

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KUALITAS
TIDUR BAYI USIA 0 – 3 BULAN DI BIAROSE BABY SPA**



SKRIPSI

**Oleh:
PUTU YUNIA ULANDARI AP**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA HUSADA BALI**

2025

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KUALITAS
TIDUR BAYI USIA 0 – 3 BULAN DI BIAROSE BABY SPA**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan pada
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

Oleh:

**PUTU YUNIA ULANDARI AP
NIM. A1224076**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA HUSADA BALI
2025**

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KUALITAS
TIDUR BAYI USIA 0 – 3 BULAN DI BIAROSE BABY SPA**

Diajukan Oleh:

**PUTU YUNIA ULANDARI AP
NIM. A1224076**

Badung, 4 Juli 2025

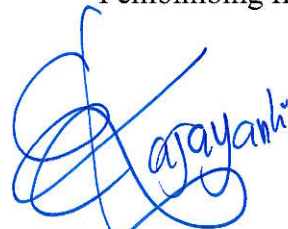
Telah Disetujui Oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



Bdn. Pande Putu Indah Purnamayanthi, S.ST., M. Kes.,
NIDN : 0825068901

Pembimbing II



Bdn. Pande Putu Novi Ekajayanti, SST., M. Keb.
NIDN : 0818118701

Mengetahui,
Program Studi Kebidanan
Ketua



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M. Keb
NIDN: 0808068701

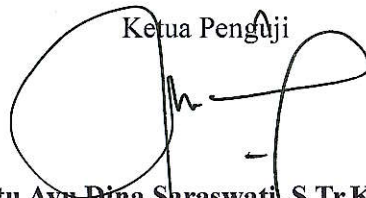
HALAMAN PENGESAHAN

PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KUALITAS
TIDUR BAYI USIA 0 – 3 BULAN DI BIAROSE BABY SPA

Tanggal: 11 Juli 2025

Yang terdiri dari:

Ketua Penguji



Bdn. Putu Ayu Dina Saraswati, S.Tr.Keb., M.Keb.
NIDN : 0822059601

Sekretaris Penguji



Bdn. Pande Putu Indah Purnamayanti, S.ST., M.Kes
NIDN : 0825068901

Anggota Penguji



Bdn. Pande Putu Novi Ekajayanti, SST., M. Keb.
NIDN : 0818118701

Mengetahui,
Program Studi Kebidanan
Ketua



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M. Keb
NIDN: NIDN: 0808068701

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Putu Yunia Ulandari AP

NIM : A1224076

Jurusan : S1 Kebidanan

Judul Skripsi : Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 0 – 3

Bulan Di Biarose Baby Spa

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis benar-benar hasil karya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Tugas Akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Badung, 14 Juni 2025



Yunia
Penulis

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USAHA BALI
PROGRAM SUDI SARJANA KEBIDANAN DAN PROFESI BIDAN

Skripsi, Juni 2025

Putu Yunia Ulandari AP

Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 0 – 3 Bulan Di Biarose
Baby Spa

xv + 95 + 5 tabel + 3 gambar + 15 lampiran

ABSTRAK

Salah satu faktor penting yang memengaruhi tumbuh kembang adalah kualitas tidur. Pijat bayi merupakan salah satu terapi nonfarmakologis yang terbukti mampu meningkatkan kualitas tidur bayi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 0–3 bulan di Biarose Baby Spa.

Penelitian ini menggunakan desain pra-eksperimental dengan rancangan *one group pretest-posttest design*. Sampel berjumlah 30 bayi yang diambil dengan teknik *non probability sampling*. Intervensi berupa pijat bayi dilakukan 1 kali dalam seminggu selama 1 bulan, masing-masing selama 15–30 menit, menggunakan VCO dan teknik pijat standar. Kualitas tidur bayi diukur menggunakan lembar observasi sebelum dan sesudah intervensi. Analisis data dilakukan menggunakan uji *Wilcoxon*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan pijat bayi, 66,7% bayi memiliki kualitas tidur kurang, dan 33,3% memiliki kualitas tidur baik. Setelah diberikan pijat bayi, seluruh sampel (100%) memiliki kualitas tidur yang baik. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai $p = 0,000 (< 0,05)$, yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara kualitas tidur bayi sebelum dan sesudah diberikan pijat bayi.

Kata Kunci: Bayi 0-3 Bulan, Kualitas Tidur, Pijat Bayi

Daftar Pustaka: 50 (2015-2025)

HEALTH INSTITUTION OF BINA USADA BALI

Bachelor of Midwifery and Professional Midwife Program

Thesis, June 2025

Putu Yunia Ulandari AP

The Effect of Infant Massage on the Sleep Quality of Infants Aged 0–3 Months at
Biarose Baby Spa

xv + 90 pages + 5 tables + 3 figures + 15 appendices

ABSTRACT

One of the key factors influencing infant growth and development is sleep quality. Infant massage is a non-pharmacological therapy proven to improve infant sleep quality. This study aimed to determine the effect of infant massage on the sleep quality of infants aged 0–3 months at Biarose Baby Spa.

The research design used was a pre-experimental one group pretest-posttest design. The sample consisted of 30 infants selected through non-probability sampling. The intervention was infant massage conducted once a week for one month, lasting 15–30 minutes per session using VCO and standard massage techniques. Infant sleep quality was assessed using an observation sheet before and after the intervention. Data were analyzed using the Wilcoxon test.

The results showed that before the infant massage intervention, 66.7% of the infants had poor sleep quality and 33.3% had good sleep quality. After the intervention, all infants (100%) had good sleep quality. The Wilcoxon test yielded a p-value of 0.000 (< 0.05), indicating a statistically significant difference in infant sleep quality before and after the infant massage intervention.

Keywords: Infants Aged 0–3 Months, Sleep Quality, Infant Massage

Bibliography: 50 (2015–2025)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
KATA PENGANTAR.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
1. Tujuan Umum.....	4
2. Tujuan Khusus.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Kajian Teoritis.....	7
1. Bayi.....	7
2. Konsep Kualitas Tidur.....	9
3. Pijat Bayi.....	16
B. Kajian Empiris.....	32
C. Kerangka Teori.....	35
BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS, DAN DEFINISI OPERASIONAL.....	36

A. Kerangka Konsep	36
1. Variabel Bebas (Independen).....	36
2. Variabel Terikat (Dependen).....	36
3. Hipotesis.....	37
4. Definisi Operasional.....	37
BAB IV METODE PENELITIAN	39
A. Rancangan Penelitian	39
B. Populasi dan Sampel	40
1. Populasi	40
2. Sampel	40
C. Tempat Penelitian	42
D. Waktu Penelitian	42
E. Etika Penelitian	43
F. Alat Pengumpul Data	45
1. Instrumen Penelitian.....	45
2. Validitas dan Reabilitas	45
G. Prosedur Pengumpulan Data	46
1. Prosedur Administrasi	47
2. Prosedur Teknis	47
H. Pengolahan Data.....	48
1. <i>Editing</i>	48
2. <i>Coding</i>	49
3. <i>Scoring</i>	49
4. <i>Cleaning</i> /tabulasi.....	49
I. Analisis Data	50
BAB V HASIL PENELITIAN.....	51
A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	51
B. Analisis Univariat.....	52
1. Karakteristik sampel.....	52
2. Kualitas tidur bayi usia 0-3 bulan sebelum dan sesudah diberikan pijat bayi di Biarose Spa.....	52

C. Analisis Bivariat.....	53
BAB VI PEMBAHASAN.....	55
A. Interpretasi Hasil Penelitian	55
1. Karakteristik sampel.....	55
2. Kualitas tidur bayi usia 0-3 bulan.....	56
3. Pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 0-3 bulan di Biarose Spa.....	58
B. Keterbatasan Penelitian	59
C. Implikasi terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian.....	60
1. Pelayanan.....	60
2. Pendidikan	60
3. Penelitian	61
BAB VII PENUTUP	62
A. Simpulan.....	62
B. Saran.....	62
1. Untuk Biarose Spa.....	62
2. Untuk pendidikan kebidanan	63
3. Untuk penelitian selanjutnya	63
DAFTAR PUSTAKA	64
LAMPIRAN.....	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Definisi Operasional Pengaruh Pijat Bayi terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 0-3 Bulan di Biarose Baby Spa	38
Tabel 5. 1 Karakteristik Sampel	52
Tabel 5. 2 Kualitas Tidur Sebelum dan Sesudah Diberikan Pijat Bayi di Biarose Spa	53
Tabel 5. 3 Uji Normalitas Data dengan Shapiro Wilk.....	53
Tabel 5. 4 Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi 0-3 Bulan di Biarose Spa	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 0 – 3 Bulan Di Biarose Baby Spa.....	35
Gambar 3. 1 Kerangka Konsep Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 0 – 3 Bulan Di Biarose Baby Spa.....	37
Gambar 4. 1 Desain Penelitian.....	39

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Jadwal Penelitian
- Lampiran 2. Surat Studi Pendahuluan
- Lampiran 3. Surat Balasan Studi Pendahuluan
- Lampiran 4. Surat Persetujuan Etik
- Lampiran 5. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 6. Surat Balasan Izin Penelitian
- Lampiran 7. Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 8. Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 9. Pengantar Kuisioner
- Lampiran 10. SOP Pemberian Pijat
- Lampiran 11. Kuisioner Penelitian
- Lampiran 12. Data Penelitian
- Lampiran 13. Hasil SPSS
- Lampiran 14. Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 15. Lembar Bimbingan Skripsi

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul “**Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 0 – 3 Bulan Di Biarose Baby Spa**” sesuai dengan waktu yang direncanakan. Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan dalam memperoleh gelar sarjana kebidanan (S.Keb) pada program studi Sarjana Kebidanan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali.

Skripsi ini dapat diselesaikan bukan lah semata usaha sendiri, melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu melalui kesempatan ini dengan segala hormat dan kerendahan hati penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Dr. Ir. I Putu Santika, M.M., selaku ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti pendidikan Program Ilmu Kebidanan di STIKES Bina Usada Bali.
2. Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M. Keb., selaku Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan STIKES Bina Usada Bali.
3. Bdn. Pande Putu Indah Purnamayanthi, S.ST., M. Kes., selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan selama proses menyelesaikan Skripsi ini.
4. Bdn. Pande Putu Novi Ekajayanti, SST., M. Keb., selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan selama proses menyelesaikan Skripsi ini.

5. Pihak owner dan management Biarose Baby Spa yang telah memberikan izin sebagai tempat penelitian dan telah banyak memberikan masukan dan bimbingan dalam menyelesaikan Skripsi ini.
6. Responden penelitian ini yang sudah mau bersedia dan meluangkan waktunya selama proses penelitian ini.
7. Teman – teman dan seluruh pihak yang turut berperan penting dalam penyusunan Skripsi ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu – persatu.

Peneliti menyadari bahwa Skripsi ini kurang sempurna, oleh karena itu peneliti sangat mengharapkan saran dan kritik yang sifatnya membangun dalam rangka memperbaiki dan menyempurnakan Skripsi ini. Semoga Skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak. Akhir kata peneliti mengucapkan terima kasih.

Denpasar, 19 Mei 2025

Penulis

DAFTAR PUSTAKA

- Adisti, P. N., Hidayah, F. N., & Nurfitra, N. R. (2025). Exploring The Impact Of Baby Massage On Sleep Quality: A Study At Pratama Aulia Medika Clinic, Cirebon Regency. *Siklus: Journal Research Midwifery Politeknik Tegal*, 14(1), 25–29.
- Altika, S., & Ni'amah, S. (2020). Analisis Kualitas Tidur Bayi Yang Dilakukan Pemijatan Di Riu Mom & Baby Spa Sukoharjo Pati. *Jurnal Ilmu Kebidanan Dan Kesehatan (Journal of Midwifery Science and Health)*, 11(1), 31–35.
- Amalu, C., Maftuchah, M., & Ulya, F. H. (2020). Pengaruh Terapi Murrotal Al-Qur'an terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan. *Window of Midwifery Journal*, 24–30.
- Anggraini, R. D., & Sari, W. A. (2020). Pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 0-6 bulan. *JPK: Jurnal Penelitian Kesehatan*, 10(1), 25–32.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Cahyani, M., & Prastuti, B. (2020). Pengaruh pijat terhadap kualitas tidur bayi usia 3-6 bulan di klinik cahaya bunda. *JOMIS (Journal of Midwifery Science)*, 4(2), 107–113.
- Damayanti, Y., Sutini, T., & Sulaeman, S. (2019). Swaddling dan Kangaroo Mother Care Dapat Mempertahankan Suhu Tubuh Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR). *Journal of Telenursing (JOTING)*, 1(2), 376–385.
- Dewi, I. (2018). Hubungan Pijat Dengan Perkembangan Motorik Pada Bayi Usia 4-12 Bulan Di Puskesmas Paccerakkang Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 12(1), 59–62.
- Dewi, S. S. S., & Hidayah, A. (2019). PKM (Program Kemitraan Masyarakat) Pelatihan Pijat Bayi Bagi Kader Posyandu Balita di Puskesmas Labuhan Rasoki Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal)*, 4(2), 72–81.
- Diantari, E., Ismiati, I., Kurniawati, P. S., Andriani, L., & Hartini, L. (2019). *Hubungan Riwayat Pijat Bayi dengan Kualitas Tidur Bayi di PMB Kota Bengkulu Tahun 2018*. <http://repository.poltekkesbengkulu.ac.id/id/eprint/232>
- Globalmed Learning Center. (2015). *Baby Massage Aktivitas Sehat Ibu Dan Bayi*. Aimee.
- Gultom, N. C. (2020). *Pengaruh Baby Massage Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Longat Kabupaten Mandailing Natal*. <https://repository.unar.ac.id/jspui/bitstream/123456789/2898/1/SKRIPSI>

NURCAHAYA GULTOM PDF.pdf

- Handayani, R. (2020). *Metodologi Penelitian Sosial*. Russmedia Grafika.
- Husnani, R. (2021). Pengaruh Baby SPA Terhadap Kuantitas Tidur Bayi Usia 5-6 Bulan Di Desa Sumbul Kecamatan Kabanjahe Kabupaten Karo. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Arta*, 1(1), 32–36.
- Irianti, B., & Karlinah, N. (2021). Efektifitas Pijat Terhadap Kualitas Tidur Bayi (0–1 Tahun) Di PMB Hasna Dewi Tahun 2020. *Ensiklopedia of Journal*, 3(2), 195–200.
- Julianti. (2017). *Rahasia Baby SPA*. Writeprineur Club.
- Juwita, S., SiT, S., Jayanti, N. D., ST, S., & KM, M. (2019). *Pijat Bayi*. Penerbit CV. SARNU UNTUNG.
- Kamalia, R., & Nurayuda, N. (2022). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Di Praktik Mandiri Bidan (Pmb) Muara Enim Kabupaten Muara Enim Tahun 2021. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 13(1), 106–113.
- Lesmana, H. A. (2023). Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Pijat Bayi di Puskesmas Kabanjahe Kabupaten Karo. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Arta*, 3(1), 40–.
- Mersky, J. P., Lee, C. P., Gilbert, R. M., & Goyal, D. (2020). Prevalence and correlates of maternal and infant sleep problems in a low-income US sample. *Maternal and Child Health Journal*, 24, 196–203.
- Musviro, & Fibriansi, R. D. (2019). *Modul Praktik Klinik Keperawatan Anak*. Penerbit KMH.
https://repository.unej.ac.id/bitstream/handle/123456789/97250/F.Kep_Modul_Musviro_Modul_Praktik_Klinik_Keperawatan_Anak.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Muthmainnah, A. N., Zaidah, L., Ft, S. S. T., Or, M., Kristiana, D., ST, S., & Kes, M. H. (2021). Pengaruh Massage Bayi Terhadap Kualitas Tidur Pada Bayi. *Narrative Review*. <http://digilib.unisayogya.ac.id/6087/>
- Nababan, L., Maulani, N., Arlenti, L. A. L., Aidila, F., Rasati, B., & Putri, S. C. (2022). Demonstrasi Tehnik Pijat Bayi Yang Benar Di Wilayah Kerja Puskesmas Lingkar Timur. *INSAN MANDIRI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 15–20.
- Nasitoh, S., Hidayaturrahmi, H., Rosmawaty, R., Handayani, Y., & Maribeth, A. L. (2024). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tumbuh Kembang Anak Usia 0-2 Tahun: Tinjauan Literatur. *Scientific Journal*, 3(4), 221–231.

- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (3rd ed.). PT Rineka Cipta.
- Nuraida, & Herawati, N. (2022). Sosialisasi dan Pelatihan Pijat Bayi Menuju Bayi Sehat Desa Penyengat Olak. *Indonesia Berdaya*, 3(4), 1121–1128.
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis. Edisi, 5.*
- Oktapiani, E., Astuti, R. P., & Dewi, M. K. (2024). Pengaruh Baby Spa Dan Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 0-6 Bulan Di Elis Moms And Baby Spa Kabupaten Bangka Selatan Tahun 2024. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(2), 7569–7579.
- Prasetyono, D. (2015). *ASI Eksklusif Pengenalan, Praktik dan Kemanfaatannya*. Diva Press.
- Pratiwi, T. (2021). Pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur pada bayi usia 1-6 bulan. *J-KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1), 9–13.
- Prihatini, N. W., & Susanti. (2020). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Pada Bayi Usia 3-6 Bulan. *Jurnal Kesehatan*, 9(1), 20–30.
- Pudjiati, S. R. R., & Meinarno, E. A. (2024). Regulasi diri: Dimulai sejak Usia Dini. *Buletin KPIN*, 10, 13. <https://doi.org/https://buletin.k-pin.org/index.php/arsip-artikel/1565-regulasi-diri-dimulai-sejak-usia-dini>
- Rahmadani, Z., Putri, I. Y., & Yarni, L. (2024). Perkembangan Masa Bayi. *Adiba: Journal of Education*, 4(1), 179–188.
- Roesli, U. (2019). *Pedoman Pijat Bayi*. Trubus Agriwidya.
- Rosalina, M., Novayelinda, R., & Lestari, W. (2022). Gambaran Kualitas Tidur Bayi Usia 6-12 Bulan. *Jurnal Medika Hutama*, 3(4), 2956–2965.
- Rosyariah, & Khairoh, M. (2019). *Effleurage Massage Aromatherapy Lavender Sebagai Terapi Kualitas Tidur Malam Ibu Hamil*. Jakad Media Publishing.
- Sanjaya, R., Komalasari, K., Puspitasari, A., & Ainasari, A. (2022). Studi Kasus Penerapan Pijat Bayi terhadap Perubahan Tidur dan Menyusu pada Bayi. *Jurnal Kesehatan Maternal Dan Neonatal*, 1(1), 9–12.
- Setyaningsih, D., Maryatun, M., & Pratiwi, Y. I. (2024). Penerapan Nesting terhadap Kualitas Tidur Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) di RSUD Ir. Soekarno Sukoharjo. *Jurnal Anestesi*, 2(4), 27–35.
- Sinaga, A. (2020). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 0-6 bulan di BPM Pera Kecamatan Medan Tuntungan tahun 2019. *Excellent*

Midwifery Journal, 3(1), 27–31.

Sriwahyuni, E. (2023). Penerapan Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Bayi Di Praktik Mandiri Bidan Eka Sriwahyuni Medan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Putri Hijau*, 4(1), 96–100.

Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*". Alfabeta.

Supartina, E., Pertiwi, S., & Wulandara, Q. (2024). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Di Desa Sukaraja. *Asian Research Midwifery and Basic Science Journal*, 1(2), 8–14.

Supriatin, T., Nurhayani, Y., Ruswati, R., Trihandayani, Y., & Marwati, M. (2022). Efektivitas Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 0-6 Bulan di Lemahabang RT 001 RW 001 Dusun 01 Cirebon 2022. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 13(02), 212–219.

Susanti, I. Y., & Hety, D. S. (2020). Pemenuhan Gizi dengan Kualitas Tidur pada Bayi Usia 6-9 Bulan di Puskesmas Bangsal Kabupaten Mojokerto. *Journal for Quality in Women's Health*, 3(2), 153–158.

Syaukani, A. (2015). *Petunjuk Praktis Pijat Senam dan Yoga Sehat untuk Bayi*. Araska.

Tang, A., & Aras, D. (2018). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 1–4 Bulan. *Global Health Science*, 3(1), 12–16.

Tanjung, M. C., & Sekartini, R. (2016). Masalah tidur pada anak. *Sari Pediatri*, 6(3), 138–42.

Tompunu, N. A. (2015). *Superfood untuk Tumbuh Kembang Bayi Optimal*. FMedia.

Wahyuni, D., Laksanano, G. S., & Hartati, L. E. (2024). Penerapan Pijat Bayi Terhadap Penurunan Kadar Bilirubin Pada Bayi Dengan Hiperbilirubinemia Di Ruang Neonatal Resiko Tinggi Rsup Dr. Kariadi Semarang. *Juru Rawat. Jurnal Update Keperawatan*, 4(1), 28–32.

Zaen, N. L., & Arianti, R. (2019). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Di Bidan Praktek Mandiri Nurul Umaira Titi Papan Tahun 2019. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda*, 5(2), 87–94.