

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Bayi memiliki masa yang perlu diperhatikan pertumbuhan dan perkembangannya. Kualitas tidur bayi merupakan faktor yang mempengaruhi pertumbuhan. Ketika tidur, terdapat sekitar 75% hormon pertumbuhan yang akan dikeluarkan oleh tubuh. Otak akan mengsekresikan hormon yang berperan dalam pertumbuhan termasuk juga perkembangan otak. Target yang dituju oleh hormon tersebut adalah menstimulasi sistem syaraf pusat, perkembangan tulang, homeostatis tubuh dan jaringan. Termasuk juga proses perbaikan sel-sel yang terjadi pada tubuh juga dipengaruhi oleh hormon pertumbuhan.

Proses perbaikan sel akan berlangsung dua kali lebih cepat pada saat bayi tidur dibandingkan pada saat bayi terjaga. Pada awal usia, otak bayi akan mengalami perkembangan 3 kali pada awal lahir atau perkiraan mencapai 80% dari otak dewasa (Reza., 2019). Proses regenerasi sel-sel tubuh yang terjadi ketika bayi sedang tidur di butuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. Sehingga kualitas tidur pada bayi sangat penting untuk diperhatikan karena dapat berdampak bukan hanya pada fisik, tetapi psikis dan juga sistem imunitas (Sukmawati & Nur Imanah, 2020).

Setiap tingkatan pada manusia membutuhkan waktu tidur yang berbeda-beda. Dilihat dari segi durasi, kualitas, maupun pola tidur akan berubah-ubah selama manusia hidup, terutama pada 5 tahun pertama. Bayi baru lahir dapat menghabiskan sekitar 80% waktu dalam sehari untuk tidur sedangkan bagian besar balita menghabiskan waktu setengah hari atau lebih untuk tidur (Indonesian Journal of Medicine and Health dalam Irwanto, 2021, hlm 28). Menurut Kemenkes, 2018 bayi usia 0-1 bulan membutuhkan waktu tidur selama 14-18 jam sehari. Sedangkan bayi yang berusia 1-18 bulan membutuhkan waktu tidur 12-14 jam sehari, termasuk tidur siang.

Baby massage merupakan pijatan yang diberikan pada bayi secara lembut dan berirama. Jika dilakukan secara rutin dapat menstimulasi sistem organ dan motorik bayi. Melakukan *baby massage* secara rutin dapat membuat bayi lebih nyaman, tidur nyenyak dan jarang sakit. Bayi juga menjadi lebih riang dan jarang rewel. Sistem kekebalan tubuh lebih kuat terhadap infeksi dan masalah kesehatan lain. Pencernaan lebih baik, jarang sembelit, kembung maupun diare, juga dapat memperlancar peredaran darah dan otot-otot bayi menjadi lebih kuat (Regia, 2019). Pijat pada bayi juga dapat merangsang sistem syaraf pusat. Sentuhan fisik pada bayi akan mengirim sinyal ke otak untuk memproduksi banyak endorfin dan serotonin, yaitu hormon yang dapat membuat perasaan bahagia dan nyaman (Airindya, 2022).

Data WHO (Work Healty Organisasion) Amerika telah melakukan penelitian pada sekelompok anak yang telah dilakukan pemijatan mengalami perubahan gelombang otak. Pada 20 anak yang dilakukan pemijatan selama 2 x 15 menit dalam jangka waktu 5 minggu mengalami 50% perubahan gelombang otak dibanding sebelum dipijat, perubahan gelombang otak ini terjadi dengan cara menurunkan gelombang alpha dan meningkatkan gelombang β serta merta sehingga bayi akan tertidur lebih lelap.

Pijat bayi dapat membantu penambahan berat badan dan pertumbuhan secara keseluruhan, serta lamanya bayi tidur dan seberapa nyenyak mereka tidur. Dapat digunakan untuk menenangkan bayi kolik dengan mengurangi stres, memperlambat ikatan dengan orang tua dengan melepaskan hormon oksitosin (hormon rasa nyaman) dan menurunkan kadar kortisol (hormon stres) pada bayi (Tiret & Hodges, 2016). Salah satu cara dapat digunakan untuk meningkatkan kualitas tidur bayi yaitu, dengan melakukan pijat bayi menggunakan essential oil.

Essensial Oil adalah minyak alami yang diekstrak dari satu jenis tanaman tertentu, biasanya minyak ini didapatkan dari akar, batang, daun, bunga dan buah-buahan. Minyak *esensial* atau minyak atsiri sendiri biasanya digunakan sebagai aromaterapi yang dipercaya memiliki berbagai manfaat untuk kesehatan tubuh. Essensial oil menjadi jenis minyak alami yang dapat digunakan sepanjang sejarah sebagai obat dan juga terapi kesehatan.

Umumnya, minyak ini digunakan sebagai aromaterapi yang dihirup agar menimbulkan rasa menenangkan, Selain itu, minyak esensial dipercaya mempunyai banyak manfaat, seperti menghangatkan tubuh, membantu menyembuhkan infeksi bakteri gatal, membantu tidur lelap, mengatasi sakit kepala, memperbaiki mood, merawat implamasi pada tubuh, dan mengakis akibat serangan serangga, merupakan pengobatan holistik untuk penyeimbangan semua fungsi tubuh (Khoirullisa, 2019, hlm 12-13). *Fennel oil* atau sering disebut minyak adas adalah salah satu *essential oil* yang banyak manfaatnya antara lain mengurangi dan mencegah kejang usus, meredakan gas dan sembelit, serta mengatasi berbagai masalah pencernaan (Wardani, 2017). Aromanya yang sedikit pedas dan berbalut manis seperti rempah ini dapat dengan mudah menguap sehingga penggunaannya pun dapat diaplikasikan dengan mudah dan cepat menyerap untuk digunakan pada pemijatan bayi.

Mengingat akan pentingnya waktu tidur bagi perkembangan bayi, maka kebutuhan tidurnya harus benar-benar terpenuhi agar tidak berpengaruh buruk terhadap perkembangannya. Salah satu cara yang dapat digunakan untuk memenuhi kebutuhan tersebut adalah dengan Pijat Bayi. Bayi yang dipijat akan dapat tidur dengan lelap, sedangkan pada waktu bangun, daya konsentrasinya akan lebih penuh. Fakta menunjukkan masih banyak ibu-ibu yang enggan untuk melakukan pemijatan secara rutin kepada bayinya apalagi diawal kelahirannya. Hal tersebut karena adanya perasaan takut salah memijat bayinya, badan bayi yang masih lemah serta tidak tahu bagaimana teknik pemijatan yang benar (Roesli, 2013).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dijabarkan diatas, penulis tertarik untuk membuktikan “Bagaimana Pelaksanaan Pijat Bayi Menggunakan *Fennel Oil* Terhadap Kualitas Tidur Terhadap By.R Usia 9 bulan di TPMB Karmila Astuti, S.ST ?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pijat bayi menggunakan *fennel oil* untuk meningkatkan kualitas tidur terhadap By.R usia 9 bulan di TPMB Karmila Astuti, S.ST, Lampung selatan 2024.

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengumpulan data dasar subjektif dan objektif, dilakukan pengkajian terhadap By.R secara lengkap.
- b. Melakukan interpretasi data yang meliputi diagnosa kebidanan, masalah dan kebutuhan pada By.R usia 9 bulan.
- c. Melakukan identifikasi masalah potensial dan kebutuhan terhadap By.R
- d. Menegakkan diagnosa kebidanan masalah dan kebutuhan terhadap By.R usia 9 bulan dengan gangguan tidur.
- e. Melakukan perencanaan asuhan kebidanan terhadap By.R usia 9 bulan yaitu dengan melakukan penerapan pijat bayi menggunakan *fennel oil* untuk mengatasi gangguan tidur bayi.
- f. Melaksanakan rencana tindakan asuhan kebidanan terhadap By.R usia 9 bulan dengan baby spa dan penerapan pijat bayi menggunakan *fennel oil* untuk meningkatkan kualitas tidur bayi dilakukan 4 hari kunjungan, pijat bayi selama 15 menit di pagi hari sebelum beraktifitas dan malam hari sebelum tidur.
- g. Mengevaluasi pelaksanaan tindakan asuhan kebidanan yang tepat terhadap By.R usia 9 terjadi peningkatan kualitas tidur bayi dengan frekuensi waktu tidur bayi menjadi lebih lama yaitu ± 12 jam perhari.
- h. Mendokumentasikan hasil asuhan kebidanan pada bayi dalam bentuk SOAP.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Menambah wawasan penulis dalam menerapkan pijat bayi menggunakan *fennel oil* untuk meningkatkan kualitas tidur terhadap By.R usia 9 bulan di TPMB Karmila Astuti, S.ST, Lampung selatan 2024.

2. Manfaat Aplikatif

a. Bagi TPMB Karmila Astuti, S.ST

Sebagai bahan masukan agar dapat meningkatkan kualitas pelayanan kebidanan melalui manajemen asuhan kebidanan dengan penerapan menggunakan *fennel oil* untuk meningkatkan kualitas tidur pada bayi.

b. Bagi Mahasiswa DIII Kebidanan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi dalam teori tentang pengaruh pijat bayi menggunakan *fennel oil* untuk meningkatkan kualitas tidur sebagai bahan ajar ke mahasiswa.

c. Bagi Penulis Lain

Hasil penelitian ini di harapkan dapat dijadikan sebagai sumber data atau informasi bagi pengembangan penelitian terutama yang berhubungan dengan pijat bayi menggunakan *fennel oil* untuk meningkatkan tidur pada bayi.

E. Ruang Lingkup

Asuhan kebidanan yang dilakukan menggunakan studi kasus 7 langkah varney dan dokumentasi SOAP dengan sasaran asuhan kebidanan ini diberikan kepada By.R usia 9 bulan dengan keluhan bayi rewel, selalu terbangun di malam hari, sulit untuk tidur kembali dan waktu tidur kurang dari 9 jam setiap harinya, kemudian dilakukan penerapan pijat bayi menggunakan *fennel oil* untuk meningkatkan kualitas tidur terhadap By.R usia 9 bulan yang bertempat di TPMB Karmila Astuti, S.ST mengenai asuhan kebidanan neonatus yang dilakukan pada bulan 28 maret 2024.