

ABSTRAK

Fenomena yang terjadi pada durasi tidur bayi ini pada hakikatnya merupakan masalah yang sering dihadapi oleh orang tua. Kebanyakan orang tua hanya mengerti bayinya telah tidur tanpa mengetahui durasi tidur bayi sesuai usianya, Sehingga banyak bayi yang mengalami durasi tidur yang tidak sesuai. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *baby massage* terhadap durasi tidur bayi usia 0 – 12 bulan.

Jenis penelitian ini menggunakan Pre-Experimental *one group pre-test post-test*. Jumlah populasi 37 dengan besar sampel 30 di klinik pratama anugrah surabaya. Penelitian ini menggunakan *tekhnik sampling* dengan menggunakan sistem *purposive sampling* Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan adalah lembar observasi dan lembar kuisioner.

Hasil penelitian menunjukkan dari 30 responden sebelum dilakukan *baby massage* sebagian besar (60%) durasi tidur bayi tidak sesuai kebutuhan. Setelah dilakukan *baby massage* didapatkan hampir seluruhnya (76,7%) durasi tidur bayi sesuai kebutuhan. Uji statistic *Wilcoxon rank test* didapatkan nilai $p = 0,008$ ($0,008 < 0,05$) maka H_1 diterima adanya pengaruh *baby massage* terhadap durasi tidur bayi usia 0 – 12 bulan.

Simpulan dari penelitian ini semakin sering bayi diberikan *baby massage* (pijat bayi) maka akan memberikan pengaruh rasa nyaman dan relaksasi terhadap tubuh bayi sehingga dapat memperbaiki durasi tidur pada bayi usia 0-12 bulan.

Kata kunci : *Baby, Massage, Durasi, Tidur*