

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan mengenai pengaruh pijat bayi dengan musik terhadap kualitas tidur bayi usia 1-6 bulan di Zayan Baby Spa Kabupaten Garut kepada 32 responde, didapatkan kesimpulan sebagai berikut.

1. Rerata kualitas tidur bayi usia 1-6 bulan sebelum diberikan pemijatan dengan musik di Zayan Baby Spa Kabupaten Garut memiliki nilai *mean* 10,25 lalu nilai *minumun* 8 dan *maximum* 13.
2. Rerata kualitas tidur bayi usia 1-6 bulan sesudah diberikan pemijatan dengan musik di Zayan Baby Spa Kabupatem Garut memiliki nilai *mean* 12,63 lalu nilai *minumun* 11 dan *maximum* 15.
3. Terdapat pengaruh pijat bayi dengan musik terhadap kualitas tidur bayi usia 1-6 bulan di Zayan Baby Spa Kabupaten Garut.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan, maka peneliti memberikan saran yaitu:

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya mengenai pengaruh pijat bayi dengan musik terhadap kualitas tidur bayi.

2. Bagi Zayan Baby Spa

Standar Operasional Prosedur (SOP) pada penelitian pengaruh pijat bayi dengan musik terhadap kualitas tidur bayi ini diharapkan dapat diterapkan di Zayan Baby Spa sebagai referensi untuk terapis dalam proses pemijatan.