

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. LATAR BELAKANG MASALAH**

Kualitas bayi dapat dinilai dari proses tumbuh kembangnya. Salah satu faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang bayi adalah tidur dan istirahat, saat bayi tidur berbagai fungsi organ tubuh bayi meningkat pesat, seperti fungsi otak, metabolisme hormon, dan berbagai fungsi tubuh lainnya. Telah dilaporkan bahwa hormon penting ternyata meningkat pesat yang juga berakibat meningkatkan fungsi otak selama tidur (Wardhani, 2016; Ulfa, 2015:131).

Aktivitas tidur diyakini dapat membantu proses perkembangan. Oleh sebab itu bayi atau anak balita memiliki jam tidur yang sangat panjang. Ketika tidur, energi yang didapatkan dari asupan makanan yang ia makan akan digunakan seoptimal mungkin untuk pertumbuhan badan dan otaknya. Jika anak kurang tidur maka perkembangan dan pertumbuhannya akan terganggu. Selain itu, orangtua juga akan sangat kelelahan dan keletihan. Waktu yang seharusnya digunakan untuk tidur justru digunakan untuk menjaga anak (Ulfa, 2015:130-131).

Gangguan tidur pada anak ternyata cukup sering ditemui oleh orangtua, tetapi sayangnya kondisi ini jarang ditangani secara serius dan dianggap biasa. Diduga sekitar 20-40 anak usia dibawah 3 bulan mengalami gangguan tidur. Dalam usia 6 bulan sampai 2 tahun, sekitar 30% anak diduga mengalami gangguan tidur dan sekitar 20% anak usia 2-5 tahun juga mengalaminya. Bila gangguan ini tidak ditangani serius, ternyata dapat disertai berbagai gangguan perilaku dan gangguan belajar di sekolah (Ulfa, 2015:133)

Salah satu cara yang dapat digunakan untuk meningkatkan tidur bayi adalah dengan pemijatan. Bayi yang dipijat akan merasa nyaman dan dapat tidur lebih lama dan tidur dengan lelap, sedangkan pada waktu bangun daya konsentrasinya akan penuh (Riksani, 2012).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Nugraini (2016:87), diketahui bahwa rata-rata lama tidur bayi yang diberikan pemijatan adalah 11 jam dan paling lama 18 jam dengan rata-rata tidur adalah 15,90 jam per hari. Rata-rata lama tidur ini lebih tinggi dari teori yang ada karena menurut Potter & Perry (2010), pola tidur normal pada bayi yaitu biasanya beberapa kali tidur siang, namun tidur rata-rata selama 8 sampai 10 jam di malam hari dengan waktu tidur total 15 jam setiap hari.

Hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti di posyandu balita Desa Samiran Kecamatan Selo Kabupaten Boyolali. Dari salah satu kader posyandu dilakukan observasi, diperoleh data jumlah bayi di desa Samiran adalah 38 bayi, 12 bayi usia 3-6 bulan 41% dilaporkan mengalami masalah ketika tidur. Keluhan yang dilaporkan oleh ibu berbeda-beda pada setiap bayi. Ada yang melaporkan bayinya sering terbangun ketika tidur di malam hari lebih dari 3 kali, menangis dengan kencang selama 2-3 jam terjadi kurang lebih 3 hari. Dari 12 ibu bayi di Desa Samiran, ada 4 orang yang rutin memijat bayinya di dukun.

Berdasarkan hal di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Upaya peningkatan Lama Tidur Bayi dengan Terapi Pijat Bayi”.

## **B. RUMUSAN MASALAH**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimanakah gambaran lama tidur bayi sebelum dan sesudah dilakukan terapi pijat bayi?”.

## **C. TUJUAN PENELITIAN**

### **1. Tujuan Umum**

Mendiskripsikan hasil terapi pijat bayi sebagai upaya peningkatan lama tidur bayi di Desa Samiran.

### **2. Tujuan Khusus**

a. Mendeskripsikan hasil pengamatan lama tidur bayi sebelum dilakukan terapi pijat.

- b. Mendeskripsikan hasil pengamatan lama tidur bayi sesudah dilakukan terapi pijat.
- c. Mendeskripsikan peningkatan lama tidur bayi sebelum dan sesudah dilakukan terapi pijat.

#### **D. MANFAAT PENELITIAN**

##### **1. Manfaat Teoritis**

Secara teoritis hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan informasi tentang peningkatan lama tidur bayi dengan terapi pijat bayi sebagai dasar penelitian selanjutnya.

##### **2. Manfaat Praktis**

###### a. Bagi Orangtua Responden

Dengan adanya penelitian ini maka peneliti dapat memberikan informasi kepada orangtua responden tentang manfaat pijat bayi sebagai upaya peningkatan lama tidur.

###### b. Bagi Bidan di Desa Samiran.

Hasil penelitian ini dapat menjadi salah satu alternatif asuhan dalam meningkatkan lama tidur pada bayi.

###### c. Bagi STIKES 'Aisyiyah Surakarta

Sebagai tambahan informasi di perpustakaan.