

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa bayi adalah masa emas dalam pencapaian pertumbuhan dan perkembangan anak yang tentunya memerlukan perhatian khusus. Salah satu faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang bayi adalah tidur dan istirahat. Tidur nyenyak sangat penting bagi pertumbuhan, karena saat tidur pertumbuhan otak bayi mencapai puncaknya. Selain itu pada saat tidur tubuh bayi memproduksi hormone pertumbuhan tiga kali lebih banyak pada saat bayi tidur dibandingkan ketika bayi terbangun (Dessy Lutfiasari, 2018)

Tidur merupakan salah satu kebutuhan dasar untuk tumbuh kembang optimal bagi seorang anak. Pola tidur dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor internal pada diri anak dan faktor lingkungan fisik. Gangguan tidur dapat menyebabkan masalah perilaku, emosi, menyebabkan mengantuk pada siang hari (Sari Pediatri, 2006)

Sebagian besar anak mempunyai pola tidur yang normal, tetapi 15-30% anak mengalami masalah tidur pada periode bayi. Beberapa ahli menyebutkan bahwa masalah tidur pada masa bayi dapat berlanjut pada usia balita dan masa usia sekolah. Gangguan tidur pada anak dapat mempengaruhi perilaku dan emosi anak, menyebabkan mengantuk pada siang/sore hari dapat mengurangi perhatian anak, mudah lelah, mengurangi aktivitas fisik, kadang anak menjadi rewel bahkan menyebabkan temper tantrum. Masalah tersebut perlu mendapatkan penanganan secara tepat, dan strategi yang paling efektif adalah melakukan edukasi tentang

cara mencapai tidur yang baik sejak awal kehidupan. Masalah tidur yang sering dijumpai adalah kesulitan untuk memulai tidur, kesulitan untuk tertidur, dan saat bangun pada malam hari namun sulit untuk tertidur lagi (Sari Pediatri, 2006)

Definisi tidur sebagai suatu keadaan yang teratur, berulang, dan reversible, yang ditandai dengan keadaan yang relative diam dan meningginya nilai ambang rangsang terhadap stimulasi dari luar bila dibandingkan pada keadaan terjaga. Definisi tidur lainnya berdasarkan aktivitas mental, yaitu tidur adalah adanya penurunan kewaspadaan terhadap lingkungan. Secara umum, tidur didefinisikan sebagai suatu perilaku alami ketika seseorang kehilangan kontak perceptual dengan lingkungannya(Hartman, dalam Thermiany, Trisna Windiani, 2017)

Beberapa ahli mendefinisikan tidur sebagai keadaan berkurangnya tanggapan dan interaksi dengan lingkungan yang bersifat reversibel dan berlangsung cepat. Dari sudut pandang neurofisiologi, tidur merupakan keadaan khusus dari kewaspadaan otak. Tidur terdiri dari dua komponen yaitu Rapid Eye Movement (REM) dan non-REM atau yang disebut dengan tidur gelombang lambat (Sari Pediatri, 2004)

Kualitas tidur bayi akan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangannya. Sehingga gangguan tidur yang terjadi pada bayi perlu mendapatkan perhatian yang serius. Salah satu cara untuk meningkatkan kualitas tidur pada bayi adalah dengan melakukan pijat bayi (Dessy Lutfiasari, 2018).

Tidur pada bayi bersifat terfragmentasi dan terbagi rata sepanjang siang hari dan malam hari. Adaptasi terhadap ritme 24 jam merupakan proses bertahap yang terutama diatur oleh maturasi jaringan saraf. Ritme sirkadian terbentuk sempurna pada usia 4 bulan. Sekitar 1/3 (30,5%) anak berusia kurang dari satu bulan

terbangun lebih dari tiga kali pada malam hari. Walaupun tidur secara bertahap akan mengalami konsolidasi, keadaan terjaga di waktu malam dijumpai hingga setelah berusia lebih dari 3 bulan. 22% dari bayi yang berusia 8 bulan dilaporkan terbangun setiap malam hari dan 10% lebih dari tiga kali setiap malamnya (Sari Pediatri, 2004)

Sebagian besar anak mempunyai pola tidur yang normal, tetapi 15-30% anak mengalami masalah tidur pada periode bayi. Pervalensi gangguan tidur pada anak sekitar 30-35%. Di Beijing, China didapatkan prevalensi gangguan tidur pada anak sebesar 23,5%. Keluhan yang biasanya disampaikan oleh orang tua antara lain adalah kebiasaan tidur yang tidak teratur, kurangnya atau lebihnya waktu tidur, terbangun pada malam hari, dan mengantuk pada siang hari. Anak usia dibawah tiga tahun yang mempunyai kesulitan tidur pada malam hari secara teratur dapat menunjukkan gejala kegelisahan seperti perubahan emosi dan tingkah laku (Sari Pediatri, 2006)

Faktor-faktor yang mempengaruhi pola tidur secara umum antara lain penyakit fisik, lingkungan, kelelahan, gaya hidup, stress emosional, stimulan. Berdasarkan data WHO (2012) yang dicantumkan dalam jurnal Pediatrics, tercatat sekitar 33 % bayi mengalami masalah tidur.

Sementara para peneliti *Cincinnati Children's Hospital Medical Center* menyatakan masalah tidur pada bayi tidak selalu hilang saat mereka dewasa. Salah satu penyebab masalah tidur nyatanya merupakan kesalahan orang tua dalam menidurkan anak. Kebiasaan tidur yang sehat seharusnya di tanamkan sejak bayi.

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 masalah kecil, hal tersebut diungkapkan oleh sebuah penelitian pada tahun 2014-2015 yang dilaksanakan di lima kota besar di Indonesia (Jakarta, Bandung, Medan, Palembang, dan Batam).

Pada lima kota besar dengan jumlah responden 385 orang, diperoleh data 51,3% bayi mengalami gangguan tidur, 42% jam tidur malamnya kurang dari 9 jam, terbangun malam hari lebih dari tiga kali dan lama terbangun pada mala hari lebih dari satu jam (Rini Sekartini, 2010)

Berdasarkan uraian di atas saya mengambil langkah berupa memberikan asuhan kebidanan pada bayi umur 8 bulan dengan *Gangguan Pola Tidur* di Desa Sriwangi Way Jepara Lampung Timur.

B. Pembatasan Masalah

Laporan Tugas Akhir dengan identifikasi masalah Asuhan Kebidanan pada By. K dengan *Gangguan Pola Tidur*. Subyek kasus adalah bayi umur 8 bulan dengan waktu asuhan tanggal 01 Februari 2021 sampai dengan 01 Maret 2021 di Desa Braja Dewa, Way Jepara Kabupaten Lampung Timur.

C. Tujuan

Memberikan Asuhan Kebidanan pada By. K dengan kasus *Gangguan Pola Tidur* dengan menggunakan pendekatan manajemen kebidanan. Melakukan pengkajian dan menyusun diagnosa kebidanan sesuai serta merencanakan dan melakukan evaluasi asuhan kebidanan dengan kasus *Gangguan Pola Tidur*.

D. Ruang Lingkup

1. Sasaran

Sasaran asuhan kebidanan adalah By. K usia 8 bulan dengan *Gangguan Pola Tidur*.

2. Tempat

Lokasi yang dipilih untuk memberikan asuhan kebidanan ini adalah di PMB Apriyanti, S.Tr., Keb. Dusun II RT.007 RW.002Desa Sriwangi Way Jepara, Kabupaten Lampung Timur.

3. Waktu

Waktu yang diperlukan mulai dari penyusunan proposal sampai asuhan kebidanan dalam pelaksanaan adalah tanggal 18 Januari 2021 sampai dengan 13 Maret 2021.

E. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Secara teori proposal ini bermanfaat untuk menambah pengetahuan dan wawasan dalam memberikan asuhan kebidanan mengenai Ganggua Pola Tidur pada Bayi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Prodi Kebidanan Metro

Sebagai bahan bacaan bagi mahasiswa untuk melakukan asuhan kebidanan tumbuh kembang dengan Gangguan Pola Tidur pada Bayi dan di jadikan referensi

bagi yang ingin melakukan penyusunan Laporan Tugas Akhir selanjutnya serta mampu memberikan asuhan yang bermutu dan berkualitas.

b. Bagi Lahan Praktik

Sebagai bahan masukan agar dapat meningkatkan mutu pelayanan kebidanan melalui pendekatan manajemen kebidanan dalam melakukan asuhan kebidanan terhadap tumbuh kembang anak.

c. Bagi Klien

Mendapat pelayanan asuhan kebidanan tumbuh kembang yang sesuai dengan standar pelayanan kebidanan.

d. Bagi Penulis

Dapat mempraktikkan teori yang didapatkan secara langsung di lapangan dalam memberikan asuhan kebidanan pada tumbuh kembang anak