

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Berdasarkan *World Health Organization* (WHO) yang dicantumkan dalam jurnal *pediatrics* pada tahun 2018, diperkirakan sekitar 335 bayi mengalami masalah tidur. Dalam sebuah penelitian lainnya disampaikan, didapatkan hasil 30% ibu melaporkan terdapat kejadian berulang masalah tidur pada bayi mereka. Di Indonesia 44,2% bayi mengalami masalah tidur berupa terbangun pada malam hari (Susanti & Hety, 2020). Bagi bayi yang mengalami cukup tidur akan lebih seger 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).

Saat ini berbagai terapi telah dikembangkan, baik terapi farmakologis maupun non farmakologis. Salah satu terapi non farmakologis untuk mengatasi masalah tidur bayi adalah pijat bayi. Pijat bayi merupakan salah satu jenis stimulasi yang akan merangsang perkembangan struktur maupun fungsi dari kerja sel-sel dalam otak (Riksani, 2014). Penelitian klinis menunjukkan bahwa sentuhan sayang akan membantu bayi tumbuh lebih kuat dan tidur lebih nyenyak. Menurut penelitian Devi Dwi Kurniasari, dkk (2020), terdapat pengaruh pijat bayi terhadap lama tidur bayi dibuktikan dengan responden yang mengalami peningkatan lama tidur bayi sebanyak 84,38% bayi.

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).

Pada Studi pendahuluan di PMB Sagita Darma Sari Palembang didapatkan data bayi yang melakukan pijat bayi dibulan Februari 2024 sebanyak 24 bayi yang ibunya mengeluh bayinya kurang cukup tidur dan rewel.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan di PMB Sagita Darma Sari Palembang.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka rumusan permasalahan dalam penelitian ini adalah “Apakah Ada Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Di PMB Sagita Darma Sari Palembang?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Di PMB Sagita Darma Sari Palembang

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dalam penelitian ini adalah:

- a. Untuk mengidentifikasi peningkatan kualitas tidur bayi usia 3-6 bulan sebelum dilakukan pijat bayi di PMB Sagita Darma Sari Palembang
- b. Untuk mengidentifikasi peningkatan kualitas tidur bayi usia 3-6 bulan setelah dilakukan pijat bayi di PMB Sagita Darma Sari Palembang
- c. Untuk menganalisa perbedaan kualitas tidur bayi sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi usia 3-6 bulan di PMB Sagita Darma Sari Palembang

D. Manfaat Penelitian

Adapun penelitian ini memiliki manfaat secara teoritis dan praktis, yaitu sebagai berikut:

1. Bagi Praktik Mandiri Bidan (Terkait)

Bagi bidan di PMB diharapkan dapat dijadikan bahan pertimbangan dalam mengedukasikan pijat bayi kepada ibu-ibu dalam mengatasi masalah tidur bayi.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai sumber acuan serta ide-ide yang baru dalam penelitian selanjutnya terutama yang berhubungan dengan pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan kualitas tidur bayi usia 3-6 bulan.

3. Bagi Responden

Diharapkan bagi ibu atau keluarga dapat melakukan pemijatan sendiri dirumah agar kualitas tidur bayi meningkat dengan baik.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No.	Penulis dan Tahun	Judul	Persamaan	Perbedaan
1.	Widya Mariyana, dkk (2023)	Pengaruh <i>Baby Massage</i> Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 6-12 Bulan Di Desa Meteseh Boja Kendal	Melakukan <i>baby massage, pra eksperimen</i> dengan <i>one group pre test post test</i> , sampel 30 responden	Perbedaan sampel bayi usia 6-12 bulan, pengumpulan data menggunakan <i>Brief Infant Instrument Questionntre (BISQ)</i> , wawancara kepada 6 ibu bayi, <i>purposive sampling</i>
2.	Kamariah & Dini. F. D (2023)	<i>Baby Massage</i> Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur	Melakukan <i>baby massage, pra eksperimen</i> dengan <i>one group pre test</i>	Perbedaan teknik sampel <i>purposive sampling</i> , jumlah sampel 37 responden,

		<i>post test</i> , pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner, sampel bayi usia 3-6 bulan	perlakuan selama 2 minggu dengan frekuensi 3 kali seminggu dan durasi 30 menit.
3. Febri Safitri (2023)	Efektivitas Pijat Bayi Usia 6-12 Bulan Terhadap Kualitas Tidur Di Posyandu Rw.01 Kelurahan Gunung Batu Kota Bogor	Jenis penelitian <i>pre eksperimen</i> dengan rancangan <i>one</i> <i>grup pretest-</i> <i>posttest design</i> , instrument lembar kuesioner, purposive sampling, sample 20 responden	Pemijatan selama 2 minggu dengan 6x pertemuan durasi 20 menit
