

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa keemasan anak terjadi pada saat anak masih bayi, dimasa itu pertumbuhan anak harus diperhatikan. Salah satu faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang bayi adalah tidur dan istirahat yang cukup. Tidur yang nyenyak dapat memberikan pertumbuhan bayi secara optimal, hal ini harus diperhatikan oleh seorang ibu (Minarti, 2012).

Di Indonesia cukup banyak bayi yang mengalami masalah tidur, yaitu sekitar 44,2% bayi mengalami gangguan tidur seperti sering terbangun di malam hari. Namun lebih dari 72% orang tua menganggap gangguan tidur pada bayi bukan salah satu masalah atau hanya masalah kecil, hal tersebut dilaksanakan di lima kota besar di Indonesia (Minarti, 2012).

Tumbuh kembang anak merupakan suatu proses yang sifatnya kontinu, yang mulai sejak dalam kandungan hingga dewasa. Dalam proses perkembangan anak terdapat masa-masa kritis, dimana pada masa tersebut diperlukan suatu stimulasi yang berfungsi agar potensi si anak berkembang. Perkembangan anak akan optimal jika terdapat interaksi sosial yang sesuai dengan kebutuhan anak diberbagai tahap perkembangannya (Andriana, 2013).

Tidur merupakan prioritas utama bagi bayi, karena pada saat inilah terjadi repair neuro brain dan kurang lebih 75% hormon pertumbuhan diproduksi oleh karenanya, kualitas dan kuantitas tidur bayi perlu dijaga.

Kualitas dan kuantitas tidur buah hati dapat dilihat dari cara tidurnya, kenyamanan tidur dan pola tidur. Perkembangan tidur bayi berkaitan dengan umur dan maturitas otak, maka jumlah total tidur yang diperlukan berkurang akan diikuti dengan penurunan proporsi *Rapid Eyes Movement* (REM) dan non REM. Kebutuhan tidur tidak hanya dilihat dari aspek kuantitas saja namun juga kualitasnya. Dengan kualitas tidur yang baik, pertumbuhan dan perkembangan bayi dapat dicapai secara optimal (Widyanti dkk, 2008).

Tidur bayi dengan kuantitas lima atau enam jam, namun keesokan harinya terbangun dengan segar itu berarti kualitasnya tercapai. Kualitas tidur bayi sangat berpengaruh pada pertumbuhan bayi. Bayi yang tidur mengalami perbaikan sel otak dan produksi hormon pertumbuhan, oleh karena itu, kualitas tidur bayi perlu dijaga. Kualitas tidur buah hati dapat dilihat dari cara tidurnya, kenyamanan tidur dan pola tidur. Bayi yang tidur cukup tanpa sering terbangun, lebih bugar dan tidak gampang rewel keesokan harinya. Tidur mempunyai efek yang besar terhadap kesehatan mental, emosi dan fisik serta sistem imunitas tubuh. Mengingat akan pentingnya waktu tidur bagi perkembangan bayi maka kebutuhan tidurnya harus benar-benar terpenuhi agar tidak berpengaruh buruk terhadap perkembangannya. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk membantu meningkatkan kualitas dan kuantitas tidur bayi adalah dengan pijat (Prasetyono, 2009).

Manfaat yang dapat diperoleh dari pijat bayi yaitu baik untuk bayi maupun orang tua sendiri. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 369/MENKES/SK/III/2007 tentang Standar Profesi Bidan

menyebutkan bahwa bidan mempunyai kewenangan untuk melaksanakan pemantauan dan menstimulasi tumbuh kembang bayi dan anak. Salah satu bentuk stimulasi tumbuh kembang yang selama ini dilakukan oleh masyarakat adalah dengan melakukan pijat bayi.

Pijat dapat merangsang keluarnya hormon endorphen yang bisa menurunkan nyeri, sehingga bayi menjadi tenang dan mengurangi frekuensi menangis dengan demikian pijatan juga meningkatkan kualitas dan kuantitas tidur bayi. Pijat telah hampir seluruh dunia dipraktekkan. Seni pijat telah diajarkan secara turun temurun walaupun tidak diketahui dengan jelas bagaimana pijat dan sentuhan dapat memberikan efek positif pada tubuh manusia (Prasetiyono, 2009).

Berdasarkan studi pendahuluan di posyandu Dahlia desa kateguhan dengan wawancarai 10 orang tua bayi 0-6 bulan, 8 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. Sedangkan 2 orang tua bayi mengatakan pernah memijatkan bayinya dan jumlah tidurnya normal dengan rata-rata 14 jam per hari.

Dari penelitian Pamungkas (2016) menunjukkan hasil tabulasi silang pengaruh pijat bayi dengan kualitas tidur bayi menunjukkan pada bayi yang tidak mendapatkan pijat bayi sebagian besar memiliki kualitas tidur buruk sebanyak 15 bayi (75%) dan sisanya 5 bayi (25%) memiliki kualitas tidur baik. Selanjutnya pada kelompok bayi yang mendapatkan pijat bayi sebagian

besar memiliki kualitas tidur yang baik sebanyak 19 bayi (95%) dan satu bayi (5%) yang memiliki kualitas tidur yang buruk.

Hasil penelitian terdahulu oleh Nuzulia (2009) berjudul “Pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 6-12 bulan di Polindes Jiyu-Kutorejo Mojokerto”, dengan menggunakan model rancangan eksperimental ulang non-random. Sebagian besar setelah dilakukan pemijatan kualitas tidur bayi lelap, sejumlah 11 bayi (78,5%). Sedangkan bayi yang tidak dilakukan pemijatan sebagian besar kualitas tidurnya tidak lelap, sejumlah 10 bayi (71,5%). Setelah dianalisis dengan uji chi kuadrat didapatkan adanya pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 6-12 bulan.

Tidur bayi dengan kuantitas lima atau enam jam, namun keesokan harinya terbangun dengan segar itu berarti kualitasnya tercapai. Kualitas tidur bayi sangat berpengaruh pada pertumbuhan bayi. Bayi yang tidur mengalami perbaikan sel otak dan produksi hormon pertumbuhan, oleh karena itu, kualitas tidur bayi perlu dijaga. Kualitas tidur buah hati dapat dilihat dari cara tidurnya, kenyamanan tidur dan pola tidur. Bayi yang tidur cukup tanpa sering terbangun, lebih bugar dan tidak gampang rewel keesokan harinya. Tidur mempunyai efek yang besar terhadap kesehatan mental, emosi dan fisik serta sistem imunitas tubuh. Mengingat akan pentingnya waktu tidur bagi perkembangan bayi maka kebutuhan tidurnya harus benar-benar terpenuhi agar tidak berpengaruh buruk terhadap perkembangannya. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk membantu meningkatkan kualitas dan kuantitas tidur bayi adalah dengan pijat (Prasetyono, 2009).

Beberapa rumah sakit di Amerika Serikat (AS), Cina, Filipina dan Hongkong, pijat bayi sudah dimasukkan ke dalam sistem pelayanan kesehatan bayi. Pijat bayi diyakini merupakan salah satu stimulus sentuhan (*touch*) yang bisa membantu mengoptimalkan tumbuh kembang bayi. Penelitian T. Field dari Universitas Miami AS, 2008 menyebutkan terapi pijat 30 menit per hari bisa mengurangi depresi dan kecemasan. Tidurnya pun bertambah tenang. Terapi pijat 15 menit selama enam minggu pada bayi usia 1 – 3 bulan juga meningkatkan kesiagaan dan tangisnya berkurang. Ini akan diikuti dengan meningkatkan lama tidur, perbaikan kondisi psikis, berkurangnya kadar hormon stress, dan bertambahnya kadar serotonin.

Penelitian Di *Touch Research Institusi Amerika* juga menemukan bayi yang mendapatkan pijatan lebih aktif dan waspada, selain itu pijatan menyebabkan neurologis pada bayi yang dipijat lebih cepat matang dari pada bayi yang tidak dipijat. Anak-anak yang mendapatkan sentuhan penuh cinta kasih sejak usia dini mempunyai keterampilan bahasa dan membaca, maupun IQ yang lebih kuat. Dari hasil penelitian tersebut salah satunya disebutkan bahwa pijatan dapat mempengaruhi keluarnya hormon tidur melatonin, dimana dengan hormon tersebut bayi dapat memiliki pola tidur yang teratur (Roesli, 2010).

Seri Tanjung Materniti merupakan salah satu BPM di Pekanbaru yang melayani berbagai perawatan ibu dan anak. Salah satunya perawatan pijat bayi yang sangat diminati masyarakat kota Pekanbaru.

Berdasarkan survey awal yang dilakukan pada tanggal 01 februari 2018 diBPM Seri Tanjung Materniti. Jumlah bayi yang dipijat terdapat 15 bayi. 10 dari 15 bayi sebelum dipijat mengalami masalah kualitas tidur seperti terbangun pada malam hari lebih dari 1 jam dan gelisah, sedangkan 5 bayi setelah dilakukan pijat tampak tidur nyenyak lebih dari 9 jam, hanya terbangun untuk menyusui kemudian tidur kembali.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian adalah “**Bagaimana Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Umur 0-12 Bulan Di BPM. Seri Tanjung Materniti ”**

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap kualitas Tidur Bayi Umur 0-12 Bulan Di BPM. Seri Tanjung Materniti.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui kualitas tidur bayi sebelum dilakukan pijat bayi di BPM Seri Tanjung Materniti.
2. Untuk mengetahui kualitas tidur bayi sesudah dilakukan pijat bayi di BPM Seri Tanjung Materniti.
3. Untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi di BPM Seri Tanjung Materniti.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi BPM

Dari hasil penelitian ini dapat di jadikan sebagai bahan evaluasi untuk menilai tumbuh kembang bayi, karna pijat bayi berpengaruh terhadap kualitas tidur bayi.

1.4.2 Bagi Ibu Bayi

Bagi masyarakat khususnya keluarga dapat melakukan sendiri pemijatan pada bayinya.

1.4.3 Bagi STIKes Al Insyirah Pekanbaru

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menambah daftar pustaka tentang pembahasan pijat pada bayi.

1.4.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan atau bahan perbandingan untuk melakukan penelitian yang akan datang