

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Bersumber pada hasil penelitian mengenai efektivitas pijat bayi diiringi murottal al-qur'an terhadap kualitas tidur bayi usia 3-9 bulan di Praktek Bidan Mandiri Ny. Wulan mampu ditarik kesimpulan sesuai dengan tujuan penelitian yaitu sebagai berikut:

1. Diketahui kualitas tidur bayi usia 3-9 bulan di PMB Ny. Wulan sebelum diberikan intervensi pijat bayi diiringi murottal Al-qur'an hampir seluruhnya kualitas tidur buruk sebanyak 25 bayi (83,3%).
2. Diketahui kualitas tidur bayi usia 3-9 bulan di PMB Ny. Wulan sesudah diberikan terapi dan sebagian besar dari responden dengan kualitas tidur yang baik sebanyak 22 bayi (73,3%).
3. Terdapat impak antara pijat bayi diiringi murottal Al-qur'an terhadap kualitas tidur bayi di PMB Ny. Wulan dengan nilai probabilitas (0,00) jauh lebih rendah dari α 0,05 atau ($p < \alpha$). Ini membuktikan bahwasannya H_0 diterima dan terdapat pengaruh pijat bayi diiringi murottal al-qur'an terhadap kualitas tidur bayi usia 3-9 bulan di PMB Ny. Wulan.

B. Saran

1. Bagi Institusi
Diharapkan dapat dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai rata-rata peningkatan kualitas tidur bayi terhadap usianya, dan mampu memasukkan materi non farmakologis ini yaitu pijat bayi kedalam kurikulum Pendidikan. Dan menciptakan Al-qur'an sebagai pedoman serta acuan atau terapi pengganti music, sebagai rangkaian kegiatan mandiri bidan yang dapat dilakukan dalam praktik pelayanan kebidanan.
2. Bagi Praktik Mandiri Kebidanan
Diharapkan penelitian pijat bayi dan murottal Al-qur'an ini dapat menjadi tolak ukur di praktik mandiri kebidanan sebagai manifestasi untuk

keterbaharuan dan menjadikan atmosfer pada saat dilakukan pijat, dan penelitian ini diharapkan mampu digunakan oleh petugas kesehatan dalam memupuk pengetahuan.

3. Bagi Responden

- a. Diharapkan pada orangtua bayi untuk meningkatkan kesadaran terhadap masalah tidur anak, serta lebih memperhatikan kenyamanan dan kesehatan bayi.
- b. Diharapkan orangtua bayi mengetahui manfaat pijat bayi dan bisa melakukannya di rumah elementer ini sebelum melakukan aktivitas dan sebelum tidur dengan frekuensi 1 minggu selama 10-15 menit sebanyak 2x perlakuan.
- c. Dan orangtua juga harus mulai menerapkan atau mengenalkan al-qur'an kepada anaknya. Semakin bayi sering didengarkan alunan ayat suci Al-qur'an semakin memberikan dampak besar bagi tubuh. Perubahan kinerja tubuh, bahkan mendengarkan audio mampu menata semua hormon stress dan memberikan efek keharmonisan.