

ABSTRACT

DESCRIPTION OF THE SLEEP QUALITY OF BABIES AT WAWA HOLISTIC CARE, PURI DISTRICT, MOJOKERTO REGENCY

By:

Milda Fanlay

The need for sleep is not only seen from the aspect of quantity but also quality. With good quality sleep, the baby's growth and development can be achieved optimally. However, at the age of 1-12 months, babies still often experience sleep disturbances which result in poor sleep quality. This study aims to describe the quality of baby sleep at Wawa Holistic Care, Puri District, Mojokerto Regency. This type of research is a quantitative descriptive with an observational approach. The population of this study were infants aged 1-12 months. The research sample consisted of 11 infants aged 1-12 months, taken by purposive sampling. The research instrument used a questionnaire. Data processing uses editing and coding, while the results are displayed in scoring and tabulating. The results showed that almost all (89.8%) of the quality of sleep for babies aged 1-12 months at Wawa Holistic Care was good with babies sleeping more than 9 hours and waking up cheerfully. Because the quality of sleep is very important for the growth of the baby, it needs to be paid close attention to by the mother and health workers.

Keywords: *Baby, Sleep Quality for Babies, Aged 1-12 Months*

ABSTRAK

GAMBARAN KUALITAS TIDUR BAYI DI WAWA *HOLISTIC CARE* KECAMATAN PURI KABUPATEN MOJOKERTO

Oleh:

Milda Fanlay

Kebutuhan tidur tidak hanya dilihat dari aspek kuantitas saja namun juga kualitasnya. Dengan kualitas tidur yang baik, pertumbuhan dan perkembangan bayi dapat dicapai secara optimal. Namun pada usia 1-12 bulan, bayi masih sering mengalami gangguan tidur yang mengakibatkan kualitas tidurnya kurang. Penelitian ini bertujuan menggambarkan kualitas tidur bayi di Wawa *Holistic Care* Kecamatan Puri Kabupaten Mojokerto. Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan pendekatan observasional. Populasi penelitian ini adalah bayi usia 1-12 bulan. Sampel penelitian sejumlah 11 bayi usia 1-12 bulan, diambil secara *purposive sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Pengolahan data menggunakan *editing* dan *coding*, sedangkan hasil ditampilkan dalam *scoring* dan *tabulating*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kualitas tidur bayi usia 1-12 bulan di Wawa *Holistic Care* adalah hampir seluruhnya (89,8%) adalah baik dengan bayi tidur lebih dari 9 jam dan terbangun dengan ceria. Karena kualitas tidur sangat penting untuk pertumbuhan bayi, maka perlu diperhatikan dengan baik oleh ibu maupun tenaga kesehatan.

Kata Kunci: Bayi, Kualitas Tidur Bayi, Usia 1-12 Bulan