

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Masa bayi merupakan masa emas untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi sehingga perlu mendapatkan perhatian khusus. Salah satu faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang bayi adalah tidur dan istirahat (Vina, 2010). Kebutuhan tidur tidak hanya dilihat dari aspek kuantitas saja namun juga kualitasnya. Pertumbuhan dan perkembangan bayi dapat dicapai secara optimal dengan kualitas tidur yang baik (Widyanti, 2010). Dampak motorik dan sensorik pada pertumbuhan dan perkembangan seperti penambahan panjang badan dan berat badan, gigi, struktur tulang, kemampuan untuk belajar mengangkat kepala ketika akan tengkurap, kemampuan untuk duduk dan kemampuan ketika sudah mampu tertawa dan teriakserta menoleh jika dipanggil ataupun mendengar bunyi-bunyian. (Imael, 2010)

Berdasarkan data WHO (*World Health Organization*) tahun 2012 yang dicantumkan dalam jurnal pediatrics, tercatat sekitar 33% bayi mengalami masalah tidur. Penelitian ini dilakukan oleh Hiscock (2012) di Melbourn Australia didapatkan hasil 32% ibu melaporkan terdapat kejadian berulang masalah tidur pada bayi mereka. Penelitian tersebut menggambarkan bahwa masih banyak kejadian masalah tidur yang dialami bayi dan kejadian tersebut meentap ataupun terulang kembali (Hiscock *et*

all, 2012). Di Indonesia pada tahun 2012 cukup banyak bayi yang mengalami masalah tidur, yaitu sekitar 44,2% bayi mengalami gangguan tidur seperti sering terbangun di malam hari. 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. Merujuk hasil penelitian tentang gangguan tidur pada anak usia di bawah 3 tahun oleh sekartini (2005, dalam Wardani dan Yuluiaswati, 2016) di lima kota besar di Indonesia (Jakarta Bandung Medan Palembang dan Batam) dengan subjek penelitian 385 ibu dan bayi didapatkan hasil sebanyak 42,3% orang tua menganggap gangguan tidur pada bayi bukan merupakan suatu masalah dan 29,9% menganggap masalah yang kecil. Prevalensi gangguan tidur pada bayi yang mengalami gangguan tidur seperti jam tidur malamnya kurang dari 9 jam terbangun di malam hari lebih dari 3 kali dan lama terbangun pada malam hari lebih dari 1 jam.

Tidur adalah salah satu bentuk adaptasi bayi terhadap lingkungannya. Sesaat setelah lahir, bayi biasanya tidur selama 16-20 jam sehari. memasuki usia 2 bulan bayi mulai lebih banyak tidur malam dibandingkan siang, Sampai usia 3 bulan bayi baru lahir akan menghabiskan waktu tidurnya sekitar 15-17 jam dengan pembagian waktu 8 jam untuk tidur siang dan 9 jam untuk tidur malam. Semakin usia bayi bertambah, jam tidurnya juga semakin berkurang. Pada usia 3-6 bulan jumlah tidur siang makin berkurang kira-kira 3 kali. Total jumlah waktu tidur bayi usia 0-6 bulan berkisar antara 13-15 jam/hari besi pada bayi usia 6 bulan pola

tidurnya mulai tampak mirip dengan orang dewasa (gola, 2009). Tidur nyenyak sangat penting bagi pertumbuhan bayi, karena saat tidur pertumbuhan otak bayi mencapai puncaknya. Selain itu pada saat tidur tubuh bayi memproduksi hormon pertumbuhan 3 kali lebih banyak dibandingkan ketika bayi terbangun (gola, 2009)

Pada saat tidur fisik bayi berkembang lebih optimal, hormon pertumbuhannya tiga kali lipat dibandingkan Saat bangun (Eveline Dan djamaludin, 2010). Pada tahap non-rem peningkatan pelepasan hormon pertumbuhan, sehingga tubuh mendapat kesempatan untuk tubuh, memperbaiki sel-sel tubuh, membangun otot dan jaringan pendukung serta menguatkan tulang, sangat berpengaruh pada restorasi fisik (indigrow, 2010, 1, <https://indigrow.wordpress.com>). Lama tidur bayi berbeda-beda semakin bertambah umur semakin sedikit kebutuhan tidurnya, pada umur 3-6 bulan bayi akan tidur sekitar 14-15 jam bayi tidur pada malam hari sekitar 10-11 jam dan tidur pada siang hari 3-5 jam. Faktor lain yang mempengaruhi durasi tidur diantaranya faktor lingkungan penyakit, dan asupan nutrisi, bayi yang mengalami nyeri dan ketidaknyamanan fisik sering menyebabkan gangguan tidur pada bayi. Jika tidurnya terganggu sistem daya tahan tubuh bayi menurun bayi akan mudah sakit dan pertumbuhannya pun terganggu objektif tidur juga berpengaruh terhadap tumbuh kembang otak. Selain itu bayi akan menjadi rewel, cengeng dan sulit diatur (Ardila, 2016).

Berdasarkan studi pendahuluan di Posyandu Dahlia Desa Keteguhan dengan mewawancarai 10 orang tua bayi 0-6 bulan, 8 orang tua bayi yang tidak pernah memijatkan bayinya mengatakan bayinya sering terbangun di malam hari dan jumlah tidurnya kurang dari 11 jam perhari titik bayi yang jam tidurnya kurang ke esokan harinya sering rewel dan menangis. sedangkan 2 orang tua bayi mengatakan pernah memijatkan bayinya dan jumlah tidurnya normal dengan rata-rata 14 jam perhari.

Diperoleh data 51, 3% / mengalami gangguan tidur, 42% bayi tidur malam nya kurang dari 9 jam dan pada malam hari bayi terbangun lebih dari 3 kali dengan lama bangun lebih dari 1 jam. Salah satu terapi non farmakologis untuk mengatasi masalah tidur bayi adalah pijat bayi (Liau, 2000 dalam Hkmah, 2010). Pijat bayi bermanfaat untuk meningkatkan konsentrasi bayi dan membuat bayi tidur lelap. Selain itu pijat bayi juga bermanfaat untuk meningkatkan pertumbuhan dan berat badan bayi meningkatkan produksi ASI serta meningkatkan daya tahan tubuh (Subakti, 2008).

Ada banyak upaya yang dapat digunakan untuk meningkatkan kualitas tidur bayi salah satunya adalah dengan pijatan. Menurut Marta 2014 dalam (Wardhani & Yuliaswati, 2016). Pijatan lembut akan membantu mengendurkan otot-ototnya sehingga bayi menjadi tenang dan tidurnya nyenyak. Sentuhan lembut pada bayi merupakan sarana ikatan yang indah antara bayi dan orang tuanya (Anggraini, 2009). Pada saat dilakukan pijatan terhadap bayi, bayi yang dipijat akan dapat tidur denganlelap, edangkan waktu bangun, daya konsentrasinya akan lebih penuh (Roesali, 2013). Bayi

yang dipijat selama kurang lebih 15 menit akan merasa rileks, tidur lebih lelap, perkembangan dan pertumbuhan juga semakin baik. Pijat bayi juga dapat mengubah gelombang otak yang membuat bayi tidur lelap dan meningkatkan kewaspadaan (*alertness*) atau konsentrasi, perubahan ini terjadi dengan cara menurunkan gelombang *alpha* dan meningkatkan gelombang *beta* serta *theta* yang dapat dibuktikan dengan penggunaan EEG (*electroencephalogram*) (Syaukani, 20015).

I.2 Rumusan Masalah

Hasil penelitian tentang gangguan tidur pada bayi yang usianya 0-6 bulan di lima kota besar di Indonesia (Jakarta Bandung Medan Palembang dan Batam) dengan subjek penelitian 385 ibu dan bayi didapatkan hasil sebanyak 42,3% orang tua menganggap gangguan tidur pada bayi bukan merupakan suatu masalah dan 29,9% menganggap masalah yang kecil. Prevalensi gangguan tidur pada bayi yang mengalami gangguan tidur seperti jam tidur malamnya kurang dari 9 jam terbangun di malam hari lebih dari 3 kali dan lama terbangun pada malam hari lebih dari 1 jam.

Melihat latar belakang diatas penting melakukan asuhan keperawatan pada bayi karena masih banyak bayi yang mengalami gangguan tidur terutama pada malam hari dan apabila kualitas tidurnya tidak terpenuhi akan berpengaruh buruk.

I.3 Tujuan Studi Kasus

Peneliti tertarik untuk menggambarkan asuhan keperawatan dalam pemenuhan kebutuhan rasa aman nyaman dengan melakukan pijat bayi pada bayi yang kualitas tidurnya buruk di Ruang Perinatologi.

I.4 Manfaat Studi Kasus

Manfaat studi kasus memuat uraian tentang implikasi temuan studi kasus yang bersifat praktis terutama bagi:

1) Penulis :

Dapat melaksanakan asuhan keperawatan dengan mengaplikasikan pijat bayi untuk pemenuhan rasa aman nyaman pada bayi yang kualitas tidurnya buruk di Ruang Perinatologi

2) Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Sebagai penerapan Catur Dharma Perguruan Tinggi untuk meningkatkan mahasiswa program studi D-III Keperawatan khususnya Keperawatan Anak memberikan asuhan keperawatan dengan mengaplikasikan hasil riset penelitian.

3) Profesi Perawat

Dapat meningkatkan penerapan standar praktek keperawatan khususnya dalam aplikasi riset untuk pengembangan ilmu keperawatan.

4) RSUD dr. Soekardjo Tasikmalaya

Meningkatkan pelayanan pada bayi yang kualitas tidurnya buruk dengan melakukan pijat bayi untuk memberikan pemenuhan rasa aman nyaman.

5) Peneliti selanjutnya

Diharapkan untuk data dasar maupun refensi untuk melakukan penelitian lanjut tentang pijat bayi.

