

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak usia *toddler* merupakan anak yang berada antara rentang usia 12-36 bulan (Soetjiningsih dan Gde Ranuh, 2019). *Toddler* adalah masa yang paling kritis karena sebesar 80% pertumbuhan otak terjadi masa usia tersebut atau dikenal dengan *golden age* (Gusrianti et al., 2022). Faktor yang mempengaruhi perkembangan pada anak usia *toddler* salah satunya adalah istirahat atau lamanya waktu tidur. Tubuh anak usia *toddler* akan memproduksi hormon pertumbuhan ketika tidur, sehingga anak usia *toddler* membutuhkan waktu tidur yang cukup untuk mendapatkan perkembangan yang optimal (Tarigan dan Adnin, 2023).

Pola tidur memberikan peran yang penting dalam berbagai kondisi kesehatan anak salah satunya pada perkembangan motorik anak (Toddlers, n.d.). Penelitian Manacero dan Nunes (2021) telah menunjukkan bahwa tidur yang cukup berpengaruh pada perkembangan anak yang optimal, terutama selama fase perkembangan awal. Sebuah studi *longitudinal prospektif* tentang tidur dan perkembangan motorik pada anak mengungkapkan hubungan antara kemajuan gerak dan perubahan dalam regulasi tidur sampai bangun. Saat anak tidur akan terjadi proses tumbuh kembang yang terjadi dalam tubuh anak, karena saat anak tidur terjadi proses pengeluaran hormon pertumbuhan. Kurangnya waktu

istirahat tidur pada anak dapat menghambat pengeluaran hormon pertumbuhan dan regenerasi sel-sel pada tubuh, sehingga *anti body* pada anak akan melemah (Sinarmawati, 2012). Gangguan pola tidur pada anak yang sering terjadi yaitu *narkolepsi* dan *parasomnia* (Syafa'at, 2015).

Menurut data WHO (*World Health Organization*) pada tahun 2012 dalam jurnal *Pediatrics*, sebanyak 33% anak di bawah 3 tahun mengalami gangguan tidur. Di Indonesia dari penelitian yang dilakukan oleh Sekartini pada tahun 2004 sebanyak 44,2% anak usia dibawah 3 tahun mengalami gangguan tidur Di daerah Yogyakarta pada tahun 2018, sebanyak 13,6% anak yang tidak rutin diberi terapi pijat mengalami permasalahan dalam tidurnya (Fauziah dan Wijayanti 2018). Tidur yang nyenyak, pertumbuhan otak anak usia *toddler* akan mencapai puncaknya karena tubuh anak usia *toddler* akan menghasilkan hormon pertumbuhan tiga kali lebih banyak daripada ketika anak usia *toddler* terjaga. Oleh karena itu, anak usia *toddler* yang tidur lebih lama, pertumbuhan dan perkembangan anak usia *toddler* akan tercapai secara optimal dan itu akan memungkinkan tubuh untuk memperbaiki dan memperbarui semua sel dalam tubuh (Walker et al., 2017 dalam Kamalia dan Nurayuda, 2022). Tidur merupakan bagian lain dari macam adaptasi anak usia *toddler* pada lingkungannya, tetapi permasalahannya banyak anak usia *toddler* yang mengalami kesulitan untuk tidur di malam hari, dan jika tidak ditangani dengan serius maka akan mengganggu perilaku tumbuh kembang dan gangguan otak. Kebutuhan tidur pada anak usia *toddler* harus dipastikan dapat terpenuhi

karena waktu tidur sangat penting bagi perkembangan anak usia *toddler*. Dampak tidak terpenuhinya tidur balita yaitu agar tidak mempengaruhi perkembangannya, tidur yang tidak adekuat dan kualitas tidur yang buruk dapat mengakibatkan fisiologi dan psikologi terganggu keseimbangannya. Dampak yang terjadi secara fisiologi berupa penurunan aktifitas sehari-hari, cepat capek, daya tahan tubuh menurun, proses penyembuhan lambat. Sedangkan dampak psikologi emosi yang labil, rewel, cemas, tidak konsentrasi (Fitriani *et al.*, 2022; Meristika & Sukmawati, 2020). Fungsi tidur selain untuk mengisi kembali cadangan energi tubuh. Kebutuhan tidur pada *toddler* (1-3 tahun) sekitar 10–12 jam sehari. Sekitar 20–30 % tidurnya merupakan tidur REM (Pininta, 2016).

Menurut penelitian Istikhomah (2020) mengemukakan bahwa mengingat akan pentingnya waktu tidur bagi perkembangan balita, 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. Anak usia *toddler* yang dipijat akan dapat tidur dengan lelap, sedangkan pada waktu bangun, daya konsentrasinya akan lebih penuh. Anak usia *toddler* yang tidak dapat menenangkan dirinya untuk tertidur akan menangis, sehingga dibutuhkan penanganan yang tepat untuk membantu mereka tertidur. Pijat bayi memberikan stimulus dalam perkembangan motoric karena gerakan meremas pada pijat bayi dapat berguna untuk memperkuat otot-otot anak usia *toddler* (Sukmawati dan Nur Imanah 2020).

Pijat bayi ialah kebiasaan turun temurun yang bisa membantu memaksimalkan tumbuh kembang pada balita (Imron & Wardarita, 2019). Pijat bayi merupakan salah satu jenis rangsangan dini yang dilakukan pada balita untuk memaksimalkan tumbuh dan kembangnya. Dukun dahulunya banyak melakukan pijat bayi akan tetapi saat ini orang tua anak usia *toddler* juga bisa melakukan pijat bayi terutama ibu. Pijat bayi yang dilakukan oleh ibu dengan menggunakan sentuhan dapat memberi rangsangan kepada anak usia *toddler* yaitu pada panca indera dan juga perkembangan otak bayi (Sri & Susanti, 2022). Biasanya pijat bayi bisa disebut juga stimulus *touch*. Pijat bayi telah terkenal sejak beratus-ratus tahun yang lalu di berbagai bangsa dan kebudayaan dengan beraneka bentuk terapi. Pijat bayi juga merupakan rangsangan komunikasi yang nyaman antara ibu dan bayi (Aditia, 2018).

Berdasarkan penelitian Widiani dan Chania (2022) mengemukakan bahwa pijat bayi lebih bermanfaat di antara, pola tidur sampai bangun yang lebih baik, penambahan berat badan, peningkatan, perlekatan ikatan emosional yang lebih baik, perkembangan neuromotor, mengurangi tingkat infeksi nosokomial dan dengan demikian, mengurangi angka kematian pada bayi prematur yang dilahirkan. Berdasarkan penelitian Nainggolan *et al.*, (2021) mengemukakan bahwa pijat bayi merupakan gerakan usapan lambat dan lembut pada seluruh tubuh anak usia *toddler* yang dimulai dari kaki, perut, dada, punggung, tangan bayi dan wajah. Pijat bayi merupakan salah satu bentuk rangsang raba.

Rangsang raba adalah yang paling penting dalam perkembangan. Menurut penelitian Ariyanti (2019) bahwa pijat bayi merupakan salah satu cara yang menyenangkan untuk menghilangkan ketegangan dan perasaan gelisah terutama pada bayi. Sentuhan lembut pada bayi merupakan sarana ikatan yang indah antara anak usia *toddler* dan orang tuanya. Pijatan lembut akan membantu mengendurkan otot-ototnya sehingga bayi menjadi tenang dan tidurnya nyenyak.

Mengatasi masalah tidur pada anak usia *toddler* yaitu salah satunya melakukan pemijatan bayi oleh orang tua sendiri di rumahnya, untuk lebih meningkatkan relaksasi kenyamanan pada anak usia *toddler* maka dikombinasikan dengan minyak zaitun (*Olive Oil*). Minyak zaitun (*Olive Oil*) mengandung emolien yang bermanfaat untuk menjaga kondisi kulit yang rusak seperti psoriasis dan eksim. Minyak zaitun memiliki nilai terapi yang tinggi bagi kesehatan, pernyataan tersebut kembali diteguhkan oleh salah satu ahli biokimia pangan dan gizi Universitas Negeri Jakarta, Alsuhendra mengatakan bahwa minyak Zaitun banyak digunakan dalam bidang kesehatan karena kandungan asam lemak tak jenuhnya yang tinggi, khususnya asam lemak tak jenuh dengan ikatan rangkap tunggal yang di dalamnya terdapat asam oleat (Omega 9) dan juga asam linoleat (Omega 6) dengan kadar 65-85% (Magdalena, 2012).

Pijat bayi menggunakan minyak zaitun dapat meningkatkan kualitas tidur, minyak zaitun juga mengandung lemak baik yang dapat melembabkan dan mengenyalkan kulit dengan kombinasi vitamin A dan

minyak zaitun mampu meredakan iritasi, kemerahan, rasa kering, atau gangguan lain pada kulit akibat faktor lingkungan, selain itu minyak zaitun memiliki kandungan mineral *oil* yang didapat dari petroleum yang fungsinya melapisi kulit sehingga kadar air dalam kulit tidak cepat menguap dan kulit akan tetap terjaga kelembabannya (Utami, 2012).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 02 Maret 2024 di Posyandu Balita Desa Malangjiwan Kab Karanganyar, Dari seluruh jumlah balita berusia 1-3 tahun yaitu 40 balita, wawancara dengan 10 orang tua balita di dapatkan hasil 6 orang tua balita mengatakan bahwa balitanya sulit tidur pada malam hari lebih dari 3 kali terbangun, tidur pada malam hari kurang dari 9 jam, bayi terbangun menangis pada saat malam hari ketika balita dalam keadaan tidak sehat (demam, batuk, pilek) dan mengalami kelelahan. Hanya 4 orang tua balita mengatakan balita dapat tidur normal yaitu dengan rata-rata 14 jam/hari. Ada 6 orang tua balita mengatakan bayi belum pernah dilakukan *baby massege* menggunakan minyak zaitun dan 4 orang tua balita mengatakan pernah di lakukan *baby massage* dalam waktu 1 kali dalam 1 bulan.

Banyaknya yang ada masalah gangguan kualitas tidur di Posyandu Balita di Desa Malangjiwaan Kota Surakarta maka peneliti tertarik untuk mengetahui lebih lanjut tentang “pengaruh *baby massage* dengan menggunakan minyak zaitun (*olive oil*) terhadap kualitas tidur anak usia *toddeler* di Posyandu Balita Desa Malangjiwan Kabupaten Karanganyar”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada “Pengaruh *Baby Massage* Dengan Menggunakan Minyak Zaitun (*Olive Oil*) Terhadap Kualitas Tidur Anak Usia *Toddeler* di Posyandu Balita Desa Malangjiwan Kabupaten Karanganyar”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui “Pengaruh *Baby Massage* Dengan Menggunakan Minyak Zaitun (*Olive Oil*) Terhadap Kualitas Tidur Anak Usia *Toddeler* di Posyandu Balita Desa Malangjiwan Kabupaten Karanganyar.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan kualitas tidur bayi sebelum dilakukan *baby massage* pada posyandu balita di Desa Malangjiwaan Kab Karanganyar.
- b. Mendeskripsikan kualitas tidur bayi usia setelah dilakukan *baby massage* posyandu balita Desa Malangjiwaan Kab Karanganyar.
- c. Menganalisis Pengaruh *Baby Massage* Dengan Menggunakan Minyak Zaitun (*Olive Oil*) Terhadap Kualitas Tidur Anak Usia *Toddeler* di Posyandu Balita Desa Malangjiwan Kabupaten Karanganyar.

D. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut untuk:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian dengan judul Pengaruh *Baby Massage* Terhadap Kualitas Tidur Anak Usia *Toddler*, menambah perkembangan pengetahuan khususnya tentang keperawatan anak.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini dapat di gunakan sebagai bahan referensi dalam teori tentang *baby massage* sebagai bahan ajar kepada mahasiswa.

b. Bagi Profesi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah kualitas, wawasan dan sebagai aplikasi dari ilmu pengetahuan yang telah dipelajari dalam pendidikan keperawatan, terutama dalam bidang ilmu keperawatan anak terhadap praktik dari *baby massage*. Dapat memberikan informasi mengenai efektifitas dari *baby massage* sebagai stimulasi terhadap proses pertumbuhan dan perkembangan anak. Penelitian ini juga diharapkan menjadi bagian dari landasan dalam pengembangan *evidence based* bagi ilmu keperawatan itu sendiri.

c. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai pertimbangan dan menjadi masukan tambahan bagi peneliti berikutnya yang ingin melakukan penelitian terkait dengan *baby massage*.

d. Bagi Masyarakat

Penelitian ini dapat memberikan manfaat pengetahuan dan keterampilan mengenai stimulasi melalui praktek *baby massage* dan manfaat dari *baby massage* dalam rangka meningkatkan proses pertumbuhan dan perkembangan anak-anak yang dapat dilakukan oleh orangtua dan pengasuh selama perawatan di rumah. Sebagai masukan bagi orangtua agar dapat mengerti dan memahami pentingnya stimulasi bagi anak selama proses pertumbuhan dan perkembangan anak itu sendiri.

e. Bagi Penulis Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber data atau informasi bagi pengembangan proposal penelitian berikutnya terutama yang berhubungan dengan pengaruh *baby massage* terhadap kualitas tidur anak usia *toddler*.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian yang menjadi dasar dari penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh :

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No table of figures entries found.	Metode penelitian	Hasil penelitian	Persamaan dan Perbedaan
Peningkatan Kualitas Tidur Bayi Usia 3 sampai 10 Bulan dengan Pemberian <i>Baby Massage</i> Menggunakan <i>Virgin Coconut Oil</i> . (Aryani et al., 2022).	Metode penelitian kuantitatif dengan desain one-group pre post test desig teknik pengambilan sampel menggunakan <i>purposive sampling</i> pengumpulan data menggunakan instrumen <i>Brief Infant Sleep Questionnaire</i> .	Hasil penelitian menunjukkan uji komparasi pijat bayi antara sebelum dan sesudah pemijatan dengan VCO didapatkan nilai p value 0,002 (nilai p value <0,05), yang berarti terdapat pengaruh baby massage menggunakan VCO terhadap kualitas tidur pada bayi usia 3 -10 bulan.	Perbedaan : Penelitian Aryani et al., Variable bebas: Pemberian <i>baby massage</i> Menggunakan <i>Virgin Coconut Oil</i> . Variable terikat : Kualitas tidur bayi usia 3 sampai 10 bulan. Tempat di Posyandu Balita di Desa Pabelan, Kartasura, Sukoharjo. Pada penelitian ini menggunakan variable bebas : <i>baby massage</i> dengan menggunakan minyak (<i>zaitun olive oil</i>). Variable terikat : kualitas tidur bayi anak usia <i>toddler</i> . Tempat penelitian di Posyandu balita Desa Malangjiwan Kab Karanganyar. Persamaan : Jenis penelitian menggunakan kuantitatif dengan disain one group pre tets – post test. Teknik pengambilan sampel menggunakan <i>purposive sampling</i> , dan alat ukur menggunakan <i>A Brief Screening Questionnaire For</i>

No table of figures entries found.	Metode penelitian	Hasil penelitian	Persamaan dan Perbedaan
			<i>Infant Sleep Problems</i> (BISQ). Analisa data menggunakan uji Wilcoxon.
Pengaruh pijat bayi terhadap pola tidur usia 0 sampai 6 bulan. (Happy Marthalena Simanungkalit, 2019).	Desain penelitian Quasi Eksperimen dengan rancangan <i>non equivalent with control group design</i>. Sampel yang digunakan dengan tehnik <i>Purposive Sampling</i>.	Hasil penelitian uji statistik chi square menunjukkan nilai P-Value 0,032 ($P\text{-Value} < \alpha 0,05$) yang berarti terdapat perbedaan pijat bayi terhadap pola tidur usia 0 sampai 6 bulan yang signifikan.	Perbedaan : Penelitian Happy variabel bebas: pijat bayi, variabel terikat : pola tidur usia 0 sampai 6 bulan, rancangan penelitian menggunakan <i>Quasi-Eksperimental</i>, desain yang digunakan <i>non equivalent with control group desain</i>, tempat penelitian Kerja Puskesmas Terawan Tahun 2019, analisis data menggunakan <i>uji chi square</i>. Penelitian ini menggunakan variable bebas : <i>baby massage</i> dengan menggunakan minyak (<i>zaitun olive oil</i>). Variable terikat : kualitas tidur anak usia <i>toddler</i>, jenis penelitian ini pra eksperimental tempat penelitian di Posyandu Balita Desa Malangjiwan Kab Karanganyar, analisa data menggunakan uji Wilcoxon. Persamaan : Jenis penelitian menggunakan kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel menggunakan

No table of figures entries found.	Metode penelitian	Hasil penelitian	Persamaan dan Perbedaan
			purposive sampling.
Pengaruh <i>baby massage</i> terhadap kualitas tidur bayi di PMB HJ Nur Hasanah, SST kecamatan Tangguling kabupaten Sidoarjo (Ratna Sari Dewi, 2022)	Metode penelitian eksperimental dan jenis penelitian ini pra eksperimental dengan tipe <i>one group pretest-posttest design</i>	hasil penelitian yang telah dilakukan diperoleh nilai signifikan $pvalue = 0,000 < \alpha (0,05)$, dapat disimpulkan bahwa ada Pengaruh <i>Baby Massage</i> Terhadap Kualitas Tidur Bayi di PMB Hj. Nur Hasanah, SST Kecamatan Tanggulingin Kab. Sidoarjo	Perbedaan : Penelitian Ratna menggunakan variabel bebas <i>baby massage</i>, variabel terikat kualitas tidur bayi, menggunakan rencana penelitian eksperimental, pengambilan menggunakan teknik sampling, tempat di PMB HJ Nur Hasanah, SST kecamatan Tangguling kabupaten Sidoarjo. Pada penelitian ini menggunakan variable bebas : <i>baby massage</i> dengan menggunakan minyak (<i>zaitun olive oil</i>). Variable terikat : kualitas anak usia <i>toddler</i>. tempat penelitian di Posyandu balita Desa Malangjiwaan Kab Karanganyar. Pengambilan sampel ini dilakukan dengan teknik sampling. Persamaan : Menggunakan disain <i>one group pre test – post test</i>. Teknik pengambilan sampel menggunakan <i>purposive sampling</i>, dan Analisa data menggunakan uji <i>Wilcoxon</i>.