# PERBANDINGAN POLA TIDUR BAYI YANG MENDAPATKAN PIJAT BAYI DAN BABY SPA PADA BAYI USIA 3 - 12 BULAN DI KLINIK SRIKANDI RUMAH BUNDA YOGYAKARTA

## **NASKAH PUBLIKASI**



Disusun Oleh:

SURYADI ARIANATA 080201132

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH YOGYAKARTA 2012

# PERBANDINGAN POLA TIDUR BAYI YANG MENDAPATKAN PIJAT BAYI DAN BABY SPA PADA BAYI USIA 3 - 12 BULAN DI KLINIK SRIKANDI RUMAH BUNDA YOGYAKARTA

## NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan Pada Program Pendidikan Ners - Program Studi Ilmu Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Yogyakarta



Disusun Oleh:

SURYADI ARIANATA 080201132

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH YOGYAKARTA 2012

# PERBANDINGAN POLA TIDUR BAYI YANG MENDAPATKAN PIJAT BAYI DAN BABY SPA PADA BAYI USIA 3 - 12 BULAN DI KLINIK SRIKANDI RUMAH BUNDA YOGYAKARTA

Suryadi Arianata, Falasifah Ani Yuniarti STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta odackputih@gmail.com

ABSTRAK: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui mengetahui perbedaan pola tidur bayi sebelum dan sesudah mendapatkan pijat bayi dengan  $baby\ spa$  pada bayi usia 3-12 bulan di Klinik Srikandi Rumah Bunda Yogyakarta. Jenis penelitian ini adalah penelitian  $pre\ experimental$  dengan membandingkan  $pre\ dan\ postest$  dua kelompok dengan sama-sama diberi perlakuan. Sampel sebanyak 30 responden yang menjadi pasien pijat bayi dan  $baby\ spa$  di Klinik Srikandi Rumah Bunda Yogyakarta. Analisa data menggunakan uji normalitas  $shapiro\ wilk\ (<50)$ ,  $paired\ t$ -tes dan wilcoxon untuk mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah diberi perlakuan, serta  $uji\ mann\ whitney$  dan  $independent\ sample\ test\ untuk mengetahui perbedaan antara dua kelompok. Hasilnya menunjukkan tidak terdapat perbedaan bermakna selisih perubahan pola tidur bayi sebelum dan sesudah perlakuan pijat bayi dan <math>baby\ spa$  pada kelompok durasi (p=0,817), rutinitas dan frekuensi  $(p=0,118\ dan\ p=0,292)$ . Orang tua perlu memberikan pijat bayi atau  $baby\ spa$  sebagai alternatif untuk mengoptimalkan pola tidur bayi

Kata kunci : Pola tidur bayi, pijat bayi, baby spa, durasi, rutinitas dan frekuensi.

ABSTRACT: The objective of the study was to find difference baby's sleep patterns before and after getting a baby massage with baby spa in Clinic Srikandi Rumah Bunda Yogyakarta. The type of this research was pre experimental pre-experimental by comparing pre and posttest two groups are treated equally. Samples were 30 patient's baby massage and baby spa whose age of 3-12 months at Clinic Srikandi Rumah Bunda Yogyakarta. Data analysis used Shapiro Wilk normality test (<50), paired t-test and Wilcoxon test to find out the differences before and after experiment, and Mann Whitney test and independent sample test to find out the

differences between two groups. The results that showed were no significant differences in infant sleep patterns change difference before and after experiment of baby massage and baby spa on the duration (p=0.817), routine and frequency (p=0.118 and p=0.292). parents need to give baby massage or baby spa as an alternative to optimize the baby's sleep patterns

Key words: baby's sleep patterns, baby massage, baby spa, duration, routine, frequency

#### **PENDAHULUAN**

Istirahat dan tidur yang tepat sama pentingnya dengan nutrisi yang baik dan latihan yang adekuat. Aktivitas tidur merupakan salah satu stimulus bagi tumbuh dan kembang bayi (Perry *et al.*, 2006). Sebagaimana tidur juga telah diatur dalam islam yang terkandung dalam Al-Quran Surat An-naba ayat 9:

Artinya: "Dan Kami jadikan tidurmu untuk istirahat".

Dalam surat ini menjelaskan bahwa tidur adalah pemutus kepenatan yang dirasakan sebelumnya, sehingga setelahnya manusia akan mendapatkan kembali semangatnya.

Menurut UU No 36 tahun 2009 tentang kesehatan pasal 133 menyatakan bahwa pasal (1) Setiap bayi dan anak berhak terlindungi dan terhindar dari segala bentuk diskriminasi dan tindak kekerasan yang dapat mengganggu kesehatannya dan pasal (2) Pemerintah, pemerintah daerah, dan masyarakat berkewajiban untuk menjamin terselenggaranya perlindungan bayi dan anak sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dan menyediakan pelayanan kesehatan sesuai dengan kebutuhan.

Tidur yang tidak adekuat dapat mengakibatkan gangguan keseimbangan fisiologi dan psikologi. Dampak fisiologi meliputi penurunan aktivitas sehari-hari, rasa capai, lemah, koordinasi neuromuskular buruk, proses penyembuhan lambat dan daya tahan tubuh menurun. Sedangkan dampak psikologinya meliputi emosi lebih labil, cemas, tidak konsentrasi, kemampuan kognitif dan menggabungkan pengalamannya lebih rendah. Namun, kelebihan waktu tidur (terutama tidur tenang)

menyebabkan terjadi penyimpanan energi berlebihan. Anakpun kurang aktif bermain, sehingga kurang berinteraksi menyebabkan perkembangan emosi dan kognitifnya kurang optimal (Turchin, 2000; Bukit, 2003; Soedjatmiko, 2006; Saputra, 2009).

Penelitian T. Field dari universitas miami AS, 2008 menyebutkan terapi pijat 30 menit per hari bisa mengurangi depresi dan kecemasan. Sehingga tidurnya akan bertambah tenang. Terapi pijat 15 menit selama enam minggu pada bayi usia 1 - 3 bulan juga meningkatkan kesiagaan (alertness) dan tangisnya berkurang. Ini akan diikuti dengan peningkatan berat badan, perbaikan kondisi psikis, berkurangnya kadar hormon stress, dan bertambahnya kadar serotonin. Meningkatnya aktivitas neurotransmitter serotonin ini akan meningkatkan kapasitas sel reseptor yang mengikat glucocorticoid (adrenalin). Proses ini menyebabkan terjadinya penurunan kadar hormon adrenalin (hormon stress), dan selanjutnya akan meningkatkan daya tahan tubuh.

Klinik Srikandi Rumah Bunda merupakan salah satu klinik yang memberikan pelayanan pijat bayi maupun baby spa. Setelah dilakukan studi pendahuluan pada tanggal 1-5 Januari 2012, di dapatkan enam pijat bayi dan lima baby spa yang berkunjung ke Klinik Srikandi Rumah Bunda. Dari kunjungan tersebut empat dari bayi yang melakukan pijat bayi biasanya sebelum dilakukan pemijatan mengalami ketidakteraturan pola tidur dan rewel, namun setelah dilakukan pijat bayi pola tidur bayi menjadi lebih teratur. Semua pasien yang melakukan baby spa adalah bertujuan untuk mengoptimalkan atau merangsang pertumbuhan bayi dan olahraga. Setelah bayi melakukan baby spa biasanya bayi tertidur lebih lama yang disebabkan bayi lelah setelah olahraga. Dari lima bayi yang melakukan baby spa, dua bayi mengalami pola tidur teratur. Jumlah kunjungan ke Klinik Srikandi Rumah Bunda untuk melakukan pijat bayi maupun baby spa dalam kurun waktu satu bulan lebih dari enam puluh kunjungan.

Penelitian ini mempunyai tujuan diketahuinya perbedaan pola tidur bayi sebelum dan sesudah mendapatkan pijat bayi dengan *baby spa* pada bayi usia 3-12 bulan di Klinik Srikandi Rumah Bunda

### METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian *pre experiment* dengan menggunakan desain yang membandingkan *pre* dan *posttest* dua kelompok dengan sama-sama diberi perlakuan. Populasinya adalah seluruh bayi yang berusia 3 – 12 bulan yang menjadi pasien pijat bayi dan *baby spa* di klinik Srikandi Rumah Bunda dalam kurun waktu satu bulan dengan jumlah populasi 66 pasien. Teknik pengambilan sampel yaitu menggunakan *non probability sampling*. Cara penentuan sampel dengan teknik *accidental sampling* (Sugiyono, 2009). Pada penelitian ini peneliti mengambil jumlah sampel pada kelompok pijat bayi adalah 15 responden dan kelompok *baby spa* adalah 15 responden. Analisa data menggunakan uji normalitas *shapiro wilk* (<50), *paired t-tes* dan *wilcoxon* untuk mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah diberi perlakuan, serta *uji mann whitney* dan *independent sample test* untuk mengetahui perbedaan antara dua kelompok (Arikunto, 2007). Penelitian ini menggunakan taraf signifikan 0,05. Jika nilai p <0,05 maka Ha diterima dan H0 ditolak.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

## Karakteristik Subjek Penelitian

Responden dalam penelitian ini adalah bayi usia 3 – 12 bulan yang melakukan pijat bayi dan *baby spa* di Klinik Srikandi Rumah Bunda yang berjumlah 30 responden.

Tabel 1 Karakteristik Responden Pijat Bayi dan *Baby Spa* Berdasarkan Usia Bayi Sumber Informasi Tentang Pola Tidur Bayi

Karakteristik		Pijat Bayi		Baby	Spa
		N	%	N	%
Usia (bulan)	3-5	7	47	8	53
	6-8	3	20	4	27
	9-10	3	20	2	13
	11-12	2	13	1	7
Jenis kelamin	Laki	9	60	5	33
	Perempuan	6	40	10	67

sumber: data primer

Berdasarkan tabel 1 jumlah tertinggi pada usia 3 – 5 bulan yaitu 7 orang (47%), jumlah terkecil pada usia 11 – 12 bulan yaitu hanya 2 orang (13%). Karakteristik kelompok pijat bayi berada direntang usia 3 – 12 bulan. Jumlah tertinggi pada usia 3 – 5 bulan yaitu 8 orang (53%) dan jumlah terkecil pada usia 11 –12 bulan yaitu 1 orang (7%).

karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin pada kelompok pijat bayi yaitu laki-laki 9 orang (60%) dan perempuan 6 orang (40%). Sedangkan jenis kelamin pada kelompok *baby spa* yaitu laki-laki sebanyak 5 orang (33%) dan perempuan 10 orang (67%). Dengan demikian jumlah responden berjenis kelamin laki-laki lebih banyak dari pada perempuan pada kelompok pijat bayi. Sedangkan pada kelompok *baby spa* perempuan lebih banyak dari pada laki-laki

# Deskripsi Durasi, Rutinitas dan Frekuensi Pola Tidur Sebelum dan Sesudah Mendapat Perlakuan Pijat Bayi dan *Baby Spa*

Tabel 3 dapat dideskripsikan bahwa, nilai rerata durasi pada kelompok pijat bayi mengalami peningkatan dari 12,53 jam menjadi 13,73 jam dan pada rutinitas mengalami penurunan dari 18 menit menjadi 12 menit setelah diberi perlakuan pijat bayi. Rerata frekuensi mengalami penurunan dari 4,6 kali menjadi 4,06 kali setelah mendapatkan pijat bayi.

Tabel 3 Deskripsi Durasi, Rutinitas dan Frekuensi Sebelum dan Sesudah Mendapatkan Pijat Bayi

Aspek	Pretest			Posttest		
-	Min	Max	Rerata	Min	Max	Rerata
Durasi (jam)	8	18	12,53	11	18	13,73
Rutinitas (menit)	5	45	18	5	20	12
Frekuensi (kali)	2	8	4,6	2	8	4,06

Tabel 4 Deskripsi Durasi, Rutinitas dan Frekuensi Sebelum dan Sesudah Mendapatkan *Baby Spa* 

Aspek	Pretest			Postest		
	Min	Max	Rerata	Min	Max	Rerata
Durasi (jam)	9,5	18	12,73	10	19	13,73
Rutinitas (menit)	5	30	16,33	5	30	14,33
Frekuensi (kali)	2	6	4,26	3	6	4,13

Tabel 4 dapat dideskripsikan bahwa, nilai rerata durasi pada kelompok *baby spa* mengalami peningkatan dari 12,73 jam menjadi 13,73 jam dan pada rutinitas juga mengalami penurunan yang awalnya 16,33 menit menjadi 14,33 menit setelah diberi perlakuan *baby spa*. Rerata frekuensi mengalami penurunan dari 4,26 kali menjadi 4,13 kali setelah mendapatkan *baby spa*.

Hasil Analisis Statistik Durasi, Rutinitas dan Frekuensi Sebelum dan Sesudah Mendapat Perlakuan Pijat Bayi dan *Baby Spa* dapat dilihat pada tabel 5.

Tabel 5 Hasil Analisis Statistik Durasi, Rutinitas dan Frekuensi Sebelum dan Sesudah Mendapat Perlakuan Pijat Bayi dan *Baby Spa* 

Metode	Aspek	Rerata			
	_	Pretest	Posttest	T	P
Pijat bayi	Durasi*	12,53	13,73	-2,719	0,017
	Rutinitas**	18	12	-2,375	0,018
	Frekuensi*	4,6	4,06	2,256	0,041
Baby spa	Durasi**	12,73	13,73	-1,968	0,049
	Rutinitas**	16,33	14,33	0,000	1,000
	Frekuensi*	4,26	4,13	0,807	0,433

<sup>\*</sup> paired sample t-test

Tabel 5 menunjukkan bahwa rerata pada kelompok pijat bayi sebelum dan sesudah diberi perlakuan mengalami peningkatan yaitu , nilai rerata durasi pada kelompok pijat bayi mengalami peningkatan dari 12,53 jam menjadi 13,73 jam. Dilihat dari uji statistik p=0,017 (p<0,05) yaitu menunjukkan bahwa ada pengaruh

<sup>\*\*</sup> Uji wilcoxon

durasi sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pijat bayi. Pada rutinitas juga mengalami peningkatan, meskipun dilihat dari rerata sebelum dan sesudah mengalami penurunan yaitu 18 menit menjadi 12 menit, namun dari hasil uji statistik p=0,018 (p<0,05) menunjukkan bahwa terdapat perubahan bermakna sebelum dan sesudah dilakukan perlakuan. Demikian juga untuk frekuensi, meskipun pada rerata sebelum dan sesudah mengalami penurunan dari 4,6 kali menjadi 4,06 kali, akan tetapi dari hasil uji statistik p=0,041 (p<0,05) menunjukkan adanya pengaruh frekuensi sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pijat bayi.

Hal ini sesuai dengan pendapat (Roesli, 2010) yang menyatakan pijat bayi akan membuat bayi tidur lebih lelap dan meningkatkan kesiagaan (*alertness*) atau konsentrasi. Hal ini disebabkan pijatan dapat mengubah gelombang alpha dan meningkatkan gelombang beta serta tetha, yang dapat dibuktikan dengan penggunaan EEG (Electro Enchepalogram).

Hal ini juga sesuai dengan penelitian Widiyanti (2008) menyatakan bahwa terdapat 12 responden (80%) bayi yang mempunyai pola tidur teratur setelah mereka mendapatkan terapi pijat dengan nilai P<0,05. *Perry and Potter* (2006), pemijatan bayi yang dilakukan sebelum waktu tidur membuat tubuh mendingin dan mempertahankan suatu keadaan kelelahan yang dapat meningkatkan relaksasi karena pemijatan dapat mempengaruhi keluarnya hormon tidur melatonin.

Demikian juga berdasarkan hasil study Alan dan Nicki (2006), bahwa bayi yang disentuh dengan penuh kasih sayang jarang sekali menangis, dapat menenangkan bayi dan meningkatkan relaksasi sehingga akan membuat bayi tidur lebih lelap.

Pada kelompok *baby spa* berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa rerata durasi sebelum dan sesudah diberi perlakuan mengalami peningkatan yaitu dari 12,73 jam menjadi 13,73 jam. Dilihat dari uji statistik p=0,049 (p<0,05) yaitu menunjukkan bahwa ada pengaruh durasi sebelum dan sesudah diberikan perlakuan *baby spa*.

Hal ini sesuai dengan kutipan dari www.kompasiana.com *baby spa* adalah suatu upaya kesehatan tradisional dengan pendekatan holistik, berupa perawatan menyeluruh menggunakan kombinasi keterampilan hidroterapi, pijat, aromaterapi, dan ditambahkan pelayanan makanan, minuman sehat serta olah aktivitas fisik yang

ditujukan kepada bayi sampai umur 12 bulan yang mengakibatkan membangun sistem saraf, mengurangi stress dan membantu agar anak tidur dengan teratur.

Pada rutinitas mengalami penurunan yaitu 18 menit menjadi 12 menit dan dilihat dari hasil uji statistik  $p=1,000\ (p>0,05)$  menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan perlakuan. Demikian juga untuk frekuensi, pada rerata sebelum dan sesudah mengalami penurunan dari 4,26 kali menjadi 4,13 kali, begitu pula dari hasil uji statistik  $p=0,433\ (p>0,05)$  menunjukkan tidak adanya pengaruh frekuensi sebelum dan sesudah diberikan perlakuan  $baby\ spa$ .

Hal tersebut dapat dimaklumi karena pola tidur dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, sesuai dengan (Turcin, 2000; Hidayat, 2006; Perry and Potter, 2006; saputra, 2009) yang menyatakan kualitas dan kuantitas tidur dapat menunjukkan adanya kemampuan individu untuk tidur dan memperoleh jumlah istirahat sesuai dengan kebutuhannya. Faktor lainnya adalah lingkungan fisik tempat bayi tidur berpengaruh penting pada kemampuan untuk tertidur dan tetap tertidur.

Perbandingan Selisih Perubahan Durasi, Rutinitas dan Frekuensi Sebelum dan Sesudah Mendapatkan Pijat Bayi dan *Baby Spa* dapat dilihat pada tabel 6.

Tabel 4.5 Perbandingan Selisih Perubahan Durasi, Rutinitas dan Frekuensi Sebelum dan Sesudah Mendapatkan Pijat Bayi dan *Baby Spa* 

Aspek	Selisih p	erubahan		
POGYA	Pijat Bayi	Baby Spa	T	P
Durasi*	1,3	1,5	-0,234	0,817
Rutinitas**	6	2	1,673	0,118
Frekuensi*	14,4	16,6	-0,774	0,292

\*independent t-test \*\*mann whitney u-test

Tabel 6 dapat diketahui hasil penelitian yang menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara pijat bayi dan baby spa dalam meningkatkan pola tidur responden. Terlihat dalam tabel menunjukkan bahwa selisih perubahan durasi sebelum dan sesudah diberikan pijat bayi 1,3 jam dan baby spa 1,5 jam dengan nilai p=0,817. Sedangkan selisih perubahan rutinitas sebelum dan sesudah diberikan pijat bayi yaitu 6 menit dan baby spa 2 menit dengan nilai p=0,118. Dan selisih perubahan frekuensi sebelum dan sesudah mendapatkan pijat bayi adalah 14,4 kali

sedangkan  $baby\ spa\ 16,6$  kali dengan nilai p=0,292. Dengan demikian durasi, rutinitas dan frekuensi uji hipotesis ditolak.

Hal ini dikarenakan perlakuan dalam penelitian ini yaitu pijat bayi dan *baby spa* memiliki perbedaan yang sangat sedikit dalam tindakannya. Pijat bayi merupakan bagian dari perawatan *baby spa* yaitu dimana dalam kegiatan *baby spa* meliputi pijat (*baby massage*) yang dilakukan kurang lebih selama 30 menit dan *baby swimming* (berenang) dengan fasilitas air hangat kurang lebih selama 20 menit (www.kompasiana.com).

### SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Berdasarkan hasil pembahasan pada perlakuan pola tidur bayi melalui pijat bayi dan baby spa dapat disimpulkan sebagai berikut :

- 1. Rerata *pretest* dan *posttest* durasi kelompok pijat bayi mengalami peningkatan 1,2 jam yaitu dari 12,53 jam menjadi 13,73 jam. Pada kelompok *baby spa* hasil rerata *pretest* dan *posttest* durasi mengalami peningkatan 1 jam yaitu 12,73 jam menjadi 13,73 jam.
- 2. rerata *pretest* dan *posttest* rutinitas kelompok pijat bayi mengalami penurunan 6 menit yaitu dari 18 menit menjadi 12 menit. Pada kelompok *baby spa* hasil rerata *pretest* dan *posttest* rutinitas mengalami penurunan 2 menit yaitu 16,33 menit menjadi 14,33 menit.
- 3. Rerata *pretest* dan *posttest* frekuensi kelompok pijat bayi mengalami penurunan 0,54 kali yaitu dari 4,6 kali menjadi 4,06 kali. Pada kelompok *baby spa* hasil rerata *pretest* dan *posttest* frekuensi mengalami penurunan 0,13 kali yaitu 4,26 kali menjadi 4,13 kali.
- 4. Hasil uji statistik *pretest* dan *posttest* durasi kelompok pijat bayi p=0.017 (p<0.05) dan *baby spa* p=0.049 (p<0.05) yaitu ada perbedaan bermakna pada durasi kelompok pijat bayi dan *baby spa* tentang pola tidur bayi. Rutinitas kelompok pijat bayi p=0.018 (p<0.05) yaitu ada perbedaan bermakna pada rutinitas kelompok pijat bayi, dan kelompok *baby spa* p=1.000 (p>0.05) yaitu tidak ada perbedaan bermakna pada rutinitas kelompok *baby spa* tentang pola

- tidur bayi. Frekuensi kelompok pijat bayi p=0.041 (p<0.05) yaitu ada perbedaan bermakna pada frekuensi kelompok pijat bayi tentang pola tidur, dan *baby spa* p=0.433 (p>0.05) yaitu tidak ada perbedaan bermakna pada frekuensi kelompok *baby spa* tentang pola tidur bayi.
- 5. Tidak ada perbedaan yang bermakna antara metode pijat bayi dengan *baby spa* dalam meningkatkan durasi dengan nilai p=0.817, rutinitas dengan nilai p=0.118 dan frekuensi tidur responden dengan nilai p=0.292 (p>0.05).

### Saran

Peneliti selanjutnya perlu dikaji dan dikembangkan lebih mendalam terutama terkait dengan *baby spa* karena sangat masih jarangnya penelitian terkait *baby spa*. Bagi terapis untuk lebih ditingkatkan kualitas pelayanan dan menginformasikan manfaat dari pijat bayi maupun baby spa, terkait dengan pola tidur bayi. Jadi klien yang berkunjung untuk melakukan pijat bayi atau baby spa mengetahui manfaat dari tindakan tersebut. Para orang tua agar lebih memperhatikan pola tidur bayinya untuk tetap pada rentang pola tidur yang baik dengan memberikan pijat bayi atau *baby spa* secara rutin dan optimal.

### DAFTAR RUJUKAN

- Arikunto, S.2006. Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik. Edisi revisi VI. Asdi Maha Satya. Jakarta.
- Little Bee Bay Spa (2010) *Manjakan Bayi Anda dengan Baby Spa*, 14 November. Tersedia dalam: http://kompasiana.com [akses 18 Desember 2011].
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2002. *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Rineka Cipta, Jakarta.
- Perry. Potter. 2010. Fundamentals of Nursing Buku 3 Edisi 7. Salemba Medika: Jakarta.
- Riwidikdo, Handoko. 2009. Statistika untuk penelitian kesehatan dengan aplikasi program R dan SPSS. 2009. Pustaka Rihama : Yogyakarta.
- Roesli, Utami. 2010. *Pedoman pijat bayi/edisi revisi*. Jakarta: Tubus Agriwidya Sugiyono. 2010. *Statistika untuk penelitian*, Alfabeta: Bandung.
- \_\_\_\_\_\_, 2008. Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R & D. Alfabeta : Bandung.
- Widayanti. 2008. Hubungan Pijat Bayi dengan Pola Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan di Bidan Praktek Swasta (bps) Ny. Nur Musriah Kota Kediri 2010. Skripsi tidak diterbitkan Poltekkes Depkes Malang