

# SKRIPSI

## HUBUNGAN FREKUENSI *BABY SPA* DENGAN KUALITAS TIDUR BAYI USIA 3-12 BULAN

(Di BPM Ny. Farochah Kalami, SST Desa Pulo,  
Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang)



PROGRAM STUDI DIPLOMA 4 KEBIDANAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
“INSAN CENDEKIA MEDIKA”  
JOMBANG  
2017

# **HUBUNGAN FREKUENSI *BABY SPA* DENGAN KUALITAS TIDUR BAYI USIA 3-12 BULAN**

**(Di BPM Ny Faroahah Kalami, SST Desa Pulo Kecamatan Jombang  
Kabupaten Jombang)**

## **SKRIPSI**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan pada  
Program Studi Diploma 4 Kebidanan Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan  
Insan Cendekia Medika Jombang



**PROGRAM STUDI DIPLOMA 4 KEBIDANAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
“INSAN CENDEKIA MEDIKA”  
JOMBANG  
2017**

## PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : TRI MEI WULANDARI

NIM : 162120039

Jenjang : Sarjana Terapan

Program Studi : Kebidanan

menyatakan bahwa naskah skripsi ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk dari sumbernya.

Jombang, 03 Agustus 2017

Saya yang menyatakan,



TRI MEI WULANDARI  
NIM : 162120039

## PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : HUBUNGAN FREKUENSI *BABY SPA* DENGAN KUALITAS TIDUR BAYI USIA 3-12 BULAN (di BPM Ny Farochah Kalami, SST Desa Pulo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang).

Nama Mahasiswa : Tri Mei Wulandari

NIM : 162120039

TELAH DISETUJUI KOMISI PEMBIMBING  
PADA TANGGAL, - Juli- 2017



**Pastria Sandra D, SST., M.Kes**  
Pembimbing Utama



**Dovi Dwi M, SST., M.PH**  
Pembimbing Anggota

Mengetahui,

Ketua STIKes ICMe



**H. Bambang Tutuko, S.H., S.Kep., Ns., MH.**  
NIK. 01.06.054

Ketua Program Studi



**Hidayatun Nufus, S.SiT., M.Kes**  
NIK. 02.03.01


## PENGESAHAN SKRIPSI

**Proposal ini telah diajukan oleh :**

Nama Mahasiswa : Tri Mei Wulandari  
NIM : 162120039  
Program Studi : D4 Kebidanan  
Judul : HUBUNGAN FREKUENSI *BABY SPA* DENGAN  
KUALITAS TIDUR BAYI USIA 3-12 BULAN (di BPM  
Ny Farochah Kalami SST, Desa Pulo, Kecamatan  
Jombang, Kabupaten Jombang).

Telah dipertahankan didepan Dewan penguji dan diterima sebagai salah satu  
syarat untuk menyelesaikan pendidikan pada Program Studi  
Diploma 4 Kebidanan

Komisi Dewan Penguji,

Ketua Dewan Penguji : Hidayatun Nufus, S.SiT., M.Kes (  )

Penguji I : PASTRIA SANDRA D, SST., M.Kes (  )

Penguji II : Dovi Dwi M, SST., M.PH (  )

**Di tetapkan di : Jombang**

**Pada Tanggal : - Juli-2017**

## RIWAYAT HIDUP

Penulis dilahirkan di Madiun pada tanggal 24 Mei 1995. Peneliti merupakan putri ketiga dari Pasangan Bapak Suwarno dan Ibu Dwi Rochanawati.

Pada tahun 2000 penulis lulus dari TK MI ISLAMİYAH MADIUN. Pada tahun 2001 penulis lulus SD MI ISLAMİYAH 03 MADIUN. Pada tahun 2007 penulis lulus dari SMP Negeri 09 MADIUN. Pada tahun 2010 penulis lulus dari SMA NEGERI 01 TEGUHAN. Tahun 2013 penulis lulus seleksi masuk STIKes "Insan Cendekia Medika" Jombang melalui jalur PMDK. Penulis memilih program studi D-III Kebidanan dari lima pilihan program studi yang ada di STIKes "ICME" Jombang pada tahun 2016 dan melanjutkan ke D-IV Kebidanan STIKes Insan Cendekia Medika Jombang.

Demikian riwayat hidup ini dibuat dengan sebenarnya.

Jombang, Juli 2017

**Tri Mei Wulandari**  
**NIM : 162120039**

## PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

Tuhan Yang Maha Esa, karena hanya atas izin dan karuniaNya maka skripsi ini dapat dibuat dan selesai pada waktunya. Puji syukur yang tak terhingga pada Tuhan penguasa alam yang meridhoi dan mengabulkan segala doa.

Kedua orang tua saya Bapak Suwarno dan Ibu Dwi Rochanawati, yang telah memberikan dukungan maupun serta doa yang tiada henti untuk kesuksesan saya, karena tiada kata seindah lantunan doa dan tiada doa yang paling khusuk selain doa yang terucap dari orang tua. Ucapan terimakasih saja takkan cukup untuk membalas kebaikan orang tua, karena itu terimalah persembahan bakti dan cinta ku untuk kalian bapak ibuku.

Orang tua kedua, Ibu PASTRIA Sandra Dewi selaku pembimbing utama, Ibu Dwi Dwi Mardiyah Ningsih selaku pembimbing kedua dan Ibu Hidayatun Nufus selaku penguji utama, terimakasih yang selama ini telah tulus dan ikhlas meluangkan waktunya untuk menuntun dan mengarahkan saya dalam memberikan bimbingan agar saya menjadi lebih baik lagi.

Sahabat-sahabat gokil saya yang di Kos Mbah Mi dan teman-teman ku semua D4 Kebidanan, terimakasih telah menemani hari-hari ku dan kebersamaan kita selama kuliah ini, kenangan itu tidak akan pernah saya lupakan. Mari kita lanjutkan perjuangan kita di luar sana. Jaga nama baik almamater dan buat harum nama kampus kita. (2017)

Almamaterku tercinta, terimakasih !!

## MOTTO

*“Tak perlu malu karena berbuat kesalahan, sebab kesalahan akan membuatmu lebih bijak dari sebelumnya”*

*“Peperangan tidak dimenangkan dengan jumlah, akan tetapi dengan keberanian dan ilmu pengetahuan”*





## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas berkat dan rahmat-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Frekuensi *Baby Spa* Dengan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan (Studi di BPM Ny Farochah Kalami S.ST Desa Pulo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang)”. Dalam penyusunan ini peneliti banyak mendapatkan bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak. Untuk itu peneliti mengucapkan terimakasih kepada : H. Bambang Tutuko, SH., S.Kep. Ns.,MH selaku ketua STIKES ICMe Jombang. Hidayatun Nufus, S.SiT., M.Kes Selaku Ketua Program studi Diploma 4 Kebidanan dan Penguji Utama, PASTRIA SANDRA D, SST.,M.Kes. selaku pembimbing I, Dovi Dwi M, SST., M.PH. selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan arahan dan saran dalam penyusunan skripsi ini. Bapak ibu dosen prodi D4 Kebidanan STIKES ICME Jombang beserta Stafnya, kedua orang tua saya, serta teman-teman sejawat D4 Kebidanan yang telah memberikan semangat dalam penyusunan skripsi ini.

Penulisan skripsi ini tentunya masih jauh dari kesempurnaan, masih banyak kesalahan serta kekurangan yang dimiliki peneliti. Untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran demi kesempurnaan skripsi ini, dan semoga skripsi dapat bermanfaat, amin.

Jombang, Juli 2017

Penulis

## ABSTRAK

### HUBUNGAN FREKUENSI *BABY SPA* DENGAN KUALITAS TIDUR BAYI USIA 3-12 BULAN (Di BPM Ny. Farochah Kalami, SST Desa Pulo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang)

Oleh:  
**Tri Mei Wulandari**  
**16.21.20039**

Tidur merupakan masalah yang sering dikeluhkan pada bayi yang berusia di bawah satu tahun. Tetapi masalah yang dialami adalah bayi yang sulit tidur di malam hari dan jika tidak ditangani dengan serius ada gangguan perilaku. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti dengan metode wawancara dengan 10 ibu yang memiliki bayi usia 3-12 bulan 7 ibu bayinya sering rewel, dan 3 orang tua mengatakan bayinya tidur lebih lelap karena sering dilakukan *baby spa*. Tujuan penelitian adalah Mengetahui Hubungan Frekuensi *Baby Spa* dengan kualitas tidur bayi usia 3-12 bulan.

Jenis penelitian ini adalah “*Cross Sectional*” dengan rancangan “*Analitik Correlational*”. Populasi penelitian ini adalah semua ibu yang memiliki bayi usia 3-12 bulan di BPM Ny. Farochah Kalami, SST Desa Pulo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang. Sampel penelitian sebagian ibu yang memiliki bayi usia 3-12 bulan, diambil secara “*Simple Random Sampling*”. Variabel *independent* adalah Frekuensi *Baby Spa* dan variabel *dependent* adalah Kualitas tidur bayi. Instrument penelitian menggunakan kuesioner. Pengolahan data menggunakan *Editing, Coding, Scoring, Tabulating* dan uji statistik *Chi-Square*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa frekuensi *baby spa* sebagian besar dilakukan secara rutin yaitu 24 responden (60,0%) kualitas tidur bayi menunjukkan bahwa sebagian besar mengalami nyenyak yaitu 23 responden (57,5%). Uji statistik Chi-Square menunjukkan bahwa nilai signifikan  $p\ value = 0,006 < \alpha (0,05)$ , sehingga  $H_1$  diterima.

Kesimpulan penelitian ini ada hubungan frekuensi *baby spa* dengan kualitas tidur bayi usia 3-12 bulan di BPM Ny. Farochah Kalami, SST Desa Pulo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang.

Kata kunci : Frekuensi *Baby Spa*, Kualitas Tidur Bayi.

## ABSTRACT

### **THE CORRELATION OF BABY SPA FREQUENCY WITH THE WUALITY OF BABY SLEEPING AGES 3-12 MONTHS**

**(In the self employment midwife of Mrs. Farochah Kalami, SST  
village of Pulo, Sub-district of Jombang, Jombang regency)**

by :

**Tri Mei Wulandari**

**16.21.20039**

*Sleeping is a problem which often be compaint on infants ages under one year. But the problem was experienced by infant who diffcult to sleep at night and it was not handled seriously there would be behavioral disorder. Based on the preliminary study which was conducted by researcher using the method of interview with 10 mothers who had infants ages 3-12 months, 7 mothers whose infants were fussy, and 3 parents said that their infants more comfortable because they were often conducted baby spa. The research purpose was to know the correllogati of Baby Spa frequency with the quality of baby sleeping ages 3-12 months.*

*The type of this research was "Cross Sectional" with design of "Analitical Correlational". The populations of this research were all mothers who had infant age 3-12 months in the self employment midwife of Mrs. Farochah Kalami, SST village of Pulo, sub-district of Jombang, regency of Jombang. The research samples were some mothers who had infants ages 3-12 months, it was taken by "Simple Random Sampling". The independent variable was the frequency of Baby Spa and the dependent variable was the quality of baby sleeping. The research instrument used questionnaire. Data processing used Editing, Coding, Scoring, Tabulating and statistical test of Chi-Square.*

*The research result showed that's the frequency of baby spa was mostly done routinly namely 24 respondents (60,0%), the quality of baby sleeping showed that's most of them experienced comfortable namely 23 respondents (57,5%). The statistical test of Chi-Square showed that's value of p value = 0,006 <  $\alpha$  (0,05), therefore  $H_1$  was accepted.*

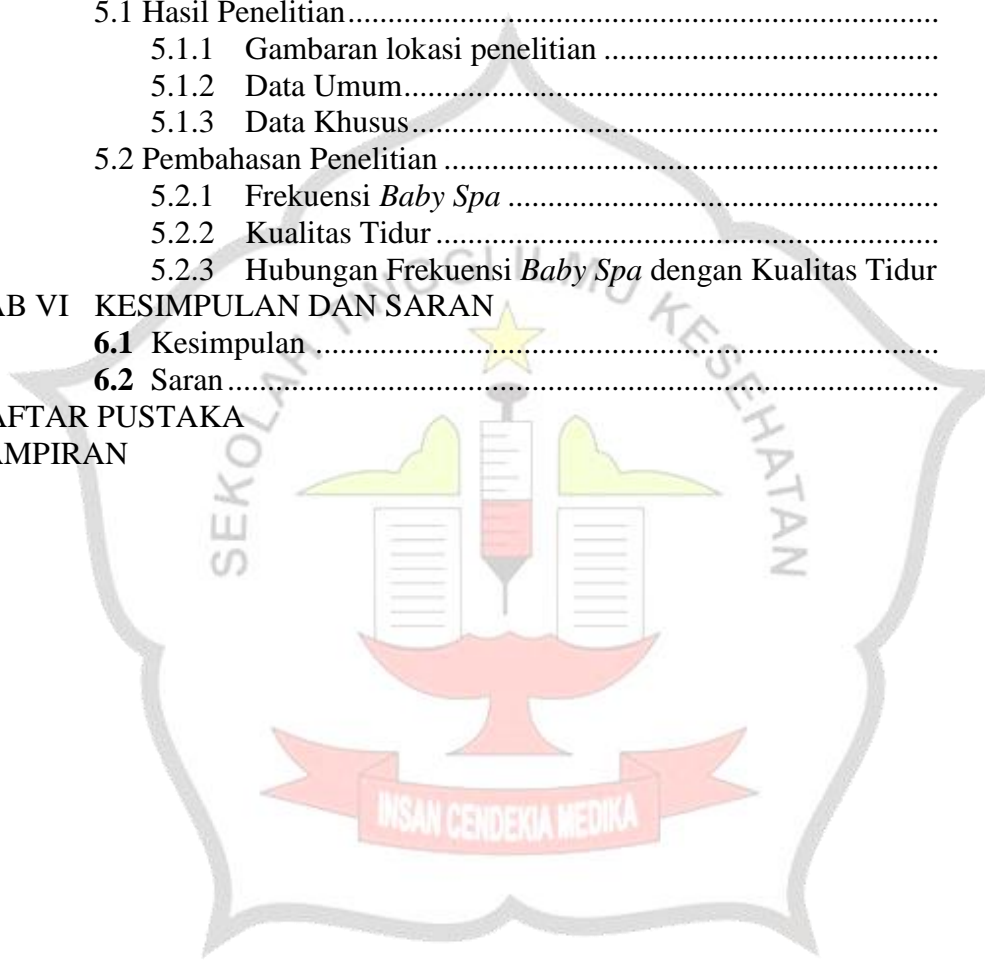
*The conclusion of this research, there was correlation of baby spa frequency qith the quality of baby sleeping ages 3-12 months in the self employment midwife of Mrs. Farochah Kalami, SST village of Pulo, sub-district of Jombang, Jombang regency.*

**Keywords : frequency of Baby Spa, quality of baby sleeping**

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN JUDUL DALAM.....	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN .....	iv
LEMBAR PENGESAHAN .....	v
DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....	vi
PERSEMBAHAN .....	vii
MOTTO .....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
ABSTRAK .....	x
ABSTRACT .....	xi
DAFTAR ISI .....	xii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
DAFTAR LAMBANG DAN SINGKATAN .....	xvi
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
<b>2.1 Konsep <i>Baby Spa</i></b> .....	7
2.1.1 Pengertian <i>Baby Spa</i> .....	7
2.1.2 Unsur Dasar Spa .....	8
2.1.3 Manfaat <i>Baby Spa</i> .....	8
2.1.4 Faktor yang mempengaruhi <i>Baby Spa</i> .....	10
2.1.5 Usia tepat <i>baby spa</i> .....	18
2.1.6 Persiapan <i>Baby Spa</i> .....	18
2.1.7 Pelaksanaan <i>Baby Spa</i> .....	19
2.1.8 Jenis <i>Baby Spa</i> .....	20
2.1.9 Hubungan Frekuensi .....	25
<b>2.2 Konsep Kualitas tidur bayi</b> .....	26
2.2.1 Pengertian kualitas tidur .....	26
2.2.2 Faktor – faktor yang mempengaruhi kualitas tidur .....	29
2.2.3 Siklus Tidur .....	30
2.2.4 Mengukur Kualitas Tidur Bayi .....	31
<b>2.3 Konsep Bayi</b> .....	32
2.3.1 Bayi .....	32
2.3.2 Karakteristik Perkembangan Pada Masa Bayi.....	32
2.3.3 Psikologi Pada Bayi.....	35
2.3.4 Masalah Tidur Pada Bayi.....	35
<b>2.4 Konsep Hubungan Frekuensi <i>Baby Spa</i> dengan Kualitas Tidur Bayi</b> .....	36
<b>BAB III KERANGKA KONSEPTUAL</b>	
3.1 Kerangka Konseptual .....	37

	3.2 Keterangan Kerangka Konsep.....	37
	3.3 Hipotesis.....	38
BAB IV	<b>METODE PENELITIAN</b>	
	4.1 Jenis Penelitian.....	39
	4.2 Waktu Dan Tempat Penelitian.....	40
	4.3 <i>Populasi, Sampel dan Sampling</i> .....	40
	4.4 Jalannya Penelitian (Kerangka Kerja).....	42
	4.5 Identifikasi Variabel.....	43
	4.6 Definisi Operasional Variabel.....	44
	4.7 Pengumpulan dan Analisa Data.....	45
BAB V	<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
	5.1 Hasil Penelitian.....	52
	5.1.1 Gambaran lokasi penelitian.....	52
	5.1.2 Data Umum.....	53
	5.1.3 Data Khusus.....	56
	5.2 Pembahasan Penelitian.....	58
	5.2.1 Frekuensi <i>Baby Spa</i> .....	58
	5.2.2 Kualitas Tidur.....	62
	5.2.3 Hubungan Frekuensi <i>Baby Spa</i> dengan Kualitas Tidur.....	64
BAB VI	<b>KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
	<b>6.1</b> Kesimpulan.....	66
	<b>6.2</b> Saran.....	66
	DAFTAR PUSTAKA	
	LAMPIRAN	



## DAFTAR TABEL

No. Tabel	Judul Tabel	Hal
Tabel 4.2	Definisi Operasional Hubungan <i>Baby Spa</i> dengan Kualitas Tidur Bayi di BPM Ny Faroahah Kalami S.ST Desa Pulo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang.....	36
Tabel 5.1	Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur bayi di BPM Ny Faroahah Kalami SST, Desa Pulo Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang Pada tanggal 18-23 Juni 2017.....	45
Tabel 5.2	Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin bayi di BPM Ny Faroahah Kalami SST, Desa Pulo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang pada tanggal 18-23 Juni 2017 .....	45
Tabel 5.3	Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur ibu di BPM Ny Faroahah Kalami SST, Desa Pulo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang Pada Tanggal 18-23 Juni 2017 .....	46
Tabel 5.4	Distribusi frekuensi responden berdasarkan paritas di BPM Ny Faroahah Kalami SST, Desa Pulo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang Pada Tanggal 18-23 Juni 2017 .....	46
Tabel 5.1	Distribusi frekuensi responden berdasarkan pendidikan pada ibu di BPM Ny Faroahah Kalami SST, Desa Pulo Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang Pada tanggal 18-23 Juni 2017 .....	47
Tabel 5.6	Distribusi frekuensi responden berdasarkan pekerjaan pada di BPM Ny Faroahah Kalami SST, Desa Pulo Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang Pada tanggal 18-23 Juni 2017.....	47
Tabel 5.7	Distribusi frekuensi responden berdasarkan penghasilan keluarga ibu di BPM Ny Faroahah Kalami SST, Desa Pulo Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang Pada tanggal 18-23 Juni 2017 .....	48
Tabel 5.8	Distribusi Frekuensi <i>Baby Spa</i> di BPM Ny Faroahah Kalami SST, Desa Pulo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang Pada Tanggal 18-23 Juni 2017 .....	48
Tabel 5.9	Distribusi Kualitas Tidur Bayi Di BPM Ny Faroahah Kalami SST, Desa Pulo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang Pada Tanggal 18-23 Juni 2017 .....	49
Tabel 5.10	Distribusi frekuensi <i>Baby Spa</i> dengan Kualitas Tidur Bayi Di BPM Ny Faroahah Kalami SST, Desa Pulo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang Pada Tanggal 18-23 Juni 2017....	49

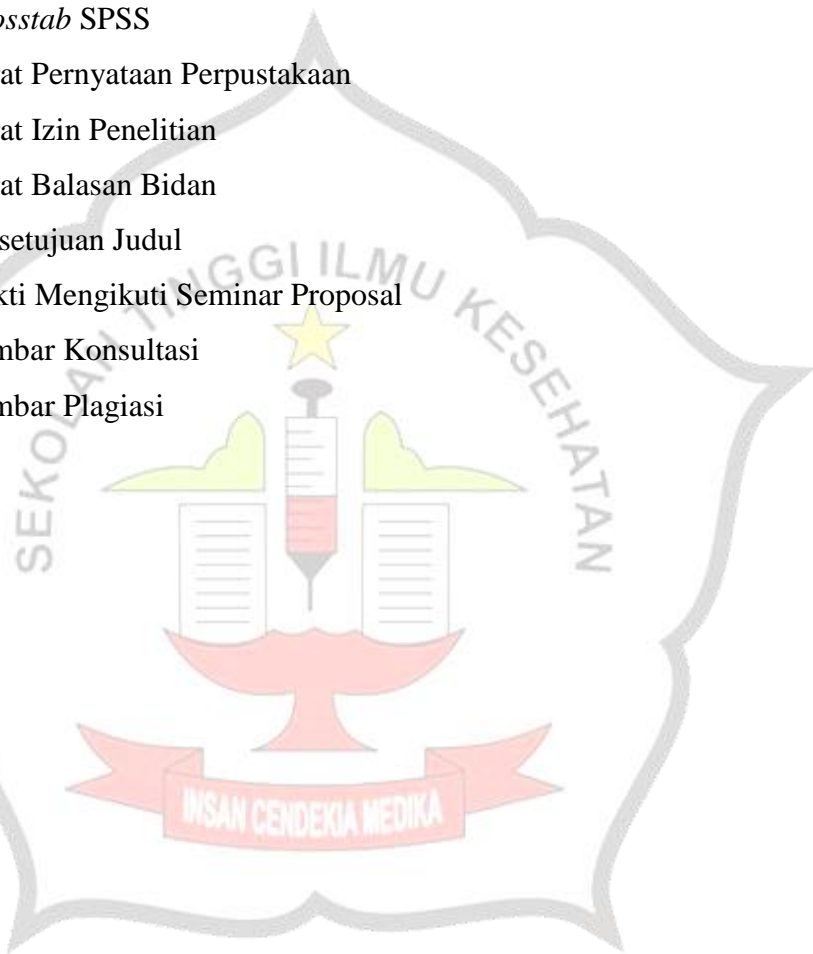
## DAFTAR GAMBAR

No. Gambar	Judul Gambar	Hal
3.1	Kerangka konsep Hubungan Frekuensi <i>Baby Spa</i> dengan Kualitas Tidur Bayi .....	29
3.2	Kerangka kerja penelitian Hubungan Frekuensi <i>Baby Spa</i> dengan Kualitas Tidur Bayi di BPM Ny.Farochah Kalami, SST Desa Pulo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang .....	35



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Penelitian
- Lampiran 2 Surat Permohonan Calon Responden
- Lampiran 3 Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 4 Kuesioner
- Lampiran 5 Tabulasi Data Umum dan Data Khusus
- Lampiran 6 Frekuensi SPSS
- Lampiran 7 *Crosstab* SPSS
- Lampiran 8 Surat Pernyataan Perpustakaan
- Lampiran 9 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 10 Surat Balasan Bidan
- Lampiran 11 Persetujuan Judul
- Lampiran 12 Bukti Mengikuti Seminar Proposal
- Lampiran 13 Lembar Konsultasi
- Lampiran 14 Lembar Plagiasi





## DAFTAR LAMBANG DAN SINGKATAN

### Daftar Lambang

<sup>0</sup>	: Derajat
%	: <i>Persentase</i>
.	: Titik
,	: Koma
/	: Garis Miring
-	: Sampai dengan
=	: Sama dengan
(	: Buka kurung
)	: Tutup kurung
±	: Lebih dari
<	: Kurang dari
>	: Lebih dari

### Daftar Singkatan

ASI	: Air Susu Ibu
Amd	: Ahli Madya
Balita	: Bawah Lima Tahun
Bln	: Bulan
BPM	: Bidan Praktek Mandiri
D4	: Diploma 4
ICME	: Insan Cendekia Medika
IDAI	: Ikatan Dokter Anak Indonesia
IRT	: Ibu Rumah Tangga
Jt	: Juta
Kab	: Kabupaten
Kec	: Kecamatan
MH	: Magister Hukum
MU	: <i>Midwife Update</i>
M. Kes	: Magister Managemen
M. PH	: <i>Magister Public Health</i>
Ns	: Ners
NREM	: <i>Non-Rapid Eyes Movement</i>



PNS : Pegawai Negeri Sipil

RAM : *Rapid Eye Movement Sleep*

R : Responden

SH : Sarjana Hukum

S.Kep : Sarjana Keperawatan

SST : Sarjana Sains Terapan

S.SiT : Sarjana Sains Ilmu Terapan

STIKes : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan

Tdk : Tidak

Th : Tahun

U : Usia

WHO : *World Health Organization*



# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.5 Latar Belakang

Tidur bagi bayi adalah suatu keharusan seiring dengan pertumbuhan tubuhnya. Tidur yang sangat nyenyak berperan penting dalam masa pertumbuhannya, pengeluaran hormon mencapai puncaknya pada saat tidur nyenyak. Tidur merupakan masalah yang sering kali dikeluhkan pada bayi yang berusia di bawah satu tahun. Tetapi masalah yang dialami lainnya adalah permasalahan bagi bayi yang sulit sekali untuk tidur di malam hari dan jika tidak ditangani dengan serius ada gangguan perilaku, tumbuh kembang serta gangguan otak (Ismael, 2010).

*Baby Spa* merupakan perawatan spa tubuh pada bayi yang dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu mandi berendam atau berenang dan pijet bayi. Menurut Udin (2014) dalam Firmaningtyas (2012) Spa bayi ini memiliki banyak manfaat bagi pertumbuhan bayi salah satu diantaranya adalah melancarkan peredaran darah, memberikan efek relaksasi, meningkatkan kualitas tidur, dengan spa bayi yang lebih lama dapat berpengaruh terhadap perkembangan otak bayi karena otak bayi akan berkembang selama masa tidurnya.

Berdasarkan data WHO (*World Health Organization*) tahun 2012 yang dicantumkan dalam jurnal *Pediatrics*, tercatat sekitar 33 % bayi mengalami masalah tidur. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Hiscock (2002) di Melbourne Australia didapatkan hasil 32% ibu melaporkan terdapat kejadian

berulang masalah tidur pada anak mereka. Dalam penelitian tersebut menggambarkan bahwa masih banyak kejadian masalah tidur yang dialami bayi dan kejadian tersebut bisa menetap ataupun terulang kembali. Di Indonesia cukup banyak bayi yang mengalami masalah tidur, yaitu sekitar 44,2% bayi mengalami gangguan tidur seperti sering terbangun di malam hari. Menurut Sekartini (2010), dengan jumlah responden 285 bayi, diperoleh data 51,3% bayi mengalami gangguan tidur, 42% bayi tidur malamnya kurang dari 9 jam, dan pada malam hari bayi terbangun lebih dari 3 kali dengan lama bangun lebih dari satu jam.

Penelitian yang dilakukan oleh AgusWidodo (2012) yang berjudul “Efektifitas *Baby Spa* dengan Lamanya Tidur Bayi Usia 3-4 bulan di Desa Gonilan tahun 2012” yang menyatakan bahwa *baby spa* sangat efektif bila dilakukan selama dua kali dalam 4 minggu. Hasil penelitian dengan uji *wilcoxon test* kelompok perlakuan didapatkan hasil  $p = 0,026$ , adanya kemaknaan *baby spa* terhadap lamanya tidur bayi usia 3-4 bulan. Kelompok kontrol  $p = 0,029$ , adanya kemaknaan *massage* bayi terhadap lamanya tidur bayi usia 3-4 bulan.

Studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 08 Maret 2017. Di klinik GRIYA BIDAN dan SPA Ny. Farochah Kalami S.ST Desa Pulo Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang, dari 10 ibu yang memiliki bayi usia 3-12 bulan 7 ibu bayinya sering rewel karena sering menangis pada malam hari dan sulit tidur, dan 3 orang tua mengatakan bayinya tidur lebih lelap terutama pada malam hari karena sering dilakukan *baby spa* misalnya bayinya sekarang lebih aktif untuk melakukan aktifitas dan bayinya lebih mudah untuk makan.

Berdasarkan data yang diambil dari BPM Ny. Farochah Kalami S.ST Desa Pulo Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang terdapat 44 jumlah keseluruhan *baby spa* mulai dari bulan Januari-Juni 2017.

Manfaat dari pijat adalah membantu merangsang dan menyeimbangkan hormon-hormon pada tubuhnya, yaitu hormon kortisol dan oksitosin. Saat memberikan pijatan pada tubuh bayi, hormon kortisol yang ada dalam tubuhnya berkurang. Hormon kortisol adalah hormon penyebab stres. Di sisi lain, pijatan pada bayi akan merangsang hormon oksitosin. Hormon ini biasanya menimbulkan rasa nyaman dan kasih sayang sehingga tercipta ikatan tali psikologis yang kuat antara bayi dengan ibunya. Menurut ikatan dokter anak indonesia (IDAI) mengungkapkan kurangnya waktu tidur pada anak dapat berdampak buruk bagi perkembangan fisik dan kognitif yang menjadi indikator perkembangan kesehatannya, terutama kemampuan berfikirnya ketika dewasa. Dampak jika bayi kualitas dan kuantitas tidurnya kurang pada balita untuk fisik adalah gangguan pertumbuhan badannya karena pengeluaran hormon selama tidur menjadi kacau, kerentanan fungsi imun atau daya tahan tubuh, iregulasi sistem endokrin, kegemukan dan mengantuk (Vani, 2009).

Mengingat akan pentingnya waktu tidur bagi perkembangan bayi, maka kebutuhan tidurnya harus benar-benar terpenuhi agar tidak berpengaruh buruk terhadap perkembangannya. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk memenuhi kebutuhan tidur bayi yaitu dengan *baby spa*. *Baby spa* merupakan rangkaian stimulasi tumbuh kembang anak dengan memadukan layanan pijat bayi (*baby massage*), senam bayi (*baby gym*), berenang (*baby hydro*), hingga perawatan kulit menggunakan coklat untuk anak (Firmaningtyas, 2012).

Selain memperhatikan kuantitas tidur bayi, kualitas juga perlu diperhatikan. Kualitas tidur dapat diperoleh dengan memperhatikan cara tidur, lingkungan tidur, kenyamanan dan pola tidur salah satu diantaranya memberikan tempat dan ruang tidur yang nyaman, usahakan agar ruang tidur bayi memiliki suhu yang nyaman, tidak terlalu panas, tidak terlalu dingin serta tidak berisik agar bayi mudah tidur saat bayi mengantuk. Baringkan bayi pada posisi telentang saat bayi sudah menunjukkan tanda-tanda mengantuk, sehingga bayi bisa langsung terlelap dan tidur dengan posisi yang baik. Pastikan kebutuhan bayi sudah cukup makan dan minum sebelum tidur agar bayi tidak mearasa lapar saat tidur. Periksa apakah bayi sudah buang air besar atau air kecil, lalu perhatikan pula baju dan popok yang dikenakan. Baju dan popok yang bersih dan nyaman membuatnya lebih rileks dan tidak terganggu saat tidur. Waktu tidur, biasakan bayi untuk tidur pada waktu yang tepat dengan memberi teladan pada mereka. Jangan biasakan tidur terlalu malam dan tidur dengan waktu yang teratur. Bayi akan perlahan-lahan mengikuti pola tidur orang tuanya yang tidak teratur dan itu yang menyebabkan bayi mudah lelah dan gampang emosi. Waktu yang tepat untuk memulai waktu tidur bayi adalah pada pukul 8 atau 9 malam.

Berdasarkan kronologis diatas maka hubungan frekuensi *baby spa* berpengaruh terhadap kualitas tidur bayi, sebagaimana dijelaskan *baby spa* akan menjadikan bayi lebih relaks, tidur lebih lelap, dan lebih lama maka perlu dilakukan pengkajian secara mendalam sejauh mana peran *baby spa* terhadap kualitas tidur bayi.

## 1.6 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat ditarik sebuah rumusan masalah yaitu adakah hubungan frekuensi *baby spa* dengan kualitas tidur bayi usia 3-12 bulan di BPM Ny. Farochah Kalami S.ST Desa Pulo Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang.

## 1.7 Tujuan Penelitian

### 1.7.1 Tujuan Umum

Mengetahui adanya hubungan frekuensi *baby spa* dengan kualitas tidur bayi usia 3-12 bulan.

### 1.7.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi frekuensi *baby spa* pada bayi usia 3-12 bulan di BPM Ny. Farochah Kalami S.ST Desa Pulo Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang.
2. Mengidentifikasi kualitas tidur pada bayi usia 3-12 bulan di BPM Ny. Farochah Kalami S.ST Desa Pulo Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang.
3. Menganalisis hubungan frekuensi *baby spa* pada bayi usia 3-12 bulan dengan kualitas tidur bayi di BPM Ny. Farochah Kalami S.ST Desa Pulo Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang.

## 1.8 Manfaat Penelitian

### 1.8.1 Manfaat Teoritis

Hasil laporan ini dapat menambah ilmu pengetahuan dan informasi yang berhubungan frekuensi *baby spa* dengan kualitas tidur bayi.

### 1.8.2 Manfaat Praktis

#### 1. Bagi Bidan

Diharapkan bidan dapat menambah keterampilan dalam praktek kebidanan, misalnya mengikuti pelatihan *baby spa*.

#### 2. Bagi Tenaga Kesehatan

Sebagai acuan tenaga kesehatan untuk menghadapi hubungan frekuensi *baby spa* dengan kualitas tidur bayi.

#### 3. Bagi Responden

Tambahan informasi kesehatan tentang hubungan frekuensi *baby spa* dengan kualitas tidur bayi.

#### 4. Bagi Lembaga Pendidikan Kesehatan

Menambah kepustakaan tentang hubungan frekuensi *baby spa* dengan kualitas tidur bayi.

#### 5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai referensi dan data awal untuk melakukan penelitian selanjutnya yang berjudul Hubungan Frekuensi *Baby Spa* Dengan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan.



## BAB 2

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.5 Konsep *Baby Spa*

##### 2.5.1 Pengertian *Baby Spa*

*Baby Spa* merupakan perawatan spa tubuh pada bayi yang dapat dilakukan dengan dua cara yaitu: Mandi berendam/berenang dan pijat.

*Spa* adalah upaya kesehatan tradisional yang menggunakan pendekatan holistik, melalui perawatan menyeluruh dengan menggunakan metode kombinasi ketrampilan hidroterapi, pijat (*Massage*) yang diselenggarakan secara terpadu untuk menyeimbangkan tubuh, pikiran dan perasaan. *Spa* merupakan dari bahasa Yunani yang merupakan suatu singkatan kata yang berasal dari kata *solus per aqua* yang artinya *solus* adalah pengobatan atau perawatan, *per* artinya dengan dan *aqua* artinya air. Jadi *spa* merupakan perawatan kesehatan dengan menggunakan air. *Spa* dalam pelayanan kesehatan adalah *treatment* yang mencakup promotif dan preventif. *Spa* bayi sebenarnya memiliki pengertian sama dengan *spa* dewasa hanya di peruntukkan untuk bayi dan lebih sederhana prosesnya. *Baby spa* merupakan rangkaian stimulasi tumbuh kembang anak dengan memadukan layanan pijat bayi (*baby massage*), senam bayi (*baby gym*), berenang (*baby hydro*), hingga perawatan kulit menggunakan coklat untuk anak (Firmaningtyas, 2012).

### 2.5.2 Unsur Dasar Spa

#### 1. Terapi Air (*Hidroterapi*)

Adalah penggunaan air atau dengan ramuan bahan alam (tumbuhan, mineral, minyak atsir, garam, susu, lumpur, lulur) untuk perawatan kesehatan tubuh dengan mengatur suhu, tekanan, arus, kelembahan serta kandungan air

#### 2. Pijat (*Massage*)

Adalah teknik perawatan tubuh dengan cara pemijatan yang menggunakan gerakan anggota tubuh (tangan, jari, siku, kaki) atau alat bantu lain pada jaringan lunak (kulit, otot, saraf) yang memberi efek stimulasi, rileksasi, melancarkan peredaran darah, peredaran limfe (getah bening)

### 2.5.3 Manfaat *Baby Spa*

*Baby Spa* bertujuan merangsang saraf sensoris dan motoris bayi lebih dini dengan stimulus-stimulus tertentu sehingga bayi dapat tumbuh aktif serta lebih optimal baik secara fisik maupun mentalnya. Bayi yang diberikan *baby spa* tentu akan berbeda tumbuh kembangnya dengan bayi yang tidak diberi *baby spa*. Adanya perkembangan ini sangat berkaitan dengan semakin bertambahnya keterampilan serta kecerdasan anak. Biasanya anak yang terlihat sehat maka perkembangannya pun juga demikian, karena perkembangan bayi merupakan kemampuan yang didapatkan dari kematangan suatu sistem syaraf pusat otak (Udin, 2014)

Menurut Udin (2014) dan Firmaningtyas (2012) Spa bayi ini memiliki banyak manfaat bagi pertumbuhan bayi diantaranya yang pertama adalah melancarkan peredaran darah. Apabila peredaran darah bayi lancar maka peredaran darah bayi si kecil akan lebih pesat pada usia pertumbuhannya. Hal ini akan sangat berpengaruh terhadap sistem metabolisme tubuh dan bisa meningkatkan daya tahan tubuh bayi agar tidak mudah terserang penyakit. Manfaat yang kedua adalah memberikan efek relaksasi, apabila bayi dalam keadaan rileks maka bayi bisa tumbuh dengan ceria dan membantu membentuk pribadi yang supel, ceria, dan mandiri. Manfaat yang ketiga adalah meningkatkan kualitas tidur, dengan spa bayi yang lebih lama dapat berpengaruh terhadap perkembangan otak bayi karena otak bayi akan berkembang selama masa tidurnya. Manfaat keempat adalah mengoptimalkan tumbuh kembang bayi, dengan spa motorik bayi dapat berkembang lebih pesat dibanding anak lain seusianya dan juga bisa membantu meningkatkan kecerdasan bayi. Dan yang terakhir adalah membantu memperbaiki sistem pencernaan bayi, bayi dapat lebih mudah makan. Dan juga menghindari pengalaman traumatis bayi terhadap air, pijatan lembut di bagian dada dapat membantu meningkatkan kapasitas jantung dan paru-paru pada bayi.

## 2.5.4 Faktor yang mempengaruhi *baby spa*:

### 1. Faktor Internal

#### a. Tingkat Pendidikan

Pendidikan asal kata didik atau mendidik adalah memelihara dan memberi latihan, ajaran, tuntunan, pimpinan mengenai akhlak dan kecerdasan pikiran, dan pendidikan.

Menurut Taufiq Effendi (2005: 72) pendidikan adalah “*segala usaha yang bertujuan mengembangkan sikap dan kepribadian, pengetahuan dan ketrampilan*” pendidikan sebagai tulang punggung kemajuan suatu Negara, menentukan tinggi rendahnya derajat dan kedudukan bangsa. Pendidikan yang efektif melahirkan anak-anak bangsa yang cerdas, bermoral dan memiliki etos kerja dan inovasi karya yang tinggi. Sekuruh Negara maju sungguh telah meletakkan kebijakan pendidikan pada posisi terdepan: mendukung mengawal dan terus memperbaiki system pendidikan bagi rakyatnya.

Kenyataan sekarang ini pendidikan di tanah air masih menghadapi tantangan dan permasalahan. Kebijakan pembijakan pembiayaan pendidikan yang masih jauh dari tuntutan Undang-Undang kemudian mengakibatkan kepada sederet permasalahan lain yang mengikutinya. Ketersediaan sarana dan prasarana sekolah/lembaga pendidikan yang tidk layak.

Pendidikan Nasional dibangun di atas landasan paradigma yang merujuk pada pemikiran, yang memandang bahwa

pendidikan berhubungan dengan masyarakat dalam konteks, perubahan sosial, tatanan ekonomi, politik dan Negara, oleh karena pendidikan itu terjadi di masyarakat, dengan sumber daya masyarakat, dan untuk masyarakat, maka pendidikan dituntut untuk mampu memperhitungkan dan melakukan antisipasi terhadap perkembangan sosial, ekonomi, politik dan kenegaraan.

Indikator-indikator tingkat pendidikan menurut UU SISDIKNAS No. 20 (2003), indikator tingkat pendidikan terdiri dari jenjang pendidikan dan kesesuaian jurusan. Jenjang pendidikan adalah tahapan pendidikan yang ditetapkan berdasarkan tingkat perkembangan peserta didik, tujuan yang akan dicapai, dan kemampuan yang dikembangkan terdiri dari:

1. Pendidikan Dasar: Jenjang pendidikan awal selama 9 tahun pertama masa sekolah anak-anak yang melandasi jenjang pendidikan menengah.
2. Pendidikan Menengah: Jenjang pendidikan lanjutan pendidikan dasar.
3. Pendidikan Tinggi: Jenjang pendidikan setelah pendidikan menengah yang mencakup program sarjana, magister, dokter dan spesialis yang diselenggarakan oleh perguruan tinggi.

## b. Faktor Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo 2007, pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini setelah orang melakukan penginderaan terhadap obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian dasar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Dalam wikipedia dijelaskan; pengetahuan adalah informasi atau maklumat yang diketahui atau disadari oleh seseorang.

Menurut pendekatan konstruktivistis, pengetahuan bukanlah fakta dari suatu kenyataan yang sedang dipelajari, melainkan sebagai konstruksi kognitif seseorang terhadap obyek, pengalaman, maupun lingkungannya. Pengetahuan bukanlah sesuatu yang sudah ada dan tersedia dan sementara orang lain tinggal menerimanya. Pengetahuan adalah sebagai suatu pembentukan yang terus menerus oleh seseorang yang setiap saat mengalami reorganisasi karena adanya pemahaman-pemahaman baru.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang diantaranya:

### 1. Pendidikan

Dengan pendidikan tinggi maka seseorang akan cenderung untuk mendapatkan informasi, baik dari orang lain maupun dari media massa. Semakin banyak informasi yang masuk

semakin banyak pula pengetahuan yang didapat tentang kesehatan. Pengetahuan sangat erat kaitannya dengan pendidikan dimana diharapkan seseorang dengan pendidikan tinggi, maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya.

## 2. Informasi/Media Massa

Informasi yang diperoleh baik dari pendidikan formal maupun non formal dapat memberikan pengaruh jangka pendek sehingga menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan

## 3. Sosbud dan Ekonomi

Kebiasaan dan tradisi yang dilakukan orang-orang tanpa melalui penalaran apakah yang dilakukan baik atau buruk. Dengan demikian seseorang akan bertambah pengetahuannya walaupun tidak melakukan

## 4. Lingkungan

Lingkungan adalah segala sesuatu yang ada di sekitar individu, baik lingkungan fisik, biologis, maupun sosial. Lingkungan berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan ke dalam individu yang berada dalam lingkungan tersebut.

## 5. Pengalaman

Suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh dalam memecahkan masalah yang dihadapi masa lalu.

## 6. Usia

Usia mempengaruhi terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik.

### c. Faktor Keyakinan

Keyakinan adalah suatu sikap yang ditunjukkan oleh manusia saat dia merasa cukup tahu dan menyimpulkan bahwa dirinya telah mencapai kebenaran. Karena keyakinan merupakan suatu sikap, maka keyakinan seseorang tidak selalu benar, keyakinan semata bukanlah jaminan kebenaran.

Keyakinan terbagi menjadi dua, yaitu:

1. Keyakinan Utama (Center) : Keyakinan yang sulit diubah
2. Keyakinan pinggiran (Perpheral) : Keyakinan yang mudah diubah

## 2. Faktor Eksternal

### a. Ketersediaan Sumber Daya Kesehatan

Sumber Daya Kesehatan merupakan tatanan yang menghimpun berbagai upaya perencanaan. Pendidikan dan pelatihan, serta pendayagunaan tenaga kesehatan secara terpadu



dan saling mendukung guna mencapai derajat kesehatan masyarakat setinggi-tingginya. Tenaga kesehatan adalah semua orang yang bekerja secara aktif dan profesional di bidang kesehatan, berpendidikan formak kesehatan atau tidak, yang untuk jenis tertentu memerlukan upaya kesehatan.

Ada dua bentuk dan cara penyelenggaraan sumber daya kesehatan, yaitu:

1. Tenaga Kesehatan, yaitu semua orang yang bekerja secara aktif dan profesional di bidang kesehatan berpendidikan formal kesehatan atau tidak, untuk jenis tertentu memerlukan upaya kesehatan.
2. Sumber Daya Kesehatan yaitu tatanan yang menghimpun berbagai uapaya perencanaan, pendidikan dan pelatihan serta pendayagunaan tenaga kesehatan secara terpadu dan saling mendukung guna mencapai derajat kesehatan masyarakat settinggi-tingginya.

b. Sikap Tenaga Kesehatan

Konsep tentang sikap telah berkembang dan melahirkan berbagai macam pengertian diantara ahli psikologi (Widiyanta, 2002). Sikap menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, diartikan sebagai kesiapan untuk bertindak. Sedangkan menurut Oxford Advanced Learner Disctionary (dalam Ramdhani, 2008), sikap merupakan cara menempatkan atau membawa diri, merasakan, jalan pikiran, dan perilaku.

Menggolongkan definisi sikap ke dalam tiga kerangka pemikiran. Pertama, sikap merupakan suatu bentuk reaksi atau evaluasi perasaan. Kedua, sikap merupakan kesiapan bereaksi terhadap objek tertentu. Ketiga, sikap merupakan konsentelasi komponen kognitif, afektif, dan koantif yang saling berinteraksi satu sama lain.

Menurut Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 32 Tahun 1996 tentang Tenaga Kesehatan, definisi tenaga kesehatan adalah setiap orang yang mengabdikan diri dalam bidang kesehatan serta memiliki pengetahuan dan keterampilan melalui pendidikan di bidang kesehatan yang untuk jenis tertentu memerlukan kewenangan untuk melakukan upaya kesehatan.

Tenaga Kesehatan dibagi menjadi 7 jenis yakni tenaga medis meliputi dokter dan dokter gigi; Tenaga Keperawatan meliputi perawat dan bidan; tenaga kefarmasian meliputi apoteker dan analis farmasi; tenaga kesehatan masyarakat meliputi epidemiolog kesehatan, entomolog kesehatan, mikrobiolog kesehatan, penyuluh kesehatan, administrator kesehatan dan sanitarian; tenaga gizi meliputi nutrisisionis dan dietisien; tenaga keterampilan fisik meliputi fisioterapis, okupasiterapis dan terapis wicara; dan tenaga keteknisian medis meliputi radiographer, radioterapis, teknisi gigi, analis kesehatan, dll.

### c. Sikap Keluarga

Sikap adalah keadaan mental dan syaraf dari kesiapan yang di atur melalui pengalaman yang memberikan pengaruh dinamik atau terarah, respon individu pada semua objek dan situasi yang berkaitan dengannya. Sikap itu dinamis dan tidak statis

Faktor yang mempengaruhi sikap:

1. Kepribadian
2. Intelegensia
3. Bakat
4. Minat
5. Perasaan
6. Kebutuhan dan Motivasi Sosial

Keluarga merupakan bagian dari masyarakat yang setia hari selalu berhubungan dengan kita. Keluarga dapat didefinisikan berbeda-beda tergantung pada orientasi yang digunakan dan orang yang mendefinisikannya.

Adapun tipe dan bentuk keluarga terdiri dari:

1. Keluarga Inti
2. Keluarga Besar
3. Keluarga Berantai
4. Keluarga Duda atau Janda
5. Keluarga Berkomposisi
6. Keluarga Kabitas

### 2.5.5 Usia tepat *baby spa*

Bayi usia 3-6 bulan adalah saat yang tepat bagi bayi untuk memulai melakukan *baby spa*, karena bayi sudah bisa mengangkat kepala dengan tegak. Bayi juga memiliki sepasang refleks yang dapat membuat mereka berenang dengan baik yaitu reflek menyelam (*dive reflek*) dan reflek berenang (*swim reflek*). Refleks menyelam menyebabkan bayi dapat menahan nafas mereka dan membuka mata mereka ketiak terendam. Reflek renang bayi ada sampai bayi berumur sekitar enam bulan, bayi yang ditempatkan di air akan menggerakkan lengan dan kaki dalam gerakan renang. Ketika reflek berenang dan reflek menyelam keduanya terlibat, bayi bisa terlihat seperti perenang yang alami, *baby spa* bisa dilakukan minimal dua kali dalam satu bulan selama 15 menit pada masing-masing terapi

Ada beberapa hal yang perlu diperhatikan atau yang tidak diperbolehkan untuk melakukan *baby spa* yaitu: Pada saat bayi lapar, saat bayi sakit, saat bayi baru selesai makan atau minum susu, saat bayi sudah mengantuk. Selain itu tidak boleh memaksa bayi apabila bayi tidak mau diberikan terapi *baby spa* (Maharani, 2009).

### 2.5.6 Persiapan *Baby Spa*

Yang harus dipersiapkan terapis untuk *baby spa* adalah:

1. Bak Mandi

Ukuran bak mandi tidak terlalu sempit sehingga anak dapat leluasa menggerakkan tangan dan kakinya.

2. Pelampung Leher (*Neck Ring*)

*Neck Ring* yang dipergunakan adalah neck ring yang berkualitas yaitu aman dan nyaman digunakan

3. Popok

Gunakan popok dengan perlindungan ganda yang dapat digunakan di dalam air

4. Handuk

5. *Baby Oil*

6. Mainan anak untuk di kolam

Mainan anak yang digunakan adalah mainan mengapung di air dan tentu saja aman untuk anak

#### 2.5.7 Pelaksanaan *Baby Spa*

1. Pemanasan

Sebelum memulai aktifitas berenang, bayi sebelumnya harus melakukan pemanasan sebentar seperti menekuk kaki, tangan, didampingi oleh terapis. Pemanasan penting karena bertujuan untuk menyiapkan otot dan sendi tubuh. Dengan pemanasan suhu tubuh akan meningkat kurang lebih satu derajat celcius. Kenaikan suhu ini akan diikuti dengan meningkatnya denyut jantung yang akan menyebabkan aliran darah ke seluruh tubuh menjadi lebih cepat sehingga pasokan oksigen ke dalam otot menjadi lebih banyak. Setelah pemanasan ini, diharapkan bayi akan mampu menggerakkan anggota tubuh dengan cepat, kuat, sudut gerak yang luas, dan rasa nyaman.

2. Siapkan air hangat dalam kolam dengan suhu sekitar 33<sup>0</sup> C.
3. Masukkan bayi yang telah dibuka bajunya dan telah menggunakan popok serta *neck ring* ke dalam bak mandi
4. Biarkan bayi berenang di dalam bak mandi selama 10-15 menit
5. Angkat bayi dari bak mandi, keringkan dengan handuk
6. Berikan *massage* pada tubuh setelah diberikan *baby oil* terlebih dahulu. Saat posisi terlentang *massage* dimulai dari kaki, perut, dada, tangan dan wajah. Saat tengkurap berikan *massage* pada punggung janin
7. Spa bayi selesai bayi dapat diberi minum dan berganti pakaian

#### 2.5.8 Jenis *Baby Spa*

##### 1. *Baby Massage* (Pijat Bayi)

Pijat atau *massage* adalah terapi sentuhan tertua dan terpopuler yang dikenal manusia, yang juga merupakan seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang dipraktikkan sejak berabad-abad silam.

Sentuhan adalah indra pertama di mana bayi dapat memberikan reaksi. Sentuhan juga merupakan cara menyampaikan rasa kasih sayang kepadanya. Mulailah pemijatan sedini mungkin. Makin cepat mendapat kontak fisik dengan anak, makin cepat juga keraguan lenyap.

Pemijatan sangat baik untuk memperlancar peredaran darah, meningkatkan rasa percaya diri orang tua, mengurangi depresi dan

ketegangan, menstimulasikan pertumbuhan, dan yang terpenting mempererat ikatan kasih sayang antara orang tua dan buah hatinya.

Lapisan tubuh manusia yang paling peka adalah kulit. Selain berfungsi sebagai pelindung tubuh, kulit juga berfungsi sebagai pelindung tubuh, kulit juga berfungsi sebagai indra perasa selain lidah. Kulit manusia dapat merasakan tekanan tekanan suhu udara dan sentuhan-sentuhan yang mengenainya secara langsung. Karena itu, sensasi sentuhan/raba adalah indera yang aktif berfungsi sejak dini, karena bayi telah merasakannya sejak masa janin, yaitu ketika dikelilingi dan dibelai oleh cairan hangat ketuban. Sentuhan juga akan merangsang peredaran darah dan akan menambah energi karena gelombang oksigen yang segar akan lebih banyak dikirim ke otak dan ke seluruh tubuh. Berbeda dengan tehnik pijatan yang lain, pijatan pada bayi ini tidak sekedar memberi efek rileks dan membantu memperlancar peredaran darah pada si kecil, tapi juga menjadi salah satu cara untuk memberi stimulus pada perkembangan seluruh indra bayi, meningkatkan berat badan, dan meningkatkan pertumbuhan

Secara tidak sadar, kita telah melakukan pijatan pada bayi seusai memandikan, yakni ketika mengolesi tubuh si bayi dengan minyak telon. Sentuhan-sentuhan itu merupakan hal yang disukai karena memberikan rasa nyaman bagi bayi. Keuntungan dari pijat bayi, selain memberi rasa nyaman pada bayi, sentuhan yang diberikan pada bayi juga merupakan satu ungkapan rasa kasih

sayang yang manusiawi. Setiap bayi pasti akan menikmati sebuah pijatan yang lembut.

## 2. *Baby Gym* (Senam Bayi)

Senam merupakan salah satu olahraga yang bisa dilakukan sejak usia dini. Senam tidak hanya berguna menguatkan otot-otot dan melancarkan peredaran darah, tetapi juga dapat meningkatkan perkembangan motorik dan koordinasi serta keseimbangan tubuh. *Baby gym* atau senam bayi adalah gabungan gerakan anggota tubuh yang dikombinasikan ke dalam permainan yang merupakan stimulasi untuk mengoptimalkan kemampuan motorik anak (Pratyahara, 2012).

*Baby gym* atau senam bayi merupakan permainan gerakan pada bayi untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan bayi serta kemampuan gerak bayi yang mempunyai manfaat untuk mempertahankan kebugaran tubuh bayi. Senam bayi ini di berikan pada bayi di atas tiga bulan atau pada saat bayi sudah bisa mengangkat kepala dengan kuat, kegiatan senam ini sangatlah diperlukan bayi karena pada saat usia tiga bulan ke atas bayi mulai menggunakan tangan dan kaki yang kuat untuk menopang tubuhnya pada saat merangkak (Udin, 2014).

Tujuan senam bayi adalah merangsang tumbuh kembang anak dan kemampuan bayi secara optimal. Senam bayi juga mempunyai banyak manfaat, meliputi: Melatih otot dan persendian, memperlancar peredaran darah, menjaga kinerja jantung, melatih



kewaspadaan terhadap situasi dan posisi, menjaga keseimbangan tubuh agar tidak gampang terjatuh, mempererat hubungan ibu dan anak, meningkatkan perkembangan motorik, meningkatkan fleksibilitas atau daya tahan kelenturan tubuh, meningkatkan kemampuan dan keterampilan fungsi tubuh, memudahkan orang tua mendeteksi secara dini adanya gangguan atau hambatan pertumbuhan dan perkembangan (Maharani, 2009).

Menurut Pratyahara (2012), bayi yang diberikan terapi *baby gym* dapat melatih otot-otot untuk memperlancar peredaran darah, sehingga bayi merasa nyaman dan rileks yang dapat merangsang hormon pertumbuhan, dan berat badan bayi dapat meningkat.

### 3. *Baby Swim* (Renang Bayi)

Menurut Firmaningtyas (2012) *baby swim* adalah perawatan bayi dengan cara berenang di kolam air hangat dengan suhu 38 sampai 40 derajat atau tergantung dari suhu tubuh si bayi dengan menggunakan pelampung. Fungsi *baby swim* adalah merendam bayi yang tujuannya untuk melatih fungsi tubuh, merangsang aktifitas bayi dengan cara bayi menggerakkan tangan dan kaki dan melatih otot –otot secara aman dan berguna melatih system motorik bayi dilakukan selama kurang lebih 15 menit. *Baby swim* bisa dilakukan pada bayi usia dua bulan sampai satu tahun. Tujuan utama *baby swim* adalah untuk merangsang aktifitas bayi, sedangkan manfaatnya adalah meningkatkan IQ, menyehatkan badan dan merangsang gerakan motorik, mengasah kemandirian,

keberanian dan percayadiri, menghilangkan rasa takut pada air, meningkatkan kemampuan sosial dan sarana bermain.

Menurut Widodo dan Afrina (2013), bayi yang diberikan terapi *baby swim* dapat memberikan rasa tenang, nyaman, dan segar. Hantaman air yang ditimbulkan dari air yang bergolak dapat memberi sensasi dan pijatan yang menghilangkan lelah, melancarkan peredaran darah dan menciptakan relaksasi, sehingga tidur bayi akan semakin lelap (meningkatkan jumlah jam tidur siang dan malam), karena pada saat bayi tidur terjadi peningkatan pengeluaran hormon pertumbuhan yang dapat menambah berat badan bayi. Bayi berenang atau berendam dalam air hangat selama 15 menit sangat efektif untuk menghilangkan kelehan dan kejenuhan pada bayi, karena mandi berendam merupakan pilihan terbaik untuk menghilangkan kelelahan dan berenang akan merangsang gerakan motorik pada bayi, saat berendam di air hangat otot-otot bayi akan berkembang dengan sangat baik, persendian tubuh akan bekerja secara optimal, pertumbuhan badan meningkat dan tubuh pun menjadi lentur, gerakan di dalam air yang dilakukan semua anggota tubuh bayi akan terlatih, karena seluruh anggota tubuh digerakkan mulai dari kaki, tangan, hingga kepala walaupun gerakannya belum sempurna.

*Baby Spa* termasuk dalam kategori rutin bila dilakukan setiap dua kali seminggu dan *baby spa* termasuk dalam kategori tidak rutin bila dilakukan kurang dari dua kali seminggu. Dilakukan tidak

rutin melakukan *baby spa* sebesar 55,9%, sedangkan yang rutin melakukan *baby spa* yaitu sebesar 44,1% (Dewi, Trisnasari, 2015)

Menurut Riksani (2014), *baby spa* dikatakan teratur dan baik jika dilakukan setiap dua kali seminggu, tetapi kondisi bayi juga berpengaruh terhadap frekuensi untuk melakukan *baby spa*. Ketika bayi sehat, *baby spa* akan membuat bayi semakin lebih tenang dan nyaman ketika *baby spa* dilakukan. Namun sebaliknya, saat bayi sedang sakit atau kurang sehat tentunya tidak dapat dilakukan *baby spa*, karena hal tersebut akan memperburuk kondisi bayi.

#### 2.5.9 Hubungan Frekuensi

Frekuensi adalah sejumlah pengulangan kejadian tertentu yang berulang secara teratur dan berkelanjutan (Endarmoko, 2007). *Baby Spa* baik dilakukan setiap dua kali seminggu, *baby spa* baik dilakukan secara teratur (Riksani, 2014). Kategori rutin melakukan kunjungan *baby spa* dua kali dalam seminggu selama 1 bulan, kunjungan *baby spa* dapat rutin jika orang tua mempunyai waktu luang untuk melakukan kunjungan *baby spa*. Selain itu, hal yang mempengaruhi tidak dilakukan *baby spa* adalah kondisi bayi, karena saat bayi sedang sakit atau kurang sehat tentunya tidak dapat melakukan *baby spa*. Hal ini akan memperburuk kondisi bayi apabila dipaksakan melakukan *baby spa*. Kondisi bayi yang sehat pastinya akan membuat bayi semakin lebih tenang dan nyaman ketika melakukan *baby spa*. (Riksani, 2014 dalam Qoriesa 2014).

Kategori tidak rutin adalah dapat dipengaruhi oleh faktor dari luar yang dapat mempengaruhi minat ibu untuk tidak rutin membawa bayinya melakukan *baby spa*. Faktor dari luar ini berasal dari orang-orang terdekat seperti ayahnya untuk mendukung dan mendorong ibu melakukan *baby spa* demi perkembangan bayi mereka. Lingkungan sekitar juga dapat mempengaruhi minat ibu untuk melakukan *baby spa*, lingkungan yang peduli akan kesehatan pasti akan mengupayakan kesehatan. Akan tetapi sebaliknya lingkungan yang kurang peduli akan kesehatan anaknya dapat mempengaruhi tumbuh kembang anak menjadi tidak optimal (Hardiono, 2007 dalam Kurniawan, A, 2013)

## **2.6 Konsep kualitas tidur bayi**

### **2.6.1 Pengertian kualitas tidur**

Kualitas tidur adalah Mutu atau keadaan fisiologis tertentu yang didapatkan selama seseorang tidur, yang memulihkan proses-proses tubuh yang terjadi pada waktu orang itu bangun. Jika kualitas tidurnya bagus artinya fisiologi/faal tubuh dalam hal ini sel otak misalnya pulih kembali seperti semula saat bangun tidur (Candra, 2005).

Kualitas tidur bayi tidak hanya berpengaruh pada perkembangan fisik, tapi juga sikapnya keesokan hari. Bayi yang tidur cukup tanpa sering terbangun akan lebih bugar dan tidak gampang rewel. Bayi dikatakan mengalami gangguan tidur jika pada malam hari tidurnya kurang dari 9 jam, terbangun lebih dari 3 kali dan lama terbangunnya lebih dari 1 jam. Selama tidur bayi terlihat selalu rewel, menangis dan sulit tidur kembali (Wahyuni, 2008)

Para peneliti di *Carneigie Mellon University of Pennsylvania* menemukan bahwa kuantitas serta kualitas tidur sesungguhnya mempengaruhi bagaimana orang bisa menjadi sakit. Ciri-ciri bayi cukup tidur, yaitu, bayi akan dapat jatuh tertidur dengan mudah di malam hari, bugar saat bangun tidur, tidak rewel, dan tidak memerlukan tidur siang yang melebihi kebutuhan sesuai dengan perkembangannya.

Tidur yang tidak adekuat dan kualitas yang buruk dapat mengakibatkan gangguan keseimbangan fisiologi dan psikologi. Dampak fisiologi meliputi penurunan aktifitas sehari-hari, rasa capai, lemah, koordinasi neuromuskular buruk, proses penyembuhan lambat dan daya tahan tubuh menurun. Sedangkan dampak psikologinya meliputi emosi lebih labil, cemas, tidak konsentrasi, kemampuan kognitif dan menggabungkan pengalamannya lebih rendah. Namun, kelebihan waktu tidur (terutama tidur tenang) menyebabkan terjadi penyimpanan energi berlebihan. Anakpun kurang aktif bermain, sehingga kurang berinteraksi menyebabkan perkembangan emosi dan kognitifnya kurang optimal (Soedjatmiko, 2006)

Kualitas dan kuantitas tidur bayi berpengaruh tidak hanya perkembangan fisik, juga terhadap perkembangan emosionalnya. Bayi yang tidur cukup tanpa terbangun lebih bugar dan tidak gampang rewel keesokan harinya (Sekartini, 2012)

Pemenuhan kebutuhan tidur seseorang dapat dilihat dari kuantitas dan kualitas tidurnya. Kuantitas dan kualitas tidur beragam diantara orang-orang dari semua kelompok usia. Kuantitas tidur adalah

waktu atau jumlah tidur seseorang yang biasanya dihitung dengan jumlah waktu (jam). Sedangkan kualitas adalah kepuasan seseorang terhadap tidur, sehingga seseorang tersebut tidak memperlihatkan perasaan lelah, mudah terangsang dan gelisah, lesu dan apatis, kehitaman disekitar mata, kelopak mata bengkak, konjungtiva merah, mata perih, perhatian pecah, sakit kepala dan sering menguap atau mengantuk (Hidayat, 2006)

Bayi baru lahir mulai untuk menjalani kehidupan dengan jadwal tidur dan aktifitas yang sistematis, dua sampai dengan 3 hari pasca lahir merupakan hal yang normal bagi bayi untuk tidur terus menerus, yang merupakan fase pemulihan setelah kelelahan dalam menjalani proses kelahiran. Siklus tidur pada bayi sangat bervariasi, tetapi berkisar 16-18 jam per hari (Maryunani, 2010)

Pola tidur sangat bervariasi pada masa ini. Umumnya bayi yang aktif tidur lebih sedikit dari pada bayi yang tenang. Umumnya pada usia 3-4 bulan bayi sudah mengembangkan pola tidur pada malam hari sekurang-kurangnya 9-11 jam. Total secara keseluruhan tidur bayi adalah lebih dari 15 jam. Jumlah tidur siang pada bayi sangat bervariasi, umumnya bayi menjalani 2-3 kali tidur siang. Bayi yang menyusu dengan ASI umumnya tidur lebih panjang serta frekuensi bangun yang sering bila dibandingkan dengan bayi yang menyusu dengan botol (Maryunani, 2010)

### 2.6.2 Faktor – faktor yang mempengaruhi kualitas tidur

Pemenuhan kebutuhan tidur bagi setiap orang berbeda – beda , ada yang yang dapat terpenuhi dengan baik bahkan sebaliknya. Seseorang bisa tidur ataupun tidak dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu diantaranya sebagai berikut, (Asmadi, 2009).

#### 1. Status kesehatan

Seseorang yang kondisi tubuhnya sehat memungkinkan ia dapat tidur dengan nyenyak, sedangkan untuk seseorang yang kondisinya kurang sehat (sakit) dan rasa nyeri , maka kebutuhan tidurnya akan tidak nyenyak (Asmadi, 2009).

#### 2. Lingkungan

Lingkungan dapat meningkatkan atau menghalangi seseorang untuk tidur. Pada lingkungan bersih, bersuhu dingin, suasana yang tidak gaduh (tenang), dan penerangan yang tidak terlalu terang akan membuat seseorang tersebut tertidur dengan nyenyak, begitupun sebaliknya jika lingkungan kotor, bersuhu panas, suasana yang ramai dan penerangan yang sangat terang, dapat mempengaruhi kualitas tidurnya (Asmadi, 2009).

#### 3. Stres psikologis

Cemas dan depresi akan menyebabkan gangguan pada frekwensi tidur. Hal ini disebabkan karena kondisi cemas akan meningkatkan norepineprin darah melalui sistem saraf simpatis. Zat ini akan mengurangi tahap IV NREM dan REM (Asmadi, 2009).

#### 4. Diet

Makanan yang banyak mengandung L – Triptofan seperti keju, susu, daging, dan ikan tuna dapat menyebabkan seseorang mudah tidur. Sebaliknya minuman yang mengandung kafein maupun alkohol akan mengganggu tidur (Asmadi, 2009).

#### 5. Gaya hidup

Kelelahan yang dirasakan seseorang dapat pula memengaruhi kualitas tidur seseorang. Kelelahan tingkat menengah orang dapat tidur dengan nyenyak. Sedangkan pada kelelahan yang berlebihan akan menyebabkan periode tidur REM lebih pendek (Asmadi, 2009).

#### 6. Obat – obatan

Obat – obatan yang dikonsumsi seseorang ada yang berefek menyebabkan tidur, adapula yang sebaliknya mengganggu tidur (Asmadi, 2009)

### 2.6.3 Siklus Tidur

Menurut Maryunani (2008), Tidur di bagi menjadi 2 siklus yaitu:

#### 1. Tidur REM (Tidur Aktif)

Karakteristik:

- a. Ekspirasi dan nadi yang tidak teratur
- b. Pergerakan tubuh
- c. Pergerakan mata yang cepat dan singkat

Tidur REM ditandai oleh adanya aktifitas. Banyak oksigen digunakan, supaya darah ke otak meningkat, temperatur meningkat,



gelombang otak menunjukkan peningkatan aktifitas. Sensori menstransmisikan impuls sama seperti saat tidak tidur. Stimulasi visual, auditori, vestibular bergabung dengan otak membentuk mimpi (Maryuni, 2010)

## 2. Tidur Non-REM (Tidak Tenang)

Karakteristik

- a. Selama tidur Non-REM, denyut jantung dan pola nafas teratur. Saat siklus ini terjadi restorasi fungsi tidur.

Terdapat 4 tahap tidur Non-REM yaitu:

1. Tahap I :Mengantuk, terjadi penurunan kesadaran terhadap dunia luar
2. Tahap II: Mudah di bangunkan
3. Tahap III: Tidur terjadi lebih dalam,nafas dan denyut jantung sangat stabil, otot relaksasi, gelombang otak sangat lambat
4. Tahap IV: Tidur yang paling dalam, sangat sulit di bangunkan, kecuali dengan stimulasi yang kuat, anak dapat berpindah dari satu tempat ke tempat lain tanpa terbangun.

### 2.6.4 Mengukur Kualitas Tidur Bayi

Untuk mengukur kualitas tidur bayi digunakan skala guttman untuk pernyataan positif bila di jawab ya nilainya 1 dan untuk tidak nilainya 0, sedangkan untuk pernyataan negatif bila di jawab ya nilainya 0 dan tidak jawabnya 1.

## 2.7 Konsep Bayi

### 2.7.1 Bayi

Masa bayi berlangsung selama dua tahun pertama kehidupan pertama kehidupan setelah periode baru lahir selama dua minggu. Masa bayi sering dianggap sebagai keadaan tidak berdaya dimana bayi setiap hari belajar untuk semakin mandiri, sehingga di akhir masa bayi dikenal sebagai anak kecil yang baru belajar berjalan (Jhaquin, 2010).

Masa bayi adalah dasar periode kehidupan yang sesungguhnya karena pada saat ini banyak pola perilaku, sikap, dan pola ekspresi emosi terbentuk (Mansur, 2011).

Menurut Soetjiningsih (2004), bayi adalah usia 0 bulan hingga 1 tahun. Dengan pembagian sebagai berikut:

1. Masa Neonatal, yaitu usia 0-28 hari
2. Masa neonatal dini, yaitu usia 0-7 hari
3. Masa neonatal lanjut, yaitu usia 8-28 hari
4. Masa pasca neonatal, yaitu usia 29 hari-1 tahun

Bayi merupakan manusia yang baru lahir sampai umur 1 tahun

### 2.7.2 Karakteristik Perkembangan Pada Masa Bayi

#### 1. Perkembangan Fisik

Selama dua tahun pertama kehidupannya, perkembangan fisik bayi berlangsung sangat ekstensif. Pada saat lahir, bayi memiliki kepala yang sangat besar dibandingkan dengan bagian tubuh lain. Tubuhnya bergerak terus-menerus ke kiri dan ke kanan, sering kali tidak dapat dikendalikan. Mereka juga memiliki refleks yang di dominasi oleh

gerakan-gerakan yang terus berkembang. Dalam rentang waktu 12 bulan bayi dapat duduk, berdiri, membungkuk, memanjat, dan bahkan berjalan. Kemudian selama dua tahun, pertumbuhan fisiknya melambat, tetapi pada aktivitasnya seperti berlari dan memanjat pertumbuhannya justru berlangsung cepat (Mansur, 2011).

## 2. Perkembangan Refleks

Pada masa bayi terlihat gerakan-gerakan spontan, yang disebut refleks. Refleks adalah gerakan-gerakan bayi yang bersifat otomatis dan tidak terkoordinasi sebagai reaksi terhadap rangsangan tertentu serta memberi bayi respons penyesuaian diri terhadap lingkungannya. Sepanjang bulan pertama kehidupannya, kebanyakan refleks disengaja atau penuh arti. Pada saat anak menguasai kemampuan tersebut, maka ia disebut sudah memiliki skill atau keterampilan.

## 3. Pola Tidur dan Bangun

Bayi yang baru lahir menghabiskan lebih banyak waktunya untuk tidur. Rata-rata bayi baru lahir tidur selama 16-17 jam sehari, walaupun ada beberapa bayi yang rata-rata tidurnya lebih sedikit, yaitu sekitar 10 hingga 11 jam per hari dan ada pula yang lebih lama, yaitu selama 21 jam per hari. Biasanya jumlah tidur bayi akan berkurang secara teratur setiap bulan.

## 4. Pola Makan dan Minum

Perkembangan fisik bayi bergantung pada makanan yang baik selama 2 tahun pertama. Bayi membutuhkan makanan yang mengandung

sejumlah protein, kalori, vitamin dan mineral. Bagi bayi usia 6 bulan pertama, ASI merupakan sumber makanan dan energi yang utama, karena ASI adalah susu yang bersih dan dapat dicerna serta mengandung zat antibodi.

#### 5. Pola Buang Air

Buang air yang terkendali atau terlatih merupakan suatu bentuk keterampilan fisik dan motorik yang harus dicapai oleh bayi. Kemampuan untuk mengendalikan buang air ini sangat bergantung pada kematangan otot dan motivasi yang dimiliki. Ketika baru lahir bayi belum mampu mengendalikan buang airnya, sehingga buang air dilakukan setiap saat. Pada usia 4 bulan, interval buang airnya dilakukan setiap saat. Pada usia 4 bulan, interval buang airnya sudah dapat diramalkan.

#### 6. Perkembangan Intelegensi

Sejak tahun pertama dari usia anak, fungsi intelegensi sudah mulai tampak dalam tingkah lakunya, umpamanya dalam tingkah lakunya motorik dan berbicara. Anak yang cerdas menunjukkan gerakan-gerakan yang lancar, serasi dan terkoordinasi.

#### 7. Perkembangan Bahasa

Emosi adalah perasaan atau afeksi yang melibatkan kombinasi antara gejala fisiologis dan perilaku yang tampak. Untuk dapat memahami secara pasti mengenai kondisi emosi bayi bukanlah hal mudah, sebab informasi mengenai aspek emosi yang subjektif hanya dapat

diperoleh dengan cara intropeksi, sedangkan bayi masih sangat muda tidak dapat menggunakan cara tersebut dengan baik.

#### 8. Perkembangan Moral

Seorang anak yang baru dilahirkan belum memiliki konsep tentang apa itu baik atau apa itu buruk. Pada masa ini tingkah laku bayi hampir semuanya didominasi oleh dominan naluriah belaka. (Mansur, 2011).

#### 2.7.3 Psikologi Pada Bayi

Bayi yang secara emosi stabil dan nyaman biasanya akan lebih mudah di berikan asupan makanan sehingga pertumbuhan fisiknya bagus, lebih mudah diajak berkomunikasi sehingga informasi yang masuk dapat memperkaya pengetahuannya, lebih kreatif, lebih tenang, dan sebagainya. Untuk menata emosi bayi beberapa hal yang bisa di lakukan orang tua sejak bayi di kandungan maupun setelah dilahirkan. Jika ibu membiarkan emosinya meledak-ledak, marah, takut, sedih, atau bahkan terlalu gembira akan berpengaruh pada pertumbuhan psikis bayi karena ikut merasakan apa yang dirasakan ibunya.

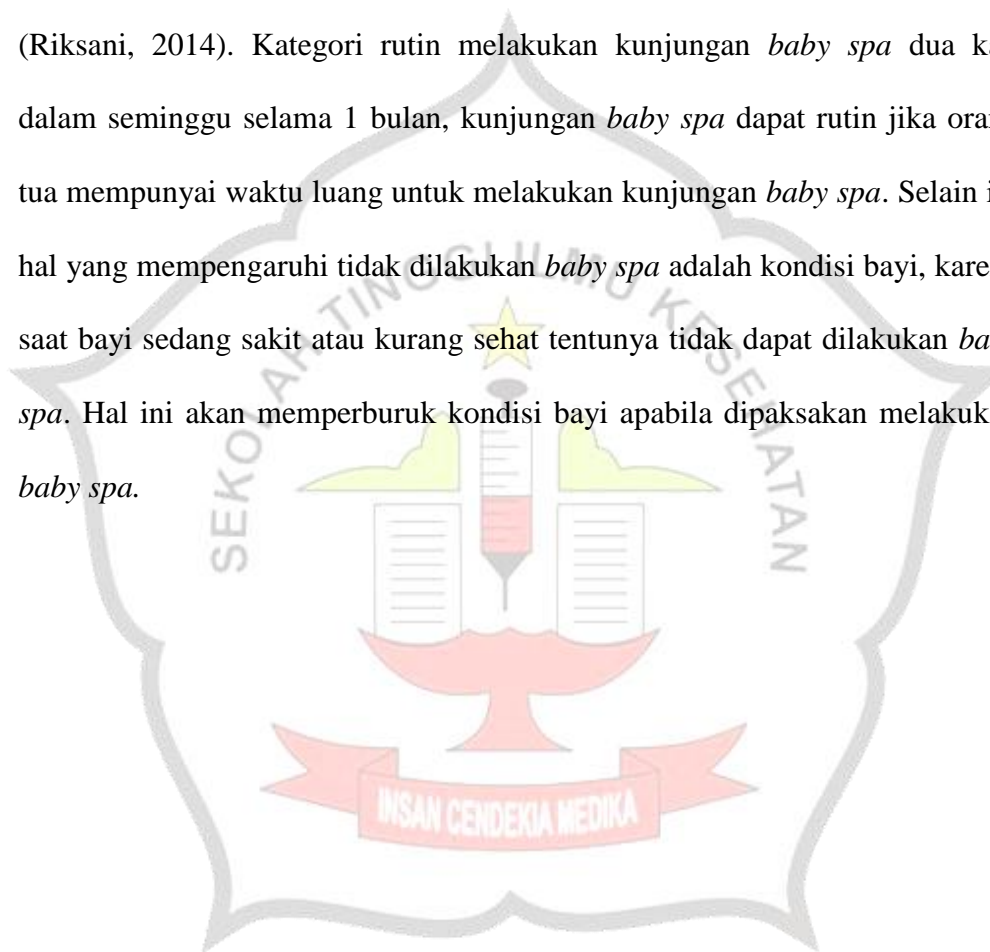
#### 2.7.4 Masalah Tidur Pada Bayi

Dalam masa 3 bulan pertama, bayi biasa bangun di malam hari karena perlu menyusui. Beberapa bayi tetap perlu menyusui di malam hari hingga 6 bulan. Masalah tidur terjadi akibat bayi sulit tidur setelah disusui atau bayi sering bangun. Bayi lebih besar yang sulit tidur atau yang bangun beberapa kali di malam hari perlu waktu, belajar untuk bisa

tidur sendiri. Sakit, perubahan rutinitas, dan masalah menyusui dapat memengaruhi tidur bayi.

## 2.8 Konsep Hubungan Frekuensi *Baby Spa* dengan Kualitas Tidur Bayi

Frekuensi merupakan sejumlah pengulangan kejadian tertentu yang berulang secara teratur dan berkelanjutan (Endarmoko, 2007). *Baby Spa* baik dilakukan setiap dua kali seminggu, *baby spa* baik dilakukan secara teratur (Riksani, 2014). Kategori rutin melakukan kunjungan *baby spa* dua kali dalam seminggu selama 1 bulan, kunjungan *baby spa* dapat rutin jika orang tua mempunyai waktu luang untuk melakukan kunjungan *baby spa*. Selain itu hal yang mempengaruhi tidak dilakukan *baby spa* adalah kondisi bayi, karena saat bayi sedang sakit atau kurang sehat tentunya tidak dapat dilakukan *baby spa*. Hal ini akan memperburuk kondisi bayi apabila dipaksakan melakukan *baby spa*.

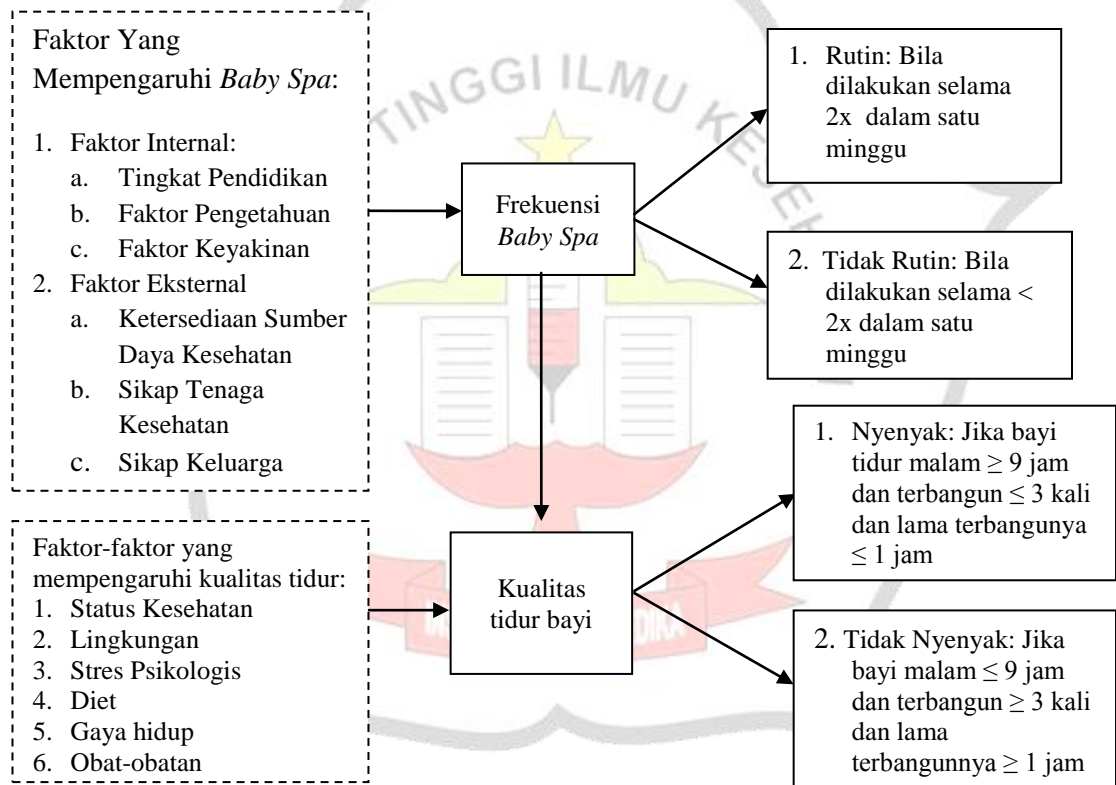


## BAB 3

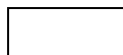
### KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN

#### 3.1 Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual adalah suatu uraian dan visualisme hubungan antara atau kaitan antara konsep satu terhadap konsep lainnya, atau antara variabel yang satu dengan variabel yang lain dari masalah yang ingin diteliti (Notoatmodjo, 2010). Kerangka konseptual dalam penelitian ini dapat dilihat sebagai berikut:



Keterangan :

 : Variabel yang diteliti

 : Variabel yang tidak diteliti

 : Mempengaruhi

Gambar 3.1 Kerangka konsep hubungan frekuensi *baby spa* dengan kualitas tidur bayi.

### 3.2 Hipotesis Penelitian

Hipotesis atau hipotesa adalah jawaban sementara terhadap masalah yang masih bersifat praduga karena masih harus dibuktikan kebenarannya (Vardiansyah, 2008). Hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

$H_1$  : Ada hubungan frekuensi *baby spa* dengan kualitas tidur bayi usia 3-12 bulan di BPM Ny Faroahah Kalami S.ST Desa Pulo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang.





## **BAB IV**

### **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu (Notoatmodjo, 2010). Dari penelitian ini penyusunan dimulai dari jenis rancangan penelitian, waktu dan tempat penelitian, populasi, sampel dan sampling, jalannya penelitian (kerangka kerja), identifikasi variabel, definisi operasional variabel, pengumpulan dan analisa data, dan etika penelitian.

#### **4.1 Rancangan Penelitian**

Rancangan penelitian ini menggunakan metode *Analitik Correlational*, Penelitian *Analitik Correlational* adalah penelitian yang bertujuan untuk menentukan hipotesis yang ada, untuk mengetahui hubungan antara variabel pada situasi atau sekelompok subyek. Hal ini dilakukan untuk melihat hubungan antara satu variabel dengan variabel yang lain (Notoatmodjo, 2010).

#### **4.2 Jenis Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan *Cross Sectional*, yaitu jenis penelitian yang menekankan pada waktu pengukuran atau observasi dari data variabel hanya satu kali pada satu saat (Notoatmodjo, 2010). Penelitian ini menilai hubungan frekuensi *baby spa* dengan kualitas tidur bayi usia 3-12 bulan.

## 4.2 Waktu Dan Tempat Penelitian

### 4.2.1 Waktu Penelitian

Penelitian ini direncanakan mulai penyusunan proposal penelitian sampai dengan penyusunan laporan skripsi mulai bulan Februari sampai dengan Juni 2017. Pengambilan data dilakukan bulan Juni 2017.

### 4.2.2 Tempat Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan di BPM Ny. Farochah Kalami S.ST Desa Pulo Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang.

## 4.3 Populasi, Sampel dan Sampling

### 4.3.1 Populasi

Populasi adalah keseluruhan obyek penelitian atau obyek yang diteliti (Notoatmodjo, 2010). Populasi dalam penelitian harus sesuai dengan yang ditetapkan (Nursalam, 2015). Pada penelitian ini populasinya adalah semua ibu yang memiliki bayi usia 3-12 bulan di BPM Ny. Farochah Kalami S.ST Desa Pulo Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang sejumlah 44 bayi.

### 4.3.2 Sampel

Sampel adalah bagian populasi yang digunakan sebagai subjek penelitian melalui sampel yang harus mewakili kriteria (Nursalam, 2015). Sampel didalam penelitian ini adalah sebagian ibu yang memiliki bayi usia 3-12 bulan sejumlah 40 bayi di BPM Ny. Farochah Kalami S.ST, Desa Pulo Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang.

Salah satu metode yang digunakan untuk menentukan jumlah sampel adalah menggunakan rumus slovin, sebagai berikut :

$$\begin{aligned}
 n &= \frac{N}{1+N(d^2)} \\
 &= \frac{44}{1 + 44 (0,05)^2} \\
 &= \frac{44}{1 + 44 (0,0025)} \\
 &= 39,6 = 40
 \end{aligned}$$

n = Besar Sampel

N= Besar Populasi

d = Tingkat kesalahan atau derajat eror (5% = 0,05)  
(Notoatmodjo, 2010)

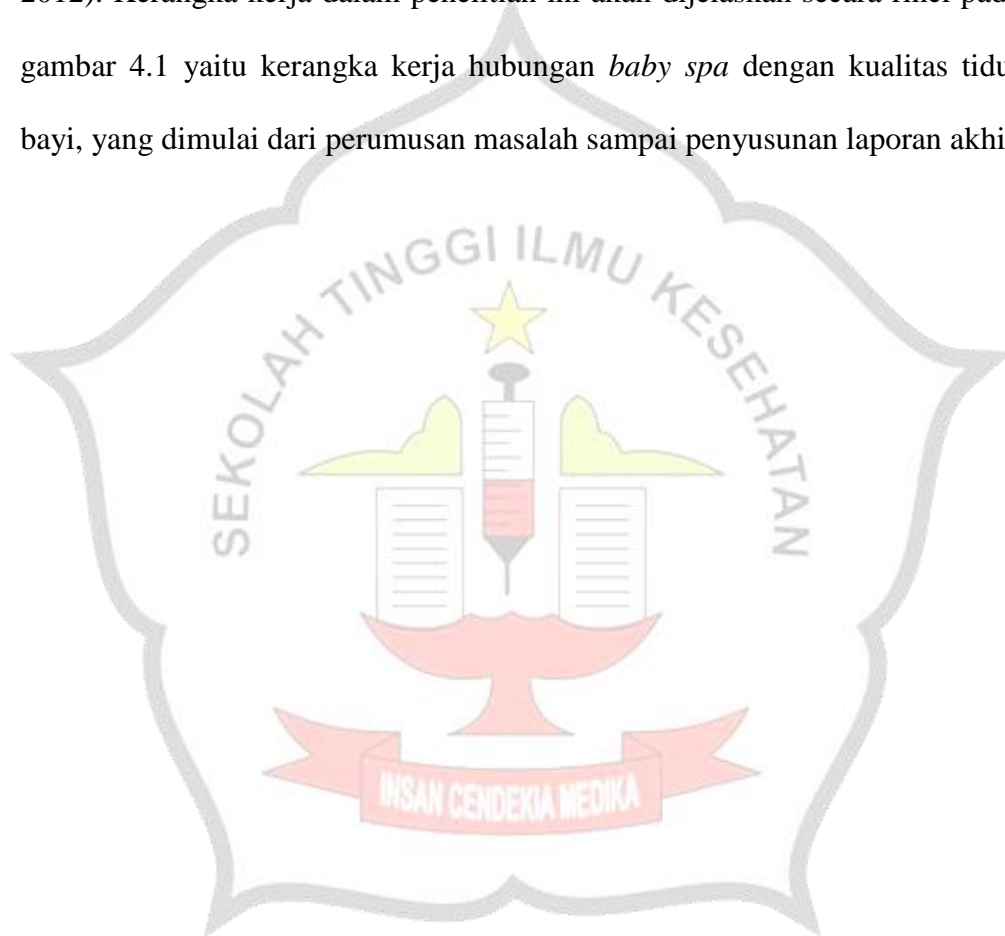
#### 4.3.3 Sampling

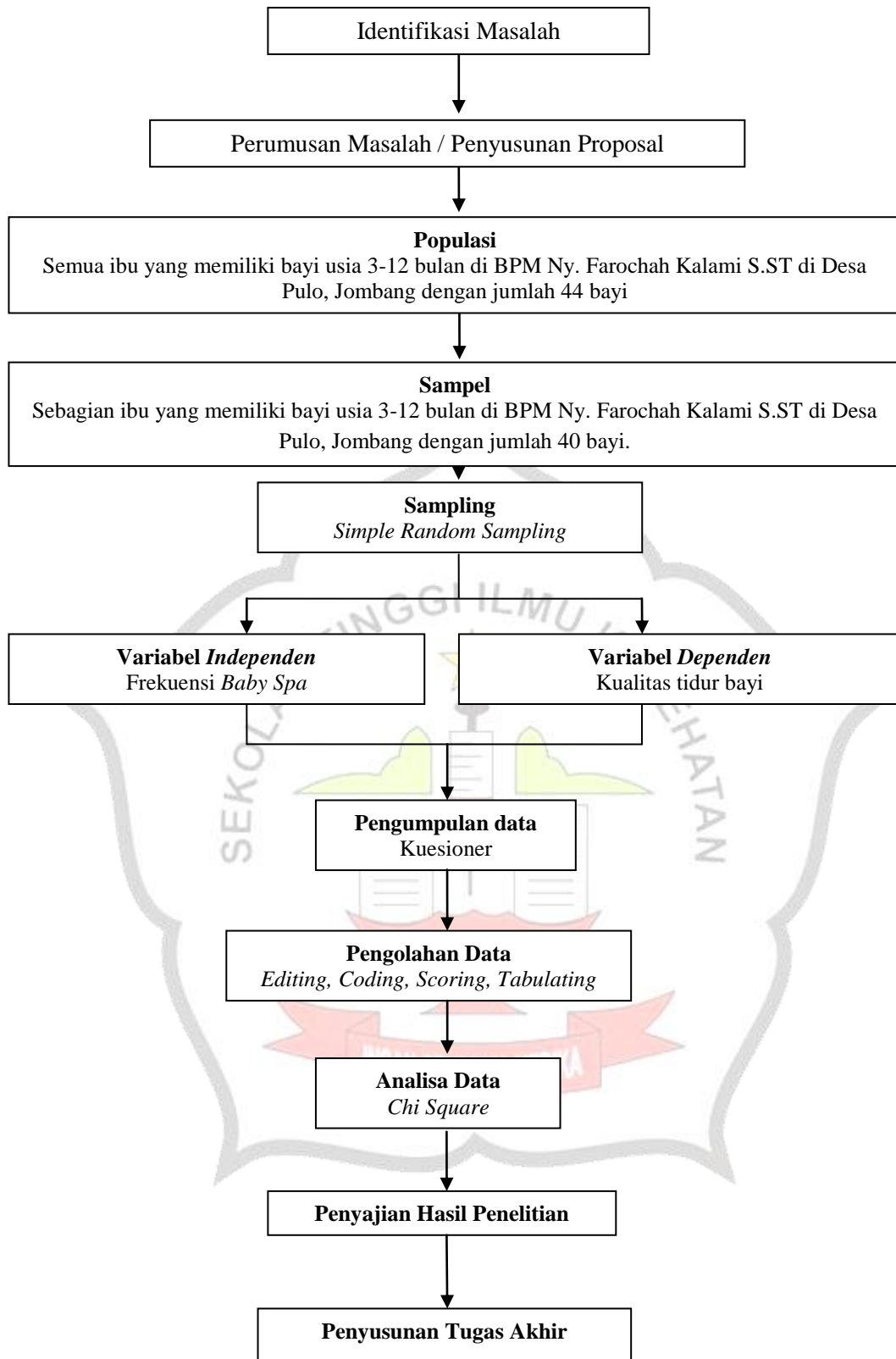
*Sampling* merupakan teknik dalam pengambilan sampel (Notoatmodjo, 2010). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *Simple Random Sampling*. Pemilihan sampel dengan cara ini merupakan jenis probabilitas yang paling sederhana. Untuk mencapai sampling ini, setiap elemen diseleksi secara acak. Jika sampling frame kecil, nama bisa ditulis pada searik kertas, diletakkan di kotak, diaduk, dan diambil secara acak setelah semuanya terkumpul. Misalnya, kita ingin mengambil sampel 30 orang dari 100 populasi yang tersedia, maka secara acak kita mengambil 30 sampel melalui lemparan dadu atau pengambilan nomor yang telah ditulis. Pada penelitian ini sampelnya adalah sebagian ibu yang memiliki bayi usia 3-12 bulan di BPM Ny. Farochah Kalami S.ST Desa Pulo, Kecamatan Jombang,

Kabupaten Jombang sejumlah 40 bayi yang diambil mulai dari bulan Januari-Juni 2017.

#### 4.4 Jalannya Penelitian (Kerangka Kerja)

Kerangka kerja merupakan langkah-langkah yang akan dilakukan dalam penelitian yang berbentuk kerangka hingga analisis datanya (Hidayat, 2012). Kerangka kerja dalam penelitian ini akan dijelaskan secara rinci pada gambar 4.1 yaitu kerangka kerja hubungan *baby spa* dengan kualitas tidur bayi, yang dimulai dari perumusan masalah sampai penyusunan laporan akhir





**Gambar 4.1** Kerangka Kerja Hubungan Frekuensi *Baby Spa* dengan Kualitas Tidur Bayi.

## 4.5 Identifikasi Variabel

Variabel adalah sesuatu yang digunakan sebagai ciri, sifat, atau ukuran yang dimiliki atau didapatkan oleh satuan penelitian tentang sesuatu konsep pengertian tertentu (Notoatmodjo, 2010).

Variabel dalam penelitian ini, yaitu:

### 4.5.1 Variabel *Independent*

Variabel *independen* adalah variabel resiko atau sebab (Notoatmodjo, 2010). Variabel independent dalam penelitian ini adalah frekuensi *baby spa*.

### 4.5.2 Variabel *Dependent*

Variabel *dependent* adalah variabel akibat atau efek (Notoatmodjo, 2010). Variabel dependent dalam penelitian ini adalah kualitas tidur bayi.

## 4.6 Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional adalah uraian tentang batasan variabel yang dimaksud, atau tentang apa yang diukur oleh variabel yang bersangkutan (Notoatmodjo, 2010). Adapun definisi operasional dari penelitian ini akan dijelaskan secara rinci yang dapat dilihat pada tabel 4.2

**Tabel 4.2 Definisi Operasional Hubungan *Baby Spa* dengan Kualitas Tidur Bayi.**

Varibel	Definisi	Parameter	Alat ukur	Skala	Skor/Kriteria
Variabel <i>Independent: Frekuensi Baby Spa</i>	Frekuensi merupakan sejumlah pengulangan kejadian tertentu yng berulang secara teratur dan berkelanjutan	Dilakukan <i>baby spa</i> 2x dalam satu minggu	K U E S I O N E R	N O M I A L	Ya : 2 Tidak : 1 Kriteria : 1. Rutin bila dilakukan setiap dua kali seminggu. 2. Tidak Rutin bila dilakukan < dua kali seminggu.
(Riksani, 2014 dalam Qoriesa 2014).					
Variabel <i>Dependent: Kualitas tidur bayi</i>	Mutu atau keadaan fisiologis tertentu yang didapatkan selama seseorang tidur, yang memulihkan proses-proses tubuh yang terjadi pada waktu orang itu bangun	Bayi tidur malam $\geq 9$ jam dan terbangun $\leq 3$ kali dan lama terbangunnya $\leq 1$ jam dan bayi tidak rewel saat bangun pagi	K U E S I O N E R	N O M I A L	Ya : 2 Tidak : 1 Kriteria : 1. Nyenyak, jika bayi tidur malam $\geq 9$ jam dan terbangun $\leq 3$ kali dan lama terbangunnya $\leq 1$ jam dan bayi tidak rewel saat bangun pagi 2. Tidak nyenyak, bayi tidur malam $\geq 9$ jam dan terbangun $\geq 3$ kali dan lama terbangunnya $\geq 1$ jam dan bayi tidak rewel saat bangun pagi
(Wahyuni, 2008)					

## 4.7 Pengumpulan dan Analisa Data

### 4.7.1 Instrumen Pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah suatu proses pendekatan kepada subyek dan proses pengumpulan karakteristik subyek yang

diperlukan dalam suatu penelitian (Nursalam, 2010). Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan kuesioner.

#### 1. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yaitu sejumlah pernyataan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang responden ketahui (Arikunto, 2006).

Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner tertutup. Kuesioner tertutup adalah kuesioner yang diadopsi dari Sundari yang sudah disediakan jawabannya sehingga responden tinggal memilih (Arikunto, 2010).

#### 2. Prosedur Penelitian

Prosedur yang ditetapkan dalam penelitian ini adalah:

- a. Melakukan identifikasi masalah yang ingin diteliti dan mengajukan judul kepada pembimbing.
- b. Menyusun proposal penelitian.
- c. Mengurus perijinan surat pengantar survey awal pengumpulan data kepada Ketua STIKES Insan Cendekia Medika Jombang,
- d. Mengurus perijinan penelitian kepada Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Jombang
- e. Mengurus perizinan penelitian kepada BPM Ny. Farochah Kalami S.ST untuk Mencari data responden



- f. Memberikan *Informed Consent* pada responden setelah klien bersedia menjadi responden
- g. Peneliti memberikan surat pernyataan kesediaan penelitian kepada responden
- h. Memberikan kuesioner kepada responden untuk diisi oleh responden
- i. Setelah data terkumpul maka dilakukan pengumpulan data kemudian melakukan pengolahan data dan melakukan analisa data.
- j. Terakhir dilakukan penyusunan laporan hasil penelitian.

#### 4.7.2 Pengolahan Data dan Analisis Data

##### 1. Pengolahan Data

###### a. *Editing*

Mempersiapkan data yang sudah diperoleh sebelum dilakukan pengolahan data lebih lanjut. Dimana peneliti harus mengecek kembali kelengkapan data.

###### b. *Coding*

*Coding* adalah memberi kode pada data, dilakukan dengan tujuan merubah data kualitatif menjadi data kuantitatif (kuantifikasi data) atau membedakan aneka karakter untuk identitas responden diganti kode dengan memberikan nomor urut pada lembar kuesioner untuk menjaga kerahasiaan responden.

## a. Data Umum

## 1) Responden

Responden 1 : R1

Responden 2 : R2

Responden 3 : R3

Responden n : Rn

## 2) Umur Bayi

Usia 3-6 bulan : U1

Usia 7-9 bulan : U2

Usia 10-12 bulan : U3

## 3) Jenis Kelamin

Laki-laki : JK1

Perempuan : JK2

## 4) Umur Ibu

&lt; 20 tahun : U1

20-35 tahun : U2

&gt; 35 tahun : U3

## 5) Paritas

Primipara : P1

Multipara : P2

Grandemultipara : P3

## 6) Pendidikan

Dasar (SD, SMP) : PN1

Menengah (SMA/SMK/MA) : PN2

Tinggi (Diploma, Sarjana) : PN3

7) Pekerjaan

Petani : PK 1

Wiraswasta : PK 2

Swasta : PK 3

PNS : PK 4

IRT : PK 5

8) Penghasilan Keluarga

<Rp 2.080.730 : PH 1

≥Rp 2.080.730 : PH 2

b. Data Khusus

1) Frekuensi *baby spa*

Rutin : F1

Tidak Rutin : F2

2) Kualitas Tidur Bayi

Nyenyak : K1

Tidak Nyenyak : K2

c. Scoring

*Scoring* adalah pemberian skor atau nilai pada masing-masing jawaban responden.

1) Hubungan Frekuensi *Baby Spa*

Rutin bila dilakukan setiap dua kali seminggu : 2

Tidak Rutin bila dilakukan ≤ dua kali seminggu. : 1

## 2) Kualitas Tidur Bayi

Nyenyak : 2

Tidak Nyenyak : 1

d. *Tabulating*

*Tabulating* adalah data dikumpulkan dan dikelompokkan dalam bentuk tabel. Termasuk dalam kegiatan ini adalah memberikan skor terhadap item-item yang perlu diberi skor dan memberi kode terhadap item-item yang diberi skor (Arikunto, 2006).

Hasil tabulasi perhitungan kuesioner kemudian diprosentase dan hasil prosentase dikualitaskan menggunakan skala kualitatif sebagai berikut:

100 % : Seluruhnya dari responden

76 % - 99 % : Hampir seluruhnya dari responden

51 % - 75 % : Sebagian besar dari responden

50 % : Setengahnya dari responden

26 % - 49 % : Hampir setengahnya dari responden

1 % - 25 % : Sebagian kecil dari responden

0 % : Tidak satupun dari responden. (Sugiyono, 2009).

## 2. Analisa Data

Data yang dikumpulkan dianalisis dengan 2 metode yaitu menggunakan analisa *univariate* dan *bivariate*.

a. Analisa *Univariate*

Analisa univariate dilakukan terhadap tiap variabel dari hasil penelitian pada umumnya dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi dan parameter dari tiap variabel (Notoatmodjo, 2010)

Dalam penelitian ini menggunakan rumus distribusi frekuensi, yaitu:

$$p = \frac{f}{N} \times 100$$

Dimana:

P : Angka Presentase

F : Frekuensi yang sedang dicari presentasinya

N : Jumlah frekuensi/banyaknya individu

b. Analisa *Bivariat*

Analisa yang dilakukan terhadap dua variabel yang digunakan berhubungan atau berkorelasi (Notoatmodjo, 2010). Untuk mengetahui pengaruh variabel *Independent* (Frekuensi *Baby Spa*) terhadap variabel *Dependent* (Kualitas Tidur) dengan menggunakan uji statistik Chi-Square. Perhitungan dilakukan dengan program SPSS 16.0 dengan taraf kesalahan 5%. Uji tersebut dipilih karena variabel bebas dan terikat penelitian berskala nominal. Serta jenis data tidak berpasangan. Bila  $\rho$  value  $> \alpha$  (0,05) berarti ada hubungan Frekuensi *Baby Spa* dengan kualitas tidur bayi, bila  $\rho$  value  $< \alpha$  (0,05) berarti tidak ada hubungan frekuensi *Baby Spa* dengan kualitas tidur bayi.

## BAB V

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini peneliti menyajikan hasil penelitiandan pembahasan dari pengumpulan data dengan judul “Hubungan Frekuensi *Baby Spa* dengan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan”. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 18-23 Juni 2017 di BPM Ny Farochah Kalami SST, Desa Pulo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang. Pada penelitian ini jumlah sampel sebagian ibu yang memiliki bayi usia 3-12 bulan dengan jumlah 40 dari 44 jumlah populasi. Hasil penelitian disajikan dalam dua bagian yaitu data umum dan data khusus. Data umum menyajikan umur bayi, jenis kelamin, umur ibu, paritas, pendidikan, pekerjaan, penghasilan serta data khusus menyajikan tentang frekuensi *baby spa*, kualitas tidur bayi dan hubungan frekuensi *baby spa* dengan kualitas tidur bayi usia 3-12 bulan di BPM Ny Farochah Kalami SST, Desa Pulo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang.

#### 5.3 Hasil Penelitian

##### 5.3.1 Gambaran lokasi penelitian

Desa Pulo Lor Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang terletak pada dataran rendah, sebagian besar wilayah desa merupakan dataran. Desa Pulo Lor Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang sebagian besar adalah tanah pertanian dan pemukiman.

Jarak desa Pulo Lor dengan pusat pemerintahan kabupaten : ± 2 km sedangkan jarak desa dengan ibu kota propinsi Jawa Timur : ±

80 km. Batas wilayah Desa Pulo Lor Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang sebelah utara berbatasan dengan Desa Jombang, sebelah timur berbatasan dengan Desa Kepatihan, sebelah selatan berbatasan dengan Desa Sengon dan sebelah barat berbatasan dengan Desa Denanyar.

### 5.3.2 Data Umum

Data umum menyajikan karakteristik responden yang meliputi umur bayi, jenis kelamin.

#### 1. Karakteristik responden berdasarkan Umur Bayi

Karakteristik responden berdasarkan umur bayi dibagi menjadi tiga yaitu usia 3-6 bulan, usia 7-9 bulan, usia 9-12 bulan, yang dapat dilihat pada tabel 5.1 berikut:

Tabel 5.1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur bayi diBPM Ny Farochah Kalami SST, Desa Pulo Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang Pada tanggal 18-23 Juni 2017

No	Usia	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	3-6 bulan	14	35,0
2	7-9 bulan	15	37,5
3	9-12 bulan	11	27,5
Jumlah		40	100,0

Sumber : Data Primer 2017

Berdasarkan tabel 5.1 menunjukkan bahwa hampir setengahnya yang melakukan *Baby Spa* berusia 7-9 bulan yaitu 15 responden (37,5%).

#### 2. Karakteristik responden berdasarkan Jenis Kelamin

Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dibagi menjadi dua yaitu laki-laki dan perempuan, yang dapat dilihat pada tabel 5.2 berikut:

Tabel 5.2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin bayi diBPM Ny Faroohah Kalami SST, Desa Pulo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang pada tanggal 18-23 Juni 2017

No	Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Laki-laki	21	52,5
2	Perempuan	19	47,5
Jumlah		40	100,0

Sumber : Data Primer 2017

Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa sebagian besar yang melakukan *Baby Spa* yaitu Laki-laki yaitu 21 responden (52,5%).

### 3. Karakteristik responden berdasarkan Umur Ibu

Karakteristik responden berdasarkan umur ibu dibagi menjadi tiga yaitu umur <20th, 20-35th dan > 35th, yang dapat dilihat pada tabel 5.3 berikut:

Tabel 5.3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur ibu di BPM Ny Faroohah Kalami SST, Desa Pulo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang Pada Tanggal 18-23 Juni 2017

No	Umur Ibu	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	<20th	0	0,0
2	20-35th	26	65,0
2	>35th	14	35,0
Jumlah		40	100,0

Sumber : Data Primer 2017

Berdasarkan tabel 5.3 menunjukkan bahwa sebagian besar umur ibu berusia 20-35th yaitu 21 responden (65,0%).

### 4. Karakteristik responden berdasarkan Paritas

Karakteristik responden berdasarkan paritas dibagi menjadi dua yaitu primipara, multipara yang dapat dilihat pada tabel 5.4 berikut:



Tabel 5.4 Distribusi frekuensi responden berdasarkan paritas di BPM Ny Faroohah Kalami SST, Desa Pulo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang Pada Tanggal 18-23 Juni 2017

No	Paritas	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Primipara	21	52,5
2	Multipara	19	47,5
Jumlah		40	100,0

Sumber : Data Primer 2017

Berdasarkan tabel 5.4 menunjukkan bahwa sebagian besar dari ibu paritasnya Primipara yaitu 21 responden (52.5%).

#### 5. Karakteristik responden berdasarkan Pendidikan Ibu

Karakteristik responden berdasarkan pendidikan dibagi menjadi tiga yaitu Dasar, Menengah, Tinggi yang dapat dilihat pada tabel 5.5 berikut:

Tabel 5.1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan pendidikan pada ibu Di BPM Ny Faroohah Kalami SST, Desa Pulo Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang Pada tanggal 18-23 Juni 2017

No	Pendidikan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Dasar	3	7,5
2	Menengah	26	65,0
3	Tinggi	11	27,5
Jumlah		40	100,0

Sumber : Data Primer 2017

Berdasarkan tabel 5.5 menunjukkan bahwa sebagian besar ibu berpendidikan Menengah yaitu 26 responden (65,0%).

#### 6. Karakteristik responden berdasarkan Pekerjaan

Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan dibagi menjadi empat yaitu Wiraswasta, Swasta, PNS, IRT yang dapat dilihat pada tabel 5.6 berikut:

Tabel 5.6 Distribusi frekuensi responden berdasarkan pekerjaan pada di BPM Ny Faroahah Kalami SST, Desa Pulo Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang Pada tanggal 18-23 Juni 2017

No	Pendidikan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Wiraswasta	9	22,5
2	Swasta	9	22,5
3	PNS	4	10,0
4	IRT	18	45,0
Jumlah		40	100,0

Sumber : Data Primer 2017

Berdasarkan tabel 5.6 menunjukkan bahwa sebagian besar ibu bekerja sebagai IRT yaitu 18 responden (45,0%).

7. Karakteristik responden berdasarkan Penghasilan dibagi menjadi dua yaitu penghasilan,  $< \text{Rp } 2.080.730$  dan penghasilan  $\geq \text{Rp } 2.080.730$  yang dapat dilihat pada tabel 5.7 yaitu:

Tabel 5.7 Distribusi frekuensi responden berdasarkan penghasilan pada ibu Di BPM Ny Faroahah Kalami SST, Desa Pulo Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang Pada tanggal 18-23 Juni 2017

No	Penghasilan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	$< \text{Rp } 2.080.730$	16	40,0
2	$\geq \text{Rp } 2.080.730$	24	60,0
Jumlah		40	100,0

Sumber : Data Primer 2017

Berdasarkan tabel 5.7 menunjukkan bahwa sebagian besar ibu tidak berpenghasilan yaitu 24 responden (60,0%).

### 5.3.3 Data Khusus

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada tanggal 18-23 Juni 2017 pada bayi di BPM Ny Faroahah Kalami SST, Desa Pulo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang diperoleh data khusus sebagai berikut :

### 1. Frekuensi *Baby Spa*

Frekuensi *Baby Spa* di bagi menjadi 2 kriteria, yaitu Rutin dan Tidak Rutin.

Tabel 5.8 Distribusi Frekuensi *Baby Spa* di BPM Ny Faroohah Kalami SST, Desa Pulo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang Pada Tanggal 18-23 Juni 2017

No	Frekuensi <i>Baby Spa</i>	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Tidak Rutin	16	40,0
2	Rutin	24	60,0
Jumlah		40	100,0

Sumber : Data Primer 2017

Berdasarkan tabel 5.8 menunjukkan bahwa sebagian besar rutin melakukan *Baby Spa* yaitu 24 responden (60,0%).

### 2. Kualitas Tidur Bayi

Kualitas tidur bayi menjadi 2 kriteria, yaitu Tidak Nyenyak dan Nyenyak.

Tabel 5.9 Distribusi Kualitas Tidur Bayi Di BPM Ny Faroohah Kalami SST, Desa Pulo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang Pada Tanggal 18-23 Juni 2017

No	Kualitas Tidur Bayi	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Tidak Nyenyak	17	42,5
2	Nyenyak	23	57,5
Jumlah		40	100,0

Sumber : Data Primer 2017

Berdasarkan tabel 5.9 menunjukkan bahwa sebagian besar mengalami nyenyak yaitu 23 responden (57,5%).

### 3. Hubungan Frekuensi *Baby Spa* dengan Kualitas Tidur Bayi

Tabel 5.10 Distribusi frekuensi *Baby Spa* dengan Kualitas Tidur Bayi Di BPM Ny Farochah Kalami SST, Desa Pulo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang Pada Tanggal 18-23 Juni 2017

No	<i>Baby Spa</i>	Kualitas Tidur				Jumlah	
		Nyenyak		Tidak Nyenyak			
		N	%	N	%	N	%
1	Rutin	18	45,0%	6	15,0%	23	57,5%
2	Tidak Rutin	5	12,5%	11	27,5%	17	42,5%

Uji Chi-Square  $p$  value  $0,006 < \alpha 0,005$

Sumber : Data Primer 2017

Berdasarkan tabel 5.10 menunjukkan bahwa dari 40 responden sebagian besar yang rutin melakukan *baby spa* dan kualitas tidurnya nyenyak sejumlah 18 responden (45,0%)

Setelah data diolah dengan *SPSS For Windows 17* dengan uji Chi Square menunjukkan bahwa nilai signifikansi  $p$  value =  $0,006 < \alpha (0,05)$ , sehingga  $H_1$  diterima. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan frekuensi *baby spa* dengan kualitas tidur.

## 5.4 Pembahasan Penelitian

### 5.4.1 Frekuensi *Baby Spa*

Hasil penelitian menunjukkan frekuensi *Baby Spa* dari 40 responden dengan pemberian kuesioner sebanyak 1 soal pernyataan, pada tabel 5.8 Distribusi Frekuensi *Baby Spa* di BPM Ny Farochah Kalami SST, Desa Pulo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang Pada Tanggal 18-23 Juni 2017 menunjukkan bahwa sebagian besar responden yaitu 24 responden (60,0%) melakukan *baby spa* secara rutin.

Hasil frekuensi *baby spa* didukung dari pernyataan “apakah bayi di lakukan spa 2x setiap minggu” dari 40 responden, 24 responden

menyatakan iya. Menurut peneliti, bayi usia 3-6 bulan adalah saat yang tepat bagi bayi untuk memulai melakukan *baby spa*, karena bayi sudah bisa mengangkat kepala dengan tegak. *Baby spa* yang dilakukan 2x seminggu merupakan termasuk kategori rutin karena dapat melancarkan peredaran darah, apabila peredaran darah bayi lancar maka peredaran darah bayi akan lebih pesat pada usia pertumbuhannya. Bayi juga memiliki sepasang refleks yang dapat membuat mereka berenang dengan baik yaitu reflek menyelam (*dive reflek*) dan reflek berenang (*swim reflek*). *Baby Spa* dapat dilakukan selama 15 menit pada masing-masing terapi.

Hal ini sesuai dengan teori menurut Udin (2014) dan Firmaningtyas (2012) *Spa* bayi ini memiliki banyak manfaat bagi pertumbuhan bayi diantaranya yang pertama adalah melancarkan peredaran darah apabila peredaran darah bayi lancar maka peredaran darah bayi si kecil akan lebih pesat pada usia pertumbuhannya yang kedua adalah memberikan efek relaksasi yang ketiga adalah meningkatkan kualitas tidur yang keempat adalah mengoptimalkan tumbuh kembang bayi dan yang terakhir adalah membantu memperbaiki sistem pencernaan pada bayi, bayi dapat lebih mudah untuk makan. Hal ini akan sangat berpengaruh terhadap sistem metabolisme tubuh dan bisa meningkatkan daya tahan tubuh bayi agar tidak mudah terserang penyakit.

Ada beberapa hal yang perlu diperhatikan atau yang tidak diperbolehkan untuk melakukan *baby spa* yaitu: Pada saat bayi lapar,

saat bayi sakit, saat bayi baru selesai makan atau minum susu, saat bayi sudah mengantuk. Selain itu tidak boleh memaksa bayi apabila bayi tidak mau diberikan terapi *baby spa* (Maharani, 2009).

Berdasarkan tabel 5.5 menunjukkan bahwa sebagian besar ibu berpendidikan Menengah yaitu sejumlah 26 responden (65,0%) berdasarkan tabulasi silang antara pendidikan ibu dengan *baby spa* menunjukkan bahwa hampir setengahnya yang berpendidikan Menengah sejumlah 13 responden (32,5%).

Menurut peneliti pendidikan juga mempengaruhi pada ibu mengenai frekuensi *baby spa* karena apabila seorang ibu kurang mengetahui tentang *baby spa* maka akan mempengaruhi pendidikan dan akan mengakibatkan kurangnya perkembangan pada anak.

Menurut Rohman, Arif. 2009 di dalam nuansa kependidikan, manusia adalah sasaran pendidikan sekaligus subjek pendidikan. Pendidikan membantu manusia dalam menumbuhkembangkan potensi-potensi kemanusiaan yang ada dalam dirinya. Potensi kemanusiaan merupakan benih untuk mengembangkan seseorang menjadi manusia seutuhnya. Pemahaman dari pendidik terhadap potensi-potensi dan sifat hakikat manusia sangat penting agar pendidikan mencapai tujuan yang diharapkan yaitu memanusiakan manusia. Pendidikan harus diarahkan kepada pencapaian tujuan tersebut melalui perumusan dan penerapan konsep pendidikan.

Berdasarkan tabel 5.6 menunjukkan bahwa sebagian besar dari ibu bekerja sebagai IRT yaitu sejumlah 18 responden (45,0%) dan

berdasarkan tabulasi silang antara pekerjaan ibu dengan *baby spa* menunjukkan bahwa hampir setengahnya ibu yang bekerja menjadi IRT sejumlah 10 responden (25,0%).

Menurut peneliti pekerjaan juga mempengaruhi *baby spa* karena apabila seorang ibu kurang pengetahuan tentang *baby spa* maka akan mempengaruhi *baby spa* terhadap anaknya dan menyebabkan pertumbuhan anak menjadi berkurang, menyebabkan anak menjadi kurang aktif dalam sehari-hari.

Menurut Khusniyah, (2011) faktor pekerjaan juga mempengaruhi pengetahuan, seseorang yang bekerja pengetahuannya akan lebih luas dari pada seseorang yang tidak bekerja, karena dengan bekerja seseorang akan banyak memperoleh informasi.

Berdasarkan tabel 5.7 menunjukkan bahwa sebagian besar keluarga ibu berpenghasilan  $\geq$ Rp 2.080.730 yaitu 24 responden (60,0%) dan berdasarkan tabulasi silang antara penghasilan dengan *baby spa* rutin menunjukkan bahwa hampir setengahnya responden berpenghasilan  $\geq$ Rp 2.080.730 yaitu sejumlah 17 responden (42,5%).

Menurut peneliti penghasilan mempengaruhi *baby spa* karena kebanyakan ibu pekerjaannya sebagai IRT maka akan menyebabkan anaknya menjadi untuk lebih sering melakukan *baby spa* agar pertumbuhan pada anaknya juga dapat berkembang dengan baik.

Menurut Mahyu Danil (2013), tinggi rendahnya pengeluaran sangat tergantung kepada kemampuan keluarga dalam mengelola penerimaan atau pendapatannya. Selain itu pengalaman berusaha juga

mempengaruhi pendapatan. Semakin baiknya pengalaman berusaha seseorang maka semakin berpeluang dalam meningkatkan pendapatan. Karena seseorang atau kelompok memiliki kelebihan keterampilan dalam meningkatkan aktifitas sehingga pendapatan semakin meningkat.

Seperti halnya yang dikemukakan oleh Toweulu bahwa “Untuk memperbesar pendapatan, seseorang anggota keluarga dapat mencari pendapatan masyarakat dapat terwujud dengan optimal”.

#### 5.4.2 Kualitas Tidur

Hasil penelitian menunjukkan kualitas tidur bayi dari 40 responden menyatakan banyak yang mengalami nyenyak pada saat tidur, berdasarkan tabel 5.9 Distribusi Kualitas Tidur Bayi Di BPM Ny Farochah Kalami SST, Desa Pulo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang pada tanggal 18-23 Juni 2017 menunjukkan bahwa sebagian besar mengalami nyenyak yaitu 23 responden (57,5%).

Faktor yang mempengaruhi kualitas tidur adalah umur bayi dan jenis kelamin. Faktor pertama yang mempengaruhi kualitas tidur adalah umur bayi. Berdasarkan Tabel 5.1 Distribusi frekuensi Responden Berdasarkan Umur Bayi Di BPM Ny Farochah Kalami SST, Desa Pulo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang Pada tanggal 18-23 Juni 2017 menunjukkan bahwa dari 40 responden hampir setengahnya responden sejumlah 15 (37,5%) berumur 7-9 bulan dan berdasarkan tabulasi silang antara umur bayi dengan kualitas tidur responden kualitas tidurnya nyenyak yaitu 8 responden (20,0%).



Menurut peneliti, semakin bertambahnya umur bayi maka pola tidur bayi sudah mulai teratur, sehingga kualitas tidur bayi semakin baik. Jika kualitas tidur bayi menurun dapat menyebabkan anak menjadi kurang aktif pada saat bermain, karena kurang berinteraksi menyebabkan perkembangan emosi dan kognitifnya kurang optimal. Kualitas tidur bayi berpengaruh tidak hanya perkembangan fisik, tetapi juga berpengaruh terhadap perkembangan emosionalnya.

Para peneliti di *Carneigie Mellon University of Pennsylvania* menemukan bahwa kuantitas serta kualitas tidur sesungguhnya mempengaruhi bagaimana orang bisa menjadi sakit. Ciri-ciri bayi cukup tidur, yaitu, bayi akan dapat jatuh tertidur dengan mudah di malam hari, bugar saat bangun tidur, tidak rewel, dan tidak memerlukan tidur siang yang melebihi kebutuhan sesuai dengan perkembangannya.

Tidur yang tidak adekuat dan kualitas yang buruk dapat mengakibatkan gangguan keseimbangan fisiologi dan psikologi. Dampak fisiologi meliputi penurunan aktifitas sehari-hari, rasa capai, lemah, koordinasi neuromuskular buruk, proses penyembuhan lambat dan daya tahan tubuh menurun. Sedangkan dampak psikologinya meliputi emosi lebih labil, cemas, tidak konsentrasi, kemampuan kognitif dan menggabungkan pengalamannya lebih rendah. Namun, kelebihan waktu tidur (terutama tidur tenang) menyebabkan terjadi penyimpanan energi berlebihan. Anakpun kurang aktif bermain, sehingga kurang berinteraksi menyebabkan perkembangan emosi dan kognitifnya kurang optimal (Soedjatmiko, 2006).

Menurut (Maryunani, 2010) Pola tidur sangat bervariasi pada masa ini. Umumnya bayi yang aktif tidur lebih sedikit dari pada bayi yang tenang. Umumnya pada usia 3-4 bulan bayi sudah mengembangkan pola tidur pada malam hari sekurang-kurangnya 9-11 jam. Total secara keseluruhan tidur bayi adalah lebih dari 15 jam. Jumlah tidur siang pada bayi sangat bervariasi, umumnya bayi menjalani 2-3 kali tidur siang. Bayi yang menyusui dengan ASI umumnya tidur lebih panjang serta frekuensi bangun yang sering bila dibandingkan dengan bayi yang menyusui dengan botol.

#### 5.4.3 Hubungan Frekuensi *Baby Spa* dengan Kualitas Tidur

Berdasarkan Tabel 5.10 Distribusi frekuensi *Baby Spa* dengan Kualitas Tidur Bayi Di BPM Ny Faroahah Kalami SST, Desa Pulo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang Pada Tanggal 18-23 Juni 2017, menunjukkan bahwa dari 40 responden yang melakukan *baby spa* rutin dan kualitas tidurnya nyenyak sejumlah 18 responden (45,0).

Berdasarkan hasil analisa menggunakan uji Chi-Square dengan bantuan *SPSS For Windows 17* didapatkan bahwa hasil dari *p value* adalah  $0,006 < \alpha (0,05)$  maka  $H_1$  diterima, artinya ada hubungan frekuensi *baby spa* dengan kualitas tidur bayi usia 3-12 bulan.

Menurut peneliti, frekuensi merupakan sejumlah pengulangan kejadian tertentu yang berulang secara teratur dan berkelanjutan, *Baby Spa* baik dilakukan setiap dua kali seminggu, *baby spa* baik dilakukan secara teratur. *Baby Spa* sendiri pada umumnya yang tepat dilakukan pada usia 3 bulan, karena pada usia 3 bulan tersebut bayi sudah mampu

mengangkat kepalanya dengan kuat. Selain itu hal yang mempengaruhi tidak dilakukannya *baby spa* adalah kondisi bayi, karena saat bayi sedang sakit atau kurang sehat tentunya tidak dapat dilakukan *baby spa*. Hal ini akan memperburuk kondisi bayi apabila akan dipaksakan melakukan *baby spa*.

Menurut (Endarmoko, 2007) Frekuensi merupakan sejumlah pengulangan kejadian tertentu yang berulang secara teratur dan berkelanjutan. Dan menurut (Riksani, 2014) *Baby Spa* baik dilakukan setiap dua kali seminggu, *baby spa* baik dilakukan secara teratur. Kategori rutin melakukan kunjungan *baby spa* dua kali dalam seminggu selama 1 bulan, kunjungan *baby spa* dapat rutin jika orang tua mempunyai waktu luang untuk melakukan kunjungan *baby spa*. Selain itu hal yang mempengaruhi tidak dilakukan *baby spa* adalah kondisi bayi, karena saat bayi sedang sakit atau kurang sehat tentunya tidak dapat dilakukan *baby spa*. Hal ini akan memperburuk kondisi bayi apabila dipaksakan melakukan *baby spa*.

## BAB VI

### KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini disajikan kesimpulan dan saran dari hasil penelitian tentang “Hubungan Frekuensi *Baby Spa* Dengan Kualitas Tidur Bayi di BPM Ny Farochah Kalami, SST, Desa Pulo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang” yang dilakukan pada tanggal 18-23 Juni 2017 sehingga dapat diambil kesimpulan dan saran sebagai berikut :

#### 6.3 Kesimpulan

1. Frekuensi *Baby Spa* pada bayi usia 3-12 bulan di BPM Ny. Farochah Kalami SST, di Desa Pulo Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang sebagian besar dilakukannya *baby spa* secara rutin.
2. Kualitas Tidur pada bayi usia 3-12 bulan di BPM Ny. Farochah Kalami SST, di Desa Pulo Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang sebagian besar kualitas tidurnya nyenyak.
3. Ada hubungan frekuensi *baby spa* dengan kualitas tidur bayi di Desa Pulo Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang.

#### 6.4 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.

## 2. Bagi Dosen STIKES ICME Jombang

Diharapkan dosen STIKES ICME Jombang 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* di desa-desa yang terpencil setiap sebulan sekali.

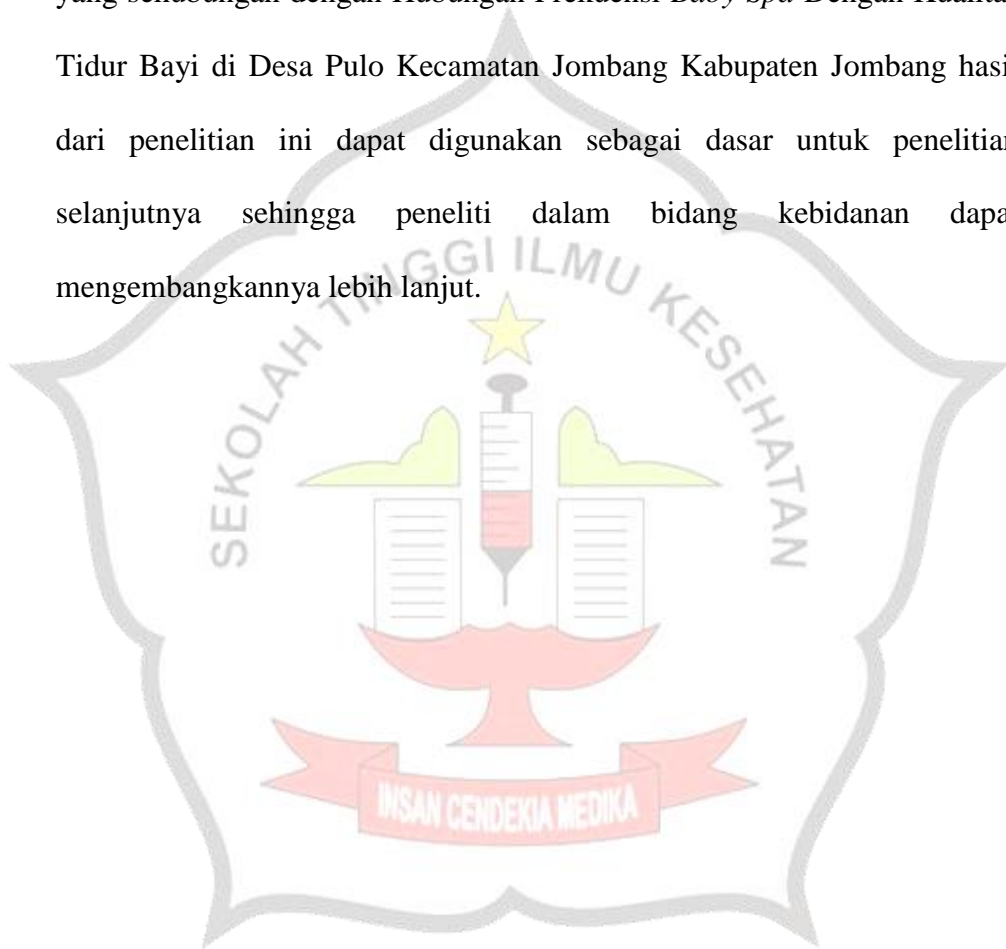
## 3. Bagi Responden

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*, 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.

#### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian yang sehubungan dengan Hubungan Frekuensi *Baby Spa* Dengan Kualitas Tidur Bayi di Desa Pulo Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk penelitian selanjutnya sehingga peneliti dalam bidang kebidanan dapat mengembangkannya lebih lanjut.



## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, (2010). *Prosedur Penelitian Suatu PendekatanPraktik* Jakarta:Rineka Cipta
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta. Rineka Cipta.
- Asmadi, 2009. *Tehnik Prosedural Keperawatn Konsep Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien*. Jakarta. Salemba Medika.
- Galenia. (2014). *Home Baby SPA*. Jakarta: Penebar Swadaya
- Hidayat, AA. (2006). *Pengantar Ilmu Keperawatan Anak Untuk Pendidikan Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika
- Hiscock (2002). Data masalah tidur bayi. . <http://ojs.unud.ac.id/index.php>. Diakses 22/02/2017
- Ismael, (2010). Kualitas tidur bayi. <http://digilib.unimus.ac.id/files/disk.pdf>. Diakses 23/03/2017.
- Jhaquin, A. (2010). *Psikologi untuk Kebidanan*. Yogyakarta. Nuha Medika
- Kurniawan, A. (2013). Hubungan Frekuensi Kunjungan Solus per Aqua (SPA) Bayi kaitannya dengan kenaikan berat badan bayi usia 0-6 bulan di puskesmas Gantiwarno Klaten.
- Maharani, D. (2009). *Buku Seba Pintar Perawatan Bayi Dan Balita*. Yogyakarta : Araska
- Mansur, H. (2011). *Psikologi Ibu dan Anak untuk Kebidanan*. Jakarta. Salemba Medika
- Maryunani, Anik. (2010). *Ilmu Kesehatan Anak dalam Kebidanan*. Jakarta: Trans Info Media
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodelogi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2013). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pedoman Skripsi, tesis dan Instrumen Penelitian*. Jakarta. Salemba Medika
- Potter dan Perry, (2010). Kualitas tidur bayi. <http://digilib.unimus.ac.id/files/disk.pdf>. Diakses 23/02/2017
- Pratyahara (2012) *Keajaiban Terapi Sentuhan Untuk Bayi Anda*. Yogyakarta: Javalitera
- Pratyahara, dayu. (2012). *The Miracel Touch For Your Baby*. Jogjakarta

- Qoriesa, S. (2014). *Hubungan Frekuensi Baby SPA dengan perkembangan bayi pada usia 4-6 bulan* di klinik Baby SPA Ananda Kecamatan Ambarawa Kabupaten Semarang.[Diakses 29 Desember 2014]. Di dapat dari : Skripsi,<http://www.pepusnwu.web.id/karyailmiah>
- Riksani, (2014). Pijat bayi. . <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
- Soedjatmiko. (2006). Pijat Bayi, seberapa penting ? <http://www.republika.com.htm> (diakses pada 19 April 2015 jam 10.00 WIB)
- Sugiyono. (2009). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Udin, (2014) dan Firmaningtyas, (2012). *Pengertian Baby Spa*. Jakarta
- Vina. (2010). Kualitas Tidur Sangat Penting Bagi Pertumbuhan Anak. <http://ojs.unud.ac.id/index.php>. Diakses 20/02/2017
- Wahyuni, A. (2008). *BAB II Tinjauan Pustaka*. <http://diglib.unimus.ac.id/files/disk1/III/jtptunimus-gdl-liariadian-5513-3-3.babi-a.Pdf> (diakses tanggal 4 Juni 2015 jam 10.05 WIB)
- Widodo, Agus.(2012). Efektifitas Baby SPATerhadap Lamanya Tidur Bayi Usia 3-4 bulan.





**Lampiran 2****SURAT PERMOHONAN CALON RESPONDEN**

Kepada

Yth. Calon Responden

Di

Tempat.

Dengan Hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini adalah mahasiswa Program Studi D4 Kebidanan Stikes Icme Jombang:

Nama : Tri Mei Wulandari

Nim : 162120039

Saat ini sedang mengadakan penelitian dengan Judul: “Hubungan Frekuensi *Baby Spa* Dengan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan (Studi Di BPM Ny Farochah Kalami S.ST, Desa Pulo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang)”

Adapun dari tujuan ini adalah untuk mengetahui hubungan frekuensi *baby spa* dengan kualitas tidur bayi.

Penelitian ini tidak berbahaya dan tidak merugikan orang tua bayi sebagai reponden. Kerahasiaan semua informasi yang telah diberikan akan dijaga dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian saja. Jika orang tua bayi tidak bersedia menjadi responden, maka diperbolehkan untuk tidak ikut berpartisipasi dalam penelitian ini dan apabila selama pengambilan data terdapat hal-hal yang tidak diinginkan, maka orang tua bayi berhak mengundurkan diri. Apabila orang tua bayi menyetujuinya, maka kami mohon kesediaanya untuk menandatangani lembar persetujuan untuk pelaksanaan penelitian ini. Atas perhatian dan kerjasamanya, kami ucapkan terimakasih.

Hormat Kami,

(Tri Mei Wulandari)

**Lampiran 3****LEMBAR PERSETUJUAN SEBAGAI RESPONDEN**

Judul Penelitian : Hubungan Frekuensi *Baby Spa* Dengan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan (Studi Di BPM Ny Farochah Kalami S.ST, Desa Pulo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang)

Peneliti : Tri Mei Wulandari

Penelitian ini sudah menjelaskan tentang penelitian yang sedang dilaksanakan oleh peneliti, orang tua bayi diminta untuk bersedia diteliti.

Saya mengerti, bahwa resiko yang terjadi kecil. Apabila ada proses penelitian dapat menimbulkan respon emosional yang tidak nyaman, maka peneliti akan menghentikan dan akan memberikan dukungan. Saya berhak mengundurkan diri dari penelitian tanpa ada sanksi atau kehilangan hak.

Saya mengerti, bahwa catatan penelitian ini akan dirahasiakan dan dijamin selegal mungkin. Semua berkas yang mencantumkan identitas dan semua jawaban yang saya berikan hanya digunakan untuk keperluan pengolahan data. Bila sudah tidak digunakan akan dimusnahkan dan hanya peneliti yang mengetahui kerahasiaan data.

Demikian secara sukarela dan tidak ada paksaan dari pihak manapun, siswa bersedia berperan serta dalam peneliti ini.

Responden

(.....)

Lampiran 4

LEMBAR KUESIONER

HUBUNGAN FREKUENSI *BABY SPA* DENGAN  
KUALITAS TIDUR BAYI USIA 3-12 BULAN

**Petunjuk pengisian :**

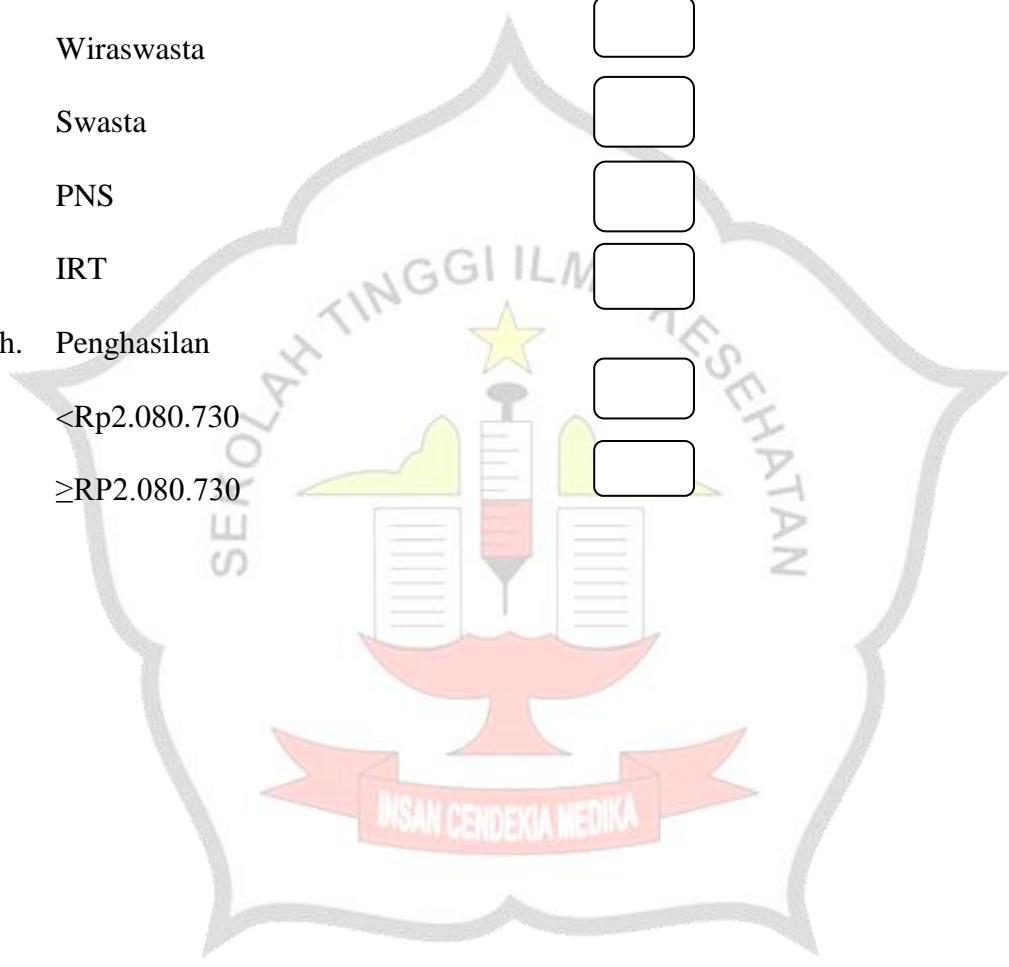
Berilah tanda centang (✓) pada pilihan jawaban yang menurut anda benar.

Tanggal :

1. DATA UMUM

- a. Nama responden
- b. Umur Bayi ..... bulan
- c. Jenis Kelamin
- Laki-laki
- Perempuan
- d. Umur Ibu
- <20tahun
- 20-35tahun
- >35tahun
- e. Paritas
- Primipara
- Multipara
- Grandemultipara

- f. Pendidikan
  - Dasar (SD, SMP)
  - Menengah (SMA/SMK/MA)
  - Tinggi (Diploma, Sarjana)
- g. Pekerjaan
  - Petani
  - Wiraswasta
  - Swasta
  - PNS
  - IRT
- h. Penghasilan
  - <Rp2.080.730
  - ≥RP2.080.730



## 2. DATA KHUSUS

### a. Frekuensi *Baby Spa*

NO	PERNYATAAN	YA	TIDAK
1	Apakah bayi di lakukan spa 2x setiap minggu		

### b. Kualitas Tidur

NO	PERNYATAAN	YA	TIDAK
1	Apakah bayi tidur malam $\geq 9$ jam?		
2	Apakah bayi tidur malam terbangun $\leq 3$ kali?		
3	Apakah bayi terbangun lamanya $\leq 1$ jam pada malam hari?		
4	Apakah bayi rewel saat akan tidur?		
5	Apakah bayi terlihat bugar dan ceria saat bangun pagi?		
6	Apakah bayi terlihat cemas dan menangis saat bangun dipagi hari?		
7	Apakah bayi terlihat selalu rewel, menangis dan sulit tidur kembali?		

## Lampiran 5

## TABULASI DATA PENELITIAN

No. Resp	Umur	Jenis Kelamin	Umur Ibu	Paritas	Pendidikan	Pekerjaan	Penghasilan Keluarga	Frekuensi Baby SPA		Kualitas Tidur Bayi							Jml	Kriteria	Kode
								Rutin/Tdk Rutin	Kode	1	2	3	4	5	6	7			
1	1	1	2	1	2	3	1	Rutin	2	1	1	1	1	1	0	0	5	Nyenyak	2
2	3	2	2	1	2	5	1	Tdk Rutin	1	1	1	1	1	0	0	1	5	Nyenyak	2
3	2	1	2	1	2	3	2	Rutin	2	1	0	1	0	0	1	0	3	Tdk Nyenyak	1
4	2	2	2	1	2	2	2	Tdk Rutin	1	1	1	1	1	0	0	1	5	Nyenyak	2
5	1	1	3	2	2	5	1	Rutin	2	1	1	1	1	0	1	0	5	Nyenyak	2
6	2	1	2	1	1	5	1	Tdk Rutin	1	1	1	1	0	0	0	0	3	Tdk Nyenyak	1
7	3	2	2	1	2	5	1	Tdk Rutin	1	1	1	0	0	0	0	0	2	Tdk Nyenyak	1
8	1	2	2	1	3	4	2	Rutin	2	1	1	1	1	0	1	1	6	Nyenyak	2
9	2	1	3	2	1	3	2	Tdk Rutin	1	1	1	0	1	0	0	0	3	Tdk Nyenyak	1
10	1	2	3	1	2	5	1	Tdk Rutin	1	1	0	1	0	0	1	0	3	Tdk Nyenyak	1
11	3	1	2	2	3	2	2	Rutin	2	1	1	1	1	0	0	1	5	Nyenyak	2
12	2	1	2	1	2	3	1	Rutin	2	1	1	1	1	1	0	0	5	Nyenyak	2
13	1	2	2	2	2	2	2	Tdk Rutin	1	1	1	1	1	0	0	0	4	Nyenyak	2
14	2	2	2	1	1	3	2	Tdk Rutin	1	1	1	0	0	0	1	0	3	Tdk Nyenyak	1
15	3	2	3	2	2	5	1	Tdk Rutin	1	1	1	0	0	0	0	1	3	Tdk Nyenyak	1
16	1	1	2	1	3	4	2	Rutin	2	1	1	1	1	0	0	1	5	Nyenyak	2
17	1	2	3	2	2	3	2	Rutin	2	1	1	0	0	1	0	0	3	Tdk Nyenyak	1
18	3	2	2	1	2	5	1	Rutin	2	1	1	1	1	1	0	0	5	Nyenyak	2
19	2	1	2	2	2	3	2	Tdk Rutin	1	1	1	0	0	0	0	1	3	Tdk Nyenyak	1
20	1	2	2	1	3	5	1	Rutin	2	1	1	1	1	0	0	0	4	Nyenyak	2
21	3	1	2	1	2	2	2	Rutin	2	1	1	1	1	0	1	0	5	Nyenyak	2
22	1	2	3	2	2	3	2	Rutin	2	1	0	0	1	0	0	1	3	Tdk Nyenyak	1

23	2	1	2	1	2	5	1	Tdk Rutin	1	1	1	1	1	0	0	0	4	Nyenyak	2
24	2	2	3	2	2	2	1	Rutin	2	1	1	1	1	1	0	0	5	Nyenyak	2
25	1	1	2	2	3	4	2	Rutin	2	1	0	1	0	0	0	1	3	Tdk Nyenyak	1
26	3	2	2	1	2	5	1	Tdk Rutin	1	1	1	0	1	0	0	0	3	Tdk Nyenyak	1
27	2	2	3	2	3	2	2	Rutin	2	1	1	1	1	0	0	1	5	Nyenyak	2
28	2	1	3	2	2	3	2	Tdk Rutin	1	1	0	0	1	0	0	1	3	Tdk Nyenyak	1
29	2	1	2	1	2	5	2	Rutin	2	1	1	1	1	0	1	1	6	Nyenyak	2
30	1	2	3	2	3	5	1	Rutin	2	0	0	1	1	0	0	0	2	Tdk Nyenyak	1
31	3	1	2	2	3	5	2	Rutin	2	1	1	1	1	1	0	1	6	Nyenyak	2
32	2	1	2	1	2	2	2	Tdk Rutin	1	1	0	1	1	0	0	0	3	Tdk Nyenyak	1
33	1	1	3	2	2	2	2	Rutin	2	1	1	1	1	1	1	1	7	Nyenyak	2
34	1	1	3	2	3	5	2	Rutin	2	1	1	1	1	1	0	1	6	Nyenyak	2
35	3	2	2	1	2	5	2	Rutin	2	1	1	1	1	0	1	0	5	Nyenyak	2
36	2	1	2	2	2	5	1	Tdk Rutin	1	1	1	1	1	0	1	1	6	Nyenyak	2
37	1	2	3	1	3	4	2	Rutin	2	1	1	1	1	0	1	0	5	Nyenyak	2
38	2	1	2	2	2	5	2	Rutin	2	1	1	1	1	0	0	0	4	Nyenyak	2
39	3	1	3	1	2	2	1	Tdk Rutin	1	1	1	0	0	0	0	1	3	Tdk Nyenyak	1
40	3	2	2	2	3	5	2	Rutin	2	1	1	0	0	1	0	0	3	Tdk Nyenyak	1



## Lampiran 6

### Frequency Table

#### Umur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	3-6bln	14	35,0	35,0	35,0
	7-9bln	15	37,5	37,5	72,5
	10-12bln	11	27,5	27,5	100,0
	Total	40	100,0	100,0	

#### Jns.Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	21	52,5	52,5	52,5
	Perempuan	19	47,5	47,5	100,0
	Total	40	100,0	100,0	

#### Umur.Ibu

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	20-35th	26	65,0	65,0	65,0
	>35th	14	35,0	35,0	100,0
	Total	40	100,0	100,0	

#### Paritas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Primipara	21	52,5	52,5	52,5
	Multipara	19	47,5	47,5	100,0
	Total	40	100,0	100,0	

#### Pendidikan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Dasar	3	7,5	7,5	7,5
	Menengah	26	65,0	65,0	72,5
	Tinggi	11	27,5	27,5	100,0
	Total	40	100,0	100,0	

**Pekerjaan**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Swasta	9	22,5	22,5	22,5
Wiraswasta	9	22,5	22,5	45,0
PNS	4	10,0	10,0	55,0
IRT	18	45,0	45,0	100,0
Total	40	100,0	100,0	

**Penghasilan**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid < Rp 2.080.730	16	40,0	40,0	40,0
> Rp 2.080.730	24	60,0	60,0	100,0
Total	40	100,0	100,0	

**Baby.Spa**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Tdk rutin	16	40,0	40,0	40,0
Rutin	24	60,0	60,0	100,0
Total	40	100,0	100,0	

**Kualitas.Tidur**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Tdk nyenyak	17	42,5	42,5	42,5
Nyenyak	23	57,5	57,5	100,0
Total	40	100,0	100,0	

## Lampiran 7

## Crosstabs

Umur \* Baby.Spa Crosstabulation

		Baby.Spa		Total	
		Tdk rutin	Rutin		
Umur	3-6bln	Count	2	12	14
		% within Umur	14,3%	85,7%	100,0%
		% of Total	5,0%	30,0%	35,0%
	7-9bln	Count	9	6	15
		% within Umur	60,0%	40,0%	100,0%
		% of Total	22,5%	15,0%	37,5%
	10-12bln	Count	5	6	11
		% within Umur	45,5%	54,5%	100,0%
		% of Total	12,5%	15,0%	27,5%
Total	Count	16	24	40	
	% within Umur	40,0%	60,0%	100,0%	
	% of Total	40,0%	60,0%	100,0%	

Jns.Kelamin \* Baby.Spa Crosstabulation

		Baby.Spa		Total	
		Tdk rutin	Rutin		
Jns.Kelamin	Laki-laki	Count	8	13	21
		% within Jns.Kelamin	38,1%	61,9%	100,0%
		% of Total	20,0%	32,5%	52,5%
	Perempuan	Count	8	11	19
		% within Jns.Kelamin	42,1%	57,9%	100,0%
		% of Total	20,0%	27,5%	47,5%
Total	Count	16	24	40	
	% within Jns.Kelamin	40,0%	60,0%	100,0%	
	% of Total	40,0%	60,0%	100,0%	

Umur.Ibu \* Baby.Spa Crosstabulation

		Baby.Spa		Total	
		Tdk rutin	Rutin		
Umur.Ibu	20-35th	Count	11	15	26
		% within Umur.Ibu	42,3%	57,7%	100,0%
		% of Total	27,5%	37,5%	65,0%
	>35th	Count	5	9	14
		% within Umur.Ibu	35,7%	64,3%	100,0%
		% of Total	12,5%	22,5%	35,0%
Total	Count	16	24	40	
	% within Umur.Ibu	40,0%	60,0%	100,0%	
	% of Total	40,0%	60,0%	100,0%	

Paritas \* Baby.Spa Crosstabulation

		Baby.Spa		Total	
		Tdk rutin	Rutin		
Paritas	Primipara	Count	10	11	21
		% within Paritas	47,6%	52,4%	100,0%
		% of Total	25,0%	27,5%	52,5%
	Multipara	Count	6	13	19
		% within Paritas	31,6%	68,4%	100,0%
		% of Total	15,0%	32,5%	47,5%
Total	Count	16	24	40	
	% within Paritas	40,0%	60,0%	100,0%	
	% of Total	40,0%	60,0%	100,0%	

Pendidikan \* Baby.Spa Crosstabulation

		Baby.Spa		Total	
		Tdk rutin	Rutin		
Pendidikan	Dasar	Count	3	0	3
		% within Pendidikan	100,0%	0,0%	100,0%
		% of Total	7,5%	0,0%	7,5%
	Menengah	Count	13	13	26
		% within Pendidikan	50,0%	50,0%	100,0%
		% of Total	32,5%	32,5%	65,0%
	Tinggi	Count	0	11	11
		% within Pendidikan	0,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	0,0%	27,5%	27,5%
Total	Count	16	24	40	
	% within Pendidikan	40,0%	60,0%	100,0%	
	% of Total	40,0%	60,0%	100,0%	

Pekerjaan \* Baby.Spa Crosstabulation

		Baby.Spa		Total	
		Tdk rutin	Rutin		
Pekerjaan	Swasta	Count	4	5	9
		% within Pekerjaan	44,4%	55,6%	100,0%
		% of Total	10,0%	12,5%	22,5%
	Wiraswasta	Count	4	5	9
		% within Pekerjaan	44,4%	55,6%	100,0%
		% of Total	10,0%	12,5%	22,5%
	PNS	Count	0	4	4
		% within Pekerjaan	0,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	0,0%	10,0%	10,0%
	IRT	Count	8	10	18
		% within Pekerjaan	44,4%	55,6%	100,0%
		% of Total	20,0%	25,0%	45,0%
Total	Count	16	24	40	
	% within Pekerjaan	40,0%	60,0%	100,0%	
	% of Total	40,0%	60,0%	100,0%	

**Penghasilan \* Baby.Spa Crosstabulation**

		Baby.Spa		Total	
		Tdk rutin	Rutin		
Penghasilan	< Rp 2.080.730	Count	9	7	16
		% within Penghasilan	56,2%	43,8%	100,0%
		% of Total	22,5%	17,5%	40,0%
	> Rp 2.080.730	Count	7	17	24
		% within Penghasilan	29,2%	70,8%	100,0%
		% of Total	17,5%	42,5%	60,0%
Total	Count	16	24	40	
	% within Penghasilan	40,0%	60,0%	100,0%	
	% of Total	40,0%	60,0%	100,0%	

**Crosstabs****Umur \* Kualitas.Tidur Crosstabulation**

		Kualitas.Tidur		Total	
		Tdk nyenyak	Nyenyak		
Umur	3-6bln	Count	5	9	14
		% within Umur	35,7%	64,3%	100,0%
		% of Total	12,5%	22,5%	35,0%
	7-9bln	Count	7	8	15
		% within Umur	46,7%	53,3%	100,0%
		% of Total	17,5%	20,0%	37,5%
	10-12bln	Count	5	6	11
		% within Umur	45,5%	54,5%	100,0%
		% of Total	12,5%	15,0%	27,5%
Total	Count	17	23	40	
	% within Umur	42,5%	57,5%	100,0%	
	% of Total	42,5%	57,5%	100,0%	

**Jns.Kelamin \* Kualitas.Tidur Crosstabulation**

		Kualitas.Tidur		Total	
		Tdk nyenyak	Nyenyak		
Jns.Kelamin	Laki-laki	Count	8	13	21
		% within Jns.Kelamin	38,1%	61,9%	100,0%
		% of Total	20,0%	32,5%	52,5%
	Perempuan	Count	9	10	19
		% within Jns.Kelamin	47,4%	52,6%	100,0%
		% of Total	22,5%	25,0%	47,5%
Total	Count	17	23	40	
	% within Jns.Kelamin	42,5%	57,5%	100,0%	
	% of Total	42,5%	57,5%	100,0%	

**Umur.Ibu \* Kualitas.Tidur Crosstabulation**

			Kualitas.Tidur		Total
			Tdk nyenyak	Nyenyak	
Umur.Ibu	20-35th	Count	9	17	26
		% within Umur.Ibu	34,6%	65,4%	100,0%
		% of Total	22,5%	42,5%	65,0%
	>35th	Count	8	6	14
		% within Umur.Ibu	57,1%	42,9%	100,0%
		% of Total	20,0%	15,0%	35,0%
Total	Count	17	23	40	
	% within Umur.Ibu	42,5%	57,5%	100,0%	
	% of Total	42,5%	57,5%	100,0%	

**Paritas \* Kualitas.Tidur Crosstabulation**

			Kualitas.Tidur		Total
			Tdk nyenyak	Nyenyak	
Paritas	Primipara	Count	8	13	21
		% within Paritas	38,1%	61,9%	100,0%
		% of Total	20,0%	32,5%	52,5%
	Multipara	Count	9	10	19
		% within Paritas	47,4%	52,6%	100,0%
		% of Total	22,5%	25,0%	47,5%
Total	Count	17	23	40	
	% within Paritas	42,5%	57,5%	100,0%	
	% of Total	42,5%	57,5%	100,0%	

**Pendidikan \* Kualitas.Tidur Crosstabulation**

			Kualitas.Tidur		Total
			Tdk nyenyak	Nyenyak	
Pendidikan	Dasar	Count	3	0	3
		% within Pendidikan	100,0%	0,0%	100,0%
		% of Total	7,5%	0,0%	7,5%
	Menengah	Count	11	15	26
		% within Pendidikan	42,3%	57,7%	100,0%
		% of Total	27,5%	37,5%	65,0%
	Tinggi	Count	3	8	11
		% within Pendidikan	27,3%	72,7%	100,0%
		% of Total	7,5%	20,0%	27,5%
Total	Count	17	23	40	
	% within Pendidikan	42,5%	57,5%	100,0%	
	% of Total	42,5%	57,5%	100,0%	

**Pekerjaan \* Kualitas.Tidur Crosstabulation**

		Kualitas.Tidur		Total	
		Tdk nyenyak	Nyenyak		
Pekerjaan	Swasta	Count	2	7	9
		% within Pekerjaan	22,2%	77,8%	100,0%
		% of Total	5,0%	17,5%	22,5%
	Wiraswasta	Count	7	2	9
		% within Pekerjaan	77,8%	22,2%	100,0%
		% of Total	17,5%	5,0%	22,5%
	PNS	Count	1	3	4
		% within Pekerjaan	25,0%	75,0%	100,0%
		% of Total	2,5%	7,5%	10,0%
	IRT	Count	7	11	18
		% within Pekerjaan	38,9%	61,1%	100,0%
		% of Total	17,5%	27,5%	45,0%
Total	Count	17	23	40	
	% within Pekerjaan	42,5%	57,5%	100,0%	
	% of Total	42,5%	57,5%	100,0%	

**Penghasilan \* Kualitas.Tidur Crosstabulation**

		Kualitas.Tidur		Total	
		Tdk nyenyak	Nyenyak		
Penghasilan	< Rp 2.080.730	Count	7	9	16
		% within Penghasilan	43,8%	56,2%	100,0%
		% of Total	17,5%	22,5%	40,0%
	> Rp 2.080.730	Count	10	14	24
		% within Penghasilan	41,7%	58,3%	100,0%
		% of Total	25,0%	35,0%	60,0%
Total	Count	17	23	40	
	% within Penghasilan	42,5%	57,5%	100,0%	
	% of Total	42,5%	57,5%	100,0%	

## Crosstabs

**Baby.Spa \* Kualitas.Tidur Crosstabulation**

			Kualitas.Tidur		Total
			Tdk nyenyak	Nyenyak	
Baby.Spa	Tdk rutin	Count	11	5	16
		% within Baby.Spa	68,8%	31,2%	100,0%
		% of Total	27,5%	12,5%	40,0%
	Rutin	Count	6	18	24
		% within Baby.Spa	25,0%	75,0%	100,0%
		% of Total	15,0%	45,0%	60,0%
Total	Count	17	23	40	
	% within Baby.Spa	42,5%	57,5%	100,0%	
	% of Total	42,5%	57,5%	100,0%	

**Chi-Square Tests**

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	7,519 <sup>a</sup>	1	,006		
Continuity Correction <sup>b</sup>	5,835	1	,016		
Likelihood Ratio	7,682	1	,006		
Fisher's Exact Test				,009	,008
Linear-by-Linear Association	7,331	1	,007		
N of Valid Cases	40				

a. 0 cells (0,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 6,80.

b. Computed only for a 2x2 table

**Symmetric Measures**

		Value	Approx. Sig.
Nominal by Nominal	Contingency Coefficient	,398	,006
N of Valid Cases		40	

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.



## Lampiran 8



**PERPUSTAKAAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
INSAN CENDEKIA MEDIKA JOMBANG**

Kampus C : Jl. Kemuning No. 57 Candimulyo Jombang Telp. 0321-865446

**LEMBAR PERNYATAAN**

Dengan ini Perpustakaan STIKes Insan Cendekia Medika Jombang menerangkan bahwa Mahasiswa dengan Identitas sebagai berikut :

Nama : Tri Mei Wulandari  
 NIM : 132120039  
 Prodi : D9 Kebidanan  
 Judul : Hubungan Frekuensi Baby Spa dengan Kualitas  
fidur

Telah diperiksa dan diteliti bahwa pengajuan judul KTI /Skripsi di atas cukup variatif, tidak ada dalam Software SLiMS dan Data Inventaris di Perpustakaan. Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat dijadikan referensi kepada Dosen pembimbing dalam mengerjakan LTA /Skripsi.

Jombang, 3 - 03 - 2017

Mengetahui,

Ka. Perpustakaan

**Dwi Nuriana, A.Md, S.kom**

## Lampiran 9

YAYASAN SAMODRA ILMU CENDEKIA

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
"INSAN CENDEKIA MEDIKA"**
Website : [www.stikesicme-jbg.ac.id](http://www.stikesicme-jbg.ac.id)

SK. MENDIKNAS NO.141/D/O/2005

No. : 027/KTI-D4/K31/ III/2017

Jombang, 17 Maret 2017

Lamp. : -

Perihal : Pre survey data, Studi Pendahuluan dan Penelitian

Kepada :

Yth. Kepala Dinas Kesehatan Kab. Jombang  
di

Tempat

Dengan hormat,

Dalam rangka kegiatan penyusunan Skripsi yang menjadi prasyarat wajib mahasiswa kami untuk menyelesaikan studi di Program Studi D4 Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan "Insan Cendekia Medika" Jombang, maka sehubungan dengan hal tersebut kami mohon dengan hormat bantuan Bapak/Ibu untuk memberikan ijin melakukan Pre survey data, Studi Pendahuluan dan Penelitian kepada mahasiswa kami atas nama :

Nama Lengkap : TRI MEI WULANDARI  
No. Pokok Mahasiswa / NIM : 16 212 0039  
Judul Penelitian : *Hubungan Frekuensi Baby Spa terhadap Kualitas Tidur Bayi*

Untuk mendapatkan data guna melengkapi penyusunan Skripsi sebagaimana tersebut diatas.

Demikian atas perhatian, bantuan dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Ketua,  
  
H. Bambang Tutuko, SH., S.Kep. Ns., MH  
NIK: 01.06.054

Tembusan

- Kepala Puskesmas Pulo
- BPM Farochah Kalami, SST Ds. Pulo Kec. Jombang

Lampiran 10 Surat Balasan Bidan

Bidan Ny. Farochah Kalami, SST

Desa Pulo Lor Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang

Nomor : 027/KTI-D4/K31/III/2017

Perihal : Surat Keterangan Melakukan Studi Pendahuluan dan Penelitian

Kepada Yth :

Ketua STIKes ICMe Jombang

Di Tempat

Dengan hormat,

Dengan ini kami beritahukan bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama : Tri Mei Wulandari

NIM : 162120039

Program Studi : D4 Kebidanan

Judul Skripsi : Hubungan Frekuensi *Baby Spa* Dengan Kualitas Tidur Bayi Usia 3 – 12 Bulan

Telah melakukan studi pendahuluan pada tanggal 08 Maret 2017 dan penelitian pada tanggal 18 – 23 Juni 2017 di BPM Ny. Farochah Kalami, SST Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang.

Demikian atas perhatian Bapak/Ibu, kami sampaikan terimakasih.

Jombang, Juni 2017

**BIDAN**  
**F A R O C H A H**  
No. SIPB : 446/5417/413.25/2016  
Ny. Farochah Kalami, SST

## Lampiran 11 Persetujuan Judul

NAMA : Tri Mei Wulandari  
NIM : 162120039  
PRODI : DA KEBIDANAN

## NAMA JUDUL SKRIPSI :

Hubungan Frekuensi Baby Spa Dengan  
Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan

DISETUJUI PADA TANGGAL : 20 FEBRUARI 2017

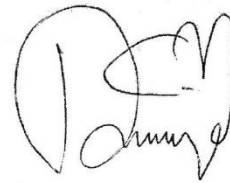
MENGETAHUI

PEMBIMBING 1



(Pastriz Sandra D. SST. M. Kes)

PEMBIMBING 2



(Dwi M. SST. M. Kes)

Lampiran 12 Bukti Mengikuti Seminar Proposal

NAMA : Tri Mei Wolandari  
 KELAS : VIII  
 PRODI : DA KEBIDANAN

BUKTI MENGIKUTI SEMINAR PROPOSAL D-4 KEBIDANAN

NO	NAMA YANG SEMINAR	JUDUL	PENGUJI UTAMA	PENGUJI ANGGOTA	
				PEMBIMBING 1	PEMBIMBING 2
1	Risma Belasari	Pengaruh diet defisien terhadap kecukupan ASI pada ibu NIFAE	Harnanik Nawangsari, SST, M. Keb	Hidayatun Nuruz, S. Cit, M. Kes	Siti Sofiah, SST, M. Kes
2	Aprilia Achi Wolandari	Pengaruh Abdominal stretching terhadap intensitas nyeri flard pd remaja	Harnanik Nawangsari, SST, M. Keb	Ika Ni mahuruzho, SST, M. Kes	Siti Sofiah, SST, M. Kes
3	Elsa Sutrisnyawati	Hubungan pengetahuan dan minat ibu hamil III diru mengenai hipnobirah	Harnanik Nawangsari, SST, M. Keb	Ika Ni mahuruzho, SST, M. Kes	Dewi Hana Sandi, SST, M. Kes

NAMA : Tri Mei Wolandari  
 KELAS : VIII  
 PRODI : DA KEBIDANAN

BUKTI MENGIKUTI SEMINAR PROPOSAL D-4 KEBIDANAN

NO	NAMA YANG SEMINAR	JUDUL	PENGUJI UTAMA	PENGUJI ANGGOTA	
				PEMBIMBING 1	PEMBIMBING 2
1	CHRISTINA SARASWATI		EM ROSITA, SST, M.M	DEWI FITRIA SANDI, SST, M. Kes	DEWI FITRIA SANDI, SST, M. Kes
2	Ika AKPIANA		EM ROSITA, SST, M.M	PASTIFA SANDRA D, SST, M. Kes	DEWI DWI M, SST, M. PH
3					











## Lampiran 13 Lembar Konsultasi

## LEMBAR KONSULTASI / REVISI



Nama : TRI MEI WULANDARI  
 NIM : 162120039  
 Judul : HUBUNGAN FREKUENSI BABY SPA DENGAN KUALITAS TIDUR BAYI  
USIA 3-12 BULAN

Pembimbing I : Pastria Sandra D, SST., M.Kes

Tanggal	Hasil Konsultasi	Paraf Pembimbing
20/2/17	ACC awal	
6/3/17	Revisi BAB I Latar belakang Fronologi blm ada Mencalonkan Parafrase Solusi	
21/3/17	Lanjutkan BAB 2 & 3 Revisi BAB 1, 2, 3 Cari referensi / menilai kualitas tidur tentara pd bayi usia 3-6 bln Perbaiki kerangka konsep	
21/3/17	Revisi BAB I, II, 3 Cari konsep kualitas tidur bayi 3-6 bulan Perbaiki kerangka konsep Lanjut BAB 4	
16/5/17	Revisi BAB I, II, III Cari ta penelitian Lanjut BAB 4	
17/5/17	- Cari tempat penelitian - Revisi BAB 4	
18/5/17	- Revisi teknik penelitian	
21/5/17	ACC siapakan uraian proposal	



## LEMBAR KONSULTASI / REVISI

Nama : TRI MEI WULANDARI  
 NIM : 162120039  
 Judul : HUBUNGAN FREKUENSI BABY SPA DENGAN KUALITAS TIDUR BAYI  
USIA 3-12 BULAN  
 Pembimbing II : Dovi Dwi M, SST., M.PH

Tanggal	Hasil Konsultasi	Paraf Pembimbing
17/2017 /07	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Revisi BAB 5 + 6</li> <li>- Revisi penulisan</li> <li>- Daftar Pustaka</li> </ul>	
18/2017 /07	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Acc stap Sidang Hasil</li> </ul>	

## LEMBAR KONSULTASI / REVISI





Nama : TRI MEI WULANDARI  
 NIM : 162120039  
 Judul : HUBUNGAN FREKUENSI BABY SPA DENGAN KUALITAS TIDUR BAYI  
USIA 3-12 BULAN  
 Pembimbing I : Pastria Sandra D, SST., M.Kes

Tanggal	Hasil Konsultasi	Paraf Pembimbing
11/07	- Revisi BAB 5 & 6 - tambah tabulasi ulang	
12/07	- Revisi BAB 5 & 6	
17/07	- Acc siapkan uraian hasil.	



## LEMBAR KONSULTASI / REVISI

Nama : TRI MEI WULANDARI  
 NIM : 162120039  
 Judul : HUBUNGAN FREKUENSI BABY SPA DENGAN KUALITAS TIDUR BAYI  
USIA 3-12 BULAN  
 Pembimbing II : Dovi Dwi M, SST., M.PH

Tanggal	Hasil Konsultasi	Paraf Pembimbing
23/2/17	- Judul	
24/2/17	- Revisi BAB I	
31/3/17	- Sistem penulisan	
17/5/17	- Sistem penulisan - kelengkapan proposal - Revisi BAB IV - ditambahkan penelitian Relevan	

Lampiran 14 Lembar Plagiasi

### PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : TRI MEI WULANDARI

NIM : 162120039

Jenjang : Sarjana Terapan

Program Studi : Kebidanan

menyatakan bahwa naskah skripsi ini secara keseluruhan benar-benar bebas dari plagiasi. jika di kemudian hari terbukti melakukan plagiasi, maka saya siap ditindak sesuai ketentuan hukum yang berlaku.

Jombang, 03 Agustus 2017

Saya yang menyatakan,



TRI MEI WULANDARI  
NIM : 162120039