

## Pengaruh *Baby Massage* Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3–6 Bulan Di PMB Ny."W" Desa Madureso Kec. Dawarblandong Kab. Mojokerto

Rista Novitasari<sup>1</sup>, Hidayatun Nufus<sup>2</sup>, Evi Rosita<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup> ITS Kes ICMe Jombang

INFORMASI ARTIKEL	A B S T R A K
Diajukan : 30 Juni 2023 Diterima : 06 Juli 2023 Dipublikasi : 31 Juli 2023	<p>Untuk bayi, tidur adalah yang utama karena pada saat itulah perbaikan saraf otak terjadi dan sekitar 75% hormon pertumbuhan diproduksi. Di Indonesia cukup banyak bayi yang mengalami masalah tidur, yaitu sekitar 44,2% bayi mengalami gangguan tidur seperti sering terbangun di malam hari. Gangguan keseimbangan fisiologis dan psikologis dapat disebabkan oleh kurang tidur dan kualitas tidur yang buruk, <i>baby Massage</i> merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan lama tidur pada bayi. Tujuan penelitian ini untuk Pengaruh <i>Baby massage</i> Terhadap Kualitas Tidur pada Bayi Usia 3 – 6 bulan di PMB Ny."W" Desa Madureso Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto. Desain penelitian ini menggunakan Quasi Eksperimen dengan pendekatan one group pre testpost test desain. Populasinya yaitu seluruh bayi usia 3-6 Bulan di PMB Ny."W" Desa Madureso Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto berjumlah 37 bayi. Representatif studi adalah 31 bayi usia 3-6 purnama yang dilakukan dan simple acak sampling. Variabel bebasnya yaitu pijat bayi dan variabel terikatnya adalah mutu bobok bayi. Alat studi memakai SOP dan daftar pertanyaan. Tes perangkaan dilakukan dan memakai Wilcoxon. Perolehan studi memperlihatkan maka mutu tidur anak 3-6 bulan layak efektif pada beberapa banyak informan sebelum dilakukan pijat bayi yakni sebanyak 18 responden (58,0%), sedang sesudah dilakukan pijat bayi mutu bobok hampir seutuhnya efektif. yakni 26 informan (83,9%) lewat tes data Wilcoxon terdapat nilai relevan p value = 0,000 &lt; P (0,05) hingga peroleh H1, melalui sini bisa disimpulkan maka urut bayi berdampak kepada mutu bobok bunda mengandung. Konklusi bayi umur 3 warsa - 6 purnama di PMB Ny."W" Dukuh Madureso Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto.</p>
KEYWORD	
Pijat bayi, kualitas tidur	
KORESPONDENSI	
E-mail : ristanovi2022@gmail.com	
SITASI :	
Rista Novitasari. Dkk. 2023. "Pengaruh <i>Baby Massage</i> Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3–6 Bulan Di PMB Ny."W" Desa Madureso Kec. Dawarblandong Kab. Mojokerto". Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak (KIA), 2 (2), 48—53.	

### PENDAHULUAN

Bayi usia 0–5 bulan menghabiskan 80–90% waktunya untuk tidur siang. Secara umum, bayi baru lahir tidur selama 16 hingga 20 jam sehari, dibagi menjadi 4-5 sesi. Bayi yang berusia 2 bulan tidur lebih banyak di siang hari daripada saat tidur siang. Bayi yang berusia tiga bulan akan tidur selama 15 hingga 17 jam setiap hari, 8 jam di antaranya dihabiskan untuk tidur siang dan 9 di antaranya dihabiskan untuk tidur malam. Jumlah jam tidur juga berkurang seiring bertambahnya usia bayi. Jumlah tidur siang mulai menurun sekitar usia 3 sampai 6 bulan. tiga kali dan kemudian semakin kecil. Rata-rata waktu tidur harian adalah antara 13 dan 15 jam. Kebiasaan tidur bayi usia enam bulan mulai menyerupai orang dewasa (Gola, 2017).

Berdasarkan data WHO tahun 2012 yang dicantumkan dalam jurnal Pediatrics, tercatat sekitar 33% bayi mengalami

masalah tidur. Di Indonesia cukup banyak bayi yang mengalami masalah tidur, yaitu sekitar

44,2% bayi mengalami gangguan tidur seperti sering terbangun di malam hari. Namun lebih dari 72% orang tua menganggap gangguan tidur pada bayi bukan suatu masalah atau hanya masalah kecil, hal tersebut diungkapkan oleh sebuah penelitian pada tahun 2004-2005 yang dilaksanakan di lima kota besar di Indonesia (Jakarta, Bandung, Medan, Palembang dan Batam).

Gangguan keseimbangan fisiologis dan psikologis dapat disebabkan oleh kurang tidur dan kualitas tidur yang buruk. Berkurangnya aktivitas sehari-hari, rasa lemas dan lelah, gangguan koordinasi neuromuskuler, proses penyembuhan yang lambat, dan sistem kekebalan yang melemah adalah contoh dampak fisiologis. Efek psikologisnya meliputi emosi yang lebih labil, kecemasan, kehilangan fokus, penurunan fungsi kognitif, dan pengalaman yang menyatu (Saputra, 2017).

Salah satu cara yang dapat digunakan adalah dengan baby massage. Peningkatan kuantitas atau lama tidur bayi yang dilakukan pemijatan disebabkan oleh adanya peningkatan kadar sekresi serotonin yang dihasilkan pada saat pemijatan (Ratih.2017). Di Touch Research Institusi Amerika telah dilakukan penelitian pada sekelompok anak yang dilakukan pemijatan mengalami perubahan gelombang otak. Pada 20 anak yang dilakukan pemijatan selama 2 x 15 menit dalam jangka waktu 5 minggu mengalami 50 % perubahan gelombang otak dibanding sebelum dipijat, perubahan gelombang otak ini terjadi dengan cara menurunkan gelombang alpha dan meningkatkan gelombang  $\beta$  serta merta sehingga bayi akan tertidur lebih lelap (Ratih.2017).

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Agustus tahun 2022 di PMB Ny."W" Desa Madureso Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto dengan mewawancarai 5 orang tua bayi diperoleh data 80% orang tua mengatakan bahwa bayi mereka sulit tidur di malam hari, sering terbangun sepanjang malam selama lebih dari satu jam, tidur kurang dari sembilan jam di malam hari, tidur total kurang dari 13 jam per hari, dan hanya 20 % mendapatkan jumlah tidur yang disarankan—rata-rata 14 jam per hari. Bayi hanya dipijat saat sakit atau rewel, menurut 100% orang tua. Berdasarkan data diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh baby massage terhadap kualitas tidur bayi pada bayi.

## METODE PENELITIAN

Jenis eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis quasi eksperimen atau percobaan (Eksperiment Research), dengan menggunakan pendekatan rancangan pra-experimental design yaitu sesuatu penelitian dengan melakukan kegiatan percobaan untuk mengetahui adakah pengaruh baby massage terhadap kualitas tidur pada bayi usia 3-6 Bulan di PMB Ny."W" Desa Madureso Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto setelah dilakukan perlakuan kemudian melakukan pengukuran selanjutnya.

Desain One Group Pretest Posttest untuk melihat ada pengaruh baby massage terhadap kualitas tidur pada bayi usia 3-6 Bulan di PMB Ny."W" Desa Madureso Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto. Adapun populasi target dalam penelitian ini adalah seluruh bayi usia 3-6 Bulan di PMB Ny."W" Desa Madureso Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto berjumlah 37 bayi. Sampel dalam penelitian ini

yaitu sebagian bayi usia 3-6 Bulan berjumlah 31 orang.

## HASIL PENELITIAN

### A. Analisis Univariat

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada Desember 2022 sampai Februari 2023 pada bayi usia 3-6 bulan di PMB Ny."W" Desa Madureso Kecamatan

Mengenai informasi khusus yang terdapat Dawarblandong Kabupaten Mojokerto merupakan menjadi berikut:

1. Mutu bobok bayi 3-6 purnama sebelum pijat bayi dibagi merupakan 3 kriteria yaitu bagus, memadai dan kurang

Tabel 5.4 Penyaluran Keseringan Informan Atas Mutu Tidur Bayi 3-6 Bulan Dini Pijat Bayi Di Desa "W" Madureso Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto

No	Pre test	Frekuensi	Persentase (%)
1	Baik	4	12,9
2	Cukup	18	58,1
3	Kurang	9	29,0
Total		31	100,0

Sumber : Data Primer 2022

Tabel 5.4 Penyaluran Keseringan Informan Atas Mutu Tidur Bayi 3-6 Bulan Dini Pijat Bayi Di Desa "W" Madureso Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto NY Berdasarkan Tabel 5.4, beberapa banyak informan mempunyai tingkat tidur anak nan memadai dari 3-6 purnama sebelum memijit bayi yaitu sebesar 18 responden (58,1%).

2. Mutu bobok anak 3-6 purnama sesudah urut jabang bayi. Kualitas tidur bayi usia 3-6 bulan setelah dilakukan baby massage Kualitas tidur bayi usia 3-6 bulan setelah dilakukan baby massage terbagi menjadi 3 kriteria yaitu baik, cukup dan kurang.

Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Setelah Dilakukan Baby Massage di PMB Ny."W" Desa Madureso Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto

No	Post Test	Frekuensi	Persentase (%)
1	Optimal	21	67,7
2	Sedang	8	25,8
3	Belum optimal	2	6,5
Total		31	100,0

Sumber : Data Primer 2022

**RESEARCH**

**OPEN ACCESS**

Berdasarkan tabel 5.5 menunjukkan bahwa kualitas tidur bayi usia 3-6 bulan setelah dilakukan baby massage sebagian besar dari responden baik yaitu sebesar 21 responden (67,7%).

**B. Analisis Bivariat**

Tabulasi Silang Pengaruh Baby Massage Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Di PMB Ny."W" Desa Madureso Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto

Tabel 5.6 Tabel silang Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan sebelum dan Sesudah Dilakukan Baby Massage di PMB Ny."W" Desa Madureso Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto

No	Kualitas Tidur	Sebelum		Sesudah	
		F	%	F	%
1.	Baik	4	12,9	26	83,9
2.	Cukup	19	61,3	4	12,9
3.	Kurang	8	25,8	1	3,2
	Total	31	100,0	31	100,0

Uji Wilcoxon  $p(0,000) < \alpha(0,05)$

Berdasarkan tabel 5.6 menunjukkan bahwa kualitas tidur bayi usia 3-6 bulan sebelum dilakukan baby massage sebagian besar dari responden cukup yaitu sebesar 19 responden (61,3%), kualitas tidur bayi usia 3-6 bulan setelah dilakukan baby massage hampir seluruhnya dari responden baik yaitu sebesar 26 responden (83,9%). Hasil uji statistik Wilcoxon diperoleh angka signifikan atau nilai probabilitas (0,000) jauh lebih rendah standart signifikan dari 0,05 atau ( $p < \square$ ), maka data  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima yang berarti ada Pengaruh Baby Massage Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 bulan Di PMB Ny."W" Desa Madureso Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto

**PEMBAHASAN**

**A. Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan sebelum dilakukan Baby Massage.**

Perolehan studi memperlihatkan mutu bobok anak layak dengan 3-6 purnama pertama memijit bayi pada sebagian banyak informan yakni 18 informan (58,1%). Ada 7 persoalan akan menakar mutu tidur bayi Anda. Mutu tidur bayi 3-6 bulan sebelum urut bayi. Beberapa periset yakin maka mutu tidur yang jelek pada bayi bisa menyebabkan melemahnya mekanisme imunitas badan, menyebabkan anak gampang menngis, gampang

tersinggung, dan mengacaukan tumbuh kembang bayi dalam periode perkembangan. Mempertimbangkan pentingnya saat tidur bagi pertumbuhan bayi, hingga keperluan tidur perlu benar-benar tersalurkan supaya tidak berakibat negatif untuk pertumbuhan bayi.

Saputra (2019) berpandangan bahwa terbatas tidur dan mutu tidur yang jelek mengakibatkan kendala kesetimbangan fisiologis dan psikis. Dampak fisiologis tergolong berkurangnya kegiatan sehari-hari, mengangap letih, lemas, penyerasian neuromuskuler nan jelek, prosedur pengobatan yang lamban, dan mekanisme imunitas badan nan menurun. Dampak psikis tergolong makin besar ketidakstabilan penuh emosi, kegelisahan, ketidakmampuan untuk bertapa, pengurangan psikis, dan pengetahuan totalitas. Bayi yang menghadapi hambatan tidur mendapati hambatan yang serupa di kemudian hari, apalagi dalam periode perkembangan.

Faktor yang mempengaruhi kualitas tidur cukup dikarenakan faktor usia dan status kesehatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar usia bayi 6 bulan yaitu 16 bayi (51,6%). dan berdasarkan tabulasi silang antara usia bayi dengan kualitas tidur bayi menunjukkan bahwa sebagian besar usia bayi usia 6 bulan yang kualitas tidurnya cukup sejumlah 9 responden (29,0%). Hal ini sesuai pendapat Dewi (2019) bayi pada bulan ke 3 dan ke 4 mudah diatur jadwal minum dan tidurnya, sementara setelah 6 bulan maka teknik sentuhan halus yang dilakukan sudah berbeda. Menurut peneliti pada usia 6 bulan dimana fisik bayi tidak lagi terlalu lemah untuk dipijat dan pada usia tersebut bayi banyak menghabiskan waktunya untuk tidur, pada saat umur 3-6 bulan adalah saat yang baik untuk mengatur pola tidurnya.

Berdasarkan tabel 5.2, seluruh responden atau 31 bayi memiliki status kesehatan baik (100%) atau lebih baik, dan sebagian besar bayi berusia 3-6 bulan memiliki kualitas tidur yang cukup baik menurut tabulasi silang antara kesehatan status dan kualitas tidur. 18 tanggapan, atau 58,1%, secara total. Menurut Wahyuni (2018), bayi yang mendapatkan tidur yang cukup tanpa terbangun secara teratur akan lebih sehat dan tidak rewel. Jika bayi terbangun setelah tidur kurang dari sembilan jam, dikatakan mengalami masalah tidur. tidak sakit, karena memijat bayi yang sedang sakit hanya akan memperburuk kondisinya.

**B. Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 bulan sesudah dilakukan Baby Massage.**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 21 responden (67,7%) atau sebagian besar bayi berusia 3-6 bulan memiliki kualitas tidur yang

memuaskan setelah dilakukan pijat bayi. Hal ini sejalan dengan penilaian Sekartini (2018). Baik kuantitas maupun kualitas tidur bayi memiliki peran baik dalam perkembangan fisik maupun emosionalnya. Bayi yang cukup tidur tanpa bangun keesokan harinya lebih aktif dan tidak mudah tersinggung. Usia dan kondisi kesehatan bayi mungkin berdampak pada seberapa baik mereka tidur. Berdasarkan tabulasi silang antara usia bayi dengan kualitas tidur bayi didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden usia 6 bulan sebanyak 16 bayi (51,6%), dan hampir separuh bayi usia 6 bulan sampai 1 tahun. tahun kurang tidur.

Berdasarkan temuan penelitian, seluruh responden atau 31 bayi memiliki status kesehatan sehat (100%) dan tabulasi silang antara status kesehatan bayi dengan kuantitas dan kualitas tidur bayi usia 3-6 bulan didapatkan 21 responden. (67,0%) bayi usia 6 bulan rata-rata memiliki kualitas tidur yang baik. Bayi yang ototnya distimulasi dengan pijatan atau massage dilaporkan akan merasa nyaman dan mengantuk, menurut Anggraini (2018).

Pengamat (Field, 2017) sebagaimana dikutip oleh Hull, seorang ahli virologi molekuler Inggris, dalam sebuah karya berjudul "Touch Therapy: Science mendukung intuisi dengan menyatakan bahwa menerima perawatan pijat selama 30 menit setiap hari membantu menurunkan kecemasan dan keputusasaan. Tangisannya telah mereda, dan tidurnya menjadi lebih nyenyak.

Kesehatan keseluruhan bayi baru lahir dianggap dalam kondisi yang baik, yang menunjukkan bahwa bayi baru lahir yang sehat yang mendapatkan tidur yang cukup akan mendorong perkembangan bayi yang khas. Selain itu, anak-anak dengan kebiasaan tidur yang baik mendapat manfaat dari menerima pijat bayi karena mereka secara alami akan tertidur dengan tenang. Selain itu, karena mereka tidur dalam waktu yang cukup, bayi dengan kebiasaan tidur yang baik cenderung tidak mudah sakit.

### C. Pengaruh baby massage terhadap kualitas tidur bayi Usia 3-6 bulan

Berdasarkan tabel 5.6 menunjukkan bahwa kualitas tidur bayi usia 3-6 bulan sebelum dilakukan baby massage sebagian besar dari responden cukup yaitu sebesar 19 responden (63,1%), dan setelah dilakukan baby massage hampir seluruhnya dari responden baik yaitu sebesar 26 responden (83,9). Pada penelitian ini berdasarkan analisa menggunakan uji statistik Wilcoxon diperoleh angka signifikan atau nilai probabilitas (0,000)

jauh lebih rendah standart signifikan dari 0,05 atau ( $p < \alpha$ ), maka data  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima yang berarti ada Pengaruh Baby Massage Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 bulan Di PMB Ny."W" Desa Madureso Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto.

Baby Massage banyak memberikan manfaat serta merupakan salah satu cara pengungkapan kasih sayang antara orang tua dengan anak. Melalui sentuhan pada kulit berdampak luar biasa pada perkembangan fisik, emosi dan tumbuh kembang anak (Riksani, 2017). Menurut Gulton (2018) Sentuhan dan tekanan lembut dari pijat bayi menyebabkan ujung - ujung saraf yang terdapat di permukaan kulit menimbulkan reaksi. Selanjutnya saraf tersebut mengirimkan pesan ke otak melalui jaringan saraf yang berada di medula spinalis. Proses tersebut menyebabkan terjadinya perangsangan pada reseptor saraf sensorik perifer terutama reseptor tekanan. Rangsangan ini mengaktifkan sistem saraf parasimpatis terutama yang paling berperan aktif terhadap proses tidur yaitu area dalam saraf otonom parasimpatis nuclei rafe dan nucleus tractus solitarius, yang merupakan regio sensorik medulla dan pons yang dilewati oleh sinyal sensorik viseral yang masuk ke otak melalui nervus vagus dan glossofaringeus, yang pada akhirnya menimbulkan keadaan tidur.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Gulton (2018) di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Longat Kecamatan Panyabungan Barat Kabupaten Mandailing Natal hasil penelitian menunjukkan kualitas tidur bayi Usia 3-6 bulan sebelum diberi baby massage mayoritas kurang sebanyak 26 responden (86,6%) dan setelah di lakukan baby massage mayoritas baik sebanyak 22 responden (73,3%). Uji statistik wilcoxon menunjukkan bahwa nilai signifikan  $p \text{ value} = 0,02 < \alpha$  (0,05 artinya ada Pengaruh Baby Massage Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 bulan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Longat.

Penelitian yang dilakukan Hartanti et al. (2019) menyatakan bahwa pijat bayi secara efektif dapat digunakan sebagai salah satu cara untuk memperkuat ikatan batin dan meningkatkan kualitas tidur bayi usia 3-6 bulan. Menurut penelitian Tang (2018) yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 1-4 bulan dimana kualitas tidur bayi setelah dipijat meningkat yakni kategori buruk 0%, cukup baik 26,7% dan baik 73,3% sedangkan sebelum dipijat kategori buruk 6,7%, cukup baik 60% dan baik 33,3% (Tang, 2018).

**RESEARCH**

**OPEN ACCESS**

Menurut para ahli, kebutuhan tidur bayi yang baru lahir harus dipenuhi agar tidak mempengaruhi perkembangannya secara negatif mengingat pentingnya tidur bagi pertumbuhannya. Pijat bayi merupakan salah satu cara yang dapat digunakan untuk mengatasi tuntutan tersebut. Bayi yang mendapat pijatan dapat tidur dengan nyenyak dan akan mendapat perhatian lebih saat terbangun. Pijat bayi merupakan salah satu penanganan non farmakologis untuk masalah tidur bayi.

**KESIMPULAN**

1. Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Sebelum Diberi Baby Massage Di PMB Ny."W" Desa Madureso Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto sebagian besar kategori cukup.
2. Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Sesudah Diberi Baby Massage Di PMB Ny."W" Desa Madureso Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto sebagian besar dalam kategori baik.
3. Ada Pengaruh Baby Massage Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan PMB Ny."W" Desa Madureso Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto.

**DAFTAR PUSTAKA**

- (1) Anggraini, 2017. Baby massage. <http://ojs.unud.ac.id/index.php>.Diakses 26/12/2020
- (2) Ardhillah, City, Azz. 2017.. Segalanya Bayi, Kupas Tuntas Ilmu Bayi A-Z. Yogyakarta: Syura Mediautama
- (3) Arikunto, S. (2019). Prosedur Penelitian. Jakarta: Rineka cipta
- (4) Asmadi. 2017.Teknik Prosedural Keperawatan Konsep Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien. Jakarta. Salemba Medika
- (5) Dewi. 2017. Teknik dan Prosedur Pemijatan bayi. Jakarta : Salemba Medika
- (6) Gultom, Nur cahaya, 2018, Pengaruh Baby Massage Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Longat Kecamatan Panyabungan Barat Kabupaten Mandailing Natal Tahun 2020
- (7) Hartanti A, S. H. (2019). Effectiveness of Infant Massage on Strengthening Bonding and Improving Sleep Quality. *Journal of Medicine*, 165-175.
- (8) Hartini. 2017. Kebutuhan Tidur Bayi Dan Anak-Anak.
- (9) <http://berbagisehat.com/index.php/advertorial/index.php?view=artickdancatid=99=baby-a-toddler&id=319=kebutuhantidur-bayidanformat=Pdf> (diakses tanggal 19 April 2022 jam 10.00 WIB)
- (10) Heildenberg, Steven, M.D. 2017. Buku Pintar Perawatan Bayi. Jakarta: Prestasi Pustakaraya.
- (11) Hidayat, AA. 2017. Pengantar Ilmu Keperawatan Anak Untuk Pendidikan Kebidanan. Jakarta: Salemba Medika
- (12) Hiscock, 2017. Data Masalah Tidur Bayi. <http://ojs.unud.ac.id/index.php>.Diakses 12 Januari 2022
- (13) Indriatie. 2017. Pengaruh Baby massage Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 6-12
- (14) Bulan Di Polindes Jiyu-Kutorejo Mojokerto.
- (15) Mansur, H. 2017. Psikologi Ibu dan Anak Untuk Kebidanan. Jakarta. Salemba Medika
- (16) Maryunani, Anik. 2017. Ilmu Kesehatan Anak dalam Kebidanan. Jakarta: Trans Info Media
- (17) Murjito, 2017. Pedoman baby massage. Universitas Udayana <http://ojs.unud.ac.id/index.php>. Diakses 12 Januari 2022
- (18) Nazwa, N.U. 2017. Rahasia Ibu Pintar, Panduan Merawat Bayi Pasca Persalinan
- (19) Sampai 12 Bulan. Yogyakarta: Katahati
- (20) Nugraheni RI, Ambarwati R, Marni. Upaya Peningkatan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan Dengan Terapi Pijat Akademi Keperawatan Giri Satria Husada Wonogiri grup pretest-posttest design . Populasi dalam penelitian ini adalah semua bayi usia 3-12 bulan di Desa responden . Instrumen peneliti. 2018;7(1):19-23
- (21) Notoatmodjo. 2018. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- (22) Nursalam. 2017. Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika
- (23) Prasetyono. 2017. Teknik-Teknik Memijat Bayi Sendiri. Yogyakarta: Diva Press
- (24) Ratih,et all.2017. Panduan Pijat Bayi.Surakarta:Yuma Pustaka
- (25) Riksani, Ria. 2017. Cara Mudah dan Aman Baby massage. Jakarta: Dunia Sehat
- (26) Salsabila, Salwa. 2017. Tips Cerdas Merawat Bayi. Yogyakarta: Luna Publisher
- (27) Santi, Enidya. 2017. Buku Pintar Baby massage Untuk Tumbuh Kembang Optimal Sehat dan Cerdas. Yogyakarta: Pinang Merah Publisher
- (28) Saryono. 2017. Metodologi penelitian Kebidanan DIII, DIV, S1 dan S2. Yogyakarta: Nuha Medika
- (29) Sekartini, Rini. 2017. Buku Pintar bayi. Jakarta: Pustaka Bunda
- (31) Soedjatmiko. 2017. Baby massage, seberapa penting ?

**RESEARCH**

**OPEN ACCES**

- <http://www.republika.com.htm> (diakses pada 19 April 2022 jam 10.00 WIB)
- (32) Subakti dan Deri, Rizky. 2017. Keajaiban Baby massage dan Balita. Jakarta: Wahyu Media
- (33) Sugiyono. 2017. Statistika Untuk Penelitian. Bandung: ALFABETA
- (34) Suririnah. 2017. Buku Pintar Mengasuh Batita. Jakarta: Gamedia Pustaka Utama