

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN PIJAT BAYI DENGAN AROMATERAPI *ESENSIAL OIL*
LAVENDER UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS TIDUR
BAYI BARU LAHIR DI RUMAH SAKIT UMUM
DAERAH SIDIKALANG
TAHUN 2025**



**Kemenkes
Poltekkes Medan**

**PATIMAH ANGGRENI PADANG
NIM. P07520421018**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III KEPERAWATAN DAIRI
TAHUN 2025**

**PENERAPAN PIJAT BAYI DENGAN AROMATERAPI ESENSIAL OIL
LAVENDER UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS TIDUR
BAYI BARU LAHIR DI RUMAH SAKIT UMUM
DAERAH SIDIKALANG
TAHUN 2025**

Karya Tulis Ilmiah

Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan Studi Dan Memperoleh Gelar
Ahli Madya Keperawatan (A.Md.Kep) Pada Progran Studi D-III
Keperawatan Dairi Jurusan Keperawatan Politeknik
Kesehatan Kemenkes Medan



**PATIMAH ANGGRENI PADANG
NIM. P07520421018**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III KEPERAWATAN DAIRI
TAHUN 2025**

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN PIJAT BAYI DENGAN AROMATERAPI *ESENSIAL OIL*
LAVENDER UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS TIDUR
BAYI BARU LAHIR DI RUMAH SAKIT UMUM
DAERAH SIDIKALANG
TAHUN 2025**

**Diusulkan Oleh
PATIMAH ANGGRENI PADANG
NIM. P07520421018**

**Telah Diterima Dan Disetujui Dihadapan Penguji
Di Sidikalang, Pada Tanggal 22 Mei 2025**

Pembimbing Utama,



**Heriaty Berutu, SST, M.K.M
NIDN. 3414077001**

Pembimbing Pendamping,



**Roberth Harnat Silalahi, SKM, M.K.M
NIDN. 4025126601**

**Ketua Program Studi
D-III Keperawatan Dairi Poltekkes Kemenkes Medan,**



**Jolir Silaban, SST, M.Kes
NIP. 197304182003122001**

KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN PIJAT BAYI DENGAN AROMATERAPI *ESENSIAL OIL* LAVENDER UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS TIDUR BAYI BARU LAHIR DI RUMAH SAKIT UMUM DAERAH SIDIKALANG TAHUN 2025

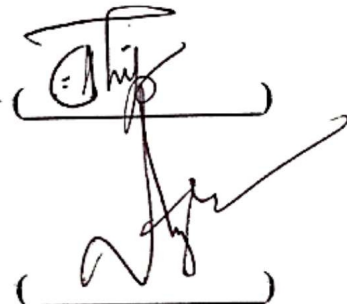
**Telah Dipersiapkan Dan Disusun Oleh
PATIMAH ANGGRENI PADANG
NIM. P07520421018**

**Telah Dipertahankan Didepan Tim Penguji
Di Sidikalang, Pada Tanggal 22 Mei 2025**

**1. Ketua Penguji : Heriaty Berutu, SST, M.K.M
NIDN. 3414077001**



**2. Penguji I : Rugun Togianur Lingga, Akp, M.Kes
NIDN. 3424017401**



**3. Penguji II : Perak M.A Hutagalung, SST, M.K.M
NIDN. 3401077501**



Sidikalang, 22 Mei 2025

**Mengetahui:
Ketua Program Studi
D-III Keperawatan Dairi Poltekkes Kemenkes Medan,**



**Jojer Silaban, SST, M.Kes
NIP. 197304182003122001**

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya:

Nama : Patimah Anggreni Padang
NIM : P07520421018
Program Studi : Diploma III Keperawatan Dairi
Jurusan : Keperawatan
Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan Bahwa Saya Tidak Melakukan Kegiatan Plagiat Dalam Penulisan
Karya Tulis Ilmiah Saya Yang Berjudul:

**PENERAPAN PIJAT BAYI DENGAN AROMATERAPI *ESENSIAL OIL*
LAVENDER UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS TIDUR
BAYI BARU LAHIR DI RUMAH SAKIT UMUM
DAERAH SIDIKALANG
TAHUN 2025**

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Sidikalang, 22 Mei 2025
Penulis,



Patimah Aggreni Padang
Nim. P07520421018



BIODATA PENULIS

Nama : Patimah Anggreni Padang
Tempat/Tgl Lahir : Sidiangkat 27 Oktober 2002
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat Rumah : Panji Bako Kec. Sitinjo
Nomor HP : 0812-6340-2196

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : Tahun 2008-2014 UPT SDN 030289 Panji
2. SLTP : Tahun 2014-2018 MTSs Sidikalang
3. SLTA : Tahun 2018-2021 MAN DAIRI

ABSTRAK

PENERAPAN PIJAT BAYI DENGAN AROMATERAPI *ESENSIAL OIL* LAVENDER UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS TIDUR BAYI BARU LAHIR DI RUMAH SAKIT UMUM DAERAH SIDIKALANG TAHUN 2025

Patimah Anggreni Padang, Heriaty Berutu, SST, M.K.M,
Roberth Harnat Silalahi, SKM, M.K.M

Prodi D-III Keperawatan Dairi Poltekkes Kemenkes Medan
Email: fatimahanggrenipadang@gmail.com

Latar Belakang: Kualitas tidur yang optimal sangat penting bagi tumbuh kembang bayi baru lahir. Kualitas tidur bayi dapat dicapai apabila bayi merasa nyaman saat tidur, memiliki pola tidur yang teratur, dan jarang terbangun di tengah malam. Pijat bayi, sebagai intervensi non-farmakologis, diketahui dapat memberikan efek relaksasi pada saraf, otot, sistem pernapasan, serta sirkulasi darah dan limfa. Penambahan aromaterapi *esensial oil* lavender, yang mengandung linalil asetat dan linalool, memiliki sifat sedatif dan relaksan, yang berpotensi lebih lanjut meningkatkan kualitas tidur bayi.

Tujuan Studi Kasus: Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan penerapan pijat bayi dengan aromaterapi *esensial oil* lavender untuk meningkatkan kualitas tidur bayi baru lahir di Rumah Sakit Umum Daerah Sidikalang.

Metode Studi Kasus: Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus deskriptif dengan dua subjek bayi baru lahir yang mengalami gangguan pola tidur. Intervensi pijat bayi dengan aromaterapi *esensial oil* lavender dilakukan selama 3 hari dengan durasi 15 menit per hari. Data dikumpulkan melalui kuesioner, wawancara, dan pemeriksaan fisik, lalu dianalisis secara naratif.

Hasil: Hasil observasi menunjukkan peningkatan signifikan dalam kualitas tidur kedua subjek setelah diberikan intervensi. Durasi tidur malam mengalami peningkatan dari kategori cukup 6 jam tidur malam hari menjadi kategori baik 9 jam tidur malam hari. Frekuensi terbangun berkurang, dan bayi menunjukkan respons relaksasi serta bangun dalam keadaan segar dan ceria.

Kesimpulan Dan Saran : Penerapan pijat bayi dengan aromaterapi *esensial oil* lavender terbukti efektif untuk meningkatkan kualitas tidur bayi baru lahir. Terapi ini dapat dijadikan alternatif non-farmakologis yang aman dan dianjurkan bagi orang tua serta tenaga kesehatan untuk mendukung kenyamanan dan pola tidur bayi.

Kata Kunci: Pijat bayi, aromaterapi *esensial oil* lavender, kualitas tidur, bayi baru lahir.

ABSTRACT

THE APPLICATION OF INFANT MASSAGE WITH LAVENDER ESSENTIAL OIL AROMATHERAPY TO IMPROVE SLEEP QUALITY IN NEWBORNS AT SIDIKALANG REGIONAL GENERAL HOSPITAL YEAR 2025

Patimah Anggreni Padang,
Heriaty Berutu, SST, M.K.M, Roberth Harnat Silalahi, SKM, M.K.M

Medan Health Polytechnic Of Ministry Of Health
Associate Degree Of Nursing In Dairi
Email: fatimahanggrenipadang@gmail.com

Background: Optimal sleep quality is crucial for the growth and development of newborns. Good sleep quality in infants is achieved when they feel comfortable while sleeping, have a regular sleep pattern, and rarely wake up in the middle of the night. Infant massage, as a non-pharmacological intervention, is known to provide relaxing effects on the nervous system, muscles, respiratory system, and blood and lymph circulation. The addition of lavender essential oil aromatherapy, which contains linalyl acetate and linalool, has sedative and relaxant properties, potentially further enhancing infant sleep quality.

Purpose of the Case Study: This study aims to describe the application of infant massage with lavender essential oil aromatherapy to improve sleep quality in newborns at Sidikalang Regional General Hospital.

Case Study Method: This study used a descriptive case study approach with two newborn subjects experiencing sleep pattern disturbances. The infant massage intervention with lavender essential oil aromatherapy was performed for 3 days, with aduration of 15 minutes per day. Data were collected through questionnaires, interviews, and physical examinations, then analyzed narratively.

Results: Observation results showed a significant improvement in the sleep quality of both subjects after the intervention. Nighttime sleep duration increased from a "sufficient" category of 6 hours of nighttime sleep to a "good" category of 9 hours of nighttime sleep. The frequency of waking decreased, and the infants showed relaxation responses and woke up feeling fresh and cheerful.

Conclusion and Recommendation: The application of infant massage with lavender essential oil aromatherapy proved effective in improving the sleep quality of newborns. This therapy can be used as a safe and recommended non-pharmacological alternative for parents and healthcare professionals to support infant comfort and sleep patterns.

Keywords: Infant massage, lavender essential oil aromatherapy, sleep quality, newborn.



CONFIRMED HAS BEEN TRANSLATED BY :
*Language Laboratory of Medan Health Polytechnic of The
Ministry of Health*

KATA PENGANTAR

Penulis mengucapkan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, atas Kuasa-Nya yang telah memberikan kesempatan dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah yang berjudul **“Penerapan Pijat Bayi Dengan Aromaterapi *Esensial oil* Lavender Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Bayi Baru Lahir Di Rumah Sakit Umum Daerah Sidikalang”** dapat diselesaikan.

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, Penulis mendapat banyak arahan, masukan, dan dukungan dari berbagai pihak. Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Ibu Heriaty Berutu, SST, M.K.M selaku pembimbing utama dan Bapak Roberth Harnat Silalahi, SKM, M.K.M selaku pembimbing pendamping, atas bimbingan dan perhatian yang telah diberikan dengan penuh kesabaran dan izinkan saya untuk menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, S.SiT., M.Keb selaku Plt Direktur Poltekkes Kemenkes Medan.
2. Ibu Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep, Ns, M.Kes selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan.
3. Ibu Jojor Silaban, SST, M.Kes selaku Ketua Prodi D-III Keperawatan Dairi Poltekkes Kemenkes Medan.
4. Teristimewa kedua orang tua saya tercinta Ayahanda (Alm) Diman Padang dan Ibunda saya Amijah Tinambunan, Kakak perempuan saya Sonia Fadilah Padang, S.Hum, Wulandari Putri Padang, S.H, Adik saya Bilal Hanafi Padang, Asifa Agianola Padang, dan seluruh keluarga saya yang telah memotivasi serta mendoakan saya dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.

Penulis telah berusaha sebaik-baiknya dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah. Penulis tetap mengharapkan kritik serta saran dari pembaca untuk perbaikan Karya Tulis Ilmiah ini. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi penulis dan pihak lain yang membutuhkan.

Sidikalang, 22 Mei 2025

Penulis,

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENULISAN	iv
BIODATA PENULIS	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
 BAB I PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Studi Kasus	4
D. Manfaat Studi Kasus	4
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 6
A. Konsep Dasar Pijat Bayi	6
1. Definisi Pijat.....	6
2. Jenis-jenis Pijat.....	6
3. Manfaat Pijat Bayi	7
4. Evaluasi Pijat Bayi.....	7
5. Pijat Bayi Dengan Aromaterapi <i>Esensial oil</i> Lavender	8
6. Standar Operasional.....	8
B. Konsep Dasar Kualitas Tidur	15
1. Definisi Kualitas Tidur	15
2. Penyebab Kualitas Tidur	15
3. Tanda Dan Gejala	15
4. Patofisiologi	16
5. Penanganan	16
C. Konsep Dasar Bayi Baru Lahir.....	17
1. Definisi Bayi Baru Lahir.....	17
2. Klasifikasi	17
3. Penanganan	18
4. Asuhan Keperawatan Pemenuhan Istirahat Tidur	19
 BAB III METODE STUDI KASUS	 21
A. Rancangan Studi Kasus	23
B. Subjek Studi Kasus	23
C. Fokus Studi.....	22
D. Definisi Operasional Fokus Studi.....	22

E. Instrumen Studi Kasus.....	24
F. Metode Pengumpulan Data	25
G.Tempat Dan Waktu Studi Kasus	25
H. Penyajian Data.....	25
I. Etika Studi Kasus.....	25
BAB IV PEMBAHASAN.....	27
A. Hasil Studi Kasus.....	27
1. Gambaran Teempat Studi Kasus.....	27
2. Proses Keperawatan	29
B. Pembahasan	42
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	45
A. Kesimpulan	45
B. Saran	46
DAFTAR PUSTAKA	48
LAMPIRAN	51

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Definisi Operasional	23
Tabel 4.1 Terapi Medis Tanggal 13	30
Tabel 4.2 Terapi Medis Tanggal 14	30
Tabel 4.3 Terapi Medis Tanggal 15	31
Tabel 4.4 Analisa Data By: Ny. H	31
Tabel 4.5 Terapi Medis Tanggal 19	33
Tabel 4.6 Terapi Medis Tanggal 20	33
Tabel 4.7 Terapi Medis Tanggal 21	33
Tabel 4.8 Analisa Data By: G	33
Tabel 4.9 Evaluasi Tanggal 13 Dan 19	36
Tabel 4.10 Evaluasi Tanggal 14 Dan 20	38
Tabel 4.11 Evaluasi Tanggal 15 Dan 21	40

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Survey Awal	51
Lampiran 2. Surat Balasan Survey Awal	53
Lampiran 3. Surat Izin Penelitian	54
Lampiran 4. Surat Balasan Izin Penelitian	55
Lampiran 5. Lembar Informed Consent	56
Lampiran 6. Lembar Kuesioner	58
Lampiran 7. Standar Operasional Prosedur (SOP)	68
Lampiran 8. Lembar Hasil Data Penelitian	77
Lampiran 9. Surat Ethical Clearance.....	81
Lampiran 10. Surat Izin Selesai Penelitian.....	82
Lampiran 11. Lembar Konsultasi Bimbingan.....	83
Lampiran 12. Dokumentasi Penelitian	87