

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Bayi merupakan anak yang berusia di bawah satu tahun, yang sedang mengalami tahap awal kehidupan dan mengalami pertumbuhan yang pesat. Salah satu faktor yang mempengaruhi pertumbuhan pada bayi adalah waktu tidur dan istirahat. Kebutuhan tidur bukan hanya ditentukan oleh jumlah waktu tidur, tetapi juga kualitasnya. Ketika bayi tidur, tubuhnya menghasilkan hormon pertumbuhan, sehingga bayi membutuhkan waktu tidur yang mencukupi untuk mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal (Tarigan dan Adnin, 2023).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Istikhomah (2020), pentingnya waktu tidur bagi perkembangan bayi diketahui bahwa pola tidur juga berperan penting dalam berbagai kondisi kesehatan bayi, termasuk perkembangan motorik mereka. Bayi yang baru lahir menghabiskan sebagian besar waktu mereka untuk tidur, dengan rata-rata 16-17 jam sehari. Pada rentang usia 0-12 bulan, lamanya tidur rata-rata adalah sekitar 12 jam.

Menurut publikasi jurnal Pediatrics yang mencatat data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2018, diperkirakan sekitar 33% bayi mengalami kesulitan tidur. Di Swiss, sekitar 20% bayi mengalami gangguan tidur yang persisten, sementara di Amerika Serikat angkanya mencapai sekitar 84% (Candrini & Fitriana, 2019). Di Indonesia, sekitar 44,2% bayi mengalami gangguan tidur, seperti sering terbangun di malam hari (Susanti & Hety, 2020). Data dari Dinas Kesehatan (Dinkes) Provinsi Jawa Tengah 2021 mencatat

bahwa sekitar 11,5% bayi diwilayah tersebut mengalami gangguan tidur pada malam hari. Di Kabupaten Kendal, jumlah bayi yang dilahirkan pada tahun 2021 mencapai 14.546 dan sekitar 1,6% dari bayi tersebut mengalami gangguan tidur di malam hari (Dinkes Kendal, 2021).

Gangguan tidur pada bayi dapat dikategorikan jika bayi tidur kurang dari sembilan jam pada malam hari, sering terbangun lebih 3 kali dan terjaga selama lebih dari satu jam (Irianti & Karlinah, 2021). Ketidacukupan tidur dan kualitas tidur yang buruk pada bayi memiliki dampak yang mengganggu keseimbangan fisik dan psikologis. Dampak fisiknya mencakup penurunan aktifitas sehari-hari, kelelahan, penurunan daya tahan tubuh dan lambatnya proses penyembuhan. Sementara itu, dampak psikologisnya meliputi perubahan emosi yang labil, kegelisahan, keresahan dan kesulitan berkonsentrasi (Fitriani et al., 2022; Meristika & Sukmawati, 2022).

Ada beberapa cara terapi yang dilakukan untuk meningkatkan kualitas tidur bayi. Termasuk terapi farmakologis dan non farmakologis. Terapi non farmakologis mencakup beragam metode seperti memutar audio relaksasi (terapi musik), terapi hidro (spa), senam bayi, penggunaan aromaterapi dan pijat bayi (Simanungkalit, 2019). Dari berbagai jenis terapi non farmakologis yang ada, salah satunya adalah dengan melakukan *baby massage*, dimana jenis stimulasi berupa sentuhan akan merangsang fungsi dan struktur sel-sel dalam otak bayi (Rifdi & Putri, 2020). Sentuhan merupakan salah satu cara sederhana yang digunakan oleh ibu untuk berkomunikasi dengan bayinya. Selain sebagai bentuk kasih sayang, sentuhan ibu juga memiliki manfaat bagi kesehatan, pertumbuhan dan perkembangan bayi (Musdalina, 2021). Melakukan pijatan

pada bayi dapat membantu mereka tidur dengan nyenyak dan saat bangun daya konsentrasinya juga akan lebih baik. Bayi yang sulit tenang untuk tidur cenderung menangis, sehingga diperlukan penanganan yang tepat untuk membantu mereka tertidur (Sukmawati & Nur Imamah, 2020).

Dalam melakukan pemijatan pada bayi, penting untuk menggunakan minyak yang aman dan tidak menyebabkan iritasi pada kulit yang sangat sensitif. Salah satu pilihan yang baik adalah minyak kelapa murni atau *virgin coconut oil* (VCO). VCO mengandung asam lemak rantai yang mudah dicerna oleh tubuh dan memiliki kandungan vitamin E yang bermanfaat untuk perawatan kulit. Selain itu, VCO juga dapat memberikan efek pijatan yang hangat pada bayi, serta membantu mengurangi kehilangan panas tubuh akibat suhu lingkungan yang rendah atau kontak dengan benda-benda yang lebih dingin dari suhu tubuh bayi. Hal ini dapat mencegah bayi kehilangan energi yang berlebihan (Nurudianti & Wibowo, 2018). Dalam sebuah penelitian oleh Sukmana (2021), disebutkan bahwa pijatan bayi menggunakan minyak kelapa murni atau VCO merupakan salah satu bentuk stimulasi yang membantu memenuhi kebutuhan nutrisi bayi. Namun, perlu diingat bahwa setiap bayi memiliki sensitivitas kulit yang berbeda-beda, sehingga penting untuk melakukan tes kecil terlebih dahulu diarea kecil pada kulit bayi sebelum menggunakan VCO secara luas. Jika terjadi reaksi alergi atau iritasi, segeralah hentikan penggunaannya dan konsultasikan dengan dokter atau ahli kesehatan.

Hasil Penelitian Aryani Atik, 2022 dengan judul peningkatan kualitas tidur bayi usia 3-10 bulan dengan pemberian *baby massage* menggunakan *virgin coconut oil*. Desain penelitian ini menggunakan *one group pre-test post-test*

group dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah responden sebanyak 16 bayi usia 3-10 bulan. Terdapat pengaruh *baby massage* menggunakan VCO terhadap kualitas tidur pada bayi usia 3-10 bulan, dengan hasil komparasi pijat bayi antara sebelum dan sesudah pemijatan dengan VCO didapatkan nilai p value 0,002 atau nilai p value < 0,05 (Aryani, Atik, 2022).

Hasil Penelitian Selemadeg, 2023 dengan judul penggunaan *virgin coconut oil* (VCO) Dalam Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi. Desain penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan fungsionalisme struktural, teknik pengambilan sample menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah responden sebanyak 10 bayi. Terdapat pengaruh *baby massage* menggunakan VCO terhadap kualitas tidur pada bayi di Desa Brembeng kecamatan Selemadeg kabupaten Tabanan, dengan hasil komparasi pijat bayi antara sebelum dan sesudah pemijatan dengan VCO didapatkan nilai p value 0,001 atau nilai p value < 0,05 (Selemadeg et al., n.d, 2023).

Hasil Penelitian Alviansyrah, 2023 dengan judul Peningkatan kualitas tidur bayi usia 1-12 bulan dengan pemberian *baby massage* menggunakan *virgin coconut oil*. Desain penelitian ini menggunakan pra eksprerimental dengan tipe *one group pre-test post-test design* dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah responden sebanyak 25 bayi usia 3-10 bulan. Terdapat pengaruh *baby massage* menggunakan VCO terhadap kualitas tidur pada bayi usia 1-12 bulan di Desa Langa kecamatan Syamtalira Bayu Kabupaten Aceh Utara, dengan hasil komparasi pijat bayi

antara sebelum dan sesudah pemijatan dengan VCO didapatkan nilai p value 0,000 atau nilai p value $< 0,05$ (Alvinasyrah, 2021).

Hasil dari tiga jurnal penelitian tersebut disimpulkan bahwa, adanya pengaruh yang signifikan antara *baby massage* menggunakan *virgin coconut oil* (VCO) dengan peningkatan kualitas tidur pada bayi.

Data yang diperoleh berdasarkan studi pendahuluan di Desa Penyangkringan, Kecamatan Weleri, Kabupaten Kendal pada tanggal 1-2 Juli 2023, peneliti melakukan wawancara dengan 5 ibu bayi. Hasil wawancara menunjukkan bahwa 60% dari ibu-ibu tersebut, melaporkan bahwa bayi mereka sering rewel dan terbangun pada malam hari. Mereka juga menyebutkan bahwa bayi-bayi tersebut menangis dan mengalami kesulitan untuk tidur kembali setelah terbangun. Di sisi lain, 40% dari ibu-ibu tersebut, menyatakan bahwa anak-anak mereka tidur dengan nyenyak dan tidak rewel pada malam hari.

Berdasarkan data di atas, penulis tertarik untuk melakukan pengelolaan kasus dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Implementasi *Baby Massage* Menggunakan *Virgin Coconut Oil* Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-10 Bulan Di Desa Penyangkringan Kecamatan Weleri Kabupaten Kendal”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat disusun rumusan masalah Bagaimana Pengaruh *Baby Massage* Menggunakan *Virgin Coconut Oil* Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-10 Bulan Di Desa Penyangkringan Kecamatan Weleri Kabupaten Kendal?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui “Pengaruh Baby Massage Menggunakan *Virgin Coconut Oil* Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-10 Bulan Di Desa Penyangkringan Kecamatan Weleri Kabupaten Kendal”.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengidentifikasi kualitas tidur bayi usia 3-10 bulan sebelum dilakukan *baby massage* menggunakan *virgin coconut oil* Di Desa Penyangkringan Kecamatan Weleri Kabupaten Kendal.
- b. Untuk mengidentifikasi kualitas tidur bayi usia 3-10 bulan sesudah dilakukan *baby massage* menggunakan *virgin coconut oil* Di Desa Penyangkringan Kecamatan Weleri Kabupaten Kendal.
- c. Untuk menganalisis pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan *baby massage* menggunakan *virgin coconut oil* terhadap kualitas tidur bayi usia 3-10 bulan Di Desa Penyangkringan Kecamatan Weleri Kabupaten Kendal.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Untuk memperluas wawasan pengetahuan dalam mencari pemecahan masalah pada bayi usia 3-10 bulan yang mengalami penurunan kualitas tidur. Sehingga peningkatan kualitas tidur dapat dilakukan dengan implementasi *baby massage* menggunakan *virgin coconut oil* (VCO).

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Profesi

Hasil penelitian ini dapat menambah informasi dan motivasi perawat terhadap *baby massage* menggunakan *virgin coconut oil* (VCO), sehingga perawat dapat mengembangkan implementasi peningkatan pemenuhan kebutuhan untuk melakukan *baby massag* menggunakan *virgin coconut oil* (VCO) terhadap kualitas tidur bayi 3-10 bulan.

b. Bagi Peneliti

Dapat menambah wawasan khususnya tentang pengaruh *baby massage* menggunakan *virgin coconut oil* (VCO) terhadap kualitas tidur bayi 3-10 bulan, serta melatih peneliti dalam pembuatan KTI.

c. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi dalam teori tentang *baby massage* menggunakan *virgin coconut oil* (VCO) sebagai bahan mengajar kepada mahasiswa.

d. Bagi Masyarakat

Bagi masyarakat khususnya agar dapat melakukan pemijatan mandiri pada bayinya, karena sentuhan dari keluarga sendiri lebih bermanfaat bagi bayi.