

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Usia bayi memerlukan perhatian khusus karena pada usia bayi merupakan usia emas untuk mencapai tumbuh kembang anak yang normal. Terdapat beberapa factor yang berpengaruh terhadap tumbuh kembang bayi yaitu waktu istirahat dan waktu tidur bayi. Tidur sangat dibutuhkan oleh bayi karena bayi yang tidur dengan nyenyak sangat penting dalam pertumbuhan bayi, pada saat bayi tidur terjadipemuncakan pertumbuhan otak bayi serta dapat memproduksi hormone pertumbuhan tiga kali lebih banyak jika dibandingkan ketika bayi terbangun (Kemenkes, 2015).

Tidur sangat dibutuhkan oleh bayi karena bayi yang tidur dengan nyenyak sangat penting dalam pertumbuhan bayi, pada saat bayi tidur terjadipemuncakan pertumbuhan otak bayi serta dapat memproduksi hormone pertumbuhan tiga kali lebih banyak jika dibandingkan ketika bayi terbangun (Kemenkes, 2015). Tidur adalah salah satu bentuk adaptasi bayi terhadap lingkungannya. Tidur tidak dapat dilihat dari kuantitasnya saja namun kebutuhan tidur juga harus dilihat dari kualitasnya karena kualitas tidur memiliki pengaruh terhadap pertumbuhan bayi (Prasetyo, 2009).

Pada kebanyakan anak memiliki pola tidur normal, namun masih terdapat anak yang mengalami masalah terhadap tidur yaitu sebanyak 15-30% (Jones, 2011). Para ahli menyatakan bahwa bayi yang mengalami masalah tidur dapat berlanjut pada usia balita dan usia sekolah sehingga para ahli dapat memprediksi terjadinya masalah pada tingkah lakunya nanti (Ramadahni, 2010).

Banyak bayi di Indonesia yang masih memiliki masalah tidur yaitu sebanyak 44,2%. Namun, 72% orang tua kurang menganggap bahwa bayi yang mengalami gangguan pada saat tidur sebagai suatu masalah. Sebagian orang tua yang menganggap masalah tidur adalah suatu masalah namun itu hanya dianggap sebagai masalah yang kecil terhadap bayinya. Padahal, bayi yang mengalami gangguan tidur dapat menyebabkan fungsi kekebalan tubuh rentan dan mengganggu regulasi sistem endokrin sehingga mengganggu pertumbuhan bayi (Trivedi, 2015; Permata, 2017).

Bayi yang memiliki masalah pada tidurnya akan mengalami gangguan pada saat usia pertumbuhan. Dalam mengatasi masalah tidur maka diperlukan berbagai upaya, Salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh orangtua bayi yaitu dengan melakukan pijatan (pijat bayi) yang secara langsung dapat merangsang pertumbuhan dan perkembangan bayi-balita. Karena pada saat melakukan pijat bayi terjadi kontak tubuh berkelanjutan dalam mempertahankan rasa aman pada bayi-balita serta memperat tali kasih orang tua dengan anak (Roesli, 2009).

Manfaat dari pijat bayi diantaranya adalah dapat meningkatkan kesehatan bayi, komunikasi antara bayi dan orangtua menjadi lebih dekat melalui kontak mata, tersenyum dan raut wajah. Selain itu pijat bayi juga memiliki manfaat untuk mengurangi stress dan tekanan pada bayi karena pada saat melakukan pijatan dapat menurunkan hormone adrenalin sehingga terjadi peningkatan daya tahan tubuh bayi sebanyak 30% (dilakukan sebanyak dua kali dalam kurun waktu lima belas menit). Selain itu, pijat bayi juga memiliki manfaat lain yaitu membantu bayi untuk tidur lebih nyenyak, membuat bayi tenang, mengurangi ganggua sakit (kembung dan kholik) hal ini dikarenakan sirkulasi udara dalam perut bayi menjadi lancar dan mengeluarkan gas di dalam perut (Prasetyo, 2009).

Menurut UU Kesehatan No 36 Tahun 2009, pijat bayi adalah pelayanan kesehatan tradisional yang termasuk dalam jenis keterampilan. Pijat bayi ini sesuai dengan Permenkes Nomor 1109 Tahun 2007 dapat dikategorikan kedalam pengobatan komplementer-alternatif karena sudah diperoleh melalui pendidikan terstruktur yang berlandaskan ilmu pengetahuan biomedik.

Pijat bayi merupakan pemijatan yang dilakukan pada wajah, dada, lengan, kaki dan punggung, pada saat melakukan pemijatan orang tua bayi dapat memberikan sentuhan dan tekanan yang lembut pada tubuh bayi sehingga ujung-ujung saraf bayi yang ada dikulit dapat bereaksi dengan sentuhan yang diberikan. Kemudian saraf tersebut dapat menyampaikan pesan ke otak dengan jaringan saraf yang berada di medula spinalis. Melalui proses ini sehingga dapat memberikan rangsangan pada reseptor saraf sensorik perifer (Roesli, 2009).

Hasil penelitian Utami (2014) menyatakan Lama waktu tidur bayi setelah melakukan pijat bayiterjadi peningkatan 0,32 jam, pada uji statistic didapatkan hasil bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara lama tidur bayi *pre-post* pijat bayi ($p = 0,414$), Frekuensi waktu bangun pada malam hari postpijat bayi terjadi penurunan 0,82 kali dibandingkan pre pijat bayi, ada perbedaan yang signifikan frekuensi waktu bangun tidur bayi pre-postpijat bayi ($p = 0,001$), Lama waktu bayi bangun pada malam hari setelah pijat bayimenjadi menurun 2,64 menit jika dibandingkan dengan sebelum dilakukan pijat bayi, ada perbedaan signifikan antara lama waktu bangun pre-post pijat bayi ($p = 0,046$).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Apakah terdapat pengaruh terapi pijat pada bayi terhadap kualitas tidur bayi?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketuinya pengaruh terapi pijat pada bayi terhadap kualitas tidur bayi.

2. Tujuan khusus

- a. Diketuinya kualitas tidur bayi sebelum dilakukan terapi pijat pada bayi
- b. Diketuinya kualitas tidur bayi setelah dilakukan terapi pijat pada bayi
- c. Diketuinya pengaruh terapi pijat pada bayi terhadap kualitas tidur bayi

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Teoritis

- a. Sebagai bahan informasi dalam mengembangkan dan memperluas wawasan studi ilmiah khususnya dalam ilmu informasi kepustakaan yang pada umumnya dapat memperkaya kajian tentang terapi pijat pada bayi dalam meningkatkan kualitas tidur bayi.
- b. Sebagai bahan temuan dari hasil-hasil penelitian di bidang literasi kesehatan khususnya tentang terapi pijat pada bayi dalam meningkatkan kualitas tidur bayi

2. Bagi Praktis

- a. Sebagai bahan tambahan IMPTEK (ilmu pengetahuan dan teknologi) yang di peroleh selama masa kuliah dengan melakukan penelitian di bidang literasi kesehatan mengenai terapi pijat pada bayi dalam meningkatkan kualitas tidur bayi.
- b. Dapat meningkatkan wawasan ilmu dan teknologi penulis dan penerapan metodologi penelitian eksperimen atau *literature review* dalam melakukan penelitian kesehatan tentang terapi pijat pada bayi dalam meningkatkan kualitas tidur bayi.