

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Bayi adalah masa yang baik untuk pertumbuhan manusia, sehingga bayi memerlukan perhatian khusus dalam setiap perkembangannya. Menurut Roeseli (2013), bayi adalah anak usia 0 sampai 12 bulan. Salah satu faktor penting dalam tumbuh kembang bayi adalah tidur dan istirahat. Waktu yang dibutuhkan bayi untuk tidur adalah 14 jam dalam sehari. Bayi dikatakan mengalami gangguan tidur jika bayi terjaga pada malam selama lebih dari satu jam (Nasution, 2021). Bayi yang kurang tidur akan mengakibatkan penurunan kekebalan tubuh, gangguan pertumbuhan, perkembangan fisik, dan memiliki dampak terhadap tumbuh kembang otak bayi.

Berdasarkan data WHO (*World Health Organization*) tahun 2018 yang dicantumkan dalam jurnal *perdiatrics*, tercatat sekitar 40% bayi mengalami masalah tidur. Sementara para penelitian Cincinnati Children's Hospital Medical Center menyatakan masalah tidur nyatanya merupakan kesalahan orang tua dalam menidurkan anak. Kebiasaan tidur yang sehat seharusnya ditanamkan sejak lahir.

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2019 menunjukkan bahwa banyak bayi yang mengalami masalah tidur di Indonesia, yaitu sekitar 44,2%. Namun, hampir atau bahkan lebih dari 72% orang tua tidak menganggap gangguan tidur pada bayi tersebut sebagai masalah. Besarnya kesenjangan antara prevalensi masalah tidur dengan persepsi orang tua menunjukkan bahwa kesadaran orang tua terhadap masalah tidur anak di Indonesia masih rendah. Kebutuhan tidur tidak hanya dilihat dari aspek kuantitas tidur saja, namun kualitasnya. Dengan kualitas tidur yang baik pertumbuhan dan perkembangan bayi dapat dicapai dengan optimal (Retnosari 2021).

Pengenalan pola tidur yang teratur dan cukup sangat penting dilakukan agar bayi mendapatkan manfaat yang cukup dari tidur di malam

hari serta agar di siang hari bayi dapat terjaga dengan bugar untuk beraktifitas dengan ceria, bayi tidak hanya berpengaruh terhadap perkembangan fisiknya, melainkan juga sikapnya keesokan harinya. Bayi yang tidur cukup tanpa sering terbangun akan lebih bugar dan tidak gampang rewel (Permata A, 2017). Kualitas tidur dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu sesuai dengan kebutuhan istirahat, lingkungan, fisik, olahraga, nutrisi dan penyakit. Pentingnya waktu tidur bagi bayi harus benar-benar diperhatikan agar tidak berpengaruh buruk terhadap perkembangannya.

Banyak cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kualitas tidur bayi, salah satunya adalah dengan teknik pijat bayi. Menurut Yuniarti *et al* (2015), pijat bayi merupakan salah satu teknik yang dapat merangsang stimulasi proses tumbuh kembang pada bayi. Karena dengan sentuhan, bayi akan merasa rileks dan merasa nyaman sehingga bayi akan tidur dengan nyenyak agar pertumbuhan dan perkembangannya semakin optimal. Dengan pijatan lembut pada bayi dapat mempengaruhi sistem saraf dari tepi hingga ke pusat, selain itu sentuhan dari pijatan akan mengendurkan otot-otot pada bayi sehingga dapat memberikan efek tenang dan tidur bayi akan lebih lelap. Manfaat yang diperoleh dari pijat bayi adalah menambah berat badan, pola tidur yang lebih baik, peningkatan perkembangan neuromotor, perlekatan emosional yang lebih baik, meningkatkan daya tahan tubuh, dapat menghilangkan rasa sakit dan gejala lainnya.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Tang dan Aras, (2018) bahwa kualitas tidur yang meningkat setelah diberikannya terapi pijat bayi dikarenakan adanya rangsangan/stimulus yang diberikan, pijat bayi juga merupakan salah satu terapi yang baik, bermanfaat dan menyehatkan untuk bayi. Selain mempererat ikatan orang tua dan anak, pijat bayi membantu tumbuh kembang anak menjadi lebih baik. Menurut penelitian Cahyani dan Prasuti (2020) Peningkatan kualitas tidur pada bayi disebabkan karena adanya peningkatan kadar sekresi serotonin yang dihasilkan saat pemijatan. Bayi yang setelah dilakukan pemijatan menunjukkan peningkatan kualitas tidurnya. Efek dari pijat bayi ini adalah mengendalikan hormon stress,

sehingga memberikan efek dimana bayi mudah tertidur dan membuat perasaan nyaman bagi bayi.

Penggunaan minyak kelapa murni atau *VCO* (*Virgin Coconut Oil*) yang digunakan untuk pijat dapat memberikan rasa nyaman, rileks dan tenang pada bayi sehingga terjadi peningkatan kualitas tidur pada bayi. *VCO* mengandung asam lemak jenuh dengan jenis rantai sedang atau *Medium Chain Fatty Acid* (*MFCA*) yang mudah diserap kulit dan tidak menimbulkan iritasi walaupun digunakan dalam waktu lama. Kandungan vitamin E yang tinggi sehingga bagus untuk menutrisi kulit bayi. Selain itu, minyak kelapa murni (*VCO*) dapat memberikan efek pendingin untuk tubuh serta memiliki kandungan anti bakteri dan anti jamur yang dapat mencegah ruam kulit.

Penelitian yang dilakukan oleh Aryani *et al* (2022) yang menunjukkan bahwa hasil sebelum diberikan pijat bayi dengan *Virgin Coconut Oil* (*VCO*) memiliki kualitas tidur yang buruk yaitu sebanyak 11 responden (68,8%), setelah diberikan pijat pada bayi dengan menggunakan *Virgin Coconut Oil* (*VCO*), dapat disimpulkan terjadi peningkatan kualitas tidur yaitu sebanyak 14 responden (87,5%) memiliki kualitas tidur yang baik.

Data hasil survey Tempat Praktik Mandiri Bidan (TPMB) Susiati Kecamatan Sragi, Lampung Selatan yang dilakukan saat posyandu terdapat 1 dari 5 bayi yang mengalami penurunan kualitas tidur. Dengan kriteria bayi rewel, tidak tidur lelap, sering terbangun lebih dari 1 jam pada malam hari. Kejadian ini dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan bayi. Dari wawancara yang dilakukan di PMB Susiati, bayi belum pernah dilakukan pemijatan dan pengetahuan orang tua tentang pijat bayi masih kurang.

Berdasarkan uraian di atas penulis menyimpulkan bahwa pijat bayi dengan *Virgin Coconut Oil* (*VCO*) merupakan salah satu cara yang dapat dilakukan untuk menangani masalah gangguan tidur pada bayi. Maka dari itu penulis tertarik untuk mengangkat judul “Penerapan pijat bayi dengan *Virgin Coconut Oil* (*VCO*) terhadap kualitas tidur bayi”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijabarkan diatas, rumusan masalah yang diperoleh adalah “Bagaimana penerapan pijat bayi menggunakan *Virgin Coconut Oil (VCO)* terhadap peningkatan kualitas tidur bayi terhadap By. A usia 3 bulan?”

C. Tujuan Asuhan

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penulisan ini adalah dilakukan asuhan kebidanan dengan penerapan pijat bayi menggunakan *Virgin Coconut Oil (VCO)* terhadap peningkatan kualitas tidur bayi terhadap By. A usia 3 bulan di TPMB Susiati, STr.Keb Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2024

2. Tujuan Khusus

- a. Dilakukan pengkajian untuk mengumpulkan data terhadap By. A usia 3 bulan di TPMB Susiati, STr.Keb Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2024
- b. Dilakukan interpretasi data yang meliputi diagnosa masalah dengan penurunan tidur pada By. A di TPMB Susiati, STr.Keb Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2024
- c. Diidentifikasi diagnosa/ masalah potensial terhadap By. A di TPMB Susiati, STr.Keb Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2024
- d. Dirumuskan tindakan segera yang diperlukan By. A di TPMB Susiati, STr.Keb Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2024
- e. Dilakukan perencanaan pijat bayi terhadap By. A di TPMB Susiati, STr.Keb Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2024
- f. Dievaluasi hasil pelaksanaan asuhan pijat bayi dengan *Virgin Coconut Oil (VCO)* terhadap By. A di TPMB Susiati, STr.Keb Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2024
- g. Dilakukan pendokumentasian asuhan kebidanan dalam bentuk SOAP di TPMB Susiati, STr.Keb Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2024.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Menambah pengetahuan, pengalaman dan wawasan bagi penulis dalam pemahaman dan pengembangan ilmu terhadap pijat bayi dengan *Virgin Coconut Oil (VCO)* terhadap peningkatan kualitas tidur bayi.

2. Manfaat Aplikatif

a. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai metode penelitian pada mahasiswa kebidanan dalam melaksanakan tugasnya yaitu menyusun Laporan Tugas Akhir, mendidik dan membimbing mahasiswa agar lebih terampil dalam penerapan pijat bayi menggunakan *Virgin Coconut Oil (VCO)* terhadap peningkatan kualitas tidur bayi serta sebagai bahan dokumentasi untuk bahan bacaan dan acuan untuk mahasiswa selanjutnya.

b. Bagi Lahan Praktik

Sebagai bahan informasi dan penerapan ilmu secara nyata terhadap masyarakat mengenai penerapan pijat bayi dengan *Virgin Coconut Oil (VCO)* terhadap peningkatan kualitas tidur bayi.

c. Bagi Penulis Lain

Diharapkan dapat menambah wawasan dan dapat digunakan sebagai referensi dalam peningkatan kualitas tidur bayi dengan menggunakan *Virgin Coconut Oil (VCO)*, juga diharapkan mampu menerapkan dan mengembangkan ilmu yang telah didapatkan.

E. Ruang Lingkup

Asuhan kebidanan yang dilakukan dengan menggunakan pendekatan manajemen kebidanan (7 langkah varney) kepada By. A usia 3 bulan dengan penerapan *Virgin Coconut Oil (VCO)* dalam pijat bayi untuk meningkatkan kualitas tidur yang dilakukan terhadap bayi usia 3 bulan dengan pemijatan 15-20 menit selama 4 hari pada pagi dan sore hari, lalu dilakukan evaluasi keberhasilan yang terlihat pada hari ke 3 hingga hari ke 4 setelah dilakukan pemijatan. Waktu pelaksanaan kegiatan berada di TPMB Susiati, STr.Keb yang dilaksanakan pada tanggal 22 Januari – Juni 2024.