

BAB V **KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian hasil penelitian dan pembahasn diatas maka kesimpulan yang dapat diambil adalah :

1. Karakteristik responden berdasarkan umur sebagian besar adalah 20–35 tahun (96.9%), pendidikan terakhir sebagian besar adalah perguruan tinggi (78,1%), pekerjaan responden sebagian besar adalah swasta (40.6%), dan paritas responden sebagian besar adalah primipara atau baru pertama kali melahirkan (68.8%).
2. Frekuensi pemberian pijat bayi sebagian besar dilakukan 2 minggu sekali (62.5%).
3. Bayi usia 3–6 bulan di Srikandi Rumah Bunda *Mom Kids And Baby Spa* memiliki rata-rata kuantitas tidur bayi 15.05 jam untuk bayi usia 3 bulan, 14.72 untuk bayi usia 4 bulan, 14.25 untuk bayi usia 5 bulan dan 13.94 untuk bayi usia 6 bulan.
4. Bayi usia 3 bulan yang diberikan pemijatan 1 minggu sekali memiliki kuantitas tidur 16 jam yaitu 3 bayi (9.4%). Bayi usia 4 bulan yang diberikan pemijatan 2 minggu sekali memiliki kuantitas tidur 15 jam yaitu 5 bayi (15.6%). Bayi usia 5 bulan menunjukkan tidak ada perbedaan antara kuantitas tidur bayi yang diberikan pemijatan 1 minggu sekali dan 2 minggu sekali. Bayi usia 6 bulan yang diberikan pemijatan 2 minggu sekali memiliki kuantitas tidur 13.5 jam yaitu 2 bayi (6.3%).

B. Saran

3. Bagi STIKES Jenderal Achmad Yani

Diharapkan agar hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi untuk meningkatkan pengetahuan dan wawasan mahasiswa DIII Kebidanan di STIKES Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

4. Bagi Tenaga Kesehatan di Srikandi Rumah Bunda *Mom Kids And Baby Spa*

Diharapkan agar dapat mengajari ibu dan ayah bayi cara memijat bayinya agar dapat mempraktekkannya dirumah serta mengikuti pelatihan pijat bayi untuk mendapatkan sertifikat untuk melakukan pijat bayi dan melengkapi buku register yang telah tersedia.

5. Bagi Ibu Bayi

Diharapkan agar ibu bayi dapat memberikan pijat bayi kepada bayinya setiap hari agar bayi mendapat keuntungan yang lebih besar apabila pemijatan dilakukan setiap hari dan lebih baik bila pemijatan dilakukan sendiri oleh ibu bayi agar manfaat yang dirasakan tidak hanya oleh bayi namun juga dapat dirasakan oleh ibu bayi seperti menjalin kedekatan ibu dan bayi, meningkatkan produksi ASI, bagi pasangan muda dapat meningkatkan rasa percaya diri terhadap peran barunya sebagai orang tua, dan meningkatkan kompetensi orang tua dalam menenangkan dan memberikan kenyamanan bagi bayinya.

6. Bagi Peneliti Lain

Diharapkan dari penelitian ini dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh pijat bayi terhadap kuantitas tidur bayi usia 3–6 bulan dengan jumlah sampel yang lebih besar dan metode penelitian yang lebih akurat sehingga lebih dapat menggambarkan secara umum dan lebih tepat serta bias penelitian terhindarkan.