

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pijat bayi merupakan salah satu jenis stimulasi yang akan merangsang perkembangan struktur maupun fungsi dari kerja sel-sel dalam otak. Sensasi sentuhan merupakan sensori yang paling berkembang saat lahir. Pijat bayi merupakan salah satu cara yang menyenangkan untuk menghilangkan ketegangan dan perasaan gelisah terutama pada bayi. Pijatan lembut akan membantu mengendurkan otot-ototnya sehingga bayi menjadi tenang dan tidurnya nyenyak (Riksani, 2014).

Bayi merupakan anak usia dibawah satu tahun yang baru memasuki tahap awal kehidupan ditandai dengan terjadinya perkembangan yang cepat. Faktor yang mempengaruhi perkembangan pada bayi salah satunya adalah istirahat atau lamanya waktu tidur. Tubuh bayi akan memproduksi hormon pertumbuhan ketika tidur, sehingga bayi membutuhkan waktu tidur yang cukup untuk mendapatkan perkembangan yang optimal (Permata, 2017).

Tidur merupakan salah satu bentuk adaptasi bayi terhadap lingkungannya. Pada saat bayi telah lahir, kebutuhan tidur pada bayi 16-20 jam sehari. Memasuki usia 2 bulan bayi mulai lebih banyak tidur pada malam hari dibandingkan siang hari. Sampai usia 3 bulan, bayi yang baru lahir akan tidur selama 15-17 jam sehari, dengan pembagian waktu 8 jam untuk tidur siang hari dan 9 jam untuk tidur malam. Semakin usia bayi bertambah maka jam tidurnya juga semakin berkurang. Total jumlah waktu tidur bayi usia 0-6 bulan berkisar antara 13-15 jam sehari. Pada bayi usia 6 bulan pola tidurnya mulai tampak mirip orang dewasa (Zaen & Arianti, 2019).

Berdasarkan data WHO (*World Health Organization*) tahun 2018 dalam jurnal *Pediatrics*, tercatat sekitar 40% bayi mengalami masalah tidur. Penelitian yang dilakukan oleh Hiscock (2012) di Melbourne Australia didapatkan hasil bahwa 32% ibu melaporkan terdapat kejadian berulang masalah tidur pada bayi mereka. Penelitian tersebut menggambarkan masih banyak kejadian masalah tidur yang

dialami bayi dan kejadian tersebut bisa menetap ataupun terulang kembali (Hiscock *et all*, 2012). Data lain 10% dari 359 pasangan ibu dan anak berusia 6, 12, 24, dan 36 bulan melaporkan masalahtidur. Penelitian lain, 55 persen dari ibu melaporkan bahwa bayi mereka memiliki masalah tidur, sebagian besar bayi terbangun 2-4 kali per malam untuk rata-rata 45 menit per malam (Yunita dkk., 2020).

Di Indonesia cukup banyak bayi yang mengalami gangguan tidur, yaitu sekitar 44,2%. Lebih dari 72% orang tua tidak menganggap gangguan tidur pada bayi sebagai masalah. Padahal masalah tidur bisa mengganggu tumbuh kembang bayi (Darah, dan Sulistiyanti, 2016). Pemberian stimulasi berupa pijat bayi dapat membantu bayi tidur dengan nyenyak. Pijat bayi merupakan salah satu cara yang mampu menimbulkan perasaan nyaman bagi bayi karena dengan sentuhan lembut membantu merileksasikan ketegangan otot sehingga bayi menjadi tenang dan tidur dengan nyenyak.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Rumah Sehat Nabila, mewawancari 10 orang tua hasil wawancara dengan 7 orang tua bayi yang tidak pernah memijatkan bayinya mengatakan bayinya sering terbangun dimalam hari dan jumlah tidurnya kurang dari 11 jam perhari. Bayi yang jam tidurnya kurang, keesokan harinya sering rewel dan menangis menjadikan orangtuanya cemas dan gelisah, sedangkan 3 orang tua bayi mengatakan pernah menstimulasi bayinya dengan pijat bayi ke klinik yang menyediakan fasilitas pijat bayi dan menjelaskan bahwa jumlah tidur bayinya normal dengan rata-rata 15 - 16 jam perhari dan 8 dari 10 bayi yang tidurnya kurang yang datang di Rumah Sehat Nabila Gemolong berusia 3-12 bulan.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pada bayi umur 3 - 12 bulan lebih lanjut tentang “Pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi di Rumah Sehat Nabila Gemolong”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut maka dapat dirumuskan masalah yaitu: Apakah ada pengaruh kualitas tidur bayi sebelum dilakukan pijat bayi di Rumah Sehat Nabila Gemolong?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi di Rumah Sehat Nabila Gemolong.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengidentifikasi kualitas tidur bayi sebelum dilakukan pijat bayi di Rumah Sehat Nabila Gemolong.
- b. Untuk mengidentifikasi kualitas tidur bayi setelah dilakukan pijat bayi di Rumah Sehat Nabila Gemolong.
- c. Untuk menganalisa perbedaan kualitas tidur bayi sebelum dan setelah dilakukan pijat bayi di Rumah Sehat Nabila Gemolong.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah :

1. Teoritis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Menambah khasanah ilmu pengetahuan kebidanan khususnya ilmu kebidanan yang berdasarkan pada penerapan Thibbun Nabawi tentang pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sumber data awal bagi peneliti berikutnya yang berminat melakukan penelitian sejenis atau serupa dengan melibatkan variabel yang lebih luas.

2. Praktis

Dari penelitian ini akan diperoleh manfaat secara praktis diantaranya :

a. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadikan bahan pertimbangan dalam menerapkan pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi di Rumah Sehat Nabila Gemolong.

b. Bagi Tenaga Kesehatan (Bidan)

Sebagai salah satu alternatif bidan dalam memberikan sentuhan rasa nyaman dalam meningkatkan kualitas tidur bayi.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian ini dibuat dan diteliti oleh peneliti sendiri tanpa ada penelitian yang sama. Namun ada beberapa penelitian sebelumnya yang hampir serupa dengan penelitian ini adalah :

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Penulis dan Tahun	Judul	Persamaan	Perbedaan
1.	Tiara Pratiwi, S.ST., M.Keb Tahun 2021	Pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 1-6 bulan	Antara penelitian dengan penulis terletak pada variabel yang akan diteliti, yaitu meneliti tentang pengaruh pijat bayi dan kualitas tidur bayi	Perbedaan diusia responden, peneliti menggunakan usia 1-6 bulan sedangkan penulis meneliti usia 6-12 bulan
2.	Rita Kamalia& Nurayuda 2020	Pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 3-6 bulan	Desain penelitian sama-sama menggunakan <i>Pre and Post Experimental</i>	Perbedaan diusia responden, peneliti menggunakan usia 3-6 bulan sedangkan penulis meneliti usia 6-12 bulan
3.	Yunita Citra Dewi, Nurma& Dhini	Pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 6-12 bulan	Sampel kasus diambil menggunakan teknik <i>purposive sampling</i> yaitu 30 orang. Analisa data yang digunakan adalah analisa univariat dan bivariat dengan uji <i>wilcoxon</i> .	Perbedaan diusia responden, peneliti Menggunakan usia 6-12bulan, sedangkan penulis meneliti usia 3-12bulan

