PIJAT BAYI BERHUBUNGAN DENGAN KUALITAS TIDUR DAN MENYUSU PADA BAYI USIA 3 – 4 BULAN DI DESA TANJUNGKARANG KECAMATAN JATI KABUPATEN KUDUS

Zulfadila[1)], Rania Lola Fauzia[2)], Sri Hadi Sulistiyaningsih[3)]
[1,2,3]Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bakti Utama Pati
Email: zulfadila91@gmail.com

ABSTRAK

Kualitas tidur mempengaruhi baik secara fisiologi maupun psikologi individu, dan secara langsung mempengaruhi kualitas aktivitas saat terjaga, termasuk kewaspadaan mental, produktivitas, keseimbangan emosi, kreativitas, tanda vital fisik dan bahkan berat badan (Smith, 2012 dalam William, 2012). Menyusu adalah cara yang optimal dalam memberikan nutrisi pada bayi, dengan penambahan makanan pelengkap pada paruh kedua tahun pertama, kebutuhan nutrisi, imunologi dan psikososial dapat terpenuhi hingga tahun kedua dan tahun-tahun berikutnya (Nurul, 2016). Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk membantu meningkatkan kualitas tidur dan menyusu bayi adalah dengan memberikan perawatan baby spa (Prasetiyono, 2013). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pijat bayi dengan kualitas tidur dan menyusu pada bayi usia 3-4 bulan di Desa Tanjungkarang Kecamatan Jati Kabupaten Kudus. Jenis penelitian ini adalah survey analitik dan menggunakan metode cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah bayi berusia 3-4 bulan dengan tehnik sampling Total Sampling sebanyak 35 responden. Hasil penelitian menunjukan adanya hubungan pijat bayi dengan kualitas tidur pada bayi usia 3-4 bulan di Desa Tanjungkarang Kecamatan Jati Kabupaten Kudus. Dengan nilai p value 0,000 < 0,05. Dan hubungan pijat bayi denagn kualiatas menyusu pada bayi usia 3-4 bulan di Desa Tanjungkarang Kecamatan Jati Kabupaten Kudus. Dengan nilai p value 0,000 < 0,05. Kesimpulan penelitian ini adalah pijat bayi berhubungan dengan kualitas tidur dan menyusu pada bayi usia 3-4 bulan di Desa Tanjungkarang Kecamatan Jati Kabupaten Kudus.

Kata Kunci : *Pijat Bayi, Kualitas Tidur, Menyusui.*

ABSTRACT

Sleep quality affects both the physiological and psychological aspects of an individual. Sleep quality directly influences the quality of activities while awake, including mental alertness, productivity, emotional balance, creativity, physical vital signs, and even body weight (Smith, 2012 in William, 2012). Breastfeeding is the optimal way to provide nutrition and nurture a baby, and with the addition of complementary foods in the second half of the first year, nutritional, immunological, and psychosocial needs can be met up to the second year and beyond (Nurul, 2016). One effort that can be made to help improve the quality of sleep and breastfeeding in babies is by providing baby spa treatments (Prasetiyono, 2013). The purpose of this study is to determine the relationship between baby massage and the quality of sleep and breastfeeding in babies aged 3-4 months in Tanjungkarang Village, Jati District, Kudus Regency. This type of research is an analytical survey using a cross-sectional method. The population in this study consists of babies aged 3-4 months, with a total sampling technique of 35 respondents. The results of the study show a relationship between baby massage and sleep quality in babies aged 3-4 months in Tanjungkarang Village, Jati District, Kudus Regency, with a p-value of 0.000 < 0.05. There is also a relationship between baby massage and breastfeeding quality in babies aged 3-4 months in Tanjungkarang Village, Jati District, Kudus Regency, with a p-value of 0.000 < 0.05. The conclusion of the study indicates that there is a relationship between baby massage and the quality of sleep and breastfeeding in babies aged 3-4 months in Tanjungkarang Village, Jati District, Kudus Regency.

Keywords: *Baby Massage, Sleep Quality, Breastfeeding.*

PENDAHULUAN

Bayi adalah anak usia 0 sampai 12 bulan. Setiap bayi mengalami tahap pertumbuhan dan perkembangan dalam masa hidupnya (Rusli, 2013 & Wong, 2012). Kualitas tidur mempengaruhi baik secara fisiologi maupun psikologi individu, dan secara langsung mempengaruhi kualitas aktivitas saat

terjaga, termasuk kewaspadaan mental, produktivitas, keseimbangan emosi, kreativitas, tanda vital fisik dan bahkan berat badan (Smith, 2012 dalam William, 2012). Menyusu adalah cara yang optimal dalam memberikan nutrisi pada bayi, dengan penambahan makanan pelengkap pada paruh kedua tahun pertama, kebutuhan nutrisi, imunologi dan psikososial dapat terpenuhi hingga tahun kedua dan tahun-tahun berikutnya (Nurul, 2016).

Berdasarkan data WHO (world health organization) tahun 2012 yang dicantumkan dalam jurnal Pediatrics tercatat sekitar 33% bayi mengalami masalah tidur.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Isy Royhanaty dkk (2018) yang menunjukkan ada korelasi positif yang signfikan antara frekuensi baby spa dengan kualitas tidur dan menyusu dengan kategori korelasi sedang sampai sangat kuat. Dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai p frekwensi baby spa dengan frekwensi tidur adalah 0.005 dengan koefisien korelasi 0.482. Nilai p frekwensi baby spa dengan durasi tidur adalah 0.000 dengan koefisien korelasi 0.842. Nilai p frekwensi baby spa dengan kenyamanan tidur adalah 0.000 dengan koefisien korelasi 0.930. Nilai p frekwensi baby spa dengan frekwensi menyusu adalah 0.000 dengan koefisien korelasi 0.944.Nilai p frekwensi baby spa dengan durasi menyusu adalah 0.000 dengan koefisien korelasi 0.916.Nilai p frekwensi baby spa dengan kenyamanan menyusu adalah 0.000 dengan koefisien korelasi 0.883.

Mengingat akan pentingnya kualitas tidur dan menyusu bagi tumbuh kembang bayi, maka kebutuhan tidur dan menyusu harus benar-benar terpenuhi agar tidak berpengaruh buruk terhadap tumbuh kembangnya. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk membantu meningkatkan kualitas tidur dan menyusu bayi adalah dengan memberikan perawatan baby spa (Prasetiyono, 2013).

Berdasarkan survey awal penelitian dilakukan di Desa Tanjungkarang Kecamatan Jati Kabupaten Kudus pada 10 ibu yang mempunyai bayi usia 3-4 bulan, terdapat 7 bayi yang rutin melakukan pijat bayi mengalami kualitas tidur yang baik, sedangkan 3 bayi yang tidak melakukan pijat bayi dengan rutin mengalami penurunan kualitas tidur.

Berdasarkan survey awal penelitian yang dilakukan di Desa Tanjungkarang kepada 10 ibu yang mempunyai bayi usia 3-4 bulan, terdapat 7 bayi yang rutin melakukan pijat bayi mengalami menyusu yang baik, sedangkan 3 bayi yang tidak melakukan pijat bayi dengan rutin mengalami penurunan kualitas menyusu.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut maka obsever tertarik melakukan penelitian dengan judul "Hubungan Pijat Bayi dengan kualitas tidur dan menyusu pada bayi usia 3 – 4 bulan di Desa Tanjungkarang Kecamatan Jati Kabupaten Kudus".

METODE

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah survey analitik survey atau penelitian yang mencoba menggali bagaimana dan mengapa fenomena kesehatan itu terjadi. Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Cross Sectional* ialah suatu penelitian untuk memelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor resiko dengan efek, dengan cara pendekatan, penelitian atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (point time approach) (Notoatmodjo, 2018).

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah kualitas tidur dan menyusu di Desa Tanjungkarang Kecamatan Jati Kabupaten Kudus. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah pijat bayi di Desa Tanjungkarang Kecamatan Jati Kabupaten Kudus.

HASIL

1. Analisis Univariat

a. Pijat Bayi

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Pijat Bayi Pada Bayi Usia 3 - 4 bulan di Desa Tanjungkarang Kecamatan Jati Kabupaten Kudus

Pijat Bayi	Frekuensi	Presentase (%)
Rutin	28	80,0
Tidak	7	20,0
Total	**35**	**100**

Berdasarkan tabel 1 sebagian besar responden mempunyai tingkat pengetahuan kurang yaitu 17 orang (51,5%) dan responden yang mempunyai tingkat pengetahuan cukup sebanyak 16 orang (48,5%).

b. Kualitas Tidur

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur Pada Bayi Usia 3 - 4 bulan di Desa Tanjungkarang Kecamatan Jati Kabupaten Kudus

Kualitas Tidur	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	28	80,0
Kurang	7	20,0
Total	**35**	**100**

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa mayoritas responden tidur dengan kualitas baik. Responden yang kualitas tidur baik sebanyak 28 bayi (80,0%), dan yang kualitas tidur kurang sebanyak 7 bayi (20,0%).

c. Kualitas Menyusu

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Kualitas Menyusu Pada Bayi Usia 3 - 4 bulan di Desa Tanjungkarang Kecamatan Jati Kabupaten Kudus

Kualitas Menyusu	Frekuensi	Prosentase (%)
Baik	29	82,9
Kurang	6	17,1
Total	**33**	**100**

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa mayoritas responden menyusu dengan kualitas baik. Responden yang kualitas menyusu baik sebanyak 29 bayi (82,9%), dan yang kualitas tidur kurang sebanyak 6 bayi (17,1%).

d. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Tabel 4
Distribusi Frekuensi Usia Bayi 3 - 4 bulan di Desa Tanjungkarang Kecamatan Jati Kabupaten Kudus

Usia	Frekuensi	Presentase (%)
3 Bulan	20	57,1
4 Bulan	15	42,9
Total	**35**	**100**

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa bayi di Desa Tanjungkarang Kecamatan Jati Kabupaten Kudus lebih banyak yang berusia 3 bulan. Jumlah responden yang berusia 3 bulan ada 20 bayi (57,1%) dan bayi yang berusia 4 bulan ada 15 bayi (42,9%).

e. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 5
Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Bayi 3 - 4 bulan di Desa Tanjungkarang Kecamatan Jati Kabupaten Kudus

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase (%)
Laki-laki	14	40,0
Perempuan	21	60,0
Total	**35**	**100**

Berdasarkan tabel 5 diketahui bahwa responden dengan jenis kelamin laki-laki ada 14 bayi (40,0%), dan bayi perempuan sebanyak 21 bayi (60,0%). Lebih banyak bayi yang berjenis kelamin perempuan dibandingkan dengan laki-laki.

2. Analisis Bivariat

a. Hubungan Pijat Bayi dengan Kualitas Tidur Pada Bayi Usia3 - 4 bulan di Desa Tanjungkarang Kecamatan Jati Kabupaten Kudus

Tabel 6
Tabulasi silang Hubungan Pijat Bayi dengan Kualitas Tidur Pada Bayi Usia 3 - 4 bulan di Desa Tanjungkarang Kecamatan Jati Kabupaten Kudus

Pijat Bayi	Kualitas Tidur				Total		P Value	χ^2
	Baik		Kurang					
	F	%	F	%	F	%	0,000	5,000
Rutin	28	80,0%	0	0%	28	80,0%		
Tidak Rutin	0	0%	7	20,0 %	7	20,0%		
Total	29	80,0%	5	20,0 %	35	100%		

Berdasarkan tabel 6 diperoleh hasil bahwa dari 35 responden di Desa Tanjungkarang Kecamatan Jati Kabupaten Kudus dengan yang melakukan pijat bayi secara rutin dengan kualitas tidur yang baik ada 28 bayi (80,0%), Bayi yang melakukan pijat bayi secara rutin dengan kualitas tidur kurang ada 0 bayi (0%). Sedangkan yang melakukan pijat bayi secara tidak rutin dengan kualitas tidur baik ada 0 bayi (0%), Bayi yang melakukan pijat bayi secara tidak rutin dengan kualitas tidur kurang ada 7 bayi (20,0%).

b. Hubungan Pijat Bayi dengan Kualitas Menyusu Pada Bayi Usia 3 - 4 bulan di Desa Tanjungkarang Kecamatan Jati Kabupaten Kudus.

Tabel 7
Tabulasi silang Hubungan Pijat Bayi dengan Kualitas Menyusu Pada Bayi Usia 3 - 4 bulan di Desa Tanjungkarang Kecamatan Jati Kabupaten Kudus

Pijat Bayi	Kualitas Menyusu				Total		P Value	χ^2
	Baik		Kurang					
	F	%	F	%	F	%	0,000	28,966
Rutin	28	80,0%	0	0%	28	80,0%		
Tidak Rutin	1	2,9%	6	7,1 %	7	20,0%		
Total	29	80,0%	5	0,0 %	35	100%		

Berdasarkan tabel 7 diperoleh hasil bahwa dari 35 responden di Desa Tanjungkarang Kecamatan Jati Kabupaten Kudus dengan yang melakukan pijat bayi secara rutin dan kualitas menyusu yang baik ada 28 bayi (80,0%), Bayi yang melakukan pijat bayi secara rutin dengan kualitas menyusu kurang ada 0 bayi (0%). Sedangkan yang melakukan pijat bayi secara tidak rutin dengan kualitas tidur baik ada 1 bayi (2,9%), Bayi yang melakukan pijat bayi secara tidak rutin dengan kualitas tidur kurang ada 6 bayi (17,1%).

Berdasarkan hasil uji statistik dengan chi square di dapatkan hasil nilai chi square hitung 35,000 dan p value 0,000< 0,05 artinya Ha diterima dan Ho ditolak, berarti ada hubungan antara pijat bayi terhadap kualitas tidur. Dan berdasarkan hasil uji statistik dengan chi square di dapatkan hasil nilai chi square hitung 28,966 dan p value 0,000< 0,05 artinya Ha diterima dan Ho ditolak, berarti ada hubungan antara pijat bayi terhadap kualitas menyusu pada bayi usia 3 - 4 bulan di Desa Tanjungkarang Kecamatan Jati Kabupaten Kudus.

PEMBAHASAN

1. Pijat Bayi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa bahwa dari 35 responden yang diteliti, responden melakukan pijat bayi tidak rutin ada 7 bayi (20,0%) dan secara rutin ada 28 bayi (80,0%). Untuk mendapatkan manfaat yang maksimal dari pijat bayi, maka sebaiknya pijat bayi dilakukan secara rutin yaitu minimal 1-2 bulan sekali.

Pijat bayi adalah kegiatan memberikan stimulasi atau urutan kepada bayi dengan sentuhan, gerak, ditambahi dengan stimulasi pendengaran dan juga viual (Doska, 2019).

Hasil Penelitian ini juga sesuai dengan hasil penelitian Nopri Padma Nudesti & Diah Ayu Sulastri dkk (2020). Hasil penelitian didapatkan nilai p sebesar 0,004 < 0,005 yang menunjukan ada hubungan antara Baby Massage dengan kualitas tidur bayi usia 3 -6 bulan di Riu Moms Kids And Baby SPA Sukoharjo Pati. Kesimpulan penelitian yang berarti ada Hubungan Baby

Massage Dengan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 bulan di Riu Moms Kids And Baby SPA Sukoharjo Pati.

2. Kualitas Tidur

Hasil penelitian menunjukkan bahwa bahwa dari 35 responden yang dilakukan penilaian kualitas tidur didapatkan hasil bayi yang kualitas tidurnya baik ada 28 bayi (80,0%), dan kualitas tidur bayi kurang ada 7 bayi (20,0%).

Kualitas tidur mempengaruhi baik secara fisiologi maupun psikologi individu. Kualitas tidur secara langsung mempengaruhi kualitas aktivitas saat terjaga, termasuk kewaspadaan mental, produktivitas, keseimbangan emosi, kreativitas, tanda vital fisik dan bahkan berat badan (Smith, 2012 dalam William, 2012).

Hasil Penelitian ini juga sesuai dengan hasil penelitian Nopri Padma Nudesti & Diah Ayu Sulastri dkk (2020) tentang "Hubungan Baby Massage Dengan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Di Riu Mom Kids And Baby Spa Di Sukoharjo Pati". Hasil penelitian didapatkan nilai p sebesar 0,004 < 0,005 yang menunjukan ada hubungan antara Baby Massage dengan kualitas tidur bayi usia 3 -6 bulan di Riu Moms Kids And Baby SPA Sukoharjo Pati. Kesimpulan penelitian yang berarti ada Hubungan Baby Massage Dengan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 bulan di Riu Moms Kids And Baby SPA Sukoharjo Pati.

3. Kualitas Menyusu

Hasil penelitian menunjukkan bahwa bahwa dari 35 responden yang dilakukan penilaian kualitas menyusu didapatkan hasil bayi yang kualitas menyusu baik ada 29 bayi (82,9%), dan kualitas tidur bayi kurang ada 6 bayi (17,1%).

Bayi pada umumnya perlu menyusu sebayak 2 – 12 kali dalam periode 24 jam. Pola menyusui bervariasi karena setiap bayi berbeda. Beberapa bayi akan menyusu setiap 2 – 3 jam selama periode 24 jam. Bayi lainnya mungkin mempunyai pola kluster, yaitu menyusu setiap jam sebanyak 3 – 5 kali, kemudian tidur 3 – 4 jam diantaranya. Selama 24 – 48 jam pertama setelah lahir, sebagian besar bayi tidak bangun sesering ini untuk menyusu. Orang tua harus memahami bahwa meraka harus membangunkan bayi untuk menyusu minimal setiap 3 jam pada siang hari dan setiap 4 jam pada malam hari (Lowdermilk et al., 2013).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Isy Royhanaty, dkk (2018) tentang "Manfaat Baby Spa Dalam Meningkatkan Kualitas Tidur Dan Menyusu" dengan Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai p frekwensi baby spa dengan frekwensi tidur adalah 0.005 dengan koefisien korelasi 0.482. Nilai p frekwensi baby spa dengan durasi tidur adalah 0.000 dengan koefisien korelasi 0.842. Nilai p frekwensi baby spa dengan kenyamanan tidur adalah 0.000 dengan koefisien korelasi 0.930.Nilai p frekwensi baby spa dengan frekwensi menyusu adalah 0.000 dengan koefisien korelasi 0.944. Nilai p frekwensi baby spa dengan durasi menyusu adalah 0.000 dengan koefisien korelasi 0.916.Nilai p frekwensi baby spa dengan kenyamanan menyusu adalah 0.000 dengan koefisien korelasi 0.883. dapat disimpulkan bahwa ada korelasi positif yang signfikan antara frekuensi baby spa dengan kualitas tidur dan menyusu dengan kategori korelasi sedang sampai sangat kuat.

4. Hubungan Pijat Bayi Dengan Kualitas Tidur Pada Bayi Usia 3 - 4 bulan di Desa Tanjungkarang Kecamatan Jati Kabupaten Kudus.

Berdasarkan hasil korelasi hubungan pijat bayi dengan kualitas tidur menjelaskan bahwa dari 35 responden di Desa Tanjungkarang Kecamatan Jati Kabupaten Kudus dengan yang melakukan pijat bayi secara rutin dan kualitas tidur baik ada Bayi yang melakukan pijat bayi secara rutin dan kualitas tidur kurang ada 0 bayi (0%). Sedangkan yang melakukan pijat bayi secara tidak rutin dan kualitas tidur baik ada 0 bayi (0%), Bayi yang melakukan pijat bayi secara tidak rutin dan kualitas tidur kurang ada 7 bayi (20,0%).

Berdasarkan hasil uji statistik dengan chi square di dapatkan hasil nilai chi square hitung 35,000 dan p value 0,000< 0,05 artinya Ha diterima dan Ho ditolak, berarti ada hubungan antara pijat bayi terhadap kualitas tidur.

Pijatan adalah sentuhan dengan kesadaran pada bayi untuk mendorong pertumbuhan dan memainkan peranan penting bagi perkembangan fisik dan mental bayi karena sistem sirkulasi dan kekebalan tubuh dari bayi akan membaik. Pijatan merupakan tehnik penyembuhan yang mempengaruhi keadaan fisik, emosional dan spiritual anak. Bahwa dengan dilakukannya pijat bayi secara rutin dapat meningkatkan kualitas tidur dan menyusu pada bayi.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Hasil Penelitian ini juga sesuai dengan hasil penelitian Nopri Padma Nudesti & Diah Ayu Sulastri dkk (2020) tentang "Hubungan Baby Massage Dengan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Di Riu Mom Kids And Baby Spa Di Sukoharjo Pati". Hasil penelitian didapatkan nilai p sebesar 0,004 < 0,005 yang menunjukan ada hubungan antara Baby Massage dengan kualitas tidur bayi usia 3 -6 bulan di Riu Moms Kids And Baby SPA Sukoharjo Pati. Kesimpulan penelitian yang berarti ada Hubungan Baby Massage Dengan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 bulan di Riu Moms Kids And Baby SPA Sukoharjo Pati.

5. Hubungan Pijat Bayi Dengan Kualitas Menyusu Pada Bayi Usia 3 - 4 bulan di Desa Tanjungkarang Kecamatan Jati Kabupaten Kudus.

Berdasarkan hasil korelasi hubungan pijat bayi dengan kualitas menyusu dari tabel 4.7 diperoleh hasil bahwa dari 35 responden di Desa Tanjungkarang Kecamatan Jati Kabupaten Kudus dengan yang melakukan pijat bayi secara rutin dan kualitas menyusu yang baik ada 28 bayi (80,0%). Bayi yang melakukan pijat bayi secara rutin dan kualitas menyusu kurang ada 0 bayi (0%). Sedangkan yang melakukan pijat bayi secara tidak rutin dan kualitas tidur baik ada 1 bayi (2,9%), Bayi yang melakukan pijat bayi secara tidak rutin dan kualitas tidur kurang ada 6 bayi (17,1%).

Berdasarkan hasil uji statistik dengan chi square di dapatkan hasil nilai chi square hitung 28,966 dan p value 0,000< 0,05 artinya Ha diterima dan Ho ditolak, berarti ada hubungan antara pijat bayi terhadap kualitas menyusu pada bayi usia 3 - 4 bulan di Desa Tanjungkarang Kecamatan Jati Kabupaten Kudus.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Isy Royhanaty (2018) dengan judul "Manfaat Baby Spa Dalam Meningkatkan Kualitas Tidur Dan Menyusu" menunjukkan bahwa Ada korelasi positif yang signfikan antara frekuensi baby spa dengan kualitas tidur dan menyusu dengan kategori korelasi sedang sampai sangat kuat.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Ada hubungan pijat bayi dengan kualitas tidur pada bayi usia 3-4 bulan di Desa Tanjungkarang Kecamatan Jati Kabupaten Kudus. Hal ini di tunjukan dengan hasil nilai chi square hitung 35,000 dan p value 0,000< 0,05 artinya Ha diterima dan Ho ditolak, berarti ada hubungan antara pijat bayi terhadap kualitas tidur.

Ada hubungan pijat bayi dengan kualitas tidur pada bayi usia 3-4 bulan di Desa Tanjungkarang Kecamatan Jati Kabupaten Kudus. Hal ini di tunjukan dengan hasil nilai chi square hitung 28,966 dan p value 0,000< 0,05 artinya Ha diterima dan Ho ditolak, berarti ada hubungan antara pijat bayi terhadap kualitas menyusu pada bayi usia 3 - 4 bulan di Desa Tanjungkarang Kecamatan Jati Kabupaten Kudus.

Saran

Disarankan kepada tenaga kesehatan untuk dapat mengembangkan ilmu pengetahuannya terutama tentang pijat bayi dengan kualitas tidur dan menyusu. Sehingga bisa memberikan informasi kepada kepada masyarakat bahwa pijat bayi mempunyai banyak manfaat terkhusus pada kualitas tidur dan menyusu.

DAFTAR PUSTAKA

Agustin, D., 2012. *Faktor-faktor yang mempengaruhi Kualitas Tidur Pada Pekerja Shift di PT Krakatau Tirta Industri Cilegon*. Skripsi. Fakuktas Keperawatan Universitas Indonesia Jakarta.

Arikunto, Suharsimi. (2012). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek. Jakarta: Rineka Cipta

Dinas Kesehatan Jawa Tengah. 2016. *Profil Kesehatan Jawa Tengah Tahun 2016.* Semarang : Dinas Kesehatan Jawa Tengah.

Dinas Kesehatan R.I. 2016. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2016.* Jakarta : Kementrian Kesehatan Indonesia.

Galenia, T. (2014). *Home Baby Spa*. Jakarta Timur: Penerbit Plus.

Hidayat, A. 2011. *Pengantar Ilmu Keperawatan Anak*. Jakarta : Salemba Medika.

Hidayat, A.A..(2014). *Metode penelitian keperawatan dan teknis analisis data*.Jakarta : Salemba Medika

Jurnal Poltekkes Kemenkes Bandung, Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Frekuensi Dan Durasi Menyusu Pada Bayi Usia 1 – 3 Bulan.2018.(diakses pada 28 Nov 2020,pukul 13.00WIB)

Jurnal Stikes Karya Husada, Manfaat Baby Spa Dalam Meningkatkan Kualitas Tidur Dan Menyusu.2018.(diakses pada 28 Nov 2020,pukul 20.00WIB)

Kozier, B., et al. 2004. *Fundamental of Nursing : concept, process and practice edisi 7. NewJersey* : Prentice-Hall, inc

Mansur, H. 2010. *Psikologi Ibu dan Anak untuk Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika

Mutyah, D. & Anggraini, D., E. (2017).*Pengaruh Pemberian Pijat Bayi Terhadap Kualitas dan Kuantitas Tidur Bayi Usia 6-12 Bulan di Masyarakat Pesisir Surabaya*. Publikasi Riset Kesehatan Untuk Daya Saing BangsaNotoatmojo, Soekidjo. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*.Jakarta : PT Asdi Mahasatya.

Nursalam, dkk. 2009. *Asuhan Keperawatan Bayi dan Anak (Untuk Bidan Dan Perawat).* Jakarta : Salemba Medika.

Nursalam.(2010). *Manajemen Keperawatan Aplikasi dalam Keperawatan Profesional.* Salemba Medika : Jakarta.

Nursalam. 2013. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pedoman Skripsi, Tesis dan Instrumen Penelitian*. Jakarta : SalembaMedika.

Potter, P. A., Perry, A. G. 2005. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan*: Konsep, Proses, dan Praktis. Edisi ke-4. Jakarta: EGC. In: Agustin, D. 2012.

Prasetyono. 2013. *Buku Pintar Pijat Bayi*. Jogjakarta : Buku Biru.

Profil kesehatan jawa tengah 2019, *Status Gizi Kurang Pada Balita* https://dinkesjatengprov.go.id/v2018/storage/2020/09/Profil-Jateng-tahun-2019.pdf. diakses pada hari kamis, 4 Juli 2024 pukul 12.20 WIB.

Profil Kesehatan Kabupaten Pati 2018,*Status Gizi Kurang Pada Balita* https://dinkes.patikab.go.id/publication/download/fYboH4jXJnJ9ZDzY6zSY8Llqb3LgdV4ZR2n6sikh.pdf diakses pada hari kamis, 4 Juli 2024 pukul 12.00 WIB.

Roesli, utami. 2013. *Pedoman Pijat Bayi. Jakarta* : PT. Trubus Agriwidya.

Roesli, Utami., 2013. *Inisiasi Menyusu Dini plus ASI Ekslusif*. Jakarta: Pustaka Bunda