

BAB V

PEMBAHASAN

5.1 Pembahasan

5.1.1 Kualitas Tidur Bayi Sebelum Dilakukan Pijat Bayi

Berdasarkan tabel 4.5 menunjukkan bahwa kualitas tidur bayi usia 0 – 12 bulan sebelum dilakukan pijat bayi sebagian besar kualitas tidur bayi cukup sebanyak 17 responden (56,7%). Kuesioner untuk mengukur kualitas tidur bayi usia 0-12 bulan sebelum dilakukan pijat bayi terdapat 15 soal.

Menurut peneliti bayi yang tidurnya ≥ 9 jam maka tergolong bayi tidak mengalami gangguan tidur dan kualitas tidur bayi tercukupi, dan apabila bayi tidurnya ≤ 9 jam dapat dikatakan bayi mengalami gangguan tidur. Menurut Wahyuni dalam Dewi.Utami. dkk, (2014). Kualitas tidur bayi bukan hanya berpengaruh terhadap perkembangan fisik, tetapi juga terlihat pada sikap bayi keesokan harinya. Jika bayi tidur dengan waktu yang cukup tanpa sering terbangun, maka bayi akan terlihat lebih bugar dan tidak mudah rewel dan tidak akan memerlukan waktu tidur siang yang melebihi kebutuhannya sesuai dengan masa perkembangannya.

Berdasarkan tabel 4.7 Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa hampir seluruh bayi usia 0 – 12 bulan dalam kondisi sehat sebanyak 23 responden (76,7%). Menurut peneliti pijat bayi yang dikategorikan kualitas tidu yang cukup yaitu tidur pada malam sekurang-kurangnya 9 -11 jam, demikian halnya pada bayi yang di beri makanan tambahan maka kebutuhan nutrisi bayi akan terpenuhi sehingga bayi akan tertidur nyenyak dan kondisi fisik yang sehat atau sedang

tidak sakit, karena bayi dengan kondisi tidak sehat akan memperburuk keadaan bayi tersebut jika dilakukan pijat bayi.

Menurut Candra dalam Dewi.U. dkk, (2014). kualitas tidur bayi adalah mutu atau keadaan fisiologis tertentu yang didapatkan selama seseorang tertidur, agar memulihkan proses-proses tubuh yang terjadi pada saat orang tersebut terbangun dari tidurnya. Kualitas tidur seorang bayi ditentukan oleh adanya gangguan saat tidur, seorang bayi dikatakan mengalami gangguan tidur apabila bayi terbangun lebih dari 3 kali pada malam hari selama 1 jam lebih.

5.1.2 Kualitas Tidur Bayi Setelah Dilakukan Pijat Bayi

Berdasarkan tabel 4.6 menunjukkan bahwa setelah dilakukan pijat bayi sebagian besar dari responden kualitas tidur bayi menjadi baik sebanyak 20 responden (66,7%). Kuesioner untuk mengukur kualitas tidur bayi sebanyak 15 soal. Menurut peneliti tidur sangat memegang peranan penting dalam meningkatkan daya tahan tubuh bayi, jika tidur bayi ≥ 9 jam maka akan berpengaruh pada tumbuh kembang yang optimal dan kualitas tidur bayi terpenuhi sehingga bayi tidak mudah terbangun pada malam hari.

Menurut Sekartini (2012), kualitas tidur bayi berpengaruh tidak hanya pada perkembangan fisik, juga terhadap perkembangan emosionalnya. Bayi yang tidurnya cukup tanpa terbangun lebih bugur dan tidak gampang rewel pada keesokan harinya.

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa sebagian besar bayi berusia 0 – 3 bulan yaitu sebanyak 16 responden (53,4%). Berdasarkan tabel 4.7 tabulasi silang menunjukkan bahwa sebagian besar kualitas tidur bayi 0 -12 bulan sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi yaitu sebanyak 13 responden (43,3%).

Menurut peneliti bayi berumur 0 – 12 bulan lebih mudah diatur jadwal tidurnya, sehingga bayi kualitas tidurnya baik. Oleh karena itu, kebutuhan tidur pada bayi sesuai usianya perlu mendapat perhatian dari keluarga agar bayi dapat mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal.

Menurut Dewi .A.P, et, al, (2016). Bayi yang baru lahir biasanya memiliki waktu tidur selama 16-20 jam sehari. Memasuki usia 2 bulan bayi mulai lebih banyak tidur malam dibandingkan tidur siang. Di usia 3 bulan bayi akan menghabiskan waktu tidurnya sekitar 15-17 jam sehari dengan pembagian waktu 8 jam untuk tidur di siang hari dan 9 jam untuk waktu tidur di malam hari. Semakin bertambahnya usia bayi, waktu yang dibutuhkan untuk tidur bayi semakin berkurang, tepatnya pada usia bayi 3-6 bulan. Jumlah waktu tidur yang dibutuhkan bayi usia 0-6 bulan berkisar antar 13-15 jam/hari . Tidur tahap III: yaitu tidur yang cukup pulas, rileks, dan tonus otot mulai menurun

5.1.3 Pengaruh pemberian pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi Usia 0 – 12 Bulan

Berdasarkan tabel 4.5 menunjukkan bahwa kualitas tidur bayi usia 0 – 12 bulan sebelum dilakukan pijat bayi sebagian besar kualitas tidur bayi cukup sebanyak 17 responden (56,7%). Berdasarkan tabel 4.6 menunjukkan bahwa setelah dilakukan pijat bayi sebagian besar dari responden kualitas tidur bayi menjadi baik sebanyak 20 responden (66,7%).

Dan berdasarkan analisis yang dilakukan peneliti dengan menggunakan Uji Wilcoxon dengan bantuan program SPSS 22 pada taraf kesalahan 5% dilakukan perhitungan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh antara variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Hasil dari perhitungan p value adalah $0,000 <$

α (0,05). Hasilnya menunjukkan H_1 diterima dan H_0 ditolak yang artinya ada pengaruh pemberian pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 0 – 12 bulan di rumah sakit umum Imelda pekerja Indonesia medan tahun 2020.

Menurut peneliti Mengingat pentingnya waktu tidur untuk pertumbuhan dan perkembangan bagi bayi, maka kebutuhannya harus benar-benar terpenuhi supaya tidak berpengaruh buruk terhadap pertumbuhan dan perkembangannya. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk memenuhi kebutuhan tidur bayi yaitu dengan melakukan pijatan pada bayi. Pijatan yang dilakukan pada bayi dapat membantu meningkatkan kualitas tidur bayi. Pijat bayi merupakan salah satu terapi non farmakologi yang diberikan untuk membantu meningkatkan kualitas tidur pada bayi yaitu dengan cara pijat bayi. Menurut (Riksani dalam Rohmawati, fauziah 2018). Bayi yang dipijat selama kurang lebih 15 menit akan merasa lebih rileks, tidur lebih lelap, perkembangan dan pertumbuhannya juga semakin baik.