

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KUALITAS  
TIDUR USIA 0-6 BULAN DI TPMB NUR  
INDAH AYU NOVITASARI, SST., Bdn  
KOTA PALANGKA RAYA**



**SKRIPSI**

**Oleh :  
IRMA YANTI**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI  
TAHUN 2026**

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KUALITAS  
TIDUR USIA 0-6 BULAN DI TPMB NUR  
INDAH AYU NOVITASARI, SST., Bdn  
KOTA PALANGKA RAYA**

**SKRIPSI**

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

**Diajukan Oleh**

**IRMA YANTI**

**NIM. A1225067**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI  
TAHUN 2026**

## HALAMAN PERSETUJUAN

### PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KUALITAS TIDUR USIA 0-6 BULAN DI TPMB NUR INDAH AYU NOVITASARI, SST.,Bdn KOTA PALANGKA RAYA

Diajukan Oleh:  
**IRMA YANTI**  
NIM. A1225067

Badung, 6 Agustus 2026

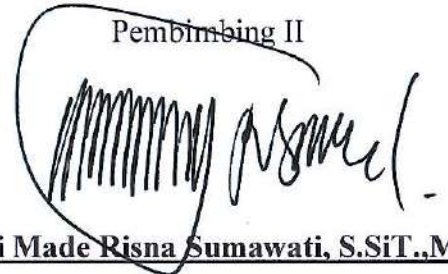
Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



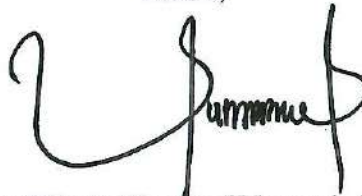
Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST.,M.Keb  
NIDN: 0808068701

Pembimbing II



Bdn. Ni Made Risna Sumawati, S.SiT.,M.Kes  
NIDN: 0809018701

Mengetahui,  
Program Studi Sarjana Kebidanan  
Ketua,



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

## HALAMAN PENGESAHAN

**SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI  
DEPAN DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI SARJANA  
KEBIDANAN DAN PROFESI BIDAN SEKOLAH TINGGI ILMU  
KESEHATAN BINA USADA BALI**

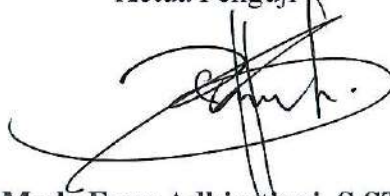
**Tanggal: 12 Agustus 2026**

**Diajukan Oleh:**

**IRMA YANTI  
A1225067**

Disahkan oleh Tim Penguji Terdiri dari:

Ketua Penguji



**Bdn. Ni Made Egar Adhiestiani, S.ST., M.Keb  
NIDN. 0815019101**

Sekretaris Penguji



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

Anggota Penguji



**Bdn. Ni Made Risna Sumawati, S.SiT., M.Kes  
NIDN: 0809018701**

Mengetahui,  
Program Studi Sarjana Kebidanan  
Ketua,



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

## **SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Irma Yanti  
NIM : A1225067  
Jurusan : S1 Kebidanan  
Judul Proposal : Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Usia 0-6  
Bulan di TPMB Nur Indah Ayu Novitasari,SST.,Bdn  
Kota Palangka Raya

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang saya tulis benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akun 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, 2026



(Irma Yanti)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala berkah dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi penelitian ini dengan judul “Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 0-6 Bulan Di TPMB Nur Indah Ayu Novitasari, SST.,Bdn” tepat pada waktunya. Proposal ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kebidanan pada Program Studi S1 Kebidanan STIKES Bina Usaha Bali.

Penyusunan proposal ini telah mendapatkan bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Bersama ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

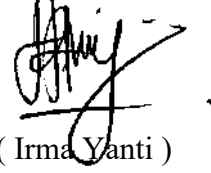
1. Dr. Ir. I Putu Santika, M.M. selaku Ketua STIKES Bina Usaha Bali yang telah memberikan kesempatan dan memfasilitasi peneliti untuk menempuh Pendidikan di STIKES Bina Usaha Bali.
2. Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb selaku Kaprodi S1 Kebidanan STIKES Bina Usaha Bali sekaligus beliau sebagai pembimbing I yang telah memberikan fasilitas, bimbingan, arahan serta memberikan pengetahuan dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi penelitian ini yang sudah bersedia meluangkan juga membagi waktu ditengah-tengah kesibukan beliau yang cukup padat.
3. Bdn. Ni Made Risna Sumawati, S.SiT., M.Kes selaku pembimbing II yang telah memberikan masukan serta dalam menyelesaikan skripsi penelitian ini.
4. Seluruh Dosen dan Staf STIKES Bina Usaha Bali.
5. Rekan-rekan sejawat mahasiswa S1 Kebidanan STIKES Bina Usaha Bali yang senantiasa memberikan semangat dan motivasi untuk menyelesaikan skripsi penelitian ini.
6. Serta semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu-persatu yang telah membantu penulis menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penulisan dan masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu penulis membuka diri untuk menerima segala kritik dan saran yang membangun. Akhir kata penulis berharap penelitian ini

mampu menjadi sumber tambahan dalam meningkatkan kualitas ilmu juga wawasan dalam pendidikan kebidanan yang profesional. Semoga penelitian ini bermanfaat bagi semua pihak. Terima kasih.

Badung, 2026

Peneliti

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Irma Yanti', written over a horizontal line.

( Irma Yanti )

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

**Skripsi, Agustus 2026**

**Nama : Irma Yanti**

**Judul : Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 0–6 Bulan di  
TPMB Nur Indah Ayu Novitasari, SST., Bdn, Palangka Raya**

**ABSTRAK**

Kualitas tidur yang baik merupakan salah satu faktor penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi. Salah satu upaya nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kualitas tidur bayi adalah melalui pijat bayi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 0–6 bulan di TPMB Nur Indah Ayu Novitasari, SST., Bdn Kota Palangka Raya.

Penelitian ini menggunakan desain pra-eksperimental dengan rancangan *One Group Pretest–Posttest*. Sampel penelitian berjumlah 30 bayi usia 0–6 bulan yang dipilih menggunakan teknik *total sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan instrumen *Brief Infant Sleep Questionnaire* (BISQ). Analisis data meliputi analisis univariat dan bivariat menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test dengan tingkat signifikansi 0,05.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan pijat bayi, sebanyak 25 responden (83,3%) memiliki kualitas tidur kurang baik dan 5 responden (16,7%) memiliki kualitas tidur baik. Setelah diberikan pijat bayi, sebanyak 27 responden (90,0%) memiliki kualitas tidur baik dan 3 responden (10,0%) memiliki kualitas tidur kurang baik. Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan nilai  $p = 0,001$  ( $p < 0,05$ ), sehingga terdapat pengaruh yang bermakna antara kualitas tidur bayi sebelum dan sesudah diberikan pijat bayi.

**Kesimpulan:** Pijat bayi berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kualitas tidur bayi usia 0–6 bulan di TPMB Nur Indah Ayu Novitasari, SST., Bdn Kota Palangka Raya.

**Kata kunci:** pijat bayi, kualitas tidur, bayi usia 0–6 bulan, BISQ.

**Referensi :** (2006-2025)

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

**Undergraduate thesis, August 2026**

**Nama : Irma Yanti**

**Judul : The Effect of Infant Massage on the Sleep Quality of Infants Aged 0–6 Months at TPMB Nur Indah Ayu Novitasari, SST., Bdn, Palangka Raya**

**ABSTRACT**

Good sleep quality is an essential factor in supporting infant growth and development. One non-pharmacological intervention that may improve infant sleep quality is infant massage. This study aimed to determine the effect of infant massage on the sleep quality of infants aged 0–6 months at TPMB Nur Indah Ayu Novitasari, SST., Bdn, Palangka Raya.

This study employed a pre-experimental design using a one-group pretest–posttest approach. A total of 30 infants aged 0–6 months were recruited using the total sampling technique. Data were collected using the Brief Infant Sleep Questionnaire (BISQ). Data analysis included univariate and bivariate analyses using the Wilcoxon Signed Rank Test with a significance level of 0.05.

The results showed that before receiving infant massage, 25 respondents (83.3%) had poor sleep quality, while 5 respondents (16.7%) had good sleep quality. After the intervention, 27 respondents (90.0%) demonstrated good sleep quality, whereas only 3 respondents (10.0%) had poor sleep quality. The Wilcoxon Signed Rank Test revealed a p-value of 0.001 ( $p < 0.05$ ), indicating a statistically significant difference in infant sleep quality before and after the infant massage intervention.

In conclusion, infant massage had a significant effect on improving the sleep quality of infants aged 0–6 months at TPMB Nur Indah Ayu Novitasari, SST., Bdn, Palangka Raya.

**Keywords:** Infant Massage, Sleep Quality, Infants Aged 0–6 Months, BISQ

**References:** (2006- 2025)

## DAFTAR ISI

|                                                   |             |
|---------------------------------------------------|-------------|
| <b>HALAMAN JUDUL .....</b>                        | <b>i</b>    |
| <b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>                  | <b>ii</b>   |
| <b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>                   | <b>iii</b>  |
| <b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....</b> | <b>iv</b>   |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                        | <b>v</b>    |
| <b>ABSTRAK .....</b>                              | <b>vii</b>  |
| <b>ABSTRACT .....</b>                             | <b>viii</b> |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>                            | <b>ix</b>   |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>                         | <b>xii</b>  |
| <b>DAFTAR GAMBAR.....</b>                         | <b>xiii</b> |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>                      | <b>xiv</b>  |
| <b>DAFTAR SINGKATAN.....</b>                      | <b>xv</b>   |
| <b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>                     | <b>1</b>    |
| A. Latar Belakang.....                            | 1           |
| B. Rumusan Masalah.....                           | 6           |
| C. Tujuan Penelitian .....                        | 6           |
| 1. Tujuan umum.....                               | 6           |
| 2. Tujuan Khusus .....                            | 6           |
| D. Manfaat Penelitian .....                       | 7           |
| 1. Bagi Pendidikan .....                          | 7           |
| 2. Bagi Tempat Praktik Mandiri Bidan.....         | 7           |
| 3. Bagi Masyarakat Luas.....                      | 7           |
| 4. Bagi Peneliti Selanjutnya .....                | 8           |
| E. Keaslian.....                                  | 8           |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>               | <b>11</b>   |
| A. Kajian Teoritis .....                          | 11          |
| 1. Konsep Bayi.....                               | 11          |
| 2. Konsep Tidur Bayi.....                         | 33          |
| 3. Konsep Kualitas Tidur Bayi.....                | 43          |
| 4. Konsep Pijat Bayi .....                        | 57          |

|                                                        |           |
|--------------------------------------------------------|-----------|
| B. Kajian Empiris .....                                | 85        |
| C. Kerangka Teori .....                                | 88        |
| <b>BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI</b> |           |
| <b>OPERASIONAL .....</b>                               | <b>90</b> |
| A. Kerangka Konsep.....                                | 90        |
| B. Hipotesis .....                                     | 90        |
| C. Definisi Operasional .....                          | 91        |
| <b>BAB IV METODE PENELITIAN .....</b>                  | <b>93</b> |
| A. Rancangan penelitian.....                           | 93        |
| B. Populasi dan Sampel .....                           | 94        |
| 1. Populasi penelitian .....                           | 86        |
| 2. Sampel Penelitian.....                              | 86        |
| 3. Teknik Sampling.....                                | 95        |
| C. Tempat Penelitian .....                             | 97        |
| D. Waktu Penelitian.....                               | 97        |
| E. Etika Penelitian .....                              | 97        |
| F. Alat Pengumpulan Data.....                          | 100       |
| 1. Instrumen Penelitian .....                          | 100       |
| 2. Validasi dan Reliabelitas.....                      | 102       |
| G. Prosedur Pengumpulan Data.....                      | 103       |
| 1. Prosedur Administrasi.....                          | 103       |
| 2. Prosedur Teknis .....                               | 104       |
| H. Pengolahan Data .....                               | 106       |
| 1. Editing.....                                        | 106       |
| 2. Coding.....                                         | 106       |
| 3. Scoring .....                                       | 107       |
| 4. Processing .....                                    | 108       |
| 5. Cleaning .....                                      | 108       |
| 6. Tabulating .....                                    | 108       |
| I. Rencana Analisa Data .....                          | 108       |
| 1. Analisis Univariat .....                            | 108       |

|                                                                  |            |
|------------------------------------------------------------------|------------|
| 2. Analisis Bivariat.....                                        | 109        |
| <b>BAB V HASIL .....</b>                                         | <b>111</b> |
| A. Tempat dan Waktu Penelitian.....                              | 111        |
| B. Analisis Univariat .....                                      | 112        |
| C. Uji Wilcoxon.....                                             | 114        |
| <b>BAB VI PEMBAHASAN.....</b>                                    | <b>116</b> |
| A. Interpretasi Peneliti .....                                   | 116        |
| B. Keterbatasan Penelitian.....                                  | 122        |
| C. Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian ..... | 122        |
| <b>BAB VII PENUTUP.....</b>                                      | <b>124</b> |
| A. Simpulan.....                                                 | 124        |
| B. Saran.....                                                    | 125        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>                                      | <b>127</b> |
| <b>LAMPIRAN.....</b>                                             | <b>131</b> |

## DAFTAR TABEL

|            |                                                                                                                |     |
|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Tabel I. 1 | Keaslian Penelitian .....                                                                                      | 10  |
| Tabel 2. 1 | Panduan Pertumbuhan Berat Badan Anak Usia 0-6 Bulan menurut WHO yang dibedakan berdasarkan jenis kelamin ..... | 26  |
| Tabel 2. 2 | Kebutuhan Tidur Bayi Usia 0-6 Bulan.....                                                                       | 37  |
| Tabel 3. 1 | Definisi Oprasional Variabel Penelitian.....                                                                   | 91  |
| Tabel 4.1  | Rancangan Penelitian .....                                                                                     | 93  |
| Tabel 5.1  | Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia .....                                                          | 112 |
| Tabel 5.2  | Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....                                                  | 112 |
| Tabel 5.3  | Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan <i>Pretest Brief Infant Sleep Questionnaire</i> (BISQ) .....        | 113 |
| Tabel 5.4  | Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan <i>Posttest Brief Infant Sleep Questionnaire</i> (BISQ) .....       | 113 |
| Tabel 5.5  | Uji Wilcoxon .....                                                                                             | 114 |

## **DAFTAR GAMBAR**

|                                  |    |
|----------------------------------|----|
| Gambar 2.2 Kerangka Teori.....   | 89 |
| Gambar 3.1 Kerangka Konsep ..... | 90 |

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 : Jadwal Penelitian
- Lampiran 2 : Surat Permohonan Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 : Surat Persetujuan Permohonan Studi Pendahuluan
- Lampiran 4 : Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 5 : Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 6 : Kuesioner BISQ
- Lampiran 7 : Form Penilaian Mengkaji Kualitas Tidur
- Lampiran 8 : SOP
- Lampiran 9 : Lembar Bimbingan dan Konsulan Proposal
- Lampiran 10 : Surat Permohonan Ijin Penelitian
- Lampiran 11 : Surat Balasan Ijin Penelitian
- Lampiran 12 : Surat Permohonan Uji Etik
- Lampiran 13 : Surat Lolos Uji Etik
- Lampiran 14 : Hasi Kuesioner Pretest
- Lampiran 15 : Hasil Kuesioner Posttest
- Lampiran 16 : Hasil Olah Data SPSS
- Lampiran 17 : Dokumentasi
- Lampiran 18 : Lembar Bimbingan dan Konsulan Skripsi
- Lampiran 19 : Sertifikat Peneliti dan Sertifikat Enumerator

## DAFTAR SINGKATAN

|      |                                                      |
|------|------------------------------------------------------|
| ASI  | : Air Susu Ibu                                       |
| KMS  | : Kartu Menuju Sehat                                 |
| WHO  | : <i>World Health Organization</i>                   |
| BB   | : Berat Badan                                        |
| REM  | : <i>Rapid Eye Movement</i>                          |
| NREM | : <i>Non-Rapid Eye Movement</i>                      |
| GH   | : <i>Growth Hormone</i>                              |
| BISQ | : <i>Brief Infant Sleep Questionnaire</i>            |
| PSG  | : <i>Polisonografi</i>                               |
| TPMB | : Tempat Paraktik Mandiri Bidan                      |
| PMB  | : Praktik Mandiri Bidan                              |
| ODC  | : <i>Ornithine Decarboxylase</i>                     |
| IgM  | : Imunoglobulin M                                    |
| IgG  | : Imunoglobulin G                                    |
| EEG  | : <i>Electro Encephalogram</i>                       |
| HA   | : Hipotesis Alternatif                               |
| H0   | : Hipotesis Nol                                      |
| SOP  | : Standar Operasional Prosedur                       |
| SPSS | : <i>Statistical Package For The Social Sciences</i> |
| RCT  | : <i>Random Controlled Trial</i>                     |
| ANC  | : <i>Antenatal Care</i>                              |
| KB   | : Keluarga Beren                                     |

## DAFTAR PUSTAKA

- Anissa, & Hariyanti. (2024). Pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi di PMB Febra Ayudiah, SST., MH. *Jurnal Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai*.
- Aprilia, V. N., Putri, R., Pradhanawati, A., Bisnis, D. A., & Diponegoro, U. (2020). Pendahuluan Kajian Teori Perilaku Konsumen Pemasaran Keputusan Penggunaan Kualitas Pelayanan. *Jurnal Ilmu Administrasi Bisnis*, 10(4), 1398–1407.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Rineka Cipta.
- Asmadi. (2012). *Teknik prosedural keperawatan: Konsep dan aplikasi kebutuhan dasar klien*. Salemba Medika.
- Brier. (2020). Konsep dasar kebidanan pada bayi baru lahir dan balita. <https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v10i9.61488>
- Camaru. (2011). *Kebutuhan tidur manusia berdasarkan rentang usia*. Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Candra. (2011). *Fisiologi tidur dan pemulihan kesehatan tubuh. Keperawatan Klinis*.
- Chamida, A. N. (2009). Deteksi dini gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 5(2), 83–93.
- Dhamayanti, M. (2020). Gangguan pola tidur pada bayi di lima kota besar Indonesia (Jakarta, Bandung, Medan, Palembang, dan Batam). *Jurnal Pediatri Indonesia*.
- Dieter, J. N., Field, T., Hernandez-Reif, M., Emory, E. K., & Redzepi, M. (2003). *Stable preterm infants gain more weight and sleep less after five days of massage therapy. Journal of Pediatric Psychology*, 28(6), 403–411.
- Esty. (2020). Pentingnya stimulasi asah dalam membentuk kepribadian, kecerdasan, dan motorik anak sejak dini. *Jurnal Tumbuh Kembang Anak*.
- Field, T., & Schanberg, S. (2013). *Vagals tonus activity and gastrin-insulin secretion in massaged infants. Touch Research Institute Publications*.
- Fitri. (2023). Adaptasi ektrauterin dan fase kritis tumbuh kembang pada masa infant (0-12 bulan). *Jurnal Ilmiah Kesehatan Kebidanan*.
- Gupte, S. (2004). *The short textbook of pediatrics* (10th ed.). Jaypee Brothers Medical Publishers.
- Hafni Sahir, S. (2022). *Metodologi penelitian: Pengujian hipotesis dan analisis data akademik*. Karsa Mandiri Persada.

- HeOrganization, W. a. (2019). *Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age*.
- Hidayat, A. A. (2010). Metode penelitian kebidanan dan teknik analisis data. Salemba Medika.
- Hidayat, A. A. (2014). Metode penelitian keperawatan dan teknis analisis data. Salemba Medika.
- Hockenberry, M. J., & Wilson, D. (2021). *Wong's essentials of pediatric nursing* (11th ed.). Elsevier.
- Indonesia, K. K. (2022). Buku KIA (Kesehatan Ibu dan Anak): Pemantauan tumbuh kembang dan pola istirahat optimal pada bayi.
- Indonesia, K. K. R. (2022). Buku KIA (Kesehatan Ibu dan Anak): Pemantauan tumbuh kembang dan pola istirahat optimal pada bayi. Kemenkes RI.
- Insani, B., & Yulizawati. (2018). Pemenuhan kebutuhan asih (kasih sayang) sebagai landasan utama pembentukan ikatan batin (bonding) ibu dan bayi. *Jurnal Edukasi Kesehatan Maternal*.
- Kania, N. (2006). Stimulasi tumbuh kembang anak untuk mencapai optimalisasi kecerdasan. *Pedoman Kesehatan Anak*, 1–11.
- Lestari, H., Sekartini, R., D. (2026). Risk Factors for Sleep Problems in Infants. *Paediatrica Indonesiana*, 60(4), 215-220.
- Mahareni, A. (2017). Gambaran Kualitas Tidur Bayi Usia 0-36 Bulan Menggunakan Modifikasi Instrumen Brief Infant Sleep Questionnaire (BISQ) Dengan Skala Guttman. Skripsi. Ungaran: Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo.
- Mahayu, P. (2016). Panduan lengkap memijat bayi berdasarkan tahapan usia. Buku Biru.
- Makbul, M. (2021). Metode pengumpulan data dan instrumen penelitian kuantitatif. *Jurnal Metodologi Penelitian Ilmiah*.
- Marta. (2014). Panduan praktis waktu terbaik pemijatan bagi kebugaran bayi. Penerbit Kesehatan Komplementer.
- Maryunani, A. (2013). Siklus dan tahapan tidur pada neonatus serta bayi. *Trans Info Media*.
- McHugh, M. L. (2013). (n.d.). *No Title*.
- Moshinsky. (2019). *Biomedical needs and physical health growth in child development*.

Academic Press.

Nurhayati. (2021). Pengaruh signifikan pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 0-6 bulan. *Jurnal Medika Utama*.

Nurhayati et al., n. d. (2021). BAB I-IV - IRMA 1.

Nursalam. (2016). Metodologi penelitian ilmu keperawatan: Pendekatan praktis (4th ed.). Salemba Medika.

Potter, P. A., & Perry, A. G. (2021). *Fundamentals of nursing* (10th ed.). Elsevier.

Pratiwi. (2013). Indikator pengukuran fisik dan antropometri pada pertumbuhan anak. *Jurnal Kesehatan Anak*.

Rahmawati, & Lestari. (2023). Korelasi pola tidur malam yang baik terhadap optimalisasi perkembangan motorik kasar bayi usia 0-6 bulan. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*.

Retnosari. (2021). Prevalensi masalah tidur anak Indonesia usia 0-36 bulan dan kesenjangan persepsi orang tua terhadap *sleep hygiene* (pp. 207–216). Atlantis Press International BV. [https://doi.org/10.2991/978-94-6463-400-6\\_16](https://doi.org/10.2991/978-94-6463-400-6_16)

Retnosari, Irwanto, & Herawati. (2021). Prevalensi masalah tidur anak Indonesia usia 0-36 bulan dan kesenjangan persepsi orang tua terhadap *sleep hygiene*. *Jurnal Kesehatan Anak Indonesia*.

Rismawati. (2019). Hubungan pola asuh orang tua dalam menidurkan anak dengan gangguan perkembangan kognitif otak fase REM. *Jurnal Kebidanan Terpadu*.

Roesli, U. (2011). Pedoman pijat bayi (Edisi Revi). PT Trubus Swadaya.

Roesli, U. (2012). Mengenal ASI eksklusif dan stimulasi taktil (pijat bayi). PT Trubus Swadaya.

Roesli, U. (2017). Teknik taktil massage dan pedoman stimulasi pertumbuhan anak. PT Trubus Swadaya.

Sadeh. (2004). *A Brief Screening Questionnaire for Infant Sleep Problems: Validation and Findings for an Internet Sample*. *Jurnal Pediatrics*. <https://doi.org/10.26905/jmdk.v11i1.9561>

Sekartini. (2006). *No Title*.

Sekartini, R. (2012). Gangguan tidur pada bayi dan balita serta dampaknya terhadap perkembangan emosional anak. *Sari Pediatri*, 14(2), 110–116.

Siahaan, R. (2023). Kebijakan pemerintah dalam upaya edukasi, workshop, dan program nonfarmakologi pijat komplementer pada komunitas kebidanan di

- Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- soetjningsih, 2017. (n.d.). *No Title*.
- Stirling. (2011). Hubungan hambatan pertumbuhan fisik (growth faltering) dengan penurunan sistem imunitas sel darah putih akibat kualitas tidur buruk pada bayi. *International Journal of Pediatrics*.
- Subakti. (2011). Keajaiban pijat bayi: Langkah mudah mengoptimalkan tumbuh kembang anak. *Lingkar Media*.
- Supriatin. (2022). Pengaruh terapi pijat bayi terhadap peningkatan durasi tidur dan penurunan frekuensi terbangun malam hari pada bayi usia 0-6 bulan di Lemah Abang Kabupaten Cirebon. *Jurnal Kesehatan Komplementer*.
- Suryati, S., Purwandari, A., & Wahyuni, S. (2019). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-10 Bulan di Desa Tamanan Wilayah Kerja Puskesmas Banguntapan II. *Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan Peningkatan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-10 Bulan Di Desa Tamanan Wilayah Kerja Puskesmas Banguntapan II. Riset Informasi Kesehatan*, 10(2), 75–82. <https://doi.org/10.24018/ejbmr.2022.7.2.1273>
- Wahyuni. (2012). Ciri-ciri gangguan pemenuhan kuantitas tidur malam pada bayi di bawah satu tahun. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*.
- Wong, D. L. (2009). Buku ajar keperawatan pediatrik. Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Yanti, D. (2021). Stimulasi taktil dan pengaruhnya terhadap kenyamanan serta durasi tidur pada neonatus. *Jurnal Kebidanan*. <https://doi.org/10.56495/hs.v4i3.728>
- Yulianeu. (2017). Pola pemenuhan nutrisi dan asupan gizi makro pada masa emas bayi (0-12 bulan). *Jurnal Gizi Dan Kesehatan*. <https://doi.org/10.35629/5252-040912781284>