

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa tumbuh kembang bayi merupakan masa emas yang berlangsung singkat dan tidak dapat diulang sekaligus masa kritis yang sangat peka terhadap lingkungan dan membutuhkan asupan gizi serta stimulasi yang baik untuk pertumbuhan dan perkembangannya pada usia 0-12 bulan (Kementerian Kesehatan RI, 2009). Tumbuh kembang bayi menurut Soetjiningsih dalam Nursalam (2005) secara optimal dipengaruhi oleh hasil interaksi antara faktor genetik, herediter, dan konstitusi dengan faktor lingkungan. Faktor lingkungan dapat memberikan pengaruh yang positif bagi tumbuh kembang bayi, maka perlu diperlukan pemenuhan atas kebutuhan dasar tertentu. Kebutuhan dasar ini dapat dikelompokkan menjadi tiga, yaitu asah, asih, dan asuh.

Asah merupakan stimulasi mental yang akan menjadi cikal bakal proses pendidikan dimana bertujuan untuk mengembangkan mental, kecerdasan, keterampilan, kemandirian, kreativitas, agama, moral, produktivitas, dan lainnya (Armini, dkk, 2017). Asih adalah kasih sayang dari orang tua yang menciptakan ikatan erat dan kepercayaan dasar untuk menjamin tumbuh kembang yang selaras baik fisik maupun mental. Asih merupakan kebutuhan emosional. Asuh merupakan kebutuhan fisik biologis yang meliputi pemenuhan nutrisi, pemberian imunisasi, dan kebutuhan dasar dalam perawatan sehari-hari (Maryunani, 2014). Salah satu kebutuhan asuh yang diperlukan oleh bayi yaitu kualitas tidur bayi.

Kualitas tidur bayi sangat berpengaruh pada pertumbuhan bayi, bayi yang tidur akan mengalami aktivasi regenerasi sel-sel tubuh dan perkembangan otak, oleh karena itu kualitas tidur bayi perlu dijaga. Kualitas tidur bayi bisa dinilai dari lama tidur dalam 24 jam, frekuensi bangun bayi di malam hari dan lamanya bayi terbangun saat malam hari. Bayi yang tidur cukup tanpa sering terbangun, lebih bugar dan tidak rewel pada keesokan harinya. Tidur mempunyai efek yang besar terhadap kesehatan mental, emosi dan fisik, serta sistem kekebalan imunitas tubuh. Mengingat akan pentingnya waktu tidur pada perkembangan bayi maka kebutuhan tidurnya harus benar-benar terpenuhi agar tidak berpengaruh buruk terhadap perkembangannya (Indraningsih, 2011).

Tidur adalah salah satu bentuk adaptasi bayi terhadap lingkungannya. Sesaat setelah lahir, bayi biasanya tidur selama 16-20 jam sehari. Memasuki usia dua bulan bayi mulai lebih banyak tidur malam dibanding siang. Bayi usia tiga bulan menghabiskan waktu tidurnya sekitar 15-17 jam, dengan pembagian waktu delapan jam untuk tidur siang dan sembilan jam untuk tidur malam. Semakin usia bayi bertambah, jam tidurnya juga semakin berkurang. Pada usia 3-6 bulan jumlah tidur siang semakin berkurang, kira-kira tiga kali. Total jumlah waktu tidur bayi usia 0-6 bulan berkisar antara 13-15 jam/hari. Pada bayi usia enam bulan pola tidurnya mulai tampak mirip dengan orang dewasa (Gola, 2009). Perkembangan tidur bayi berkaitan dengan umur dan maturitas otak, maka jumlah total tidur yang diperlukan berkurang akan diikuti dengan penurunan proporsi *Rapid Eyes Movement* (REM) dan nonREM (Mardiana & Martini, 2014).

WHO tahun 2012 yang dicantumkan dalam jurnal Pediatrics, tercatat 33% bayi mengalami masalah tidur. Menurut hasil penelitian gangguan tidur dibawah usia tiga tahun, yang dilakukan di lima kota yaitu Jakarta, Bandung, Medan, Palembang dan Batam diperoleh data 51,3% bayi mengalami gangguan tidur, 42% jam tidur malam nya kurang dari 12 jam, terbangun pada malam hari lebih dari tiga kali dan lama terbangun pada malam hari lebih dari satu jam (Mutyah, 2017). Gangguan tidur menurut Wahyuni dalam Jurnal Dewi (2014) mengatakan bahwa bayi dikatakan mengalami gangguan tidur jika pada malam hari tidur kurang dari sembilan jam, terbangun lebih dari tiga kali. Selama tidur terlihat selalu rewel, menangis dan sulit tidur kembali.

Upaya yang dapat dilakukan untuk membantu mengurangi frekuensi bangun bayi di malam hari adalah dengan musik klasik mozart yang diberikan pada saat pijat bayi. Musik klasik mozart merupakan salah satu musik klasik yang memiliki banyak manfaat. Salah satu manfaat dari musik klasik adalah menenangkan bayi (Tanjung, 2014), sehingga bayi tertidur lebih lama dan jarang terbangun di malam hari. Pijat dapat merangsang keluarnya hormon endorphin yang bisa menurunkan nyeri sehingga bayi menjadi tenang dan mengurangi frekuensi menangis, dengan demikian pijatan juga meningkatkan kualitas dan kuantitas tidur bayi (Maharani, 2012).

Penelitian yang dilakukan oleh Dewi (2014) menyatakan bahwa frekuensi terbangun bayi di malam hari sesudah dipijat mengalami penurunan 0,82 kali dibandingkan sebelum dipijat. Penelitian yang dilakukan oleh Maherani,dkk (2017) menyatakan bahwa kualitas tidur rata- rata bayi setelah dipijat dengan media musik klasik mozart yang awalnya bermasalah menjadi tidak bermasalah dengan hasil skor

12 pada *Brief Infant Screening Questionnaire* (BISQ). Penelitian lain yang dilakukan oleh Wahyuningsri dan Eka (2014) menunjukkan adanya peningkatan berat badan dimungkinkan karena terapi musik klasik dapat memberikan perasaan tenang kepada bayi sehingga bayi lebih banyak tidur. Peneliti melakukan studi pendahuluan di Puskesmas I Denpasar Utara. Puskesmas I Denpasar utara memiliki suatu program kelas Ibu-balita yang didalamnya terdapat pijat bayi. Pijat bayi ini dilakukan setiap satu bulan sekali dengan jumlah peserta 15 orang. Hasil wawancara terhadap bidan di Puskesmas I Denpasar Utara menyatakan bahwa antusias ibu untuk mengikuti pijat bayi sangat tinggi. Peneliti juga melakukan observasi terhadap lima bayi usia 3-6 bulan yang sudah mengikuti kelas pijat bayi pada bulan Maret 2018. Peneliti mengobservasi frekuensi bangun bayi di malam hari selama enam hari sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewi (2014). Hasil observasi tersebut, dari lima bayi yang dilakukan pijat bayi dengan media musik klasik mozart dalam kurun waktu tiga hari frekuensi bangun bayi di malam hari sesudah dipijat lebih sedikit yaitu satu kali dibandingkan sebelum dipijat dengan media musik klasik mozart yaitu 2-3 kali. Pada hari keempat sampai hari keenam, frekuensi bayi terbangun di malam hari konstan atau tetap seperti hari ketiga. Peneliti tertarik untuk meneliti “Manfaat Musik Klasik Mozart dalam Pijat Bayi Terhadap Frekuensi Bangun Bayi di Malam Hari di Puskesmas I Denpasar Utara”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka permasalahan yang ingin diteliti yaitu :

1. Apakah frekuensi bangun bayi di malam hari setelah diberikan musik klasik mozart pada saat pijat bayi lebih sedikit dibandingkan dengan sebelum diberikan musik klasik mozart pada saat pijat bayi.
2. Apakah frekuensi bangun bayi di malam hari setelah diberikan musik klasik mozart pada saat pijat bayi lebih sedikit dibandingkan dengan yang hanya pijat bayi saja.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Penelitian ini memiliki tujuan umum untuk mengetahui manfaat musik klasik mozart dalam pijat bayi terhadap frekuensi bangun bayi di malam hari.

2. Tujuan khusus

Penelitian ini memiliki empat tujuan khusus yaitu :

- a. Mengidentifikasi frekuensi bangun bayi di malam hari sebelum dan setelah dilakukan pijat bayi.
- b. Mengidentifikasi frekuensi bangun bayi di malam hari sebelum dan setelah diberikan musik klasik mozart pada saat pijat bayi.
- c. Membuktikan frekuensi bangun bayi di malam hari pada bayi yang diberikan musik klasik mozart pada saat pijat bayi lebih sedikit dibandingkan dengan sebelum diberikan musik klasik mozart pada saat pijat bayi.
- d. Membuktikan frekuensi bangun bayi di malam hari pada bayi yang diberikan musik klasik mozart pada saat pijat bayi lebih sedikit dibandingkan dengan yang hanya pijat bayi.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara teoritis

Secara teoritis informasi dari penelitian ini dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan dibidang kebidanan atau profesi lain khususnya tentang manfaat pemberian musik klasik mozart dalam pijat bayi terhadap frekuensi bangun bayi di malam hari.

2. Secara praktis

a. Bagi tempat penelitian

Penelitian ini bermanfaat untuk memberikan bahan untuk kelas ibu-balita yaitu menambahkan media musik klasik mozart pada saat pijat bayi sehingga diharapkan bayi menjadi lebih tenang dan tidak terjadi gangguan tidur.

b. Bagi profesi/bidan

Penelitian ini memberikan pengetahuan tentang manfaat musik klasik mozart pada saat pijat bayi terhadap frekuensi bangun bayi di malam hari, sehingga masalah tidur pada bayi dapat dikurangi untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi yang optimal.

c. Bagi masyarakat/ orang tua bayi

Hasil penelitian ini diharapkan melalui pemberian musik klasik mozart pada saat pijat bayi dapat mengurangi frekuensi bangun bayi di malam hari, sehingga meningkatkan ketertarikan masyarakat khususnya orang tua/ibu bayi untuk mengikuti kelas ibu-balita.