

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pijat biasa disebut dengan stimulus *touch* atau sentuhan. Pijat bayi dan balita dapat diartikan sebagai sentuhan komunikasi yang nyaman antara ibu dan bayi/balita. *Touch* adalah sentuhan alamiah pada bayi dan balita yang dapat berupa tindakan mengusap, mengurut atau memijat. Jika tindakan ini dilakukan secara teratur, maka sentuhan ini dapat merupakan bentuk stimulasi dan intervensi yang dapat memberikan banyak manfaat untuk anak (Setiawandari, 2019). Terdapat beberapa manfaat yang didapat setelah melakukan pijat bayi antara lain seperti membuat ikatan (*bonding*) antara ibu dan anak, meningkatkan daya tahan tubuh bayi, menurunkan hormon stress pada bayi, membuat bayi tidur lebih lelap, dan meningkatkan kemampuan orang tua dalam membantu bayi untuk relaksasi (Budiarti & Yunadi, 2020).

Menurut Kemenkes bayi baru lahir adalah bayi umur 0 sampai dengan 28 hari. Sedangkan bayi adalah anak mulai umur 0 sampai 11 bulan (Permenkes, 2014). Menurut CDC (*Centers for Disease Control and Prevention*) usia bayi dimulai dari 0 sampai 1 tahun (CDC, 2021). Pertumbuhan ditandai dengan terjadinya perubahan pada jumlah dan ukuran sel tubuh yang ditunjukkan dengan adanya peningkatan ukuran dan berat seluruh bagian tubuh. Perkembangan merupakan hasil interaksi kematangan susunan syaraf pusat dengan organ yang dipengaruhi, misalnya perkembangan system neuromuskuler, kemampuan bicara, emosi dan sosialisasi (Yulizawati & Afrah, 2022).

Selain asupan nutrisi yang baik, kebutuhan dasar pada bayi dan balita yang perlu diketahui adalah melakukan aktivitas fisik, bermain, dan tidur, karena memiliki beberapa manfaat diantaranya dapat merangsang hormon pertumbuhan,

nafsu makan, merangsang metabolisme karbohidrat, lemak dan protein, merangsang pertumbuhan otot dan tulang, serta merangsang perkembangan (Yulizawati & Afrah, 2022).

Tidur adalah kebutuhan setiap makhluk hidup yang bersifat *universal*. Tidur dibutuhkan untuk kelangsungan hidup (Bryson, 2021). Tidur merupakan keadaan yang menampilkan relaksasi, berkurangnya metabolisme dan kepekaan terhadap rangsangan. Tidur memiliki pola gelombang otak yang unik dengan tahapan yang berbeda. Kurang tidur cenderung menyebabkan gelombang otak lebih lambat di korteks frontal, rentang perhatian yang lebih pendek, kecemasan yang lebih tinggi, gangguan memori, dan suasana hati yang tidak bahagia. Sebaliknya, organisme yang cukup istirahat cenderung mengalami peningkatan memori dan suasana hati (Rahayu *et al.*, 2021).

Kebutuhan tidur berubah secara dramatis dari bayi hingga usia tua. Bayi baru lahir memiliki pola tidur polifasik dengan total 16 jam tidur per hari. Saat seorang anak berusia 3 sampai 5 tahun, kebutuhan tidur menurun menjadi sekitar 11 jam per hari (Reza *et al.*, 2019). Kegiatan bayi pada umumnya digunakan untuk tidur baik siang maupun malam. Selebihnya kegiatan bayi adalah mengadakan gerakan-gerakan seperti menggerakkan kaki dan tangan, tersenyum, menangis, makan, minum, melihat, dan mendengarkan suara (Ajhuri, 2019).

Menurut WHO (World Health Organization) pada tahun 2012 yang dicantumkan dalam Jurnal Pediatrics tercatat sekitar 33% bayi mengalami masalah tidur (Kontic-Vucinic *et al.*, 2013). Menurut Sekartini dalam penelitian Candraini dan Fitriana menjelaskan bahwa 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 suatu masalah atau hanya menganggap sebagai masalah kecil saja (Candraini & Fitriana, 2019). Di Kota Bogor berdasarkan penelitian yang dilakukan Ahmad dan Budiana tahun 2023 dengan jumlah responden 37 bayi, diperoleh data jumlah bayi yang memiliki kualitas tidur baik dan cukup sebelum

dilakukan pijat bayi sebanyak 14 bayi (37,8%) dan kualitas tidur kurang sebanyak 9 bayi (24,3%) (Ahmad & Budiana, 2023).

Dalam jurnal penelitian yang dilakukan oleh Febri Safitri, Triana Indrayani, dan Retno Widowati di Kelurahan Gunung Batu Kota Bogor bahwa sebagian besar responden sebelum diberikan pijat bayi memiliki kualitas tidur kurang yaitu 75 %, setelah diberikan pijat bayi terjadi peningkatan kualitas tidur yaitu sebanyak 80% responden memiliki kualitas tidur baik (Safitri *et al.*, 2023). Pada jurnal penelitian yang dilakukan oleh Tiara Pratiwi di Desa Lorok Pakjo Kota Palembang bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi pada usia 1–6 bulan. Dari hasil penelitian tersebut menjelaskan bahwa setelah dilakukan pijat bayi, kualitas tidur bayi kurang menurun dari 11 bayi (31,4%) menjadi 2 bayi (5,7%) dan kualitas tidur baik meningkat dari 3 bayi (8,6%) menjadi sebesar 20 bayi (57,1%) (T. Pratiwi, 2021). Berdasarkan uraian tersebut, maka peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pemberian Terapi Pijat Bayi Menggunakan *Lavender Oil* Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Bayi Usia 1-12 Bulan di TPMB M Tahun 2024”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat diidentifikasi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Apakah terdapat pengaruh pemberian terapi pijat bayi menggunakan *lavender oil* terhadap peningkatan kualitas tidur bayi usia 1-12 bulan di TPMB M tahun 2024.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi pijat bayi menggunakan *lavender oil* terhadap peningkatan kualitas tidur bayi usia 1-12 bulan di TPMB M tahun 2024.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Diketahui distribusi frekuensi kualitas tidur bayi usia 1-12 bulan sebelum dilakukan terapi pijat bayi menggunakan *lavender oil*.

1.3.2.2 Diketahui distribusi frekuensi kualitas tidur bayi usia 1-12 bulan sesudah dilakukan terapi pijat bayi menggunakan *lavender oil*.

1.3.2.3 Diketahui adanya pengaruh pemberian terapi pijat bayi menggunakan *lavender oil* terhadap peningkatan kualitas tidur bayi usia 1-12 bulan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Orang Tua Bayi

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan pengalaman bagi para orang tua bayi tentang pijat untuk bayi di rumah untuk meningkatkan kualitas tidur pada bayi.

1.4.2 Bagi Lahan Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi dan motivasi bidan serta meningkatkan mutu pelayanan kebidanan dalam memberikan terapi pada bayi untuk meningkatkan kualitas tidur bayi.

1.4.3 Bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan akan bermanfaat dan menjadi sebagian referensi dan menambah materi pembelajaran pustakaan di Univeritas Mohammad Husni Thamrin fakultas kesehatan prodi kebidanan.

1.4.4 Bagi Peneliti

Menjadi salah satu ketentuan menyelesaikan pendidikan S1 Kebidanan Univeritas Mohammad Husni Thamrin dan untuk menambah ilmu dan pengetahuan khususnya tentang pengaruh pemberian terapi pijat bayi menggunakan *lavender oil* terhadap peningkatan kualitas tidur bayi.