

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Jutaan anak balita yang menderita kekurangan gizi pada tahun 2022 di dunia terdapat 148 juta anak balita (22,3 persen) mengalami *stunting*, 45 juta (6,8 persen) balita mengalami kekurangan berat badan, dan 37 juta (5,6 persen) mengalami kelebihan berat badan. Kemajuan telah terlihat dalam balita yang diberikan ASI eksklusif meningkat sekitar 48%, sehingga dapat mendekati target penurunan angka *stunting* pada tahun 2025. Namun, diperlukan upaya lebih terpadu untuk mencapai target penurunan angka *stunting* di tahun 2030.¹

Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2023 dengan data tahun 2022 *stunting* yang ada di Indonesia mengalami penurunan dari 24.4% dari tahun 2021 menjadi 21.6% pada tahun 2022. Namun, pemerintah masih perlu upaya lebih untuk penurunan angka *stunting* sebesar 3,8% per tahun. Pemerintah juga berupaya dengan berbagai program yang ada untuk mencapai target penurunan angka *stunting* sebanyak 14% di tahun 2024.²

Prevalensi balita *stunting* di masing-masing Kabupaten/Kota se-DIY berturut-turut dari yang tertinggi ke terendah berdasarkan SSGI 2022 adalah Gunungkidul pada tahun 2021 menurut data SSGI berjumlah 20,6% dan pada tahun 2022 berjumlah 23,5%, sehingga Gunungkidul mengalami peningkatan dari tahun 2021. Pada Kulon Progo pada tahun 2021 menurut data SSGI berjumlah 14,9 % dan pada tahun 2022 berjumlah 15,8%, sehingga Kulon Progo juga mengalami peningkatan dari tahun 2021. Pada daerah Sleman

mengalami penurunan dari 16,0% pada tahun 2021 menjadi 15% pada tahun 2022. Daerah Bantul mengalami penurunan pada tahun 2021 berjumlah 19,1% dan pada tahun 2022 berjumlah 14,9% dan Kota Yogyakarta pada tahun 2022 berjumlah 13,8% dan pada tahun 2021 berjumlah 19,1%, sehingga mengalami penurunan. Secara absolut terjadi penurunan prevalensi *stunting* di DIY dibanding tahun lalu, akan tetapi perlu menjadi perhatian khusus bagi Kabupaten Gunungkidul dan Kabupaten Kulon Progo yang justru mengalami kenaikan prevalensi *stunting* pada tahun 2022.³

Menurut data Dinkes Kulon Progo tahun 2022 yang memiliki wilayah yang tinggi untuk angka *stunting* adalah Puskesmas Wates dengan jumlah 181 balita yang menderita *stunting* dengan jumlah balita 2599 balita yang terdiri dari 1343 balita Laki-Laki dan 1256 balita Perempuan. Lalu pada Puskesmas Kalibawang terdapat 168 balita *stunting* dan pada wilayah kerja Puskesmas Lendah II terdapat 160 balita *stunting*. Sehingga butuh perhatian khusus untuk penurunan angka *stunting* pada wilayah kerja Puskesmas Wates. Karena jumlah balita *stunting* di wilayah kerja Puskesmas Wates paling tertinggi di Kulon Progo dan di tahun 2023 juga masih banyak balita *stunting*.

Stunting merupakan masalah gizi kronis pada anak balita yang disebabkan oleh kekurangan gizi dalam waktu lama, dan dapat berdampak negatif pada pertumbuhan dan perkembangan anak. *Stunting* terjadi pada anak-anak usia di bawah lima tahun yang disebabkan oleh kekurangan gizi. Keadaan ini semakin parah dengan ketidakseimbangan untuk mengejar pertumbuhan (*catch up growth*) yang memadai. Masalah *stunting* adalah salah satu

permasalahan gizi yang dihadapi di dunia khususnya di negara-negara miskin dan berkembang. *Stunting* menjadi fokus pada permasalahan gizi di pemerintah Indonesia. ⁴

Berbagai upaya dilakukan pemerintah dalam mengatasi *stunting*, mulai dari pemberian makanan tambahan, tablet tambah darah perbaikan sanitasi, pemberian obat cacing. Pemerintah juga mengeluarkan kebijakan Perpres No 42 tahun 2013 dengan melibatkan 13 kementerian untuk mengatasi *stunting*. Program pemerintah tentang pencegahan *stunting* menggunakan kerangka intervensi gizi spesifik dan gizi sensitif dengan kelompok sasaran meliputi calon ibu, ibu yang sedang mengandung, bayi serta balita. Adapun kelompok sasaran utama pada intervensi gizi spesifik adalah bayi dalam masa 1000 HPK. Sedangkan intervensi gizi sensitif merupakan upaya pemerintah meminimalisir kejadian *stunting* melalui program kegiatan diluar aspek kesehatan. ⁵

Direktur Pelayanan Kesehatan Tradisional Kementerian Kesehatan juga menyarankan pada balita *stunting* untuk dilakukan pijat bayi karena dengan dilakukan pemijatan pada balita nutrisi yang masuk pada tubuh akan lebih mudah masuk ke pembuluh darah dan mempermudah untuk mengalir keseluruh tubuh. Pijat bayi merupakan suatu metode sentuhan terapi taktil yang diterapkan pada jaringan lunak yang memberikan banyak manfaat baik bagi anak bayi maupun balita. Pijat bayi di Indonesia sudah dilakukan secara turun-temurun. Manfaat pijat bayi membantu meningkatkan berat badan dan pertumbuhan tubuh, meningkatkan stamina, membantu bayi *rileks*, nyaman dan tidur nyenyak.

Menurut pakar kesehatan, tidur memiliki peran ganda bagi bayi, yaitu kesempatan tubuh beristirahat dan meningkatkan *metabolisme*, yakni proses mengubah makanan menjadi energi yang dibutuhkan anak. Pada masa balita, perkembangan sel saraf belum sempurna, sehingga tidur yang baik dan sehat sangat diperlukan untuk perkembangan saraf, pembentukan sinapsis, dan pelepasan 75% hormon pertumbuhan saat balita tidur. Tidur merupakan salah satu bentuk adaptasi balita terhadap lingkungannya. Segera setelah lahir, balita biasanya tidur selama 16 hingga 20 jam sehari. Pada usia dua bulan, balita akan mulai tidur lebih banyak di malam hari dibandingkan siang hari. Hingga usia tiga bulan, balita tidur sekitar 15 hingga 17 jam, terbagi menjadi 8 jam untuk tidur siang dan 9 jam untuk tidur malam. Seiring pertumbuhan balita, jumlah jam tidurnya juga berkurang. Antara tiga dan enam bulan, jumlah tidur siang berkurang sekitar tiga kali lipat. Total waktu tidur bayi usia 0 hingga 6 bulan berkisar antara 13 hingga 15 jam per hari. ⁶

Banyak faktor yang mempengaruhi kualitas tidur, misalnya faktor lingkungan, penyakit, pengobatan, kelelahan, stres dan pola makan. Kualitas tidur anak pun terpengaruh pada tumbuh kembang anak, karena tidur anak akan menjadi nyenyak maka anaknya juga akan tumbuh dengan baik. Balita aktif dan tumbuh dengan baik punya cukup waktu untuk tidur. Para ahli telah mampu menggunakan ilmu pengetahuan untuk membuktikan apa yang telah diketahui orang sejak lama, bahwa terapi sentuhan dan pijat memiliki banyak manfaat bagi perubahan fisik balita, apalagi jika dilakukan sendiri oleh ibu balita. Banyak rumah sakit berlokasi di Amerika Serikat, Cina, Filipina dan di

Hongkong yang menjadikan pijat bayi bagian dari sistem perawatan kesehatan anak.

Pijat bayi di yakini sebagai salah satu rangsangan sentuhan yang paling kuat membantu meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan anak. Terapi pemijatan bayi yang dilakukan 30 menit per hari dapat mengurangi depresi dan kecemasan. Tidurnya menjadi lebih nyenyak. Perlakuan pijat 15 menit selama 6 minggu pada bayi 1-6 bulan juga lebih baik. Hal ini akan diikuti oleh peningkatan jangka panjang tidur, peningkatan *mood*, penurunan kadar hormon stres dan peningkatan kadar serotonin.

Dari pemaparan data diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh pijat bayi pada kualitas tidur balita *stunting*. Penulis tertarik untuk melakukan pemijatan bayi untuk melihat kualitas tidur balita *stunting*. Balita *stunting* sangat membutuhkan kualitas tidur yang baik untuk pertumbuhan dan perkembangan anak.

B. Rumusan Masalah

Masalah *stunting* adalah salah satu permasalahan gizi yang dihadapi di dunia khususnya di negara-negara berkembang seperti Indonesia. Prevalensi balita *stunting* di masing-masing Kabupaten/Kota se-DIY yang tertinggi berdasarkan SSGI 2022 adalah Gunungkidul dan Kulon Progo. Pada Kulon Progo pada tahun 2021 menurut data SSGI berjumlah 14,9 % dan pada tahun 2022 berjumlah 15,8%, sehingga Kulon Progo juga mengalami peningkatan dari tahun 2021. Menurut data Dinkes Kulon Progo tahun 2022 yang memiliki

wilayah yang tinggi untuk angka *stunting* adalah Puskesmas Wates dengan jumlah 181 balita.

Menurut Direktur Pelayanan Kesehatan Tradisional Kementerian Kesehatan menyarankan pada balita *stunting* untuk dilakukan pijat bayi karena membantu meningkatkan berat badan dan pertumbuhan tubuh, meningkatkan stamina, membantu bayi rileks, nyaman dan tidur nyenyak. Maka yang menjadi rumusan masalah pada penelitian ini adalah “adakah pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur balita *Stunting* di wilayah kerja Puskesmas Wates Tahun 2024?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan kualitas tidur balita *stunting* di wilayah kerja Puskesmas Wates.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui karakteristik balita *stunting* pada kelompok usia, berat badan lahir, Panjang badan lahir dan jenis kelamin balita di Wilayah Kerja Puskesmas Wates.
- b. Untuk mengetahui karakteristik ibu pada usia terakhir saat hamil, usia terakhir saat melahirkan, anemia ibu, IMT ibu, Tinggi badan ibu, Paritas ibu, Jarak antar kehamilan ibu balita *stunting* di Wilayah Kerja Puskesmas Wates.
- c. Mengetahui kualitas tidur balita *stunting* di wilayah kerja Puskesmas Wates sebelum dan sesudah dilakukan perlakuan.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini adalah pada balita *stunting* di wilayah kerja Puskesmas Wates yang membahas tentang pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian dapat dipakai menambah ilmu pengetahuan sebagai dasar dalam melaksanakan asuhan kebidanan pada balita *stunting* terkait pijat bayi dan kualitas tidur balita *stunting*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Puskesmas Wates

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan untuk upaya pencegahan *stunting* dengan pijat bayi.

b. Bagi Bidan Puskesmas Wates

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi upaya pencegahan *stunting* dengan mengikuti pelatihan pijat bayi.

c. Bagi Orang Tua Balita

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan ibu dalam memantau perkembangan balita setelah di pijat terutama pada kualitas tidurnya.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi literatur bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian yang telah dilakukan.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No.	Nama Peneliti dan Tahun	Judul	Metode	Hasil	Persamaan/ Perbedaan
1.	Darah Ifalahma dan Lutfia Rahma Dwi Cahyani Tahun 2019	<i>Effect of Baby Massage on Baby's Sleep Quality</i>	Jenis penelitian ini adalah eksperimen dengan desain penelitian yang digunakan adalah semu / <i>Quasi-Experimental Design</i> . Variabel bebasnya meliputi terapi pijat bayi, variabel terikatnya meliputi kualitas tidur bayi. Penelitian ini dilakukan pada bayi berusia 3-6 bulan di Kecamatan Kadipiro Kabupaten Banjarsari Surakarta. Sampel penelitiannya adalah bayi berusia 3-6 bulan berjumlah 30 dengan teknik pengambilan sampel yaitu <i>purposive sampling</i> , kriteria <i>inklusi</i> bayi usia 3-6 bulan dan kriteria <i>eksklusi</i> bayi sakit. Analisis dilakukan dalam dua tahap. Tahap I yaitu uji normalitas menggunakan metode <i>Kolmogorov Smirnov</i> dan uji homogenitas menggunakan metode uji <i>Levene's</i> . Tahap II Uji Pengaruh yang digunakan adalah <i>Two Way Anova</i> .	Terdapat interaksi yang signifikan antara durasi dan frekuensi pemijatan terhadap kualitas tidur bayi. Pijat bayi yang semakin sering dan lama, dapat meningkatkan kualitas tidur bayi menjadi lebih baik.	Persamaan: Desain Penelitian, teknik pengambilan sampel dan Salah satu topik penelitian. Perbedaan: Karakteristik, responden, kuisisioner, sampel

No.	Nama Peneliti dan Tahun	Judul	Desain Penelitian	Hasil	Persamaan/ Perbedaan
2.	Nurry Ayuningtyas Kusumastuti, Didik Tamtomo, Harsono Salimo Tahun 2016	<i>Effect of Massage on Sleep Quality and Motor Development in Infant Aged 3-6 Months</i>	Penelitian ini merupakan uji coba terkontrol secara acak yang dilakukan di Magelang Jawa Tengah, pada tanggal 1 Agustus hingga 16 September 2016. Populasi penelitian seluruh bayi 3-6 bulan di Puskesmas Magelang Pusat berjumlah 145 orang dalam keadaan sehat dan tidak cacat bawaan. Sebanyak 60 bayi di <i>Azza Momby Spa</i> di Magelang dipilih untuk penelitian ini secara <i>simple random sampling</i> . Sampel di kelompokkan ke dalam kelompok pijat ($n_1=30$) dan kelompok kontrol ($n_2=30$). Variabel bebasnya adalah pijat bayi. Variabel terikatnya adalah kualitas tidur, perkembangan motorik kasar dan halus. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner <i>BISQ</i> . Perbedaan variabel terikat antara kedua kelompok diuji dengan <i>Mann-Whitney</i> .	Pijat efektif meningkatkan kualitas tidur, perkembangan motorik kasar dan halus, pada bayi usia 3-6 bulan.	<p>Persamaan:</p> <p>Salah satu topik penelitian, Menggunakan Kuisisioner <i>BISQ</i></p> <p>Perbedaan:</p> <p>Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan <i>purposive sampling</i></p>

No.	Nama Peneliti dan Tahun	Judul	Desain Penelitian	Hasil	Persamaan/ Perbedaan
3.	Sudarmi dkk, Tahun 2020	<i>Influence of baby massage stimulation on the improvement of nutritional status, IGF-1, and cortisol level on undernourished infant</i>	Penelitian ini dilakukan dengan model <i>quasi experimental</i> dengan rancangan <i>randomized pre-test and post-test control design</i> dengan rancangan kelompok eksperimen yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Penelitian dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Kota Mataram, Nusa Tenggara Barat dengan kriteria <i>inklusi</i> yaitu bayi kurang gizi usia 6 sampai 12 bulan dalam keadaan sehat dan ibu atau keluarga bersedia mengikuti penelitian. Kriteria <i>eksklusi</i> pada penelitian ini adalah bayi dengan kelainan kongenital dan bayi dengan riwayat prematuritas, serta berat badan lahir rendah. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 48 orang (masing-masing kelompok 24 orang). Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik pengacakan di sekitar wilayah kerja Puskesmas Kota Mataram.	Stimulasi pijat bayi meningkatkan berat badan, kadar <i>IGF-1</i> , dan menurunkan kortisol pada bayi gizi kurang usia 6-24 bulan.	Persamaan: Model Desain, Salah satu topik penelitian. Perbedaan: Karateristik responden, kiuisoner