

## ABSTRAK

### Abstrak

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER  
PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Skripsi, Juli 2020  
Riska Handayani

Hubungan Pemberian ASI Dengan Kualitas Tidur Pada bayi Usia 0-6 Bulan Di  
Wilayah Kerja Puskesmas Masam Bondowoso

XV + 73 Halaman + 1 bagan + 14 tabel + 12 lampiran  
Abstrak

Masa bayi merupakan masa emas untuk pertumbuhan dan perkembangan. Salah satu faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang bayi adalah istirahat atau tidur, karena pada saat inilah terjadi *repair neuro-brain* dan kurang lebih 75% hormon pertumbuhan diproduksi. ASI mengandung banyak protein, salah satunya adalah L-Triptofan yang dapat mempermudah proses tidur pada bayi. Penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasional dengan pendekatan *retrospective study* dan teknik sampling yang digunakan yaitu *cluster sampling* yang bertujuan untuk mengetahui hubungan pemberian ASI dan kualitas tidur pada bayi usia 0-6 bulan. Populasi pada penelitian ini adalah ibu menyusui dengan bayi usia 7-12 bulan yang memiliki riwayat menyusui saat usia 0-6 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Maesan sejumlah 304 responden dengan sampel 173 responden. Alat pengumpulan data yang digunakan yaitu kuesioner tentang pemberian ASI dan BISQ (*Brief Infant Sleep Questionnaire*). Hasil penelitian dari 173 responden terdapat 61,8% bayi yang mendapatkan ASI Eksklusif dan 86,1% bayi dengan kualitas tidur adekuat. Hasil dari analisis statistik menggunakan uji *Chi Square* diperoleh nilai  $P\ value = 0,000 < 0,05$  yang artinya ada hubungan antara pemberian ASI dan kualitas tidur pada bayi usia 0-6 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Maesan Bondowoso. Penelitian ini direkomendasikan kepada ibu menyusui agar menjaga kualitas tidur pada bayi untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi secara optimal dengan cara pemberian ASI.

**Kata kunci : Pemberian ASI; Kualitas Tidur; Bayi**

## ABSTRACT

Abstract

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER  
PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Skripsi, Juli 2020  
Riska Handayani

*The Relationship Between Breastfeeding and Sleep Quality of Infants Aged 0-6 Months in The Public Health Center Maesan Bondowoso*  
XV + 73 Page + 1 Chart + 14 Table + 12 Attachment

Abstract

Infancy is a golden age of human growth and development. One of the factors that affects a baby's growth and development is a rest or sleep because the repair neuro-brain occurs and it produces approximately 75% of growth hormone at this situation. The breast milk contains a lot of protein, one of them is *L-Tryptophan* making the infant sleep more easily. This study uses a correlational research design with a retrospective study approach and the sampling technique used is cluster sampling aiming to find the correlation between the breastfeeding and the sleep quality of the infants aged 0-6 months. The population of this study was breastfeeding mothers who had the infants aged 7-12 months with a history of breastfeeding at the age of 0-6 months in the Public Health Center of Maesan where its working area had 304 respondents and the sample were 173 respondents. The data collection tool used was the questionnaires about breastfeeding and BISQ (Brief Infant Sleep Questionnaire). The results of 173 respondents described that there was 61.8% infants receiving exclusive breastfeeding and 86.1% infants having adequated sleep quality. The results were analyzed by the Chi-Square test that obtained the value of P-value = 0,000 <0.05, which meant there was a correlation between the breastfeeding and the sleep quality of infants aged 0-6 months in the Public Health Center of Maesan Bondowoso. This study is recommended for the lactating mothers aiming to maintain the quality of infants' sleep that can support optimal growth and development of infants by breastfeeding.

**Keywords : Breastfeeding; Sleep Quality; Infant**