

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Bayi Baru Lahir (*Neonatus*) atau BBL merupakan bayi yang baru mengalami proses kelahiran berumur 0-28 hari. Bayi merupakan manusia yang baru lahir hingga usia 12 bulan. Menurut psikologi, bayi merupakan masa perkembangan yang berjarak dari kelahiran sampai 18 atau 24 bulan. Periode bayi merupakan periode yang bergantung pada orang dewasa. Bawah Lima Tahun atau Balita merupakan masa umur manusia setelah bayi sebelum anak awal. Jarak umur balita dari 2-5 tahun atau umur 24-60 bulan (Marni dan Rahardjo, 2012).

Pijat merupakan terapi sentuh tertua, terkenal dan terpopuler. Pengaruh positif yang didapatkan dari sentuhan adalah pada proses tumbuh kembang anak. Field T, seorang dokter ahli terapi dari Touch Research Institutes, Department of Pediatrics, dan University of Miami School of Medicine, Miami, Florida, Amerika Serikat menyatakan bahwa adanya peningkatan dalam beberapa kondisi kesehatan dan psikologis bayi setelah dilakukan pemijatan yaitu pertumbuhan bayi, perbaikan depresi dan masalah adiktif (ketergantungan), sindrom rasa sakit, serta perbaikan kekebalan tubuh (Subakti dan Anggarani, 2008). Para pakar membuktikan secara ilmiah tentang terapi sentuh dan pijat pada bayi memiliki manfaat membuat bayi tidur lebih lelap (Roesli, 2009), juga meningkatkan efektivitas istirahat (tidur) bayi serta mengurangi masalah tidur (Subakti dan Anggarani, 2008), dan membantu bayi agar lekas tidur (Dewi, 2010). Dr. Tiffany Field pendiri Touch Research Institute, Amerika, melakukan penelitian dimana terjadi peningkatan tidur pada bayi yang dilakukan pijatan selama 2x15 menit setiap minggunya dalam jangka waktu 5 minggu, tidurnya menjadi lebih nyenyak sehingga pada saat bangun tidur bayi dapat berkonsentrasi lebih baik dari pada sebelum dilakukan pijat (Roesli, 2009). Tiffany M. Field, ahli dari Fakultas Kedokteran Universitas Miami juga memimpin sebuah penelitian terhadap bayi, menemukan fakta bahwa bayi-bayi yang diberikan sentuhan (pijatan) secara teratur setiap hari, menunjukkan perkembangan fisik dan emosional yang lebih

baik dibandingkan yang tidak diberikan terapi sentuh (tidak dipijat) (Subakti dan Anggarani, 2008). Penemuan yang didapatkan menjadi alasan untuk dilakukannya pijat bayi secara rutin guna mempertahankan kesehatan bayi (Roesli, 2009). Pijat merupakan seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang dipraktikkan dan diajarkan secara turun-temurun di seluruh dunia semenjak dahulu kala berabad silam termasuk di Indonesia, terutama di masyarakat pedesaan pelaksanaan pijat bayi masih dipegang peranannya oleh dukun bayi dan telah menjadi rutinitas perawatan bayi. Ilmu ini terkenal semenjak awal manusia dilahirkan ke dunia, karena pijat berkaitan dengan kehamilan dan proses kelahiran manusia. Pengalaman pijat pertama yang dialami manusia ialah saat lahir melewati jalan lahir ibu (Roesli, 2009).

Tidur merupakan rangsangan bagi tumbuh kembang otak (Prihandini, 2008). Departemen Kesehatan mengatakan tidur merupakan bagian dari ritme biologis tubuh untuk mengembalikan stamina (Siregar, 2011). Setelah lahir, bayi berusia 0-5 bulan akan menjalani hidup barunya dengan 80-90% tidur. Manfaat apabila si kecil tidur ialah merangsang tumbuh kembang otak. Para ahli mengatakan tidur memberi efek yang positif bagi perkembangan si kecil. Aktivitas ini jalan dari tumbuh kembang otak anak selanjutnya, agar cerdas, berakal, dan berpikiran jernih. Penelitian yang dilansir di London tahun 1998, mengungkap bahwa bayi yang banyak tidur, perkembangan otaknya akan optimal. Aktivitas tidur merupakan salah satu stimulus bagi proses tumbuh kembang otak. Karena 75% hormon pertumbuhan dikeluarkan saat anak tidur pertumbuhan ini berkaitan dengan keadaan fisik si kecil (Siregar, 2011). Menurut Jodi Mindell, pakar tidur anak di Children's Hospital of Philadelphia, tidur memiliki peran ganda bagi bayi, yaitu memberi kesempatan untuk mengistirahatkan tubuh, merangsang pertumbuhan tulang dan jaringan serta meningkatkan proses metabolisme tubuh termasuk otak, yakni proses pengolahan pangan menjadi energi yang dibutuhkan (Putra, 2011). Berdasarkan penelitian, hormon pertumbuhan memperbaiki dan memperbaharui semua sel yang ada di tubuh dari sel kulit, sel darah hingga sel saraf otak. Proses pembaharuan sel ini berjalan ketika si kecil terlelap dari saat bangun (Prihandini, 2008).

Pada anak-anak dan bayi kurang tidur memiliki dampak yang merugikan pada pertumbuhan dan perkembangan fisik. Dr. Rini Sekartini, SPAK, Staf Divisi Tumbuh Kembang, Departemen Ilmu Kesehatan Anak, Fakultas Kedokteran, Universitas Indonesia, Jakarta, menyatakan bahwa bagi bayi, tidur memiliki fungsi penting untuk pertumbuhan, meningkatkan daya tahan tubuh si kecil terhadap infeksi, pembentukan sistem imun, perkembangan kemampuan belajar dan mengingat, serta perkembangan fungsi hormon dan metabolisme tubuh (Putra, 2011). Bayi yang tidur cukup tanpa sering terbangun akan lebih bugar dan tidak gampang rewel. Bayi dikatakan mengalami gangguan tidur jika pada malam hari, ternyata tidurnya kurang dari 9 jam, terbangun lebih dari 3 kali, dan lama terbangunnya lebih dari 1 jam. Selama tidurnya, bayi terlihat selalu rewel, menangis, dan sulit tidur kembali (Putra, 2011). Apabila tidur terganggu kadar sel darah putih dalam tubuh menurun. Efektivitas sistem daya tahan tubuh anak menurun dan si kecil gampang sakit, pertumbuhan terganggu. Kurang tidur memiliki dampak terhadap tumbuh kembang otak anak dan kemampuan berpikir. Tidak dapat berkonsentrasi apabila tubuh lelah. Kualitas kemampuan berpikir menjadi rendah. Si kecil dapat menanggapi atau memecahkan hal yang dia pikirkan dengan baik, keadaan tubuh harus prima (Prihandini, 2008). Salah satu cara agar bayi tidur nyenyak ialah dengan melakukan pijatan ringan (Sudilarsih, 2010).

Menurut data, prevalensi kurang tidur di Indonesia sekitar 10%, kurang lebih 28 juta dari total 238 juta penduduk Indonesia menderita kurang tidur (Siregar, 2011).

Di Indonesia, cukup banyak bayi yang mengalami masalah tidur, yaitu sekitar 44%. Namun, hampir atau bahkan lebih dari 72% orang tua tidak menganggap gangguan tidur pada bayi sebagai suatu masalah. Meskipun dianggap masalah, mereka hanya menganggapnya sebagai masalah kecil. Padahal, masalah tidur dapat mengganggu pertumbuhan bayi, menyebabkan fungsi imun rentan, dan mengganggu regulasi sistem endokrin (Putra, 2011).

Di wilayah Kabupaten Bantul, Yogyakarta, terdapat banyak fasilitas *Baby Spa* yang menyediakan pelayanan pijat bayi, salah satunya adalah *Fatih Baby Spa & Beauty Care*, Kabupaten Bantul, Yogyakarta, yang merupakan fasilitas *Baby Spa* dengan lokasi strategis berada di depan pinggir jalan raya besar Kabupaten Bantul, Yogyakarta.

Data 3 bulan terakhir yang didapatkan pada waktu studi pendahuluan yaitu terdapat 32 bayi usia 6-12 bulan yang melakukan pijat bayi di *Fatih Baby Spa & Beauty Care*, Kabupaten Bantul, Yogyakarta. Menurut keterangan dari tenaga kesehatan yang bertugas, pelayanan pijat bayi buka setiap hari, Senin sampai Minggu pukul 8 pagi sampai 5 sore, hanya pada hari Selasa tutup. Namun, ramai ibu yang memijat bayi di *Fatih Baby Spa & Beauty Care*, Kabupaten Bantul, Yogyakarta pada hari Rabu pagi, Jumat dan Minggu pada sore hari sekitar pukul 4. Selain itu, bayi kebanyakan merupakan pelanggan, usia yang sudah mulai MP-ASI sekitar 5 bulan ke atas, 8, 9 bulan sampai 2 tahun, untuk usia 3 tahun jarang. Hasil saat studi pendahuluan terdapat 6 bayi yang melakukan pijat di *Fatih Baby Spa & Beauty Care*, Kabupaten Bantul, Yogyakarta yang mengatakan alasan para orang tua memijat bayi karena kecapean aktivitas bermain, tidur tidak lama hanya sebentar dan tidak nyenyak. Setelah diberikan pijatan, bayi dapat tidur lebih nyenyak, pulas dan tidak sering terbangun serta lebih lama. Ibu mengatakan bayi terbangun hanya karena ingin minum atau lapar, buang air kecil dan buang air besar.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Kuantitas Tidur Bayi Usia 6-12 Bulan Setelah Dilakukan Pijat Bayi 2 Minggu Sekali Di *Fatih Baby Spa & Beauty Care* Kabupaten Bantul Yogyakarta”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, rumusan masalah yang dapat diuraikan yaitu “Bagaimanakah gambaran kuantitas tidur bayi usia 6-12 bulan setelah dilakukan pijat bayi 2 minggu sekali di *Fatih Baby Spa & Beauty Care*, Kabupaten Bantul, Yogyakarta?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran kuantitas tidur bayi usia 6-12 bulan setelah dilakukan pijat bayi 2 minggu sekali di *Fatih Baby Spa & Beauty Care*, Kabupaten Bantul, Yogyakarta.

2. Tujuan khusus

- a. Diketuainya kuantitas tidur bayi usia 6-12 bulan dalam 1 hari (24 jam) sebelum dilakukan pijat bayi di *Fatih Baby Spa & Beauty Care*, Kabupaten Bantul, Yogyakarta.
- b. Diketuainya kuantitas tidur bayi usia 6-12 bulan dalam 1 hari (24 jam) setelah dilakukan pijat bayi 2 minggu sekali di *Fatih Baby Spa & Beauty Care*, Kabupaten Bantul, Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi yang berhubungan dengan kuantitas tidur bayi setelah dilakukan pijat bayi untuk penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktisi

- a. Bagi Perpustakaan Stikes Jenderal Achmad Yani

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pustaka serta menambah ilmu pengetahuan dan wawasan bagi mahasiswa tentang manfaat pijat bayi terhadap lama tidur bayi.

- b. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran bagi tenaga kesehatan di *Fatih Baby Spa & Beauty Care* tentang kuantitas tidur bayi setelah dilakukan pijat bayi.

- c. Bagi Orang Tua Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi ibu yang memiliki bayi untuk menambah pengetahuan tentang manfaat pijat bayi terhadap lama tidur bayi.

d. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengalaman dalam mengembangkan ilmu pengetahuan yang telah didapatkan selama kuliah.

E. Keaslian Penelitian

1. Agus Widodo dan Dela Norma Afrina (2013) “Efektivitas *Baby Spa* Terhadap Lamanya Tidur Bayi Usia 3-4 Bulan”. Desain penelitian ini menggunakan *Pre and Post Test with Control Group Design* dengan pendekatan *Quasi Experiment*, populasi yang digunakan adalah bayi di Posyandu Desa Gonilan, teknik pengambilan sampel menggunakan uji *Wilcoxon test* dan uji beda *Mann-Whitney test* yang terdiri dari 12 responden, alat yang digunakan adalah kuesioner dan observasi. Hasil penelitian ini adalah adanya efektifitas *Baby Spa* terhadap lamanya tidur bayi usia 3-4 bulan. Perbedaan dengan penelitian ini adalah desain penelitian, metode pendekatan, lokasi penelitian, waktu penelitian, populasi, teknik pengambilan sampel, alat, dan hasil penelitian. Sedangkan persamaan dengan penelitian ini adalah variabel penelitian.
2. Lilik Mardiana dan Diah Eko Martini (2014) “Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kuantitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Di Desa Munungrejo Kecamatan Ngimbang Kabupaten Lamongan”. Desain penelitian ini menggunakan metode *Pra Eksperimen Design* dengan pendekatan *One Group Pretest-Postest Design*, populasi yang digunakan adalah bayi usia 3-6 bulan di Desa Munungrejo Kecamatan Ngimbang Kabupaten Lamongan, teknik pengambilan sampel menggunakan *Non probability* dengan teknik *purposive sampling* yang terdiri dari 18 responden, alat yang digunakan adalah lembar observasi. Hasil penelitian ini adalah terdapat pengaruh pijat bayi terhadap kuantitas tidur bayi usia 3-6 bulan di Desa Munungrejo Kecamatan Ngimbang Kabupaten Lamongan. Perbedaan dengan penelitian ini adalah desain penelitian, metode pendekatan, lokasi penelitian, waktu penelitian, populasi, teknik pengambilan sampel, dan hasil penelitian. Sedangkan persamaan dengan penelitian ini adalah variabel penelitian.

3. Warsini dan Dyah Nugraini (2016) “Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Lama Tidur Bayi Di Desa Duwet Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten”. Desain penelitian ini menggunakan *post-test desain* dengan pendekatan *eksperimental*, populasi yang digunakan adalah bayi di Desa Duwet Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten yang berjumlah 45 bayi, teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling* dengan teknik *eksperimental* yang terdiri dari 20 bayi, alat yang digunakan adalah metode *eksperimental* dengan cara mengukur lama tidur bayi setelah dilakukan intervensi. Hasil penelitian ini adalah terdapat pengaruh yang secara statistik signifikan pada pijat bayi terhadap lama tidur bayi. Perbedaan dengan penelitian ini adalah desain penelitian, metode pendekatan, lokasi penelitian, waktu penelitian, populasi, teknik pengambilan sampel, dan hasil penelitian. Sedangkan persamaan dengan penelitian ini adalah variabel penelitian.
4. Rahayu Budi Utami dan Puji Astutik (2014) “Pengaruh Pemberian Pijat Bayi Terpenuhi Kebutuhan Bayi (6-12 Bulan) Di Kelurahan Posyandu Mangundikaran Kabupaten Nganjuk”. Desain penelitian ini menggunakan *pra eksperimen* dengan pendekatan *One-Group Pretest and Posttest*, populasi yang digunakan adalah bayi usia 6-12 bulan di Posyandu Kelurahan Mangundikaran Kabupaten Nganjuk, teknik pengambilan sampel menggunakan *uji statistic Mc. Nemar* yang terdiri dari 28 bayi, alat yang digunakan adalah lembar kuesioner. Hasil penelitian ini adalah ada pengaruh pijat bayi terhadap pemenuhan kebutuhan tidur bayi (6-12 bulan). Perbedaan dengan penelitian ini adalah desain penelitian, metode pendekatan, lokasi penelitian, waktu penelitian, populasi, teknik pengambilan sampel, dan hasil penelitian. Sedangkan persamaan dengan penelitian ini adalah variabel penelitian.