

# 8611-23416-1-RV.docx

*by* lp3m@unuja.ac.id 1

---

**Submission date:** 07-Jun-2024 07:01PM (UTC-0500)

**Submission ID:** 2397922932

**File name:** 8611-23416-1-RV.docx (108.21K)

**Word count:** 3285

**Character count:** 19259

-ISSN: \_\_\_\_\_ ; E-ISSN: \_\_\_\_\_  
TRILOGI, 1(1), Januari-April 2020 (1-24)  
©2020 Lembaga Penerbitan, Penelitian,  
dan Pengabdian kepada Masyarakat (LP3M)  
Universitas Nurul Jadid Paiton Probolinggo  
DOI: <https://doi.org/>

JURNAL  
**TRILOGI**  
Ilmu Teknologi, Kesehatan, dan Humaniora

6000 – 8000 words

## **PENGARUH BABY SPA TERHADAP KUALITAS TIDR BAYI USIA 3-12 BULAN DI MY HIPPO MOMS KIDS & BABY SPA**

### **The 1<sup>st</sup> Author**

Mita Qurniasari  
[qurniasarimita@gmail.com](mailto:qurniasarimita@gmail.com)

### **The 2<sup>nd</sup> Author**

Dr. Yessy Nur Endah Sari, S.SIT,M.Kes  
[Yessynurendahsari@gmail.com](mailto:Yessynurendahsari@gmail.com)

### **The 3<sup>rd</sup> Author**

Suhartin, S.ST.,M.Kes  
[Suhartin.sabana@gmail.com](mailto:Suhartin.sabana@gmail.com)

### **Abstract**

*Babies who sleep enough without waking up frequently will be fitter and less fussy. The aim of this study was to determine the effect of Baby Spa on the sleep quality of infants aged 3-12 months. : This type of research was done by collecting 40 babies, 20 babies without going to the baby spa and 20 babies after going to the baby spa.. The tool used for this research was a questionnaire sheet. After the respondent has filled in, the researcher processed the data in order to find out the influence of baby care on the sleep of babies aged 3-12 months. The results showed that the frequency of baby spas showed that out of 40 respondents who did baby spas 20 respondents and those who did not have baby spas were 20 respondents and 23 respondents had good sleep quality (57.5). The Wilcoxon statistical test shows that the significant value is  $p \text{ value} = 0.00 < \alpha (0.05)$ , so that  $H_1$  is accepted. The conclusion of this study is that there is an effect of baby spa on the sleep quality of babies aged 3-12 months at MyHippo Moms Kids & Baby Spa. With this research, it is hoped that baby parents will be more active in monitoring their child's development.*

**Keywords: Baby Spa, Baby Sleep Quality.**

**Abstrak**

Bayi yang tidurnya cukup baik akan menjadi lebih buger ketika bangun sehingga bayi tidak rewel dan tumbuh kembangnya bagus. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana baby spa memengaruhi kualitas tidur bayi berusia 3-12 bulan. Penelitian ini melibatkan 40 bayi, 20 dari mereka yang tidak mengunjungi baby spa dan 20 lainnya yang mengunjungi baby spa. Penelitian ini menggunakan lembar kuisioner. Setelah responden mengisi, peneliti akan mengolah data untuk mengetahui apakah perawatan bayi memengaruhi tidur bayi usia 3-12 bulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 40 responden, 20 melakukan perawatan bayi dan 20 tidak melakukannya, dan 23 responden (57,5 persen) melaporkan kualitas tidur yang nyenyak. H1 diterima berdasarkan uji statistik Chi-Wilcoxon, yang menunjukkan bahwa nilai signifikan  $p$  value =  $0,00 < \alpha$  (0,05). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa baby spa memengaruhi kualitas tidur bayi usia 3-12 bulan di MyHippo Moms Kids & Baby Spa. Dengan demikian, penelitian ini akan mendorong orang tua bayi untuk lebih aktif memantau perkembangan anak mereka melalui langkah-langkah yang diambil oleh baby spa.

**Kata Kunci :** Baby spa, Kualitas tidur bayi

**Commented [Rv\_Gulphi1]:** 1.Latar belakang

2. Isu yang diteliti
3. Tujuan
4. Metode penelitian
5. hasil

## 1 Pendahuluan

Masa emas pertumbuhan dan perkembangan bayi memerlukan perhatian khusus. Salah satu komponen yang mempengaruhi pertumbuhan bayi adalah tidur dan istirahat. Tidur yang nyenyak sangat penting bagi pertumbuhan bayi karena saat itu pertumbuhan otak bayi mencapai puncaknya. (Dessy, 2018).

Bayi sangat membutuhkan tidur karena saat ini terjadi perbaikan neuro-otak dan produksi sekitar 75% hormon pertumbuhan. Oleh karena itu, kualitas dan jumlah tidur bayi harus dipantau. Usia dan kematangan otak terkait dengan perkembangan tidur bayi. (Noorbaya & Siti Saidah, 2020).

Sekitar 10 persen orang Indonesia menderita kurang tidur, atau sekitar 28 juta dari 238 juta orang. Di Indonesia, banyak bayi yang mengalami masalah tidur; sekitar 44,2% anak di bawah usia 3 tahun mengalami masalah tidur. Bayi berusia enam hingga dua belas bulan membutuhkan stimulus dari luar, seperti pijat, karena mereka membutuhkan waktu tidur yang cukup, yaitu empat belas jam per hari. (Nugraheni et al., 2018).

Namun, hampir atau bahkan lebih dari 72% orang tua tidak menganggap gangguan tidur bayi sebagai masalah; mereka hanya menganggapnya sebagai masalah kecil, jika ada. Bahkan masalah tidur pada bayi dapat mengganggu perkembangan mereka, mengganggu fungsi kekebalan tubuh, dan mengganggu regulasi sistem endokrin. (Candrini, 2019).

Dalam penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Vera Iriani Abdullah (2022)

dengan judul "Efektifitas Baby Spa Terhadap Kualitas Tidur Bayi Umur 5-12 Bulan", ditemukan bahwa perawatan baby spa dapat memengaruhi kualitas tidur bayi pada usia 5-12 bulan. Penelitian ini dilakukan menggunakan metode quasi-eksperimen yang menunjukkan bahwa sebelum perawatan baby spa diberikan, kualitas tidur bayi meningkat pada kategori  $\leq 5$  (Baik) dan kualitas tidur bayi meningkat pada usia 5-12 bulan. (Vera Iriani Abdullah et al., 2022).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Juulia Paavonen (2020), pada usia 3 bulan, mayoritas bayi tidur lebih sedikit di siang hari daripada di malam hari. Persentase rata-rata tidur siang 36,3% turun terus pada bulan-bulan berikutnya, turun menjadi 25,6% pada usia 8 bulan, dan ritme tidur-bangun menjadi lebih lambat pada 25,0%. (Paavonen et al., 2020).

Penelitian yang dilakukan di BPM A Tenri Ujung Bulu Kabupaten Bulukumbang, berjudul Peningkatan Kualitas Tidur Bayi Dengan Treatment Baby Spa, menemukan bahwa pijat bayi dapat membantu bayi tidur lebih baik. Sebagian besar orang yang menjawab mengatakan mereka memiliki kualitas tidur yang lebih baik (73,33%) (Haerani et al., 2019).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Husnul pada tahun 2019 dengan judul pengaruh baby spa (solus per aqua) terhadap kualitas tidur bayi usia 3-12 bulan, teknik pengambilan sampel total digunakan. Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa nilai  $p(0,000) < \alpha(0,05)$ , yang menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara baby spa (solus per aqua) dan kualitas tidur bayi usia 3-12 bulan di klinik zeyata baby spa desa meunasah tkg di gadong kecamatan kota (Husnul et al., 2019)

Studi di Posyandu Desa Minomartani (Fitriana, 2019) menemukan bahwa bayi berusia 3-12 bulan yang dirawat di baby spa dapat memengaruhi kualitas tidurnya. Orang tua bayi yang disurvei sebelum dibawa ke baby spa mengatakan bahwa anaknya sering rewel dan suka terbangun di malam hari, tetapi setelah dibawa ke dhian baby spa, anaknya tidak lagi rewel dan tidurnya lebih baik. (Candrani & Fitriana, 2019).

Dari penelitian diatas persamaan penelitian sebelumnya dengan penelitian saya yakni mengenai pengaruh baby Spa terhadap kualitas tidur bayi usia 3-12 bulan, serta metode yang di gunakan yakni jenis Quasi Eskperiment dengan Pre test & Postest Design sedangkan yang membedakan penelitian ini, dengan penelitian sebelumnya berdasarkan lokasi/ tempat pengambilan sample, waktu dan Respondennya.

Tidur yang tidak adekuat dan kualitas tidur yang buruk dapat mengakibatkan beberapa gangguan. Pada orang dewasa dapat menyebabkan gangguan keseimbangan fisiologis dan psikologis (Ayunita et al., 2019).

Sedangkan pada bayi dapat menyebabkan penurunan aktivitas sehari-hari, rasa lelah, lemas, emosi lebih labil, cemas, rewel, tidak konsentrasi, merasakan kantuk yang berlebihan. Pentingnya waktu tidur bagi perkembangan bayi, maka kebutuhan tidurnya harus benar- benar terpenuhi agar tidak berpengaruh buruk terhadap perkembangannya (Korompis et al., 2019.).

Bayi yang dipijat akan dapat tidur dengan lelap, sedangkan pada waktu bangun, daya konsentrasinya akan lebih penuh. Pemberian pijat bayi memberikan efek terhadap peningkatan lama tidur malam hari pada bayi sesudah dilakukan pemijatan (Nughraheni, Ambarwati, & Marni, 2018).

Baby spa dapat di artikan perawatan untuk bayi dengan menggunakan air. Baby Spa berasal dari kata latin yaitu baby itu bayi dan spa (solus per aqua) perawatan dengan air. Unsur dasar spa terdiri dari terapi air (berenang) dan massage (pijat) serta baby gym. Berenang akan merangsang gerakan motorik pada bayi karena otot-otot bayi akan berkembang dengan sangat baik, persediaan tubuh akan bekerja secara optimal, pertumbuhan badan meningkat dan tubuhpun menjadi lentur . Baby gym didefinisikan sebagai Semacam gerakan bermain untuk bayi Anda untuk merangsang pertumbuhan, perkembangan dan mobilitas bayi Anda secara

No	Usia	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	3-6 bulan	16	40,0
2	7-9 bulan	23	57,5
3	9-12 bulan	1	2,5
Jumlah		40	100,0

optimal. (Adnan Faris Naufal et al., 2019).  
Menurut Permenkes No.1205/ Menkes/ X/2004, SPA merupakan upaya tradisional yang menggunakan pendekatan holistik, melalui perawatan menyeluruh dengan menggunakan metode kombinasi antara

Commented [Rv\_Gulphi2]: ini.

hidroterapi (terapi air) dan massage ( pijat) yang dilakukan secara terpadu untuk menyeimbangkan tubuh, pikiran, serta perasaan. Berdasarkan data pada bulan April 2023 di My Hippo Moms Kids & Baby spa Bondowoso jumlah bayi yang melakukan treatment baby spa, terapi bapil dan baby massage sebanyak 45 bayi. Dari 45 bayi yang datang untuk melakukan treatment baby spa paling banyak dengan keluhan susah tidur dan rewel terbangun di malam hari.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh baby spa terhadap Kualitas Tidur bayi usia 3-12 bulan. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat yang baik.

## 2. Metode

Dalam penelitian, desain penelitian sangat penting karena memungkinkan untuk mengontrol sepenuhnya berbagai faktor yang dapat mempengaruhi validitas hasil penelitian. Menurut Hidayat (2018), penelitian ini adalah jenis eksperimental semu (*quasi-experimental design*) dan menggunakan desain satu kelompok pre-test-post-test. Penelitian ini akan melakukan langkah-langkah dalam bentuk kerangka hingga analisis data. Keseluruhan subjek penelitian adalah populasi. Dalam penelitian ini, 40 bayi usia 3-12 bulan yang datang untuk perawatan di My Hippo digunakan.

Dari 40 bayi, 20 (intervensi) menggunakan Baby Spa dan 20 (kontrol)

menggunakan bapil, pijatan bayi, dan berenang.

## 3. Hasil

### Data Umum

Data umum menyajikan karakteristik responden berdasarkan usia bayi, jenis kelamin bayi, dan status kesehatan bayi. Berdasarkan penelitian dilakukan pada tanggal 18 Mei-18 Juni 2017 di My Hippo Moms Kids & Baby Spa diperoleh data sebagai berikut :

1. Distribusi Frekuensi Responden Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Di My Hippo Moms Kids & Baby Spa Tanggal 18 Mei-18 Juni 2023 menunjukkan bahwa hampir

Sumber : Data Primer 2023

setengahnya yang melakukan Baby Spa berusia 7-9 bulan yaitu 23 responden (57,5%).

2. Distribusi Frekuensi Responden Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Di My Hippo Moms Kids & Baby Spa Tanggal 18 Mei-18 Juni 2023

No	Jenis kelamin	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Laki-laki	9	22,5
2	Perempuan	31	77,5
Jumlah		40	100,0

Sumber : Data primer 2023 sebagian besar dari responden yaitu 20 bayi jenis kelamin perempuan (77,5%).

3. Distribusi Frekuensi Responden Karakteristik Responden Berdasarkan Status Kesehatan Di My Hippo Moms Kids & Baby Spa Tanggal 18 Mei-18 Juni 2017

No	Status kesehatan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Sehat	40	100

Commented [Rv\_Gulphi3]: Huruf miring dalam penggunaan kata asing

2	Sakit	0	0
Jumlah		40	100

Sumber: data primer diolah tahun 2023  
semua responden usia 3-12 bulan  
sehat sebanyak 40 orang (100%)

#### Data Khusus

No	Kualitas Tidur Bayi	Baby Spa				Jumlah	
		sebelum	Sesudah	N	%	N	%
1	Nyenyak	3	15	20	100	23	57,5%
2	Tidak Nyenyak	17	85	0	0%	17	42,5%

Uji Wilcoxon  $p\text{ value } 0,00 < \alpha 0,05$

#### 1. Kualitas Tidur sebelum dilakukan Baby Spa

Tabel 4: Distribusi Kualitas Tidur Bayi Sebelum Dilakukan Baby Spa di My Hippo Moms Kids & Baby Spa, Pada Tanggal 18 Mei - 18 Juni 2023

Sumber: data primer diolah tahun 2023

No	Baby Spa	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Nyenyak	3	15
2	Tidak nyenyak	17	85
Jumlah		20	100

#### 2. Kualitas Tidur setelah dilakukan Baby Spa

Tabel 5: Distribusi Kualitas Tidur Bayi Setelah Dilakukan Baby Spa di My Hippo Moms Kids & Baby Spa, Pada Tanggal 18 Mei - 18 Juni 2023

Sumber: data primer diolah tahun 2023

#### 3. Kualitas Tidur sebelum dan setelah dilakukan Baby Spa

Tabel 6: Distribusi Kualitas Tidur Bayi sebelum dan Setelah Dilakukan Baby Spa di My Hippo Moms Kids & Baby Spa, Pada Tanggal 18 Mei - 18 Juni 2023

No	Baby Spa	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Nyenyak	20	100
2	Tidak nyenyak	0	0
Jumlah		20	100

Menunjukkan bahwa dari 40 responden sebagian besar kualitas tidurnya nyenyak sejumlah 23 responden (57,5%) dan 17 responden tidak nyenyak

#### Analisis Data

Analisis data menggunakan uji Wilcoxon, menunjukkan bahwa frekuensi baby spa yaitu dari 40 responden yang melakukan baby spa 20 responden dan yang tidak di baby spa 20 responden dan kualitas tidurnya nyenyak sejumlah 23 responden (57,5). Uji statistik Chi- Wilcoxon menunjukkan bahwa nilai signifikan  $p\text{ value} = 0,00 < \alpha (0,05)$ , sehingga  $H_1$  diterima. Kesimpulan penelitian ini ada pengaruh baby spa dengan kualitas tidur bayi usia 3-12 bulan di MyHippo Moms Kids & Baby Spa

#### Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan kualitas tidur bayi dari 20 responden menyatakan banyak yang mengalami tidak nyenyak pada saat tidur, berdasarkan tabel 5.4 Distribusi Kualitas Tidur Bayi sebelum dilakukan Baby Spa Di My Hippo Moms Kids & Baby Spa pada tanggal 18 Mei -18 Juni 2023 menunjukkan bahwa sebagian besar mengalami Tidak nyenyak yaitu 17 responden (85%).

Dengan menggunakan kontak mata, senyuman, dan ekspresi wajah, pijatan dan sentuhan yang diberikan dapat membantu bayi menjadi lebih dekat. Hubungan kasih sayang timbal balik antara ibu dan bayi akan semakin kuat jika stimulasi sering diberikan. Sistem saraf pusat bayi akan distimulasi dengan pijatan. Ini memicu otak untuk menghasilkan lebih banyak serotonin, yang membuatnya merasa nyaman, sekaligus mengurangi kortisol, hormon yang diproduksi saat stres. Bayi kemudian merasa napas dan detak jantungnya lebih lambat karena kondisi ini, yang membantunya tidur lebih nyenyak

dan tidak menangis atau rewel terlalu banyak.

Pijat bayi adalah salah satu stimulasi taktil yang memberikan efek biokimia dan efek fisiologi pada berbagai organ tubuh. Pijat yang dilakukan dengan benar dan juga teratur pada bayi memiliki berbagai keuntungan dalam proses tumbuh kembang bayi. (Indriyani 2019: 11).

Hasil penelitian menunjukkan kualitas tidur bayi dari 20 responden menyatakan banyak yang mengalami nyenyak pada saat tidur, berdasarkan tabel 5.5 Distribusi Kualitas Tidur Bayi setelah dilakukan Baby Spa Di My Hippo Moms Kids & Baby Spa pada tanggal 18 Mei -18 Juni 2023 menunjukkan bahwa seluruhnya mengalami nyenyak yaitu 20 responden (100%).

Menurut Tabel 5.1, distribusi frekuensi responden berdasarkan usia bayi di My Hippo Moms Kids & Baby Spa dari 18 Mei hingga 18 Juni 2023, 23 (57,5%) dari 40 responden berusia 7-9 bulan.

Dengan menggunakan elektroensefalografi (EEG), Anda dapat melihat perubahan dalam gelombang otak selama pemijatan. Gelombang alpha turun dan gelombang beta dan theta meningkat. Terganggunya aktivitas sistem saraf parasimpatis nuclei rafe menyebabkan perubahan gelombang otak tersebut. Nukleus rafe berasal dari rafe medial batang otak dan mengarah ke sebagian besar area otak, terutama ke radiks dorsalis medula

spinalis dan hipotalamus, yang bertanggung jawab untuk mengeluarkan hormon serotonin. Nuclei rafe adalah area yang paling mudah dirangsang yang dapat menyebabkan tidur alami. Jika saraf parasimpatis distimulasi pada nuclei rafe, denyut nadi, tekanan darah, frekuensi pernapasan, dan sekresi serotonin meningkat. (Guyton, 2007: 778).

Nuclei rafe juga berproyeksi menuju ke hipotalamus, sehingga perangsangan pada nuclei rafe juga akan mengakibatkan perangsangan pada hipotalamus. Perangsangan pada hipotalamus menyebabkan disekresikanya Corticotropin Releasing Factor (CRF). Selanjutnya CRF merangsang kelenjar pituitary untuk meningkatkan produksi proopioidmelanocortin (POMC) sehingga produksi enkephalin oleh medula adrenal meningkat. Kelenjar pituitary juga menghasilkan endorphen sebagai neurotransmitter yang dapat mempengaruhi suasana hati menjadi rileks. Peningkatan endorphen dan enkephalin menyebabkan tubuh menjadi rileks, dan menimbulkan perasaan tenang dan memudahkan bayi untuk jatuh tidur. Dengan perasaan rileks dan tenang bayi akan lebih mudah untuk memperoleh tidur yang lelap dan berkualitas.

Berdasarkan Tabel 5.6, distribusi kualitas tidur bayi sebelum dan sesudah melakukan baby spa di My Hippo Moms Kids & Baby Spa dari 18 Mei hingga 18 Juni 2023, terlihat bahwa dari 40 responden yang melakukan baby spa, 20 mengatakan bahwa mereka secara keseluruhan merasa nyaman, dan dari 40 responden yang tidak melakukan baby spa, 23 mengatakan bahwa mereka merasa nyaman (57,5 persen).



Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan dengan uji Chi Wilcoxon menggunakan SPSS For Statistics 22, nilai signifikansi  $p = 0,00 < \alpha (0,05)$ , yang menunjukkan bahwa H1 diterima. Hal ini menunjukkan bahwa baby spa memengaruhi kualitas tidur bayi dalam rentang waktu dari tiga hingga dua belas bulan.

Terdapat perbedaan diantara yang diberi perlakuan yakni dilakukan Baby Spa dan yang tidak dilakukan Baby Spa. Bayi yang dilakukan Baby Spa kualitas tidurnya menjadi baik, sedangkan bayi yang tidak di Baby spa Rata rata kualitas tidurnya kurang baik.

Baby Spa dapat dilakukan secara teratur atau setiap dua kali seminggu. Baby spa biasanya tidak disarankan untuk dilakukan sebelum bayi berusia tiga bulan, karena pada usia ini bayi sudah mampu mengangkat kepalanya dengan kuat. Selain itu, kondisi bayi juga menjadi penghalang untuk melakukannya, karena jika bayi sakit atau tidak sehat, itu tidak dapat dilakukan, yang berarti kondisi bayi akan menjadi lebih buruk.

Selain itu, kondisi bayi juga memengaruhi tidak melakukan baby spa; jika bayi sakit atau tidak sehat, tentunya tidak dapat melakukannya, yang berarti kondisi bayi akan menjadi lebih buruk jika dipaksakan melakukannya.

#### 4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dijabarkan, maka kesimpulan dari hasil penelitian Pengaruh Baby Spa Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan yaitu

1. Kualitas tidur bayi usia 3-12 bulan sebelum dilakukan Baby Spa adalah tidak nyenyak sebesar 85% di My Hippo Moms Kids & Baby Spa.

2. Kualitas tidur bayi usia 3-12 bulan setelah dilakukan Baby Spa adalah nyenyak sebesar 100% di My Hippo Moms Kids & Baby Spa.

3. Ada Pengaruh baby spa dengan kualitas tidur bayi usia 3-12 bulan di My Hippo Moms Kids & Baby Spa.

#### Saran

##### 1. Bagi Tenaga Kesehatan (Bidan)

Diharapkan tenaga kesehatan terutama bidan dapat lebih menambah keterampilan dalam praktek kebidanan, misalnya mengikuti pelatihan baby spa, mengikuti seminar, mengikuti pelatihan MU (Midwife Update). Bidan diharapkan dapat merancang program pelaksanaan baby spa seperti menjelaskan langkah-langkah dilaksanakan baby spa, sering melakukan penyuluhan tentang baby spa, hal-hal apa saja yang tidak boleh dilakukan pada saat akan menjalani baby spa, usia berapa yang tepat dilaksanakan baby spa, dan memberikan manfaat setelah dilakukan baby spa ketika di desa atau ketika kegiatan pertemuan bidan di puskesmas setiap bulan. Bagi

##### Dosen STIKES HAFSHAWATY

Diharapkan dosen STIKES HAFSHAWATY lebih aktif dalam melakukan pengabdian masyarakat, misalnya memberikan penyuluhan tentang kesehatan masyarakat terutama untuk orang tua bayi mengenai baby spa, lebih sering melakukan pengabdian masyarakat dengan mengajak mahasiswanya dalam kegiatan yang dapat membantu memantau kesejahteraan kesehatan masyarakat, seperti memberikan contoh langkah- langkah dalam melaksanakan baby spa yang di mulai dari Baby Massage, Baby Gym dan Baby Swim

1 di desa-desa yang terpencil setiap sebulan

sekali.

Bagi Responden

Tambahan informasi kesehatan tentang Hubungan Frekuensi *baby spa* dengan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 bulan, diharapkan orang tua bayi lebih aktif untuk memantau perkembangan anaknya mungkin salah satunya dapat dilaksanakan *baby spa* selain memantau perkembangan anaknya diharapkan orang tua bayi juga bisa mengetahui manfaat dari *baby spa*. Diharapkan orang tua juga dapat mengerti mengenai langkah-langkah dalam pelaksanaan *baby spa* dan dapat menerapkan Langkah-langkah pelaksanaan *baby spa* dirumah. Orang tua bayi juga dapat mengetahui umur berapa yang tepat dilaksanakan *baby spa* dan pentingnya minat dari orang tua dalam mengajak anaknya untuk melakukan *baby spa*. Orang tua bayi juga dapat mengantar anaknya untuk dilaksanakan *baby spa* setiap 2x dalam satu minggu.

Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian yang sehubungan dengan Hubungan Frekuensi *Baby Spa* Dengan Kualitas Tidur Bayi di My Hippo Moms Kids & Baby Spa hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk penelitian selanjutnya sehingga peneliti dalam bidang kebidanan dapat mengembangkannya lebih lanjut.

## 5. References

- Asmadi, 2009. *Tehnik Prosedural Keperawatn Konsep Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien*. Jakarta. Salemba Medika
- Adnan Faris Naufal, Prilliya Artika *Pengaruh Baby Massage Dan Baby Spa (Solus Per Aqua) Terhadap Motorik Kasar Bayi Usia 4-6 Bulan*.
- Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- <https://www.alodokter.com/pijat-membantu-si-kecil-tidur-lebih-nyenyak-dan-tidak-rewel>
- Dessy. (2018). *Efektifitas Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Di Posyandu Teratai*. *Jurnal Kebidanan Vol 4, No 3, Juli 2018 : 97-99*.
- Hidayat. 2014. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika
- Ismael, (2010). *Kualitas Tidur Bayi*. <http://digilib.unimus.ac.id/files/dik-s.pdf>.
- Maharani, D. (2009). *Buku Seba Pintar Perawatan Bayi Dan Balita*. Yogyakarta : Araska
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metode Penellyian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Nugraheni, R. I., Ambarwati, R., & Marni. (2018). *Upaya Peningkatan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan Dengan Terapi Pijat*. *Jurnal Keperawatan Gsh*, 7(1), 19-23.
- Nursalam. 2013. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan :*

*Pedoman Skripsi, Tesis dan Instrumen Penelitian*. Jakarta: Salemba Medika.

Nursalam, 2014. *Proses dan Dokumentasi Keperawatan* Salemba Medika. Jakarta.

Pratyahara (2012) *Keajaiban Terapi Sentuhan Untuk Bayi Anda*. Yogyakarta: Javallitera

Pratyahara, dayu. (2012). *The Miracel Touch For Your Baby*. Jogjakarta

Riksani, (2014). Pijat bayi. .  
[http://ojs.unud.ac.id/index.php.  
Diakses 22/02/2017](http://ojs.unud.ac.id/index.php/Diakses_22/02/2017)

Sekartini, (2010). Data masalah gangguan tidur bayi.  
<http://ojs.unud.ac.id/index.php>. Diakses 22/02/2017

Sekartini, Rini. (2012). *Buku Pintar bayi*. Jakarta: Pustaka Bunda

Udin, (2014) dan Firmaningtyas, (2012). *Pengertian Baby Spa*. Jakarta

Widodo, Agus.(2012). Efektifitas Baby SPATerhadap Lamanya Tidur Bayi Usia3-4 bulan.

Wahyuni, A. (2008). *BAB II Tinjauan Pustaka*.  
<http://diglib.unimus.ac.id/files/disk1/III/jtptunimus-gdl-llariadian-5513-3-3.babi-a.Pdf> (diakses tanggal 7 maret 2023 jam 12.00 WIB)

ORIGINALITY REPORT

---

**27** %

SIMILARITY INDEX

**27** %

INTERNET SOURCES

**13** %

PUBLICATIONS

**0** %

STUDENT PAPERS

---

PRIMARY SOURCES

---

**1**

[repo.stikesicme-jbg.ac.id](http://repo.stikesicme-jbg.ac.id)

Internet Source

**14** %

---

**2**

[ejournalmalahayati.ac.id](http://ejournalmalahayati.ac.id)

Internet Source

**5** %

---

**3**

[ojs.unud.ac.id](http://ojs.unud.ac.id)

Internet Source

**4** %

---

**4**

[risbang.unuja.ac.id](http://risbang.unuja.ac.id)

Internet Source

**4** %

---

Exclude quotes  On

Exclude bibliography  On

Exclude matches  < 3%