



Original Research Paper

PENERAPAN AROMATHERAPY BUNGA MAWAR (*ROSE CENTIFOLIA*) DAN PIJAT BAYI TERHADAP DURASI TIDUR BAYI USIA 3-12 BULAN

Application Of Rose Flower Aromatherapy (Rose Centifolia) And Infant Massage On Sleep Duration Of Infants Aged 3-12 Months

Dewi Nurviana Suharto, Niluh Cindy Klaudya*

Poltekkes Kemenkes Palu, Program Studi D-III Keperawatan Poso, Poso, Indonesia

***Email Corresponding:**
niluhcindyklaudya@gmail.com

Hp(WA) :
081294769446

Page : 61-68

Article History:
Received : 2 April 2023
Review : 16 Mei 2023
Revised : 18 Mei 2023
Accepted : 30 Mei 2023
Online : 5 Juni 2023

Published by:
Poltekkes Kemenkes Palu,
Managed by Prodi DIII
Keperawatan Poso.
Email :
jurnalmadago@gmail.com
Phone (WA): +62811459788
Address:
Jalan Thalua Konchi. City of
Palu, Central Sulawesi,
Indonesia

ABSTRAK

Latar Belakang : Dampak dari gangguan tidur pada bayi adalah bayi menjadi sering terbangun dan rewel. Pentingnya waktu tidur pada bayi, maka durasi tidur pada bayi harus benar-benar terpenuhi agar tidak berpengaruh buruk terhadap perkembangannya. Salah satu intervensi keperawatan untuk mengatasi gangguan tidur pada bayi yaitu dengan pijatan dan aroma terapi mawar. Tujuan penelitian ini adalah menggambarkan penerapan asuhan keperawatan dengan intervensi pijat dan aroma terapi mawar untuk meningkatkan durasi tidur bayi. **Metode penelitian** deskriptif dengan pendekatan studi kasus. **Hasil Penelitian :** ibu pasien mengatakan anaknya batuk berdahak, demam sudah 3 hari, pasien rewel dan gelisah, tidur pasien hanya ±8 jam sehari, pasien sering terbangun di malam hari akibat batuk, pasien sulit untuk tidur nyenyak, wajah pasien terlihat pucat, sering terlihat menguap, suhu : 38,9^oc RR 46x/menit, Nadi 120x/menit, terdapat suara napas tambahan ronchi, Diagnosis keperawatan bersihan jalan napas, Hipertermia, gangguan pola tidur. Intervensi keperawatan manajemen jalan napas, kompres hangat, Terapi pemijatan dan Aromaterapi. Implementasi melakukan tindakan fisioterapi dada serta pemberian Nebulizer combiven 1ml+Nacl 2ml dan suctioning. Memberikan tepid water sponge, melakukan pijat bayi dan pemberian aroma terapi mawar. Hasil evaluasi jumlah tidur pasien meningkat dari 8 jam menjadi 12 jam sehari, pasien tenang, pasien terbangun di malam hari hanya meminta susu saja dan setelah terbangun pasien bisa tertidur kembali, batuk berdahak berkurang, suara napas vesikuler, suhu : 37^oC, RR : 38x/menit. **Kesimpulan :** pemberian pijat bayi dan aroma terapi mawar dapat meningkatkan durasi tidur bayi. perawat dapat memberikan pijat bayi kombinasi aroma terapi mawar untuk meningkatkan durasi tidur bayi.

Kata kunci : aromaterapi mawar; pijat bayi; durasi tidur

ABSTRACT

Introduction: The impact of sleep disturbances in infants is that the baby becomes often awake and fussy. The importance of sleep time in infants, then the duration of sleep in infants must be completely fulfilled so as not to adversely affect their development. One of the nursing interventions to treat sleep disorders in infants is massage and rose aroma therapy. The purpose of this study was to describe the application of nursing care with massage interventions and rose aroma therapy to increase infant sleep duration. Descriptive research methods with a case study approach. Research Results:

the patient's mother said her child had a cough with phlegm, fever for 3 days, the patient was fussy and restless, the patient slept only ± 8 hours a day, the patient often woke up at night due to coughing, the patient was difficult to sleep well, the patient's face looked pale, often seen yawning, temperature: 38.9 ° C RR 46x / min, pulse 120x / min, there are additional ronchi breath sounds, nursing diagnosis of airway clearance, hyperthermia, sleep pattern disorders. Nursing interventions for airway management, warm compresses, massage therapy and aromatherapy. Implementation of chest physiotherapy measures as well as giving 1ml combiven nebulizer + 2ml Nacl and suctioning. Giving tepid water sponge, doing baby massage and giving rose aroma therapy. The results of the evaluation of the patient's sleep increased from 8 hours to 12 hours a day, the patient was calm, the patient woke up at night only asking for milk and after waking up the patient could fall asleep again, coughing with phlegm was reduced, vesicular breath sounds, temperature : 37°C, RR: 38x/min. Conclusion: giving baby massage and rose aroma therapy can increase the duration of infant sleep. nurses can provide baby massage combined with rose aroma therapy to increase the duration of infant sleep.

Keywords : *rose aromatherapy; infant massage; sleep duration*

<https://doi.org/10.33860/mnj.v4i1.1996>



© Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/>).

PENDAHULUAN

Gangguan tidur merupakan suatu kondisi dimana menurunnya jumlah tidur dan kualitas tidur pada bayi, dimana tidur bayi yang normal sekitar 14-15 jam sehari. Dampak dari gangguan tidur pada bayi adalah bayi menjadi sering terbangun dan menjadi rewel (Nugraheni et al., 2018). Secara garis besar ada 2 gangguan tidur pada anak yaitu disomnia dan parasomnia. Pada disomnia, gangguan terutama dalam kualitas, waktu atau lamanya tidur (sleep refusal dan night waking) (Wardiyah et al., 2016). Sebaliknya pada parasomnia, gangguan yang utama adalah adanya kejadian abnormal yang terjadi selama tidur, seperti night terrors, nightmares, sleep walking dan sleep talking (Widodo & Soetomenggolo, 2016).

Menurut WHO (*World Health Organization*) tahun 2018 bahwa 3%-10% pasien anak yang di rawat di Amerika Serikat mengalami gangguan tidur selama

hospitalisasi (WHO, 2018). Angka anak yang pernah di rawat di Indonesia mencapai lebih dari 45% dari jumlah keseluruhan populasi anak di Indonesia (Kementerian kesehatan RI, 2018). Data menunjukkan 72% orang tua menganggap gangguan tidur pada bayi bukan suatu masalah atau hanya masalah kecil, padahal, masalah tidur dapat mengganggu pertumbuhan bayi, menyebabkan fungsi imun rentan dan mengganggu regulasi system endokrin (Meihartati et al., 2019).

Pentingnya waktu tidur pada bayi, maka durasi tidur pada bayi harus benar-benar terpenuhi agar tidak berpengaruh buruk terhadap perkembangannya. Salah satu tehnik yang dapat digunakan untuk memenuhi durasi tersebut adalah dengan pijatan. bayi yang dipijat akan dapat tidur dengan lelap, Pemberian pijat bayi memberikan efek terhadap peningkatan tidur malam hari pada bayi sesudah di lakukan pemijatan (Tang, 2018).

Pijat bayi merupakan gerakan mengusap secara *gentle* pada permukaan tubuh bayi dari wajah hingga kaki. Pemijatan ini akan membantu merilekskan otot bayi serta melancarkan sirkulasi darah sehingga bayi menjadi lebih tenang dan tertidur lebih pulas. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Aswitami & Udayani, 2019) menunjukkan bahwa pijat bayi yang dilakukan sebanyak 2 kali dalam seminggu selama 4 minggu mampu meningkatkan durasi tidur pada bayi pada usia 3-12 bulan. Penelitian lain juga serupa yang dilakukan oleh (Wahyu L.Y, 2015) menunjukkan bahwa setelah dilakukan pijat bayi selama 15 menit sebanyak 1 kali sehari mampu meningkatkan durasi tidur pada bayi usia 3-12 bulan. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (warsini dan nugraini, 2016) hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pijat bayi dengan lama tidur bayi setelah dilakukan pemijatan bayi selama 15 menit. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh (Erlawati, A., Oktaviani, I., & Yuliawati, 2019) di Puskesmas Kartasura pada bayi usia 0-6 bulan menunjukkan bahwa bayi yang dilakukan terapi pijat selama 15 menit sebelum makan memiliki kualitas tidur 15 kali lebih tinggi dibandingkan bayi yang tidak mendapatkan terapi pijat.

Selain pijat bayi alternative lain yang dapat digunakan dalam meningkatkan durasi tidur pada bayi adalah pemberian aroma terapi Bunga mawar. Aromaterapi adalah terapi dengan memakai minyak esensial yang ekstrak dan unsur kimianya diambil dengan utuh, salah satu jenisnya adalah aromaterapi mawar, pemberian aromaterapi mawar memiliki dampak yang

baik seperti menurunkan tekanan darah, mengatasi insomnia, migran, ketegangan saraf, stress, serta kesedihan (Utami, 2014) Aromaterapi mawar ini bekerja melalui zat-zat yang terkandung didalam minyak astiri mawar yang akan ditransmisikan kedalam sistem limbic melalui olfaktorius yang akan merangsang hipotalamus untuk mengeluarkan zat neurokimia yang bersifat menenangkan, merilekskan, memperbaiki suasana hati, serta dapat meningkatkan kualitas tidur (Indriasari, 2013). Pemberian amromaterapi mawar sudah terbukti aman karena sudah dibuktikan oleh beberapa peneliti.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Nurjanah, E. et al., 2022) Pemberian aromatherapy bunga mawar yang diberikan sebanyak 1 kali sehari selama 10 menit dalam 7 hari berturut-turut mampu meningkatkan durasi tidur pada bayi. Hal ini serupa dengan penelitian (Lestari & Novita, 2021) dimana pemberian terapi bunga mawar sebelum tidur dapat meningkatkan durasi tidur pada bayi. Di dukung juga dengan penelitan yang dilakukan oleh (Hidayat & Nurul, 2019) pemberian aromaterapi mawar sebelum tidur selama 30 menit dapat meningkatkan durasi tidur pada bayi.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di RSUD POSO menggambarkan bahwa pada bayi usia 3-12 bulan yang dirawat diruang perawatan anak menunjukkan gejala rewel, sering terbangun, rasa tidak nyaman, tidak mau lepas dari pelukan ibu, dan rasa takut kepada orang asing. Masalah dengan gangguan pola tidur pada bayi belum mendapatkan perhatian dari perawat. Kondisi ini akan membuat kesehatan bayi

menjadi lebih buruk. Tujuan penelitian ini adalah menggambarkan penerapan asuhan keperawatan dengan intervensi pijat dan aroma terapi mawar untuk meningkatkan durasi tidur bayi.

METODE

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan jenis penelitian deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Subjek studi adalah pasien bayi yang di rawat di RSUD Poso. Subjek penelitian adalah bayi umur 3-12 bulan yang mengalami gangguan pola tidur. Data di kumpulkan dengan metode wawancara, observasi dan catatan rekam medik. Pasien diberikan pijat bayi dan aromatherapy bunga mawar. Pijat bayi menggunakan teknik I LOVE U yang dilakukan \pm 15 menit setiap pagi dan sore sebelum makan dan mandi setiap hari selama 7 hari, sedangkan aromaterapi mawar diberikan menggunakan *diffuser* dengan perbandingan 5 tetes aromaterapi oil : 10 cc air hangat selama 60 menit dan dilakukan pengulangan kembali setelah 2 jam.

HASIL

Pengkajian dilakukan pada tanggal 17 Juli 2021. Hasil pengkajian didapatkan bayi G dirawat dengan keluhan batuk berdahak, demam sejak 3 hari yang lalu, pasien rewel dan gelisah, tidur pasien hanya \pm 8 jam sehari, pasien sering terbangun di malam hari akibat batuk, pasien sulit untuk tidur kembali setelah terbangun, wajah pasien terlihat pucat dan pasien sering terlihat menguap, suhu badan 38,9 $^{\circ}$ C RR 46x/menit, Nadi 120x/menit, terdapat suara napas tambahan ronchi. Diagnosis keperawatan yang ditegakan adalah

bersihan jalan napas dengan kriteria hasil batuk berkurang dan secret kental berkurang, Hipertermia dengan kriteria hasil suhu tubuh normal dan Gangguan pola tidur dengan kriteria hasil durasi tidur meningkat. Intervensi keperawatan yang dirumuskan manajemen jalan napas, kompres hangat, terapi pemijatan, dan aromaterapi. Implementasi melakukan tindakan fisioterapi dada serta pemberian *nebulizer combiven* 1 ml+ Nacl 2 ml dan *suctioning*. Memberikan kompres hangat menggunakan *tepid water sponge*, melakukan pijat bayi dan pemberian aroma terapi mawar. Hasil evaluasi menunjukkan durasi tidur bayi G meningkat dari 8 jam menjadi 12 jam sehari, pasien menjadi tenang, pasien terbangun di malam hari hanya meminta susu saja, batuk berdahak berkurang, suara napas vesikuler, SB 37 $^{\circ}$ C, RR 38x/menit.

Tabel 1 Lembar Observasi Durasi Tidur

Hari /tanggal	Tidur siang (jam)	Tidur malam (jam)	Durasi tidur
Kamis, 18 Juli 2021	Pukul 10.00- pukul 10.30 terbangun selama \pm 15 menit	Pukul 20.00- pukul 07.00 terbangun \pm 3 jam.	8 jam 15 menit
Jumat, 19 Juli 2021	Pukul 09.00- pukul 10.30 terbangun sekitar \pm 15 menit	Pukul 20.00- pukul 07.00 \pm 3 jam	9 jam 15 menit
Sabtu, 20 Juli 2021	Pukul 10.00 - pukul 11.00 terbangun sekitar \pm 10 menit	Pukul 20.00- pukul 07.00 terbangun sekitar \pm 2 jam setengah.	10 jam
Minggu, 21 juli 2021	Pukul 09.00- pukul 11.30 terbangun \pm 30 menit	Pukul 20.00- pukul 07.00 terbangun sekitar \pm 2 jam	11 jam

Senin,22 juli 2021	Pukul 20.00- pukul 07.00 terbangun sekitar ± 1 jam setengah	Pukul 20.00- pukul 07.00 terbangun sekitar ± 1 jam setengah	11,5 jam
Selasa,2 4 juli 2021	Pukul 09.00- pukul 11.30 terbangun sekitar ± 30 menit	Pukul 20.00- pukul 07.00 terbangun sekitar ± 1 jam	12 jam

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa hari pertama saat di berikan aroma terapi dan pijat bayi durasi tidur selama 8 jam. Pada hari kedua terdapat peningkatan durasi tidur pada By.G yaitu selama 9 jam 15 menit. Pada hari ketiga menjadi 10 jam, hari ke empat menjadi 11 jam, hari kelima mengalami peningkatan durasi tidur yaitu 11,5 jam dan pada hari ke enam meningkat menjadi 12 jam sehingga dapat disimpulkan kebutuhan tidur bayi G sudah tercukupi.

PEMBAHASAN

Pada pengkajian yang dilakukan penulis mendapatkan keadaan umum sedikit lemah orang tua klien mengatakan anaknya batuk berdahak, gelisah, rewel, terdapat suara bunyi napas tambahan ronchi, TTV R= 46x /menit N= 120x/menit saat dilakukan pengukuran suhu di dapatkan suhu klien 38,8°C. wajah tampak pucat, lemah, diagnose medis adalah infeksi saluran pernapasan (ISPA) ibu klien juga mengatakan anaknya sering terbangun pada malam hari, sering menagis saat batuk.

Secara teori ISPA pada anak di sebabkan asap rokok dari orang tua atau penghuni rumah yang tinggal satu atap dengan anak, obat nyamuk bakar yang asapnya dapt terhirup oleh anak, anak yang tinggal di rumah dengan kepadatan hunian yang tidak memenuhi syarat, debu dan

kotoran yang di hirup oleh anak (Syahidi et al., 2016)

Pada studi kasus ini diagnosa yang dapat di rumuskan pada pasien anak dengan ISPA menurut (PPNI, 2017) sebagai berikut : bersihan jalan napas berhubungan dengan sputum dalam jumlah yang berlebih kriteria hasil batuk berkurang dan secret kental berkurang, Hipertermia berhubungan dengan proses infeksi dengan kriteria hasil suhu tubuh normal dan Gangguan pola tidur berhubungan dengan gejala penyakit dengan kriteria hasil durasi tidur meningkat. Setelah dilakukan tindakan keperawatan terapi pijat dan pemberian aromaterapi mawar selama 6 hari menunjukkan bahwa masalah gangguan tidur teratasi yang di buktikan dengan bayi sudah tidak rewel lagi, jumlah durasi tidur By.G sudah terpenuhi yaitu 12 jam.

Hasil penelitian tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Aswitami & Udayani, 2019) menunjukkan bahwa pijat bayi yang di lakukan sebanyak 2 kali dalam seminggu selama 4 minggu mampumeningkatkan durasi tidur pada bayi pada usia 3-12 bulan. Penelitian lain juga serupa yang dilakukan oleh (Wahyu L.Y, 2015) menunjukkan bahwa setelah dilakukan pijat bayi selama 15 menit sebanyak 1 kali sehari mampu meningkatkan durasi tidur pada bayi usia 3-12 bulan. Didukung juga dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (warsini dan nugraini, 2016) dengan hasil penelitian diketahui bahwa terdapat pengaruh pijat bayi dengan lama tidur bayi setelah dilakukan pemijatan bayi selama 15 menit. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh (Pamungkas, 2016) di Puskesmas Kartasura

pada bayi usia 0-6 bulan menunjukkan bahwa bayi yang dilakukan terapi pijat selama 15 menit sebelum makan memiliki kualitas tidur 15 kali lebih tinggi dibandingkan bayi yang tidak mendapatkan terapi pijat. Menurut penelitian yang dilakukan (Yulianti & Yanti, 2021) Pijat bayi adalah salah satu cara untuk mengatasi permasalahan tidur pada bayi. Pijat bayi merupakan gerakan mengusap secara gentle pada permukaan tubuh bayi dari wajah hingga kaki. Pemijatan ini akan membantu merilekskan otot bayi serta melancarkan sirkulasi darah sehingga bayi menjadi lebih tenang dan tertidur lebih pulas.

Sedangkan aroma terapi bunga mawar sendiri bekerja melaluizat-zat yang terkandung didalam minyak astiri mawar yang akan ditransmisikan kedalam sistem limbic melalui olfaktorius yang akan merangsang hipotalamus untuk mengeluarkan zat neurokimia yang bersifat menenangkan, merilekskan, memperbaiki suasana hati, serta dapat meningkatkan kualitas tidur (Sekartini & Adi, 2016) Pemberian aromaterapi mawar sudah terbukti aman karena sudah dibuktikan oleh beberapa peneliti. Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Meihartati et al., 2019) pemberian aromatherapy bunga mawar yang diberikan sebanyak 1 kali sehari selama 10 menit dalam 7 hari berturut-turut mampu meningkatkan durasi tidur pada bayi. Hal ini serupa dengan penelitian (Ulfa et al., 2020) dimana pemberian terapi bunga mawar sebelum tidur dapat meningkatkan durasi tidur pada bayi. Di dukung juga dengan penelitian yang dilakukan oleh (Hidayat & Nurul, 2019) pemberian aromaterapi mawar sebelum

tidur selama 30 menit dapat meningkatkan durasi tidur pada bayi.

Dengan kombinasi pemberian pijat dan aroma terapi mawar terbukti dapat meningkatkan durasi tidur pada bayi dikarenakan mekanisme pijat bayi ini bekerja merilekskan otot-otot pada bayi dan melancarkan sirkulasi darah, mekanisme dari aroma terapi sendiri bekerja melaluizat-zat yang terkandung didalam minyak astiri mawar yang akan ditransmisikan kedalam sistem limbic melalui olfaktorius yang akan merangsang hipotalamus untuk mengeluarkan zat neurokimia yang bersifat menenangkan, merilekskan, memperbaiki suasana hati, serta dapat meningkatkan kualitas tidur

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh penulis pemberian pijat bayi kombinasi aromaterapi mawar sama-sama dapat memberikan rasa nyaman, perasaan rileks serta menenangkan, yang paling penting intervensi tersebut dapat mengatasi permasalahan gangguan tidur pada bayi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa aromaterapi mawar dan pijat bayi mampu meningkatkan durasi tidur pada bayi dan mengatasi masalah gangguan pola tidur, di harapkan hasil penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan perawat berkaitan dengan intervensi terapeutik yang dapat diberikan pada bayi dengan masalah gangguan pola tidur.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Perawat RSUD Poso terutama

ruangan perawatan anak yang telah membantu penulis selama proses penelitian, kepada ketua Program Studi DIII Keperawatan Poso dan kepada responden yang sangat kooperatif selama pelaksanaan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Aswitami, G. A. P., & Udayani, N. P. M. Y. (2019). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Durasi Tidur Pada Bayi Umur 1-3 Bulan. *Care: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 7(2), 1. <https://doi.org/10.33366/jc.v7i2.1035>
- Erlawati, A., Oktaviani, I., & Yuliawati, Y. (2019). Hubungan Pijat Bayi Dengan Lama Waktu Tidur Pada Bay. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, X(1), 16–20. <https://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JKM/article/view/1336>
- Hidayat, & Nurul. (2019). *Perbandingan efektivitas terapi musik dengan aromaterapi mawar pada anak yang mengalami hospitalisasi usia 2-5 tahun*. 08(9), 87–97.
- Indriasari, F. N. (2013). Edukasi Teknik Water Tepid Sponge Dalam Manajemen Penanganan Demam Pada Anak Di Kabupaten Bantul, Yogyakarta. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 5(6), 1635–1642.
- Kementerian kesehatan RI. (2018). *Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI, Jakarta*. 1–7.
- Lestari, A. M., & Novita, N. (2021). Rose Aromatherapy Against Labor Pain Time I. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*, 1, 75–80.
- Meihartati, T., Abiyoga, A., & Dewi, R. S. (2019). The Effect of Rose Flower Therapy (Rosa Centifolia) on The Sleep Duration of Infants Aged 3-12 Months. *Jurnal Darul Azhar*, 07(9), 69–76.
- Nugraheni, R. I., Ambarwati, R., & Marni. (2018). Upaya Peningkatan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan Dengan Terapi Pijat. *Jurnal Keperawatan GSH*, 7(1), 19–23.
- Nurjanah, E., Purnamasari, I., & Kristiarini, J. J. (2022). Pengaruh Pijat Bayi Dengan Minyak Essensial Mawar Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan. *Jurnal Keperawatan Mandira Cendikia*, 1(1), 227–235.
- Pamungkas. (2016). *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Umur 0-6 Bulan di Puskesmas Kartasura*. <http://eprints.ums.ac.id/48047/1/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf>.
- PPNI. (2017). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia Definisi dan Indikator Diagnostik. Dewan pengurus PPNI. In *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia Definisi dan Indikator Diagnostik. Dewan Pengurus PPNI*.
- Sekartini, R., & Adi, N. P. (2016). Gangguan Tidur pada Anak Usia Bawah Tiga Tahun di Lima Kota di Indonesia. *Sari Pediatri*, 7(4), 188. <https://doi.org/10.14238/sp7.4.2006.188-93>
- Syahidi, M. H., Gayatri, D., & Bantas, K. (2016). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) pada Anak Berumur 12-59 Bulan di Puskesmas Kelurahan Tebet Barat, Kecamatan Tebet, Jakarta Selatan, Tahun 2013. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Indonesia*, 1(1), 23–27. <https://doi.org/10.7454/epidkes.v1i1.1313>
- Tang, A. (2018). PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI USIA 1–4 BULAN Aco. *Global Health Science*, 3(1), 12–16.
- Ulfa, N., Heni, E., & Ria, A. (2020). pengaruh terapi murotal al-qur'an dan pemberian aroma terapi bunga mawar terhadap kuliatas tidur malam pada



- anak umur 3-5 tahun. *Jurnal Ilmiah OBSGN*, 12. n, 53–61.
- Utami, Y. (2014). Dampak Hospitalisasi Terhadap Perkembangan Anak. *Jurnal Ilmiah WIDYA*, 2, 9–20.
- Wahyu L.Y. (2015). *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kuantitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan di Desa Leminggir*.
- Wardiyah, A., Setiawati, S., & Setiawan, D. (2016). Perbandingan Efektifitas Pemberian Kompres Hangat Dan Tepidisphere Terhadap Penurunan Suhu Tubuh Anak Yang Mengalami Dema RSUD dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung. *Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Science)*, 4(1), 44–56.
<https://doi.org/10.21776/ub.jik.2016.004.01.5>
- warsini dan nugini. (2016). *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Lama Tidur Bayi di Desa Duwet Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten*.
- WHO. (2018). *Global Status Report On Noncommunicable Disease. Switzerland*.
- Widodo, D. P., & Soetomenggolo, T. S. (2016). Perkembangan Normal Tidur pada Anak dan Kelainannya. *Sari Pediatri*, 2(3), 139.
<https://doi.org/10.14238/sp2.3.2000>
- 139-45
- Yulianti, E., & Yanti, J. S. (2021). Therapy Pijat Guna Mengurangi Keluhan Batuk Pilek pada Bayi. *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*, 1(2), 126–131.