

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Tidur adalah aktivitas utama otak sepanjang awal perkembangan tidur memegang peranan penting pada bayi dalam maturasi otak inutero dan ektrauterin. Tidur pada masa awal kehidupan memegang peran sebagai sumber utama masukan untuk maturasi (Eka santi, 2019). Menurut siti fatimah tahun 2014 tidur memegang peran yang sangat besar bagi perkembangan bayi. Sekitar 25% gangguan tidur terjadi pada bayi sehingga mengganggu kualitas tidur pada bayi. Atas dasar kekuatiran terhadap gangguan tidur, para orang tua makin peduli terhadap perawatan yang dapat menstimulus pemenuhan kebutuhan tidur bayi, salah satunya adalah spa bayi (Eka santi, 2019).

Kualitas tidur tidak hanya dilihat dari aspek kuantitas saja namun juga kualitasnya. Dengan kualitas tidur yang baik, pertumbuhan dan perkembangan bayi dapat dicapai secara optimal. tidur nyenyak sangat penting bagi bayi usia 3-6 bulan menghabiskan 14-15 jam untuk tidur bayi biasanya terbangun 2 atau 3 kali setiap malamnya. Pijat Bayi merupakan budaya pengasuhan anak jaman kuno yang hingga kini masih dilestarikan di seluruh dunia (Lucin, 2015). Mutu tidur pada bayi yang baru lahir sampai kira-kira 3 bulan, akan menghabiskan waktu tidurnya sekitar 15-17 jam, dengan pembagian waktu 8 jam untuk tidur siang dan 9 jam untuk tidur malam. Semakin usia bayi bertambah, jam tidurnya juga semakin berkurang. Pada usia 3-6 bulan jumlah tidur siang

semakin berkurang. Baby massage merupakan suatu alternatif yang dapat digunakan untuk meningkatkan kualitas tidur pada bayi (sulastri, 2020).

WHO(World Health Organization) tahun 2012 yang dicantumkan dalam jurnal Pediatrics,tercatat sekitar 33% bayi mengalami masalah tidur. Penelitian yang dilakukan oleh Hiscock (2012) di Melbourne Australia didapatkan hasil 32% ibu melaporkan terdapat kejadian berulang masalah tidur pada bayi mereka. Penelitian tersebut menggambarkan bahwa masih banyak kejadian masalah tidur yang dialami bayi dan kejadian tersebut bisa menetap ataupun terulang kembali. Di Indonesia cukup banyak bayi yang mengalami masalah tidur, yaitu sekitar 44,2% bayi mengalami gangguan tidur seperti sering terbangun di malam hari (Siti Nur Fathonah,2019).

Menurut Nurllela tahun 2015 Di Indonesia (Jakarta, Bandung, Medan, Palembang dan Batam) jumlah responden 385 orang,diperoleh data51,3% bayi mengalami gangguan tidur, 42% jam tidur malamnya kurang dari 9 jam, terbangun di malam hari lebih dari 3 kali dan lama terbangun pada malam hari lebih dari 1 jam (Siti Nur Fathonah, 2019). Menurut penelitian yang dilakukan di masyarakat pesisir kota surabaya didapatkan hasil wawancara dari 10 ibu yang memiliki bayi usia 6-12 bulan diperoleh data 70% bayi sering terbangun lebih dari 3kali waktu lebih dari 1jam. Sedangkan 30% ibu mengatakan tidur baik dengan 13-14 jam atau sekitar 50-60% perharinya. Bayi yang belum mempunyai jam tidur cukup maka keesokan harinya bayi akan sering menangis dan rewel (Kudus,2017).

Dari hasil pendahuluan di *Homecare Treatment* Bd riris pada bulan Desember 2020 didapatkan data kunjungan bahwa ada 10 ibu yang datang ke SPA yang memiliki bayi usia 0-12 bulan. Banyak faktor yang mempengaruhi kualitas tidur pada bayi seperti status kesehatan, lingkungan, stress psikologis, diet, gaya hidup dan obat-obatan. Tidur yang tidak adekuat dan kualitas tidur yang buruk dapat mengakibatkan beberapa gangguan pada bayi meliputi penurunan aktivitas sehari-hari, rasa lelah, lemas, cemas, rewel dan merasakan kantuk yang berlebihan (Siti Nur Fathonah, 2019). Pada fase bayi pertumbuhan sel-sel sarafnya belum sempurna, sehingga diperlukan waktu tidur yang berkualitas. Pada saat bayi tidur, bayi akan mengalami perbaikan sel otak, produksi hormon, pertumbuhan serta perbaikan sistem saraf pusat. Tidur mempunyai peran penting dalam tumbuh kembang normal, kesehatan emosi dan fungsi imun (Siti Nur Fathonah, 2019). Pijat bayi tampaknya dapat menjadi solusi praktis untuk menyelesaikan masalah gangguan tidur. Umumnya, bayi yang dipijat akan tertidur lebih lelap, sedangkan pada waktu bangun konsentrasinya akan lebih penuh (Roesli, 2013). Saat ini berbagai terapi telah dikembangkan, baik terapi farmakologis maupun non farmakologis. Hal ini salah satu upaya terapi non farmakologis untuk meningkatkan kualitas tidur yaitu dengan pijat bayi yang merupakan salah satu jenis stimulasi yang akan merangsang perkembangan struktur maupun fungsi dari kerja sel-sel dalam otak (Mestika, 2020). Pijat bayi adalah gerakan usapan lambat dan lembut pada seluruh tubuh bayi yang dimulai dari kaki, perut, dada, wajah, tangan dan punggung bayi. Pijat bayi merupakan salah satu

bentuk rangsang raba. Rangsang raba adalah yang paling penting dalam perkembangan. Pijatan lembut akan membantu meringankan ketegangan otot sehingga bayi menjadi tenang dan tertidur (Mestika, 2020).

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah maka peneliti merumuskan masalah penelitian yaitu “Kualitas Tidur Bayi usia 0-12 di Bd Riris Homecare Thertment Yang di Berikan Pijat Bayi

1.3 Tujuan Peneliti

Mengetahui Kualitas Tidur Bayi pada Bayi Usia 0-12 Bulan di Bidan Riris Homecare Threatment yang di berikan Pijat Bayi.

1.4 Manfaat Peneliti

1. Bagi masyarakat pada bayinya dapat memberikan pengetahuan tentang pijat bayi pada bayinya

2. Bagi institusi kesehatan

Hasil penleitian ini diharapkan dapat menjadi masukan untuk meninjau kembali pelaksanaan peran bidan dalam memberikan pendididkan dan pelayanan kepada masyarakat tentang manfaat dan hasil dari pijat bayi

3. Bagi Penelitalain

Memberikan pemikiran pada peneliti lain dapat digunakan sebagai dasar referensi penelitian selanjutnya