

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) merupakan bayi dengan berat badan kurang dari 2500 gram dan umur kehamilannya kurang dari 37 minggu. BBLR dibedakan atas prematuritas murni dan dismaturitas. Prematuritas murni adalah bayi yang lahir dengan berat badan sesuai masa kehamilan sedangkan dismaturitas adalah bayi yang Selatan dan Afrika sub-Sahara. Faktor resiko penyebab BBLR adalah malnutrisi pada ibu, kurang memadainya perawatan antenatal, kehamilan remaja dan kondisi ibu dengan hipertensi dan diabetes.¹

Kejadian BBLR di negara berpendapatan rendah dan menengah kebawah sebanyak 97%.² Di Brazil sejak akhir Tahun 1980 an, komponen utama pada kematian anak adalah kematian neonatal yaitu BBLR. Diperkirakan sekitar 12% dari total kelahiran penduduk Brazil adalah premature.³

Indonesia memiliki peringkat ke-lima dengan kasus kelahiran prematur dan BBLR terbanyak didunia. Berdasarkan hasil utama Riset Keseshatan Dasar Kementrian Kesehatan Republik Indonesia (2018) bahwa grafik proporsi bayi berat lahir rendah mengalami peningkatan dari angka 5,4% menjadi 6,2%, yang dihitung berdasarkan 56,6% bayi yang memiliki catatan lahir.⁴ Berdasarkan data yang tercatat di ruang NICU RSUD Raden Mattaher Jambi pada tahun 2025 bulan April - Juni terdapat 15 kasus dengan masalah bayi berat lahir rendah (BBLR) dan premature.

Bayi berat lahir rendah (BBLR) rentan mengalami gangguan kesehatan. Salah satunya adalah mengalami gangguan pertumbuhan, hal tersebut dapat disebabkan oleh tidak terpenuhinya kebutuhan tidur bayi.⁵ Tubuh bayi akan memproduksi hormon pertumbuhan ketika tidur, sehingga bayi membutuhkan waktu tidur yang cukup untuk mendapatkan perkembangan yang optimal. Hormon ini memiliki tugas merangsang pertumbuhan tulang dan jaringan, dan mengatur metabolisme tubuh, termasuk otak. Selain itu, hormon pertumbuhan juga memungkinkan tubuh

untuk memperbaiki dan memperbarui semua sel yang ada dalam tubuh. Proses pembaruan sel ini akan berlangsung lebih cepat ketika bayi tertidur daripada saat terbangun.⁵

Tidur merupakan salah satu aspek penting dalam pertumbuhan dan perkembangan bayi, khususnya pada bayi baru lahir. Pada bayi yang dirawat di *Neonatal Intensive Care Unit* (NICU), tidur memiliki peran krusial dalam pematangan otak, regulasi metabolik, serta pemulihan dari kondisi medis yang mendasari. Namun, bayi yang dirawat di NICU sangat rentan mengalami gangguan pola tidur karena berbagai faktor yang bersifat internal maupun eksternal.⁶

Kualitas tidur bayi adalah mutu atau keadaan fisiologis tertentu yang didapatkan selama seseorang tertidur, yang memulihkan proses-proses tubuh yang terjadi pada waktu orang itu bangun.⁷ Kualitas tidur yang baik ditunjukkan dengan jumlah jam tidur bayi yang cukup, bayi dapat jatuh tidur dengan mudah di malam hari, bugar saat bangun dan tidak rewel. Tidur memiliki peran penting dalam proses pertumbuhan dan perkembangan otak bayi.⁸ Bayi dikatakan mengalami gangguan tidur jika pada malam hari tidurnya kurang dari 9 jam, terbangun lebih dari 3 kali dan lama terbangunnya lebih dari 1 jam.⁹

Secara fisiologis, bayi baru lahir belum memiliki ritme sirkadian yang matang sehingga pola tidur-bangun masih acak. Gangguan tidur pada bayi dapat berupa sulit tidur, sering terbangun di malam hari, durasi tidur yang singkat, atau kualitas tidur yang buruk.¹⁰

Penelitian menunjukkan bahwa gangguan tidur pada bayi di NICU tidak hanya berdampak jangka pendek seperti gangguan fisiologis, tetapi juga berpotensi mempengaruhi perkembangan neurologis dan perilaku jangka panjang. Tidur yang terganggu juga dapat mengganggu proses neuroplastisitas yang sangat aktif pada masa neonatal, terutama pada bayi prematur yang otaknya masih dalam tahap maturasi kritis.¹¹

Lingkungan di NICU yang penuh dengan stimulus seperti pencahayaan terang, kebisingan dari alat medis, intervensi perawatan yang sering, dan minimnya keterlibatan ibu dalam pengasuhan, dapat mengganggu siklus tidur-bangun alami bayi. Selain itu, kondisi medis seperti prematuritas, gangguan pernapasan, dan infeksi juga dapat memperburuk kualitas tidur bayi. Studi menunjukkan bahwa kualitas tidur bayi yang buruk selama masa neonatal dapat berdampak negatif pada perkembangan sistem imun, pemrosesan sensorik, dan keseimbangan emosional.¹²

Menurut data yang dikeluarkan oleh *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2018 dan diterbitkan dalam *Journal of Pediatrics*, gangguan tidur mempengaruhi sebanyak 33% bayi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan di seluruh dunia tentang masalah tidur bayi tertinggi ditemukan sebesar 36-41% di Australia, 10-30% di AS, 11% di Thailand, 15-35% di Selandia Baru dan 76% di Cina.¹³ Pada bayi dan anak - anak masalah tidur sebagian besar seperti kesulitan untuk tidur, bangun malam disertai anak mudah menangis.¹⁴ Indonesia cukup banyak bayi yang mengalami masalah tidur, yaitu sekitar 44,2% bayi mengalami gangguan tidur seperti sering terbangun di malam hari.¹⁴

Salah satu intervensi non-farmakologis yang dapat membantu meningkatkan kualitas tidur bayi adalah pijat bayi. Pijat bayi merupakan stimulasi taktil yang dapat merangsang sistem saraf parasimpatis, sehingga membantu bayi merasa lebih rileks dan tidur lebih nyenyak.¹⁵ Selain itu, pijat bayi juga dapat merangsang produksi hormon serotonin dan melatonin yang berperan dalam mengatur siklus tidur. Studi oleh Mardeyanti et al. (2023) mengungkapkan bahwa pijat bayi efektif dalam meningkatkan kualitas tidur bayi, yang berdampak positif pada pertumbuhan dan perkembangan mereka.¹⁶ Penelitian lain oleh Ahmad dan Budiana (2022) di Sabrina Care Kota Bogor menemukan bahwa setelah dilakukan pijat bayi, sebagian besar bayi mengalami peningkatan kualitas tidur yang signifikan.¹⁷ Hal ini menunjukkan bahwa pijat bayi dapat menjadi intervensi yang efektif untuk meningkatkan kualitas tidur bayi, termasuk yang dirawat di NICU.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan penulis pada tanggal 1 – 3 juni 2025 di ruang NICU RSUD Raden Mattaher Jambi penulis melakukan observasi pada bayi BBLR yang mengalami gangguan kualitas tidur, terdapat 1 bayi berat lahir rendah mengalami gangguan kualitas tidur yang mana bayi sering terbangun yang disebabkan oleh berbagai faktor seperti kebisingan dalam ruangan, intervensi perawatan yang dilakukan secara berkala, dan suara bayi lain yang menangis sehingga mengganggu kenyamanan bayi lainnya.

Intervensi non farmakologi yang telah dilakukan oleh perawat ruangan NICU adalah mengatur posisi bayi se nyaman mungkin, penggunaan nesting, mengatur pencahayaan ruangan serta mengatur suhu ruangan, namun dari intervensi tersebut bayi masih sering terbangun yang disebabkan oleh suara ruangan yang bising, ketidakmatangan neurologis, serta kondisi medis lainnya. Untuk intervensi non farmakologi lainnya seperti penerapan pijat bayi belum dilakukan oleh perawat ruangan.

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik untuk melakukan penerapan *Evidence Based Nursing* (EBN) dalam proses keperawatan yang berjudul “Penerapan *Baby Massage* pijat bayi terhadap kualitas tidur pada bayi berat lahir rendah di ruang NICU RSUD Raden Mattaher “

1.2 Tujuan Penulisan

1.2.1 Tujuan Umum

Melakukan dan menganalisis asuhan keperawatan dengan penerapan pijat bayi terhadap kualitas tidur pada bayi dengan Berat Badan Bayi Rendah di Ruang NICU RSUD Raden Mattaher Jambi

1.2.2 Tujuan khusus

- a. Melakukan pengkajian terhadap kondisi bayi Ny. D yang mengalami gangguan pola tidur di ruang NICU RSUD Raden Mattaher Jambi, termasuk faktor-faktor yang memengaruhi kualitas tidur bayi dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR).

- b. Menetapkan diagnosa keperawatan yang tepat berdasarkan data subjektif dan objektif yang diperoleh dari hasil pengkajian pada bayi Ny. D.
- c. Menyusun intervensi keperawatan yang sesuai, khususnya penggunaan terapi pijat bayi sebagai upaya untuk meningkatkan kualitas tidur pada bayi dengan BBLR.
- d. Melaksanakan implementasi intervensi pijat bayi sesuai dengan standar prosedur operasional di ruang NICU RSUD Raden Mattaher Jambi.
- e. Melakukan evaluasi terhadap efektivitas terapi pijat bayi dalam meningkatkan kualitas tidur pada bayi Ny. D, serta menilai respons bayi terhadap intervensi yang telah diberikan. Manfaat

1.3 Manfaat

1.3.1 Bagi Institusi Pelayanan Rumah Sakit

Manfaat penerapan *Evidence Based Nursing* (EBN) dalam proses keperawatan bagi institusi pelayanan rumah sakit yaitu dapat menjadi masukan bagi institusi pelayanan rumah sakit dalam mengambil kebijakan dan strategi dalam pelayanan kesehatan serta memberikan gambaran tentang penerapan terapi pijat bayi untuk meningkatkan kualitas tidur pada bayi dengan Berat Badan Lahir Rendah

1.3.2 Bagi Institusi Pendidikan

Manfaat penerapan *Evidence Based Nursing* (EBN) dalam proses keperawatan bagi institusi pendidikan yaitu dapat dijadikan sebagai sumber informasi, bacaan, dan referensi dalam meningkatkan dan mengembangkan pengetahuan mahasiswa khususnya mahasiswa keperawatan UNJA serta sebagai pembandingan antara teori dan fakta yang ada di lapangan.

1.3.3 Bagi Profesi Keperawatan

Manfaat penerapan *Evidence Based Nursing* (EBN) dalam proses keperawatan bagi profesi keperawatan yaitu diharapkan penelitian ini dapat dijadikan masukan bagi perawat sehingga perawat dapat memberikan gambaran kepada orang tua terkait penerapan terapi Pijat bayi terhadap gangguan pola tidur bayi.

1.3.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Manfaat penelitian bagi peneliti selanjutnya yaitu penerapan *Evidence Based Nursing* (EBN) dalam proses keperawatan ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi terkait data dan menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya terkait penerapan terapi pijat bayi terhadap gangguan pola tidur bayi Berat Badan Lahir Rendah.