by an average of 600 grams (35.7). Spearman-Brown test results, received a significant value of $p = 0,000$ so that it can be concluded that there is a significant relationship between sleep duration and weight gain, so in this case it is necessary to convey information to parents of infants about the importance of the adequacy of baby's sleep needs for growth and development babies one of them is on the physical development of the baby which can be seen from the increase in baby's weight.

Keywords: Sleep duration, baby weight, 3 month old baby

HUBUNGAN LAMA TIDUR DENGAN PENINGKATAN BERAT BERAT BADAN BAYI USIA TIGA BULAN

**Penelitian dilakukan di UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan
Kecamatan Denpasar Utara dan UPTD Puskesmas III
Dinas Kesehatan Denpasar Selatan**

Setiap orang tua mendambakan anak yang bertumbuh dan berkembang secara optimal. Salah satu faktor yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan adalah kualitas tidur karena waktu yang ideal terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yaitu pada saat bayi tertidur, namun gangguan tidur yang terjadi sehingga mengganggu kualitas tidur bayi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan lama tidur dengan peningkatan berat badan bayi usia tiga bulan. Penelitian ini menggunakan metode analitik korelasi dengan rancangan *crosssectional*, sampel yang digunakan sebanyak 28 bayi yang berumur 3 bulan. Teknik sampling *non probability sampling* dengan metode *convenience sampling* yang dilakukan pada bulan April hingga Mei 2020. Uji bivariat dengan digunakan uji *Spearman-Brown*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tidur bayi usia tiga bulan selama 12 jam dalam 24 jam (42,9), sedangkan berat badan bayi mengalami peningkatan rata-rata sebanyak 600 gram (35,7). Hasil uji *Spearman-Brown*, mendapat nilai signifikan yaitu $p=0,000$ sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara lama tidur dengan peningkatan berat badan, maka dalam hal ini perlu dilakukan penyampaian informasi kepada orang tua bayi mengenai pentingnya kecukupan kebutuhan tidur bayi untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi salah satunya pada perkembangan fisik bayi yang dapat dilihat dari peningkatan berat badan bayi.

Kata kunci: Lama tidur, berat badan bayi, bayi usia 3 bulan

RINGKASAN PENELITIAN
HUBUNGAN LAMA TIDUR DENGAN PENINGKATAN
BERAT BADAN BAYI

**Penelitian dilakukan di UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan
Kecamatan Denpasar Utara dan UPTD Puskesmas III
Dinas Kesehatan Denpasar Selatan**

Oleh: NI LUH MADE ANGGUN DIAN PRATIWI (P07124216027)

Memiliki bayi yang sehat merupakan impian dari setiap orang tua. Masa bayi merupakan fase terpenting dalam masa pertumbuhan dan perkembangan otak dan fisik bayi. Oleh karenanya bayi memerlukan perawatan dan pemenuhan kebutuhan biologis yang baik sehingga dapat tumbuh kembang dengan optimal. Salah satu kebutuhan biologis dalam hal ini seperti jumlah waktu tidur, bangun, dan menangis yang bervariasi pada setiap bayi, dengan kualitas tidur yang baik pertumbuhan dan perkembangan bayi dapat dicapai secara optimal.

Berdasarkan dari data WHO pada tahun 2012 yang dimuat dalam jurnal *Pediatric*, tercatat sekitar 33% bayi yang mengalami masalah tidur. Di Indonesia cukup banyak bayi yang mengalami gangguan tidur. Gangguan tidur pada anak dapat mempengaruhi perilaku dan emosi anak sehingga anak menjadi rewel bahkan menyebabkan temper tantrum.

Bayi yang tidur cukup tanpa tanpa sering terbangun, lebih bugar dan tidak gampang rewel, pola tidur sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi perkembangan fisik bayi dengan peningkatan berat badan bayi yang disebabkan oleh

penurunan kadar hormone leptin yang menekan nafsu makan dengan peningkatan kadar hormone ghrelin akan menambah nafsu makan sehingga dapat meningkatkan berat badan. Dampak pada bayi yang tidurnya kurang menjadikan keadaan fisik menganalami gangguan pertumbuhan karena pengeluaran hormone selama tidur menjadi kacau dan kerentanan fungsi imun atau daya tahan tubuh serta iregulasi sistem endokrin. oleh karena itu peneliti tertarik meneliti mengenai hubungan lama tidur dengan peningkatan berat badan bayi usia tiga bulan.

Penelitian ini dilakukan di UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Utara dan di UPTD Puskesmas III Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan untuk mengidentifikasi rata-rata lama tidur bayi usia tiga bulan, mengidentifikasi peningkatan berat badan bayi saat berusia tiga bulan, dan menganalisis hubungan lama tidur dengan peningkatan berat badan bayi usia tiga bulan.

Penelitian ini menggunakan metode analitik korelasi dengan rancangan *crosssectional* yang dilakukan di UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Utara dan di UPTD Puskesmas III Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan pada bulan April hingga Mei 2020. Teknik sampel menggunakan *convenience sampling* dimana pengambilan sampel dengan kesesuaian memilih unit-unit analisis dengan cara yang dianggap sesuai oleh peneliti. Sampel yang digunakan dihitung dengan rumus analisis korelasi dan di dapatkan hasil sejumlah 28 bayi yang berusia tiga bulan dan diberikan ASI yang memenuhi criteria inklusi. Penelitian ini dilakukan setelah mendapatkan ijin penelitian.

Data responden diperoleh dengan memberikan kuesioner pada ibu bayi dengan menggunakan *link goggle form*, selain itu peneliti juga melihat berat badan bayi pada buku KIA, dan data ASI eksklusif serta kunjungan imunisasi yang ada di UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Utara dan di UPTD Puskesmas III Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan. Data yang diperoleh kemudian diproses dengan teknik *editing, coding, tabulating*, dan dilanjutkan dengan *entry data* dengan program computer. Teknik analisis data menggunakan analisis bivariat dengan *Spearman-Brown*, dimana hasil dikatakan tidak memiliki hubungan yang signifikan $P=0,000$.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tidur bayi usia tiga bulan selama 12 jam dalam 24 jam (42,9), sedangkan berat badan bayi mengalami peningkatan rata-rata sebanyak 600 gram (35,7) sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangan. Hasil uji *Spearman-Brown* mendapat nilai signifikan yaitu $p=0,000$ sehingga dapat disimpulkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara lama tidur dengan peningkatan berat badan.

Keterbatasan dalam penelitian mengenai hubungan lama tidur dengan peningkatan berat badan bayi usia 3 bulan adalah peneliti sulit untuk menemukan bayi yang berumur tepat berusia tiga bulan saat dilakukan penelitian dan banyak para ibu bayi yang tidak selalu menimbang bayinya setiap bulannya sehingga peneliti sulit untuk melihat peningkatan berat badan bayi yang sebelumnya.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan Lama Tidur Bayi dengan Peningkatan Berat Badan Bayi Usia Tiga Bulan di UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Utara dan di UPTD Puskesmas III Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan“**

Maksud dan tujuan dari penulisan skripsi ini adalah untuk menyelesaikan pendidikan program studi Diploma Sarjana Terapan Kebidanan Politektik Kesehatan Kemenkes Denpasar.

Dalam penyusunan skripsi ini, peneliti mendapat banyak bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak yang berhubungan dengan kegiatan yang dilaksanakan. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan dan bimbingan dalam rangka menyusun skripsi ini, yaitu kepada yang terhormat :

1. Anak Agung Ngurah Kusumajaya, SP.,MPH sebagai Direktur Politeknik Kesehatan Denpasar
2. Dr. Ni Nyoman Budiani, S.SiT., M.Biomed sebagai Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Denpasar dan sebagai pembimbing utama yang telah memberikan bimbingan dalam penyelesaian skripsi ini
3. Ni Wayan Armini, SST. M.Keb selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan
4. Dra. I Gusti Ayu Surati, M.Kes selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan bimbingan dalam penyelesaian skripsi ini
5. Seluruh pegawai di Jurusan Kebidanan Poltekkes Denpasar yang telah membantu selama proses perkuliahan khususnya dalam pengurusan administrasi
6. Semua pihak yang tidak bisa peneliti sebutkan satu-persatu

Peneliti menyadari bahwa masih banyak kekurangan dan keterbatasan pada penyusunan skripsi ini, oleh karena itu peneliti mengharapkan masukan dan saran

yang membangun untuk menyempurnakan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi peneliti selanjutnya sebagai bahan refrensi.

Denpasar, 2 Februari 2020

Peneliti

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama Ni Luh Made Anggun Dian Pratomo

NIM P07124216027

Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan

Jurusan Jurusan Kebidanan

Tahun Akademik 2019/2020

Alamat Jalan Tukad Batanghari VI B NO 10

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi dengan judul hubungan lama tidur dengan peningkatan berat badan bayi usia tiga bulan adalah benar karya saya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Tugas Akhir 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, Mei 2020

Yang membuat pernyataan



(Handwritten Signature)
Made Anggun Dian Pratomo
NIM P07124216027

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	v
ABSTRAK BAHASA INGGRIS	vi
ABSTRAK BAHASA INDONESIA.....	vii
RINGKASAN PENELITIAN.....	vii
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Pengertian Bayi	8
B. Pengertian Tidur	9
C. Hubungan Lama Tidur dengan Peningkatan Berat Badan	14
D. Penimbangan Berat Badan	16
BAB III KERANGKA KONSEP	
A. Kerangka Konsep.....	28
B. Variabel dan Definisi Operasional Variabel	29

BAB IV METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	31
B. Alur Penelitian	32
C. Tempat dan Waktu Penelitian	33
D. Pop	
E. ulasi dan Sampel Penelitian	33
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	35
G. Pengolahan dan Analisis Data.....	38
BAB V METODE PENELITIAN.....	42
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	51
DAFTAR PUSTAKA	52

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Standar Peningkatan Berat Badan	16
Tabel 2	Definisi Operasional Variabe.....	26
Tabel 3	Karakteristik Responden Berdasarkan Berat Badan Lahir dan Jenis Kelamin	26
Tabel 4	Rata-Rata Lama Tidur Bayi dalam 24 Jam	47
Tabel 5	Distribusi Frekuensi Peningkatan Berat Badan Bayi Usia Tiga Bulan	48
Tabel 7	Analisis Hubungan Lama Tidur Dengan Peningkatan Berat Badan Bayi Usia Tiga Bulan	49

DAFTAR GAMBAR

Lampiran 1 Status Pertumbuhan Anak Berdasarkan KMS.....	22
Lampiran 2 Kerangka Konsep	25
Lampiran 3 Alur Penelitian.....	29

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Besar Besar Sempel

Lampiran 2 Jadual Kegiatan Pelaksanaan Penelitian

Lampiran 3 Surat Permohonan Menjadi Responden

Lampiran 4 Persetujuan Setelah Penjelasan (Informed Consent)

Lampiran 5 Kuesioner Penelitian Lama Tidur