

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Untuk menjaga tumbuh kembang anak prasekolah dapat berjalan dengan baik, penting bagi orang tua untuk mampu memenuhi kebutuhan tidur anak. Bidan berperan penting untuk dapat mewujudkan kesejahteraan dan tumbuh kembang anak dengan memberikan asuhan yang sesuai dengan kondisi anak. Proses pertumbuhan dan perkembangan anak merupakan hal krusial yang perlu perhatian sedini mungkin, mengingat anak adalah generasi penerus bangsa yang memiliki hak untuk mencapai potensi tumbuh kembang yang optimal.

Anak membutuhkan tidur siang untuk proses belajar karena dalam tidur siang terjadi proses yang dapat membantu memori otak dalam perkembangan aktivitas belajar. Pada saat anak tidur siang, terjadi peningkatan aktivitas otak yang berkaitan dengan pengumpulan informasi dan belajar. Suatu penelitian yang dipimpin oleh Rebecca Spencer melakukan tes kepada 40 anak usia prasekolah dalam kemampuan mengingat. Pada anak yang melakukan tidur siang kemampuan mengingatnya lebih baik 10% dibandingkan dengan anak yang tidak tidur siang. Hal ini sejalan dengan pendapat Robert Scott-Jupp, seorang pakar kesehatan anak yang menyatakan bahwa tidur siang penting bagi anak karena mereka membutuhkan waktu lebih untuk mengistirahatkan otak dan bersiap untuk aktifitas lainnya. Tanpa melakukan tidur siang anak-anak akan cepat lelah, rewel, pelupa dan sulit berkonsentrasi (Pusat Data dan Analisa Tempo, 2021: 49-52).

Penelitian yang pernah dilakukan oleh Ramchandani dkk. mengungkapkan bahwa meskipun sebagian besar anak memiliki pola tidur yang normal, namun 15-30% anak berpotensi mengalami masalah tidur pada usia prasekolah dan usia sekolah yang merupakan masalah tidur lanjutan saat masih bayi (Khadijah dan Vitrianingsih, 2019: 3). Gangguan tidur pada anak adalah keadaan saat anak mengalami perubahan dalam kuantitas dan kualitas tidur yang menyebabkan rasa tidak nyaman ataupun mengganggu gaya hidup yang diinginkan. Kuantitas

tidur yang adekuat dibutuhkan anak untuk proses tumbuh kembangnya (Utami dkk., 2014: 6).

Berdasarkan pendekatan yang dilakukan di PMB Rina Zulida, S.Tr.Keb di kecamatan Tanjung Bintang, Lampung Selatan setidaknya 6 dari 8 anak usia prasekolah (3-6 tahun) yang datang bersama orang tuanya pada Februari 2022 cenderung mengeluhkan anaknya sering mengantuk, rewel, konsentrasi berkurang dan sulit tidur siang. Penggunaan aromaterapi sebagai upaya meningkatkan kuantitas tidur siang anak prasekolah merupakan cara yang relatif lebih mudah, murah dan aman untuk diterapkan pada anak prasekolah dan menghindarkannya dari gangguan perilaku dan emosi yang mungkin ditimbulkan apabila anak tidak tidur siang.

Mindell menguraikan dampak yang ditimbulkan dari anak yang kekurangan waktu tidur akan menunjukkan gangguan perilaku dan emosi. Gangguan tersebut seperti mengantuk, mudah lelah, mengurangi aktivitas fisik, anak menjadi cepat marah, impulsif, sering mengganggu, menurunkan daya ingat anak, dan membuat anak menjadi rewel bahkan menyebabkan tantrum (Khadijah dan Vitrianingsih, 2019: 3). Dalam data Kesehatan Masyarakat tahun 2014 mengungkapkan bahwa ada lebih dari 200 juta anak di negara berkembang gagal mencapai kemampuan perkembangan yang optimal karena berbagai faktor yang mempengaruhi perkembangan kognitif, motorik, emosi dan sosial anak (Bayu dan Asi, 2019: 2).

Penerapan aromaterapi dengan minyak esensial lavender merupakan salah satu cara untuk memenuhi kebutuhan tidur pada anak prasekolah. Primadianti mendefinisikan aromaterapi sebagai istilah modern dari proses penyembuhan kuno dengan menggunakan aroma murni dari ekstraks tumbuhan sebagai bahan terapi (Sulistiyowati, 2018). Penggunaan minyak esensial lavender dalam aromaterapi dianggap paling bermanfaat dari semua jenis minyak esensial lain. Lavender dikenal ampuh untuk membantu meringankan nyeri, sakit kepala, insomnia, ketegangan, stres, mengurangi kelelahan, merelaksasi, pencegahan infeksi paru-paru, sinus, termasuk jamur vaginal, radang tenggorokan, asma, kista dan lainnya (Wulandari, 2020: 268).

Hal ini juga terjadi pada An. D yang mengalami perubahan kebiasaan tidur siang berupa berkurangnya durasi tidur. Maka dari itu penulis tertarik untuk memberikan asuhan penerapan aromaterapi lavender untuk membantu meningkatkan kuantitas tidur siang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang masalah maka penulis merumuskan: “Bagaimanakah efektivitas aromaterapi dengan minyak esensial lavender dalam meningkatkan kuantitas tidur siang pada anak prasekolah?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Dapat diketahuinya efektivitas penerapan aromaterapi dengan minyak esensial lavender dalam meningkatkan kuantitas tidur siang pada anak prasekolah.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengumpulkan data asuhan kebidanan dalam penerapan aromaterapi dengan minyak esensial lavender untuk meningkatkan kuantitas tidur siang pada anak prasekolah.
- b. Menginterpretasikan data asuhan kebidanan dalam penerapan aromaterapi dengan minyak esensial lavender untuk meningkatkan kuantitas tidur siang pada anak prasekolah.
- c. Mengidentifikasi diagnosa atau masalah potensial asuhan kebidanan dalam penerapan aromaterapi dengan minyak esensial lavender untuk meningkatkan kuantitas tidur siang pada anak prasekolah.
- d. Menetapkan kebutuhan asuhan kebidanan dalam penerapan aromaterapi dengan minyak esensial lavender untuk meningkatkan kuantitas tidur siang pada anak prasekolah.
- e. Merencanakan asuhan kebidanan dalam penerapan aromaterapi dengan minyak esensial lavender untuk meningkatkan kuantitas tidur siang pada anak prasekolah.

- f. Melaksanakan asuhan kebidanan dalam penerapan aromaterapi dengan minyak esensial lavender untuk meningkatkan kuantitas tidur siang pada anak prasekolah.
- g. Mengevaluasi asuhan kebidanan dalam penerapan aromaterapi dengan minyak esensial lavender untuk meningkatkan kuantitas tidur siang pada anak prasekolah.
- h. Mendokumentasikan asuhan kebidanan dalam penerapan aromaterapi dengan minyak esensial lavender untuk meningkatkan kualitas tidur siang pada anak prasekolah dalam bentuk SOAP.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Menambah pengetahuan, pengalaman, wawasan dan referensi penerapan asuhan kebidanan pada anak prasekolah.

2. Manfaat Aplikatif

a. Bagi Lahan Praktik

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi bahan informasi dan penerapan ilmu secara nyata terhadap masyarakat mengenai penerapan aromaterapi dengan minyak esensial lavender untuk meningkatkan kuantitas tidur siang pada anak prasekolah.

b. Bagi Orang Tua Klien

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi solusi alternatif yang dapat dimanfaatkan oleh orang tua untuk menerapkan aromaterapi dengan minyak esensial lavender untuk meningkatkan kuantitas tidur siang pada anak prasekolah.

c. Bagi Institusi Pendidikan DIII Kebidanan Politeknik Kesehatan Tanjungkarang

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi alternatif penerapan aromaterapi dengan minyak esensial lavender dalam penerapan aromaterapi dengan minyak esensial lavender untuk meningkatkan kuantitas tidur siang pada anak prasekolah.

d. Bagi Penulis Lain

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi sumber informasi untuk mengembangkan penelitian lebih lanjut mengenai penerapan aromaterapi dengan minyak esensial lavender untuk meningkatkan kuantitas tidur siang anak prasekolah, sehingga metode dalam penelitian ini dapat dikembangkan dan dimanfaatkan secara luas.

E. Ruang Lingkup

Asuhan kebidanan penerapan aromaterapi dengan minyak esensial lavender untuk meningkatkan kuantitas tidur siang pada anak prasekolah dilakukan dengan metode manajemen kebidanan Varney dan didokumentasikan dalam bentuk SOAP. Diberikan kepada anak usia 3-6 tahun dengan kebutuhan tidur siang, tidak sedang dalam terapi obat-obatan, tidak memiliki riwayat alergi, asma dan kejang untuk menghindari kontra indikasi yang mungkin terjadi, serta anak tidak memiliki masalah pada penciuman agar aroma dapat dihirup. Asuhan ini bertujuan untuk membantu anak untuk dapat memenuhi kebutuhan tidurnya. Studi kasus ini akan dilakukan di wilayah kerja PMB Rina Zulida, S.Tr.Keb di kecamatan Tanjung Bintang, kabupaten Lampung Selatan dimulai dari 28 Februari 2022 hingga 22 Juni 2022. Pemberian aromaterapi dengan metode inhalasi menggunakan 5-6 tetes minyak esensial lavender yang dicampurkan dengan 100 ml air bersih, melalui media *diffuser* selama 20-60 menit dalam sebulan menjelang anak tidur siang.