

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa bayi merupakan masa emas untuk pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga perlu mendapatkan perhatian khusus. Masa bayi dianggap sebagai periode kritis dalam perkembangan kepribadian karena merupakan periode di mana dasar-dasar di awal kehidupannya. Salah satu faktor yang mempengaruhi tubuh kembang bayi adalah tidur dan istirahat. Pada proses pertumbuhan dan perkembangan anak orang tua dan keluarga memiliki peran yang sangat penting yaitu memenuhi nutrisi yang cukup, memberikan perhatian, kasih sayang dan juga memberikan stimulus untuk membantu proses penyempurnaan jaringan syaraf anak (Delen, 2020).

Pemberian stimulus setelah bayi lahir memberi efek penting pada perkembangan kemampuan motorik dan adaptasi sosial di masa perkembangan bayi hingga dewasa. Stimulasi memegang peran untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan bayi untuk dapat berkembang secara maksimal (Nazwa, 2015). Selain itu, stimulasi yang diberikan terus-menerus secara rutin dapat merangsang perkembangan sel otak dan memperkuat hubungan antar syaraf yang telah terbentuk (Delen, 2020)

World Health Organization (WHO) tahun 2018 melaporkan bahwa lebih dari 200 juta anak usia dibawah 5 tahun di dunia tidak memenuhi potensi perkembangan mereka dan sebagian besar diantaranya adalah anakanak yang tinggal di Benua Asia dan Afrika. Berbagai masalah perkembangan anak seperti keterlambatan motorik, berbahasa, perilaku, autisme, dan hiperaktif yang semakin meningkat. Angka kejadian keterlambatan perkembangan di Amerika Serikat berkisar 12-16%, Thailand 24%, dan Argentina 22%, sedangkan di

Indonesia antara 29,9%. Menurut UNICEF tahun 2015 didapat data masih tingginya angka 2 Universitas Muhammadiyah Gombong kejadian gangguan pertumbuhan dan perkembangan pada anak usia balita khususnya gangguan perkembangan motorik didapatkan (27,5%) atau 3 juta anak mengalami gangguan. Data nasional menurut Kementerian Kesehatan Indonesia bahwa pada tahun 2014, 13%- 18% anak balita di Indonesia mengalami kelainan pertumbuhan dan perkembangan (Nur et al., 2020).

Banyak bayi memiliki masalah tidur di Indonesia, yaitu sekitar 44,2%. Namun, hampir atau bahkan lebih dari 72% orang tua tidak menganggap gangguan tidur pada bayi sebagai masalah. Meskipun itu dianggap masalah, mereka hanya menganggapnya sebagai masalah kecil. Bahkan, masalah tidur dapat mengganggu pertumbuhan bayi, menyebabkan fungsi kekebalan tubuh rentan, dan mengganggu regulasi sistem endokrin (Trivedi, 2015; Permata, 2017). Prevalensi masalah tidur pada Anak Indonesia usia 0–36 bulan cukup tinggi (31%), dan sebagian besar orang tua beranggapan tidak ada masalah tidur dengan anak mereka. Besarnya kesenjangan antara prevalensi masalah tidur dengan persepsi orang tua menunjukkan bahwa kesadaran orang tua terhadap masalah tidur anak di Indonesia masih rendah. Kebutuhan tidur tidak hanya dilihat dari aspek kuantitas saja, namun kualitasnya. Dengan kualitas tidur yang baik pertumbuhan dan perkembangan bayi dapat dicapai dengan optimal (Retnosari, 2021).

Tidur adalah salah satu bentuk adaptasi bayi terhadap lingkungannya. Bayi usia 0-5 bulan akan menjalani hidup barunya dengan 80-90% tidur. Seorang bayi baru lahir sampai kira-kira usia 3 bulan, akan menghabiskan waktu tidurnya sekitar 15-17 jam, dengan pembagian waktu 8 jam untuk tidur siang dan 9 jam untuk tidur malam. Tidur merupakan prioritas utama bagi bayi, karena pada saat inilah terjadi repair neuro-brain dan kurang lebih 75% hormon pertumbuhan

diproduksi. Bayi menghabiskan jumlah rata-rata waktu tidur sekitar 60% (Stirling, 2013).

Otak bayi tumbuh 3 kali lipat dari keadaan saat lahir atau 80% dari otak orang dewasa di tahun pertamanya. Kondisi ini hanya terjadi satu kali saja 3 Universitas Muhammadiyah Gombong seumur hidup, maka kebutuhan tidurnya harus benar-benar terpenuhi agar tidak berpengaruh buruk terhadap perkembangannya (Bainbridge dan Heat, 2009).

Saat ini berbagai terapi telah dikembangkan, baik terapi farmakologis maupun non farmakologis. Menurut prasadja (2006) dalam Roesli (2016) salah satu terapi non farmakologi untuk mengatasi masalah tidur bayi adalah pijat bayi. Pijat bayi bermanfaat untuk meningkatkan konsentrasi bayi dan membuat bayi tidur lelap, selain itu pijat bayi juga bermanfaat untuk meningkatkan pertumbuhan dan berat badan bayi, meningkatkan produksi ASI, serta meningkatkan daya tahan tubuh (Roesli, 2013). Merujuk penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Rismawati (2019), Uwais, (2012), menyatakan bahwa manfaat pijat bayi antara lain adalah membuat bayi semakin tenang di mana dengan kocokan dan tekanan lembut tangan orang memberikan rangsangan bagi otot bayi mengembangkan kemampuan meregang dan relaksasi. Selain itu pijat bayi juga dapat meningkatkan efektivitas istirahat (tidur) bayi, dimana bayi yang otot-ototnya distimulus dengan urut atau pemijatan akan nyaman dan mengantuk. Penelitian ini pun didukung oleh penelitian Shadik tahun 2011 yang mengatakan bahwa kualitas tidur bayi sebelum diberikan pijat bayi dimana 24 responden (80%) berada pada kategori buruk sedangkan 6 responden (20%) memiliki kategori baik

Survey awal yang dilakukan peneliti pada 15 orang ibu yang berada di Klinik Bidan Nita Nazar, didapatkan beberapa ibu yang merasakan pengaruh pijat bayi terhadap pola tidur bayi. Berdasarkan Latar Belakang dan survey awal diatas, sehingga peneliti tertarik untuk

melakukan penelitian tentang pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 1-3 bulan di Klinik Nita Nazar Kota Langsa.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas dan maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 1-3 bulan di Klinik Nita Nazar Kota Langsa Tahun 2025 ?

C. Tujuan Penelitian

Mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 1-3 bulan di Klinik Nita Nazar Kota Langsa Tahun 2025.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat antara lain:

1. Bagi Responden

Sebagai bahan masukan dan menambah pengetahuan setiap ibu tentang cara pijat bayi dan menilai kualitas tidur bayi.

2. Bagi Peneliti

Menambah wawasan dan meningkatkan ilmu pengetahuan peneliti dalam menerapkan teori yang telah diperoleh selama mengikuti kuliah.

3. Bagi Tempat Penelitian

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan inovasi dan bermanfaat dalam pelayanan yang berkualitas untuk memberikan asuhan pada bayi tentang pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi

4. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai tambahan bahan pustaka bagi Universitas Prima Indonesia Medan khususnya Program Studi S1 Kebidanan tentang pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi di Klinik Bidan Nita Nazar Kota Langsa.