

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa bayi merupakan masa keemasan sekaligus masa kritis perkembangan seseorang karena pada masa bayi sangat peka terhadap lingkungan, masa bayi berlangsung sangat singkat dan tidak dapat diulang kembali. Bayi adalah usia 1-12 bulan. Salah satu faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang bayi adalah tidur dan istirahat. Aspek yang perlu diperhatikan pada kebutuhan tidur adalah juga dari aspek kualitas dan kuantitas. Pertumbuhan dan perkembangan bayi dapat tercapai maksimal dengan adanya lama tidur pada bayi yang baik dan cukup. (Fitriani,2022). Berdasarkan data WHO terdapat 335 bayi mengalami masalah tidur. Dari penelitian didapat 30% ibu melaporkan masalah tidur pada bayi mereka. Di Indonesia sekitar 44, 2% bayi mengalami masalah tidur berupa terbangun pada malam hari (Susanti & Hety, 2020). Bagi bayi yang cukup tidur akan lebih segar dan tidak gampang rewel. Bayi dikatakan mengalami gangguan tidur jika pada malam harinya durasi tidur kurang dari 9 jam, frekuensi bangun lebih dari 3 kali dan lama jam terbangun lebih dari 1 jam. Selama tidur bayi tampak rewel, sulit tidur Kembali dan menangis. (Irianti & Karlinah, 2021) Permasalahn tersebut bisa diatasi salah satunya menggunakan pijat bayi.

Pijat bayi merupakan stimulasi sentuhan tertua yang sudah berabad- abad dari nenek moyang kita. Yang telah mengenalkan pemijatan secara turun temurun. Sentuhan pijat bayi akan merangsang hormon betha endhorpin yang akan membantu mekanisme pertumbuhan dan merangsang hormon oksitosin dan menurunkan hormon kortisol sehingga bayi dan balita menjadi lebih rileks dan tenang sehingga perkembangan akan lebih optimal. (Pamungkas , 2021)

Pijat bayi membantu meningkatkan kadar sekresi serotonin. Serotonin merupakan hormon neurotransmitter atau hormon yang menghantarkan pesan

dari satu bagian otak ke bagian otak yang lain. Hormon serotonin ini akan diubah menjadi melatonin. Fungsi melatonin adalah memberikan rangsangan berupa rasa kantuk serta memberi ketenangan yang membantu tidur bayi menjadi lelap (Roesli, 2015). Hal ini di dukung oleh penelitian Field et al (2016) yang menyatakan bahwa terapi pijat menggunakan minyak mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap total waktu tidur bayi dimalam hari dibandingkan dengan waktu tidur bayi yang diberi terapi pijat tanpa menggunakan minyak

Pijat bayi dapat dilakukan segera setelah bayi lahir. Waktu yang tepat dilakukan pijat bayi yaitu pada pagi hari saat orang tua dan anak memulai hari baru. Dan sore hari untuk membantu anak tidur terlelap (Marta, 2014). Pemijatan bayi saat ini sangat baik dilakukan oleh orang tua bayi, baik ibu, ayah nenek ataupun orang terdekat yang ada di dalam rumah. Atau terapis yang sudah tersertifikasi untuk pijat bayi juga sangat dianjurkan untuk hal tersebut. Usia 1-3 bulan disarankan gerakan halus disertai tekanan ringan dalam waktu yang singkat. 3 bulan – 12 bulan disarankan dilakukan dengan tekanan dan waktu yang semakin meningkat (Mahayu, 2016)

Saat ini berbagai terapi telah dikembangkan, baik terapi farmakologis maupun non farmakologis. Hal ini salah satu upaya terapi non farmakologis untuk meningkatkan lama tidur yaitu dengan Pijat Bayi. Pijat Bayi merupakan salah satu jenis stimulasi yang akan merangsang perkembangan struktur maupun fungsi dari kerja sel-sel dalam otak (Riksani, 2014).

Berdasarkan data di atas maka peneliti ingin mengetahui lebih lanjut tentang “Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Lama Tidur Bayi usia 1-12 bulan di Lmombabyspa Wonogiri” dikarenakan sebanyak kurang lebih 35 bayi usia 1-

12 bulan yang ibunya mengeluhkan bayinya tidur kurang lama di Lmomnbabyspa. Maka dari itu peneliti ingin melakukan penelitian pada permasalahan tersebut dan menggunakan tempat penelitian di Lmomnbabyspa Wonogiri.

B. Rumusan masalah

“Apakah ada pengaruh pijat bayi terhadap lama tidur bayi usia 1-12 bulan di Lmomnbabyspa Wonogiri”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap lama tidur bayi usia 1-12 bulan di Lmomnbabyspa Wonogiri.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi lamanya tidur bayi usia 1-12 bulan sebelum dilakukan pijat bayi di Lmomnbabyspa Wonogiri.
- b. Mengidentifikasi lamanya tidur bayi usia 1-12 bulan sesudah dilakukan pijat bayi di Lmomnbabyspa Wonogiri.
- c. Menganalisis pengaruh pijat bayi terhadap lamanya tidur bayi usia 1-12 bulan di Lmomnbabyspa Wonogiri.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan serta wawasan dalam kebidanan terutama pengaruh pijat bayi terhadap lamanya tidur bayi usia 1-12 bulan.

2. Praktis

a. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini dapat di gunakan sebagai bahan referensi dalam teori tentang pijat bayi sebagai bahan ajar kepada mahasiswa.

b. Bagi Bidan

Hasil penelitian ini dapat menambah informasi dan motivasi bidan

terhadap pijat bayi sehingga dapat mengembangkan intervensi dalam peningkatan pemenuhan kebutuhan untuk melakukan pijat bayi terhadap lama tidur bayi usia.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan dasar acuan/referensi untuk mengembangkan penelitian selanjutnya sehubungan dengan pengaruh pijat bayi terhadap lama tidur bayi.

E. Keaslian Penelitian

1. Angestu Erlawati, Ika Oktaviani, Yuliawati Yuliawati tahun 2019 dengan tema “Hubungan Pijat Bayi Dengan Lama Waktu Tidur Pada Bayi” Jenis penelitian ini adalah pre eksperimen dengan pendekatan *one group pretest post test*. Instrumen pengumpulan data menggunakan kuesioner. Pengambilan sampel menggunakan teknik nonprobability sampling dengan metode consecutive sampling dengan jumlah 25 responden. Analisis univariat menggunakan analisis mean, median dan bivariat dengan menggunakan uji statistik nonparametrik dependen Wilcoxon signed ranks test. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata lama tidur bayi sebelum dilakukan treatment baby massage adalah 12,88 jam. Rata-rata lama tidur bayi setelah dilakukan terapi pijat bayi adalah 14,32 jam. Hasil uji statistik hubungan pijat bayi dengan lama tidur pada bayi usia 3-6 bulan diperoleh p value 0,000. Ada hubungan pijat bayi dengan lama tidur pada bayi usia 3-6 bulan.

Persamaan dengan penelitian ini yaitu mengenai pijat bayi terhadap lama tidur bayi serta jenis penelitian yang digunakan analisis bivariat serta jenis uji Wilcoxon sign rank test. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu instrument pengumpulan data dimana dalam penelitian ini menggunakan pengumpulan data observasi. Serta sampel yang digunakan sebanyak 20 obayi.

2. Henik Istiqomah, Devi Dwi Kurniasari, Siswiyati tahun 2020 dengan tema “Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Lama Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan di

Desa Jemawan Kecamatan Jatinom Kabupaten Klaten” Metode: Penelitian quasy eksperiment dengan one group pretest-posttest design. Pengambilan sampel menggunakan teknik sampling jenuh dengan jumlah 32 bayi. Analisis bivariat menggunakan uji statistik non parametrik Wilcoxon dengan tingkat kesalahan 5%. Pijat bayi dilakukan bayi usia 3-6 bulan ke seluruh tubuh bayi selama 30 menit, pijat bayi dilakukan 2 kali seminggu dalam 4 minggu. Hasil : Penelitian ini menunjukkan hasil bahwa lama tidur bayi sebelum dilakukan pemijatan sebagian besar kurang dari 13 jam sebanyak 18 bayi (56,25%) dan lama tidur bayi setelah dilakukan pemijatan normal 13-15 jam. sebanyak 27 bayi (84,38%). Hasil uji Wilcoxon diperoleh $p = 0,000$ ($p < 0,05$) maka H_a diterima. Kesimpulan: Ada pengaruh pijat bayi terhadap lama tidur bayi umur 3-6 bulan di Desa Jemawan Kecamatan Jatinom Kabupaten Klaten.

Persamaan dengan penelitian ini yaitu metode penelitian yang digunakan yaitu *experiment* dengan *one group pretest- posttest design*. Serta menggunakan uji Wilcoxon. Untuk perbedaannya yaitu usia yang digunakan dipenelitian ini di usia bayi 1-12 bulan. Dan sampel yang digunakan 30 bayi. Serta lama observasi di penelitian ini yaitu selama seminggu dimana setiap hari dilakukan terapi pijat pada pagi atau sore hari.

3. Ellyzabeth Sukmawati, Norif Didik Nur Imanah tahun 2020 “ Efektivitas Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur” Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pre eksperimental dengan pendekatan pretest posttest one group design. Penelitian ini dilakukan di bidan praktik mandiri Emy Winarni Kesugihan Cilacap. Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah ibu bayi yang berjumlah 30 bayi dengan menggunakan teknik sampling total population. Hasil penelitian ini adalah Terdapat efektivitas pijat bayi terhadap peningkatan kualitas tidur bayi dibuktikan dengan responden yang mengalami peningkatan kualitas tidur sebagian besar (73,33%) responden mempunyai kualitas tidur yang baik.

Persamaan dengan peneliti ini yaitu metode yang digunakan *pre eksperimental dengan pendekatan pretest posttest one group design*. Dan jumlah sampel yang digunakan yaitu 20 bayi. Untuk perbedaannya yaitu tempat penelitiannya. Dan untuk usia yang digunakan. Dalam penelitian ini menggunakan usi 1-12 bulan.