

PENGARUH PENGGUNAAN BEDONG TERHADAP KUALITAS TIDUR NEONATUS

Wahyu Dwi Agussafutri^{1*}, Irma Ariyani², Rahajeng Putriningrum³

Program Studi Kebidanan Universitas Kusuma Husada Surakarta, Indonesia

Abstrak

Latar belakang: bayi setelah dilahirkan mengalami masa kehidupan awal di luar rahim selama 28 hari (neonatus) dan mengalami transformasi kehidupan intrauterin menuju ekstrauterin. Bayi yang baru lahir di bawah usia satu bulan ialah kelompok usia yang memiliki kondisi medis paling rentan dan berbagai kondisi medis dapat muncul sehingga tanpa terapi yang tepat dapat berakibat fatal, salah satunya ialah gangguan kualitas tidur. Masalah kualitas tidur pada neonatus dapat menghambat perkembangan anak, kekebalan tubuh menurun dan mengganggu sistem endokrin. Salah satu cara untuk mengatasi masalah kualitas tidur pada neonatus adalah penggunaan bedong. Membungkus/membedong neonatus dengan cara yang benar membuat bayi mudah untuk digendong dan membuat bayi merasa nyaman sehingga kualitas tidur menjadi lebih baik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh penggunaan bedong terhadap kualitas tidur neonatus. subyek dan metode: desain penelitian ini merupakan *Quasy Eksperiment, Pretest - post test one grub design*, yaitu dengan membandingkan hasil sebelum di beri perlakuan dan setelah diberi perlakuan. pemilihan sampel dengan *Non Probability* sampling. Teknik sampling yang digunakan adalah Sampling Jenuh dan didapatkan jumlah sebanyak 30 responden. Analisis data dengan menggunakan uji *Paired t test*. Hasil penelitian menunjukkan Pengaruh Penggunaan Bedong Terhadap Kualitas Tidur Neonatus Di Desa Pajangan. Setelah dilakukan analisis lebih lanjut diketahui nilai signifikan antara *Pretest* dan *Posttest* adalah 0,001 di mana $p(0,001) < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh sebelum dan sesudah penggunaan bedong terhadap kualitas tidur Neonatus di Desa Pajangan.

kata kunci: bedong, kualiatas tidur, neonatus

THE EFFECT OF SWADDLE ON THE SLEEP QUALITY OF NEONATES

Wahyu Dwi Agussafutri^{1*}, Irma Ariyani², Rahajeng Putriningrum³

Abstract

Background: neonates are the first period of life outside the womb until the age of 28 days, at this time the baby experiences adaptation of intrauterine to extrauterine life. Infants up to the age of less than one month are an age group that has the highest risk of health problems and various health problems can arise so that without proper treatment it can be fatal, one of which is disturbed sleep quality. Sleep quality problems can interfere with infant growth, making immune function vulnerable and disrupting endocrine system regulation. The use of swaddling can help improve the quality of sleep of neonates, swaddling newborns in the right way makes the baby very easy to hold and can make the baby comfortable so as to reduce the baby becomes fussy, newborns look calmer if given care. Subject and method: this research design is a Quasy Experiment, Pretest - post test one grub design, namely by comparing the results before treatment and after treatment. sample selection with Non Probability sampling with saturated sample withdrawal, Sample withdrawal using Saturated Sampling technique,

namely 30 respondents. Data analysis using Paired t test. The results showed the effect of swaddling on the quality of sleep of neonates in Pajangan village. After further analysis, it is known that the significant value between Pretest and Posttest is 0.001 which is $0.001 < 0.05$, so it can be concluded that there is an influence before and after the use of swaddling on the quality of sleep of neonates in Pajangan Village.

Keywords: neonate, sleep quality, swaddling

Korespondensi: Wahyu Dwi Agussafutri. Universitas Kusuma Husada Surakarta. Email: wahyuda.iput@ukh.ac.id

LATAR BELAKANG

Neonatus merupakan masa kehidupan pertama di luar rahim sampai dengan usia 28 hari, pada masa ini bayi mengalami adaptasi kehidupan intrauterine menuju ekstrasuterin (Hamilton, 2015). Pada masa neonatal (0-28 hari) terjadi perubahan yang sangat besar dari kehidupan di dalam rahim dan terjadi pematangan organ hampir pada semua sistem. Bayi hingga usia kurang satu bulan merupakan golongan umur yang memiliki risiko gangguan kesehatan paling tinggi dan berbagai masalah kesehatan bisa muncul, sehingga tanpa penanganan yang tepat, bisa berakibat fatal (Kemenkes RI 2020)

Data dari *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2012 yang dimuat dalam jurnal *Pediatrics*, tercatat sekitar 33% bayi mengalami masalah tidur. Sedangkan di India-21% bayi, 1 juta anak meninggal dan lebih dari 2 juta anak memiliki gangguan tidur pada neonatus (Mony et al., 2018). Sedangkan di Indonesia sekitar 44,2% bayi mengalami masalah tidur. Namun sebagian besar (lebih dari 72%) orang tua tidak menganggap gangguan tidur pada bayi sebagai masalah. Apabila dianggap masalah, mereka hanya menganggapnya sebagai masalah kecil. Padahal masalah tidur dapat mengganggu pertumbuhan bayi, menyebabkan fungsi kekebalan tubuh rentan, dan mengganggu regulasi sistem endokrin.

Berdasarkan hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012, angka Kematian Neonatus (AKN) pada tahun 2012 sebesar 19 per 1000 kelahiran hidup. Perhatian terhadap upaya penurunan angka kematian neonatal (0-28 hari) menjadi penting karena kematian neonatal memberi kontribusi terhadap 56% kematian bayi. (Rosita, 2016). Data Direktorat Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak menunjukkan jumlah kematian balita pada tahun 2021 sebanyak 27.566 kematian balita, menurun dibandingkan tahun 2020, yaitu sebanyak 28.158 kematian. Dari seluruh kematian balita, 73,1% diantaranya terjadi pada masa neonatal (20.154 kematian). Dari seluruh kematian neonatal yang dilaporkan, sebagian besar diantaranya (79,1%) terjadi pada usia 0-6 hari, sedangkan kematian pada usia 7-28 hari sebesar 20,9%. Sementara itu, kematian pada masa post neonatal (usia 29 hari-11 bulan) sebesar 18,5% (5.102 kematian) dan kematian anak balita (usia 12-59 bulan) sebesar 8,4% (2.310 kematian).

Data dari Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta Tahun 2020 menunjukkan Angka Kematian Bayi (AKB) dan Angka Kematian Anak Balita (AKABA) di Kota Yogyakarta pada periode 2015 – 2020 menunjukkan tren fluktuatif naik. Tahun 2020 Angka Kematian Bayi sebesar 11.22, lebih tinggi 4.04 poin dibandingkan AKB Tahun 2019 atau

sebesar 7.18 per 1000 kelahiran hidup. Pada 3 (tiga) tahun terakhir AKB Kota Yogyakarta belum mencapai target. Berdasarkan umur, proporsi kematian bayi di Kota Yogyakarta Tahun 2020, terdiri dari 37 % terjadi pada masa neonatal dini, 32 % pada masa neonatal lanjut dan 31 % pada masa post neonatal.

Berdasarkan data Profil Kesehatan Kabupaten Bantul 2021, derajat kesehatan masyarakat Bantul dapat dilihat dengan suatu indikator status kesehatan, yaitu Umur Harapan Hidup Waktu Lahir (Eo), Angka Kematian, Angka Kesakitan dan Angka Status Gizi. Gambaran Bantul Sehat dari berbagai data dan informasi yang dilaporkan adalah sebagai berikut Penghitungan Umur Harapan Hidup (UHH) Waktu Lahir di Kabupaten Bantul pada Tahun 2019 adalah 73.77 tahun meningkat pada Tahun 2020 sebesar 73,86 (BPS Kabupaten Bantul, 2020). Umur harapan hidup di Kabupaten Bantul cenderung meningkat dari tahun ke tahun, Pada Tahun 2014 sebesar 73,22 meningkat menjadi 73,86 pada Tahun 2020. Peningkatan UHH ini dipengaruhi oleh multifaktor, antara lain faktor kesehatan menjadi salah satu yang berperan penting didalamnya. Angka kematian bayi tahun 2020 sebesar 6,9/1.000 kelahiran hidup turun jika dibandingkan tahun 2019 sebanyak 8,41/1.000 kelahiran hidup. Perkembangan angka kematian bayi di Kabupaten Bantul dari Tahun 2014 sampai dengan 2020 (Lestari et al., 2022).

Kesehatan sangat berperan penting untuk keberlangsungan hidup Selama kehidupan janin, dengan bertambahnya usia kehamilan, dan juga setelah lahir, dengan perkembangan otak, durasi waktu tidur aktif secara bertahap berkurang sedangkan QS meningkat. Total waktu siklus tidur

lengkap pada usia kehamilan 27-30 minggu adalah sekitar 40 menit, dan pada 31-34 minggu, adalah 50-70 menit (Mony et al., 2018). Namun banyak faktor Kendala yang dapat mempengaruhi kualitas hidup pada bayi baru lahir seperti masalah tidur, Tidur bagi bayi merupakan prioritas utama karena pada saat tidur pada bayi akan mengalami perkembangan kognitif dan pertumbuhan fisik (Ramadhani, 2021). Tidur memiliki peran vital dalam mengoptimalkan perkembangan jaringan otak bayi, dan apabila tidur tidak terpenuhi dapat menyebabkan gangguan pembentukan saraf myelin untuk kematangan otak (Kurth et al., 2016).

Selain itu, hormon pertumbuhan juga memungkinkan tubuh untuk memperbaiki dan memperbarui semua sel yang ada dalam tubuh. Proses pembaruan sel ini akan berlangsung lebih cepat ketika bayi tertidur daripada saat bangun. Pada tahun pertama otak bayi akan tumbuh 3 kali dari keadaan lahir atau sekitar 80% dari otak orang dewasa (Suknawati & Imanah, 2020).

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. Tubuh bayi yang mengalami gangguan tidur lebih rentan sakit karena menurunnya daya tahan tubuh bayi, di samping itu terjadi gangguan pertumbuhan seperti berat badan menjadi kurang, pada perkembangan fisik ditandai bayi tampak lelah dan rewel serta mempunyai dampak terhadap tumbuh kembang otak bayi seperti daya tangkap dan daya ingat

berkurang (Suknawati & Imanah, 2020). Pada neonatus, kurang tidur dalam waktu singkat menyebabkan peningkatan tonisitas simpatis, risiko apnea obstruktif yang lebih tinggi, dan peningkatan persepsi nyeri (Mony et al., 2018).

Bedong menjadi salah satu cara untuk mengatasi gangguan tidur pada bayi, Membedong bayi baru lahir dengan cara yang benar membuat bayi sangat mudah untuk di pegang dan dapat membuat bayi menjadi nyaman sehingga mengurangi bayi menjadi rewel (F.Fletcher et al., 2018). Metode penggunaan nest ataupun bedong di Indonesia pada dasarnya menggunakan variasi dari kain yang dipakai dalam membantu mempererat penataan posisi pada bayi. (Efendi et al., 2019)

Penelitian yang dilakukan oleh Costa et al., (2019) menunjukkan hasil jika Penggunaan bedong membuat bayi memiliki postur tubuh yang kokoh dan menghindarkan bayi dari lingkungan yang dapat mengganggu tidurnya seperti kehilangan kehangatan tubuh dan nyeri melalui stimulasi lembut pada sistem saraf melalui kulit serta dapat meningkatkan durasi tidur total dan tahap tidur tenang pada bayi. Namun Hal ini bertolak belakang dengan penelitian (Reyhani et al., 2016) Pemberian nesting tidak berdampak pada durasi tidur karena bisa diakibatkan dari sekeliling lingkungan yang memberikan rangsangan yang mengganggu tidur bayi.

Budaya masyarakat Indonesia yang masih berkembang sampai saat ini adalah pemberian bedong pada bayi. Di desa Pajangan pemberian bedong sudah menjadi tradisi di masyarakat, bedong biasa diberikan pada sejak bayi baru lahir, bedong di percaya dapat menjaga kehangatan pada bayi, memperbaiki struktur pada tulang kaki agar tidak letter O serta

diyakini dapat mengatasi gangguan tidur.

Bedasarkan latar belakang tersebut Penulis tertarik melakukan penelitian mengenai pengaruh pemberian bedong terhadap kualitas tidur neonatus di desa Pajangan.

TUJUAN PENELITIAN

Pelaksanaan riset ini dilakukan guna mengetahui pengaruh penggunaan bedong terhadap kualitas tidur neonatus di Desa Pajangan.

METODE / DESAIN

Metode penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yaitu berfokus dalam membangun teori dari data dan fakta yang ada.. Penelitian ini merupakan jenis penelitian Quasy Eksperiment, *Pretest - post test one grub design*, yaitu dengan membandikan hasil sebelum di beri perlakuan dan setelah di beri perlakuan.

Sebelum melakukan penelitian kepada responden, peneliti telah melakukan proses kelaikan etik (*ethical clearance*) di Universitas Kusuma Husada dengan no EC 1181/UKH.I.02/EC/III/2023.

Alat yang digunakan sebagai sumber pengumpulan data kuisisioner dan kemudian data tersebut dianalisis secara univariat dan bivariat. Informasi univariat yang diurai dalam penelitian ini ialah untuk mengetahui kualitas tidur neonatus sebelum dan sesudah diberikan bedong. Sedangkan analisis bivariat dilakukan menggunakan uji *Paired t test* untuk mengetahui apakah ada pengaruh penggunaan bedong terhadap kualitas tidur neonatus di desa Pajangan. Dasar pengambilan keputusan penerimaan hipotesis berdasarkan tingkatan signifikan (nilai α) sebesar 95% yang mana

data harus berdistribusi normal dengan melakukan uji normalitas data menggunakan metode Shapiro Wilk.

POPULASI, SAMPEL DAN TEKNIK SAMPLING

Populasi pada penelitian ini adalah 30 neonatus di desa Pajangan. Teknik sampling yang digunakan adalah sampling jenuh, yaitu teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel (Sugiyono, 2018), sehingga jumlah sampel yang diperoleh adalah 30 neonatus.

HASIL PENELITIAN

Adapun hasil penelitian berdasarkan karakteristik umur responden dapat dilihat pada tabel 1 di bawah ini:

Tabel 1.
Distribusi Frekuensi Umur Neonatus di Desa Pajangan

Umur Neonatus	f	%
5 – 13 hari	11	36.7
14 - 22 hari	19	63.3
Jumlah	30	100.0

Berdasarkan tabel 1 di atas, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar neonatus sebanyak 19 (63.3%) berumur 14-22 hari.

Kualitas tidur sebelum bayi di bedong dapat dilihat pada tabel 2 berikut ini:

Tabel 2.
Kualitas Tidur Sebelum di Bedong

Sebelum Dibedong	f	%
Tidak baik	12	40.0
Baik	18	60.0
Jumlah	30	100,0

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebelum diberikan penggunaan bedong, ada 18 (60%) neonatus dengan kualitas tidur baik dan ada

12 (40%) neonatus kualitas tidurnya tidak baik.

Tabel 3.
Kualitas Tidur Sesudah di Bedong

Sesudah Dibedong	f	%
Tidak baik	0	0
Baik	30	100.0
Jumlah	30	100,0

Tabel 3 menunjukkan hasil bahwa sesudah dibedong keseluruhan neonatus (100%) memiliki kualitas tidur yang baik.

Analisis hasil *pre test* dan *post test* penggunaan bedong terhadap kualitas tidur dapat dilihat pada tabel 4 berikut ini:

Tabel 4.
Hasil Analisis pretest-postest

n	Correlation	Sig.
Pair 1	Pretest & postest	-.566 .001

Hasil korelasi statistik menunjukkan bahwa didapatkan nilai signifikan antara Pretest dan Postest ialah 0,001 di mana $p (0,001) < 0,05$ yang dapat disimpulkan adanya pengaruh penggunaan bedong terhadap kualitas tidur neonatus

PEMBAHASAN

Hasil penelitian pengaruh penggunaan bedong terhadap kualitas tidur neonatus di Desa Pajangan, didapatkan hasil bahwa sebelum dibedong,ada 18 (60%) neonatus yang kualitas tidurnya sudah baik dan ada 12 (40%) neonatus yang kualitas tidurnya kurang baik setelah dilakukan penggunaan bedong, seluruh neonatus (100%) kualitas tidurnya baik. Hasil analisis bivariat menunjukkan nilai signifikan antara *Pretest* dan *Postest* yaitu 0,001 di mana $p 0,001 < 0,05$ y sehingga dapat disimpulkan bahwa ada

pengaruh penggunaan bedong terhadap kualitas tidur neonatus.

Metode perawatan bedong secara signifikan meningkatkan panjang TST dan QST pada bayi prematur. Selain itu, bedong lebih meningkatkan TST dan QST dibandingkan dengan Nesting, meskipun peningkatannya tidak signifikan. Oleh karena itu, dengan mempertimbangkan fasilitas peralatan yang ada serta kondisi ekonomi dan kebijakan rumah sakit serta kondisi neonatus, metode perawatan nesting atau bedong dapat digunakan untuk meningkatkan kualitas tidur neonatus. (Abdeyazdan et al., 2016)

Hasil penelusuran penelitian melibatkan 7 artikel yang menggambarkan pengaruh implementasi nesting terhadap frekuensi tidur bayi prematur di ruang NICU artikel menunjukkan terdapat peluang implementasi beberapa strategi dalam pemberian nesting untuk meningkatkan tidur pada bayi prematur yang menjalani perawatan di ruang NICU. Strategi nesting yang dapat dilakukan kepada bayi prematur yaitu nesting dengan pemberian posisi pronasi, nesting dengan bedong, dan implementasi nesting menggunakan nest model baru dalam meningkatkan periode tidur yang terbagi dalam tahap tidur aktif, tidur tenang, dan tidur transisi (Ramadhani & Meira, 2021)

Berdasarkan penelitian dari Aryani et al (2022) menunjukkan hasil kualitas tidur bayi dikategorikan buruk jika didapatkan adanya satu atau lebih kondisi durasi tidur malam kurang dari 9 jam, frekuensi terbangun malam lebih dari 3 kali dan durasi terbangun malam hari lebih dari 1 jam. Jika tidak didapatkan satu atau lebih dari kriteria tersebut maka bayi memiliki kualitas tidur baik (Aryani et al., 2022).

Demikian pula Ferrari et al melakukan penelitian di rumah sakit Universitas, Modena di Italia dan melaporkan bahwa posisi bedong meningkatkan kualitas tidur neonatus. Penelitian ini melaporkan bahwa bayi baru lahir yang ditempatkan dalam bedong menunjukkan durasi tidur yang lebih lama. Durasi tidur pada kelompok bersarang menunjukkan secara signifikan lebih tinggi dibandingkan kelompok bedong, dengan rata-rata (SD) masing-masing 206,4 (28) dan 183,1 (34,78) menit. (Vadakkan & Prabakaran, 2022)

Namun hal ini tidak selaras dengan Penelitian Novita et al, 2008 menunjukkan hasil secara ilmiah bahwa penggunaan bedong justru dapat menghambat perkembangan motorik bayi karena sejak bayi lahir hingga usia tertentu bayi tidak mendapatkan kesempatan bergerak bebas dan tidak mendapat stimulasi gerak dari lingkungan (Novita et al., 2008).

Bedong memiliki faktor risiko yang diketahui dapat menyebabkan DHD yaitu sebuah kebiasaan yang di turunkan serta diyakini dapat mempercepat pertumbuhan hingga anak dapat berjalan. pada penelitian yang dilakukan oleh Kutlu *et al* di Turki pada 4173 bayi berusia antara 3-24 bulan, insiden DHD ditentukan sebesar 1,34%. Dalam penelitian kami, 3,1% partisipan memiliki riwayat keluarga yang positif menderita DHD, selain itu Bedong dapat menyebabkan kekurangan vitamin D dan infeksi paru-paru karena membatasi efek menguntungkan dari sinar matahari⁶. Membedong bayi terlalu ketat membuat ekspansi paru-paru tidak mungkin terjadi, dan ada penelitian yang menunjukkan bahwa bedong dapat meningkatkan infeksi saluran pernapasan bagian bawah (Yilmaz et al., 2012)

Hal ini berbeda dengan penelitian ini yang mana

penggunaan bedong membuat kualitas tidur bayi lebih baik, diasumsikan peneliti bahwa penerimaan setiap bayi dalam setiap tindakan juga berbeda-beda, yaitu dari responden bayinya cukup membuat kualitas tidurnya menjadi baik ketika diberikan bedong. Namun bukan berarti responden akan dibedong setiap waktu yang akan membuat motoriknya terhambat.

Menurut asumsi peneliti perbedaan neonatus sebelum dan sesudah memakai bedong hasilnya sama-sama baik kualitas tidurnya, hal ini memang sangat terbukti karena bayi yang memakai bedong memiliki kualitas tidur yang sangat efektif dan membuat tidur neonatus itu nyenyak dan menjadikan kualitas tidur bayi menjadi baik. Namun dari sebagian lainnya bayi juga memiliki kualitas tidur yang tidak baik karena tidak memakai bedong, dikarenakan kurang nyamannya bayi ketika tidak memakai bedong saat tidur, karena saat memakai bedong bayi merasakan seperti saat berada di dekapan seorang ibu sehingga membuat bayi tidur dengan pulas dan menghasilkan tidur yang berkualitas.

Fenomena di masyarakat terutama di desa-desa, pemberian bedong sering dikaitkan dengan pembentukan tangan dan kaki bayi. Menurut dokter spesialis tulang menyatakan bahwa secara ilmiah pemberian bedong tidak ada hubungannya dengan pembentukan kaki.

Penggunaan bedong pada neonatus sangat berpengaruh dikarenakan bedong pada bayi baru lahir bertujuan agar bayi tidur dengan nyenyak, mengurangi tangisan karena stres dan memudahkan dalam memposisikan bayi tidur terlentang. Selain itu penggunaan kain pada saat dibedong akan membuat bayi merasa hangat dan merasa didekap

(dipeluk) oleh ibu pada saat tidur. Bayi sebaiknya dibedong sampai umur 2 bulan. Hal ini dikarenakan pada umur tersebut bayi akan cenderung mulai banyak bergerak, berguling, dan belajar untuk tengkurap sendiri. Untuk melepaskan kebiasaan membedong bayi bisa dilakukan dengan bertahap. Bayi baru lahir memiliki gerasakan refleks yang kadang muncul tiba-tiba dan membuat bayi terkejut atau terbangun saat tidur. Membedong bayi dianggap bisa mencegah bayi terkejut akibat gerakannya sendiri, sehingga ia bisa tidur lebih tenang dan lebih lama dan memiliki kualitas tidur yang baik.

Diharapkan ibu dapat menyesuaikan kebutuhan bayi, yang misalkan bayi lebih nyenyak tidur dengan memakai bedong diupayakan untuk memakai bedong saat tidur, namun juga sebaliknya jika kualitas tidur bayi tidak baik saat memakai bedong dianjurkan untuk mencoba untuk tidak memakai bedong agar kualitas tidurnya tetap baik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh penggunaan bedong terhadap kualitas tidur neonatus di Desa Pajangan dapat disimpulkan bahwa sebelum diberikan penggunaan bedong, sekitar 12 (40%) neonatus kualitas tidurnya kurang baik dan setelah diberikan penggunaan bedong seluruh neonatus (100%) kualitas tidurnya baik. Dari uji analisis data juga didapatkan hasil bahwa ada pengaruh penggunaan bedong terhadap kualitas tidur neonatus dengan hasil statistik $p (0,001)$. Dapat disimpulkan bahwa bedong efektif untuk meningkatkan kualitas tidur neonatus.

SARAN

1. Diharapkan ibu yang mempunyai neonatus dapat menggunakan bedong dengan benar dan menyesuaikan penggunaan bedong terhadap kebutuhan neonatus
2. Diharapkan untuk peneliti selanjutnya bisa melakukan penelitian dengan variable maupun metode yang berbeda dan jumlah sampel yang lebih banyak

DAFTAR PUSTAKA

- Abdeyazdan, Z., Mohammadian-Ghahfarokhi, M., Ghazavi, Z., & Mohammadzadeh, M. (2016). Effects of nesting and swaddling on the sleep duration of premature infants hospitalized in neonatal intensive care units. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 21(5), 552–556. <https://doi.org/10.4103/1735-9066.193422>
- Aryani, Rositasari, & Suwarni. (2022). *Peningkatan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-10 Bulan dengan Pemberian Baby Massage Menggunakan Virgin Coconut Oil*. 5(1), 49–58.
- Costa, K. S. F., Fernandes, D. da S., Paula, R. A. P., Guarda, L. E. D. A., Daré, M. F., Castral, T. C., & Ribeiro, L. M. (2019). Hammock and nesting in preterm infants: randomized controlled trial. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 72(Suppl 3), 96–102. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0099>
- Efendi, D., Sari, D., Riyantini, Y., Novardian, N., Anggur, D., & Lestari, P. (2019). Pemberian Posisi (Positioning) Dan Nesting Pada Bayi Prematur: Evaluasi Implementasi Perawatan Di Neonatal Intensive Care Unit (Nicu). *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 22(3), 169–181. <https://doi.org/10.7454/jki.v22i3.619>
- Fletcher, F. E., Conduit, R., Foster-Owens, M. D., Rinehart, N. J., Rajaratnam, S. M. W., & Cornish, K. M. (2018). The Association Between Anxiety Symptoms and Sleep in School-Aged Children: A Combined Insight From the Children's Sleep Habits Questionnaire and Actigraphy. *Behavioral Sleep Medicine*, 16(2), 169–184. <https://doi.org/10.1080/15402002.2016.1180522>
- Hamilton. (2015). *Dasar-dasar Keperawatan Maternitas*. EGC.
- Kemenkes RI. 2020. Profil Kesehatan Indonesia
- Kurniawan, & Puspitaningtyas. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Pandiva Buku.
- Kurth, S., III, D. C. D., Achermann, P., O'Muircheartaigh, J., Huber, R., Deoni, S. C. L., & LeBourgeois, M. K. (2016). Increased Sleep Depth in Developing Neural Networks: New Insights from Sleep Restriction in Children. *Frontiers in Human Neuroscience*, 10(1), 456. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2016.00456>
- Lestari, Imanah, Askari, & Sukmawati. (2022). Asuhan Kebidanan Pada Ny.M Masa Kehamilan Trimester III, Persalinan, Nifas, Neonatus Dan Keluarga Berencana Di Puskesmas Sampang. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Dan Kesehatan*, 1(3).
- Mony, Selvam, Diwakar, & R, V. R. (2018). *Effect of nesting on sleep pattern among preterm infants admitted in NICU*. 29(10), 1994–1997.
- Novita, L., Gurnida, D. A., & Garna, H. (2008). Perbandingan

- Fungsi Kognitif Bayi Usia 6 Bulan yang Mendapat dan yang Tidak Mendapat ASI Eksklusif. *Sari Pediatri*, 9(6), 429–434.
- Nursalam. (2015). *Metodologi ilmu keperawatan, edisi 4*. Salemba Medika.
- Ramadhani. (2021). Pengaruh Pemberian Nesting Terhadap Kualitas Tidur Pada Bayi Prematur : A Literature Review. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, 4(2).
- Ramadhani, A. R., & Meira, R. (2021). Pengaruh Pemberian Nesting Terhadap Kualitas Tidur Pada Bayi Prematur : A Literature Review. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, 4(2). <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.26594/jika.1.2.2018.1-1>
- Reyhani, T., Ramezani, S., Boskabadi, H., & Mazlom, S. (2016). Evaluation of the effect of nest posture on the sleep-wake state of premature infants. *Evidence Based Care Journal*, 6(1), 29–36.
- Sugiyono. (2018). *Metodelogi Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Suknawati, & Imanah. (2020). EFEKTIVITAS PIJAT BAYI TERHADAP PENINGKATAN KUALITAS TIDUR BAYI. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad*, 13(1), 11–18.
- Vadakkan, A. J., & Prabakaran, V. (2022). Comparison of the Effect of Nesting and Swaddling on Sleep Duration and Arousal Frequency among Preterm Neonates: A Randomized Clinical Trial. *Journal of Caring Sciences*, 11(3), 126–131. <https://doi.org/10.34172/jcs.2022.17>
- Yilmaz, A. E., Unsal, N. S., Celik, N., Karabel, M., Keskin, E. A., Tan, S., & Aldemir, S. (2012). A perspective from the practice of swaddling by Turkish mothers. *Hippokratia*, 16(2), 130–136.