

**PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK MOZART TERHADAP KUALITAS TIDUR ANAK
USIA PRASEKOLAH YANG MENGALAMI HOSPITALISASI DI RUANG ANGGREK
RSUD Dr. SOEGIRI LAMONGAN**

Inayatur Romadhoni Lutfiyah*, Dadang Kusbiantoro., S.Kep., Ns., M.Si. **, Ati'ul Impartina, S.ST.,
M.Kes. ***

ABSTRAK

Anak usia prasekolah (3-6 tahun) membutuhkan tidur kurang lebih 11 jam sehari sebagai kebutuhan untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Namun tidak semua anak usia prasekolah mampu memenuhi kebutuhan istirahat dan tidur tersebut, terutama ketika anak mengalami hospitalisasi. Kualitas tidur merupakan kepuasan seseorang terhadap tidur, sehingga seseorang tersebut tidak memperlihatkan perasaan lelah, mudah terangsang dan gelisah, lesu dan apatis, kehitaman di sekitar mata, kelopak mata bengkak, konjungtiva merah, mata perih, kurang perhatian, sakit kepala dan sering menguap atau mengantuk. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh terapi musik klasik *mozart* terhadap kualitas tidur anak usia prasekolah yang mengalami Hospitalisasi. Metode penelitian menggunakan desain *pre-eksperimental* dengan pendekatan *one group pretest-post test design* dengan sampel sebanyak 30.

Berdasarkan hasil penelitian sebelum dilakukan terapi musik klasik Mozart diperoleh frekuensi kualitas buruk sebanyak 22 orang dengan presentase 73,3% dan kualitas tidur baik sebanyak 8 orang dengan presentase 26,7%. Berdasarkan hasil penelitian setelah dilakukan terapi music klasik Mozart diperoleh frekuensi kualitas buruk sebanyak 1 orang dengan presentase 3,3% dan kualitas tidur baik sebanyak 29 orang dengan presentase 96,7%. Berdasarkan uji statistik dengan *Wilcoxon Test* pada pre-test dan post-test didapatkan $Z = -4,583^b$ $p=0,000$ berarti terdapat perbedaan bermakna kualitas tidur pada pre-test dengan post-test anak usia prasekolah.

Kata Kunci : Musik Klasik Mozart, Kualitas Tidur, Anak Hospitalisasi

ABSTRACT

Preschoolers (3-6 years) need to sleep approximately 11 hours a day as a necessity for children's growth and development. However not all preschoolers are able to meet the needs of rest and sleep, especially when children are hospitalized. Sleep quality is a person's satisfaction of sleep, so a person does not feel tired, easily aroused and anxious, lethargic and apathetic, blackness around the eyes, swollen eyelids, red conjunctiva, sore eyes, lack of attention, headaches and often yawning or drowsiness. The purpose of this study was to determine the effect of Mozart's classical music therapy on the quality of sleep of preschoolers who experienced Hospitalization. The research method used a pre-experimental design with a one group pretest-post test design approach with 30 samples.

Based on the results of the research before Mozart's classical music therapy was given, the frequency of poor sleep quality was 22 people with a percentage of 73.3% and good sleep quality was 8 people with a percentage of 26.7%. Based on the results of the research, after Mozart's classical music therapy, the frequency of poor sleep quality was 1 person with a percentage of 3.3% and good sleep quality was 29 people with a percentage of 96.7%. Based on statistical tests with Wilcoxon Test on the pre-test and post-test was obtained $p = 0.000$ means that there was significant difference in the quality of sleep in the pre-test and post-test in preschoolers.

Keywords : Mozart Classical Music, Sleep Quality, Hospitalization Children

Pendahuluan

Hospitalisasi merupakan cara yang efektif untuk penyembuhan anak sakit. Bagi anak hospitalisasi merupakan suatu pengalaman yang mengancam, kesepian dan membingungkan sehingga anak bisa mengalami stress. Hospitalisasi merupakan *stressor* yang besar harus dihadapi setiap orang, khususnya pada anak karena lingkungan yang asing, kebiasaan yang berbeda atau perpisahan dengan keluarga (Aizah, 2014).

Sebagai orang dewasa, anak seringkali terkena suatu penyakit. Diantara penyakit itu ada yang memerlukan perawatan serta pengobatan intensif. Hal itu mengharuskan seorang anak tinggal di rumah sakit. Dan salah satu alasan yang mengharuskan anak tinggal di rumah sakit adalah hospitalisasi (Yurisaldi, 2010). Kualitas tidur merefleksikan kepuasan seseorang terhadap tidur. Hal tersebut dapat mempengaruhi berbagai aspek yaitu perasaan lelah, mudah terangsang dan gelisah, lesu dan apatis, kehitaman disekitar mata, kelopak mata bengkak, konjungtiva merah, mata perih, perhatian terpecah-pecah, sakit kepala dan sering mengantuk (Hidayat AA, 2006). Kualitas tidur merupakan suatu fenomena yang dapat melibatkan beberapa dimensi. Kualitas tidur ditentukan oleh bagaimana seseorang mempersiapkan pola tidurnya, seperti kedalaman tidur, kemampuan tinggal tidur, dan kemudahan untuk tertidur tanpa bantuan medis. Kualitas tidur dapat memperbaiki status kesehatan (Wavy, 2008).

Kebutuhan tidur pada anak-anak bervariasi, bergantung pada tahapan usianya. Rata-rata anak usia sekolah membutuhkan sekitar 12 jam dalam semalam dan jarang tidur siang. Tidur dengan pola yang teratur lebih penting jika dibandingkan dengan jumlah tidur. Kebutuhan tidur manusia tergantung pada tingkat perkembangan seseorang (Kozier B, 2011). Penduduk Indonesia diperkirakan 11,7% mengalami kesulitan tidur. Hospitalisasi pada anak merupakan pengalaman yang penuh dengan stress, baik bagi anak itu sendiri maupun orang tua. Banyaknya stresor yang dialami anak ketika menjalani hospitalisasi menimbulkan dampak negatif yang mengganggu perkembangan anak. Lingkungan Rumah Sakit Anak di Amerika, sebanyak 6,5 juta anak/tahun yang menjalani

perawatan di rumah sakit dengan usia kurang dari 17 tahun (Roberts CA, 2010).

Kualitas tidur yang tidak baik akan meningkatkan resiko penyakit dengan penyakit kronis lebih banyak. Hal tersebut akan mengakibatkan masalah dalam memulai tidur dan lebih sering terbangun pada malam hari. Gangguan tidur sering diikuti dengan berbagai penyakit somatic, psikiatrik dan neurologis. Tidur yang buruk memiliki dampak negatif terhadap mood dan perilaku, gangguan tidur laten pada beberapa kasus dan dapat bermanifestasi sebagai gejala psikiatrik, hiperaktivitas dan masalah emosional (Hysing M, Sivertsen B, Stormark KM, Elgen I, & Lundervold AJ, 2009).

Hospitalisasi atau dirawat di rumah sakit terbukti dapat menyebabkan gangguan istirahat-tidur, ketidakmampuan klien mendapatkan posisi yang nyaman dan rasa nyeri merupakan penyebab tersering gangguan istirahat-tidur (Craven & Hirnle, 2000). Stressor yang diterima anak selama dirawat dapat berupa lingkungan rumah sakit yang asing, rasa nyeri dan penyakit yang anak alami serta pemeriksaan medis dirumah sakit sehingga stress pada anak dapat menyebabkan gangguan tidur, penurunan nafsu makan dan gangguan perkembangan yang dapat menunda proses penyembuhan penyakit. Anak kemudian dapat menunjukkan cirri-ciri yang maladaptif yaitu anak menjadi tidak kooperatif, tidur tidak nyenyak, tidak mau makan serta mungkin ditunjukkan dengan reaksi regresi yang diekspresikan secara verbal maupun non verbal (Kazemi et al, 2012, Wong, 2003).

Menurut survey *American National Sleep Foundation* (2006) dalam Frost (2009) menyatakan bahwa selama menjalani hospitalisasi anak-anak mereka mengalami masalah tidur setiap malam dikeluhkan oleh orang tua anak sebanyak 40% dan sebanyak 64% mengatakan bahwa bayi dan anak usia prasekolah mereka sulit tidur sedikitnya beberapa kali dalam satu minggu sehingga mereka tidak dapat mencapai kuota tidur seperti yang direkomendasikan dalam hal ini pemenuhan tidur anak adalah kurang dari 12 jam. Disamping itu, 25% orang tua dan perawat anak yang disurvei mengatakan bahwa bayi, balita, dan anak usia prasekolah mereka tampak mengantuk atau lelah pada siang hari serta pada 34% orang tua percaya bahwa pola tidur seorang anak bisa

mengganggu kesehatan dan mengganggu seluruh keluarga.

Di RSUD Dr. Soegiri Lamongan pada survey awal tanggal 03 Oktober 2018 selama 1 tahun di dapatkan 1079 anak yang mengalami hospitalisasi di ruang Anggrek RSUD Dr. Soegiri Lamongan.

Salah satu aliran musik adalah musik klasik, terdapat seorang komponis yang terkenal tentang karyanya dari beberapa komponis musik klasik pada zamannya yaitu Wolfgang Amadeus *Mozart*. Menurut Campbell (Iis Suwanti,2011) musik karya *Mozart* memiliki kemurnian dan kesederhanaan serta memiliki nilai seni yang tinggi. Selain itu, musik *Mozart* memiliki irama, melodi dan frekuensi-frekuensi tinggi, sehingga mampu merangsang dan memberi daya kepada daerah-daerah kreatif dan motivatif dalam otak sehingga dapat menggugah daya konsentrasi.

Demikian juga dengan Musik Klasik karya Wolfgang Amadeus *Mozart*. Musik tersebut akhir-akhir ini menjadi bahan pembicaraan penting karena dapat meningkatkan kecerdasan anak. Chabris dari Harvard University (Larkin, 1999: 749) berpendapat bahwa musik *Mozart* dapat meningkatkan kecerdasan spasial 21 poin, sedangkan jurnal The American Musik Teacher (Anonym, 1997: 8) menyebutkan bahwa musik *Mozart* dapat mempengaruhi perkembangan intelektual dan kreativitas anak, yaitu (1) dapat meningkatkan kemampuan verbal, emosional, dan kecerdasan spasial, (2) memperbaiki konsentrasi dan memori, (3) menginspirasi otak kanan dalam proses kreatif, (4) memperkokoh kemampuan berpikir intuitif, (5) mendorong relaksasi, (6) memperbaiki gerakan tubuh dan koordinasi, dan (7) meningkatkan ketenangan atau suasana hati dan memelihara motivasi. Beynon (1998: 24) dalam artikelnya berjudul *The Mozart Effect: Music for Children* mengatakan bahwa paket 3 CD musik *Mozart* untuk meningkatkan tujuh kemampuan anak terbitan The Children's Group Inc, khususnya bagi anak usia 2 hingga 16 tahun, sudah memasuki wilayah bisnis.

Metode penelitian

Desain penelitian dalam penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode eksperimental (*Pra-*

Eksperimen). Sedangkan desainya *One Grup Pra Test and Post Test Design* yang digunakan sesuai dengan tujuan yang hendak dicapai yaitu untuk mengetahui apakah ada pengaruh terapi musik klasik *Mozart* terhadap kualitas tidur pada anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi di RSUD dr. Soegiri Lamongan populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien anak pra sekolah usia 3-6 tahun yang mengalami hospitalisasi di RSUD Dr. Soegiri, sedangkan sampel yang digunakan sebanyak 30 pasien.

Hasil Penelitian

Data umum

(1) Jenis kelamin anak

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase (%)
1	Laki-Laki	18	60,0%
2	Perempuan	12	40,0%
Total		30	100

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa didapatkan sebagian besar anak yang mengalami hospitalisasi 18 anak (60,0%) yang berjenis kelamin laki-laki.

(2) Karakteristik umur anak

No	Umur	Frekuensi	Presentase (%)
1	3-4 tahun	13	43,3%
2	5-6 tahun	17	56,7%
Total		30	100

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa sebagian besar anak berusia 5-6 tahun 17 anak (56,7%), dan hampir sebagian anak berusia 3-4 tahun 13 anak (43,3%).

(3) Pengalaman Dirawat

No	Pengalaman Dirawat	Frekuensi	Presentase (%)
1	Pernah	19	63,3%
2	Tidak pernah	11	36,7%
Total		30	100

Tabel 4.3 menunjukkan bahwa sebagian besar pasien 19 anak (63,3%) sebelumnya pernah dirawat.

(4) Lama Waktu Dirawat

No	Lama Waktu Dirawat	Frekuensi	Presentase (%)
1	2 hari	11	36,7%
2	3 hari	6	20,0%
3	4 hari	8	26,7%
4	5 hari	5	16,7%
Total		30	100

Tabel 4.4 menunjukkan bahwa hampir sebagian pasien 11 anak (36,7%) lama waktu dirawat selama 2 hari.

Data khusus

- 1) Distribusi berdasarkan tingkat kualitas tidur sebelum diberikan terapi musik klasik Mozart

No	Kualitas Tidur Pre	Frekuensi	Presentase (%)
1	Buruk	22	73,3%
2	Baik	8	26,7%
Total		30	100

Tabel 4.5 menunjukkan bahwa sebagian besar 22 anak (73,3%) mengalami kualitas tidur yang buruk

- 2) Distribusi berdasarkan tingkat kualitas tidur setelah diberikan terapi musik klasik Mozart

No	Kualitas Tidur Post	Frekuensi	Presentase (%)
1	Buruk	1	3,3%
2	Baik	29	96,7%
Total		30	100

Tabel 4.6 menunjukkan bahwa dari 30 responden setelah diberikan terapi musik klasik Mozart, hampir seluruhnya 29 pasien (96,7%) mengalami peningkatan kualitas tidur yang baik.

- 3) Pengaruh terapi musik klasik mozart terhadap kualitas tidur anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi di ruang anggrek rsud dr. Soegiri lamongan.

Data Pre	Data Post		Total
	Buruk	Baik	
Buruk	1	21	22

	4,5%	95,5%	100,0%
Baik	0	8	8
	0,0%	100,0%	100,0%
Total	1	29	30
	3,3%	96,7%	100,0%
Z = -4,583^b		P= 0,000	

Berdasarkan tabel 4.7 diperoleh hasil penelitian bahwa pada pre-test menunjukkan bahwa dari 30 responden sebelum diberikan terapi sebagian besar pasien 22 pasien (73,3%) mengalami kualitas tidur yang buruk, dan setelah di berikan terapi 29 pasien (96,7%) mengalami kualitas tidur yang baik. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kualitas tidur sebelum dan sesudah diberikan terapi musik klasik mozart di RSUD Dr. Soegiri Lamongan.

Untuk menganalisa perbedaan kualitas tidur anak dengan baik dan benar dilakukan uji statistic dengan menggunakan program SPSS For Windows Versi 22,0 tentang pengaruh terapi suportif terhadap penurunan kecemasan pada klien riwayat perilaku kekerasan di RSUD Dr. Soegiri Lamongan diketahui bahwa nilai $Z = -4,583^b$ dan signifikan $P = ,000$ dimana standard signifikan $P < 0,05$ sehingga H_1 diterima. Artinya, terdapat pengaruh terapi musik klasik mozart terhadap kualitas tidur anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi di ruang anggrek rsud dr. Soegiri lamongan.

Pembahasan

Pada pembahasan ini akan diuraikan tentang pengaruh terapi musik klasik mozart terhadap kualitas tidur anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi di ruang anggrek RSUD dr. Soegiri lamongan. Dalam rancangan penelitian ini kelompok perlakuan diberi terapi music klasik Mozart selama dirawat. Pada hari pertama dilakukan observasi dan kuesioner pre-test kualitas tidur. Kelompok perlakuan kemudian diberi terapi music klasik Mozart selama dirawat berturut-turut selama 20 menit pada malam hari sebelum tidur. Setelah hari ke empat atau hari terakhir pasien di rawat kembali dilakukan observasi dan kuesioner post-test kualitas tidur.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar

tersponden berusia 5-6 tahun sebanyak 17 orang dengan presentase 56,7%, sedangkan usia 3-4 tahun sebanyak 13 orang dengan presentase 43,3%. Menurut Montessori (2001) dalam Saphira Ayu (2013), anak usia prasekolah adalah anak yang sedang dalam masa sensitif terhadap keteraturan lingkungan, mengeksplorasi lingkungan dengan lidah dan tangan, sensitif untuk berjalan, sensitif terhadap obyek-obyek kecil dan detail, serta aspek-aspek sosial kehidupan, dimana pada anak usia prasekolah rentan terkena penyakit dan mengganggu proses pertumbuhan dan perkembangan anak yang sedang berada dalam masa *golden age*. Apabila anak dalam kondisi sakit, maka orang tua akan segera membawanya ke pelayanan kesehatan dan sering kali anak harus dirawat inap untuk proses penyembuhannya (Sihaloho, 2014).

Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin adalah sebanyak 18 responden yang berjenis kelamin laki-laki dengan presentase 60,0% dan 12 responden yang berjenis kelamin perempuan dengan presentase 40,0%. Jenis kelamin laki-laki lebih sering sakit, karakteristik anak laki-laki secara umum lebih senang bermain di luar rumah daripada di dalam rumah sehingga lebih rentan terjangkit penyakit (Kapti, dkk, 2013).

Distribusi frekuensi responden berdasarkan pengalaman dirawat adalah sebanyak 19 orang yang pernah dirawat dengan presentase 63,3% dan 11 orang yang tidak pernah di rawat sebelumnya dengan presentase 36,7%. Faktor yang mempengaruhi reaksi anak terhadap sakit dan hospitalisasi adalah perkembangan usia, pengalaman dirawat di rumah sakit, dan dukungan keluarga (Wijayanti, 2009). Supartini (2004) menyatakan apabila anak pernah mengalami pengalaman tidak menyenangkan dirawat di rumah sakit sebelumnya akan menyebabkan anak takut dan trauma. Sebaliknya apabila anak dirawat di rumah sakit mendapatkan perawatan yang baik dan menyenangkan anak akan lebih kooperatif pada perawat dan dokter.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan sebagian besar lama rawat inap responden 2 hari yaitu sebanyak 11 orang dengan presentase 36,7%. Menurut Klossner (2006) lama rawat yang singkat di rumah sakit lebih sering muncul ketakutan dibanding

dengan hospitalisasi yang panjang. Hal ini dikarenakan anak belum mengenal lingkungan dan prosedur pengobatan yang akan dijalani.

Berdasarkan hasil penelitian sebelum dilakukan terapi musik klasik Mozart diperoleh frekuensi kualitas buruk sebanyak 22 orang dengan presentase 73,3% dan kualitas tidur baik sebanyak 8 orang dengan presentase 26,7%. Berdasarkan hasil penelitian setelah dilakukan terapi music klasik Mozart diperoleh frekuensi kualitas buruk sebanyak 1 orang dengan presentase 3,3% dan kualitas tidur baik sebanyak 29 orang dengan presentase 96,7%.

Berdasarkan uji statistik dengan *Wilcoxon Test* pada pre-test dan post-test didapatkan $p=0,000$ berarti terdapat perbedaan bermakna kualitas tidur pada pre-test dengan post-test anak usia prasekolah.

Penelitian ini selaras dan mendukung penelitian-penelitian sebelumnya terkait dengan akupressur dan kualitas tidur. Penelitian Madjid (2014) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan bermakna kualitas tidur responden sebelum dan sesudah akupressur pada kelompok perlakuan ($p<0,05$), hal ini juga didukung oleh penelitian Jou, Lu Mei et.al. (2013) yang menunjukkan bahwa responden pada kelompok perlakuan meningkat secara signifikan ($p<0,001$) dalam kualitas tidur subjektif (PSQI) setelah terapi akupresur. Hal ini didukung dengan teori bahwa akupressur atau pijatan pada anak akan memberikan dampak positif seperti meningkatkan kualitas tidur sehingga dapat meningkatkan konsentrasi dan kecerdasan (Wong dan Etilia, 2011)

Tidur merupakan salah satu kebutuhan dasar yang mutlak harus dipenuhi karena dengan istirahat dan tidur yang cukup tubuh akan berfungsi secara optimal jika terganggu atau kurang terpenuhi akan berpengaruh terhadap aktivitas kesehariannya (Devi dalam Savitri, 2015). Sekitar 75% hormone pertumbuhan dikeluarkan pada saat anak tidur, hormone bertugas merangsang pertumbuhan tulang dan jaringan, serta mengatur metabolisme tubuh, termasuk otak. Hormone pertumbuhan juga memungkinkan tubuh memperbaiki dan memperbarui sel yang ada di tubuh. Proses pembaruan sel ini akan

berlangsung lebih cepat ketika anak tidur nyenyak (Prasetyono dalam Setiawan, 2015).

Penutup

Kesimpulan

- 1) Berdasarkan hasil penelitian sebelum dilakukan terapi musik klasik Mozart menunjukkan bahwa sebagian besar yang mengalami kualitas tidur yang buruk 22 anak.
- 2) Berdasarkan hasil penelitian setelah dilakukan terapi music klasik Mozart ada pengaruh bahwa hampir seluruhnya anak mengalami peningkatan kualitas tidur yang baik 22 anak.
- 3) Berdasarkan uji statistik dengan *Wilcoxon Test* pada pre-test dan post-test didapatkan $p=0,000$ berarti terdapat perbedaan bermakna kualitas tidur pada pre-test dengan post-test anak usia prasekolah.

Saran

Berdasarkan hasil kesimpulan diatas, maka ada beberapa saran dari penulis yakni sebagai berikut:

- 1) Bagi Akademis

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi ilmu pengetahuan khususnya terapi musik klasik mozart terhadap kualitas tidur anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi.

- 2) Bagi Profesi Keperawatan

Sebagai bahan masukan dalam menambah pengetahuan tentang pengaruh terapi musik klasik mozart terhadap kualitas tidur anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi di ruang anggrek rsud dr. Soegiri lamongan.

- 3) Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian diharapkan nantinya dapat memberikan informasi tentang bagaimana gambaran nyata tentang pengaruh terapi musik klasik mozart terhadap kualitas tidur anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi.

- 4) Bagi Peneliti

- (1) Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan tentang pengaruh terapi musik klasik mozart terhadap kualitas tidur anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi di ruang anggrek rsud dr. Soegiri lamongan.
- (2) Responden hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan informasi, dan menambah wawasan mahasiswa tentang pengaruh terapi musik klasik mozart terhadap kualitas tidur anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi di ruang anggrek rsud dr. Soegiri lamongan.

Daftar pustaka

- Aizah, Siti dkk. 2014. “Upaya Menurunkan Tingkat Stres Hospitalisasi Dengan Aktivitas Mewarnai Gambar Pada Anak Usia 4-6 tahun Di Ruang Anggrek RSUD Gambiran Kediri”. *Jurnal*, Kediri: Universitas Nusantara PGRI Kediri.
- Craven & Hirnle. 2000. *Fundamentals of Nursing*. Philadelphia: Lippincott
- Guyton & Hall. 2007. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran Edisi 11*. Jakarta: EGC
- Hidayah, Nur dkk. 2015. *Perawatan Holistik Pada Anak dalam Perspektif Islam*. Makassar: Andira Publisher.
- Hidayat, Aziz Alimul. 2009. *Pengantar Ilmu Kesehatan Anak*. Jakarta: Salemba Medika.
- Huang, Wei et. al. “Autonomic Ativation In Insomnia: The Case for Acupuncture”. *Journal of Clinical Sleep Medicine* 7, no 1 (2011): p 95-102.
- Hysing M, Sivertsen B, Stomark KM, Elgen I, & Lundervold AJ. Sleep in children with chronic illness, and the relation to emotional and behavioral problems population-based study. *Journal pediatric psychology*. 2009;34(6):655-70.

- Indiarti. 2009. *Panduan Lengkap Kehamilan, Persalinan, dan Perawatan Bayi*. Yogyakarta: Diglossia Media.
- Jou, Lu Mei et al. "Acupressure Improves Sleep Quality of Psychogeriatric Inpatients". Lippincott Williams & Wilkins 62, no 2 (2013) : p 130-137.
- Kapti, Rinik Eko. "Pengaruh Bermain Dengan Mewarnai Terhadap Penurunan Skor Perilaku Maladaptif Anak Usia Prasekolah (3-5 tahun) yang Mengalami Hospitalisasi di Rumah Sakit Kabupaten Kediri". *Jurnal*. Malang: Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya, 2013. Diakses online <http://jik.ub.ac.id/index.php/jik/article/view/27> (15 Maret 2016)
- Klossner, N. Jayne. *Introductory Maternity And Pediatric Nursing*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins. 2006.
- Madjid, Yudi Abdul. 2014. *Pengaruh Akupresure Terhadap Kualitas Tidur Lansia Di Balai Perlindungan Sosial Tresna Werda Ciparay*. Tesis. Bandung: Universitas Padjajaran.
- Nursalam. 2013. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Edisi 3. Surabaya: Salemba Medika
- Patmonodewo, S. 2008. *Pendidikan Anak PraSekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Roberts CA. 2010. *Unaccompanied hospitalized children: a review of the literature and incidence study*. *Journal of Pediatric Nursing* 25:470-476
- Savitri, Helda Tsani, dkk. 2015. "Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia 1-5 Tahun Yang Terpasang Infus Di Ruang Anak Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang", Seminar Nasional Forum Dosen Indonesia: Program Studi Keperawatan STIKes Muhammadiyah Palembang.
- Setiawan, Anggi. 2015. "Pemberian Terapi Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Pada Asuhan Keperawatan An. N Dengan Infeksi Saluran Pernapasan Akut di ruang Melati RSUD Karanganyar", *Karya Tulis Ilmiah*, Surakarta: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kusuma.
- Sihaloho, N. 2015. "Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Kualitas Tidur Anak Usia Sekolah Yang Di Rawat Di RSUD Dr. Pringadi Medan", Skripsi, Medan: Fakultas Kesehatan Universitas Sumatera Utara.
- Soetjningsih. 2013. *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: EGC
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Supartini, Y. 2004. *Buku Ajar Konsep Keperawatan Anak*, Jakarta: EGC
- Tarwoto & Wartonah. 2010. *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan Edisi Ketiga*. Jakarta: Salemba Medika.
- Wavy. 2008. *The Relationship Between Time Management, Perceived Stress, Sleep Quality and Academic Performance Among University*.
- Yuniartini, dkk. 2013 "Pengaruh Terapi Bercerita Terhadap Kualitas Tidur Anak Usia Prasekolah Yang Menjalani Hospitalisasi Di Ruang Anak RSUP Sanglah Denpasar", *Jurnal*: Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. Diakses online di <http://ojs.unud.ac.id> (8 Agustus 2015).