

**PENGARUH KANGGORO MOTHER CARE TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI  
DI WILAYAH KERJA UPT PUSKESMAS PANTAI CERMIN KABUPATEN  
KAMPAR**

**MARLINAWATI<sup>1</sup>, WIRA EKDENI AIFA<sup>2</sup>, RIZKA MARDIYA<sup>3</sup>, NURHIDAYA  
FITRIA<sup>4</sup>**

Fakultas Kesehatan, Institut Kesehatan dan Teknologi Al Insyirah<sup>1,2,3,4</sup>

Email: marlinawati479@gmail.com<sup>1</sup>

**Abstract:** Poor infant sleep quality can impact growth and development. A preliminary survey of 10 mothers at the Pantai Cermin Community Health Center Work Area revealed that all mothers reported that their babies frequently woke up at night and slept less than 8 hours, resulting in fussiness the next day. One effective method to address this problem is Kangaroo Mother Care (KMC). This study aimed to determine the effect of Kangaroo Mother Care on infant sleep quality in the Pantai Cermin Community Health Center Work Area, Kampar Regency. This study used a quantitative quasi-experimental approach with a pre-test and post-test. The population was 155 infants, with a sample size of 28 respondents. Sampling was conducted using a purposive sampling technique. The research instrument was the Brief Screening Questionnaire for Infant Sleep Problems (BISQ). Data were analyzed using the McNemar test. The study found that before the Kangaroo Mother Care method was implemented, 60.7% of babies experienced poor sleep quality. After the Kangaroo Mother Care method was implemented, 75% of babies experienced good sleep quality. There was an effect of Kangaroo Mother Care on infant sleep quality ( $P=0.002$ ). It is recommended that community health centers (Puskesmas) provide Kangaroo Mother Care education to mothers with infants with sleep problems. KMC can be promoted as a simple, affordable, and effective infant care method to improve infant sleep quality.

**Keywords :**Kangaroo Mother Care, Infant Sleep Quality

**Abstrak:** Kualitas tidur bayi yang buruk dapat memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan. Survei awal Terhadap 10 ibu di UPT Puskesmas Pantai Cermin, seluruh ibu menyatakan bayinya sering terbangun di malam hari dengan durasi tidur kurang dari 8 jam, sehingga bayi menjadi lebih rewel keesokan harinya. Salah satu metode yang efektif untuk mengatasi masalah ini adalah Kangaroo Mother Care (KMC). Penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh Kanggoro Mother Care terhadap kualitas tidur bayi di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Pantai Cermin Kabupaten Kampar. Jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan quasy eksperiment pre test dan post test . Populasi 155 bayi, sampel 28 responden. Pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen penelitian kuesioner *Brief Screening Questionnaire For Infant Sleep Problems (BISQ)*. Data dianalisis menggunakan uji McNemar. Hasil penelitian didapatkan sebelum dilakukan metode Kangaroo Mother Care, 60,7% bayi mengalami kualitas tidur buruk. Setelah dilakukan metode Kangaroo Mother sebesar 75% bayi mengalami kualitas tidur baik.. Ada pengaruh Kanggoro Mother Care terhadap kualitas tidur bayi ( $P= 0,002$ ). Disarankan kepada Puskesmas untuk memberikan edukasi Kanggoro Mother Care kepada ibu yang memiliki bayi dengan masalah tidur. KMC dapat dipromosikan sebagai salah satu metode perawatan bayi yang sederhana, murah, dan efektif untuk meningkatkan kualitas tidur bayi.

**Kata Kunci:** Kanggoro Mother Care , Kualitas Tidur Bayi

## A. Pendahuluan

Masa bayi merupakan periode emas dalam pertumbuhan dan perkembangan anak, sehingga membutuhkan perhatian khusus. Salah satu faktor penting yang memengaruhi tumbuh kembang bayi adalah tidur dan istirahat. Kebutuhan tidur tidak hanya diukur dari segi kuantitas, tetapi juga kualitasnya. Tidur yang berkualitas membantu bayi mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Selain itu, tidur juga merupakan bentuk adaptasi bayi terhadap lingkungan di sekitarnya (Selvia et al, 2023).

Tidur merupakan bentuk adaptasi bayi terhadap lingkungan. Setelah lahir, bayi biasanya tidur 16-20 jam per hari. Pada usia dua bulan, tidur malam mulai lebih dominan dibandingkan siang. Bayi baru lahir hingga usia tiga bulan tidur sekitar 15-17 jam sehari, dengan 8 jam tidur siang dan 9 jam tidur malam. Seiring bertambahnya usia, durasi tidur berkurang. Pada usia tiga hingga enam bulan, bayi tidur total 13-15 jam sehari, dengan tidur siang sekitar tiga kali. Pola tidur bayi usia enam bulan mulai menyerupai orang dewasa, dengan separuh waktu tidur berada pada tahap tidur ringan yang disertai gerakan atau suara kecil. Bayi sering terbangun di malam hari antara usia 5-9 bulan (Kemenkes RI, 2023).

Menurut WHO dalam Wang et al (2024), 10–40% bayi memiliki masalah tidur, sekitar 20% memiliki jadwal tidur yang tidak teratur, dan 25–35% mengalami kurang tidur. Selain itu, 20–30% bayi dan anak kecil kesulitan untuk tertidur atau tidur nyenyak seiring bertambahnya usia. Masalah tidur ini juga sering dilaporkan oleh orang tua pada 10–35% bayi. Dewi et al (2020) menyatakan di Indonesia, banyak bayi yang mengalami masalah tidur. Data menunjukkan bahwa sekitar 44,2% bayi sering terbangun di malam hari. Berdasarkan survei di lima kota besar, yaitu Jakarta, Bandung, Medan, Palembang, dan Batam, dengan 385 responden, ditemukan bahwa 51,3% bayi mengalami gangguan tidur, 42% bayi tidur malam kurang dari 9 jam, dan banyak bayi terbangun lebih dari tiga kali di malam hari dengan durasi bangun lebih dari satu jam.

Kualitas tidur bayi dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling terkait seperti usia bayi, lingkungan dan kodisi kesehatan bayi. Usia bayi berperan penting, dengan kebutuhan tidur yang berubah seiring bertambahnya usia. Lingkungan tidur yang nyaman, seperti suhu yang tepat, pencahayaan yang redup, dan suasana yang tenang, juga mendukung tidur yang nyenyak (Chandyo et al, 2024). Kesehatan fisik bayi, termasuk gangguan pencernaan atau rasa sakit, dapat mempengaruhi kualitas tidur mereka. Nutrisi yang cukup juga penting, di mana pemberian ASI atau susu formula yang tepat membantu bayi tidur lebih lama dan nyenyak. Aktivitas fisik yang cukup pada siang hari dan perhatian emosional dari orang tua juga berkontribusi terhadap tidur yang baik (Bucko et al, 2021).

Kualitas tidur yang buruk pada bayi dapat memengaruhi perkembangan fisik, kognitif, dan emosional mereka. Tidur yang tidak cukup atau terganggu mengganggu produksi hormon pertumbuhan yang penting untuk perkembangan tubuh (Suryati dan Oktavianto, 2020). Selain itu, gangguan tidur pada bayi dapat menghambat perkembangan otak, memengaruhi kemampuan belajar dan memori, serta menyebabkan masalah emosional seperti kecemasan atau kesulitan mengatur suasana hati. Bayi yang tidur tidak cukup juga lebih rentan terhadap masalah kesehatan, seperti obesitas dan gangguan sistem kekebalan tubuh. Secara keseluruhan, kualitas tidur yang buruk dapat menghambat perkembangan optimal bayi dalam jangka panjang (Valla et al, 2022).

Terapi untuk meningkat kualitas tidur sudah banyak dikembangkan dan diteliti oleh peneliti sebelumnya seperti menggunakan aroma terapi, musik pijat bayi baby Spa (Handayani dan maryatun, 2024). Selain terapi tersebut Salah satu metode untuk meningkatkan kualitas tidur bayi adalah Kanggoro Mother Care (KMC) (Lubis et al, 2024)

Kanggoro Mother Care (KMC) adalah salah satu metode yang bisa dilakukan oleh orangtua bayi yang baru lahir untuk memberikan kontak antara kulit bayi dengan kulit

orangtua (Mayasari dan Arismawati, 2022). Kanggoro Mother Care berfokus pada memberikan kenyamanan emosional dan fisik kepada bayi melalui interaksi langsung dengan ibu, yang membantu bayi merasa aman dan terlindungi (Khozaimah et al, 2024). Kangaroo Mother Care adalah metode perawatan bayi melalui kontak kulit langsung antara ibu dan bayi. Kangaroo Mother Care membantu menghangatkan bayi, mempermudah pemberian ASI, menstabilkan tanda vital, meningkatkan kualitas tidur serta memperkuat ikatan emosional. Metode ini juga menurunkan risiko infeksi dan meningkatkan pertumbuhan serta perkembangan bayi (Mehrpisheh et al, 2022).

Metode Kangaroo Mother Care (KMC) dapat meningkatkan kualitas tidur bayi karena melibatkan kontak kulit ke kulit antara ibu dan bayi, yang memberikan rasa aman dan nyaman. Kontak ini menciptakan ikatan emosional yang kuat, mengurangi kecemasan, dan membantu bayi merasa lebih tenang, yang berkontribusi pada tidur yang lebih nyenyak (Koreti et al, 2022). Selain itu, metode perawatan kanguru dapat membantu meningkatkan berat badan bayi, menjaga suhu tubuh tetap stabil, dan membuat pernapasan bayi lebih teratur. Hal ini terjadi karena bayi berada dalam kondisi yang nyaman dengan posisi istirahat yang tenang, sehingga mereka dapat tidur lebih lama dan tidak merasa gelisah (Sumiyati et al, 2020).

Berdasarkan penelitian Lubis et (2024) terdapat pengaruh Kangaroo Mother Care terhadap durasi tidur bayi berat badan lahir rendah (BBLR) dengan  $p$  value=0,001. Berdasarkan penelitian Oktaliana (2023) sebelumnya dilakukan metode perawatan kanguru durasi tidur bayi hanya 10-11 jam, namun setelah diberikan metode perawatan kanguru, durasi tidur bayi meningkat menjadi antara 14-14,5 jam dengan selisih 3,5-4 jam. Penelitian Harahap (2023) didapatkan kualitas tidur bayi mengalami peningkatan setelah perlakuan metode Kangaroo Mother Care (KMC). Sebelum intervensi, 9 bayi memiliki kualitas tidur baik dan 11 bayi cukup. Setelah perlakuan, 17 bayi memiliki kualitas tidur baik dan hanya 3 bayi cukup, menandakan bahwa KMC efektif meningkatkan kualitas tidur bayi BBLR.

Berdasarkan data dari UPT Pantai Cermin Kabupaten Kampar Tahun 2024, jumlah sasana sebanyak 810 bayi. Berdasarkan survei awal yang dilakukan terhadap 10 ibu dari tanggal 2-5 Desember 2024 di UPT Pantai Cermin Kabupaten Kampar pada tahun 2024, ditemukan semua ibu mengatakan bahwa bayi mereka sering terbangun di malam hari, ibu yang mengeluhkan durasi tidur bayi yang kurang dari 8 jam, karena sering terbangun yang menyebabkan bayi lebih rewel pada keesokan harinya. Para ibu juga menyatakan bahwa bayi mereka sering gelisah dan tidak dapat tidur nyenyak, yang berdampak pada pola tidur ibu yang terganggu. Dari hasil survei ini, dapat disimpulkan bahwa masalah kualitas tidur bayi perlu ditangani lebih lanjut. Para ibu sangat mengharapkan adanya solusi atau metode yang dapat meningkatkan kenyamanan tidur bayi mereka, salah satunya dengan menggunakan pendekatan yang dapat membantu bayi tidur lebih nyenyak dan teratur.

Berdasarkan latar belakang maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Kanggoro Mother Care Terhadap Kualitas Tidur Bayi di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Pantai Cermin Kabupaten Kampar”.

## B. Metodologi Penelitian

Jenis penelitian ini adalah analitik yang bersifat kuantitatif. quasy eksperiment designs, dengan menggunakan one group pre test dan post test. Waktu penelitian ini telah dilaksanakan dari bulan Desember 2024-Agustus 2025. Tempat penelitian telah dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Pantai Cermin Kabupaten Kampar. Populasi sebanyak 155 bayi. Sampel penelitian ini adalah 28 responden. Pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling. Data primer dalam penelitian ini diperoleh dari pengisian kuesioner kualitas tidur

“A Brief Screening Questionnaire For Infant Sleep Problems (BISQ), lembar observasi dan SOP. Data sekunder diperoleh dari Wilayah Kerja Puskesmas Pantai Cermin. Pengolahan Data (Editing, Coding, Processing, Cleaning). Analisa Data menggunakan uji *statistic nonparametric McNemar*. Tujuan dari uji ini untuk menguji perbedaan dua sampel berpasangan (anggota sampel yang sama) dengan hasil ukur kategori.

### C. Pembahasan dan Analisa

#### Analisis Univariat

Analisa univariat dilakukan untuk melihat distribusi frekuensi masing-masing variabel dari hasil penelitian. Bentuk penyajian yang dibuat pada analisa univariat adalah dalam bentuk tabel distribusi frekuensi berikut ini :

Tabel 1.

Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur Bayi Sebelum Dilakukan Metode *Kanggoro Mother Care*

No	Kualitas Tidur Bayi	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Buruk	17	60,7
2	Baik	11	39,3
	Total	28	100

Berdasarkan tabel 1, di atas dapat dilihat bahwa sebelum dilakukan metode *Kanggoro Mother Care* mayoritas bayi dengan kualitas tidur buruk yaitu 60,7% dan minoritas bayi dengan kualitas tidur baik 39,3%.

Tabel 2.

Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur Bayi Sesudah Dilakukan Metode *Kanggoro Mother Care*

No	Kualitas Tidur Bayi	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Buruk	7	25
2	Baik	21	75
	Total	28	100

Berdasarkan tabel 2, di atas dapat dilihat bahwa sesudah dilakukan metode *Kanggoro Mother Care* mayoritas bayi dengan kualitas tidur baik yaitu 75% dan minoritas bayi dengan kualitas tidur buruk 25%.

#### Analisis Bivariat

Tabel 3.

Pengaruh *Kanggoro Mother Care* Terhadap Kualitas Tidur Bayi di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Pantai Cermin Kabupaten Kampar

No	Kualitas Tidur Bayi Pretest	Kualitas Tidur Bayi Postest				P <sub>value</sub>	
		Buruk		Baik			
		n	%	N	%		
1	Buruk	7	41	10	59	17 100	
2	Baik	0	0	11	100	11 100	
	Total	7	25	21	75	28 100	

Tabel 3, menunjukkan bahwa setelah diberikan intervensi Kangaroo Mother Care, terjadi peningkatan kualitas tidur pada bayi. Dari 17 bayi yang sebelumnya memiliki kualitas tidur buruk, sebanyak 10 bayi (59%) mengalami perbaikan menjadi kualitas tidur baik,

sedangkan 7 bayi (41%) masih tetap berada pada kategori kualitas tidur buruk. Sementara itu, pada kelompok bayi yang sejak awal memiliki kualitas tidur baik, jumlahnya tidak mengalami perubahan, yaitu sebanyak 11 responden (100%) yang tetap berada dalam kategori kualitas tidur baik setelah intervensi dilakukan. Berdasarkan uji *McNemar* didapatkan nilai  $p = 0,002 < \alpha (0,05)$ , dengan demikian ada pengaruh *Kanggoro Mother Care* terhadap kualitas tidur bayi di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Pantai Cermin Kabupaten Kampar.

### Pembahasan

#### **Pengaruh *Kanggoro Mother Care* Terhadap Kualitas Tidur Bayi di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Pantai Cermin Kabupaten Kampar**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum dilakukan metode *Kanggoro Mother Care* mayoritas bayi dengan kualitas tidur buruk yaitu 60,7% dan minoritas bayi dengan kualitas tidur baik 39,3%. Sesudah dilakukan metode *Kanggoro Mother Care* lebih banyak bayi dengan kualitas tidur baik yaitu 75% dibandingkan bayi dengan kualitas tidur buruk 25%. Berdasarkan uji *McNemar* didapatkan nilai  $p = 0,002 < \alpha (0,05)$ , dengan demikian ada pengaruh *Kanggoro Mother Care* terhadap kualitas tidur bayi di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Pantai Cermin Kabupaten Kampar.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Fatmawati dan Melati (2020) yang menyatakan bahwa metode kanguru efektif dalam meningkatkan kualitas tidur pada bayi berat lahir rendah (BBLR) di RSUD Provinsi NTB dengan nilai  $p = 0,003$ . Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Harahap et al (2023) yang menunjukkan adanya pengaruh signifikan antara pemberian terapi Kangaroo Mother Care terhadap kualitas tidur bayi dengan nilai  $p = 0,00$ . Hal ini berarti bahwa penerapan Kangaroo Mother Care terbukti mampu meningkatkan kualitas tidur pada bayi berat badan lahir rendah (BBLR).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Lubis et al (2024) bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada kelompok intervensi yang diberikan perawatan metode kanguru (PMK) terhadap durasi tidur bayi berat badan lahir rendah (BBLR), dengan nilai  $p = 0,001$ . Berdasarkan penelitian Oktaliana (2023) sebelumnya dilakukan metode perawatan kanguru durasi tidur bayi hanya 10-11 jam, namun setelah diberikan metode perawatan kanguru, durasi tidur bayi meningkat menjadi antara 14-14,5 jam dengan selisih 3,5-4 jam.

*Kanggoro Mother Care* (KMC) adalah salah satu metode yang bisa dilakukan oleh orangtua bayi yang baru lahir untuk memberikan kontak antara kulit bayi dengan kulit orangtua (Mayasari dan Arismawati, 2022). *Kanggoro Mother Care* berfokus pada memberikan kenyamanan emosional dan fisik kepada bayi melalui interaksi langsung dengan ibu, yang membantu bayi merasa aman dan terlindungi (Khozaimah et al, 2024). Metode Kangaroo Mother Care (KMC) dapat meningkatkan kualitas tidur bayi karena melibatkan kontak kulit ke kulit antara ibu dan bayi, yang memberikan rasa aman dan nyaman. Kontak ini menciptakan ikatan emosional yang kuat, mengurangi kecemasan, dan membantu bayi merasa lebih tenang, yang berkontribusi pada tidur yang lebih nyenyak (Koreti et al, 2022).

Berdasarkan penelitian ini setelah dilakukan *Kanggoro Mother Care*, masih 7 bayi (41%) masih tetap berada pada kategori kualitas tidur buruk. Menurut Chandyo et al (2024), Kualitas tidur bayi dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling terkait seperti usia bayi, lingkungan dan kodisi kesehatan bayi. Usia bayi berperan penting, dengan kebutuhan tidur yang berubah seiring bertambahnya usia. Lingkungan tidur yang nyaman, seperti suhu yang tepat, pencahayaan yang redup, dan suasana yang tenang, juga mendukung tidur yang nyenyak.

Kualitas tidur yang buruk pada bayi dapat memengaruhi perkembangan fisik, kognitif, dan emosional mereka. Tidur yang tidak cukup atau terganggu mengganggu produksi hormon pertumbuhan yang penting untuk perkembangan tubuh (Suryati dan Oktavianto, 2020). Selain itu, gangguan tidur pada bayi dapat menghambat perkembangan otak, memengaruhi kemampuan belajar dan memori, serta menyebabkan masalah emosional seperti kecemasan atau kesulitan mengatur suasana hati. Oleh karena itu, Kangaroo Mother Care sangat penting dilakukan sebagai salah satu intervensi sederhana namun efektif untuk meningkatkan kualitas tidur bayi sehingga dapat mendukung tumbuh kembang bayi secara optimal.

Berdasarkan asumsi peneliti, penerapan Kangaroo Mother Care (KMC) melalui kontak kulit ke kulit antara ibu dan bayi yang tidak hanya memberikan rasa aman dan nyaman, tetapi juga berkontribusi pada stabilitas fisiologis bayi, seperti pengaturan suhu tubuh, kestabilan denyut jantung, serta pernapasan yang lebih teratur. Kondisi fisiologis yang stabil tersebut memungkinkan bayi untuk beristirahat dengan lebih tenang dan nyenyak, sehingga kualitas tidurnya meningkat. Selama penelitian seluruh ibu dapat mengikuti prosedur KMC sesuai arahan, sehingga perubahan kualitas tidur yang terjadi benar-benar mencerminkan efektivitas intervensi yang diberikan. Meskipun demikian masih terdapat 7 bayi pada kategori kualitas tidur buruk, hal ini dikarenakan pada saat penelitian berlangsung terdapat bayi yang sedang sakit (demam) serta Lingkungan tidur yang kurang nyaman .

#### D. Penutup

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 28 responden tentang pengaruh Kanggoro Mother Care terhadap kualitas tidur bayi di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Pantai Cermin Kabupaten Kampar dapat disimpulkan bahwa : Sebelum dilakukan metode Kanggoro Mother Care mayoritas bayi dengan kualitas tidur buruk yaitu 60,7%. Sesudah dilakukan metode Kanggoro Mother Care mayoritas bayi dengan kualitas tidur baik yaitu 75%. Ada pengaruh Kanggoro Mother Care terhadap kualitas tidur bayi di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Pantai Cermin Kabupaten Kampar ( $P = 0,002$ ).

#### Daftar Pustaka

- Bucko, A. G., Dowda, M., Frongillo, E. A., Torres, M. E., & Pate, R. R. (2021). Nighttime sleep and physical activity in 6-7 month-old infants. *Infant Behavior and Development*, 65, 101628, 1-9.
- Chandyo, R. K., Ranjitkar, S., Silpakar, J. S., Ulak, M., Kvestad, I., Shrestha, M., Schwinger, C., & Hysing, M. (2024). Sleep characteristics and changes in sleep patterns among infants in Bhaktapur, Nepal. *Sleep Health: Journal of the National Sleep Foundation*, 10(4), 279–285.
- 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(20), 97-105.
- Fatmawati, R. A., & Melati, L. 2020 Efektivitas Perawatan Metode Kanguru terhadap Kualitas Tidur pada Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) di RSUD Provinsi NTB. *Jurnal Midwifery Update (MU)*, 1(1), 72-79.
- Handayani, S. L. R., & Maryatun, M. (2024). Penerapan Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur pada Bayi Usia 0-6 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Pucangsawit Kota Surakarta. *Vitamin: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum*, 2(4), 204-214
- Harahap, R. F., Simanuntak, R., Silalahi, R. D., & Marbun, L. R. (2023). Pengaruh Kangaroo Mother Care terhadap Kualitas Tidur BBLR di RS Elpi Al Aziz Rantau Prapat. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 23(1), 595-600.
- Kemenkes RI. (2023). Kualitas Tidur Bayi Berpengaruh pada Kesehatan : Kemenkes RI

- Khozaimah, P. I., Munir, Z., & Tauriana, S. (2024). Penerapan terapi metode Kangaroo Mother Care (KMC) pada bayi V dengan kasus BBLR pada diagnosa hipotermia di ruang peristi bayi RSUD Sidoarjo. *TRILOGI: Jurnal Ilmu Teknologi, Kesehatan, dan Humaniora*, 5(1), 56-65.
- Koreti, M., & Muntode Gharde, P. (2022). A narrative review of Kangaroo Mother Care (KMC) and its effects on and benefits for low birth weight (LBW) babies. *Cureus*, 14(11), e31948.
- Lubis, K., Pitri, Z. Y., & Yanti, M. D. (2024). Pengaruh perawatan metode kanguru (PMK) terhadap durasi tidur bayi berat badan lahir rendah (BBLR). *Journal of Midwifery Care*, 5(01), 10-17.
- Mehrpisheh, S., Doorandish, Z., Farhadi, R., Ahmadi, M., Moafi, M., & Elyasi, F. (2022). The effectiveness of Kangaroo Mother Care (KMC) on attachment of mothers with premature infants. *European Journal of Obstetrics & Gynecology and Reproductive Biology* X, 15, 100149.
- Oktaliana, R. (2023). Efektifitas perawatan metode kanguru terhadap kualitas tidur bayi berat badan normal (studi kasus). *Journal of Qualitative Health Research & Case Studies Reports*, 3(2), 61-67.
- Selia, Andayani, A., Fajariyani, A., & Yani, A. (2023). Pijat bayi untuk meningkatkan kualitas tidur. Prosiding Seminar Nasional dan Call for Paper Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo, 288-292.
- Suryati, & Oktavianto, E. (2020). The correlation between sleep quality and the development of infants aged 3-10 months. *Health Sciences and Pharmacy Journal*, 4(2), 33-40.
- Valla, L., Wentzel-Larsen, T., & Sliving, K. (2022). Sleep problems reduced from 6 to 24 months of age with no evidence of links between disturbed sleep and later developmental problems. *Acta Paediatrica*, 111, 1354–1361.
- Wang, S.-H., Lin, K.-L., Chen, C.-L., Chiou, H., Chang, C.-J., Chen, P.-H., Wu, C.-Y., & Lin, K. (2024). Sleep problems during early and late infancy: Diverse impacts on child development trajectories across multiple domains. *Sleep Medicine*, 115, 177–186.