

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Bayi merupakan dasar awal dari kehidupan manusia dimana pertumbuhan dan perkembangan menjadi faktor untuk menuju tahapan berikutnya. Masa ini sangat tergantung dari orang tua dalam hal pemenuhan kebutuhan dasar untuk tumbuh kembangnya (Ikada Septi Arimurti, , Putri Handayani Setyaningsih, 2021).

Tumbuh kembang, bertujuan untuk menemukan secara dini adanya penyimpangan pemantauan (status gizi kurang atau buruk, anak pendek), penyimpangan perkembangan (terlambat bicara), dan penyimpangan mental emosional anak (gangguan konsentrasi dan hiperaktif). Selain itu tumbuh kembang bertujuan untuk mengetahui pertumbuhan dan perkembangan anak serta menemukan secara dini adanya gangguan tumbuh sehingga dapat ditindaklanjuti agar hasilnya lebih baik (Hanifa, 2022).

Pada tahun 2018, UNICEF (*United Nations Children's Fund*) mendapati banyak dari 200 juta anak yang umurnya di bawah 5 tahun di seluruh dunia merasakan keterlambatan berkembang, hampir keseluruhan dari mereka hidup di benua Asia dan Afrika. Menurut WHO (*World Health Organization*) secara global sekitar 20-40% bayi usia 0-2 tahun mengalami masalah keterlambatan dalam proses perkembangan. Prevalensi masalah perkembangan anak diberbagai negara maju dan berkembang di antaranya Amerika sebesar 12-16%, Argentina 22% dan Hongkong 23%. Menurut Depkes RI (2019) menyatakan bahwa 16% bayi di Indonesia mengalami gangguan perkembangan saraf dan otak mulai ringan sampai berat (Amru et al., 2022)

Faktor yang mempengaruhi perkembangan dan pertumbuhan bayi adalah terpenuhinya kebutuhan tidur. Tidur merupakan salah satu perangsang pertumbuhan otak karena 75% hormon diproduksi ketika bayi tertidur. Hormon ini memiliki tugas merangsang pertumbuhan tulang dan jaringan, dan mengatur metabolisme tubuh, termasuk otak. Selain itu, hormon pertumbuhan juga memungkinkan tubuh untuk memperbaiki dan

memperbarui semua sel yang ada dalam tubuh (Sukmawati & Imanah, 2020).

Menurut data yang dikeluarkan oleh *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2018 dan diterbitkan dalam *Journal of Pediatrics*, gangguan tidur mempengaruhi sebanyak 33% bayi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan di seluruh dunia tentang masalah tidur bayi tertinggi ditemukan sebesar 36-41% di Australia, 10-30% di AS, 11% di Thailand, 15-35% di Selandia Baru dan 76% di Cina. Pada bayi dan anak - anak masalah tidur sebagian besar seperti kesulitan untuk tidur, bangun malam disertai anak mudah menangis (Sumarni & Injiyahi, 2024).

Indonesia cukup banyak bayi yang mengalami masalah tidur, yaitu sekitar 44,2% bayi mengalami gangguan tidur seperti sering terbangun di malam hari. Namun lebih dari 72% orang tua menganggap gangguan tidur pada bayi bukan suatu masalah atau hanya masalah kecil. hal tersebut diungkapkan oleh sebuah penelitian yang dilaksanakan di lima kota besar di Indonesia (Jakarta, Bandung, Medan, Palembang dan Batam). Menurut hasil penelitian dengan jumlah responden 385 orang, diperoleh data 51,3% bayi mengalami gangguan tidur, 42% jam. Gangguan tidur pada bayi di Jawa Tengah pada tahun 2018 memiliki prevalensi sekitar 44% bayi yang mengalami gangguan tidur seperti sering terbangun di malam hari dan kurang tidur (Nugroho et al., 2023).

Kualitas tidur bayi adalah mutu atau keadaan fisiologis tertentu yang didapatkan selama seseorang tertidur, yang memulihkan proses-proses tubuh yang terjadi pada waktu orang itu bangun (Farida, 2024). Kualitas tidur yang baik ditunjukkan dengan jumlah jam tidur bayi yang cukup, bayi dapat jatuh tidur dengan mudah di malam hari, bugar saat bangun dan tidak rewel (Soleha & Novitasari, 2019).

Kualitas tidur dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu sesuai kebutuhan istirahat, lingkungan, fisik, olahraga, nutrisi dan penyakit. Ingat pentingnya waktu tidur bagi bayi, maka perlunya tidur harus benar- benar agar tidak berpengaruh buruk terhadap perkembangannya. (Fadila et al., 2021). Bayi dikatakan mengalami gangguan tidur jika pada malam hari

tidurnya kurang dari 9 jam, terbangun lebih dari 3 kali dan lama terbangunnya lebih dari 1 jam (Irianti & Karlinah, 2021).

Kualitas tidur yang buruk pada bayi dapat mengakibatkan berbagai dampak negatif yang signifikan, memengaruhi kesehatan fisik, kesejahteraan emosional, perkembangan kognitif, dan keterampilan motorik bayi. Tanpa tidur yang cukup, bayi akan mengalami masalah kesehatan seperti pertumbuhan yang terhambat dan penurunan fungsi sistem kekebalan tubuh. Secara emosional, mereka cenderung lebih mudah marah dan rewel, yang dapat memengaruhi perkembangan kognitif, seperti kemampuan belajar dan konsentrasi (Muawanah et al., 2019).

Terapi untuk meningkat kualitas tidur sudah banyak dikembangkan baik seperti menggunakan aroma terapi, musik dan pijat. *Baby Massage* (pijat bayi) termasuk terapi non farmakologi yang sangat bermanfaat untuk peningkatan kualitas tidur bayi. Perkembangan sel-sel otak juga dapat dipacu agar perkembangan lebih maksimal dengan dilakukan stimulus pijat pada bayi (Saidah et al., 2020).

Pijat bayi telah terbukti membantu mengatasi masalah tidur dan meningkatkan kualitas tidur mereka. Penelitian telah menunjukkan bahwa pijat bayi dapat dimulai sejak bayi baru lahir pada usia 1-3 hari, yang dapat memengaruhi pola tidur mereka. Studi lain juga menunjukkan bahwa pijatan pada bayi berusia 3-6 bulan dapat meningkatkan kualitas tidur hingga 70%. Dengan pijatan ini, bayi dapat tidur lebih tenang, nyenyak, dan lelap (Yanti et al., 2021).

Hasil wawancara yang dilakukan penulis dengan 13 ibu yang mempunyai bayi usia 0-6 bulan di Puskesmas Pucangsawit, Kecamatan Jebres, Kota Surakarta, dari 13 ibu ada 2 ibu yang mempunyai bayi usia 6 bulan memiliki gangguan tidur. Sebagian besar ibu mengatakan belum mengetahui tentang manfaat pijat bayi dan cara melakukan pijat bayi yang baik dan benar, ibu bayi juga mengatakan melakukan pijat hanya sesekali di dukun bayi saat bayi sering rewel atau kelelahan. Berdasarkan data tersebut peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Penerapan Pijat Bayi

Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 0-6 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Pucangsawit.”

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas maka permasalahan yang dapat dirumuskan adalah “Bagaimanakah Kualitas Tidur Bayi Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Penerapan Pijat Bayi Usia 0-6 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Pucangsawit?”.

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Mendeskripsikan Hasil Penerapan Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 0-6 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Pucangsawit.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mendeskripsikan kualitas tidur bayi usia 0-6 bulan sebelum dilakukan penerapan pijat bayi di wilayah kerja Puskesmas Pucangsawit.
- b. Mendeskripsikan kualitas tidur bayi usia 0-6 bulan sesudah dilakukan penerapan pijat bayi di wilayah kerja Puskesmas Pucangsawit.
- c. Mendeskripsikan perbandingan hasil akhir kualitas tidur antara 2 responden.

## **D. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini, diharapkan memberi manfaat bagi :

### **1. Bagi Masyarakat**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada pembaca hasil tulisan secara luas tentang penerapan terapi pijat bayi sebagai teknik non farmakologi untuk meningkatkan kualitas tidur bayi

### **2. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan :**

- a. Dapat digunakan sebagai penelitian pendahuluan untuk mengawali penelitian lebih lanjut tentang terapi pijat bayi secara tepat dalam upaya meningkatkan kualitas tidur bayi pada bayi dengan gangguan kualitas tidur.

b. Sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksanaan penelitian bidang keperawatan tentang penerapan pijat bayi pada bayi dengan gangguan kualitas tidur pada masa yang akan datang dalam rangka peningkatan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan.

3. Bagi Penulis

Untuk memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi riset keperawatan di tatanan pelayanan keperawatan, khususnya penelitian tentang pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi pada bayi dengan gangguan kualitas tidur.