

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Periode neonatal atau neonatus adalah bulan pertama kehidupan, selama periode ini bayi mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat menakjubkan Hamilton (2000) dalam Indriyani (2016). Masa ini bayi harus selalu dipantau oleh orang tua sehingga peran orang tua harus mampu memberikan perawatan dan memantau perkembangan bayi baru lahir (Indriyani, 2016). Salah satu faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang bayi adalah tidur dan istirahat Mardiana (2009) dalam Nughraheni & Ambarwati (2018).

Tidur adalah salah satu bentuk adaptasi bayi terhadap lingkungannya, tidur merupakan prioritas utama bagi bayi, karena pada saat inilah terjadi *repair neuro-brain* dan kurang lebih 75% hormon pertumbuhan diproduksi Mardiana (2009) dalam Nughraheni & Ambarwati (2018). Oleh karena itu, kualitas dan kuantitas tidur bayi perlu untuk dijaga. Kualitas dan kuantitas tidur bayi dapat dilihat dari cara tidur, kenyamanan tidur dan pola tidur bayi.

Kebutuhan tidur pada bayi baru lahir (0-1 bulan) biasanya selama 14-18 jam sehari, 50% tidur NREM (*Non-Rapid Eye Movement*), banyak waktu tidur bayi dilewatkan pada tidur tahap III dan IV, setiap siklus sekitar 45-60 menit, pada bayi (1-12 bulan) biasanya tidur 12-14 jam sehari, 20-30% tidur REM (*Rapid Eye Movement*), tidur lebih lama pada malam hari dan mempunyai pola terbangun sebentar, menginjak

usia *toodler* biasanya tidur sekitar 10-12 jam sehari, 25% tidur REM (*Rapid Eye Movement*), banyak tidur pada malam hari, terbangun dini hari mulai berkurang, siklus bangun tidur normal sudah menetap pada umur 2-3 tahun Asmadi (2009) dalam Nugraheni & Ambarwati (2018).

Penelitian yang dilakukan Lukmasari tahun 2017 menunjukkan bahwa bayi yang mengalami masalah tidur di Indonesia, yaitu sekitar 44,2% bayi mengalami gangguan tidur seperti sering terbangun di malam hari. Hasil penelitian yang dilakukan Nugraheni tahun 2018 diperoleh data 52,4% bayi memiliki kualitas tidur sedang yaitu tidur pada malam hari kurang dari 12 jam, terbangun lebih dari 2 kali dan mengalami masalah yang mengganggu tidur seperti enurisis atau mengompol, mimpi buruk dan lingkungan yang kurang nyaman. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi tidur, antara lain status kesehatan, lingkungan, stres psikologis, gaya hidup, obat-obatan, dan diet/nutrisi (Asmadi, 2012).

Nutrisi terbaik pada bayi adalah ASI, karena selain mudah dicerna oleh bayi ASI juga mengandung berbagai unsur yang sesuai dengan kebutuhan bayi. Asupan nutrisi utama, yaitu pemberian ASI yang sesuai dengan kebutuhan tubuh akan memungkinkan bayi usia 0-6 bulan untuk tidur dengan nyenyak. ASI merupakan satu-satunya jenis nutrisi yang mencukupi seluruh unsur kebutuhan bayi baik fisik, psikologi, sosial maupun spiritual, dengan kandungan nutrisi, hormon, unsur kekebalan pertumbuhan, anti alergi, serta anti inflamasi ASI juga bermanfaat untuk tidur bayi, termasuk masalah pada pernafasan dan perilaku gelisah pada bayi (Galbally *et al.*, 2013). Nutrisi dalam ASI mencakup hampir 200

unsur zat makanan Hubertin (2004) dalam Indriyani (2016). ASI juga mengandung banyak protein, salah satunya adalah triptofan (asam amino) yang dapat mempermudah proses tidur pada bayi (Saputra, 2013).

Bayi juga akan lebih mudah tertidur atau dalam kondisi tenang jika asupan ASI sesuai dengan kebutuhannya dan diberikan secara eksklusif. Agar mendapatkan ASI sesuai dengan kebutuhannya, ada beberapa cara menyusui dengan benar agar bayi mendapatkan ASI yang maksimal yaitu, badan bayi menempel pada perut ibu, dagu menempel pada payudara ibu, mulut bayi terbuka lebar dan menghisap sebagian besar areola, serta bayi paling sedikit disusui 8-10 kali dalam 24 jam tanpa menunggu bayi menangis (Sutanto, 2018).

Secara nasional cakupan ASI eksklusif di Indonesia pada tahun 2017 sebanyak 35,73% sangat jauh dengan angka yang ditargetkan oleh Depkes RI yaitu 80% (Kemenkes RI, 2018). Cakupan ASI eksklusif di Jawa Timur pada tahun 2017 sebesar 34,92 %, Kabupaten Bondowoso pada tahun 2017 sebesar 70,5 %, sedangkan di Kecamatan Maesan masih terdapat sekitar 12,5% bayi yang tidak termasuk cakupan ASI eksklusif dan secara teori mempunyai risiko gangguan pada kualitas tidurnya (Dinkes Kabupaten Bondowoso, 2017).

Wilayah Kerja Puskesmas Maesan terdiri dari 12 kelurahan, yaitu kelurahan Maesan, kelurahan Penanggungan, kelurahan Pekuniran, kelurahan Sumber Anyar, kelurahan Sumber Sari, kelurahan Sumber Pakem, kelurahan Suger Lor, kelurahan Gambangan, kelurahan Pujer Baru, kelurahan Tanah Wulan, kelurahan Suco Lor, dan kelurahan Gunung

Sari. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Maesan jumlah bayi usia 7-12 bulan yaitu sebanyak 304 bayi.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Posyandu Sedap Malam 1 dan 2 Dusun Kosawah Desa Gunungsari Kecamatan Maesan dengan mewawancarai 8 ibu menyusui yang mempunyai bayi usia 7-12 bulan, diperoleh data 3 ibu menyusui parsial mengatakan bahwa bayi sulit untuk memulai tidur pada malam hari, bayi perlu kenyamanan lain seperti digendong dan ditimang untuk dapat memulai tidur, ketika malam hari bayi sering terbangun dengan frekuensi 2-4 kali dengan lama bangun kurang lebih setengah jam, beberapa ibu juga mengatakan bahwa bayi biasanya bangun dengan atau tanpa menangis, dan 5 ibu menyusui eksklusif mengatakan bahwa ketika malam hari bayi bangun setiap 2-3 jam sekali untuk menyusu, bayi akan tenang setelah merasa kenyang dan ketika menyusui ibu mengatakan bahwa terkadang ia juga menepuk atau mengelus bayi untuk membuat bayi tertidur kembali.

Perawat merupakan salah satu pemberi pelayanan kesehatan baik kepada individu, kelompok ataupun masyarakat. Salah satu peran perawat yang dapat dilakukan sesuai dengan fenomena diatas, yaitu sebagai edukator, dimana perawat harus bisa untuk memberikan pendidikan kesehatan atau edukasi kepada ibu menyusui tentang pentingnya pemberian ASI dan kualitas tidur bagi bayi, terutama bagi masyarakat yang berada di pedesaan yang minim akan informasi. Berdasarkan hal tersebut perlu adanya suatu penelitian yang berjudul "Hubungan

Pemberian ASI dengan Kualitas Tidur pada Bayi Usia 0-6 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Maesan Bondowoso”.

## **B. Rumusan Masalah**

### 1. Pernyataan Masalah

Tidur yang tidak adekuat dan kualitas tidur yang buruk dapat mengakibatkan beberapa gangguan pada bayi seperti penurunan aktivitas, bayi terlihat kelelahan dan rewel. Salah satu faktor yang mempengaruhi kualitas tidur adalah nutrisi, jika nutrisi seperti pemberian ASI mencukupi kebutuhan tubuh maka kemungkinan bayi usia 0-6 bulan akan lebih nyenyak tidur. ASI merupakan nutrisi terbaik bagi bayi usia 0-6 bulan karena mengandung berbagai macam zat yang dibutuhkan oleh bayi salah satunya adalah protein. Protein seperti asam amino atau triptofan dapat membuat bayi untuk lebih cepat jatuh tidur dan nyenyak tidur. Berdasarkan hal tersebut diduga terdapat hubungan pemberian ASI dengan kualitas tidur pada bayi usia 0-6 bulan.

### 2. Pertanyaan Masalah

- a. Bagaimanakah pemberian ASI pada bayi usia 0-6 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Maesan Bondowoso?
- b. Bagaimanakah kualitas tidur pada bayi usia 0-6 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Maesan Bondowoso?
- c. Adakah hubungan pemberian ASI dengan kualitas tidur pada bayi usia 0-6 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Maesan Bondowoso?

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Umum

Mengidentifikasi hubungan pemberian ASI dengan kualitas tidur pada bayi usia 0-6 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Maesan Bondowoso.

#### 2. Tujuan Khusus

a. Mengidentifikasi pemberian ASI pada bayi usia 0-6 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Maesan Bondowoso.

b. Mengidentifikasi kualitas tidur pada bayi usia 0-6 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Maesan Bondowoso.

c. Menganalisis hubungan pemberian ASI dengan kualitas tidur pada bayi usia 0-6 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Maesan Bondowoso.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### 1. Ibu Hamil

Penelitian dapat memberikan informasi bagi ibu hamil mengetahui tentang pentingnya kualitas tidur pada bayi terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi serta manfaat dari pemberian ASI terhadap kualitas tidur bayi, sehingga ibu hamil mempunyai keinginan dan persiapan dalam pemberian ASI bagi calon bayi untuk memenuhi kebutuhan nutrisi dan menghindari gangguan tidur yang akan berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan bayi.

#### 2. Keluarga

Penelitian ini juga mampu memberikan pengetahuan tambahan bagi keluarga terutama untuk suami tentang pentingnya kualitas tidur pada

bayi dan manfaat dari pemberian ASI sehingga keluarga dapat memberikan perawatan yang baik untuk bayi.

### 3. Masyarakat

Penelitian ini dapat dijadikan pembelajaran atau informasi tambahan bagi masyarakat untuk memotivasi ibu agar selalu menjaga kualitas tidur pada bayi dengan pemberian ASI sehingga tumbuh kembang dapat optimal.

### 4. Pelayanan Kesehatan

Penelitian ini dapat mengembangkan asuhan dalam memberikan perawatan untuk mengatasi gangguan tidur pada bayi.

### 5. Pendidikan Keperawatan

Penelitian ini dapat memberikan masukan atau sumber referensi terlebih lagi dalam ranah keperawatan maternitas sehingga dapat mengembangkan perencanaan dalam memberikan asuhan keperawatan.

### 6. Peneliti

Penelitian ini menghasilkan pengetahuan tentang hubungan pemberian ASI dengan kualitas tidur pada bayi usia 0-6 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Maesan Bondowoso.