

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa bayi merupakan masa emas untuk pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga perlu mendapatkan perhatian khusus. Salah satu faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang bayi adalah tidur. Kebutuhan tidur tidak hanya dilihat dari aspek kuantitas saja namun juga kualitasnya. Kualitas tidur yang baik, pertumbuhan dan perkembangan bayi dapat dicapai secara optimal (Sinaga, 2020). Waktu tidur sangat penting bagi perkembangan bayi, maka kebutuhan tidurnya harus benar-benar terpenuhi agar tidak ada pengaruh buruk terhadap perkembangannya. Salah satu cara yang dapat digunakan untuk memenuhi kebutuhan tersebut adalah dengan melakukan pijat bayi (Prasetyono, 2018).

Pijat bayi merupakan salah satu teknik stimulasi taktil (sentuhan lembut) yang dilakukan secara sistematis pada tubuh bayi dengan tujuan memberikan rangsangan sensorik yang menenangkan dan membantu fungsi fisiologis bayi seperti meningkatkan relaksasi, mendukung perkembangan sistem saraf dan memperkuat ikatan emosional antara bayi dan orang tua (Mutmainah, 2021).

Tidur yang tidak adekuat dan kualitas tidur yang buruk dapat mengakibatkan gangguan keseimbangan fisiologi dan psikologi. Bayi yang mengalami gangguan tidur akan mengalami gangguan yang sama dimasa masa selanjutnya terutama pada masa pertumbuhan (Meristika dan Sukmawati., 2020).

Penelitian Anggraini *et al.*, (2024) menunjukkan bahwa bayi yang mendapatkan pijatan rutin memiliki waktu tidur yang lebih lama dan mengalami lebih sedikit gangguan saat tidur. Pijat bayi tidak hanya membantu bayi tidur lebih lelap, tetapi juga berkontribusi pada perkembangan fisik dan emosional mereka. Pijat bayi ternyata bukan hanya berpengaruh pada pertumbuhan fisik dan emosional bayi, tetapi juga berpengaruh pada peningkatan produksi ASI.

Pediatrics of WHO (World Health Organization) menyebutkan sekitar 40% bayi mengalami masalah tidur. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Hiscock (2012) di Melbourne, Australia didapatkan bahwa 32% ibu melaporkan terdapat kejadian berulang masalah tidur pada anak mereka. Dalam penelitian tersebut menggambarkan bahwa masih banyak kejadian masalah tidur yang dialami bayi dan kejadian tersebut bisa menetap ataupun terulang kembali (Sitepu & Sembiring, 2023).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sang Ayu (2025), bahwa 4 bayi (12,5%) memiliki kualitas tidur yang baik sebelum diberikan pijat, ada dengan kualitas tidur baik dan 28 bayi (87,5%) dengan kualitas tidur buruk. Setelah dilakukan pijat, jumlah bayi dengan kualitas tidur baik sebanyak 21 orang (65,6%) dan kategori buruk sebanyak 11 orang (34,4%).

Ayrin Moms And Baby Care merupakan salah satu tempat pelayanan Ibu dan Bayi yang menyediakan layanan pijat bayi. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan, data yang didapatkan dari rekapan kunjungan melalui aplikasi selama tahun 2026 dari bulan Januari sampai Maret terdapat kurang lebih 43 bayi usia 3-6 bulan yang berkunjung ke *Ayrin Moms And Baby Care* dan terdapat 13 orang ibu yang mengeluh bayinya mengalami gangguan tidur sehingga ibu memerlukan bantuan bidan untuk melakukan pijat terapi non farmakologis yang bertujuan untuk merileksasikan bayi selama kurang lebih 7-10 hari. Hampir keseluruhan ibu

kurang mengetahui dan kurang mengerti tentang manfaat pijat untuk pertumbuhan dan perkembangan bayinya.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Perbedaan Kualitas Tidur Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pijat Pada Bayi Usia 3-6 Bulan di Ayrin *Moms And Baby Care*”.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian ini adalah Apakah ada Perbedaan Kualitas Tidur sebelum dan sesudah dilakukan Pijat pada Bayi usia 3-6 bulan di Ayrin *Moms And Baby Care*?

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui perbedaan kualitas tidur sebelum dan sesudah dilakukan pijat pada bayi usia 3-6 bulan di Ayrin *Moms And Baby Care*

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi kualitas tidur bayi sebelum diberikan intervensi pijat di Ayrin *Moms And Baby Care* tahun 2026
- b. Mengidentifikasi kualitas tidur bayi sesudah diberikan intervensi pijat di Ayrin *Moms And Baby Care* tahun 2026
- c. Menganalisis perbedaan kualitas tidur sebelum dan sesudah diberikan intervensi pijat pada bayi usia 3-6 bulan di Ayrin *Moms And Baby Care* tahun 2026

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi ibu bayi

Untuk memotivasi ibu agar meningkatkan pengetahuan manfaat massage neonates untuk meningkatkan kualitas tidur bayi

2. Bagi bayi

Penelitian ini dapat membuat bayi menjadi lebih tenang dan nyaman

3. Bagi institusi pendidikan

Skripsi ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi mahasiswa dan juga bagi perkembangan institusi serta dapat menambah referensi bacaan di perpustakaan mengenai perbedaan kualitas tidur sebelum dan sesudah dilakukan pijat pada bayi usia 3-6 bulan

4. Bagi Ayrin Moms And Baby Care

Penelitian ini dapat diharapkan menjadi bahan informasi bahwa pijat bayi dapat meningkatkan kualitas tidur

5. Bagi masyarakat

Sebagai informasi tambahan bagi masyarakat terutama bagi ibu yang memiliki anak usia kurang dari 1 tahun tentang perbedaan kualitas tidur sebelum dan sesudah dilakukan pijat.