

KARYA TULIS ILMIAH



**PENERAPAN PIJAT BAYI DENGAN ESSENSIAL OIL LAVENDER
TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI USIA 3-12 BULAN
DI PMB SRI JUMIYATI, S.Tr.Keb**

**Disusun Oleh :
NUR INJIYAH
B2020013**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM DIPLOMA III
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
TAHUN 2023**

KARYA TULIS ILMIAH



**PENERAPAN PIJAT BAYI DENGAN ESSENSIAL OIL LAVENDER
TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI USIA 3-12 BULAN
DI PMB SRI JUMIYATI, S.Tr.Keb**

**Diajukan Untuk Memenuhi Jenjang Pendidikan
Diploma III Kebidanan**

**Disusun oleh:
NUR INJIYAH
(B2020013)**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM DIPLOMA III
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
TAHUN 2023**

HALAMAN PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN PIJAT BAYI DENGAN ESSENSIAL OIL LAVENDER
TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI USIA 3-12 BULAN
DI PMB SRI JUMIYATI, S.Tr.Keb**

Disusun Oleh :

NUR INJIYAH

B2020013

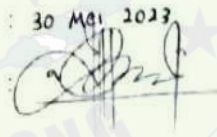
Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui Untuk Mengikuti Ujian KTI

Oleh :

Pembimbing : Sumarni, S.St, M.Keb

Tanggal : 30 Mei 2023

Tanda Tangan



Mengetahui,

Ketua Program Studi Kebidanan Program

Diploma III



(Siti Muloharoh, S.ST., MPH)

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN PIJAT BAYI DENGAN ESSENSIAL OIL LAVENDER

TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI USIA 3-12 BULAN

DI PMB SRI JUMIYATI, S.Tr.Keb

yang dipersiapkan dan disusun oleh

NUR INJIYAH

B2020013

Telah dipertahankan didepan Dewan Penguji

Pada tanggal 15 Juli 2023

Penguji

1. Wulan Rahmadhani S.ST., M.MR, Dr PH (.....)

2. Sumarni, S.SiT., M.Keb (.....)

Mengetahui,

Ketua Program Studi Kebidanan

Program Diploma III



(Siti Mutoharoh, S.ST, MPH)

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa penulis laporan Karya Tulis Ilmiah tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk penelitian lain atau untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada perguruan tinggi yang lain, dan sepanjang pengetahuan peneliti juga tidak terdapat karya orang lain atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Gombong, 01 Maret 2023



(Nur Injiyah)



**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Muhammadiyah Gombong, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nur Injiyah
NIM : B2020013
Program Studi : DIII Kebidanan
Jenis Karya : KTI

Dengan pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Gombong **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** atas karya ilmiah saya berjudul:

**PENERAPAN PIJAT BAYI DENGAN ESSENSIAL OIL LAVENDER
TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI USIA 3-12 BULAN
DI PMB SRI JUMIYATI, S.Tr.Keb**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Gombong berhak menyimpan, mengalih media/ formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Gombong
Pada tanggal: 29 Juli 2023
Yang Menvatakan



10000
METALIK
TEMPER
2E64EAPX449008774

(Nur Injiyah)

**PENERAPAN PIJAT BAYI DENGAN ESSENSIAL OIL LAVENDER
TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI USIA 3-12 BULAN
DI PMB SRI JUMIYATI, S.Tr.Keb
BULUSPESANTREN, KEBUMEN¹**

Nur Injiyah ², Sumarni, S.SiT.M.Keb³

INTISARI

Latar Belakang : Pijat bayi adalah pemijatan yang dilakukan dengan usapan-usapan halus pada permukaan kulit bayi, dilakukan dengan menggunakan tangan yang bertujuan untuk menghasilkan efek terhadap syaraf, otot, sistem pernafasan serta sirkulasi darah dan limpha. Essensial oil lavender merupakan minyak yang berasal dari ekstrak bunga lavender yang memiliki kandungan linail asetat dan linalool yang bermanfaat sebagai efek relaksasi, stimulant, sedative dan eforik. Kualitas tidur bayi sangat mempengaruhi perkembangan dan pertumbuhan. Dimana bayi dengan kualitas tidur yang baik maka memiliki perkembangan yang baik pula, bayi yang aktif dan tumbuh normal biasanya mempunyai waktu tidur yang baik.

Tujuan : Untuk mengetahui adakah pengaruh pijat bayi dengan essensial oil lavender terhadap kualitas tidur bayi usia 3-12 bulan di PMB Sri Jumiya, S.Tr.Keb

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan desain studi kasus dengan pendekatan rancangan One Group *Pretest* dan *Posttest* design. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh bayi usia 3-12 bulan di PMB Sri Jumiya, S.Tr.Keb sedangkan sampel dalam penelitian ini adalah bayi usia 3-12 bulan yang berjumlah 5 orang dengan teknik pengambilan *purposive sampling*. Data diperoleh dari wawancara, observasi dan studi kepustakaan. Instrumen yang digunakan adalah lembar persetujuan responden, dan lembar BISQ.

Hasil : Setelah dilakukan penerapan pijat dengan essensial oil lavender selama 3 kali seminggu selama 2 minggu, semua partisipan mengalami peningkatan kualitas tidur dari kategori cukup 6 jam tidur malam hari menjadi kategori baik 9 jam tidur malam hari.

Kesimpulan: Penerapan pijat bayi dengan essensial oil lavender efektif untuk meningkatkan kualitas tidur bayi usia 3-12 bulan.

Kata kunci : Pijat bayi, Essensial oil lavender, Kualitas tidur, Bayi

Kepustakaan : 55 sumber (tahun 2019-2023)

Jumlah halaman : xi + 111 halaman + 54 halaman

¹Judul

²Mahasiswa Prodi Kebidanan Program DIII Universitas Muhammadiyah Gombong

³Dosen Universitas Muhammadiyah Gombong

**EFFECTS OF APPLYING MASSAGE USING LAVENDER ESSENTIAL
OIL ON THE SLEEP QUALITY OF BABIES AGED 3-12 MONTHS IN
PMB SRI JUMIYATI, S.Tr.Keb
BULUSPESANTREN, KEBUMEN¹**

Nur Injiyah ², Sumarni, S.SiT.M.Keb³

ABSTRACT

Introduction: Baby massage is a gentle sweep on the surface of the skin directly using hands to produce an effect on the nerves, muscles, respiratory system, and blood and spleen circulation. Lavender essential oil is derived from lavender extract which contains linalyl acetate and linalool which have relaxing, stimulant, sedative and euphoric effects. The quality of sleep greatly affects development and growth. Babies with good sleep quality have good development and growth and are active.

Objective: To identify the effect of massage using lavender essential oil on the sleep quality of babies aged 3-12 months at PMB Sri Jumiyati, S.Tr.Keb

Methods: This descriptive study used a case study method with a One Group Pretest and Posttest design. The population of this study was all babies aged 3-12 months at PMB Sri Jumiyati, S. Tr.Keb. This study involved 5 babies aged 3-12 months selected using a purposive sampling technique. Data were obtained from interviews, observation, and literature studies. The instruments used were the respondent's informed consent and the BISQ sheet.

Results: Applying massage using lavender essential oil 3 times a week for 2 weeks showed an increase in sleep quality from the sufficient category of 6 hours of sleep at night to a good category of 9 hours of sleep at night in all participants.

Conclusion: The application of baby massage using lavender essential oil is effective in improving the sleep quality of babies aged 3-12 months.

Keywords: Baby massage, lavender essential oil, sleep quality, babies

References: 55 references (2019-2023)

Number of pages : xi + 111pages+54pages

¹Title

²Diploma student of Midwifery Study Program, Universitas Muhammadiyah Gombong

³Lecturer of Universitas Muhammadiyah Gombong

KATA PENGANTAR

Segala puja dan puji syukur senantiasa saya panjatkan kepada Allah Subhanallah Wa Ta'ala (SWT) yang telah memberikan Rahmat serta Hidayah-Nya sehingga dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini saya tidak mengalami kendala yang berarti hingga terselesaikannya Karya Tulis Ilmiah yang saya beri judul "Penerapan Pijat Bayi Dengan Essensial Oil Lavender Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan Di PMB Sri Jumiati, S.Tr.Keb. Pada kesempatan ini, dalam penulisan karya tulis ilmiah ini saya mendapatkan banyak bantuan dari berbagai pihak, oleh karenanya dari hati yang terdalam saya juga ingin mengungkapkan rasa terimakasih kepada:

1. Ibu Hj. Herniatun, S.Kep.Ners, Sp. Mat selaku Ketua Rektor Universitas Muhammadiyah Gombong.
2. Eka Riyanti, M. Kep., Sp.Kep.Mat selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gombong.
3. Ibu Siti Mutoharoh, S.ST., MPH selaku Ketua Program Studi DIII Kebidanan Universitas Muhammadiyah Gombong.
4. Ibu Wulan Rahmadhani, S.ST., M.MR., Dr.PH selaku penguji yang telah memberikan bimbingan sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan.
5. Ibu Sumarni, S.Tr. M.Keb selaku pembimbing yang telah memberi bimbingan dan arahan kepada penulis dari awal hingga selesainya Karya Tulis Ilmiah ini dengan baik dan tepat waktu.
6. Bidan Sri Jumiati, S.Tr.Keb selaku pembimbing klinik yang telah membantu dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Penghargaan yang khusus penulis sampaikan kepada orangtua alm. Ayah dan Ibu Sartinem yang selalu memberikan support baik moral maupun materi sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
8. Teman-teman seperjuangan yang selalu memberikan motivasi baik berupa sharing pendapat, motivasi dalam hal-hal lainnya dalam rangka pembuatan karya tulis ilmiah ini.

Penulis menyadari adanya berbagai keterbatasan yang dimiliki oleh penulis, baik pengetahuan maupun pengalaman tentunya Karya Tulis Ilmiah ini masih terdapat banyak kekurangan. Untuk itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan rahmat dan hidayah yang tidak berkesudahan dan semoga dapat bermanfaat bagi kita semua (Amin).

Gombong, 01 Maret 2023



(Penulis)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
INTISARI	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan Penelitian	6
C. Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Bayi	9
B. Konsep Tidur Pada Bayi.....	10
C. Pijat Bayi	17
D. Essensial Oil Lavender.....	40
E. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur	42
F. Pengaruh Essensial Oil Lavender Terhadap Kualitas Tidur.....	45
G. Kerangka Teori.....	48
H. Kerangka Konsep	49
I. Hipotesis	49
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	50
A. Jenis Penelitian	50
B. Subjek	50
C. Fokus Penelitian	51
D. Definisi Operasional	52
E. Instrumen Penelitian	53
F. Metode Pengumpulan Data.....	55
G. Lokasi dan Waktu Studi Kasus	57
H. Analisis Data dan Penyajian Data.....	57
I. Etika Penelitian	62
BAB IV MANAJEMEN KASUS, HASIL, DAN PEMBAHASAN.....	64
A. Manajemen Kasus	64
B. Hasil	80
C. Pembahasan	85
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	91
A. Kesimpulan	91
B. Saran	91
DAFTAR PUSTAKA	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Definisi operasional.....	52
Tabel 1. Manajemen kasus pada bayi. A tanggal 4 Mei 2023.....	65
Tabel 2 Manajemen kasus intervensi minggu I dan II pada By.A tanggal 5, 7, 9, 11, 13, 15, dan evaluasi tanggal 17 Mei 2023	67
Tabel 3. Manajemen kasus pada By.M tanggal 4 Mei 2023.....	68
Tabel 5 Manajemen kasus intervensi minggu ke I dan II pada By.M tanggal 5, 7, 9, 11, 13, 15 dan evaluasi tanggal 17 Mei 2023.....	70
Tabel 6. Manajemen kasus pada By. N sebelum dilakukan intervensi tanggal 4 Mei 2023.....	71
Tabel 7 Manajemen kasus intervensi minggu ke I dan ke II pada By.N tanggal 5, 7, 9, 11, 13, 15 Mei 2023 dan evaluasi tanggal 17 Mei 2023.....	73
Tabel 8. Manajemen Kasus pada By.Q sebelum dilakukan intervensi tanggal 4 Mei 2023.....	74
Tabel 9. Manajemen kasus intervensi minggu I dan minggu II pada By.Q tanggal 5,7,9,11,13,15 Mei 2023 dan evaluasi tanggal 17 Mei 2023	76
Tabel 10. Manajemen kasus pada By.N sebelum dilakukan intervensi tanggal 4 Mei 2023	77
Tabel 10. Manajemen kasus intervensi minggu ke I dan II pada By.N tanggal 5, 7, 9, 11, 13, 15 Mei 2023 dan evaluasi tanggal 17 Mei 2023.....	80
Tabel 11. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia di PMB SriJumiyati, S.Tr.Keb.....	81
Tabel 12. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan jenis kelamin	82
Tabel 13. Karakteristik responden berdasarkan status kesehatan.....	82
Tabel 14. Karakteristik responden berdasarkan pernah melakukan pijat bayi sebelumnya.....	82
Tabel 15. Kualitas tidur bayi sebelum dilakukan intervensi pijat bayi dengan <i>essensial oil lavender</i>	83
Tabel 16. Kualitas tidur bayi sesudah dilakukan intervensi pijat bayi dengan <i>essensial oil lavender</i>	84
Tabel 17. Perbandingan kualitas tidur bayi sebelum dan sesudah intervensi pijat bayi dengan <i>essensial oil lavender</i>	85

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Perahan india.....	23
Gambar 2. Peras dan putar.....	24
Gambar 3. Telapak kaki.....	24
Gambar 4. Tarikan lembut jari.....	24
Gambar 5. Gerakan peregangan.....	25
Gambar 6. Titik tekan.....	25
Gambar 7. Punggung kaki.....	26
Gambar 8. Peras dan putar pergelangan kaki.....	26
Gambar 9. Perahan swedia.....	26
Gambar 10. Gerakan menggulung.....	27
Gambar 11. Gerakan akhir.....	27
Gambar 12. Mengayuh sepeda.....	28
Gambar 13. Gerakan sepeda kaki diangkat.....	28
Gambar 14. Bulan matahari.....	29
Gambar 15. Gerakan I Love U.....	29
Gambar 16. Gelembung.....	30
Gambar 17. Jantung besar.....	30
Gambar 18. Kupu-kupu.....	31
Gambar 19. Memijat ketiak.....	31
Gambar 20 Perahan india.....	32
Gambar 21. Peras dan putar.....	32
Gambar 22. Membuka tangan.....	32
Gambar 23. Putar jari-jari.....	33
Gambar 24. Punggung tangan.....	33
Gambar 25. Peras dan putar pergelangan tangan.....	34
Gambar 26. Perahan swedia.....	34
Gambar 27. Gerakan menggulung.....	34
Gambar 28. Menyetrika dahi.....	35
Gambar 29. Menyetrika alis.....	35
Gambar 30. Senyum I.....	36
Gambar 31. Senyum II.....	36
Gambar 32. Senyum III.....	37
Gambar 33. Lingkaran kecil di rahang.....	37
Gambar 34. Belakng telinga.....	37
Gambar 35. Gerakan maju mundur.....	38
Gambar 36. Gerakan menyetrika.....	38
Gambar 37 Gerakan menyetrika dan mengangkat kaki.....	39
Gambar 38. Gerakan melingkar.....	39
Gambar 39. Gerakan menggaruk.....	40
Gambar 40. Gerakan bulan matahari	
Gambar 41. Gerakan perah dan putar	
Gambar 42. Gerakan perahan swedia	
Gambar 43. Gerakan mengayuh sepeda	

Gambar 44. Gerakan jantung besar
Gambar 45. Gerakan perahan swedia
Gambar 46. Gerakan I Love You
Gambar 47. Gerakan peras dan putar
Gambar 48. Gerakan menyetrika dahi
Gambar 49. Gerakan perah dan putar
Gambar 50. Gerakan perahan swedia
Gambar 51. Gerakan bulan matahari
Gambar 52. Gerakan kupu-kupu
Gambar 53. Gerakan peras dan putar
Gambar 54. Gerakan perahan swedia
Gambar 55. Gerakan mengayuh sepeda
Gambar 56. Gerakan peras dan putar
Gambar 57. Gerakan perahan swedia
Gambar 58. Gerakan perahan india
Gambar 59. Gerakan peregangan



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Jadwal Kegiatan
- Lampiran 2. SOP Pijat Bayi dengan *Essensial Oil Lavender*
- Lampiran 3. *Informed Consent*
- Lampiran 4. Hasil *pre test* responden sebelum intervensi pijat bayi dengan *essensial oil lavender*
- Lampiran 5. Hasil *post test* responden sesudah intervensi pijat bayi dengan *essensial oil lavender*
- Lampiran 6. Lembar Konsultasi Bimbingan
- Lampiran 7. Surat Pernyataan Cek Similarity/Plagiasi
- Lampiran 8. Dokumentasi



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tidur merupakan kebutuhan primer bayi sebab ketika tidur bayi mengalami perbaikan sistem saraf otak serta saat tidur bayi menghasilkan sekitar 75 % *Human Growth Hormon* (HGH). Bayi rata-rata membutuhkan waktu untuk tidur sekitar 60% (Sukmawati & Nur Imanah, 2020). Begitu berharganya tidur untuk proses tumbuh dan kembang bayi, sehingga waktu tidur haruslah terpuaskan supaya tidak berakibat buruk terhadap tumbuh dan kembang bayi (Aryani *et al.*, 2022).

Menurut data yang dikeluarkan oleh *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2018 dan diterbitkan dalam *Journal of Pediatrics*, gangguan tidur mempengaruhi sebanyak 33% bayi (Widiani & Chania, 2022). Di Indonesia tercatat sebanyak 44,2 % bayi menderita gangguan tidur. Akan tetapi dari orang tua sebanyak 72 % tidak menganggap sebagai gangguan tidur dan mereka menganggap sebagai persoalan kecil. Walaupun demikian gangguan tidur pada bayi bisa menghambat tumbuh dan kembang bayi, membuat fungsi imunitas tubuh mudah terkena penyakit, dan mengganggu sistem endokrin (Ahmad & Budiana, 2023).

Masalah tidur sangat lazim terjadi pada bayi dan anak-anak, terjadi sekitar 20% hingga 30% pada balita, prevelansi sulit tidur dan sering bangun

pada malam hari sekitar 15-25%. Menurut studi yang telah dilakukan di seluruh dunia tentang masalah tidur, ditemukan masalah tidur pada bayi dan anak-anak 36-41% di Australia, 10-30% di AS, 11% di Thailand, 15-35% di Selandia Baru dan 76% di China. Pada bayi dan anak-anak masalah tidur sebagian besar seperti kesulitan untuk tidur, bangun malam disertai anak mudah menangis (Dasdemir & Temel, 2023).

Bayi merupakan anak yang baru lahir berusia antara 0-12 bulan, selama bayi tumbuh dan kembang akan berlangsung sangat pesat. Menurut psikoanalisis Amerika John Bowlby, keterikatan ibu dan bayi dimulai sejak lahir. Bayi dan ibu akan berinteraksi, ibu bereaksi terhadap sinyal anak dan menyesuaikan perilakunya, dan seiring waktu anak mengembangkan kemampuan untuk menanggapi perilaku ibunya (Mrljak *et al.*, 2022).

Tidur merupakan penyesuaian bayi atas lingkungan serta kehidupannya. Sesudah lahir, tidur bayi sekitar 16-20 jam per hari. Pada saat bayi memasuki usia 2 bulan bayi akan meningkat tidur malam daripada tidur siang. Ketika bayi berusia 3 bulan, bayi membutuhkan waktu tidur antara 15-17 jam tidur, dengan tidur malam berlangsung selama 9 jam dan tidur siang selama 8 jam. Pada usia bayi 3-6 bulan tidur siang bayi akan beranjak menurun. Memasuki bayi usia 6 bulan keatas aktivitas tidur bayi sudah menyerupai pola tidur orang dewasa (Kamalia & Nurayuda, 2022).

Kualitas tidur bayi dipengaruhi oleh beberapa penyebab antara lain kebutuhan istirahat, fisik, olahraga, gizi dan penyakit. Maka pentingnya waktu tidur bagi bayi agar bayi tidak terhambat perkembangannya. Kualitas tidur bayi

dipengaruhi oleh adanya masalah tidur apabila bayi terjaga pada malam selama lebih dari satu jam (Kamalia & Nurayuda, 2022).

Akibat jika bayi kurang tidur dapat memperlambat tumbuh dan kembangnya, bayi sering rewel, kurang bersemangat, lesu, dan terganggu pola makannnya (Pratiwi, 2021). Selain itu dampak jangka panjang apabila bayi kurang tidur, bayi akan lebih mudah mengalami gangguan intelektual, sulit berkonsentrasi, memori ingatan yang lemah dan menurunnya kreativitas (Aryani *et al.*, 2022).

Terapi komplementer untuk menaikkan taraf tidur bayi salah satunya menggunakan pijat bayi. Pijat bayi adalah terapi sentuhan paling tua yang diketahui manusia. Pijat bayi sudah lama di terapkan di dunia, termasuk di Indonesia yang sudah diturunkan turun temurun (Rangkuti, 2021). Pijat bayi umumnya dilakukan banyak di di negara-negara seperti Afrika dan Asia. Pijat bayi melibatkan proses menggosok dan membelai perlahan bagian tubuh secara bergantian yang dapat dilakukan menggunakan teknik yang berbeda yang dapat dilakukan dengan atau tanpa aplikasi minyak (Priyadarshi *et al.*, 2022). Pijat bayi adalah gerakan sentuhan lembut dan usapan-usapan halus yang diawali dari gerakan kaki, gerakan perut, gerakan dada, gerakan wajah, gerakan tangan dan gerakan punggung dengan gerakan yang lambat dan halus pada seluruh tubuh bayi (Anggraeni & Sari, 2021).

Pijat bayi mempunyai banyak manfaat seperti menjadikan bayi tenang, menambah keefektifan istirahat serta tidur bayi, meningkatkan pemusatan pikiran bayi, memperlancar pencernaan bayi, menstimulasi

perkembangan sistem saraf dan otak, memperkuat sistem imunitas tubuh bayi, dan memperlancar aliran oksigen ke seluruh tubuh dan nutrisi menuju sel (Subakti & Anggraini, 2022).

Pijat bayi membantu merangsang kekebalan untuk melawan berbagai ancaman penyakit infeksi. Sentuhan dan pijat memberikan perasaan aman pada bayi. Selain itu dengan pemijatan akan memacu keluarnya hormon oksitosin yang dikeluarkan dari hipotalamus. Hipotalamus memerintahkan pituitary mengeluarkan oksitosin, sehingga berefek pada tubuh bayi menjadi nyaman, tenang serta meningkatkan kualitas tidurnya (Tarigan & Adnan, 2023).

Pijat juga merupakan sebagai alat komunikasi efektif yang memperkuat ikatan emosional antara ibu dan bayi serta mendukung perkembangan psikososial. Ketika pijat diterapkan secara teratur pada bayi, dapat memperkuat sistem peredaran darah, pencernaan, dan ekskresi, yang tidak berkembang secara memadai saat lahir, dan berkontribusi secara positif untuk memperkuat koordinasi otot dan perkembangan fisik dan spiritual bayi (Alparslan, 2021).

Hasil Penelitian (Karomatunnisa *et al.*, 2022) dengan judul penelitian adalah “The Effect Of Baby Massage On Sleep Quality In Babies Aged 6-12 Months at BPM Heni Kiswati, Bulung Kulon Village, Jekulo District, Kudus Regency”. Dari hasil uji statistik Uji Paired Sample Test menunjukkan nilai $p < 0.05$ yang menunjukkan bahwa pijat bayi dapat meningkatkan kualitas tidur bayi usia 6-12 bulan. Penelitian sebelumnya dari Titik Handayani Santoso (2022) dengan judul penelitian “Efektivitas Pijat Bayi Terhadap Pola Tidur Pada Bayi Usia 1-6 Bulan di BPM Noor Cholifah Kecamatan Kaliwungu

Kabupaten Kudus”. Dari hasil penelitian menunjukkan hasil dari Uji Wilcoxon memperlihatkan $p \text{ value} = 0.025$ dimana p lebih rendah dari α (0.05) yang berarti bahwa pijat bayi mampu menaikkan kualitas tidur bayi usia 1-6 bulan di BPM Noor Cholifah (Karomatunnisa *et al.*, 2022).

Terapi komplementer yang aman untuk menaikkan kualitas tidur bayi dengan salah satunya pemberian aromaterapi. Essensial oil yang saat ini banyak disukai yaitu yang berasal dari bunga lavender. Essensial oil lavender di hasilkan dari bunga lavender yang berwarna ungu dan berwujud kecil. Lavender mempunyai aroma yang ringan dan sebagai aromaterapi yang mempunyai efek anti neurodepresiv dan sedativ. Aromaterapi lavender mempunyai kandungan linalool asetat yang mampu mengendurkan dan melemaskan sistem urat-urat saraf dan penegangan otot. Aroma lavender mampu meninggikan gelombang alfa dan merelaksasikan tubuh. Essensial oil lavender merupakan minyak penenang yang dianjurkan, karena minyak lavender membantu keseimbangan kesehatan tubuh, melepaskan stress, sakit kepala, kecemasan, ketegangan, regulasi jantung dan kejang otot (Rahmawati *et al.*, 2022).

Hasil penelitian (Tarigan & Adnan, 2023) berjudul “Pengaruh Pijat Bayi dengan Aromaterapi Lavender Terhadap Kualitas Tidur Bayi di PMB Ny.N di Desa Situari Kecamatan Cileungsi Kabupaten Bogor tahun 2022” sebanyak 11 bayi berusia antara 3 sampai 12 bulan yang berpartisipasi dalam penelitian ini. Dari mereka yang berpartisipasi 45,5% berusia antara 3-5 bulan, 36,4% berusia antara 4-6 bulan, dan 18,2% berusia antara 7-9 bulan. Ada tujuh

responden berjenis kelamin laki-laki, yang merupakan 63,6% dari total. Nilai dari analisis Uji T $p = 0,001$ lebih rendah dari nilai 0,05 menunjukkan bahwa pijat bayi dengan aromaterapi bunga lavender berpengaruh pada meningkatnya kualitas tidur bayi. Kualitas tidur yang didapatkan bayi di PMB Ny.N berada di bawah rata-rata sebelum diberikan pijat bayi memakai aromaterapi bunga lavender. Kondisi bayi membaik setelah menerima pijat aromaterapi lavender. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pijat bayi dengan aromaterapi lavender meningkatkan kualitas tidur bayi di PMB Ny. N di Desa Situsari Kecamatan Cileungsi Kabupaten Bogor tahun 2022 (Tarigan & Adnan, 2023).

Berdasarkan hasil survai pendahuluan yang sudah dilakukan peneliti di PMB Sri Jumiyai, S.Tr. Keb dengan mengambil 10 responden bayi dengan rentang usia 3-12 bulan untuk mengisi kuesioner kualitas tidur bayi *Brief Infant Sleep Questionnaire* (BISQ) didapatkan ada 6 responden bayi yang memiliki masalah tidur. Keenam responden bayi tersebut mengalami masalah tidur ringan.

Berdasarkan permasalahan di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di PMB Sri Jumiyati, S.Tr.Keb tentang Penerapan Pijat Bayi dengan Essensial Oil Lavender terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 bulan.

B. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui bagaimana penerapan Pijat Bayi dengan Essensial Oil Lavender dapat meningkatkan kualitas tidur bayi usia 3 sampai 12 bulan di PMB Sri Jumiyati, S.Tr.Keb.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui derajat kualitas tidur bayi usia 3 sampai 12 bulan sebelum diberikan intervensi Pijat Bayi dengan Essensial Oil Lavender di PMB Sri Jumiati, S.Tr.Keb.
- b. Mengetahui derajat kualitas tidur bayi usia 3 sampai 12 bulan setelah diberikan intervensi pijat bayi dengan Essensial Oil Lavender di PMB Sri Jumiati, S.Tr.Keb.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi untuk pemahaman yang lebih baik tentang asuhan kebidanan komplementer, khususnya dampak dan manfaat pijat bayi dengan essensial oil lavender terhadap kualitas tidur bayi usia 3 sampai 12 bulan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi

Dari penelitian ini bisa menjadi sumber literature referensi atau informasi untuk melaksanakan penelitian berikutnya dan sebagai sumber pengetahuan bagi mahasiswa.

b. Bagi Bidan

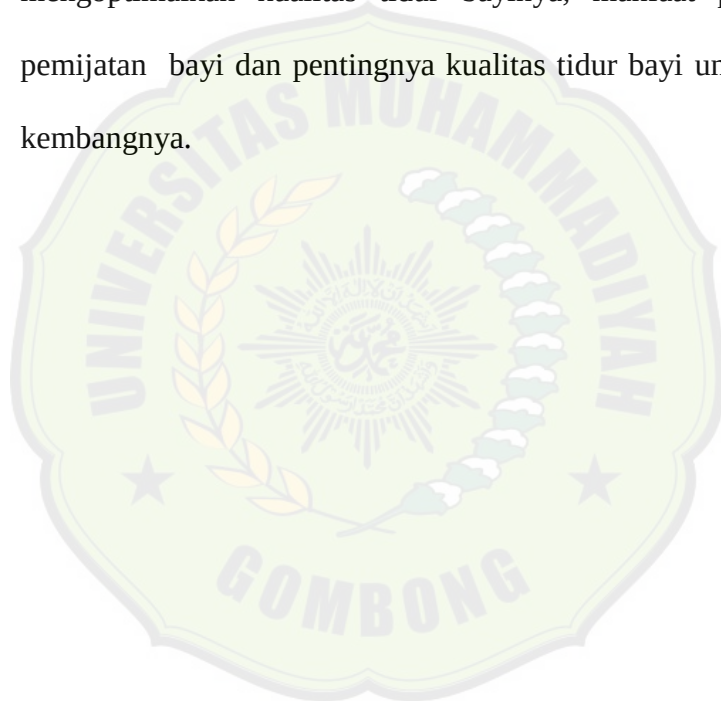
Penelitian ini dapat memberikan informasi baru, menginspirasi bidan untuk melakukan pijat bayi, dan meningkatkan intervensi bagi bidan untuk melakukan pijat bayi dengan essensial oil lavender untuk meningkatkan kualitas tidur bayi usia 3 sampai 12 bulan.

c. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menjadi dasar referensi untuk penelitian selanjutnya tentang penerapan pijat bayi dengan essensial oil lavender untuk meningkatkan kualitas tidur bayi usia 3 hingga 12 bulan.

d. Bagi Orang Tua

Menambah wawasan orang tua terhadap pijat bayi dan praktis ibu untuk mengoptimalkan kualitas tidur bayinya, manfaat pijat bayi, cara pemijatan bayi dan pentingnya kualitas tidur bayi untuk tumbuh dan kembangnya.



DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, M., & Budiana, D. M. (2023). Efektivitas Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Pada Bayi Usia 2-12 Bulan Di Sabrina Care Kota Bogor Tahun 2022. *Jurnal Kesehatan Karya Husada*, 11(1), 27–32.
- Alparslan, Ö. (2021). Baby Massage and Massage Oils: Are they safe? *Pediatric Practice and Research*, 10(1), 32–37. <https://doi.org/10.21765/pprjournal.1030271>
- Amalu, C., Maftuchah, & Ulya, F. H. (2020). Pengaruh Terapi Murrotal Al-Qur'an terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan. *Window of Midwifery Journal*, 01(01), 24–30. <https://doi.org/10.33096/wom.vi.12>
- Anggraeni, R. D., & Sari, W. A. (2021). Pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 3-6 bulan karya tulis ilmiah. *Global Health Science*, 3(1), 25–32.
- Aryani, A., Rositasari, S., Suwarni, A., Studi Keperawatan, P., & Sahid Surakarta, U. (2022). Peningkatan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-10 Bulan Dengan Pemberian Baby Massage Menggunakan Virgin Coconut Oil. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, 5(1), 49–58.
- Ayu, S. D. (2022). *Penerapan Baby Massage dengan Virgin Coconut Oil (VCO) Untuk Meningkatkan Nafsu Makan Pada Bayi A di PMB Rina Zulida, S.Tr. Keb Lampung Selatan* [politeknik kesehatan tanjung karang]. <http://repository.poltekkes-tjk.ac.id/id/eprint/2085>
- Cahyani, M., & Prastuti, B. (2020). Pengaruh Pijat Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Di Klinik Cahaya Bunda. *JOMIS (Journal of Midwifery Science)*, 4(2), 39–45. <https://doi.org/10.36341/jomis.v4i2.1358>
- Cahyanto, E. B., Sukamto, I. S., Nugraheni, A., Musfiroh, M., & Argahen, N. B. (2020). *Asuhan Kebidanan Komplementer Berbasis Bukti* (A. Q. Team (ed.); 1st ed.). CV AL Qalam Media Lestari.
- Cendani, W. F., Witriyani, & Hermawati, E. (2018). the Influence of Baby Massage To Rich Motoric Development in Baby. *Journal Ilmu Kesehatan*, X, 23–33.
- Cholifah, N., Islami, & Aini, N. N. (2023). Efektivitas Pijat Bayi Terhadap Pertumbuhan dan Perkembangan Pada Bayi Usia 6 Bulan di Cekulah Cikgu Baby & Mom Care Kudus. 14(1), 338–340.
- Dasdemir, F., & Temel, A. B. (2023). Reliability and Validity of the Turkish Version of “Brief Infant Sleep Questionnaire and Daily Sleep Log.” *International Journal of Caring Sciences*, 11(3), 1822–1829.

www.internationaljournalofcaringsciences.org

- Eber, E., & Fabio Midulla. (2021). *ERS Handbook Of Paediatric Respiratory Medicine* (E. Eber & F. Midulla (eds.); 2nd ed.). European Respiratory Society.
- Fatiha, A. R. (2021). Baby Massage Dengan Pemberian Lavender Oil Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Terhadap By.S di PMB Triana Firlyanti Lampung Selatan [Politeknik Kesehatan Tanjung Karang]. In *politeknik kesehatan tanjung karang*. <http://repository.poltekkes-tjk.ac.id/id/eprint/1847>
- Fauziah, S. F., Rhomadona, S. W., Mufidati, D., Dewi, M. M., Rochkmana, M. J., Yulivantina, E. V., Hadi, S. P. I., Ahmaniyah, Kurniati, Purnamasari, D., Thaariq, N. A. A., Primiastuti, D., & Dini, A. Y. R. (2022). *Evidence based midwifery : asuhan kebidanan berbasis riset* (1st ed.). Madza Media.
- Firmansyah, Y. W., Riana, E. N., Atolla, Purba, I. G., Nasution, G. S., Falah, F., Sumantrie, P., Lubis, N. A., Ashari, A. E., Suryani, K., KK, I. F. J., Humaira, W., Rini, I. A., & Argaheni, N. B. (2022). *Penelitian Ilmu Kesehatan* (J. Simarmata (ed.); 1st ed.). Yayasan Kita Menulis.
- Fitri, H. N., Zuliyana, Sari, S. I. P., Fitria, S., Wardani, D. W. K. K., Suarniti, N. W., Hindratni, F., Ningsih, I. S., Veri, N., Mutiah, C., Indrayani, S., & Surisna Okrianti. (2023). *Pijat dan Spa Bayi (Baby Massage dan Baby Spa)* (M. Martini (ed.); 1st ed.). Media Sains Indonesia.
- Gulo, W. (2020). *Metodologi Penelitian* (1st ed.). Grasindo.
- Gyadi, A., Vallen, N., Puspita, I., & Oktiningrum, M. (2023). *Pengaruh Back Massage Dengan Lavender Essential Oil Pada Kualitas Tidur*. 1(1), 198–209.
- Handriana, I., & Nugraha, Y. (2019). Pengaruh Pijat Bayi Menggunakan Ensetial Oil Lavender Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3 – 6 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Cigasong Kabupaten Majalengka. *Jurnal Kampus STIKES YPIB Majalengka*, 7(2), 79–92. <https://doi.org/10.51997/jk.v7i2.74>
- Hasnidar, Sulfianti, Putri, N. R., Tahir, A., Noviawati, D., Arum, S., Indryani, I., Nardina, E. A., Hutomo, C. S., Astyandini, B., Isharyanti, S., Wahyuni, W., Argaheni, N. B., Astuti, E. D., & Megasari, A. L. (2021). *Asuhan kebidanan Neonatus, bayi dan balita* (A. Karim (ed.); 1st ed.). Yayasan Kita Menulis.
- Indriyani, Azizah, N., Prihatini, S. D., Mayasari, W., Anggraeni, D. D., Mukhoirotin, Humaira, W., Rofiah, S., Yusria, Pujiani, & Muyassaroh, Y. (2022). *Metodologi Riset Ilmu Kebidanan* (M. J. F. Sirait & J. Simarmata (eds.); 1st ed.). Yayasan Kita Menulis.

- Irianti, B., & Karlinah, N. (2021). Efektifitas Pijat Terhadap Kualitas Tidur Bayi (0 – 1 Tahun) Di Pmb Hasna Dewi Tahun 2020. *Ensiklopedia of Journal*, 3(2), 195–200. <http://jurnal.ensiklopediaku.org>
- Kamalia, R., & Nurayuda, N. (2022). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Di Praktik Mandiri Bidan (Pmb) Muara Enim Kabupaten Muara Enim Tahun 2021. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 13(1), 106. <https://doi.org/10.26751/jikk.v13i1.1277>
- Karomatunnisa, N., Indanah, & Yulisetyaningrum. (2022). The Effect Of Baby Massage On Sleep Quality In Babies Aged 6-12 Months At Bpm Heni Kiswati , Bulung Kulon Village , Jekulo District, Kudus Regency of Nursing Universitas Muhammadiyah Kudus Indonesia Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Pada Bayi U. *The 16th University Research Colloquium 2022*, 11(1), 1143–1151.
- Khaksar, S., Maroufi, M., & Kalhor, F. (2022). A Persian Translation of “ Brief Infant Sleep Questionnaire Revised (BISQ- R)” for Assessment of Sleep in Infants and Toddlers : A Pilot Study. *International Journal of Pediatrics*, 10(97), 15296–15303. <https://doi.org/10.22038/IJP.2021.60162.4667>
- Lapau, B. (2015). *Metodologi Penelitian Kebidanan* (1st ed.). Yayasan Pustaka OborIndonesia.
- Lestari, A. D. (2022). *Akupresure dan Aromaterapi (Metode Tradisional Komplementer dalam mengatasi ketidaknyamanan masa kehamilan berdasarkan bukti)* (1st ed.). Penerbit NEM.
- Mahareni, S., Sukowati, F., & Ulfiana, E. (2020). Pengaruh kombinasi pijat bayi dengan musik klasik. *Jurnal Kebidanan*, 6(13), 57–63.
- Mrljak, R., Danielsson, A. A., Hedov, G., & Garmy, P. (2022). Effects of Infant Massage: A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(11). <https://doi.org/10.3390/ijerph19116378>
- Mutiara, A. (2021). Penerapan aromaterapi sereh (Citronella Oil) sebagai stimulasi peningkatan nafsu makan anak balita [Poltekkes Tanjung Karang]. In *Politeknik kesehatan tanjung karang* (Vol. 4, Issue 80). <http://repository.poltekkes-tjk.ac.id/id/eprint/268>
- Nunes, M. L., Kampff, J. P. R., & Sadeh, A. (2012). BISQ questionnaire for Infant Sleep Assessment: Translation into Brazilian Portuguese. *Sleep Science*, 5(3), 89–91.

- Nuraida, N., & Herawati, N. (2022). Sosialisasi dan Pelatihan Pijat Bayi Menuju Bayi Sehat Desa Penyengat Olak. *Indonesia Berdaya*, 3(4), 1121–1128. <https://doi.org/10.47679/ib.2022356>
- Pratiwi, T. (2021). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Pada Bayi Usia 1-6 Bulan. *J-KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1), 9. <https://doi.org/10.35329/jkesmas.v7i1.1921>
- Priyadarshi, M., Kumar, V., Balachander, B., Gupta, S., & Sankar, M. J. (2022). Effect of whole-body massage on growth and neurodevelopment in term healthy newborns: A systematic review. *Journal of Global Health*, 12. <https://doi.org/10.7189/jogh.12.12005>
- Putri, D. A., & Ningsih, S. (2016). Hubungan Pijat Bayi Dengan Kualitas Tidur Bayi. *Jurnal Penelitian Kesehatan*, 1(1), 67–69.
- Rahmawati, S. P., Wulan, R., & Indrawati, L. (2022). Hubungan Terapi Komplementer Essensial Oil Lavender Dengan. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan Dan Kesehatan*, 13(2), 25–32.
- Ramdani, N., Yulianti, A., & Yuliadarwati, N. M. (2022). Literature Review: Hubungan Posisi Tidur Terhadap Risiko Kejadian Plagiocephaly pada Bayi. *Jurnal Penelitian Inovatif*, 2(3), 461–468. <https://doi.org/10.54082/jupin.103>
- Rangkuti, S. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Pijat Bayi terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 0-6 Bulan di BPM Dewi Suyanti Tahun 2020. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (JURKESMAS)*, 1(1), 34–42. <https://doi.org/10.53842/jkm.v1i1.10>
- Rosita, A. I. (2022). *Pengaruh Relaksasi Napas Dalam dengan Aromaterapi Lavender dalam Pencegahan Hipertensi pada Ibu Hamil di Puskesmas Samata* [Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar]. <http://repositori.uin-alauddin.ac.id/id/eprint/21934>
- Sadeh, A. (2004). A Brief Screening Questionnaire for Infant Sleep Problems: Validation and Findings for an Internet Sample. *Pediatrics*, 113(6), e570–e577. <https://doi.org/10.1542/peds.113.6.e570>
- Saminan, N. F. (2020). Frekuensi Gelombang Otak dalam Menangkap Ilmu Imajinasi dan Realita (Berdasarkan Ontologi). *Jurnal Filsafat Indonesia*, 3(2), 40–47. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JFI/article/download/22299/15477>

- Santy, E., Siti Canrda Sari, U., & Maulina, P. (2022). Perubahan Pola Tidur Bayi Usia 3 Sampai 12 Bulan Dengan Baby Spa. *MIKIA: Mimbar Ilmiah Kesehatan Ibu Dan Anak (Maternal and Neonatal Health Journal)*, 89–94. <https://doi.org/10.36696/mikia.v3i2.25>
- Setiana, A. (2021). *Riset Terapan Kebidanan; Buku Lovrinz Publishing* (A. Rahmawati (ed.); 1st ed.). LovRinz Publishing.
- Sofiyana, M. S., Sukhori, Aswan, N., Munthe, B., Wijayanti, L. A., Suparman, A. R., Suaidah, I., Herman, & Nikma Fitrisari. (2022). *Metodologi Penelitian Pendidikan* (1st ed.). Glonal Eksklusif Teknologi.
- Subakti, Y., & Anggraini, D. R. (2022). *Keajaiban Pijat bayi dan Balita* (Andri Agus Fabianto (ed.); 1st ed.).
- Sukmawati, E., & Nur Imanah, N. D. (2020). Efektivitas Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Bayi. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad*, 13(1), 11–17. <https://doi.org/10.36746/jka.v13i1.49>
- Sulistyowati, E. A., & Yudha, A. (2022). Pengaruh Pijat Bayi terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan di Desa Matesih Kecamatan Matesih Kabupaten Karanganyar. *Jurnal Stethoscope*, 2(2), 87–95. <https://doi.org/10.54877/stethoscope.v2i2.852>
- Suraya, I., Farradika, Y., Birwin, A., & Alnur, R. D. (2021). *Modul Pembelajaran Metodologi Penelitian Epidemiologi* (R. R. Rerung (ed.)). Media Sains Indonesia.
- Tarigan, D. A., & Adnan, N. (2023). *Pengaruh pijat bayi dengan aromatherapy lavender terhadap kualitas tidur bayi PMB Ny. N Di Desa Situsari Kecamatan Cileungsi Kab Bogor Tahun 2022*. 8(1), 614–621.
- Ulfatin, N. (2022). *Metode Penelitian Kualitatif di bidang Pendidikan Teori dan Aplikasinya* (3rd ed.). Media Nusa Creative.
- Wahab, A. (2021). Sampling Dalam Penelitian Kesehatan. *Jurnal Pendidikan Dan Teknologi Kesehatan*, 4(1), 38–45.
- Widiani, N. N. A., & Chania, M. P. (2022). Efektivitas Baby Massage Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Ii Sukawati Tahun 2021 the Effectiveness of Baby Massage on Sleep Quality of 3-6 Months Old Babies in Puskesmas Ii Sukawati Work Area 2021. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 29–33. <https://ojs.uniska-bjm.ac.id/index.php/ANN/article/view/6348>

- Wijayanti, I., Susanti, Kurniati, N., Elfina, Hutomo, C. S., Ambarwati, K., Simanjuntak, H., Ivantarina, D., Purnama, Y., Argaheni, N. B., & Putri, N. R. (2023). *Aplikasi Terapi Komplementer Di Kebidanan* (Oktavianis & R. M. Sahara (eds.); 1st ed.). Global Eksekutif Teknologi.
- Wolla, E. M. (2021). Pemenuhan Kebutuhan Istirahat Tidur Pada Ny. C. L yang Menderita Tumor Paru di Ruang Teratai RSUD. Prof. Dr. W. Z. Johannes Kupang Mei 2019. *Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang*, 91(5), 1–224.
- Yulianeu, A., & Rahmayati, N. M. (2017). Sistem pakar penentu makanan pendamping air susu ibu pada bayi usia 6 bulan sampai 12 bulan menggunakan metode forward chaining. *Jurnal Teknik Informatika*, 3(2), 21–30.





Lampiran 1. Jadwal Kegiatan

No	Kegiatan	Waktu																							
		Januari				Februari				Maret				April				Mei				Juni			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	3	3	4	1	2	3	4
1	Penyusunan Proposal KTI																								
2	Seminar Proposal KTI																								
3	Revisi Seminar Proposal																								
4	Perizinan Penelitian																								
5	Persiapan penelitian																								
6	Pelaksanaan penelitian																								
7	Pengolahan data																								
8	Penyusunan laporan KTI																								
9	Sidang hasil KTI																								
10	Revisi Laporan Hasil KTI																								

Lampiran 2. SOP Pijat Bayi dengan Essensial Oil Lavender

PENGERTIAN	Tindakan pemijatan yang dilakukan lebih mendekati usapan-usapan halus atau rangsangan (taktil) yang dilakukan di permukaan kulit, manipulasi terhadap jaringan atau organ tubuh bertujuan untuk menghasilkan efek terhadap syaraf otot, system pernafasan serta memperlancar sirkulasi darah
MANFAAT	1. Menurunkan kadar hormon stress (catecholamine) 2. Meningkatkan kadar serotonin. 3. Meningkatkan jumlah dan sitotoksitas dari system immunitas (sel pembunuh alami). 4. Mengubah gelombang otak secara positif. 5. Memperbaiki sirkulasi darah dan pernafasan. 6. Merangsang fungsi pencernaan serta pembuangan. 7. Meningkatkan kenaikan berat badan. 8. Mengurangi depresi dan ketegangan. 9. Meningkatkan kesiagaan. 10. Membuat tidur lelap. 11. Mengurangi rasa sakit. 12. Mengurangi kembung dan kolik (sakit perut). 13. Meningkatkan hubungan batin antara orang tua dan bayinya (bonding) 14. Meningkatkan volume air susu ibu.
PERALATAN	Handuk, Baju ganti dan Essensial oil lavender
	A. Tahap Pra Interaksi 1. Mencuci tangan 2. Menyiapkan alat B. Tahap Orientasi 1. Memberi salam kepada klien 2. Menjelaskan tujuan dan prosedur pelaksanaan 3. Menanyakan persetujuan atau ketersediaan klien C. Tahap Kerja 1. Kaki a. Perahan cara india Langkah yang pertama adalah basahi tangan menggunakan essensial oil lavender 7-10 tetes kemudian pegang kaki bayi pada pangkal paha, seperti memegang pemukul softball. Gerakkan tangan kebawah secara bergantian, seperti pemerah susu.  b. Peras dan putar Pegang kaki bayi pada pangkal paha dengan kedua tangan secara bersamaan. Peras dan putar kaki bayi dengan lembut dan dimulai dari pangkal paha searah mata kaki.

		
	c. Telapak kaki Gunakanlah essensial oil lavender 7-10 tetes untuk mengurut telapak kaki bayi. Urut telapak kaki bayi dengan kedua ibu jari secara bergantian, dimulai dengan tumit kaki menuju jari-jari diseluruh telapak kaki.	
	d. Tarikan lembut jari Pijat jari satu persatu dengan gerakan memutar menjauhi telapak kaki, diakhiri dengan tarikan kasih yang pada tiap ujung jari.	
	e. Gerakan peregangan (<i>stretch</i>) Dengan mempergunakan sisi dari jari telunjuk, pijat telapak kaki mulai dari batas jari-jari ke arah tumit. Dengan jari tangan lain regangkan dengan lembut punggung kaki pada daerah pangkal kaki ke arah tumit.	
	f. Titik tekan Tekan - tekanlah kedua ibu jari secara bersamaan diseluruh permukaan telapak kaki dari arah tumit ke jari - jari.	



- g. Punggung kaki
 Dengan mempergunakan kedua ibu jari secara bergantian pijatlah punggung kaki dari pergelangan kaki ke arah jari - jari secara bergantian.



- h. Peras dan putar pergelangan kaki (*ankle circles*)
 Buatlah gerakan seperti memeras dengan mempergunakan ibu jari dan jari - jari lainnya dipergelangan kaki bayi.



- i. Perahan cara swedia
 Pegang pergelangan tangan bayi. Gerakkan tangan secara bergantian dari pergelangan tangan.



- j. Gerakan menggulung
 Pegang pangkal paha dengan kedua tangan. Buat gerakan menggulung dari pangkal paha menuju pergelangan kaki.



- k. Gerakan Akhir
 Setelah gerakan 1 sampai 10 dilakukan

pada kaki kanan dan kiri rapatkan kedua kaki bayi. Letakkan kedua tangan secara bersamaan pada pantat dan pangkal paha. Usap kedua kaki bayi dengan tekanan lembut dari paha ke arah pergelangan kaki. Ini merupakan gerakan akhir bagian kaki.



2. Perut

a. Mengayuh sepeda

Basahilah tangan dengan essensial oil lavender 7-10 tetes untuk memijat bagian perut. Lakukan gerakan memijat pada perut bayi seperti mengayuh sepeda, dari atas kebawah perut, bergantian dengan tangan kanan dan kiri.



b. Mengayuh sepeda dengan kaki diangkat

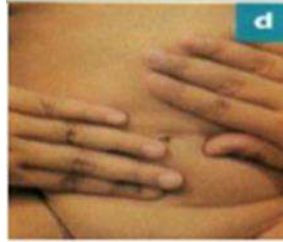
Angkat kedua kaki bayi dengan salah satu tangan. Dengan tangan yang lain, pijat perut bayi dari perut bagian atas sampai ke jari - jari kaki.



c. Bulan Matahari

Buat lingkaran searah jarum jam dengan jari tangan kiri mulai dari perut sebelah kanan bawah (daerah usus buntu) keatas, kemudian kembali kearah kanan bawah (seolah membentuk gambar matahari (M)) beberapa kali.

Gunakan tangan kanan untuk membuat gerakan setengah lingkaran mulai dari bagian kanan bawah perut bayi sampai bagian kiri perut bayi (seolah membentuk gambar bulan (B)), lakukan kedua gerakan ini bersama - sama. Tangan kiri selalu membuat bulatan penuh (matahari) sedangkan tangan kanan akan membuat gerakan setengah melingkar (bulan).



d. Gerakan I-Love_U

I, Pijat perut bayi mulai dari bagian kiri atas ke bawah dengan menggunakan jari-jari tangan kanan membentuk huruf "I".

Love, Pijatlah perut bayi membentuk huruf "L" terbalik, mulai dari kanan atas ke kiri atas, kemudian dari kiri atas ke kiri bawah.

You, Pijatlah perut bayi membentuk huruf "U" terbalik, mulai dari kanan bawah (daerah usus buntu) keatas, kemudian ke kiri, kebawah dan berakhir diperut kiri bawah.



e. Gelembung atau jari-jari berjalan (*walking fingers*)

Letakkan ujung jari - jari satu tangan pada perut bayi bagian kanan. Gerakan jari - jari pada perut bayi dari bagian kanan ke bagian kiri guna mengeluarkan gelembung - gelembung udara.



3. Dada

a. Jantung besar

Gunakanlah kembali essensial oil lavender 7-10 tetes untuk memudahkan pemijatan. Buatlah gerakan yang menggambarkan jantung dengan meletakkan ujung - ujung jari kedua telapak tangan ditengah dada bayi atau di ulu hati. Buat gerakan ke atas sampai di bawah leher, kemudian di samping diatas tulang selangka, lalu ke bawah membentuk jantung dan kembali ke ulu hati.



b. Kupu-kupu

Buatlah gerakan diagonal seperti gambar kupu -kupu, dimulai dengan tangan kanan membuat gerakan memijat menyilang dari tengah dada atau ulu hati ke arah bahu kanan dan kembali ke ulu hati. Gerakan tangan kiri ke bahu kiri dan kembali ke ulu hati.



4. Tangan

a. Memijat ketiak (*armpits*)

Gunakanlah essensial oil lavender secukupnya. Buat gerakan memijat pada daerah ketiak dari atas ke bawah. Apabila ada pembengkakan kelenjar di daerah ketiak, sebaiknya gerakan ini tidak dilakukan.



b. Perahan cara india

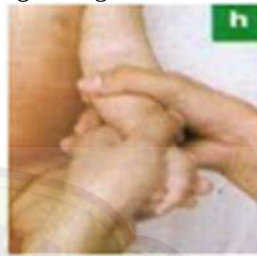
Arah pijatan cara India adalah pijatan yang menjauhi tubuh. Guna pemijatan cara ini adalah untuk relaksasi atau melemaskan otot. Peganglah lengan bayi bagian pundak dengan tangan kanan seperti memegang pemukul *soft ball*, tangan kiri memegang pergelangan tangan bayi.

Gerakan tangan kanan mulai dari bagian pundak ke arah pergelangan tangan, kemudian gerakkan tangan kiri dari pundak ke arah pergelangan tangan.

Demikian seterusnya, gerakan tangan kanan dan kiri ke bawah secara bergantian dan berulang - ulang seolah memerah susu sapi.



- c. Peras dan putar
Peras dan putar lengan bayi dengan lembut mulai dari pundak ke pergelangan tangan.



- d. Membuka tangan
Pijat telapak tangan dengan kedua ibu jari, dari perelangan tangan kearah jari-jari.



- e. Putar jari-jari
Pijat lembut jari bayi satu per satu menuju kearah ujung jari dengan gerakan memutar. Akhirilah gerakan ini dengan tarikan lembut pada tiap ujung jari.



- f. Punggung tangan
Letakkan tangan bayi diantara kedua tangan. Usap punggung tangannya dari pergelangan tangan kearah jari-jari dengan lembut.



- g. Peras dan putar pergelangan tangan
Peraslah sekeliling pergelangan tangan dengan ibu jari dan jari telunjuk.



- h. Perahan cara Swedia
Arah pijatan cara swedia adalah dari pergelangan tangan ke arah badan. Pijatan ini berguna untuk mengalirkan darah ke jantung dan paru-paru.

- 1) Gerakkan tangan kanan dan kiri secara bergantian mulai dari pergelangan tangan kanan bayi ke arah pundak.
- 2) Lanjutkan dengan pijatan dari pergelangan kiri bayi ke arah pundak.



- i. Gerakan menggulung
Peganglah lengan bagian atas atau bahu dengan kedua telapak tangan. Bentuk gerakan menggulung dari pangkal lengan menuju ke arah pergelangan tangan atau jari-jari.



5. Muka

- a. Dahi : menyetrika dahi (open book)
Letakkan jari - jari kedua tangan pada pertengahan dahi. Tekankan jari - jari dengan lembut mulai dari tengah dahi keluar ke samping kanan dan kiri seolah menyetrika dahi atau membuka lembaran buku.
Gerakan kebawah ke daerah pelipis, buatlah lingkaran - lingkaran kecil didaerah pelipis, kemudian gerakkan kedalam melalui daerah pipi dibawah mata.



- b. Alis : menyetrika alis
Letakkan kedua ibu jari diantara kedua alis mata. Gunakan kedua ibu jari untuk memijat secara lembut pada alis mata dan diatas kelopak mata, mulai dari tengah ke samping seolah menyetrika alis.



- c. Hidung : senyum I
Letakkan kedua ibu jari pada pertengahan alis. Tekankan ibu jari dari pertengahan kedua alis turun melalui tepi hidung kearah pipi dengan membuat gerakan kesamping dan ke atas seolah membuat bayi tersenyum.



- d. Mulut bagian atas : senyum II
Letakkan kedua ibu jari diatas mulut dibawah sekat hidung. Gerakkan kedua ibu jari dari tengah ke samping dan ke atas ke daerah pipi seolah membuat bayi senyum.



- e. Mulut bagian bawah : senyum III
Letakkan kedua ibu jari ditengah dagu. Tekankan dua ibu jari pada dagu dengan gerakan dari tengah ke samping, kemudian ke atas kearah pipi seolah membuat bayi senyum.



- f. Lingkaran kecil di rahang (*small circles around jaw*)
 Dengan jari kedua tangan, buatlah lingkaran-lingkaran kecil di daerah rahang bayi.



- g. Belakang telinga
 Dengan mempergunakan ujung - ujung jari, berikan tekanan lembut daerah belakang telinga kanan dan kiri. Gerakkan kearah pertengahan dagu dibawah dagu.



6. Punggung
 a. Gerakan maju mundur (kursi goyang)
 Teteskan secukupnya essensial oil lavender pada kedua tangan. Tengkurapkan bayi melintang didepan dengan kepala disebelah kiri dan kaki disebelah kanan. Pijatlah sepanjang punggung bayi dengan gerkan maju mundur menggunakan kedua telapak tangan, dari bawah leher sampai kepantat bayi, lalu kembali lagi ke leher.



- b. Gerakan menyetrika
 Pegang pantat bayi dengan tangan kanan. Dengan tangan kiri, pijatlah mulai dari leher kebawah sampai bertemu dengan tangan kanan yang menahan pantat bayi seolah menyetrika punggung.



- c. Gerakan menyetrika dan mengangkat kaki
Ulangi gerakan menyetrika punggung, hanya kali ini tangan kanan memegang kaki bayi dan gerakan dilanjutkan sampai ke tumit kaki bayi.
- d. Gerakan melingkar
Dengan jari-jari kedua tangan, buatlah gerakan-gerakan melingkar kecil - kecil mulai dari batas temgkuk turun kebawah disebelah kanan dan kiri tulang punggung sampai pantat. Mulai dengan lingkaran - lingkaran kecil didaerah leher, kemudian lingkaran yang lebih besar didaerah pantat.



- e. Gerakan menggaruk
Tekankan dengan lembut kelima jari-jari tangan kanan anda pada punggung bayi. Buat gerakan menggaruk kebawah memanjang sampai kepantat bayi.



Lampiran 3. *Informed Consent*

Lampiran 3. Informed Consent

PERNYATAAN PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Informed Consent

Saya menyatakan bahwa bersedia anak saya menjadi responden bagi penulis.

Dengan menandatangani lembar ini, maka saya :

Nama : Siti Nur Hidayah / Anif Hidayah
Umur : 27 tahun
Alamat : Watu 20 3/2

Identitas Anak

Nama : An. Ayra Nur Umi 29.
Tanggal Lahir : 16 Mei 2022.
Jenis Kelamin : Perempuan.

Memberikan persetujuan pada anak saya menjadi responden peneliti yang dilakukan oleh mahasiswa D3 Kebidanan Universitas Muhammadiyah Gombong, saya mengerti bahwa saya menjadi bagian dari penelitian ini yang bertujuan untuk mengetahui tentang "Penerapan Pijat Bayi dengan Essensial Oil Lavender terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan". Saya mengerti bahwa data mengenai diri saya dan anak saya dalam penelitian ini akan dijaga kerahasiannya oleh peneliti. Semua berkas yang cantumkan identitas saya dan identitas anak saya hanya digunakan untuk keperluan pengolahan data.

Demikian secara sukarela dan tidak ada unsur paksaan dari siapa pun, saya bersedia berperan serta dalam penelitian.

Mahasiswa


(Nur Injiyah)

04 Mei 2022

Wali Responden


(Siti Nur Hidayah)

Lampiran 3. Informed Consent

PERNYATAAN PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Informed Consent

Saya menyatakan bahwa bersedia anak saya menjadi responden bagi penulis.

Dengan menandatangani lembar ini, maka saya :

Nama : Isti fatu tuana /kufanda
Umur : 28 tahun
Alamat : Tambakrejo 6101101

Identitas Anak

Nama : Muhammad Kevin Alvaro
Tanggal Lahir : 10-7-2021
Jenis Kelamin : Laki-laki

Memberikan persetujuan pada anak saya menjadi responden peneliti yang dilakukan oleh mahasiswa D3 Kebidanan Universitas Muhammadiyah Gombong, saya mengerti bahwa saya menjadi bagian dari penelitian ini yang bertujuan untuk mengetahui tentang " Penerapan Pijat Bayi dengan Essential Oil Lavender terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan". Saya mengerti bahwa data mengenai diri saya dan anak saya dalam penelitian ini akan dijaga kerahasiannya oleh peneliti. Semua berkas yang cantumkan identitas saya dan identitas anak saya hanya digunakan untuk keperluan pengolahan data.

Demikian secara sukarela dan tidak ada unsur paksaan dari siapa pun, saya bersedia berperan serta dalam penelitian.

Mahasiswa

Anus

(Nur Injiyah)

...21...MB...2022

Wali Responden

Imi

Isti fatu tuana

Lampiran 3. Informed Consent

PERNYATAAN PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Informed Consent

Saya menyatakan bahwa bersedia anak saya menjadi responden bagi penulis.
Dengan menandatangani lembar ini, maka saya :

Nama : *Muhammad Nur / Suwardi*
Umur : *37 thn*
Alamat : *Cercong 1/6*

Identitas Anak

Nama : *Nevan Putra Kasafani*
Tanggal Lahir : *22-11-2022*
Jenis Kelamin : *Laki - Laki*

Memberikan persetujuan pada anak saya menjadi responden peneliti yang dilakukan oleh mahasiswa D3 Kebidanan Universitas Muhammadiyah Gombong, saya mengerti bahwa saya menjadi bagian dari penelitian ini yang bertujuan untuk mengetahui tentang " Penerapan Pijat Bayi dengan Essensial Oil Lavender terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan". Saya mengerti bahwa data mengenai diri saya dan anak saya dalam penelitian ini akan dijaga kerahasiannya oleh peneliti. Semua berkas yang cantumkan identitas saya dan identitas anak saya hanya digunakan untuk keperluan pengolahan data.

Demikian secara sukarela dan tidak ada unsur paksaan dari siapa pun, saya bersedia berperan serta dalam penelitian.

Mahasiswa

(Nur Injiyah)

...*04*...*Mei*...2023

Wali Responden

(Muhammad Nur)

Lampiran 3. Informed Consent

PERNYATAAN PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Informed Consent

Saya menyatakan bahwa bersedia anak saya menjadi responden bagi penulis.

Dengan menandatangani lembar ini, maka saya :

Nama : Ti Mujiatih / slamet Surtpto
Umur : 30 thn
Alamat : Pandan Lor 5/3

Identitas Anak

Nama : An. Qiyana Cestar
Tanggal Lahir : 28.8.2022
Jenis Kelamin : Perempuan

Memberikan persetujuan pada anak saya menjadi responden peneliti yang dilakukan oleh mahasiswa D3 Kebidanan Universitas Muhammadiyah Gombong, saya mengerti bahwa saya menjadi bagian dari penelitian ini yang bertujuan untuk mengetahui tentang " Penerapan Pijat Bayi dengan Essensial Oil Lavender terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan". Saya mengerti bahwa data mengenai diri saya dan anak saya dalam penelitian ini akan dijaga kerahasiannya oleh peneliti. Semua berkas yang cantumkan identitas saya dan identitas anak saya hanya digunakan untuk keperluan pengolahan data.

Demikian secara sukarela dan tidak ada unsur paksaan dari siapa pun, saya bersedia berperan serta dalam penelitian.

Mahasiswa



(Nur Injiyah)

09 Mei 2022

Wali Responden


Ti Mujiatih

Lampiran 3. Informed Consent

PERNYATAAN PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Informed Consent

Saya menyatakan bahwa bersedia anak saya menjadi responden bagi penulis.

Dengan menandatangani lembar ini, maka saya :

Nama : Mimbanyatun

Umur : 29 thn

Alamat : Brecong 1/2

Identitas Anak

Nama : Hesga putri Kasofani

Tanggal Lahir : 22-11-2022

Jenis Kelamin : Perempuan

Memberikan persetujuan pada anak saya menjadi responden peneliti yang dilakukan oleh mahasiswa D3 Kebidanan Universitas Muhammadiyah Gombong, saya mengerti bahwa saya menjadi bagian dari penelitian ini yang bertujuan untuk mengetahui tentang " Penerapan Pijat Bayi dengan Essensial Oil Lavender terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan". Saya mengerti bahwa data mengenai diri saya dan anak saya dalam penelitian ini akan dijaga kerahasiannya oleh peneliti. Semua berkas yang cantumkan identitas saya dan identitas anak saya hanya digunakan untuk keperluan pengolahan data.

Demikian secara sukarela dan tidak ada unsur paksaan dari siapa pun, saya bersedia berperan serta dalam penelitian.

Mahasiswa

(Nur Injiyah)

...09...MU...2023

Wali Responden

(MIMBANYATUN)

Lampiran 4. Hasil *pre test* responden sebelum intervensi pijat bayi dengan *essensial oil lavender*

Responden 1

Set 1 2 3 4 5 6

Lampiran 2. Kuisioner BSCQ (Pre-Test)

LEMBAR KUISIONER

PENYERAPAN PIJAT BAYI DENGAN ESSENSIAL OIL LAVENDER TERHADAP KULITAS TIDUR BAYI USIA 3-12 BULAN

Petunjuk: Pengisian

- Tanyakan pada petugas jika ada pertanyaan yang belum dimengerti.
- Berikan jawaban dengan memberi tanda centang (✓) pada jawaban yang paling sesuai.
- Nomor responden diisi petugas.

A. Data Umum

- Responden
 - Nama Bayi : Uq. A
 - Nomor Responden : 1
- Usia Bayi
 - ☐ 3-6 bulan
 - ☐ 7-9 bulan
 - ☒ 10-12 bulan
- Jenis Kelamin
 - ☐ Laki-laki
 - ☒ Perempuan
- Status Kesehatan
 - ☒ Sehat
 - ☐ Sakit

3. Apakah bayi sebelumnya sudah mendapatkan pijat bayi?

☐ Sudah

☒ Belum

B. DATA KHUSUS

No.	Ukuran Tidur	1 Tidak Masalah	2 Masalah Ringan	3 Masalah Berat
1.	Durasi tidur malam (Jam 19.00-07.00 WIB)	()	(✓)	()
2.	Durasi tidur siang (Jam 07.00-19.00 WIB)	()	()	(✓)
3.	Jumlah terbangun saat tidur malam (Mulai Jam 22.00-06.00 WIB)	()	()	(✓)
4.	Tidur tepat waktu pada malam hari (Tepat waktu pada saat mau tidur malam dengan hari-hari sebelumnya)	()	()	(✓)

5. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

1	2	3	4
()	()	()	(✓)

6. Masalah terbangun

7. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

8. Masalah terbangun

9. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

10. Masalah terbangun

11. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

12. Masalah terbangun

13. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

14. Masalah terbangun

15. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

16. Masalah terbangun

17. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

18. Masalah terbangun

19. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

20. Masalah terbangun

21. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

22. Masalah terbangun

23. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

24. Masalah terbangun

25. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

26. Masalah terbangun

27. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

28. Masalah terbangun

29. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

30. Masalah terbangun

31. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

32. Masalah terbangun

33. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

34. Masalah terbangun

35. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

36. Masalah terbangun

37. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

38. Masalah terbangun

39. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

40. Masalah terbangun

41. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

42. Masalah terbangun

43. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

44. Masalah terbangun

45. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

46. Masalah terbangun

47. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

48. Masalah terbangun

49. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

50. Masalah terbangun

51. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

52. Masalah terbangun

53. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

54. Masalah terbangun

55. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

56. Masalah terbangun

57. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

58. Masalah terbangun

59. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

60. Masalah terbangun

61. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

62. Masalah terbangun

63. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

64. Masalah terbangun

65. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

66. Masalah terbangun

67. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

68. Masalah terbangun

69. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

70. Masalah terbangun

71. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

72. Masalah terbangun

73. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

74. Masalah terbangun

75. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

76. Masalah terbangun

77. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

78. Masalah terbangun

79. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

80. Masalah terbangun

81. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

82. Masalah terbangun

83. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

84. Masalah terbangun

85. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

86. Masalah terbangun

87. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

88. Masalah terbangun

89. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

90. Masalah terbangun

91. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

92. Masalah terbangun

93. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

94. Masalah terbangun

95. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

96. Masalah terbangun

97. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

98. Masalah terbangun

99. Durasi terbangun selama jam malam (Durasi jam terbangun)

100. Masalah terbangun

Responden 2

☒ Ya ☐ Tidak ☐ Tidak Tahu

Lembar 2: Kuisioner RNO (100 % Ya)

LEMBAR KUISIONER
 PENYERAPAN PIAT HAYI DENGAN PENSIKANAN 400 TAVENILER
 TERHADAP KUALITAS TIDUR HAYI NIA + 12 BULAN

Petunjuk Pengisian:
 1. Donasi pada petak yang jika petak yang belum diisi.
 2. Berikan jawaban dengan memberi tanda centang (x) pada petak yang paling sesuai.
 3. Nomor responden diisi petak.

A. Data Umum

1. Responden:
 Nama Bayi : **U.S. M.**
 Nomor Responden : **2**

2. Usia (hari):
☐ 3-6 bulan
☐ 7-9 bulan
☒ 10-12 bulan

3. Jenis Kelamin:
☒ Laki-laki
☐ Perempuan

4. Status Kesehatan:
☒ Sehat
☐ Sakit

5. Apakah bayi sebelumnya sudah mendapatkan piat hayi?
☐ Sudah
☒ Belum

B. DATA KHUSUS

No	Uraian Tes	3 Tidak Masalah	2 Masalah Ringan	1 Masalah Berat
1	Durasi tidur malam (Jam 19.00-07.00 WIB)	()	(✓)	()
2	Durasi tidur siang (Jam 07.00-19.00 WIB)	()	()	(✓)
3	Jumlah terbangun saat tidur malam (Mulai jam 22.00-06.00 WIB)	()	(✓)	()
4	Tidur tepat waktu pada malam hari (tepat waktu pada saat mau tidur malam dengan hari-hari sebelumnya)	()	()	(✓)

5. Durasi terbangun selama jam malam (Jumlah jam terbangun)

	3	2	1
Durasi terbangun selama jam malam	()	(✓)	()

Keterangan:
 1. Durasi tidur malam (Jam 19.00-07.00 WIB)
 a. Masalah berat : Tidur kurang dari 3 jam semalam
 b. Masalah ringan : Tidur 3 jam semalam
 c. Tidak masalah : Tidur lebih dari 9 jam semalam

2. Durasi tidur siang (Jam 07.00 - 19.00 WIB)
 a. Masalah berat : Tidur kurang dari 2 jam
 b. Masalah ringan : Tidur 2 jam
 c. Tidak masalah : Tidur siang lebih dari 4 jam

3. Jumlah terbangun saat tidur malam (Mulai jam 22.00-06.00 WIB)
 a. Masalah berat : Terbangun lebih dari 3 kali dan lama terbangun lebih dari 1 jam
 b. Masalah ringan : Terbangun kurang dari 3 kali dan lama terbangun kurang dari 1 jam
 c. Tidak masalah : Terbangun kurang dari 2 kali

4. Tidur tepat waktu malam hari (Tepat waktu pada saat mau tidur malam dengan hari-hari sebelumnya)
 a. Masalah berat : Tidak tepat waktu dan sedikit lebih dari 3 jam
 b. Masalah ringan : Tidak tepat waktu dan sedikit kurang dari 1 jam

Latihan 2: Kuis Interaksi (100 %)

LEMBAR KUNYER

PENERAPAN FIAT BAYINDARAN-INSPEKSI OR LANTANER
FIRMANAP KOTIKAS HUBUNYANSA M2BULAN

Penugasan: Pengisian

- Tentukan pada pengisian jika ada pengisian yang belum terisi.
- Berikan jawaban dengan simbol tanda centang (✓) pada jawaban yang paling benar.
- Simbol representasi di bawah.

A. Data Umum

- Responden
 - Nama Diri: **Ng. M**
 - ☒ Nomor Responden
- Aspek Hasil
 - ☒ Substansi
 - ☐ Kualitas
 - ☐ Kuantitas
- Jenis Kegiatan
 - ☒ Lantanner
 - ☐ Pengisian
- Status Keaktifan
 - ☒ Aktif
 - ☐ Tidak

A.	Daftar kegiatan selama jam makan (jumlah jam terbangan)	1	2	3
			☒	

Keputusan: 100 % = 100 %

Keterangan:

- Daftar (tidak makan) (jam 10:00-12:00 WIB)
 - Masalah berat: Tidak terisi dari 3 jam sebelum
 - Masalah ringan: Tidak terisi dari 3 jam sebelum
 - Tidak masalah: Tidak terisi dari 3 jam sebelum
- Daftar (tidak makan) (jam 12:00 - 14:00 WIB)
 - Masalah berat: Tidak terisi dari 2 jam
 - Masalah ringan: Tidak terisi dari 2 jam
 - Tidak masalah: Tidak terisi dari 4 jam
- Kendali (terbangan) saat tidak makan (Mula jam 12:00-06:00 WIB)
 - Masalah berat: Terbangan lebih dari 3 kali dan lama terbangun lebih dari 1 jam
 - Masalah ringan: Terbangan kurang dari 3 kali dan lama terbangun kurang dari 1 jam
 - Tidak masalah: Terbangan kurang dari 2 kali
- Tidak tepat waktu makan hari (Tepat waktu pada saat akan tidur malam dengan hari-hari sebelumnya)
 - Masalah berat: Tidak tepat waktu dan setelah lebih dari 3 jam
 - Masalah ringan: Tidak tepat waktu dan setelah lebih dari 2 jam
 - Tidak masalah: Tidak tepat waktu dan setelah lebih dari 1 jam

Responden 4

Survei 2019/2020 : 6

Lampiran 2: Kuesioner BSC (Pre-Test)

LEMBAR KUESIONER

PENERAPAN PIAT BAYI DENGAN ESSENSE OIL LAVENDER TERHADAP SUELTAS TIDUR BAYI USIA 3-12 BULAN

Petunjuk Pengisian

- Tanyakan pada orang tua jika ada pertanyaan yang belum dimengerti.
- Berikan jawaban dengan memberi tanda centang (X) pada jawaban yang paling sesuai.
- Isilah nomor responden di bagian pertama.

A. DATA UMUM

- Responden:
 - Nama Bayi : ☒ B - Q
 - Umur Responden : ☒ 1
- Usia Bayi:
 - ☐ 3-6 bulan
 - ☒ 7-9 bulan
 - ☐ 10-12 bulan
- Jenis Kelamin:
 - ☐ Laki-laki
 - ☒ Perempuan
- Status Kesehatan:
 - ☒ Sehat
 - ☐ Sakit

5. Apakah bayi sebelumnya sudah mendapatkan pijat bayi?

☒ Sudah

☐ Belum

B. DATA KHUSUS

No.	Ukuran Tidur	3	2	1
		Tidak Masalah	Mudah Ringan	Mudah Berat
1.	Durasi tidur malam (Jam 19.00-07.00 WIB)	☐	☒	☐
2.	Durasi tidur siang (Jam 07.00-19.00 WIB)	☐	☐	☒
3.	Jumlah terbangun saat tidur malam (Mulai jam 22.00-06.00 WIB)	☐	☐	☒
4.	Tidur tepat waktu pada malam hari (tepat waktu pada saat mau tidur malam dengan hari-hari sebelumnya)	☐	☐	☒

5. Durasi terjaga selama jam malam (Jumlah jam terbangun)

	3	2	1
	☐	☐	☒

Keterangan:

- Durasi tidur malam (Jam 19.00-07.00 WIB)
 - a. Masalah berat : Tidur kurang dari 3 jam semalam
 - b. Masalah ringan : Tidur 6 jam semalam
 - c. Tidak masalah : Tidur lebih dari 9 jam semalam
- Durasi tidur siang (Jam 07.00 - 19.00 WIB)
 - a. Masalah berat : Tidur kurang dari 2 jam
 - b. Masalah ringan : Tidur 2 jam
 - c. Tidak masalah : Tidur siang lebih dari 4 jam
- Jumlah terbangun saat tidur malam (Mulai jam 22.00-06.00 WIB)
 - a. Masalah berat : Terbangun lebih dari 3 kali dan lama terbangun lebih dari 1 jam
 - b. Masalah ringan : Terbangun kurang dari 3 kali dan lama terbangun kurang dari 1 jam
 - c. Tidak masalah : Terbangun kurang dari 2 kali
- Tidur tepat waktu malam hari (Tepat waktu pada saat mau tidur malam dengan hari-hari sebelumnya)
 - a. Masalah berat : Tidak tepat waktu dan selisih lebih dari 3 jam
 - b. Masalah ringan : Tidak masalah
 - c. Tidak masalah : Tepat waktu pada saat akan tidur malam dengan hari-hari sebelumnya
- Durasi terjaga selama jam malam (Jumlah jam terbangun)
 - a. Masalah berat : Bisa tidur lagi setelah lebih dari 3 jam
 - b. Masalah ringan : Bisa tidur lagi setelah lebih dari 2 jam
 - c. Tidak masalah : Bisa tidur lagi kurang dari 1 jam

Responden 5

Survei / 2 + (1 x 1414) x 2

Lampiran 2. Kuesioner BISO (for Test)

LEMBAR KUESIONER

PENGUJAPAN PIJAT BAYI DENGAN ESSENSIAL OIL LAVENDER TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI USIA 1-12 BULAN

Pemerik: Pengisian

- Tanyakan pada orangtua jika ada pertanyaan yang belum dimengerti.
- Berikan jawaban dengan memberi tanda centang (✓) pada jawaban yang paling sesuai.
- Notasi respon untuk isi pertanyaan.

A. Data Umum

- Responden
 - Nama Bayi : **Bg. H**
 - Nama Responden : ☒
- Usia Bayi
 - 3-6 bulan ☒
 - 7-9 bulan ☐
 - 10-12 bulan ☐
- Jenis Kelamin
 - Laki-laki ☐
 - Perempuan ☒
- Status Kesehatan
 - Sakit ☒
 - Sakit ☐

5. Data Terjaga

semana jam malam	semana jam malam	semana jam malam	semana jam malam
01.00-03.00	03.00-05.00	05.00-07.00	07.00-09.00
()	()	()	(✓)

Tanggal Survei : **6. majuank Ringan**

5. Apakah bayi/selengkapnya sudah mendapatkan pijat bayi?

☐ Sudah

☒ Belum

B. DATA KHUSUS

No	Ukuran Tidur	3	2	1
		Tidak Masalah	Masalah Ringan	Masalah Berat
1.	Durasi tidur malam (Jam 19.00-07.00 WIB)	()	(✓)	()
2.	Durasi tidur siang (Jam 07.00-19.00 WIB)	()	()	(✓)
3.	Frekuensi terbangun saat tidur malam (Mulai jam 22.00-06.00 WIB)	()	()	(✓)
4.	Tidur tepat waktu pada malam hari (tepat waktu pada saat mau tidur malam dengan hari-hari sebelumnya)	()	()	(✓)

6. Masalah ringan : Tidak tepat waktu dan sedikit kurang dari 1 jam

7. Tidak masalah : Tepat waktu pada saat mau tidur malam dengan hari-hari sebelumnya

8. Durasi terpisahkan selama jam malam (mulai jam terbangun)

a. Masalah berat : Bisa tidur lagi setelah lebih dari 3 jam

b. Masalah ringan : Bisa tidur lagi setelah lebih dari 2 jam

c. Tidak masalah : Bisa tidur lagi kurang dari 1 jam

Lampiran 5. Hasil *post test* responden sesudah intervensi pijat bayi dengan *essensial oil lavender*

Responden 1

Survei : 114-1312-13 • 14

Lampiran 2. Kuesioner RIMY (C. PIN 101)

LEMBAR KUESIONER

PENERAPAN PIJAT BAYI DENGAN ESSENSIAL OIL LAVENDER TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI USIA 3-12 BULAN

Petunjuk Pengisian

- Tentukan pada pengisian jika ada pertanyaan yang belum dimengerti.
- Berikan jawaban dengan memberi tanda centang (✓) pada jawaban yang paling sesuai.
- Nama responden diisi panjang.

A. Data Umum

- Responden
 - Nama Bayi : **Bg. A**
 - Nomor Responden : ☐
- Usia Bayi
 - ☐ 3-6 bulan
 - ☐ 7-9 bulan
 - ☒ 10-12 bulan
- Jenis Kelamin
 - ☐ Laki-laki
 - ☒ Perempuan
- Status Kesehatan
 - ☒ Sehat
 - ☐ Sakit

B. DATA KHUSUS

No.	Uraian Tindakan	1 Tidak Masalah	2 Masalah Ringan	3 Masalah Berat
1.	Durasi tidur malam (Jam 19.00-07.00 WIB)	(✓)	()	()
2.	Durasi tidur siang (Jam 07.00-19.00 WIB)	()	(✓)	()
3.	Jumlah terbangun saat tidur malam (Mula jam 22.00-06.00 WIB)	(✓)	()	()
4.	Tidur tepat waktu pada malam hari (Tepat waktu pada saat tidur malam dengan hari-hari sebelumnya)	(✓)	()	()

5. Durasi terjaga selama jam malam (durasi jam terbangun)

1	2	3
(✓)	()	()

Keterangan:

- Durasi tidur malam (Jam 19.00-07.00 WIB)
 - a. Masalah berat : Tidur kurang dari 3 jam semalam
 - b. Masalah ringan : Tidur 3 jam semalam
 - c. Tidak masalah : Tidur lebih dari 3 jam semalam
- Durasi tidur siang (Jam 07.00 - 19.00 WIB)
 - a. Masalah berat : Tidur kurang dari 2 jam
 - b. Masalah ringan : Tidur 2 jam
 - c. Tidak masalah : Tidur siang lebih dari 4 jam
- Jumlah terbangun saat tidur malam (Mula jam 22.00-06.00 WIB)
 - a. Masalah berat : Terbangun lebih dari 3 kali dan lama terbangun lebih dari 1 jam
 - b. Masalah ringan : Terbangun kurang dari 3 kali dan lama terbangun kurang dari 1 jam
 - c. Tidak masalah : Terbangun kurang dari 2 kali
- Tidur tepat waktu malam hari (Tepat waktu pada saat tidur malam dengan hari-hari sebelumnya)
 - a. Masalah berat : Tidak tepat waktu dan selisih kurang dari 3 jam
 - b. Masalah ringan : Tepat waktu pada saat tidur malam dengan hari-hari sebelumnya
 - c. Tidak masalah : Bisa tidur lagi kurang dari 3 jam

Responden 2

Lampiran 2. Kuesioner (RISQ) (Tesi - Tra)

LEMBAR KUISOMONER

PENYURUTAN PATAH BAYI DENGAN ESSENTIAL OIL LAVENDER TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI SIA 3-12 BULAN

Pengantar: Pengisian

- Tanyakan pada pengisi (jika ada pertanyaan yang belum dimengerti)
- Berikan jawaban dengan memberi tanda centang (X) pada jawaban yang paling sesuai.
- Nomee responden di bawah ini.

A. Data Umum

- Responden:
 - Nama Bayi : **Agus**
 - Nomor Responden : **2**
- Usia Bayi:
 - ☐ 3-6 bulan
 - ☐ 7-9 bulan
 - ☒ 10-12 bulan
- Jenis Kelamin:
 - ☒ Laki-laki
 - ☐ Perempuan
- Status Kesehatan:
 - ☒ Sehat
 - ☐ Sakit

5. Apakah bayi sebelumnya sudah mendapatkan obat bayi?

☒ Tidak

☐ Iya

B. DATA KHUSUS

No.	Uraian Tidur	1	2	3
	Tidak Masalah	Masalah Ringan	Masalah Berat	
1. Durasi tidur malam (Jam 19.00-07.00 WIB)	☒	☐	☐	
2. Durasi tidur siang (Jam 07.00-19.00 WIB)	☒	☐	☐	
3. Jumlah terbangun saat tidur malam (Mula jam 22.00-00.00 WIB)	☒	☐	☐	
4. Tidur tepat waktu pada malam hari (Tepat waktu pada saat akan tidur malam dengan baik dan sebetulnya)	☒	☐	☐	

5. Durasi terjaga selama jam malam (Ditandai jam terbangun)

	1	2	3
	☒	☐	☐

Tanda: 1 = 1 kali terbangun, 2 = 2 kali terbangun, 3 = 3 kali terbangun

Keterangan:

- Durasi tidur malam (Jam 19.00-07.00 WIB):
 - a. Masalah berat : Tidur kurang dari 3 jam semalam
 - b. Masalah ringan : Tidur 3 jam semalam
 - c. Tidak masalah : Tidur lebih dari 9 jam semalam
- Durasi tidur siang (Jam 07.00 - 19.00 WIB):
 - a. Masalah berat : Tidur kurang dari 2 jam
 - b. Masalah ringan : Tidur 2 jam
 - c. Tidak masalah : Tidur siang lebih dari 4 jam
- Jumlah terbangun saat tidur malam (Mula jam 22.00-00.00 WIB):
 - a. Masalah berat : Terbangun lebih dari 3 kali dan lama terbangun lebih dari 1 jam
 - b. Masalah ringan : Terbangun kurang dari 3 kali dan lama terbangun kurang dari 1 jam
 - c. Tidak masalah : Terbangun kurang dari 3 kali
- Tidur tepat waktu malam hari (Tepat waktu pada saat akan tidur malam dengan baik dan sebetulnya):
 - a. Masalah berat : Tidak tepat waktu dan sudah lebih dari 3 jam
 - b. Masalah ringan : Bisa tidur lagi setelah lebih dari 2 jam
 - c. Tidak masalah : Bisa tidur lagi kurang dari 1 jam

Dot : 247-14242 + 12

Lampiran 2: Kuisioner BISO (5 poin = 50%)

LEMBAR KUISIONER

PENILAIAN PIAT BAWI DENGAN ESSENSIAL OIL LAVENDER
TERHADAP KESITIHATAN BAWI USIA 3-12 BULAN

Petunjuk Pengisian

1. Tampilkan pada pengisi jika ada pertanyaan yang belum dimengerti.
2. Berikan jawaban dengan memberi tanda centang (X) pada jawaban yang paling sesuai.
3. Nomor respondents di pengisi.

A. Data Umum

1. Responden

Nama Bayi : Dg. H
☒ Nomor Responden

2. Usia Bayi

☒ 1-6 bulan
☐ 7-9 bulan
☐ 10-12 bulan

3. Jenis Kelamin

☒ Laki-laki
☐ Perempuan

4. Status Kesehatan

☒ Sehat
☐ Sakit

X	Dietasi terbagi		
	sebelum dan sesudah (dalam jam kehidupan)	(✓)	()

Skor Diet = (✓ + X) x 25 = 50

Keterangan:

1. Dietasi lebih banyak dari 19.00-07.00 WIB
 - a. Maksimal berat : 1 liter kurang dari 3 jam kemudian
 - b. Maksimal ringan : 1 liter 6 jam kemudian
 - c. Tidak sesuai : Tidak lebih dari 6 jam kemudian
2. Dietasi lebih sering dari 07.00 - 19.00 WIB
 - a. Maksimal berat : 1 liter kurang dari 2 jam
 - b. Maksimal ringan : 1 liter 2 jam
 - c. Tidak sesuai : 1 liter yang lebih dari 4 jam
3. Jumlah terbagi sesuai standar (Maksimal 22.00-06.00 WIB)
 - a. Maksimal berat : Terbagi lebih dari 3 kali dan lebih terbagi
(lebih dari 3 jam)
 - b. Maksimal ringan : Terbagi kurang dari 3 kali dan lebih terbagi
(kurang dari 3 jam)
 - c. Tidak sesuai : 2 terbagi kurang dari 2 kali
4. Pola tidur sesuai standar (Tapi waktu tidur saat malam malam dengan kondisi sebelum tidur)
 - a. Maksimal berat : Tidak tepat waktu dan sudah lebih dari 3 jam

Apakah data sebagai berikut adalah merupakan pirat data?

☒ Ya
☐ Tidak

B. DATA KUEKUN

No.	Yasman, Tahir	1	2	3
		Tahit	Masalah	Masalah
		Masalah	Ringan	Berat
1	Dokter tidak masalah (Jan 19 08-07 10 WHT) y	(✓)	()	()
2	Dokter tidak senang (Jan 07 08-10 08 WHT) y	(✓)	()	()
3	Jumlah keributan sakit tidak masalah y Mafia Jan 22 08- (06 00) WHT y	(✓)	()	()
4	Tidak dapat bekerja pada malam hari stres waktu rumah sakit pada rumah masalah dengan hari- hari kehidupan y	(✓)	()	()

h. Masalah ringan : Tidak dapat bekerja secara normal dari 1 jam

i. Tidak masalah : Tidak ada pada saat akan tidak masalah dengan hari-hari selanjutnya

5. Dokter bertanya apakah ada masalah lain (lain dari jam terbangnya)

a. Masalah berat : Bisa tidak lagi bekerja lebih dari 3 jam

b. Masalah ringan : Bisa tidak lagi bekerja lebih dari 2 jam

c. Tidak masalah : Bisa tidak lagi bekerja lebih 1 jam

Responden 4

Survei : 2024345946 : 14

Import 2: Kuesioner (RS) (100 Item)

LEMBAR KUESIONER

PENERAPAN PIAT BAYI DENGAN ESSENSIAL OIL LAVENDER TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI USIA 5-12 BULAN

Petunjuk Penulisan

- Tanyakan pada pengisi jika ada pertanyaan yang belum dimengerti.
- Berikan jawaban dengan memberi tanda centang (✓) pada jawaban yang paling sesuai.
- Selesaikan responden ini dengan cepat.

A. Data Umum

1. Responden

Nama Bayi : **Bq - G**

☒ Skema Responden

2. Usia Bayi

☐ 1-6 bulan

☒ 7-12 bulan

☐ 13-18 bulan

3. Jenis Kelamin

☐ Laki-laki

☒ Perempuan

4. Status Kesehatan

☒ Sehat

☐ Sakit

5. Apakah bayi sebelumnya sudah mendapatkan pijat bayi?

☒ Sudah

☐ Belum

B. DATA KHUSUS

No.	Ukuran Tidur	1 Tidak Masuk	2 Masuk Ringan	3 Masuk Berat
1.	Durasi tidur malam (jam 19.00-07.00 WIB)	(✓)	()	()
2.	Durasi tidur siang (jam 07.00-19.00 WIB)	()	(✓)	()
3.	Jumlah terbangun saat tidur malam (Maksimal 22.000 jam WIB)	(✓)	()	()
4.	Tidur tepat waktu pada malam hari (Buat waktu pada saat tidur malam dengan benar sebelumnya)	(✓)	()	()

5. Durasi terjaga selama jam malam (Jam malam terbangun)

1	2	3	4
(✓)	()	()	()

petunjuk : 14 - 15 - 16 - 17 - 18 - 19 - 20 - 21 - 22 - 23 - 24 - 25 - 26 - 27 - 28 - 29 - 30 - 31 - 32 - 33 - 34 - 35 - 36 - 37 - 38 - 39 - 40 - 41 - 42 - 43 - 44 - 45 - 46 - 47 - 48 - 49 - 50 - 51 - 52 - 53 - 54 - 55 - 56 - 57 - 58 - 59 - 60 - 61 - 62 - 63 - 64 - 65 - 66 - 67 - 68 - 69 - 70 - 71 - 72 - 73 - 74 - 75 - 76 - 77 - 78 - 79 - 80 - 81 - 82 - 83 - 84 - 85 - 86 - 87 - 88 - 89 - 90 - 91 - 92 - 93 - 94 - 95 - 96 - 97 - 98 - 99 - 100

Keterangan :

- Durasi tidur malam (jam 19.00-07.00 WIB)
 - Masuk berat : Tidur kurang dari 3 jam semalam
 - Masuk ringan : Tidur 3 jam semalam
 - Tidak masuk : Tidur lebih dari 9 jam semalam
- Durasi tidur siang (jam 07.00 - 19.00 WIB)
 - Masuk berat : Tidur kurang dari 2 jam
 - Masuk ringan : Tidur 2 jam
 - Tidak masuk : Tidur siang lebih dari 4 jam
- Jumlah terbangun saat tidur malam (Maksimal 22.000 WIB)
 - Masuk berat : Terbangun lebih dari 3 kali dan lama terbangun lebih dari 1 jam
 - Masuk ringan : Terbangun kurang dari 3 kali dan lama terbangun kurang dari 1 jam
 - Tidak masuk : Terbangun kurang dari 2 kali
- Tidur tepat waktu pada malam hari (Buat waktu pada saat tidur malam dengan benar sebelumnya)
 - Masuk berat : Tidak tepat waktu dan sedikit lebih dari 3 jam
 - Masuk ringan : Tepat waktu pada saat tidur malam dengan benar sebelumnya
 - Tidak masuk : Tidak tepat waktu dan sedikit lebih dari 3 jam

6. Masalah ringan : Tidak tepat waktu dan sedikit kurang dari 1 jam

7. Tidak masalah : Tepat waktu pada saat tidur malam dengan benar sebelumnya

8. Masalah berat : Bisa tidur lagi setelah lebih dari 3 jam

9. Masalah ringan : Bisa tidur lagi setelah lebih dari 2 jam

10. Tidak masalah : Bisa tidur lagi kurang dari 1 jam

Responden 5

Baris : 143331742

Empire 2: Kuesioner (BISQ) [Yusuf]

LEJIBAH KUINSRONER

PENERAPAN PIAT BAYI DENGAN ENDSUSAI GIL. I AYU NDER

TURHAADAP KUALITAS TIDUR BAYI SIA 3-12 BULAN

Penunjuk: Pengisian

1. Tanyakan pada pengas jika ada pertanyaan yang belum dimengerti

2. Berilah jawaban dengan memberi tanda centang (✓) pada masalah yang paling sesuai.

3. Nomor responden dan pengas.

A. Data Umum

1. Responden

Nama Bayi: **Eg - M**

☒ Nomor Responden

2. Usia Bayi

☒ 3-6 bulan

☐ 7-8 bulan

☐ 10-12 bulan

3. Jenis Kelamin

☐ Laki-laki

☒ Perempuan

4. Status Kesehatan

☒ Sehat

☐ Sakit

5. Apakah bayi sebelumnya sudah mendapatkan piat bayi?

☒ Sudah

☐ Belum

B. DATA KHUSUS

No.	Uraian Tahir	1	2	3
		Tidak Masalah	Masalah Ringan	Masalah Berat
1.	Durasi tidur malam (Jam 19.00-07.00 WIB)	☒	☐	☐
2.	Durasi tidur siang (Jam 02.00-19.00 WIB)	☒	☐	☐
3.	Jumlah terbangun saat tidur malam (Mula Jan 22.00-06.00 WIB)	☒	☐	☐
4.	Tidak tepat waktu pada malam hari (Tepat waktu pada malam hari)	☒	☐	☐

5. Durasi terjaga selama jam malam (Jumlah jam terbangun)

	1	2	3
a. Masalah berat	☒	☐	☐
b. Masalah ringan	☐	☐	☐
c. Tidak masalah	☐	☐	☐

Keterangan:

1. Durasi tidur malam (Jam 19.00-07.00 WIB)

a. Masalah berat : Tidak kurang dari 3 jam semalam

b. Masalah ringan : Tidak 6 jam semalam

c. Tidak masalah : Tidak lebih dari 9 jam semalam

2. Durasi tidur siang (Jam 02.00 - 19.00 WIB)

a. Masalah berat : Tidak kurang dari 2 jam

b. Masalah ringan : Tidak 2 jam

c. Tidak masalah : Tidak siang lebih dari 4 jam

3. Jumlah terbangun saat tidur malam (Mula Jan 22.00-06.00 WIB)

a. Masalah berat : Terbangun lebih dari 3 kali dan lama terbangun lebih dari 1 jam

b. Masalah ringan : Terbangun kurang dari 3 kali dan lama terbangun kurang dari 1 jam

c. Tidak masalah : Terbangun kurang dari 2 kali

4. Tidak tepat waktu malam hari (Tepat waktu pada saat malam hari)

a. Masalah berat : Tidak tepat waktu dan selisih lebih dari 3 jam

b. Masalah ringan : Tidak tepat waktu dan selisih lebih dari 1 jam

c. Tidak masalah : Tidak tepat waktu dan selisih kurang dari 1 jam

Lampiran 6. Lembar Bimbingan KTI



PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH

Nama Mahasiswa : Nur Injiyah
NIM : B2020013
Nama Pembimbing : Sumarni, S.T., M.Keb

No	Hari/Tanggal	Rekomendasi Pembimbing	Paraf Pembimbing
1	Sabtu, 4 Februari 2023	Konsul jurnal dan saran perbanyak lagi dengan referensi, Acc Judul	
1	Rabu, 8 Februari 2023	Konsul Bab I Latar belakang, saran tambahkan jurnal internasional dan lokasi penelitian	
3	Selasa, 14 Februari 2023	Konsul Bab II dan konsul revisian Bab II, saran ditambahkan penelitian terdahulu, Acc Bab I	
4	Sabtu, 18 Februari 2023	Konsul Bab III, dan revisian Bab II, saran ditambahkan fisiologi pijat bayi, dan kriteria inklusi dan eksklusi	
5	Minggu, 19 Februari 2023	Konsul revisian bab III, saran kerangka teori diperbaiki lagi	
6	Senin, 20 Februari 2023	Konsul revisian Bab III, saran metode pengumpulan data diperbaiki lagi	

7.	Selasa, 21 Februari 2023	Konsul Bab III, Acc Bab III	
8.	Selasa, 11 April 2023	Konsul revisian sidang proposal KTI	
9.	Rabu, 12 April 2023	Acc proposal KTI	
8.	Sabtu, 20 Mei 2023	Konsul Bab IV dan V	
9.	Rabu, 24 Mei 2023	Konsul Bab IV dan V	
10.	Jum'at, 26 Mei 2023	Konsul Bab IV dan V	
11.	Sabtu, 27 Mei 2023	Konsul Bab IV dan V	
12.	Senin, 29 Mei 2023	Konsul bab IV dan V Acc bab IV dan V	
13.	Jum'at, 14 Juli 2023	Konsul revisian sidang KTI	
14.	Sabtu, 15 Juli 2023	Acc KTI	

Lampiran 7. Surat Pernyataan Cek Similarity/Plagiasi

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG PERPUSTAKAAN Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp./Fax. (0287) 472433 GOMBONG, 54412 Website : http://library.stikesmuhgombong.ac.id/ E-mail : lib.unimugo@gmail.com
---	--

SURAT PERNYATAAN CEK SIMILARITY/PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Sawiji, S.Kep.Ns., M.Sc
NIK : 96009
Jabatan : Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT

Menyatakan bahwa karya tulis di bawah ini **sudah lolos** uji cek similarity/plagiasi:

Judul : Penerapan Pijat Bayi Dengan Essensial Oil Lavender Terhadap Kualitas Tidur
Bayi Usia 3-12 Bulan Di PMB Sri Jumiyati, S.Tr Keb

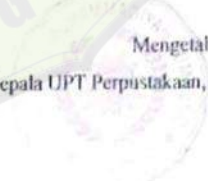
Nama : Nur Injiyah
NIM : B2020013
Program Studi : DIII Kebidanan
Hasil Cek : 14%

Gombong, 30 Mei 2023

Mengetahui,
Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, IT

Pustakawan


(*Pustakawan*)


(Sawiji, S.Kep.Ns., M.Sc)

Lampiran 8. Dokumentasi

Responden 1



Gambar 40. Gerakan bulan matahari



Gambar 41. Gerakan peras dan putar



Gambar 42. Gerakan perahan swedia



Gambar 43. Gerakan mengayuh sepeda

Responden 2



Gambar 44. Gerakan jantung besar



Gambar 45. Gerakan perahan swedia



Gambar 46. Gerakan I Love U



Gambar 47. Gerakan Peras dan Putar

Responden 3



Gambar 48. Gerakan menyetrika dahi



Gambar 49. Gerakan perah dan putar



Gambar 50. Gerakan perahan swedia



Gambar 51. Gerakan bulan matahari

Responden 4



Gambar 52. Gerakan kupu-kupu



Gambar 53. Gerakan peras dan putar



Gambar 54. Gerakan perahan swedia



Gambar 55. Gerakan mengayuh sepeda

Responden 5



Gambar 56. Gerakan peras dan putar



Gambar 57. Gerakan perahan swedia



Gambar 58. Gerakan perahan india



Gambar 59. Gerakan peregangan