

**EFEKTIVITAS *BABY MASSAGE* DENGAN MINYAK  
*AROMATHERAPY* LAVENDER TERHADAP  
KUALITAS TIDUR BAYI USIA 3-6 BULAN  
DI KLINIK IBU DAN ANAK NABILA  
BALIKPAPAN**

**SKRIPSI**



**Oleh:  
NI PUTU INTAN SRI HANDAYANI**

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

**EFEKTIVITAS *BABY MASSAGE* DENGAN MINYAK  
*AROMATHERAPY* LAVENDER TERHADAP  
KUALITAS TIDUR BAYI USIA 3-6 BULAN  
DI KLINIK IBU DAN ANAK NABILA  
BALIKPAPAN**

**SKRIPSI**

Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan  
Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali

**Oleh:**

**NI PUTU INTAN SRI HANDAYANI  
NIM. A1224095**

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

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Ni Putu Intan Sri Handayani  
NIM : A1224095  
Jurusan : Sarjana Kebidanan  
Judul Skripsi : Efektivitas *Baby Massage* dengan Minyak *Aromatherapy*  
Lavender Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan di  
Klinik Ibu dan Anak Nabila Balikpapan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan 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, 15 Juli 2025



(Ni Putu Intan Sri Handayani)

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**EFEKTIVITAS *BABY MASSAGE* DENGAN MINYAK  
*AROMATHERAPY* LAVENDER TERHADAP  
KUALITAS TIDUR BAYI USIA 3-6 BULAN  
DI KLINIK IBU DAN ANAK NABILA  
BALIKPAPAN**


**Diajukan Oleh:**

**NI PUTU INTAN SRI HANDAYANI  
NIM. A1224095**

Badung, 8 Juli 2025

**Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing**

Pembimbing I



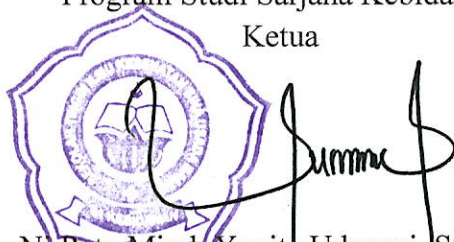
Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, SST., M.Keb  
NIDN. 0808068701

Pembimbing II



Dr. Bdn. Putu Mastiningsih, SST., SH., M.Biomed  
NIDK. 8995650022

Mengetahui,  
Program Studi Sarjana Kebidanan  
Ketua



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, SST., M.Keb  
NIDN. 0808068701

**HALAMAN PENGESAHAN**

**EFEKTIVITAS *BABY MASSAGE* DENGAN MINYAK  
*AROMATHERAPY* LAVENDER TERHADAP  
KUALITAS TIDUR BAYI USIA 3-6 BULAN  
DI KLINIK IBU DAN ANAK NABILA  
BALIKPAPAN**

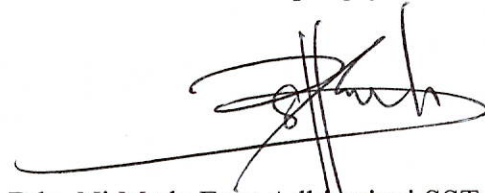
**Tanggal: 15 Juli 2025**

**Diajukan Oleh:**

**NI PUTU INTAN SRI HANDAYANI  
NIM. A1224095**

**Disahkan oleh Tim Penguji Terdiri dari:**

Ketua penguji



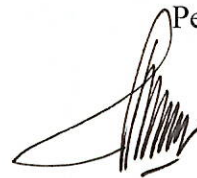
Bdn. Ni Made Egar Adhrestiani, SST., M. Keb  
NIDN. 0815019101

Penguji I



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, SST., M.Keb  
NIDN. 0808068701

Penguji II



Dr. Bdn. Putu Mastiningsih, SST., SH., M.Biomed  
NIDK. 8995650022

Mengetahui,  
Program Studi Sarjana Kebidanan  
Ketua



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

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

Skripsi, Juni 2025

Ni Putu Intan Sri Handayani

**Efektivitas *Baby Massage* dengan Minyak *Aromatherapy* Lavender terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan di Klinik Ibu dan Anak Nabila Balikpapan**

**(xvi + 90) Halaman + 13 Tabel + 2 Gambar + 9 Lampiran**

**ABSTRAK**

Gangguan tidur merupakan salah satu masalah yang umum dialami oleh bayi, khususnya pada usia 3–6 bulan, yang dapat berdampak terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi secara keseluruhan. Salah satu pendekatan non-farmakologis yang terbukti efektif untuk meningkatkan kualitas tidur adalah *baby massage* dengan menggunakan minyak *aromatherapy* lavender. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas *baby massage* dengan minyak *aromatherapy* lavender terhadap kualitas tidur bayi usia 3–6 bulan di Klinik Ibu dan Anak Nabila Balikpapan.

Penelitian ini menggunakan desain pre-eksperimental dengan rancangan *one group pretest-posttest*. Sampel berjumlah 32 bayi yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan melalui kuesioner kualitas tidur dan dianalisis menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test.

Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kualitas tidur sebelum dan sesudah intervensi, dengan nilai  $p = 0,000$ . Sebelum intervensi, sebanyak seluruh bayi mengalami kualitas tidur yang buruk, sementara setelah intervensi, 78,1% bayi menunjukkan kualitas tidur yang baik dan 21,9% mengalami kualitas tidur cukup. Rata-rata skor pretest sebesar 12,84 menurun menjadi 4,75 pada posttest, yang menunjukkan peningkatan kualitas tidur secara signifikan.

Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa *baby massage* dengan minyak *aromatherapy* lavender efektif dalam meningkatkan kualitas tidur bayi. Intervensi ini dapat diterapkan sebagai metode terapi komplementer yang aman, sederhana, dan mendukung pelayanan kebidanan dalam meningkatkan kesejahteraan bayi.

Kata Kunci: *Aromatherapy* lavender, *Baby massage*, Kualitas tidur bayi

Daftar Pustaka: 34 (2020-2024)

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI**  
**BACHELOR OF MIDWIFERY PROGRAM**

*Undergraduate Thesis, June 2025*

Ni Putu Intan Sri Handayani

***The Efficacy of Baby Massage with Lavender Aromatherapy Oil on Sleep Quality of Infants Aged 3-6 Months in the Nabila Mother and Child Clinic Balikpapan***

***(xiv + 90) Pages + 13 Tables + 2 Figures + 9 appendices***

**ABSTRACT**

*Sleep disruptions are a typical concern for newborns, particularly those between the ages of 3 and 6 months, and can influence their general development. Baby massage with lavender aromatherapy oil is a non-pharmacological treatment that has been shown to improve sleep quality. This study aimed to determine the efficacy of baby massage with lavender aromatherapy oil on the sleep quality of infants aged 3–6 months in the Nabila Mother and Child Clinic Balikpapan.*

*The study employed a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest. Purposive sampling was used to choose a total of 32 infants. Data were gathered using a sleep quality questionnaire and evaluated using the Wilcoxon Signed Rank Test.*

*The results revealed a significant difference in sleep quality before and after the intervention ( $p$ -value = 0.000). Before the intervention, 90.6% of infants had poor sleep quality, whereas after the intervention, 78.1% had good sleep quality. The average pretest score of 13.22 dropped to 4.75 on the posttest, showing a considerable improvement in sleep quality.*

*Based on these findings, we may conclude that baby massage with lavender aromatherapy oil improves infant sleep quality. This intervention can be used as a safe, easy, and supplementary therapeutic strategy to assist obstetric services in promoting infants' well-being.*

*Keywords: Baby massage, Infant sleep quality, Lavender aromatherapy*

*Bibliography: 34 (2020-2024)*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga penelitian yang berjudul "Efektivitas *Baby Massage* dengan Minyak *Aromatherapy* Lavender terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan di Klinik Ibu dan Anak Nabila Balikpapan" ini dapat diselesaikan dengan baik.

Penelitian ini disusun sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan studi pada Program Studi Sarjana Kebidanan. Adapun penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas *baby massage* dengan minyak *aromatherapy* lavender dalam meningkatkan kualitas tidur bayi usia 3-6 bulan.

Dalam proses penyusunan penelitian ini, penulis mendapat banyak dukungan, bimbingan, serta bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan penuh rasa hormat dan terima kasih, penulis ingin menyampaikan apresiasi yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Ir. I Putu Santika, M.M. selaku Ketua STIKES Bina Usaha Bali yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti Pendidikan Program Studi Sarjana Kebidanan di STIKES Bina Usaha Bali.
2. Ibu Bdn. Ni Made Egar Adhiestiani, SST., M. Keb selaku penguji utama dalam sidang skripsi ini atas masukan dan saran untuk menyempurnakan penelitian ini.
3. Ibu Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb selaku Ketua Prodi Sarjana Kebidanan Stikes Bina Usaha Bali, yang telah memfasilitasi proses terlaksananya penelitian ini, beliau juga selaku

pembimbing I yang telah memberi masukan dan arahan dalam proses pembuatan skripsi ini.

4. Dr. Bdn Putu Mastiningsih, SST., SH., M.Biomed, selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta masukan yang sangat berharga dalam penyusunan penelitian ini.
5. Seluruh dosen dan staf pengajar di Program Studi Sarjana Kebidanan, yang telah memberikan ilmu serta wawasan yang mendukung penelitian ini.
6. Pihak Klinik Ibu dan Anak Nabila Balikpapan, yang telah memberikan izin serta dukungan dalam pelaksanaan penelitian ini.
7. Seluruh responden yang sudah meluangkan waktu untuk menjadi sumber informasi dalam penulisan penelitian ini.
8. Keluarga dan sahabat, yang senantiasa memberikan doa, dukungan moral, serta motivasi selama proses penelitian ini berlangsung.

Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki keterbatasan dan kekurangan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan guna perbaikan di masa mendatang. Semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi dunia kebidanan, khususnya dalam meningkatkan kualitas tidur bayi melalui metode terapi komplementer.

Badung, 15 Juli 2025

Penulis

Ni Putu Intan Sri Handayani

## DAFTAR ISI

LEMBAR JUDUL .....	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
ABSTRAK .....	vi
<i>ABSTRACT</i> .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
DAFTAR SINGKATAN .....	xvi

### BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan Penelitian .....	3
1. Tujuan Umum .....	3
2. Tujuan Khusus .....	3
D. Manfaat Penelitian .....	4
1. Manfaat Praktis .....	4
2. Manfaat Teoritis .....	5
E. Keaslian Penelitian.....	5

### BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori .....	7
1. Konsep Dasar Bayi.....	7
2. Konsep Dasar <i>Baby Massage</i> .....	19
3. Konsep Dasar Tidur Bayi.....	38
4. Minyak <i>Aromatherapy</i> Lavender .....	49
B. Kajian Empiris .....	53

C. Kerangka Teori.....	56
------------------------	----

### **BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI OPERASIONAL**

A. Kerangka Konsep.....	58
B. Hipotesis.....	58
C. Definisi Operasional.....	59

### **BAB IV METODE PENELITIAN**

A. Desain Penelitian.....	60
B. Populasi dan Sampel .....	61
C. Tempat Penelitian.....	63
D. Waktu Penelitian .....	63
E. Etika Penelitian .....	63
F. Alat Pengumpulan Data .....	67
1. Instrumen Penelitian.....	67
2. Validitas dan Reliabilitas .....	67
G. Prosedur Pengumpulan Data.....	68
1. Prosedur Administrasi .....	68
2. Prosedur Teknis .....	69
H. Pengolahan Data.....	71
I. Analisa Data .....	73

### **BAB V HASIL PENELITIAN**

A. Gambaran Lokasi Penelitian .....	75
B. Analisis Univariat.....	76
C. Analisis Bivariat.....	78

### **BAB VI PEMBAHASAN**

A. Interpretasi Penelitian.....	80
B. Keterbatasan Penelitian .....	85
C. Implikasi Penelitian.....	86

## **BAB VII PENUTUP**

A. Kesimpulan .....	88
B. Saran.....	89

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kebutuhan Tidur Bayi.....	42
Tabel 2.2 Skoring Pengukuran Latensi Tidur Bayi.....	47
Tabel 2.3 Skoring Pengukuran Durasi Tidur .....	47
Tabel 2.4 Skoring Pengukuran Bantuan Tidur.....	48
Tabel 2.5 Skoring Pengukuran Bantuan Tidur.....	48
Tabel 2.6 Skoring Pengukuran Dampak Terhadap Orang Tua .....	48
Tabel 2.7 Skoring Pengukuran Penilaian Subjektif .....	48
Tabel 3.1 Definisi Operasional Variabel.....	59
Tabel 4.1 Rancangan Penelitian.....	61
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden .....	76
Tabel 5.2 Kualitas Tidur Pretest & Posttest.....	77
Tabel 5.3 Hasil Uji Wilcoxon untuk Skor Tidur Pretest dan Posttest.....	78

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 <i>Baby Massage</i> pada Kaki .....	25
Gambar 2.2 <i>Baby Massage</i> pada Perut & Dada.....	27
Gambar 2.3 <i>Baby Massage</i> pada Wajah .....	29
Gambar 2.4 <i>Baby Massage</i> pada Punggung.....	30
Gambar 2.5 Kerangka Teori.....	57
Gambar 3.1 Kerangka Konsep .....	58

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Lulus Uji Kelaiakan Etik

Lampiran 2 Surat Ijin Penelitian Surat

Lampiran 3 Balasan Ijin Penelitian

Lampiran 4 Estimasi Waktu Penelitian

Lampiran 5 SPO *Baby Massage* dengan Minyak *Aromatherapy* Lavender

Lampiran 6 Permohonan Menjadi Responden

Lampiran 7 Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 8 Lembar Kuisisioner

Lampiran 9 Data & Hasil Olah Data Penelitian

Lampiran 10 Dokumentasi Penelitian

Lampiran 11 Sertifikat Pelatihan *Mom, Baby, & Kids Spa*

Lampiran 12 Lembar Bimbingan

## DAFTAR SINGKATAN

ASI	: Air Susu Ibu
CI	: <i>Confidence Interval</i>
MCFA	: <i>Medium Chain Fatty Acids</i>
MPASI	: Makanan Pendamping ASI
PMB	: Praktik Mandiri Bidan
PSQI	: <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i>
SD	: <i>Standard Deviation</i>
SPO	: Standar Prosedur Operasional
SPSS	: <i>Statistical Package for the Social Sciences</i>
VCO	: <i>Virgin Coconut Oil</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>

## DAFTAR PUSTAKA

- Andreani, A. L., Khaira, A., Sabila, L., Liputo, M. N. T., Azzahra, R. Y., Hadayani, S., & Khairiah, A. (2022). Ulasan Efektivitas Ekstrak Lavender (*Lavandula angustifolia*) Terhadap Nyamuk (*Culex sp.*) Sebagai Diffuser Organik Pada Masyarakat Jakarta dan Padang. *Prosiding SEMNAS BIO*, 231–241.
- Candrani, E. T., & Fitriana, L. B. (2019). Perbedaan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan yang Dilakukan Baby Spa dan Tidak Dilakukan Baby Spa. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, 2(2), 59. <https://doi.org/10.32584/jika.v0i0.347>
- Danilov, M., Issany, A., Mercado, P., Haghdel, A., Muzayad, J. K., & Wen, X. (2022). Sleep quality and health among pregnant smokers. *Journal of Clinical Sleep Medicine*, 18(5), 1343–1353. <https://doi.org/10.5664/jcsm.9868>
- Doğan, E., Kaya, H. D., & Günaydin, S. (2023). The effect of massage on the bilirubin level in term infants receiving phototherapy. *EXPLORE*, 19(2), 209–213. <https://doi.org/10.1016/j.explore.2022.05.001>
- Erçelik, Z. E., & Yılmaz, H. B. (2023). Effectiveness of infant massage on babies growth, mother-baby attachment and mothers' self-confidence: A randomized controlled trial. *Infant Behavior and Development*, 73, 101897. <https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2023.101897>
- Field, T. (2019). Pediatric Massage Therapy Research: A Narrative Review. *Children*, 6(6), 78. <https://doi.org/10.3390/children6060078>
- Irayani, F. (2022). PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI USIA 1-6 BULAN. *Wahana: Jurnal Kebidanan Dan Ilmu Kesehatan*, 1(1), 9–12. <https://doi.org/10.61327/wahana.v1i1.2>
- Istikhomah, H. (2020). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Lama Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan di Desa Jemawan Kecamatan Jatinom Kabupaten Klaten. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*, 5(1), 14–22. <https://doi.org/10.37341/jkkt.v5i1.133>
- Jazayeri, Z., Sajadi, M., Dalvand, H., & Zolfaghari, M. (2021). Comparison of the effect of foot reflexology and body massage on physiological indicators and bilirubin levels in neonates under phototherapy. *Complementary Therapies in Medicine*, 59, 102684. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2021.102684>
- Johariyah, & Ningrum, E. W. (2016). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. CV Trans Info Media.
- Junawati, D., & Gumilang Pratiwi, I. (2021). Pengaruh Buku Saku Pijat Bayi Terhadap Keterampilan Ibu Dan Kualitas Tidur Bayi Umur 3-6 Bulan. *JURNAL KEBIDANAN*, 10(2), 111–115. <https://doi.org/10.35890/jkdh.v10i2.218>
- 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. <https://doi.org/10.26751/jikk.v13i1.1277>
- Khuzaiyah, S., Adnani, Q. E. S., Chabibah, N., Khanifah, M., & Lee, K. Y. (2022). A qualitative study on mothers' experiences attending an online infant massage class: "It is funny! I feel close to my baby!" *BMC Nursing*, 21(1), 175. <https://doi.org/10.1186/s12912-022-00952-9>
- Kusuma, D. , P., & Kamidah. (2024). Pengaruh Pemberian Baby Massage Lavender Essential Oil terhadap Peningkatan Kualitas Tidur pada Bayi Usia 3-12 Bulan. *The Journal General Health and Pharmaceutical Sciences Research*, 2(3), 23–32.
- Lyu, J., Ye, X., Chen, Y., Xia, Y., Zhu, J., Tong, S., Yin, Y., Qu, J., & Li, S. (2020). Children's Sleep May Depend on Maternal Sleep Duration During Pregnancy: A Retrospective Study. *Nature and Science of Sleep*, Volume 12, 197–207. <https://doi.org/10.2147/NSS.S239001>
- Marbun, R. A., Firdawati, F., & Natalia, L. (2024). Improving The Quality Of Baby Sleep By Giving Massage To Babies. *International Journal Of Health & Medical Research*, 03(02). <https://doi.org/10.58806/ijhmr.2024.v3i2n06>
- Muawanah, S., Zaimsyah, F. R., & Relida, N. (2019). EFEK PEMBERIAN MASSAGE BAYI DAPAT MENINGKATKAN KUALITAS TIDUR BAYI NORMAL USIA 0 – 6 BULAN DI POSYANDU PERMATA HATI. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*, 2(2), 125–131. <https://doi.org/10.36341/jpm.v2i2.720>
- Notoatmodjo. (2018). *Gambar 3.1 Kerangka Konsep*. <http://repositori.unsil.ac.id/11176/10/12.%20BAB%20III.pdf>
- Nuraida, N., & Herawati, N. (2022). Sosialisasi dan Pelatihan Pijat Bayi Menuju Bayi Sehat Desa Penyengat Olak. *Indonesia Berdaya*, 3(4), 1121–1128. <https://doi.org/10.47679/ib.2022356>
- Oktalia, A. T., & Andini, I. F. (2024). Pijat Bayi Menggunakan Essential Oil Lavender Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Di Kelurahan Talang Benih Kabupaten Rejang Lebong. *JIK JURNAL ILMU KESEHATAN*, 8(2), 234. <https://doi.org/10.33757/jik.v8i2.891>
- Popang, Ch. T., Sulistiyowati, A. N., Hayati, U., & Wardhani, Y. (2024). *ASUHAN KEBIDANAN Neonatus, Bayi, dan Balita* (E. Septiana, Ed.; 1st ed.). CV. Literasi Nusantara Abadi.
- Rakhmawati, W., Mediani, H. S., Dhamayanti, M., Maryati, I., Setiawan, A. S., Hendrawati, S., Maryam, N., Hasanah, A., Mulyana, A. M., Mariani, D., & Rochimat, I. (2024). Potential of Massage Therapy for Improved Growth and Development Among Infants Under 9 Months: A Systematic Scoping Review of Intervention Type, Technique, and Outcome. *Journal of Multidisciplinary Healthcare*, Volume 17, 3931–3943. <https://doi.org/10.2147/JMDH.S475731>

- Setyowati, A., & Chung, M. (2021). Validity and reliability of the Indonesian version of the Pittsburgh Sleep Quality Index in adolescents. *International Journal of Nursing Practice*, 27(5). <https://doi.org/10.1111/ijn.12856>
- Sugiyono. (2019). *Metodelogi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif Dan R&D*. ALFABETA.
- Sukmawati, E., & Nur Imanah, N. D. (2020a). EFEKTIVITAS PIJAT BAYI TERHADAP PENINGKATAN KUALITAS TIDUR BAYI. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad*, 13(1), 11–17. <https://doi.org/10.36746/jka.v13i1.49>
- Sukmawati, E., & Nur Imanah, N. D. (2020b). EFEKTIVITAS PIJAT BAYI TERHADAP PENINGKATAN KUALITAS TIDUR BAYI. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad*, 13(1), 11–17. <https://doi.org/10.36746/jka.v13i1.49>
- 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. <https://doi.org/10.34305/jikbh.v13i02.575>
- Tarigan, D. A. ., & Adnin, N. (2023). Pengaruh Pijat Bayi Dengan Aromatherapy Lavender Terhadap Kualitas Tidur Bayi Pmb Ny.N Di Desa Situsari Kec Cileungsi Kab Bogor Tahun 2022. *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 8(1).
- Widiani, N. N. A., & Chania, M. P. (2022). EFEKTIVITAS BABY MASSAGE TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI USIA 3-6 BULAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS II SUKAWATI TAHUN 2021. *An-Nadaa Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 29. <https://doi.org/10.31602/ann.v9i1.6348>
- Wijayanti, H. (2024). *Pengaruh Pijat Bayi terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan di TPMB Harning Wijayanti A.Md.Keb BALIKPAPAN*. Universitas Ngudi Waluyo.
- Yulizawati, & Afrah, R. (2022). *Pertumbuhan dan Perkembangan Bayi dan Balita* (1st ed.). Indomedia Pustaka. <http://repo.unand.ac.id/47686/1/Pertumbuhan%20dan%20perkembangan%20bayi%20dan%20balita%2BCover.pdf>