

LOVING TOUCH BABY MASSAGE

Yanyan Mulyani, Dewi Nurlaela Sari

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bhakti Kencana, Jln Soekarno-Hatta no 754 Bandung
Jawa Barat Indonesia

Tidur bayi baru lahir menjadi fokus yang sangat penting karena saat tidur terjadi pemulihan saraf otak yang sangat diperlukan Bayi juga hormon pertumbuhan diproduksi sekitar 75%. Terdapat 44,2% Bayi mengalami gangguan tidur dan sering terbangun di malam hari. Karena pentingnya tidur bagi bayi baru lahir, pemenuhan kebutuhan tidur menjadi sangat penting, dan salah satu metode yang digunakan untuk mengatasi masalah tersebut adalah pijat bayi. Metode pijat bayi *Loving Touch Baby Massage* bertujuan untuk meningkatkan kenyamanan Bayi dan mengoptimalkan pola tidur. Tujuan penelitian untuk mengetahui Perbedaan pola tidur bayi sebelum dan setelah *loving touch baby massage*. Jenis penelitian menggunakan pendekatan *pre-eksperimental* dengan *one group pretest posttest design*. Sampel yang digunakan 42 bayi usia 0-6 bulan, dipilih melalui teknik *accidental sampling*. Analisa data menggunakan *paired sample t-test*, dengan tingkat kepercayaan 95%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bayi yang dipijat tiga kali dalam seminggu mengalami perbaikan pola tidur bayi yaitu 54,8 % sebelum dilakukan pijat menjadi 61,9% setelah dilakukan *loving touch baby massage*, analisis bivariat menunjukkan terdapat perbedaan skor rata-rata pola tidur bayi sebelum dan setelah dilakukan pijat ($p < 0,05$). Para Ibu disarankan untuk melakukan pijatan *Loving Touch Baby Massage* sendiri untuk memenuhi kebutuhan pola tidur Bayi dan mendukung pertumbuhan dan perkembangannya.

Kata kunci : *loving touch baby*, pola tidur bayi