

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap anak mempunyai potensi yang sangat besar dalam banyak hal dan potensi tersebut harus dikembangkan dengan stimulasi orang tua, sehingga tak heran jika orang tua adalah pihak utama yang sangat berperan terhadap kehidupan anak di masa mendatang. Oleh karena itu, orang tua dituntut untuk paham betul tentang bagaimana cara mendidik anak yang terbaik. Tidak hanya sekedar memperhatikan kebutuhan fisik semata, orang tua juga harus memperhatikan sisi-sisi kemanusiaan lainnya, sehingga nantinya perkembangan anak dapat berjalan secara maksimal (Mulyanti, 2013).

Perkembangan yang terjadi pada masa bayi adalah perkembangan kognisi dan sosioemosional. Menurut Jean Piaget perkembangan kognisi merupakan tahapan yang disebut sebagai sensori motor. Tahapan sensori motor berlangsung sejak lahir hingga bayi berusia 2 tahun. Perkembangan mental pada tahapan ini ditandai oleh kemampuan bayi mengorganisasikan dan mengkoordinasikan sensori–sensori dengan gerakan–gerakan fisik dan tindakan yang dilakukannya (Potter dan Perry, 2006).

Tidur merupakan salah satu yang dapat mempengaruhi perkembangan bayi. Tidur adalah kondisi tidak sadar dimana individu dapat dibangunkan oleh stimulus atau sensoris yang sesuai atau juga dapat dikatakan sebagai keadaan tidak sadarkan diri yang relatif, bukan hanya keadaan penuh ketenangan tanpa kegiatan, tetapi lebih merupakan suatu urutan siklus yang berulang, dengan

ciri adanya aktifitas yang minim, memiliki kesadaran yang bervariasi, terdapat perubahan proses fisiologi dan terjadi penurunan respons terhadap rangsangan dari luar (Hidayat, 2012).

Menurut Godlen dalam Sekartini (2006) sebagian besar anak mempunyai pola tidur yang normal, tetapi 15-30% anak mengalami masalah tidur pada periode bayi. Seringkali gangguan tidur pada bayi tidak terdeteksi oleh orangtua dan tidak ditangani dengan benar. Beberapa ahli menyebutkan bahwa masalah tidur pada masa bayi dapat berlanjut pada usia balita dan masa usia sekolah, dan hal tersebut dapat memprediksi terjadinya masalah tidur dan perilaku nantinya.

Hasil penelitian yang telah dilakukan Sekartini (2006) terhadap 385 anak usia bawah 3 tahun di 5 kota di Indonesia yaitu Jakarta, Bandung, Batam, Palembang, dan Medan. Prevalensi gangguan tidur ditemukan pada 44,2% dengan rata-rata usia anak 12 bulan, meskipun demikian 42,3% orangtua beranggapan bahwa gangguan tidur pada anak bukan merupakan suatu masalah.

Tidur adalah salah satu bentuk adaptasi bayi terhadap lingkungannya. Bayi usia 0-5 bulan akan menjalani hidup barunya dengan 80-90% tidur. Sesaat setelah bayi lahir, ia biasanya tidur selama 16-20 jam sehari yang dibagi menjadi 4-5 periode. Memasuki usia 2 bulan bayi mulai lebih banyak tidur malam dibanding siang. Pada usia 3-6 bulan jumlah tidur siang semakin berkurang, kira-kira 3 kali dan terus berkurang. Pada masa ini tidur nampak gelisah. Bayi usia 1-2 bulan juga menunjukkan kebutuhan tidur dengan caranya sendiri. Ada yang menjadi rewel, menangis atau mengusap-ngusap mata. Pada usia 6-12 bulan, bayi hanya tidur siang 2 kali. Menjelang usia 1

tahun biasanya ia hanya perlu tidur siang satu kali saja, sisanya akan dihabiskan pada malam hari. Total jumlah waktu tidur berkisar antara 12-14 jam/hari (Prasadja, 2009).

Kualitas tidur bayi dipengaruhi oleh beberapa faktor. Semuanya itu dapat menunjukkan adanya kemampuan bayi untuk tidur dan memperoleh jumlah istirahat sesuai dengan kebutuhannya. Berbagai faktor yang mempengaruhi tidur bayi. Kelelahan akibat aktivitas fisik yang tinggi dapat memerlukan lebih banyak tidur untuk menjaga keseimbangan energi yang telah dikeluarkan. Hal tersebut dapat terlihat bila bayi melakukan aktivitas sehari-hari atau setelah melakukan pijatan dan mencapai kelelahan. Latihan 2 jam atau lebih dalam hal ini pijatan bayi yang dilakukan sebelum waktu tidur membuat tubuh mendingin dan mempertahankan suatu keadaan kelelahan yang dapat meningkatkan relaksasi karena pijatan dapat mempengaruhi keluarnya hormon tidur *melatonin* (Putra, 2011).

Ujung-ujung saraf pada permukaan kulit akan bereaksi terhadap setiap sentuhan pijatan dan selanjutnya akan mengirimkan pesan ke otak melalui jaringan saraf yang berada di sumsum tulang belakang. Sentuhan pijatan juga akan merangsang peredaran darah sehingga oksigen segar akan lebih banyak dikirim ke otak dan ke seluruh tubuh serta akan menambah energi (Roesli, 2008).

Penelitian yang dilakukan oleh Pahlawanti (2013) menunjukkan adanya pengaruh yang bermakna antara pijat bayi dengan lama tidur bayi usia 3-6 bulan dengan nilai P sebesar 0,004 ($p < 0,05$). peningkatan jumlah waktu tidur (± 13 jam) pada bayi yang mendapatkan pijatan di Rumah Sakit Keluarga

Sehat Pati yaitu 34 bayi (44,4 %) sehingga mereka menjadi segar dan bugar di waktu bangun tidur.

Pada bayi dan anak-anak, kurang tidur berdampak merugikan pada perkembangan fisik dan pertumbuhannya. Tidur juga menjaga daya tahan tubuh anak dari gangguan infeksi. Jika kurang tidur, kadar sel darah putih dalam tubuh akan menurun, sehingga efektifitas sistem daya tahan tubuh, anak menjadi mudah sakit dan pertumbuhannya terganggu. Kurang tidur membuat kemampuan berpikir anak menurun (rendah). Selain itu, bayi yang kurang tidur biasanya menjadi rewel, cengeng dan sulit diatur. Lingkungan punya peran penting dalam urusan si kecil karena tidur harus menjadi sesuatu yang menyenangkan untuk anak. Jika suasana lingkungan tidak nyaman, misalnya panas atau bising, maka si kecil tidak akan suka kegiatan tidur. Karena itu, menjadi kewajiban orang tua untuk menciptakan kondisi dan suasana senyaman mungkin, sehingga bayi bisa tidur nyenyak dan nyaman (Prasetyono, 2013).

Hasil studi pendahuluan pada tanggal 03-04 Maret 2015 kepada 10 orang ibu bayi usia 0-6 bulan yang lahir di Bidan Praktik Mandiri (BPM) "U" didapatkan sebanyak 7 orang (70%) mengatakan anaknya sering terbangun pada saat tidur malam hari dan menyatakan anaknya belum pernah dipijat. Selain itu hanya 3 orang (30%) mengatakan anaknya tidak pernah terbangun pada malam hari dan menyatakan anaknya pernah dipijat.

Berdasarkan uraian diatas maka dilakukan penelitian mengenai "Pengaruh Pijat terhadap Kualitas Tidur Bayi Umur 0-6 Bulan di Klinik Bidan Praktik Mandiri (BPM) "U" Banjarbaru"

B. Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh pijat terhadap kualitas tidur bayi umur 0-6 Bulan di Klinik Bidan Praktik Mandiri (BPM) "U" Banjarbaru?.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Menganalisis pengaruh pijat terhadap kualitas tidur bayi umur 0-6 bulan di Bidan Praktik Mandiri (BPM) "U" Banjarbaru.

2. Tujuan khusus

- a. Mengukur kualitas tidur bayi umur 0-6 bulan sebelum dilakukan pijat bayi di Klinik Bidan Praktik Mandiri (BPM) "U" Banjarbaru.
- b. Mengukur kualitas tidur bayi umur 0-6 bulan sesudah dilakukan pijat bayi di Klinik Bidan Praktik Mandiri (BPM) "U" Banjarbaru
- c. Menganalisis pengaruh pijat terhadap kualitas tidur bayi umur 0-6 bulan di Klinik Bidan Praktik Mandiri (BPM) "U" Banjarbaru.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan kajian dalam meningkatkan pemberian asuhan keperawatan anak khususnya pada bayi umur 0-6 bulan

2. Praktis

a. Bagi Tenaga Kesehatan

Sebagai masukan dan informasi bagi tenaga kesehatan bahwa manfaat pijat bayi dapat meningkatkan tidur bayi, sehingga masalah

tidur pada bayi dapat dikurangi untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi yang optimal.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai referensi dalam penelitian selanjutnya dan bahan pertimbangan bagi yang berkepentingan untuk melanjutkan penelitian sejenis.

c. Bagi peneliti

Penelitian ini dapat menambah pengetahuan peneliti tentang peranan pijat dalam kualitas tidur bayi umur 0-6 bulan

E. Keaslian Penelitian

Tabel perbandingan keaslian penelitian dengan penelitian lain.

No	Nama/Judul dan Tahun Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode
1	Widodo (2013) Efektifitas <i>Massage Effurage</i> terhadap Perkembangan <i>Gross Motoric</i> pada Bayi Usia 3-4 Bulan	Mengetahui efektifitas <i>massage effurage</i> terhadap perkembangan <i>gross motoric</i> pada bayi usia 3-4 bulan	Rancangan penelitian ini adalah <i>quasi eksperiment</i> dengan pendekatan <i>pre-post with control group design</i> . Populasi adalah bayi usia 3-4 bulan.
2	Pahlawanti (2013) Pengaruh Pijat dengan Lama Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan di Rumah Sakit Keluarga Sehat Pati	Mengetahui pijat dengan lama tidur bayi usia 3-6 bulan di Rumah Sakit Keluarga Sehat Pati	Rancangan penelitian adalah <i>quasi eksperiment</i> dengan pendekatan <i>one group pre and posttest</i> . Populasi adalah bayi premature
3	Pratiwi (2013) Pengaruh Pijat Bayi terhadap Perkembangan Bayi: Studi Perbandingan di Desa Pandak Kecamatan Baturraden Kabupaten Banyumas	Menganalisis pengaruh pijat bayi terhadap perkembangan bayi di Desa Pandak Kecamatan Baturraden Kabupaten Banyumas	Rancangan penelitian adalah <i>quasi eksperiment</i> dengan pendekatan <i>pre-post with control group design</i> . Populasi adalah bayi 0-11 bulan

4	Tria Amalia Astuti (2015) Pengaruh Pijat Terhadap Kualitas Tidur Bayi Umur 0-6 Bulan Di Klinik Bidan Praktek Mandiri "U" Banjarbaru.	Mengukur kualitas tidur bayi sebelum dan sesudah di pijat, dan menganalisis pengaruh pijat terhadap kualitas tidur bayi umur 0-6 bulan di klinik bidan praktek mandiri (BPM) "U" Banjarbaru.	Rancangan penelitian dengan <i>quasi eksperiment</i> dengan pendekatan survey analitik secara <i>cross sectional</i> . Populasi dan sampel adalah bayi umur 0-6 bulan.
---	---	--	--

Adapun perbedaaan penelitian ini dengan penelitian diatas terletak pada metode, variabel, populasi, sampel dan tempat penelitian dan tahun. Metode penelitian ini adalah survey analitik dengan *cross sectional*. Variabel bebas penelitian ini adalah pijat bayi sedangkan variabel terikat dalam penelitian ini adalah kualitas tidur bayi. Populasi dan sampel penelitian ini adalah bayi usia 0-6 bulan. Penelitian ini dilakukan di klinik Bidan Praktik Mandiri (BPM) "U" dan di rumah masing-masing responden.