

Pengaruh Penggunaan *Nesting* Terhadap Kualitas Tidur Pada Bayi Berat Lahir Rendah di NICU RS Grandmed Lubuk Pakam

The Effect of Nesting on Sleep Quality in Low-Birth-Weight Infants in NICU Grandmed Hospital Lubuk Pakam

Nathasia Elga Haryono^{1*}, Suci Anggreani Br Sipayung²

^{1,2} Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam, Deli Serdang, Sumatera Utara, Indonesia
Email : elganathasia6@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Bayi berat lahir rendah (BBLR) sering mengalami gangguan Kualitas tidur akibat ketidakmatangan sistem saraf dan pengaruh lingkungan di ruang *Neonatal Intensive Care Unit* (NICU). Salah satu intervensi *non-farmakologis* yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kualitas tidur BBLR adalah penggunaan *nesting*, yaitu metode penataan posisi yang menyerupai kondisi *intrauterin*. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan *nesting* terhadap kualitas tidur bayi berat lahir rendah (BBLR) di NICU RS Grandmed Lubuk Pakam. Metode: Penelitian ini menggunakan desain *pre-experimental* dengan pendekatan *one-group pretest-posttest*. Sampel penelitian berjumlah 20 bayi BBLR yang dipilih menggunakan Teknik *total sampling*. Pengukuran kualitas tidur dilakukan pada hari ke-1 (*pretest*), hari ke-4, dan hari ke-7 (*posttest*) menggunakan lembar observasi. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Uji normalitas menggunakan *Shapiro-Wilk* menunjukkan data tidak berdistribusi normal ($p \leq 0,05$), sehingga uji hipotesis menggunakan uji *Friedman*. Hasil: Penelitian menunjukkan bahwa sebelum intervensi seluruh bayi memiliki kualitas tidur kurang (100,0%) dengan *mean* 1,35. Setelah intervensi, terjadi peningkatan kualitas tidur pada hari ke-4 (*mean* 1,80) dan hari ke -7 seluruh bayi berada pada kategori baik (100,0%) dengan *mean* 2,85. Hasil uji *Friedman* menunjukkan nilai $p < 0,001$, yang berarti terdapat pengaruh signifikan penggunaan *nesting* terhadap kualitas tidur bayi BBLR. Kesimpulan: Penggunaan *nesting* berpengaruh signifikan dalam meningkatkan kualitas tidur bayi BBLR secara bertahap. Intervensi ini efektif, sederhana, dan dapat diterapkan dalam perawatan bayi di ruang NICU.

Kata kunci: Nesting, Kualitas Tidur, BBLR, NICU

Abstract

Low birth weight (LBW) infants often experience sleep disturbances due to an immature nervous system and environmental factors in the Neonatal Intensive Care Unit (NICU). One non-pharmacological intervention that may improve sleep quality in LBW infants is nesting, a positioning technique designed to mimic the intrauterine environment. This study aimed to determine the effect of nesting on sleep quality among LBW infants in the NICU of Grandmed Lubuk Pakam Hospital. A pre-experimental study with a one-group pretest-posttest design was conducted involving 20 LBW infants selected using total sampling. Sleep quality was assessed on day 1 (pretest), day 4, and day 7 using an observation checklist. Data were analyzed using univariate and bivariate analyses. The Shapiro-Wilk test indicated that the data were not normally distributed ($p \leq 0.05$); therefore, the Friedman test was used. Before the intervention, all infants had poor sleep quality (100.0%), with a mean rank of 1.35. The mean rank increased to 1.80 on day 4 and 2.85 on day 7, when all infants were classified as having good sleep quality (100.0%). The Friedman test revealed a statistically significant difference in sleep quality across the three measurement times ($p < 0.001$). These findings indicate that sleep quality improved over the observation period following the nesting intervention. Nesting may be a simple and practical non-pharmacological intervention in NICU care; however, because the study did not include a control group, the improvement cannot be attributed solely to the intervention.

Keywords: Nesting, Sleep Quality, LBW Infants, NICU

1. PENDAHULUAN

Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) merupakan bayi yang lahir dengan berat badan kurang dari 2.500 gram tanpa memandang usia kehamilan. BBLR masih menjadi salah satu penyebab utama morbiditas dan mortalitas neonatal di dunia maupun di Indonesia.

*Corresponding author: Nathasia Elga Haryono, Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam, Deli Serdang, Sumatera Utara, Indonesia
E-mail : elganathasia6@gmail.com
DOI : 10.35451/jkk.v9i1.4053
Received : 2026-10-05, Accepted: 2026-10-28, Published: 2026-10-30
Copyright: © 2026 Nathasia Elga Haryono. This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

Bayi BBLR memiliki resiko lebih tinggi mengalami berbagai masalah Kesehatan akibat ketidakmatangan organ tubuh, seperti gangguan pernapasan, hipotermia, infeksi, gangguan neorologis serta keterlambatan pertumbuhan dan perkembangan. Oleh karena itu, BBLR memerlukan perawatan khusus untuk mempertahankan kondisi fisiologis yang optimal selama masa perawatan [1,2].

Salah satu kebutuhan dasar yang sangat penting bagi BBLR adalah tidur yang berkualitas. Tidur berperan dalam proses pertumbuhan dan perkembangan bayi karena selama tidur terjadi pelepasan hormon pertumbuhan, pematangan sistem saraf pusat, perbaikan jaringan tubuh, serta penghematan energi. Kualitas tidur yang baik dapat membantu meningkatkan stabilitas fisiologis dan mendukung perkembangan neurologis bayi. Sebaliknya gangguan tidur yang terjadi secara terus-menerus berdampak pada pertumbuhan, perkembangan otak, dan kemampuan adaptasi bayi terhadap lingkungan [3,4].

Bayi BBLR yang di rawat di *Neonatal Intensive Care Unit* (NICU) sering mengalami gangguan kualitas tidur. Lingkungan NICU yang dipengaruhi cahaya fototerapi, suara *alarm* monitor, tindakan medis, serta aktivitas perawatan yang berlangsung selama 24 jam dapat menyebabkan bayi lebih sering terbangun dan sulit mempertahankan tidur yang tenang. Selain itu, ketidakmatangan sistem saraf pada bayi BBLR menyebabkan kemampuan regulasi tidur dan bangun belum berkembang secara optimal sehingga bayi lebih rentan mengalami gangguan kualitas tidur dibandingkan bayi cukup bulan [5,6].

Salah satu pendekatan yang banyak di gunakan untuk meningkatkan kenyamanan dan kualitas tidur bayi BBLR adalah pendekatan *developmental care*. *Developmental care* merupakan pendekatan perawatan yang bertujuan menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi BBLR melalui pengurangan stres serta peningkatan kenyamanan selama perawatan. Salah satu bentuk *developmental care* yang dapat di terapkan adalah penggunaan *nesting* [7].

Nesting merupakan teknik penempatan bayi menggunakan gulungan kain atau alat bantu yang membentuk sarang menyerupai kondisi *intrauterin* atau kondisi dalam rahim sehingga bayi dapat mempertahankan posisi fleksi fisiologis yang nyaman dan aman. Penggunaan *nesting* telah terbukti memberikan berbagai manfaat pada bayi prematur dan BBLR. *Nesting* membantu mempertahankan posisi tubuh yang stabil, mengurangi gerakan yang berlebihan, meningkatkan kenyamanan, menurunkan stres, serta membantu bayi mempertahankan tidur yang lebih lama. [7-10].

Penelitian Handayani dan Pratama (2023) menunjukkan bahwa penggunaan *nesting* berpengaruh terhadap kualitas tidur bayi BBLR yang dirawat di NICU [8]. Penelitian Lestari dan Rahmawati (2024) juga menemukan bahwa *nesting* efektif meningkatkan kualitas tidur bayi BBLR melalui peningkatan kenyamanan dan posisi fleksi fisiologis [9]. Selain itu, Penelitian Sejati (2025) melaporkan bahwa penggunaan *nesting* dapat memperbaiki saturasi oksigen, dan frekuensi tidur pada bayi BBLR diruang NICU [10].

Meskipun demikian, penerapan *nesting* pada setiap rumah sakit dapat memberikan hasil yang berbeda karena dipengaruhi oleh karakteristik bayi, lingkungan perawatan serta prosedur pelayanan yang digunakan. Berdasarkan survey awal yang dilakukan di NICU RS Grandmed Lubuk Pakam, masih ditemukan bayi BBLR yang mengalami gangguan kualitas tidur selama masa perawatan. Kondisi tersebut ditandai dengan bayi yang sering terbangun, gelisah, menangis, dan sulit mempertahankan tidur dalam waktu yang cukup. Hingga saat ini, Penelitian mengenai pengaruh penggunaan *nesting* terhadap kualitas tidur bayi BBLR di NICU RS Grandmad Lubuk Pakam masih terbatas sehingga di perlukan penelitian lebih lanjut untuk memberikan bukti ilmiah yang dapat digunakan dalam praktik pelayanan *neonatal*. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh penggunaan *nesting* terhadap kualitas tidur pada bayi BBLR di NICU RS Grandmad Lubuk Pakam pada tahun 2026.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan desain *pre- experimental* dengan pendekatan *one group pretest-posttest*. Penelitian dilaksanakan di NICU RS Grandmed Lubuk Pakam pada bulan Februari - April tahun 2026. Populasi penelitian adalah seluruh bayi BBLR yang dirawat di NICU RS Grandmed Lubuk Pakam selama periode penelitian berjumlah 20 bayi yang menggunakan Teknik *total sampling*. Intervensi yang diberikan setiap hari selama 7 hari dengan cara menggunakan gulungan kain yang membentuk sarang sehingga bayi berada dalam posisi fleksi fisiologis. Pengukuran kualitas tidur dilakukan pada hari pertama sebelum intervensi (*pretest*), hari keempat, dan hari ketujuh setelah intervensi menggunakan

lembar observasi kualitas tidur. Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan karakteristik responden dan kualitas tidur bayi. Analisis bivariat dilakukan menggunakan uji *friedman* karena hasil uji normalitas *Shapiro-Wilk* menunjukkan data tidak berdistribusi normal ($p \leq 0,05$).

3. HASIL

Tabel 4.1 Distribusi Kualitas Tidur Bayi BBLR Sebelum Pemberian *Nesting* (H.1)

No	Kualitas Tidur	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Kurang	20	100,0
2	Baik	0	0,0
Total		20	100,0

Berdasarkan Tabel 4.1 diketahui bahwa sebelum pemberian intervensi penggunaan *nesting*, seluruh bayi berada dalam kategori kualitas tidur kurang sebanyak 20 bayi (100,0%). Hal ini menunjukkan bahwa seluruh responden mengalami gangguan kualitas tidur sebelum diberikan intervensi.

Tabel 4.2 Distribusi Kualitas Tidur Bayi BBLR Sesudah Pemberian *Nesting* (H.4)

No	Kualitas Tidur	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Kurang	14	70,0
2	Baik	6	30,0
Total		20	100,0

Berdasarkan Tabel 4.2 diketahui bahwa setelah pemberian intervensi penggunaan *nesting* pada hari ke-4, terjadi peningkatan kualitas tidur bayi dimana sebagian bayi berada dalam katagori baik sebanyak 6 bayi (30,0%), Sedangkan 14 bayi (70,0%) masih berada dalam kategori kurang. Hal ini menunjukkan adanya perbaikan kualitas tidur bayi setelah diberikan intervensi meskipun belum seluruhnya optimal.

Tabel 4.3 Distribusi Kualitas Tidur Bayi BBLR Sesudah Pemberian *Nesting* (H.7)

No	Kualitas Tidur	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Kurang	0	0,0
2	Baik	20	100,0
Total		20	100,0

Berdasarkan Tabel 4.3 diketahui bahwa setelah pemberian intervensi penggunaan *nesting* pada hari ke-7, seluruh bayi berada dalam kategori kualitas tidur baik sebanyak 20 bayi (100,0%) dan tidak terdapat bayi dengan kualitas tidur kurang. Hasil ini menunjukkan bahwa pemberian *nesting* memberikan peningkatan kualitas tidur bayi secara optimal. Setelah itu dalam analisis pengaruh penggunaan *nesting* terhadap kualitas tidur bayi BBLR dilakukan uji normalitas menggunakan uji *Shapiro-Wilk*. Uji normalitas ini bertujuan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal atau tidak.

Tabel 4.4 Analisis *Uji Friedman*

Variabel	Uji Friedman			P Value
	n	Mean Rank	Std. Deviation	
Kualitas Tidur Bayi H1 Pretest	20	1,35	0,001	0,001
Kualitas Tidur Bayi H4 Posttest	20	1,80	0,470	
Kualitas Tidur Bayi H7 Posttest	20	2,85	0,001	

Berdasarkan Tabel 4.4, hasil uji Friedman menunjukkan nilai mean rank kualitas tidur bayi sebesar 1,35 pada hari ke-1 (pretest), 1,80 pada hari ke-4 (posttest), dan 2,85 pada hari ke-7 (posttest), dengan jumlah responden sebanyak 20 bayi. Hasil analisis menunjukkan adanya perbedaan kualitas tidur bayi yang signifikan antara ketiga waktu pengukuran ($p < 0,001$). Nilai mean rank yang meningkat dari hari ke-1 hingga hari ke-7 menunjukkan adanya kecenderungan perubahan skor kualitas tidur ke arah yang lebih baik selama periode pengamatan. Apabila skor yang lebih tinggi pada instrumen

menunjukkan kualitas tidur yang lebih baik, hasil ini mengindikasikan adanya perbaikan kualitas tidur bayi setelah diberikan intervensi *nesting*.

4. PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan intervensi *nesting* seluruh bayi BBLR memiliki kualitas tidur kurang (100%). Kondisi ini menggambarkan bahwa bayi BBLR yang dirawat di ruang NICU rentan mengalami gangguan tidur akibat ketidakmatangan sistem saraf pusat serta paparan berbagai stimulus lingkungan selama masa perawatan. Bayi BBLR memiliki kemampuan regulasi fisiologis yang belum sempurna sehingga lebih mudah mengalami stres dan gangguan pola tidur dibandingkan bayi cukup bulan. Selain itu, paparan cahaya, suara alat monitor, tindakan keperawatan, serta tindakan medis dapat menyebabkan bayi lebih sering terbangun dan sulit mempertahankan tidur yang berkualitas [5,11].

Hasil Penelitian ini sejalan dengan penelitian Sari dan Putri (2023) juga menunjukkan bahwa bayi BBLR yang di rawat di NICU memiliki kualitas tidur yang rendah sebelum diberikan intervensi *non-farmakologis*. Dalam penelitiannya dijelaskan bahwa bayi lebih mudah terbangun akibat rangsangan eksternal serta belum adanya intervensi yang membantu menciptakan posisi tidur yang nyaman. Selain itu, menurut asumsi peneliti, kondisi kualitas tidur yang kurang pada bayi BBLR sebelum diberikan intervensi *nesting* merupakan hal yang wajar terjadi karena keterbatasan kemampuan adaptasi bayi terhadap lingkungan luar. Bayi membutuhkan posisi yang nyaman serta lingkungan yang mendukung agar dapat mencapai kualitas tidur yang optimal. Oleh karena itu, intervensi seperti penggunaan *nesting* sangat diperlukan untuk membantu meningkatkan kenyamanan dan kualitas tidur bayi selama perawatan di ruang NICU.

Pada hari keempat setelah pemberian intervensi *nesting* terjadi peningkatan kualitas tidur, Dimana sebanyak 6 bayi (30,0%) telah memiliki kualitas tidur baik dan 14 bayi (70,0%) masih berada pada kategori kurang. Perubahan ini menunjukkan bahwa penggunaan *nesting* mulai memberikan efek positif kenyamanan bayi. *Nesting* membantu mempertahankan posisi fleksi fisiologis yang menyerupai kondisi *intrauterin* sehingga bayi merasa lebih aman dan nyaman selama masa perawatan. Posisi tersebut juga membantu mengurangi gerakan ekstremitas yang berlebihan sehingga bayi dapat mempertahankan priode tidur yang lama [12].

Pada hari ketujuh setelah pemberian *nesting*, seluruh responden (100%) memiliki kualitas tidur baik. Hasil ini menunjukkan bahwa penggunaan *nesting* secara konsisten mampu meningkatkan kualitas tidur bayi BBLR secara bertahap. Bayi yang mendapatkan *nesting* cenderung lebih tenang, memiliki durasi tidur yang lebih panjang. Kondisi tersebut terjadi karena *nesting* memberikan efek *containment* yang membantu bayi mempertahankan postur tubuh yang stabil, mengurangi refleks kaget, serta meningkatkan rasa nyaman selama tidur [7,9,10].

Secara fisiologis, peningkatan kualitas tidur pada bayi BBLR yang diberikan *nesting* dapat dijelaskan melalui mekanisme pengurangan stres dan peningkatan kenyamanan. Posisi fleksi yang dipertahankan selama penggunaan *nesting* menyerupai posisi bayi saat berada dalam rahim sehingga membantu meningkatkan *neuromuskular* dan stabilitas fisiologis bayi. Bayi yang berada dalam kondisi nyaman akan mengeluarkan energi yang lebih sedikit untuk mempertahankan posisi tubuhnya sehingga energi tersebut dapat digunakan untuk proses pertumbuhan dan perkembangan. Selain itu, tidur yang berkualitas berperan penting dalam proses pematangan sistem saraf pusat, perkembangan otak, serta peningkatan fungsi fisiologis bayi [3,13].

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lestari, Rahmawati dan Utami (2024) juga menunjukkan bahwa BBLR yang diberikan intervensi *nesting* mengalami peningkatan kualitas tidur yang signifikan, terutama setelah beberapa hari penggunaan. Dalam penelitiannya dijelaskan bahwa bayi yang diberikan *nesting* menunjukkan kondisi lebih tenang, lebih jarang terbangun, serta memiliki durasi tidur yang lebih Panjang dibandingkan sebelum intervensi [14].

Hasil uji *Friedman* menunjukkan nilai *p-value* sebesar $p < 0,001$. yang berarti terdapat pengaruh signifikan penggunaan *nesting* terhadap kualitas tidur bayi BBLR di NICU RS Grandmed Lubuk Pakam. Peningkatan *mean rank* dari 1,35 pada hari pertama menjadi 2,85 pada hari ketujuh menunjukkan adanya peningkatan kualitas tidur yang konsisten setelah pemberian intervensi. Dengan demikian, *nesting* dapat direkomendasikan sebagai salah satu intervensi *non-farmakologis* yang sederhana, aman, mudah diterapkan serta efektif dalam meningkatkan kualitas tidur bayi BBLR selama masa perawatan di ruang NICU [7,10].

Selain meningkatkan kualitas tidur, penggunaan *nesting* juga berperan dalam membantu bayi mempertahankan posisi tubuh yang optimal selama masa perawatan. Posisi fleksi yang dipertahankan melalui *nesting* memungkinkan bayi mencapai postur yang lebih mendekati kondisi fisiologis saat berada didalam rahim. Kondisi tersebut dapat meningkatkan kenyamanan, mengurangi penggunaan energi yang berlebihan, serta mendukung perkembangan sistem *neuromuskular* bayi. Penelitian yang dilakukan oleh Putra dan Anggraini yang menyatakan bahwa *positioning* dan *nesting* berpengaruh terhadap kenyamanan dan kualitas tidur bayi BBLR [15].

Peningkatan kualitas tidur yang terjadi pada penelitian ini juga dapat dikaitkan dengan berkurangnya tanda stres pada bayi selama masa perawatan. Bayi BBLR yang mendapatkan *nesting* cenderung menunjukkan kondisi yang lebih tenang dibandingkan sebelum intervensi. Symington dan Pinelli menjelaskan bahwa penggunaan *positioning* dan *nesting* dapat menurunkan tanda-tanda stress pada bayi BBLR yang di rawa di NICU. Selain itu, Peneliti Pratiwi menemukan bahwa intervensi *nesting* memberikan perubahan fisiologis yang lebih stabil pada bayi BBLR selama masa perawatan intensif [16].

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian Rini Handayani yang menyatakan bahwa penerapan *nesting* pada bayi BBLR dapat meningkatkan kualitas perawatan melalui penciptaan lingkungan yang mendukung kebutuhan perkembangan bayi. Penelitian Susanto menjelaskan bahwa bayi BBLR yang mendapatkan intervensi *developmental care*, termasuk *nesting* memiliki kemampuan adaptasi fisiologis yang lebih baik dibandingkan bayi yang hanya mendapatkan perawatan rutin. Dengan demikian, penggunaan *nesting* tidak hanya bermanfaat untuk meningkatkan kualitas tidur, tetapi juga mendukung pertumbuhan, perkembangan, dan stabilitas fisiologis bayi secara menyeluruh selama masa perawatan di NICU [17,18].

Kualitas tidur bayi juga dipengaruhi oleh keseimbangan antara sistem saraf simpatis dan parasimpatis sejalan dengan penelitian Ranti Gemilestari (2024) Pada bayi BBLR, sistem ini belum berkembang secara optimal sehingga mudah terjadi gangguan tidur. Penggunaan *nesting* dapat membantu menurunkan aktivitas saraf simpatis (stres) dan meningkatkan aktivitas parasimpatis (relaksasi), sehingga bayi menjadi lebih tenang, denyut jantung lebih stabil, dan kualitas tidur meningkat. Oleh karena itu intervensi yang mendukung kenyamanan dan kestabilan fisiologis sangat penting dalam meningkatkan kualitas tidur bayi BBLR [19].

Menurut asumsi peneliti, penggunaan *nesting* memberikan pengaruh terhadap peningkatan kualitas tidur bayi BBLR yang mampu menciptakan posisi yang nyaman dan menyerupai kondisi *intrauterine*, sehingga bayi merasa lebih aman dan tenang. Kondisi ini membantu menurunkan stres serta meningkatkan kestabilan fisiologis bayi, yang berperan penting dalam meningkatkan kualitas tidur. Dengan demikian, penggunaan *nesting* dapat menjadi salah satu intervensi *non-farmakologis* yang efektif dalam meningkatkan kualitas tidur bayi BBLR, karena tidak hanya memberikan kenyamanan, tetapi juga membantu bayi mencapai kondisi fisiologis yang lebih stabil dan mendukung proses pertumbuhan serta perkembangan bayi selama perawatan di ruang NICU [20].

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di NICU RS Grandmed Lubuk Pakam, dapat disimpulkan bahwa penggunaan *nesting* berpengaruh signifikan terhadap kualitas tidur bayi BBLR. Sebelum diberikan intervensi *nesting*, seluruh responden (100%) memiliki kualitas tidur kurang. Setelah pemberian *nesting* terjadi peningkatan kualitas tidur secara bertahap dimana pada hari keempat sebanyak 30% bayi telah memiliki kualitas tidur baik dan pada hari ketujuh seluruh responden (100%) memiliki kualitas tidur baik. Hasil analisis menggunakan uji *friedman* menunjukkan nilai $p < 0,001$. yang berarti terdapat pengaruh penggunaan *nesting* terhadap kualitas tidur pada bayi BBLR di NICU RS Grandmed Lubuk Pakam. Oleh karena itu, *nesting* dapat direkomendasikan sebagai intervensi *non-farmakologis* yang sederhana untuk meningkatkan kualitas tidur serta mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan bayi BBLR selama masa perawatan di ruang NICU.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam yang telah memberikan dukungan selama proses pendidikan dan penelitian. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Direktur RS Grandmed Lubuk Pakam beserta seluruh Tenaga Kesehatan di ruang NICU yang telah memberi izin, bantuan, serta dukungan selama pelaksanaan penelitian. Selain itu, penulis menyampaikan terima kasih kepada seluruh orang tua responden yang mengizinkan bayinya dilakukan penelitian sehingga penelitian ini terselesaikan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Sari DSM. Hubungan paritas dan jarak kehamilan dengan kejadian berat bayi lahir rendah. *Cendekia Medika*. 2020;4:93–97.
- [2] Manurung P, Helda H. Hubungan riwayat komplikasi saat hamil dengan kejadian berat badan lahir rendah (BBLR) di Indonesia. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Indonesia*. 2021;4(2). doi:10.7454/epidkes.v4i2.4069
- [3] Lestari D, Rahmawati I, Utami S. Efektivitas nesting terhadap peningkatan kualitas tidur bayi berat lahir rendah (BBLR). *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*. 2024;12(1):30–38.
- [4] Sari D, Putri A. Kualitas tidur bayi prematur di ruang Neonatal Intensive Care Unit (NICU) sebelum pemberian intervensi non-farmakologis. *Jurnal Keperawatan Anak Indonesia*. 2023;6(2):45–52.
- [5] Wulandari R, Sihotang H, Dewi L. Gambaran kualitas tidur bayi berat lahir rendah di ruang perawatan intensif neonatal. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*. 2022;10(1):30–37.
- [6] Ramadhani NE, Maryatun M. Penerapan terapi nesting terhadap perubahan fisiologis pada bayi berat lahir rendah di RSUD Wonogiri. *Protein: Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*. 2024;2(4):133–144. doi:10.61132/protein.v2i4.707
- [7] Efendi D, Sari D, Riyantini Y, Novardian N, Anggur D, Lestari P. Pemberian posisi (positioning) dan nesting pada bayi prematur: evaluasi implementasi perawatan di neonatal intensive care unit (NICU). *Jurnal Keperawatan Indonesia*. 2019. doi:10.7454/jki.v0i0.619
- [8] Handayani S, Pratama R. Pengaruh penggunaan nesting terhadap kualitas tidur bayi prematur di ruang NICU. *Jurnal Keperawatan Neonatal Indonesia*. 2023;5(2):45–52.
- [9] Ramandhani RA, Erawati M. Pengaruh pemberian nesting terhadap kualitas tidur pada bayi prematur: a literature review. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*. 2021;4(2):17–26. doi:10.32584/jika.v4i2.945
- [10] Sejati W, Indriastuti Y, Hermawati H. Penerapan nesting terhadap perubahan saturasi oksigen, frekuensi napas, dan frekuensi nadi pada bayi prematur di ruang Bougenvil RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen 2024. *Indonesian Journal of Public Health*. 2025;3(2):503–512.
- [11] Yugistiyowati A. Nesting innovation is effective for improving sleep duration in low birth weight babies (LBWB). *Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia*. 2020;8(4). doi:10.21927/jnki.2020.8(4).4-5
- [12] Symington A, Pinelli J. Pengaruh positioning dan nesting terhadap penurunan tanda stres pada bayi prematur di ruang NICU. *Jurnal Keperawatan Neonatal*. 2023.
- [13] Handayani SLR, Maryatun M. Penerapan pijat bayi terhadap kualitas tidur pada bayi usia 0–6 bulan di wilayah kerja Puskesmas Pucangsawit Kota Surakarta. *Vitamin: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum*. 2024;2(4):204–214. doi:10.61132/vitamin.v2i4.747
- [14] Hayati A, Sari IP, Murniasih E. Pengaruh nesting terhadap kualitas tidur bayi berat lahir rendah (BBLR). *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*. 2023;6(2):48–59. doi:10.32584/jika.v6i2.2434
- [15] Putra A, Anggraini N. Pengaruh positioning dan nesting terhadap kenyamanan dan kualitas tidur bayi prematur. *Jurnal Ilmu Keperawatan*. 2023;11(3):60–68.
- [16] Pratiwi EA, Romadonika F, Wasliah I, Putri N. Pengaruh nesting terhadap perubahan fisiologis dan perilaku bayi BBLR di ruang NICU. *Jurnal Kedokteran*. 2024;13(3). doi:10.29303/jk.v13i3.4576
- [17] Handayani SL, Sari RS, Prihati E. Asuhan keperawatan pada bayi BBLR dengan penerapan terapi nesting terhadap saturasi di ruang perinatologi RSUD Tangerang. *Diagnosa: Jurnal Ilmu Kesehatan dan Keperawatan*. 2024;2(2):43–53. doi:10.59581/diagnosa-widyakarya.v2i2.3081
- [18] Sutanto OR, Utami TA. Efektivitas pemberian posisi dan nesting terhadap perubahan status hemodinamik pada bayi prematur di ruang perinatologi. *Jurnal Abdi Kesehatan dan Kedokteran*. 2025;4(2):219–228. doi:10.55018/jakk.v4i2.97

- [19] Syuib C, Sufriani, Harahap IM. Asuhan keperawatan berat badan lahir rendah dengan respiratory distress syndrome (RDS). *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*. 2022;7(1):1–7.
- [20] Fahmika EY, Aprilina HD. Insting Bunda (Instant Nesting Bed) untuk meningkatkan kualitas tidur bayi. *Indonesian Journal of Midwifery*. 2025;8(2):125–138. <https://doi.org/10.35473/ijm.v8i2.4423>