

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Bayi merupakan harapan masa depan keluarga dan bangsa karena menjadi aset penting dalam mendukung pembangunan berkelanjutan suatu negara (Yolanda, 2018). Masa bayi, khususnya usia 1–12 bulan, adalah periode emas yang membutuhkan perhatian ekstra, terutama terkait tidur. Tidur memiliki peran vital dalam mendukung perkembangan otak dan kognitif bayi, serta berdampak langsung terhadap pertumbuhan fisik, seperti penambahan berat dan panjang badan, tumbuh gigi, hingga perkembangan motorik dan sensorik (Kamalia dan Nurayuda, 2022; Davis dan Lee, 2017). Saat bayi tidur, otaknya mengalami pertumbuhan pesat hingga mencapai 80% dari kapasitas otak dewasa di tahun pertama kehidupannya (Kusumastuti et al., 2016).

Sayangnya, masalah tidur pada bayi cukup umum terjadi. Menurut data dari World Health Organization (WHO) yang diterbitkan dalam jurnal *Pediatrics*, pada tahun 2018 ada sekitar 33% bayi yang mengalami masalah tidur (Handayani dan Maryatun, 2024). 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 dan Injiyahi, 2024). Pada penelitian Mindell et al., (2018) yang dilakukan di Asia, termasuk Indonesia (dilakukan di Tulungagung) menyebutkan bahwa 25–50% orang tua mengeluhkan anaknya mengalami gangguan tidur.

Penelitian menunjukkan bahwa sekitar 31% bayi di Indonesia usia 0–36 bulan mengalami gangguan tidur, namun banyak orang tua yang tidak menyadarinya (Retnosari et al., 2021). Gangguan tidur pada bayi di Jawa Tengah pada tahun 2018 memiliki prevalensi sekitar 44% bayi yang mengalami

gangguan tidur seperti sering terbangun dimalam hari dan kurang tidur (Nugroho et al., 2023 dalam Handayani dan Maryatun, 2024). Gangguan tidur ini bisa ditandai dengan waktu tidur malam kurang dari 9 jam, terbangun lebih dari tiga kali, dan kesulitan untuk kembali tidur (Cahyaningsih dan Kamidah, 2024). Kualitas tidur bayi bukan hanya soal durasi, tetapi juga kenyamanan dan ritmenya, yang semuanya berkontribusi terhadap tumbuh kembang optimal.

Salah satu cara efektif untuk meningkatkan kualitas tidur bayi adalah melalui pijat bayi. Sentuhan dalam pijat merangsang hormon serotonin dan melatonin yang berperan dalam menciptakan rasa tenang dan mendukung tidur yang nyenyak (McClure, 2016; kemenkes, 2024). Pijat bayi juga merupakan bentuk stimulasi multisensori, mencakup aspek taktil, visual, kinestetik dan auditory, yang semakin memperkaya perkembangan bayi. IDAI merekomendasikan agar pijat dilakukan secara rutin minimal 15 menit sehari dalam suasana menyenangkan (Martin dan Nasifah, 2022).

Penelitian mendukung efektivitas pijat bayi terhadap kualitas tidur. Di antaranya, studi oleh Ahlian dan Wulan (2021) menunjukkan bahwa bayi yang rutin dipijat mayoritas memiliki kualitas tidur baik. Penelitian lain oleh Zurhayati et al. (2022) juga menemukan bahwa sebagian besar bayi yang menerima pijat memiliki kualitas tidur yang lebih baik dibandingkan yang tidak dipijat. Berdasarkan data dan penelitian tersebut, pijat bayi bukan hanya sekadar rutinitas, melainkan juga bentuk intervensi yang mendukung kesehatan dan tumbuh kembang optimal. Hal ini juga didukung oleh kebijakan Kemenkes RI yang memberi kewenangan pada bidan untuk memberikan stimulasi tumbuh kembang melalui pijat bayi (Kemenkes, 2017).

Saat dilakukan studi pendahuluan di Kasafa Baby Spa Andong Boyolali, dari 8 anak yang datang ke Kasafa Baby Spa, ibu dari 6 bayi mengeluhkan bahwa bayi yang datang akan dipijat mengalami keluhan berupa gangguan tidur dan 2 ibu dari bayi yang lain mengeluh bayinya rewel. Berdasarkan kenyataan dilapangan tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi 6 sampai 12 bulan di Kasafa Baby Spa Andong Boyolali

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 6 sampai 12 bulan di Kasafa Baby Spa Andong Boyolali?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 6 sampai 12 bulan di Kasafa Baby Spa Andong Boyolali.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengidentifikasi kualitas tidur bayi usia 6 sampai 12 bulan sebelum dilakukan pijat bayi di Kasafa Baby Spa Andong Boyolali
- b. Untuk mengidentifikasi kualitas tidur bayi usia 6 sampai 12 bulan setelah dilakukan pijat bayi di Kasafa Baby Spa Andong Boyolali
- c. Menganalisa pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 6 sampai 12 bulan di Kasafa Baby Spa Andong Boyolali

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Sebagai sarana untuk menambah ilmu pengetahuan, menerapkan ilmu yang sudah ada sebelumnya dan dipelajari serta menambah wawasan mengenai pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 6 sampai 12 bulan

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Bidan

Dapat dijadikan inovasi dan bermanfaat dalam pelayanan yang berkualitas untuk memberikan asuhan pada bayi tentang pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 6 sampai 12 bulan

b. Bagi Institusi

Sebagai tambahan bahan pustaka bagi Universitas ‘Aisyiyah Surakarta khususnya Program Studi Sarjana Kebidanan tentang pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 6 sampai 12 bulan

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan dasar acuan/referensi untuk mengembangkan penelitian selanjutnya sehubungan dengan pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 6 sampai 12 bulan.

E. Keaslian Peneliti

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Penulis dan Tahun	Judul	Persamaan	Perbedaan
1.	Heri Saputro, Choridhatul Bahiya (2021)	The Effects of Baby Massage to Sleep Quality in Infant Age 1-7 Months	Penelitian penulis serta penelitian Heri dan Choridatul menggunakan baby massage (pijat bayi) sebagai variabel dependen dan menggunakan kuesioner untuk mengukur kualitas tidur bayi	Pada penelitian yang dilakukan Heri dan Choridhatul, menggunakan uji <i>chi square</i> sedangkan pada penelitian yang dilakukan penulis menggunakan analisis data <i>Wilcoxon</i> dan pada penelitian ini menggunakan 2 kelompok, berbeda dengan penelitian yang dilakukan penulis menggunakan 1 kelompok saja
2.	Rita Kamalia, Nurayuda (2021)	Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Di Praktik Mandiri Bidan (PMB) Muara Enim Kabupaten Muara Enim Tahun 2021	Pada penelitian Rita dan penulis, sama-sama menggunakan pijat bayi sebagai variabel independent dan kualitas tidur sebagai variabel dependen. Desain penelitian sama-sama menggunakan <i>Pre</i>	Pengambilan sampel dalam penelitian Rita menggunakan <i>conservative sampling</i> , analisis data menggunakan <i>man whitney</i> dan menggunakan 2 kelompok, sedangkan penelitian

			<i>and Post Experimental</i>	yang penulis lakukan menggunakan <i>purposive sampling</i> , analisis data menggunakan <i>wilcoxon</i> dan menggunakan 1 kelompok perlakuan
3.	Anzar Ahlian dan Retno Wulan (2021)	Hubungan Pijat Bayi dengan Kualitas Tidur Bayi Usia dibawah 2 Tahun Di Desa Winong Pati	Penelitian Anzar dan Retno serta penelitian penulis menggunakan pijat bayi sebagai variabel dependen dan kualitas tidur bayi sebagai variabel independent, menggunakan kuesioner untuk mengukur kualitas tidur bayi	Jenis penelitian oleh Anzar dan Retno merupakan observasi analitik dengan metode <i>cross sectional</i> , umur sampel yang diteliti semua anak dibawah 2 tahun, uji korelaksi menggunakan <i>chi square</i> , sedangkan jenis penelitian yang dilakukan penulis merupakan pre eksperimen menggunakan sampel umur 6 sampai 12 bulan dan uji korelasi menggunakan <i>Wilcoxon</i>
