

**PENGARUH BABY MASSAGE THERAPY DENGAN *VIRGIN
COCONUT OIL* TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA
BAYI BARU LAHIR DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS CILIMUS KABUPATEN
KUNINGAN TAHUN 2026**

PENELITIAN

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Pada Program Studi S1 Kebidanan
Universitas Bhakti Husada Indonesia**

Oleh :

VIRLIYANA KUSUMAWATI

CBR0220029



**PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BHAKTI HUSADA INDONESIA
KUNINGAN**

2026

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

**PENGARUH BABY MASSAGE THERAPY DENGAN *VIRGIN
COCONUT OIL* TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA
BAYI BARU LAHIR DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS CILIMUS KABUPATEN
KUNINGAN TAHUN 2026**

Diajukan oleh :

Nama : Virliyana Kusumawati

NIM : CBR0220029

Kuningan, April 2026

Telah Disetujui Oleh,

Pembimbing I



Wida Wisudawati, S.SiT.,M.KM
NIDN. 0401068401

Pembimbing II



Dr. Ai Nurasih, S.ST.,M.KM
NIDN. 0410128601

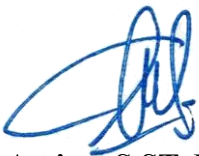
LEMBAR PENGESAHAN

**PENGARUH BABY MASSAGE THERAPY DENGAN *VIRGIN*
COCONUT OIL TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA
BAYI BARU LAHIR DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS CILIMUS KABUPATEN
KUNINGAN TAHUN 2026**

Skripsi ini telah diujikan oleh Tim Penguji Program Studin S1 Kebidanan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bhakti Husada Indonesia
Pada tanggal April 2026

Mengesahkan,

Penguji I



A Asrina, S.ST.,M.Keb
NIDN. 0404059403

Penguji II



Wida Wisudawati, S.SiT.,M.KM
NIDN. 0401068401

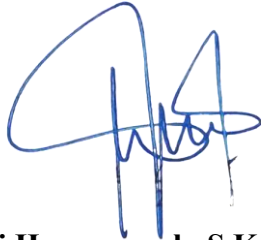
Penguji III



Dr. Ai Nurasiah, S.ST.,MKM
NIDN. 0410128601

Mengetahui,

**Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Bhakti Husada Indonesia**



Ns. Heri Hermansyah, S.Kep.,M.KM
NIDN. 0402118302

**Ketua Program Studi
S1 Kebidanan**



Dr. Ai Nurasiah, S.ST.,M.KM
NIDN. 0410128601

LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Virliyana Kusumawati
NIM : CBR0220029
Judul Skripsi : Pengaruh Baby Massage Therapy Dengan Virgin Coconut Oil Terhadap Kualitas Tidur Pada Bayi Baru Lahir di Wilayah Kerja Puskesmas Cilimus Kabupaten Kuningan Tahun 2026

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya buat beserta seluruh isinya berdasarkan hasil penelitian, pemikiran, dan pemaparan asli dari karya saya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan. Atas pernyataan ini, saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung resiko atau sanksi bila ditemukan pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya. Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar tanpa paksaan dari pihak manapun.

Kuningan
Yang membuat pernyataan

Virliyana Kusumawati
NIM. CBR0220029

LEMBAR PERSEMBAHAN



Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT, atas karunia dan kemudahan yang engkau berikan akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Shalawat dan salam selalu tercurah limpahkan kepada Nabi Muhammad SAW

Teristimewa Ayah dan Ibu Tercinta

Kepada cinta pertama dan pintu surga, Ayah dan Ibu Tercinta Sebagai tanda bukti, hormat dan rasa terima kasih yang tiada terhingga, ku persembahkan karya sederhana ini kepada Ayah dan Ibu yang telah memberikan kasih sayang, dukungan, ridho dan cinta kasih tiada terhingga dan tiada mungkin dapat terbalaskan. Semoga ini menjadi langkah awal untuk membuat Ayah dan Ibu bahagia dan bangga, terima kasih Ayah dan terima kasih Ibu yang selalu memberikan semangat selalu mendoakanku disetiap sujudnya, menasehatiku dan memberi dukungan yang tiada hentinya dan selalu mengusahan yang terbaik untuk puterinya.

Teruntuk Adik Tersayang

Teruntuk adikku tersayang terimakasih atas kasih sayang dan do'anya, tiada yang lebih mengharumkan saat berkumpul bersama, aku persembahkan skripsi ini untuk adikku. Terimakasih telah memberikan semangat, dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga do'a, harapan dan hal yang terbaik yang engkau berikan kembali kepada kalian.

Dosen Pembimbing dan Penguji Skripsi

Yang terhormat Ibu Wida Wisudawati, S.SiT.,MKM dan Ibu Dr. Ai Nurasih, S.ST.,MKM Selaku Dosen Pembimbing yang senantiasa memberikan motivasi, arahan dan bimbingan dan mengarahkan skripsi saya hingga selesai.

Yang terhormat Ibu A Asrina, S.ST.,M.Keb yang telah bersedia menjadi penguji skripsi saya dan memberikan support serta apresiasi kepada saya.

Orang Tercinta & Sahabat – Sahabatku

Yang tercinta sahabat-sahabatku, terimakasih telah menjadi salah satu penyemangat, pendengar keluh kesah dalam penulisan skripsi, penasehat yang baik dan senantiasa memberikan do'a terbaiknya. Terimakasih kepada teman seperjuangan Prodi S1 Kebidanan yang selalu memberikan suport, motivasi dan membantu ketika mengalami kesulitan.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji Syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan Rahmat serta karunia-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan tugas skripsi yang berjudul “Pengaruh *Baby Massage* Therapy dengan *Virgin Coconut Oil* Terhadap Kualitas Tidur Pada Bayi Baru Lahir Di Wilayah Kerja Puskesmas Cilimus Tahun 2026 ”.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana kebidanan pada program studi S1 Kebidanan. Penulis menyadari dalam penyusunan proposal penelitian ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Karena itu pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof Dr. Hj. Dewi Laelatul Badriah, M.Kes AIFO, selaku ketua Yayasan Pendidikan Bhakti Husada Kuningan.
2. Dr. H. Abdal Rohim, S.Kp., M.H, selaku Rektor Universitas Bhakti Husada Indonesia.
3. Ns. Heri Hermansyah, S.Kep., M.KM., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bhakti Husada Indonesia.
4. Dr. Ai Nurasiah, S.ST., M.KM, selaku ketua program studi S1 Kebidanan Universitas Bhakti Husada Indonesia, sekaligus pembimbing II yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dengan penuh kesabaran dalam penyusunan skripsi ini.

5. Wida Wisudawati, S.SiT.,MKM, selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dengan penuh kesabaran dalam penyusunan skripsi ini.
6. Seluruh Staf dan Dosen Universitas Bhakti Husada Indonesia yang telah memberikan ilmunya sehingga penulis dapat menyelesaikan studinya dengan baik
7. dr. Asep Nandang Hendarsah,S.K.M.,M.K.M selaku kepala Puskesmas Cilimus Kabupaten Kuningan yang telah bersedia membantu pelaksanaan studi pendahuluan pada penelitian ini.
8. Kepada kedua orang tua tercinta yang telah menjadi orang tua terbaik, yang senantiasa memberikan nasihat, motivasi serta semangat yang tiada henti untuk penulis. Terima kasih atas cinta yang tak pernah berkurang, doa yang tak pernah putus, serta setiap pengorbanan yang telah diberikan. Setiap keberanian yang ku punya hari ini adalah pantulan dari cinta kalian yang tak pernah meminta balasan.
9. Kepada pemilik NRP 03111649, terima kasih atas dukungan, doa, serta telah menjadi tempat berkeluh kesah, selalu ada dalam suka maupun duka selama proses penyusunan skripsi ini. Terimakasih telah menjadi bagian berharga dalam perjalanan hidup penulis.
10. Kepada yulisa sahabat penulis serta teman-teman seperjuangan Program Studi S1 Kebidanan Angkatan 2022 Universitas Bhakti Husada Indonesia Terima kasih atas kebersamaan, dukungan, semangat, serta setiap momen yang telah kita lalui bersama.

11. Kepada seluruh responden yang telah bersedia meluangkan waktu, memberikan informasi, serta berpartisipasi dalam penelitian ini. Kontribusi yang telah diberikan menjadi bagian penting dalam penyusunan dan penyelesaian skripsi ini.

12. *Last but not least*, terimakasih untuk Virliyana Kusumawati, diri penulis sendiri atas perjuangan yang tidak banyak terlihat oleh orang lain. Terima kasih telah bertahan dan terus melangkah hingga sampai di titik ini. Terima kasih karena tidak menyerah, meskipun proses yang dijalani tidak selalu mudah. Semoga pencapaian ini menjadi pengingat bahwa setiap proses yang dijalani dengan sungguh-sungguh akan membawa kita pada tujuan. Tetap rendah hati, terus bertumbuh, dan jangan pernah berhenti percaya pada diri sendiri.

Dalam skripsi ini penulis menyadari masih jauh dari kesempurnaan. Untuk itu segala kritik dan saran guna perbaikan dan kesempurnaan sangat penulis nantikan. Semoga proposal penelitian ini dapat bermanfaat khususnya bagi penulis dan umumnya bagi pembaca.

Kuningan, Januari 2026

Penulis

UNIVERSITAS BHAKTI HUSADA INDONESIA
PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN
SKRIPSI, APRIL 2026

VIRLIYANA KUSUMAWATI
CBR0220029

PENGARUH BABY MASSAGE DENGAN VIRGIN COCONUT OIL TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA BAYI BARU LAHIR DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS CILIMUS KABUPATEN KUNINGAN TAHUN 2026

XI BAB+97 Halaman+13 Tabel+3 bagan+7 lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang : Kualitas tidur pada bayi adalah kondisi tidur yang menunjukkan bayi dapat tidur dengan cukup, nyenyak, teratur dan tidak sering terbangun, sehingga mendukung pertumbuhan, perkembangan. Menurut data WHO dari Jurnal *Pediatric* mencatat sekitar 33% bayi mengalami masalah tidur. Sedangkan di Indonesia, (2021) terdapat 44% bayi yang mengalami sulit tidur, namun lebih dari 72% orang tua tidak menganggap gangguan tidur pada bayi sebagai masalah yang besar. Tujuan penelitian ini Menganalisis Pengaruh *Baby Massage Therapy* dengan *Virgin Coconut Oil* terhadap Kualitas Tidur pada Bayi Baru Lahir di Wilayah Kerja Puskesmas Cilimus Kabupaten Kuningan Tahun 2026.

Metode : Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *Quasy-Eksperimental*. Desain penelitian ini adalah *one-group pretest pos-test design*, Populasi dalam penelitian ini adalah Seluruh bayi baru lahir di Puskesmas Cilimus pada bulan februari-maret tahun 2026. Sampel dalam penelitian ini adalah yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Teknik pengambilan sampel secara *Accidental sampling*. Analisis data yang digunakan analisis univariat dan bivariat yaitu dengan *uji paired sample T-Test*.

Hasil : Hasil analisis bivariat menunjukkan dari 30 responden sebelum diberikan intervensi sebagian besar kualitas tidur kurang sebanyak 24 responden (80%) dan setelah intervensi seluruhnya memiliki kualitas tidur baik sebanyak 30 responden (100%). Dapat diketahui pengaruh pemberian *baby massage* dan *virgin coconut oil* didapatkan *p-value 0,000 (<0,05)*. Maka terdapat pengaruh pemberian *baby massage therapy* dan *virgin coconut oil* terhadap kualitas tidur bayi.

Simpulan : Pemberian *baby massage* dan *virgin coconut oil* berpengaruh secara signifikan terhadap kualitas tidur pada bayi baru lahir di wilayah kerja Puskesmas Cilimus Kabupaten Kuningan Tahun 2026.

Saran : Diharapkan kepada ibu yang memiliki bayi baru lahir untuk menerapkan *baby massage therapy* dan *virgin coconut oil* untuk meningkatkan kualitas tidur bayi.

Kata Kunci : *Baby Massage Therapy, Virgin Coconut Oil, Bayi Baru Lahir*

Sumber : 6 Buku (2019-2024), 30 jurnal (2017-2025)

INDONESIA BHAKTI HUSADA UNIVERSITY
BACHELOR OF MIDWIFERY STUDY PROGRAM
THESIS, APRIL 2026

VIRLIYANA KUSUMAWATI
CBR0220029

THE EFFECT OF BABY MASSAGE USING VIRGIN COCONUT OIL ON SLEEP QUALITY IN NEWBORNS IN THE WORKING AREA OF Puskesmas Cilimus, KUNINGAN REGENCY, 2026

XI Chapters + 97 Pages + 13 Tables + 3 Charts + 7 Appendices

ABSTRACT

Background: Sleep quality in infants is a condition in which babies can sleep sufficiently, soundly, regularly, and do not wake up frequently, thereby supporting growth and development. According to WHO data from the Pediatric Journal, around 33% of infants experience sleep problems. Meanwhile, in Indonesia (2021), 44% of infants experience difficulty sleeping, but more than 72% of parents do not consider infant sleep disorders to be a major problem. The purpose of this study was to analyze the effect of Baby Massage Therapy using Virgin Coconut Oil on sleep quality in newborns in the working area of Puskesmas Cilimus, Kuningan Regency, in 2026.

Methods: This study was a quantitative research with a quasi-experimental approach. The research design used was a one-group pretest-posttest design. The population in this study consisted of all newborns at Puskesmas Cilimus from February to March 2026. The sample in this study included respondents who met the inclusion and exclusion criteria. The sampling technique used was accidental sampling. Data analysis included univariate and bivariate analysis using the paired sample T-Test.

Results: The results of bivariate analysis showed that out of 30 respondents, before the intervention, most infants had poor sleep quality, with 24 respondents (80%), and after the intervention, all respondents had good sleep quality, with 30 respondents (100%). The effect of baby massage and Virgin Coconut Oil showed a p-value of 0.000 (<0.05). Therefore, there was a significant effect of baby massage and Virgin Coconut Oil on infant sleep quality.

Conclusion: The provision of baby massage and Virgin Coconut Oil had a significant effect on sleep quality in newborns in the working area of Puskesmas Cilimus, Kuningan Regency, in 2026.

Suggestion: It is expected that mothers with newborn babies apply baby massage therapy using Virgin Coconut Oil to improve infant sleep quality.

Keywords: baby massage therapy, Virgin Coconut Oil, newborns

Sources: 6 Books (2019–2024), 30 Journals (2017)

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	i
LEMBAR PERNYATAN	
LEMBAR PERSEMBAHAN	i
KATA PENGANTAR.....	i
ABSTRAK	viii
<i>ABSTRACT</i>	ix
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAL TABEL.....	xiii
DAFTAR BAGAN.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	i
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	6
1.4.2 Manfaat Praktis	6

1.5 Keaslian Peneliti.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
2.1 Konsep Dasar <i>Baby Massage</i>	10
2.1.1 Pengertian <i>Baby Massage</i>	10
2.1.2 Fisiologi Pijat Bayi (<i>Baby Massage</i>)	10
2.1.3 Manfaat Pijat Bayi (<i>Baby Massage</i>)	12
2.1.4 Waktu Pemijatan.....	13
2.1.5 Tempat Pemijatan	13
2.1.6 Persiapan Sebelum Memijat	13
2.1.7 Hal yang perlu diperhatikan dalam melakukan pemijatan.....	14
2.1.8 Cara pemijatan sesuai usia bayi	15
2.1.9 Standar Operasional <i>Baby Massage</i>	15
2.2 <i>Virgin Coconut Oil</i> (VCO).....	28
2.2.1 Pengertian	28
2.2.2 Manfaat VCO.....	28
2.2.3 Metode Pengolahan VCO	29
2.2.4 Kandungan VCO.....	30
2.3 Konsep Tidur.....	31
2.3.1 Pengertian Tidur	31
2.3.2 Manfaat Tidur Bayi.....	31
2.3.3 Lama Tidur Bayi.....	32
2.3.4 Kualitas Tidur	32
2.3.5 Faktor yang mempengaruhi kualitas tidur bayi	34

2.3.6 Pengaruh Pijat Bayi terhadap kualitas tidur.....	34
2.4 Konsep Fussy (Rewel)	36
2.4.1 Pengertian Fussy	36
2.4.2 Penyebab Umum Fussy	36
2.4.4 Pengaruh Pijat Bayi terhadap Fussy	36
2.5 Perkembangan Bayi Baru Lahir	37
2.5.1 Pengertian Perkembangan Bayi Baru Lahir.....	37
2.5.2 Tahapan Perkembangan Bayi Baru Lahir	38
2.5.3 Faktor yang mempengaruhi perkembangan Bayi Baru lahir	39
2.5.4 Peran Stimulasi dalam perkembangan	39
2.5.5 Hubungan Perkembangan Bati dengan kualitas Tidur	40
2.6 Kerangka Teori.....	40
BAB III KERANGKA KONSEP, DEFINISI OPERASIONAL, HIPOTESIS	
.....	42
3.1 Kerangka Konsep	42
3.2 Definisi Operasional.....	43
3.3 Hipotesis.....	44
BAB IV METODOLOGI PENELITIAN	45
4.1 Jenis dan Desain Penelitian.....	45
4.2 Variabel Penelitian	45
4.2.1 Variabel Independen (Variabel Bebas).....	45
4.2.1 Variabel Dependen (Variabel Terikat)	46
4.3 Populasi dan Sampel	46

4.3.1 Populasi.....	46
4.3.2 Sampel	46
4.4 Instrumen Penelitian.....	47
4.5 Teknik Pengumpulan Data	48
4.5.1 Sifat dan Sumber Data	48
4.5.2 Tata Cara Pengumpulan Data	49
4.6 Pengolahan dan Analisis Data.....	50
4.6.1 Pengolahan Data	50
4.6.2 Analisis Data	51
4.7 Etika Penelitian	55
4.8 Waktu dan Lokasi Penelitian	56
4.8.1 Waktu Penelitian.....	56
4.8.2 Lokasi Penelitian.....	56
4.9 Jadwal Penelitian.....	56
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	57
5.1 Hasil Penelitian	57
5.2 Pembahasan	58
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	68
6.1 Simpulan	68
6.2 Saran	68
DAFTAR PUSTAKA	71
LAMPIRAN.....	73

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian.....	7
Tabel 2. 1 Kebutuhan Tidur Manusia	32
Tabel 3. 1 Definisi Operasional	43
Tabel 5.1 Gambaran Kualitas Tidur pada Bayi Baru Lahir sebelum diberikan Baby MassageTherapy dengan Virgin Coconat Oil di Wilayah Kerja Puskesmas Cilimus Kabupaten Kuningan Tahun 2026.	57
Tabel 5.2 Gambaran Kualitas Tidur pada Bayi Baru Lahir setelah diberikan Baby MassageTherapy dengan Virgin Coconat Oil di Wilayah Kerja Puskesmas Cilimus Kabupaten Kuningan Tahun 2026.	58
Tabel 5.3 Perbedaan Sebelum dan Sesudah Pemberian Baby Massage Therapy dengan Virgin Coconat Oil terhadap Kualitas Tidur pada Bayi Baru Lahir di Wilayah Kerja Puskesmas Cilimus Kabupaten Kuningan Tahun 2026	58

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Kerangka Teori	42
Bagan 3. 1 Kerangka Konsep.....	42
Bagan 4. 1 Rancangan Penelitian.....	45

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Pemijatan Kaki	18
Gambar 2. 2 Pemijatan Perut	20
Gambar 2. 3 Pemijatan Dada	21
Gambar 2. 4 Pemijatan Tangan.....	23
Gambar 2. 5 Pemijatan Muka.....	24
Gambar 2. 6 Pemijatan Punggung.....	26
Gambar 2. 7 Gerakan-gerakan Peregangan.....	27

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Daftar Riwayat Hidup	75
Lampiran 2 Ijin Studi Pendahuluan	76
Lampiran 3 Surat Balasan mengenai Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan	77
Lampiran 4 Surat Balasan mengenai Izin Studi Pendahuluan Kesbangpol	78
Lampiran 5 Izin Penelitian Kesbangpol	79
Lampiran 6 Izin Penelitian Dinas Kesehatan	80
Lampiran 7 Izin Penelitian Puskesmas Cilimus.....	81
Lampiran 8 Surat Etik Penelitian	82
Lampiran 9 Informed Consent	83
Lampiran 10 Lembar Ketersediaan Menjadi Responden	84
Lampiran 11 Standar Operasional Prosedur	86
Lampiran 12 Lembar Kuesioner	90
Lampiran 13 Hasil SPSS	92
Lampiran 14 Jadwal Kegiatan	95
Lampiran 15 Lembar Bimbingan	96
Lampiran 16 Dokumentasi	97