

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Tumbuh kembang pada bayi tidak terlepas berasal konsep pertumbuhan serta perkembangan. Pertumbuhan artinya perubahan fisik dan peningkatan ukuran bagian tubuh sedangkan perkembangan adalah bertambah sempurnanya kemampuan, keterampilan, dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam kemampuan motorik kasar, motorik halus, bicara serta bahasa, dan sosialisasi dan kemandirian yang dimiliki individu buat beradaptasi dengan lingkungan. Kebutuhan utama itu dikenal pula menggunakan kata triple A, yakni kebutuhan gizi (asuh), kebutuhan emosi dan kasih sayang (asih), dan kebutuhan stimulasi dini (asah) (IDAI, 2017).

World Health Organization melaporkan bahwa lebih dari 200 juta anak usia dibawah 5 tahun di dunia tidak memenuhi potensi perkembangan mereka dan sebagian besar diantaranya adalah anak-anak 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%. Data nasional menurut Kementerian Kesehatan Indonesia bahwa pada tahun 2019, 13%- 18% anak balita di Indonesia mengalami kelainan pertumbuhan dan perkembangan (WHO, 2019).

Salah satu pendukung yang mempengaruhi tumbuh kembang bayi adalah tidur, tidur masuk kedalam perkembangan personal kebiasaan (habit) bayi (Soetjiningsih, 2018). Tidur memegang peranan krusial pada proses tumbuh kembang, saat terjaga anak berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya dan mengalami peristiwa positif maupun negatif. pada tidur terjadi banyak aktivasi sel otak yang berperan besar pada perkembangan kematangan otak pada tahun-tahun pertama kehidupan (IDAI, 2016).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Giwang di wilayah Indonesia usia 0-36 bulan tahun 2020 dengan Prevalensi problem tidur anak sebesar 31%. prevalensi masalah tidur pada anak Indonesia pada usia 0– 36 bulan cukup tinggi, hal ini dapat menunjukkan masih rendahnya kesadaran orang tua terhadap tidur anak dan kebanyakan orang tua tidak melaporkan masalah tidur anaknya(Giwang, 2021). Gangguan tidur artinya memiliki kuantitas maupun kualitas tidur yang buruk, Masalah tidur membutuhkan diagnosis yang tepat karena bila tidak diatasi, dapat mengurangi waktu istirahat fisiologi yang dibutuhkan untuk dapat melakukan aktivitas fisik dan kognitif sehat di siang hari, secara teoritis tidur mempunyai 2 fase *Non Rapid Eye Move* (Non REM) dan *Rapid Eye Move* (REM) bila Non REM terganggu hormon Pertumbuhan fisik kurang Maksimal dan bila REM terganggu perkembangan emosi kognitifnya terganggu (IDAI, 2015). Sehingga secara umum bayi yang mengalami gangguan tidur dapat menjadi rewel seharian, sulit makan, dan menyulitkan pengasuhan yang efektif (di malam hari dan selama anak terbangun) (Daniel B, 2016). Pola tidur bayi biasanya akan menurun bertahap selama periode anak-anak, normalnya tidur pada anak diukur dengan usia anak. Pola tidur pada usia 3 bulan akan terlihat jelas ketika proporsi tidur mulai teratur pada malam, pagi dan sore, usia 3-6 bulan membutuhkan waktu tidur 14-15 jam perhari (Soetjiningsih, 2018).

Bayi yang belum mempunyai jam tidur cukup, keesokan harinya akan menangis dan rewel. Bayi yang rewel akan cenderung tidak mau menyusu dan itu akan berpengaruh pada berat badannya, jika bayi kurang tidur, hormone leptin yang dihasilkan saat tidur akan menjadi kurang jumlahnya di dalam darah, hormone ini berfungsi untuk menimbulkan rasa kenyang karena hormone leptin yang kurang bayi akan tidak merasa kenyang (Soetjiningsih, 2018). Selain itu terjadi perubahan pada keseimbangan aktivitas dengan inaktivitas yang berasal dari beberapa system saraf pada otak, beberapa dari fungsi saraf dapat menjadi inaktif, yang mengakibatkan tahapan perkembangan bayi akan berkurang dari kemampuan motorik kasar,

kemampuan motorik halus, kemampuan berbicara, bahasa dan kecerdasan, kemampuan bergaul dan mandiri (Soetjningsih, 2018).

Tidur yang tidak adekuat dan kualitas tidur bayi yang buruk dapat mengakibatkan gangguan keseimbangan fisiologi dan psikologi. Dampak fisiologi meliputi penurunan aktifitas sehari-hari, rasa capek, lemah, koordinasi neuromuscular buruk, proses penyembuhan lambat dan daya tahan tubuh menurun. Sedangkan dampak psikologinya meliputi emosi lebih labil, cemas, tidak konsentrasi, kemampuan kognitif dan menggabungkan pengalamannya lebih rendah (Wong, 2017).

Dari masalah di atas ada beberapa cara yang dapat dilakukan upaya dalam kenaikan berat badan dan lama tidur yaitu dengan intervensi farmakologi dan nonfarmakologi. Salah satu upaya nonfarmakologi yang bisa dilakukan untuk menangani kuantitas 3-6 bulan adalah dengan terapi komplementer seperti baby gym, pijat bayi dan baby swimming (Evi N, 2020). Terapi komplementer yang digunakan untuk membantu kuantitas tidur bayi usia 3-6 bulan adalah pijat bayi, Manfaat pijat bayi adalah meningkatkan daya tahan tubuh, meningkatkan kualitas tidur dan kuantitas tidur (Evi N, 2020). Karena pijat bayi merupakan terapi komplementer yang lebih efektif dan efisien karena mudah dilaksanakan, bisa dilakukan dengan siapapun dan murah, pijat bisa dilakukan sesering mungkin di pagi, sore atau malam dengan lama waktu pemijatan 15 menit (Setiawandari, 2019). Pemijatan dapat dilakukan 15 menit minimaln 1x pemijatan dapat dilakukan sebelum mandi, sebab sisa-sisa minyak pijat akan lebih mudah dibersihkan, selain itu pemijatan pada pagi hari memberikan nuansa ceria bagi bayi dan pemijatan sore dapat dilakukan sebelum mandi yang berakibat setelah pemijatan bayi akan santai dan mengantuk, hal ini berguna untuk membantu bayi tidur lebih nyenyak (Roesli, 2016).

Pijat mempengaruhi sistem saraf dari tepi sampai pusat, pijat juga memberi dampak pemacuan saraf nervus vagus (saraf otak ke-10) yang berhubungan dengan sistem perut besar dan merangsang pengeluaran hormon penyerapan gastrin dan insulin, hormon akan meningkatkan absorpsi

makanan menjadi lebih baik, sehingga bayi akan merasa cepat lapar dan akan menyusui lebih aktif serta berdampak pada kenaikan berat badan. Pemijatan juga memberikan rangsangan pada saraf vasodilator, sehingga ketegangan otot akan sembuh dengan adanya respon relaksasi. Pada bayi sehat yang mendapat pemijatan menunjukkan peningkatan jam tidur sehingga dapat meningkatkan kesiagaan (alertness) atau konsentrasi. Pijat bayi dapat membuat tidur bayi menjadi lebih nyenyak dan frekuensinya meningkat. Hal tersebut disebabkan oleh adanya kadar sekresi serotonin yang meningkat. Serotonin merupakan zat utama yang menyertai pembentukan tidur. Serotonin yang disintesis dari asam amino triphophanakan diubah menjadi 5-hidroksitriptofan (5HTP) kemudian menjadi N-asetil serotin yang pada akhirnya berubah menjadi melatonin. Melatonin mempunyai peran dalam tidur lebih lama saat malam hari. Hal ini disebabkan karena melatonin lebih banyak memproduksi pada saat keadaan gelap dan berkurangnya cahaya yang masuk ke dalam mata (Roesli, 2016).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Sawitry, 2019) di Sendang Mulyo Semarang tentang pengaruh pijat bayi terhadap berat badan dan lama tidur bayi. Menunjukkan hasil dengan bayi 1-3 bulan rata-rata lama tidur bayi kelompok eksperimen 16,93 dan kelompok kontrol 15,53 . berat badan pada kelompok eksperimen 5101,87 dan kelompok kontrol 5491.

Hasil penelitian yang dilakukan (Saidah, 2019) menunjukkan hasil Kuantitas tidur bayi usia 3-6 bulan sesudah dilakukan pemijatan lebih tinggi (rerata 13,78 jam/hari) dari pada sebelum pemijatan (rerata 12,42 jam/hari) dengan rerata peningkatan sebesar 1,29 jam/hari. Sehingga dari data tersebut dapat ditarik kesimpulan terdapat pengaruh pijat bayi terhadap kuantitas tidur bayi usia 3-6 bulan di Kelurahan Sempaja Selatan Samarinda Utara Tahun 2019.

Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh (Kurniasari, 2019) memperoleh hasil yaitu rata-rata lama tidur bayi sebelum perlakuan pijat bayi adalah 12,88 jam, Lama tidur usia 3-6 bulan sebelum perlakuan pijat bayi (pretest) diperoleh hasil paling banyak adalah kurang dari 13 jam sebanyak 18

(56,25%) bayi. Rata-rata lama tidur bayi sebelum perlakuan pijat bayi adalah 11,73 jam. Lama tidur usia 3-6 bulan setelah pemijatan diperoleh hasil paling banyak adalah normal 13- 15 jam sebanyak 27 (84,38%) bayi. Rata-rata lama tidur bayi setelah perlakuan pemijatan adalah 14,27 jam. Dari hasil uji statistika dengan menggunakan uji Wilcoxon diperoleh nilai p value ( $0,000 < 0,05$ ) berarti ada pengaruh pijat bayi terhadap lama tidur bayi usia 3-6 bulan di Desa Jemawan, Kecamatan Jatinom, Kabupaten Klaten.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Devi, 2020) di klaten hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh pijat bayi terhadap lama tidur bayi usia 3-6 bulan dengan nilai rata-rata bayi, sebelum di pijat rata-rata lama tidur bayi sebelum perlakuan pijat bayi adalah 11,73 jam dan lama tidur bayi setelah di pijat adalah 14,27 jam dengan hasil sig (2 tailed)  $0,000 < 0,05$  maka terdapat pengaruh pijat bayi terhadap lama tidur bayi.

Tidur yang tidak adekuat dan kualitas tidur bayi yang buruk di dapatkan dari faktor pola pengasuhan, kondisi kesehatan bayi dan lingkungan (Potter & Perry, 2018). Sehingga dapat mengakibatkan gangguan keseimbangan fisiologi dan psikologi, oleh karena itu berdasarkan latar belakang data diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh pijat bayi terhadap kuantitas tidur bayi pada usia 3-6 bulan di TPMB “HN” Kota Bandung Tahun 2023”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Menurut teori (Soetjiningsih, 2018) bayi usia 3-6 bulan seharusnya tidur 14-15 jam/perhari agar imun tubuh meningkat. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan September 2023, TPMB “HN” adalah salah satu TPMB yang sudah berdiri sejak tahun 1994 dan terletak di Jalan terusan PSM No 241 Rt 09 Rw 06 Kelurahan Dukapura, Kecamatan Kiaracandong Kota Bandung memberi pelayanan Persalinan, Kesehatan ibu dan anak, KB serta Imunisasi. Jumlah persalinan pada TPMB “HN” sebanyak 150 ibu bersalin bulan Januari-November 2023. Pada Januari tahun 2023 TPMB “HN” mulai membuka pelayanan pijat bayi adapun tujuan dari TPMB “HN” adalah untuk memberi pelayanan yang lebih baik lagi kepada bayi dan

dalam upaya untuk meningkat pengetahuan pada ibu dalam merawat bayi seperti meningkatkan keterampilan dalam melakukan pijat bayi, memantau tumbuh kembang bayi dan perawatan bayi lainnya serta untuk memperluas pelayanan yang dapat diberikan pada ibu dan bayi di wilayahnya.

Berdasarkan hasil wawancara dengan ibu bayi yang datang ke TPMB “HN” pada bulan september terdapat 10 bayi usia 3-6 bulan, didapatkan 7 bayi mengalami kuantitas/jumlah jam tidur yang kurang yaitu dibawah 10 jam/hari.

dengan mengeluh bayi pada malam hari bayi gelisah dan pada pagi hari rewel, menangis dan menyusu berkurang.

Sehingga diperlukan intervensi masalah gangguan tidur bayi. Salah satu nonfarmakologi yang bisa dilakukan untuk membantu kuantitas tidur bayi dengan terapi komplementer berupa pijat bayi, dan termasuk kedalam terapi komplementer yang efektif dan efisien. Dilakukan pemijatan 15 menit minimal 1 hari 1x pagi atau sore pemijatan dapat dilakukan sebelum mandi, sebab sisa-sisa minyak pijat akan lebih mudah dibersihkan, selain itu pemijatan pada pagi hari memberikan nuansa ceria bagi bayi dan pemijatan sore dapat dilakukan sebelum mandi yang berakibat setelah pemijatan bayi akan santai dan mengantuk, hal ini berguna untuk membantu bayi tidur lebih nyenyak (Roesli, 2016).

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan peneliti ini secara umum untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap kuantitas tidur bayi 3-6 bulan di TPMB “HN” Kota Bandung Tahun 2023.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengetahui kuantitas tidur bayi 3-6 bulan sebelum diberi pijat bayi di TPMB “HN” Kota Bandung Tahun 2023.
2. Mengetahui kuantitas tidur bayi 3-6 bulan sesudah diberi pijat bayi di TPMB “HN” Kota Bandung Tahun 2023.

3. Mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap Kuantitas tidur bayi 3-6 bulan di TPMB “HN” Kota Bandung Tahun 2023.

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

##### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan informasi awal dan referensi bagi penelitian selanjutnya serta dapat dijadikan sebagai bahan pengembangan ilmu pengetahuan kebidanan khususnya asuhan kebidanan pada bayi yang mengalami gangguan tidur.

##### **1.4.2 Manfaat Praktis**

###### **1.4.2.1 Bagi Tempat Penelitian**

Diharapkan pijat bayi ini dapat dijadikan suatu metode intervensi dalam penanganan bayi mengalami gangguan tidur.

###### **1.4.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Dijadikan acuan referensi untuk penelitian selanjutnya terkait pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi 3-6 bulan.