

Analysis Of Nursing Care For Children With Fever Seizures With Sleep Pattern Disorders Toddler Massage Intervention

Nurhalimah¹, Evy Noorhasanah², Suci Fitri Rahayu³,

¹⁻³Program Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Banjarmasin

Email: nurhalimah2413@gmail.com

ABSTRACT

Febrile seizures can occur due to intracranial or extracranial processes. Several factors that influence sleep are illness, the environment, including unpleasant environmental stimuli, fatigue and stress. One disease that often occurs is febrile seizures. A febrile seizure is a seizure that occurs when body temperature rises (temperature reaches $>38^{\circ}\text{C}$). Toddlers with febrile seizures will often experience repeated seizures which result in the child being hospitalized frequently. When a toddler is admitted to hospital it can cause discomfort such as disrupting good sleep quality and sleep quantity. One effort to treat toddlers with sleep disorders is through toddler massage. Aims to provide an overview of parenting toddlers with sleep disorders. This research uses a case study method with a single case. The intervention carried out was toddler massage. Toddler massage is to relieve pain and other symptoms of illness, increase relaxation and calm crying babies so that toddlers can sleep more soundly and last longer. Case study conducted on An.M aged 1 year 2 months who had problems with sleep patterns. The results of applying massage for toddlers during 3 days of treatment increased sleep, therefore it is recommended that nurses at the Banjarmasin Islamic Hospital be able to apply or understand parents of children using toddler massage techniques.

Keywords : Febrile Seizures, Sleep Pattern Disorders, Toddler Massage

PENDAHULUAN

Usia balita dapat dikelompokkan menjadi tiga golongan yaitu golongan usia bayi (0-2 tahun), golongan batita (2-3 tahun) dan golongan prasekolah ($>3-5$ tahun). Adapun menurut WHO, kelompok balita adalah 0-60 bulan (Adriani & Bambang, 2014). Usia balita masih sangat rentan terhadap berbagai jenis penyakit karena sistem kekebalan tubuh yang masih rendah. Salah satu penyakit yang sering adalah kejang demam. Kejang demam adalah bangkitan kejang yang terjadi pada kenaikan suhu tubuh (suhu mencapai $>38^{\circ}\text{C}$). Kejang demam dapat terjadi karena proses intracranial maupun ekstracranial. Kejang demam terjadi pada 2-4% populasi anak berumur 6 bulan sampai dengan 5 tahun (Nurarif & Kusuma, 2015). Peningkatan suhu tubuh yang terjadi secara mendadak pada anak merupakan salah satu penyebab terjadinya kejang (Sirait et al., 2021).

Anak balita dengan kejang demam akan sering mengalami kejang berulang yang berakibat pada seringnya anak di rumah sakit. Ketika balita masuk RS dapat menyebabkan ketidaknyamanan seperti gangguan tidur baik kualitas dan kuantitas tidurnya. Beberapa faktor yang mempengaruhi tidur adalah keadaan sakit, lingkungan termasuk stimulus dari lingkungan yang tidak menyenangkan, letih dan stress (Ernawati, 2018). Balita yang sedang sakit sering kali membutuhkan lebih banyak tidur dan istirahat dari pada balita yang sehat. Lingkungan rumah sakit atau fasilitas perawatan dan aktivitas pemberi layanan sering kali menambah masalah tidur klien akibat rawat inap atau hospitalisasi (Marianti, 2019). Balita yang sedang dirawat di rumah sakit (hospitalisasi) besar kemungkinan mengalami stress dan penurunan dalam kualitas tidurnya, pengalaman di rawat di rumah sakit atau hospitalisasi akan mengganggu psikologi balita apabila tidak dapat menyesuaikan atau beradaptasi di rumah sakit (Wahyudhita et al., 2022).

Berdasarkan data WHO (World Health Organization) tahun 2018 dalam tercatat sekitar 40% bayi dan balita mengalami masalah tidur. Di Indonesia cukup banyak bayi dan balita yang mengalami masalah tidur, yaitu sekitar 44,2% bayi dan balita mengalami gangguan tidur seperti sering terbangun di malam hari (Dewi et al., 2020). Salah satu faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang balita adalah terpenuhinya kebutuhan tidurnya. Salah satu rangsangan bagi perkembangan otak adalah tidur. Saat anak tidur, hormon pertumbuhan akan dikeluarkan dari tubuh sekitar 75%, karena saat balita tertidur, proses pembaruan sel akan lebih cepat dibandingkan saat ia bangun. Di tahun pertama kelahirannya, otak bayi akan tumbuh tiga kali lipat ukurannya setelah lahir (Ifalahma & Sulistyanti, 2016). Balita yang kurang tidur lebih rentan mengalami tanda-tanda gangguan kecerdasan, seperti kesulitan berkonsentrasi, daya ingat lemah dan hilangnya kreativitas. Selain itu kualitas tidur balita juga memengaruhi perkembangan fisik dan sikapnya keesokan harinya (Aryani et al., 2022). Dampak fisiologi tidur yang tidak adekuat dan kualitas tidur yang buruk meliputi penurunan aktivitas sehari-hari, rasa capek, lemah, proses penyembuhan lambat dan daya tahan tubuh menurun. Sedangkan dampak psikologinya meliputi emosi lebih labil, cemas, tidak konsentrasi, kemampuan kognitif lebih rendah (Dewi et al., 2020).

Salah satu upaya terapi non farmakologis untuk meningkatkan kualitas tidur balita yaitu dengan pijat balita. Kualitas tidur yang adekuat dapat diperoleh jika balita diberikan pijat secara rutin (Dewi et al., 2020). Pijat adalah terapi sentuh tertua yang dikenal manusia dan yang paling populer. Pijat telah lama dilakukan hampir diseluruh dunia termasuk di Indonesia dan diwariskan secara turun temurun. pijat salah satu bentuk terapi yang bermanfaat dalam rangsangan syaraf motorik, merubah pola tidur yang buruk menjadi baik, membantu proses pencernaan dan memberikan ketenangan emosional, selain juga menyehatkan tubuh dan otot-ototnya (Cahyani & Prastuti, 2020). Pijat bayi juga bisa menghilangkan rasa sakit dan gejala penyakit lainnya, meningkatkan relaksasi dan menenangkan anak yang menangis sehingga balita dapat tidur lebih nyenyak dan tahan lama (Aryani et al., 2022).

Pijat yang dilakukan selama kurang lebih 15 menit dapat meningkatkan kadar serotonin sehingga mengakibatkan peningkatan kualitas tidur bayi lebih maksimal, membuat bayi lebih rileks dan tidur lebih nyenyak (Widyaningsih et al., 2022). Pijat balita sangat penting untuk sebagai salah satu terapi yang dapat membuat tubuh menjadi rileks dan nyaman sehingga dapat diaplikasikan terhadap balita atau anak yang mengalami gangguan pola tidur. Pijat sebagai salah satu terapi yang dapat membuat tubuh menjadi rileks dan nyaman sehingga dapat diaplikasikan terhadap anak yang sedang menjalani proses penyembuhan.

Berdasarkan pentingnya sebuah metode alternatif pencegahan gangguan pola tidur yakni dengan pijat balita maka peneliti tertarik mengambil penelitian tentang "Analisis Asuhan Keperawatan Anak Kejang Demam Dengan Masalah Tidur Melalui Intervensi Pijat Balita".

METODE

Desain penelitian menggunakan desain studi kasus dengan kasus tunggal. Metode desain studi kasus merupakan metode yang berfokus dalam memberikan gambaran mengenai pijat balita terhadap gangguan pola tidur yang diberikan intervensi pijat balita. Pada kasus ini pasien diberikan intervensi selama 3 hari berturut-turut. Pemberian pijat balita tidak menyebabkan pasien mengalami komplikasi atau menyebabkan efek yang bersifat negative pada tubuh manusia. Berdasarkan hal ini penulis lebih mempertimbangkan Teknik non farmakologis untuk mengatasi gangguan pola tidur dengan pijat bayi. Cara pijat balita dengan membaca basmallah, mencuci tangan 6 langkah, meletakkan anak pada kasur yang dilapisi dengan kain lembut dan melepaskan pakaian anak dan melakukan pijat dengan Prosedur tindakan pijat pertama mulai dari bagian wajah, bagian perut, bagian tangan, bagian kaki sampai punggung. Kemudian anak dibersihkan dengan waslap menggunakan air hangat dan anak dikeringkan dengan handuk, setelah itu gunakan pakaian anak dan cuci tangan 6 langkah. Instrumen berupa wawancara dan obsevasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penerapan intervensi digambarkan dalam bentuk diagram sebagai berikut:

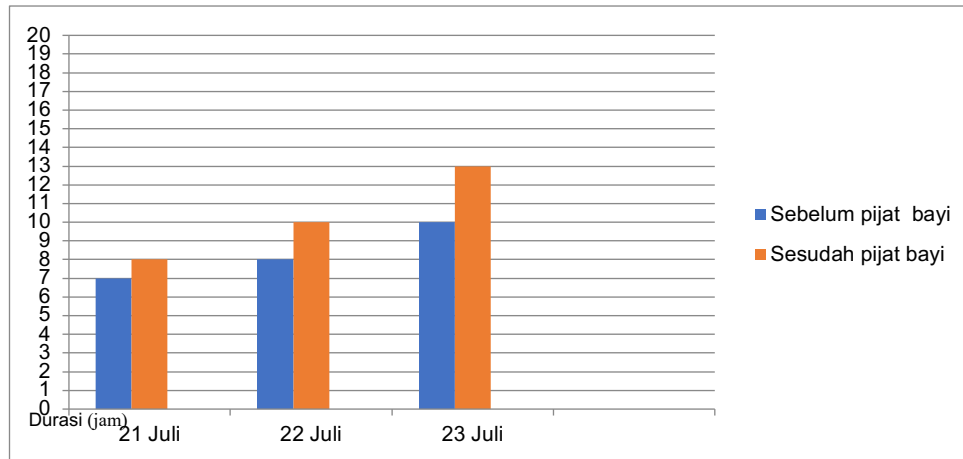


Diagram Perubahan Pola Tidur Anak

Berdasarkan Diagram terkait hasil penerapan intervensi pijat bayi pada anak didapatkan sebelum dilakukannya intervensi anak hanya tidur selama 7 jam dan kemudian setelah di implementasi dihari pertama tanggal 21 Juli 2022 didapatkan terjadi peningkatan jam tidur anak yang menjadi 8 jam. Intervensi dilakukan lagi dihari kedua pada tanggal 22 Juli 2022, didapatkan sesudah dilakukannya tindakan pijat balita yaitu anak tidur selama 10 jam. Hari ketiga evaluasi didapatkan tanggal 23 Juli 2022, anak tidur sudah mulai stabil dan normal. Tidurnya sudah memasuki jam tidur yang di rekomendasikan untuk usia anak 1 tahun yaitu anak tidur selama 13 jam. Menurut Mubarak et al., 2015 mengatakan usia 1- 18 bulan anak tidur sekitar 12-14 jam sehari.

Hasil penerapan intervensi pertama untuk data subjektif Ibu pasien mengatakan anak nya tidur 2 jam siang hari ini dan malam 6 jam, data objektif pasien tampak masih rewel dan gelisah, gangguan pola tidur masih dan jumlah tidur pasien untuk memastikan anak tidur dengan pola dan jumlah tidur yang tepat evaluasi pengkajian ini pada hari kamis 21 Juli 2022 dilakukan pada jam 16.20 wita. Evaluasi hari kedua Jum'at 22 Juli 2022 dilakukan pada jam 16.30 wita, untuk data subjektif Ibu pasien mengatakan anak nya tidur siang 2 jam dan malam 8 jam, data objektif pasien tampak masih sedikit rewel dan gelisah gangguan pola tidur masih terjadi. Evaluasi pada hari sabtu 23 Juli 2022 dilakukan pada jam 16.00 wita, untuk data subjektif Ibu pasien mengatakan anak nya tidur siang 3 jam dan malam 10 jam, data objektif pasien tampak tidak rewel, gangguan pola tidur tidak terjadi lagi.

Analisis Masalah Keperawatan dengan Kasus Balita Kejang Demam dengan Masalah Gangguan pola Tidur

Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan kepada An. M didapatkan data An. M berusia 1 tahun 2 bulan, yang mengalami masalah kejang demam dengan gangguan tidur. Berikut ini akan dijelaskan analisa kasus pada An. M keadaan umum klien tampak lemas, klien tampak gelisah dan klien tampak rewel, pasien dirawat di ruang kelas III, lingkungan diruangan berisik, ramai dan panas, kesadaran composmentis dan didapatkan TTV saat pengkajian yaitu: T = 36,7 oC, N = 125 x/menit, RR = 25 x/menit. Saat dilakukan pengkajian kepada keluarga pasien, keluarga pasien mengatakan anaknya sering terbangun saat tidur malam dan gelisah karena lingkungan baru dan saat suhu tubuh naik. Keluarga mengatakan saat sakit anak tidur siang 1 jam dan tidur malam 6 jam, tidur sering terbangun saat malam hari dan gelisah karena lingkungan baru dan saat demam pasien dirawat di ruang kelas III, lingkungan diruangan berisik, ramai dan panas. Saat dirumah keluarga mengatakan kejang sebanyak 2 kali \geq 5 menit, kejang seluruh tubuh (+), mata mendelip ke atas dan sebelumnya juga pasein memiliki riwayat kejang demam. demam sejak 2 hari yang lalu, demam naik turun \pm 1 hari SMRS. Sesuai dengan yang di jelaskan oleh Sudarmoko (2011). Kejang demam adalah kejang yang terjadi pada anak yang mengalami demam, tanpa adanya infeksi pada sistem saraf pusat. Hal ini dapat terjadi ketika suhu naik dengan cepat hingga 39 derajat Celcius atau lebih.

Hasil pengkajian yang didapatkan pada An. M, keluarga mengatakan anaknya sering terbangun saat tidur malam dan gelisah karena lingkungan baru dan saat suhu tubuh naik dan ibu pasein juga mengatakan kejang pada anaknya tidak ada lagi selama 1 hari dirumah sakit, tapi ibu pasien mengatakan masih cemas kalau

kejang pada anaknya terulang. Penulis berpendapat bahwa faktor yang menyebabkan terjadinya anak terbangun saat tidur dan gelisah dimalam hari adalah karena suhu tubuh anak yang naik, dan perasaan yang tidak enak saat anak merasa demam serta dikarenakan lingkungan yang asing bagi anak.

Sejalan dengan Penelitian yang dilakukan oleh (Jazuli et al., 2019), yang mengatakan bahwa dari masalah yang ada di rumah sakit di ruangan anak banyak masalah yang sering timbul, salah satunya masalah keperawatan yang sering timbul adalah tentang gangguan tidur yang sering dialami oleh anak-anak di rumah sakit. Perubahan lingkungan yang tiba-tiba, staf yang masih sangat asing, menimbulkan stres tersendiri bagi anak (Perry & Potter, 2010). Selain itu faktor lingkungan juga dapat mempengaruhi kualitas tidur bayi misalnya ruangan kamar tidur yang panas sehingga bayi merasa kurang nyaman untuk tidur (Aryani et al., 2022).

Salah satu penanganan anak dengan gangguan pola tidur adalah pijat bayi. Pijat bayi adalah pemijatan yang dilakukan lebih mendekati usapan-usapan halus atau rangsangan raba (taktil) yang dilakukan dipermukaan kulit, manipulasi terhadap jaringan atau organ tubuh bertujuan untuk menghasilkan efek terhadap syaraf otot, dan sistem pernafasan serta memperlancar sirkulasi darah (Roesli, 2012) dan juga pijat bayi adalah salah satu cara untuk menghilangkan ketegangan dan kerewelannya. Karena pijatan lembut akan membantu mengendurkan otot-ototnya, sehingga ia menjadi tenang dan tertidur (Subakti & Anggarani, 2016). Dapat disimpulkan bahwa pijat adalah sebagai salah satu terapi yang dapat membuat tubuh menjadi rileks dan nyaman sehingga dapat diaplikasikan terhadap balita atau anak yang mengalami gangguan pola tidur. Pijat sebagai salah satu terapi yang dapat membuat tubuh menjadi rileks dan nyaman sehingga dapat diaplikasikan terhadap anak yang sedang menjalani proses penyembuhan.

Berdasarkan pembahasan diatas dapat diketahui klien mengalami masalah gangguan pola tidur dikarenakan lingkungan yang asing, dan suhu tubuh anak yang tinggi sehingga kualitas tidur anak menjadi terganggu. Penulis menitik beratkan tindakan keperawatan Pijat Balita pada pasien dengan masalah utama gangguan pola tidur berhubungan dengan gangguan lingkungan pada An. M yang mengalami kejang demam.

Analisis Intervensi Pijat Balita dengan Masalah Tidur

Pijat bayi merupakan salah satu jenis stimulasi yang akan merangsang perkembangan struktur maupun fungsi dari kerja sel-sel dalam otak. Pada saat dilakukan pijatan terhadap bayi, bayi yang dipijat akan dapat tidur dengan lelap, sedangkan pada waktu bangun, daya konsentrasinya akan lebih penuh (Dewi et al., 2020). Pemijatan rutin yang dilakukan pada anak memberikan rangsangan pada saraf otak ke-10 atau tonus nervus vagus sehingga terjadi kenaikan kadar enzim penyerapan insulin serta gastrin. Pijat bayi dapat meningkatkan peristaltik usus dan relaksasi sfingter, dengan terjadinya pengosongan lambung dengan cepat dapat membuat rangsangan nafsu makan pada bayi dengan lahap dan cepat lapar sehingga produksi ASI juga meningkat. Dengan meningkatnya nafsu makan sehingga asupan gizi yang diperoleh lebih baik dapat meningkatkan imunitas serta menekan proses inflamasi (Elya et al., 2018).

Mekanisme pijat bayi memberikan dampak bagi pertumbuhan karena saat dipijat terjadi rangsangan terhadap hormon-hormon beta endorfin, aktivitas nervus vagus, peningkatan produksi serotonin, dan terjadi perubahan gelombang otak. Meningkatnya pertumbuhan dan perkembangan anak merupakan rangsangan dari hormon beta endorfin. Penyerapan makanan pada bayi yang diiringi oleh peningkatan asupan ASI dipengaruhi oleh aktivitas nervus vagus. Timbulnya rasa lapar pada bayi sehingga nafsu makan bayi meningkat yang membuat bayi lebih sering menyusu pada ibunya merupakan dampak dari aktivitas nervus vagus. Dampak produksi serotonin pada bayi yaitu meningkatkan daya tahan tubuh bayi dan perubahan gelombang otak bayi menyebabkan bayi menjadi tidur lebih lelap, meningkatkan kesiagaan dan konsentrasi (Putri & Ningsih, 2016).

Tidur adalah prioritas utama bagi bayi, saat tidur sekitar 75% otak dapat merangsang pertumbuhan tulang dan jaringan serta memproduksi hormon pertumbuhan. Hormon pertumbuhan dapat memperbaiki sel tubuh seperti sel saraf otak, sel darah, dan sel kulit. Pijat yang dilakukan selama kurang lebih 15 menit dapat meningkatkan kadar serotonin sehingga mengakibatkan peningkatan kualitas tidur bayi lebih maksimal, membuat bayi lebih rileks dan tidur lebih nyenyak (Widyaningsih et al., 2022).

Gangguan pola tidur pada balita berdampak pada aspek perkembangan kognitif, perilaku, sosial, serta emosi, yang mempengaruhi daya ingat dan konsentrasi. Kekurangan tidur pada balita dapat menurunkan daya tahan tubuh dan mengganggu hormon pertumbuhan (Asrawaty et al., 2022).

Berdasarkan hasil evaluasi pada An. M didapatkan bahwa pada hari pertama dan kedua sebelum dilakukannya intervensi anak masih rewel dan tidak tenang, didapatkan dari pengakuan ibu anak, anak hanya tidur 2 jam siang hari dan malam 6 jam, Kemudian pada hari kedua setelah dilakukan intervensi ibu pasien mengatakan anak nya tidur siang 2 jam dan malam 8 jam, dan dari data objektifnya rewel anak sudah mulai berkurang, didapatkan pada saat melakukan evaluasi ketiga anak sudah bisa tidur siang 3 jam dan malam 10 jam serta didapatkan data objektif tampak anak tidak ada rewel dan masalah teratasi.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Cahyani & Prastuti, 2020) yang menyatakan bahwa dengan dilakukannya terapi pijat tidur bayi lebih nyeyak serta berdasarkan hasil penelitian Touch Research Institusi Amerika mendapati bayi yang diberikan pijatan lebih aktif dan waspada, dengan pijatan juga membuat syaraf bayi yang dipijat menjadi lebih cepat matang daripada bayi yang tidak mendapatkan pijatan. Hasil penelitian ini menyebutkan bahwa pijatan menyebabkan keluarnya hormon melatonin, hormone tersebut membuat bayi dapat memiliki pola tidur yang teratur. Penelitian (Sulistiyowati & Yudha, 2022) menyatakan pijat bayi memiliki manfaat yang sangat positif meliputi meningkatkan konsentrasi bayi dan membuat bayi tidur lelap. Berdasarkan hasil penelitian kuantitas tidur seluruh responden sesudah dilakukan pijat bayi mengalami peningkatan. Peningkatan kuantitas tidur pada bayi yang diberi pemijatan tersebut disebabkan oleh adanya peningkatan kadar sekresi serotonin yang dihasilkan pada saat pemijatan. serotonin merupakan zat transmitter utama yang menyertai pembentukan tidur. Pada saat pemijatan juga mengeluarkan Melatonin yang mempunyai peran dalam tidur dan membuat tidur lebih lama dan lelap pada saat malam hari, karena melatonin lebih banyak diproduksi pada keadaan gelap saat cahaya yang masuk ke mata berkurang.

Penelitian (Wahyudhita et al., 2022), juga menyatakan bahwa Pijat (massage) sebagai stimulus touch yang dimana merupakan sentuhan komunikasi yang nyaman antara ibu dan anak. Massage yang dilakukan dengan tepat dan benar dapat meningkatkan berat badan, merangsang pertumbuhan, meningkatkan daya tahan tubuh, meningkatkan konsentrasi serta membuat anak tidur lebih lelap. Pemberian terapi pijat balita dapat membantu untuk meningkatkan kualitas tidur bayi atau balita. Pemberian terapi ini juga sangat efektif dan didukung dengan beberapa teori dan penelitian terkait sehingga dapat dibuktikan bahwa terapi sentuh, khususnya pijat balita terbukti dapat menghasilkan perubahan fisiologi yang menguntungkan, yang dapat diukur secara ilmiah.

KESIMPULAN

Penerapan pijat balita merupakan salah satu metode yang efektif untuk menurunkan gangguan pola tidur pada anak..

DAFTAR PUSTAKA

- Aryani, A., Rositasari, S., & Suwarni, A. (2022). Peningkatan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-10 Bulan dengan Pemberian Baby Massage Menggunakan Virgin Coconut Oil. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, 5(1), 49–58.
- Asrawaty, Sumiaty, & Asike, H. (2022). Edukasi Terapi Pijat Untuk Menjaga Sistem Imun Bayi. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 6(1), 10–12.
- Cahyani, M., & Prastuti, B. (2020). Efektifitas Pijat Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Di Klinik Cahaya Bunda. *JOMIS (Journal Of Midwifery Science)*, 4(2), 103–113.
- Dewi, Y. C., Nurman, & Dhilon, D. A. (2020). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 6-12 Bulan Di Roemah Mini Baby Kids & Mom Care Siak. *Jurnal Doppler*, 4(2), 97–105.
- Elya, D., Ridwan, M., & Anggraeni, Y. (2018). Efektifitas Pijat Bayi terhadap Peningkatan Berat Badan pada Bayi Usia 0–3 Bulan. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, 11(1).
- Ernawati, D. (2018). Pijat Bayi Mempengaruhi Kadar Kortisol Dan Kuantitas Tidur Bayi Yang Mengalami Hospitalisasi Dengan Pendekatan Teori Comfort Kolcaba. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 7(2), 138–149.
- Ifalagma, D., & Sulistyanti, A. (2016). Efektivitas Pijat Bayi Dengan Bounding Attachment Di Ruang Mawar Rumah Sakit Umum Daerah Abdul Wahab Sjahrane Samarinda. *Jurnal Ilmiah Rekam Medis Dan Informatika Kesehatan*, 6(2), 14–16.
- Jazuli, M. A., Setiawan, C., & Wiludjeng, R. (2019). Pengaruh Pijat Refleksi Kaki Terhadap Kualitas Tidur Anak 6-10 tahun. *Borneo Cendekia*, 1(1), 36–42.
- Nurarif, A. H., & Kusuma, H. (2015). *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis & Nanda*

Nic-Noc (Edisi Revi). Jogjakarta:Mediaction.

- Putri, D. A., & Ningsih, S. (2016). Hubungan pijat bayi dengan kualitas tidur bayi. *Maternal*, 1(1), 67–75.
- Sirait, I., Tampubolon, L., Siallagan, A., Pane, J., & Telaumbanua, T. (2021). Hubungan Pengetahuan Ibu Dengan Penanganan Kejang Demam Anak Rentang Usia 1-5 Tahun di Desa Tengah Kecamatan Pancur Batu Tahun 2020. *Journal of Nursing Science*, 9(1), 72–78.
- Subakti, Y., & Anggarani, D. R. (2016). *Keajaiban Pijat Bayi Dan Balita*. Jakarta: Wahyu Media.
- Sulistiyowati, E. A., & Yudha, A. (2022). Pengaruh Pijat Bayi terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan di Desa Matesih Kecamatan Matesih Kabupaten Karanganyar. *Jurnal Stethoscope*, 2(2), 87–95.
- Wahyudhita, S. S., Mukhoirotn, Rajin, M., & Fatmawati, D. A. (2022). Baby Massage Untuk Menurunkan Stres Dan Meningkatkan Kualitas Tidur Pada Bayi: Quasy Eksperimental. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 5(1), 181–190.
- Widyaningsih, S., Herlinda, H., & Khoma, N. (2022). Pelaksanaan Kegiatan Pijat Bayi di Kampung Botol Kota Bengkulu. *Jurnal Pengabdian*, 1(2), 83–86