Efektifitas perawatan metode kanguru terhadap kualitas tidur bayi berat badan normal (studi kasus)

Oktaliana, Rilyani*

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati
Korespondensi penulis: Rilyani. *Email: bunda_agungbana@yahoo.com

Abstract

Background: Infancy is a golden period for children's growth and development so it needs special attention. One of the factors that influences a baby's growth and development is sleep and rest. Sleeping soundly is very important for a baby's growth, because during sleep the baby's brain growth reaches its peak. Apart from that, when the baby sleeps, the baby's body produces three times more growth hormone when the baby is sleeping than when the baby is awake. The quality and quantity of a baby's sleep greatly influences the baby's growth. A sleeping baby will experience activation of the regeneration of body cells and brain development, therefore the quality of the baby's sleep needs to be maintained. Babies who sleep enough without frequently waking up are fitter and less fussy the next day. Sleep has a big effect on mental, emotional and physical health, as well as the body's immune system. Considering the importance of sleep time in a baby's development, their sleep needs must be fully met so that it does not have a negative effect on their development.
Purpose: To determine nursing care for sleep quality problems in babies with normal weight using the kangaroo method in Giliharjo Village, Merbau Mataram District, South Lampung Regency in 2022.
Method: This research uses an approach to writing case studies focusing on case studies of nursing care on the problem of sleep quality of babies with normal weight, namely kangaroo method care in Giliharjo Village, Merbau Mataram District, South Lampung Regency in 2022. The subjects in this study were 3 patients managed by used in this case study were babies with problems getting enough sleep to meet the criteria.
Results: Diagnosis and intervention from the results of the assessment carried out on An. I, An. And. S found a disturbed resting pattern. During the study, it was found that An. I, An. And. S with the problem of lack of sleep, namely less than 12 hours. P (Provocate) or the cause of lack of sleep time is because the baby is fussy, Q (Quality) is the perceived quality in the form of inadequate sleep duration and fussiness at night, R (Region) rest pattern disturbance occurs if the baby starts to fuss at night, S (Severety) the perceived severity can be measured by the baby's sleep hours, namely 10, 11 hours in An. I, An. And. S (Time) The time that feels worse is when sleeping at night.
Conclusion: Based on the results of an evaluation carried out over three days, it shows that there is a change in the baby's sleep time, namely that initially the sleep duration was only 10-11 hours, but after being given the kangaroo method of care, it increased to between 14-14.5 hours with a difference of 3.5-4 hours.
Suggestion: Future research should use a larger sample size. The kangaroo method of treatment should be carried out by parents, both father and mother, which can be done equally between one baby and another. Further research can be carried out by assessing the quality of the baby's sleep, not just the quantity.

Keywords: Baby Sleep Quality; Kangaroo Method Treatment; Normal Body Weight.

Pendahuluan: Masa bayi merupakan masa emas untuk pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga perlu mendapatkan perhatian khusus. Salah satu faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang bayi adalah tidur dan istirahat. Tidur nyenyak sangat penting bagi pertumbuhan bayi, karena saat tidur pertumbuhan otak bayi mencapai puncaknya. Selain itu pada saat tidur tubuh bayi memproduksi hormon pertumbuhan tiga kali lebih banyak pada saat bayi tidur dibandingkan ketika bayi terbangun. Kualitas dan kuantitas tidur bayi sangat berpengaruh pada pertumbuhan bayi, bayi yang tidur akan mengalami aktivasi regenerasi sel-sel tubuh dan perkembangan otak, oleh karena itu kualitas tidur bayi perlu dijaga. Bayi yang tidur cukup tanpa sering terbangun, lebih bugar dan tidak rewel pada keesokan harinya. Tidur mempunyai efek yang besar terhadap kesehatan mental, emosi dan fisik, serta sistem kekebalan imunitas tubuh. Mengingat akan pentingnya waktu tidur pada perkembangan bayi maka kebutuhan tidurnya harus benar-benar terpenuhi agar tidak berpengaruh buruk terhadap perkembangannya.

Tujuan: Untuk mengetahui asuhan keperawatan pada masalah kualitas tidur bayi dengan berat badan normal dengan metode kanguru di Desa Giliharjo Kecamatanmerbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2022.
Metode: Penelitian ini menggunakan pendekatan pada penulisan studi kasus berfokus pada studi kasus asuhan keperawatan pada masalah kualitas tidur bayi dengan berat badan normal yakni perawatan metode kanguru di Desa Giliharjo Kecamatan Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2022. Subyek pada penelitian ini yaitu sebanyak 3 pasien terkelola yang digunakan dalam studi kasus ini adalah bayi dengan masalah pemenuhan istirahat tidur yang memenuhi kriteria.
Hasil: Diagnosa dan intervensi dari hasil pengkajian yang dilakukan pada An. I, An. D, An. S didapatkan gangguan pola istrahat. Saat pengkajian didapatkan pada An. I, An. D, An. S dengan masalah kurangnya waktu tidur yaitu kurang dari 12 jam. P (*Provocate*) atau penyebab kurangnya waktu tidur disebabkan karena bayi rewel, Q (*Quality*) kualitas yang dirasakan berupa durasi tidur yang tidak adekuat dan rewel pada malam hari, R (*Region*) gangguan pola istirahat terjadi apabila bayi mulai rewel dimalam hari, S (*Severety*) keparahan yang dirasakan dapat diukur dengan jam tidur bayi yaitu 10, 11 jam pada An. I, An. D, An. S (*Time*) waktu yang dirasakan memperberat adalah saat tidur dimalam hari.
Simpulan: Berdasarkan hasil evaluasi yang dilakukan selama tiga hari menunjukkan adanya perubahan waktu tidur bayi yaitu semula durasi tidur hanya sebanyak 10-11 jam namun setelah pemberian perawatan metode kanguru mengalami peningkatan antara 14-14.5 jam dengan selisih kenaikan 3.5- 4 jam.
Saran: Penelitian selanjutnya sebaiknya menggunakan sampel dengan jumlah yang lebih besar. Pemberian perlakuan metode kanguru hendaknya dilakukan oleh orangtua baik ayah ataupun ibu yang dilakukan dapat sama antara bayi yang satu dengan yang lainnya. Penelitian selanjutnya dapat dilakukan dengan menilai kualitas tidur bayi bukan hanya kuantitas saja.

Kata kunci: Berat Badan Normal; Kualitas Tidur Bayi; Perawatan Metode Kanguru.

PENDAHULUAN

Masa bayi merupakan masa emas untuk pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga perlu mendapatkan perhatian khusus. Salah satu faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang bayi adalah tidur dan istirahat. Tidur nyenyak sangat penting bagi pertumbuhan bayi, karena saat tidur pertumbuhan otak bayi mencapai puncaknya. Selain itu pada saat tidur tubuh bayi memproduksi hormon pertumbuhan tiga kali lebih banyak pada saat bayi tidur dibandingkan ketika bayi terbangun (Pratiwi, 2021; Aprianti, Nababan, Panjaitan, & Bali, 2023).

Kualitas dan kuantitas tidur bayi sangat berpengaruh pada pertumbuhan bayi, bayi yang tidur akan mengalami aktivasi regenerasi sel-sel tubuh dan perkembangan otak, oleh karena itu kualitas tidur bayi perlu dijaga (Muawanah, Zaimsyah, & Relida, 2019). Bayi yang tidur cukup tanpa sering terbangun, lebih bugar dan tidak rewel pada keesokan harinya. Tidur mempunyai efek yang besar terhadap kesehatan mental, emosi dan fisik, serta sistem kekebalan imunitas tubuh (Mutyah, & Anggraeni, 2017). Mengingat akan pentingnya waktu tidur pada perkembangan bayi maka kebutuhan tidurnya harus benar-benar terpenuhi agar tidak berpengaruh buruk terhadap perkembangannya (Candraini, & Fitriana, 2019).

Apabila bayi mengalami kurang tidur akan mengakibatkan penurunan kekebalan tubuh, gangguan pertumbuhan, perkembangan fisik dan mempunyai dampak terhadap tumbuh kembang otak bayi, terutama kemampuan berpikirnya ketika dewasa. Hal ini dikarenakan sebagian besar hormon pertumbuhan bekerja ketika dalam keadaan tidur. Tidur dengan kuantitas dan kualitas yang baik akan banyak membantu perkembangan bayi. (Aini, 2017).

Bayi yang mempunyai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal akan mampu mengontrol stimulus yang datang padanya dengan merubah berbagai status bangun-tidurnya (Sukmawati, & Imanah, 2020). Sebagian besar bayi mengalami status tidur aktif dimana bayi tidak tidur dengan nyenyak (Friantary, Afriani, & Nopitasari, 2020). Pada tahap ini pertumbuhan dan perkembangan kurang optimal dibandingkan dengan bayi aterm yang mampu menghabiskan sebagian besar waktunya dengan tidur tenang.

Oktaliana, Rilyani*

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati
Korespondensi penulis: Rilyani. *Email: bunda_agungbana@yahoo.com

Tidur tenang merupakan fase tidur yang mampu memberikan fasilitasi pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Oleh karenanya berbagai metode untuk memfasilitasi fase tidur bagi bayi merupakan hal yang penting (Fatmawati, & Meliati, 2019).

Beberapa alasan dan motivasi ibu melakukan PMK (Perawatan Metode Kanguru) diantaranya, dengan perawatan metode kanguru bayi akan mendapatkan kehangatan sehingga tidak perlu incubator terus-menerus (Wahyuningsih, Ratnasari, Kuraesin, Natalya, Hasanah, Wahyuni, & Ariyani, 2021). Dengan dilakukan perawatan metode kanguru, bayi akan meningkat berat badannya, selain itu untuk mempertahankan keselamatan dan kelangsungan hidup bayinya (Wahyuni, & Parendrawati, 2013).

Perawatan metode kanguru mampu meningkatkan berat badan bayi, peningkatan suhu tubuh, pernafasan bayi lebih stabil. Karena bayi dalam kondisi yang nyaman, posisi istirahat yang tenang sehingga bayi tidur dalam waktu yang lama dan tidak gelisah (Sumiyati, Wahyuningsih, & Lusiana, 2020).

Berdasarkan penelitian tentang pengaruh konseling terhadap motivasi ibu melakukan perawatan metode kangguru pada bayi berat badan lahir rendah (Kusnasetia, & Rini, 2016). Hasil ini didapatkan terdapat pengaruh tentang identifikasi pengaruh perawatan metode kanguru terhadap kecemasan ibu dan status bangun tidur pada BBLR. Hasil yang didapat diharapkan mampu menjadi dasar yang memperkuat peneliti melakukan penelitian.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan pada penulisan studi kasus berfokus pada studi kasus asuhan keperawatan pada masalah kualitas tidur bayi dengan berat badan normal yakni perawatan metode kanguru di Desa Giliharjo Kecamatan Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2022.

Subyek pada penelitian ini yaitu sebanyak 3 pasien kelolaan yang digunakan dalam studi kasus ini adalah bayi dengan masalah pemenuhan istirahat tidur yang memenuhi kriteria. Kriteria sampel dalam penelitian ini sebagai subyek asuhan keperawatan yakni, bayi rewel dan sulit tidur, ibu bersalin normal, Ibu bersedia dijadikan sampel, dan menerima asuhan keperawatan oleh peneliti. Teknik pengumpulan data secara wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, pemberian terapi, dan evaluasi.

Pada penelitian ini menggunakan instrumen kuesioner identifikasi aspek kognitif dari fungsi mental dengan menggunakan MMSE (Mini Mental Status Exam). Orientasi, mengingat kembali, kalkulasi, perhatian, registrasi dan bahasa. Penyusunan studi kasus berdasarkan etika penelitian yang terdiri atas, informed consent (persetujuan menjadi klien), anonimity (tanpa nama), confidentiality (kerahasiaan), beneficience (berbuat baik), nonmaleficeincy (tidak merugikan), veracity (kejujuran), justice (keadilan), dan fidely (menepati janji).

HASIL

Berdasarkan kasus 1 hasil dari pengkajian yang dilakukan pada An. I, An. D, An. S didapatkan gangguan pola istrahat. Saat pengkajian didapatkan pada An. I, An. D, An. S dengan masalah kurangnya waktu tidur yaitu kurang dari 12 jam. P (*Provocate*) atau penyebab kurangnya waktu tidur disebabkan karena bayi rewel, Q (*Quality*) kualitas yang dirasakan berupa durasi tidur yang tidak adekuat dan rewel pada malam hari, R (*Region*) gangguan pola istirahat terjadi apabila bayi mulai rewel dimalam hari, S (*Severety*) keparahan yang dirasakan dapat diukur dengan jam tidur bayi yaitu 10, 11 jam pada An. I, An. D, An. S (*Time*) waktu yang dirasakan memperberat adalah saat tidur dimalam hari.

Hasil yang didapat dari kasus 2 berdasarkan pengkajian yang dilakukan pada An. I, An. D, An. S didapatkan gangguan pola istrahat. Saat pengkajian didapatkan pada An. I, An. D, An. S dengan masalah kurangnya waktu tidur yaitu kurang dari 12 jam. P (*Provocate*) atau penyebab kurangnya waktu tidur disebabkan karena bayi rewel, Q (*Quality*) kualitas yang dirasakan berupa durasi tidur yang tidak adekuat dan rewel pada malam hari, R (*Region*) gangguan pola istirahat terjadi apabila bayi mulai rewel dimalam hari, S (*Severety*) keparahan yang dirasakan dapat diukur dengan jam tidur bayi yaitu 10, 11 jam pada An. I, An. D, An. S (*Time*) waktu yang dirasakan memperberat adalah saat tidur dimalam hari.

Diagnosa dan intervensi dari hasil pengkajian yang dilakukan pada An. I, An. D, An. S didapatkan gangguan pola istrahat. Saat pengkajian didapatkan

Oktaliana, Rilyani*

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati
Korespondensi penulis: Rilyani. *Email: bunda_agungbana@yahoo.com

pada An. I, An. D, An. S dengan masalah kurangnya waktu tidur yaitu kurang dari 12 jam. P (*Provocate*) atau penyebab kurangnya waktu tidur disebabkan karena bayi rewel, Q (*Quality*) kualitas yang dirasakan berupa durasi tidur yang tidak adekuat dan rewel pada malam hari, R (*Region*) gangguan pola istirahat terjadi apabila bayi mulai rewel dimalam hari, S (*Severety*) keparahan yang dirasakan dapat diukur dengan jam tidur bayi yaitu 10, 11 jam pada An. I, An. D, An. S (*Time*) waktu yang dirasakan memperberat adalah saat tidur dimalam hari.

Implementasi kasus

Pelaksanaan tindakan pada kasus 1 yang perawat lakukan berdasarkan pada rencana keperawatan dari hasil kesepakatan yang di susun bersama klien. Pada ibu An. I, dapatkan diagnosa keperawatan yaitu: Gangguan pola tidur bd halangan lingkungan (mis., bising, pencahayaan, suhu/kelembapan, lingkungan yang tidak dikenal).

Tindakan melakukan metode kanguru pada asuhan keperawatan ini dilakukan sebanyak 3 kali perlakuan yang diadobsi dari penelitian terdahulu yang berjudul efek perawatan kanguru pada tidur dan keadaan bangun bayi prematur (Bastani, Rajai, Farsi, & Als, 2017). Berdasarkan hasil riview jurnal tersebut menunjukkan intervensi berlangsung selama 70 menit. Pada fase pasca intervensi, bayi dikembalikan ke inkubator dan ditempatkan dalam posisi terlentang selama 20 menit.

Pengamat mencatat status bayi selama tiga fase penelitianPelaksanaan tindakan keperawatan pada ibu An. I, adalah melakukan demonstrasi cara melakulan metode kanguru pada hari selama 3 hari di desa Gili harjo. Saat melakukan implementasi, perawat dalam melakkan perencanaan yang baik, dikarnakan adanya kerjasama yang baik dengan klien, dan di dukung dengan klien yang ingin bertanya, sehingga pelaksanaan tindakan tapat terlaksana dengan baik

Selanjutnya pelaksanaan tindakan pada kasus 2 yang perawat lakukan berdasarkan pada rencana keperawatan dari hasil kesepakatan yang di susun bersama klien. Pada ibu An. D, dapatkan diagnosa keperawatan yaitu: Gangguan pola tidur bd halangan lingkungan (mis, bising, pencahayaan, suhu/kelembapan, lingkungan yang tidak dikenal).

Tindakan melakukan metode kanguru pada asuhan keperawatan ini dilakukan sebanyak 3 kali perlakuan yang diadobsi penelitian terdahulu yang berjudul efek perawatan kanguru pada tidur dan keadaan bangun bayi prematur (Bastani et al., 2017). Berdasarkan hasil riview jurnal tersebut menunjukkan intervensi berlangsung selama 70 menit. Pada fase pasca intervensi, bayi dikembalikan ke inkubator dan ditempatkan dalam posisi terlentang selama 20 menit. Pengamat mencatat status bayi selama tiga fase penelitianPelaksanaan tindakan keperawatan pada ibu An. D, adalah melakukan demonstrasi cara melakulan metode kanguru pada hari selama 3 hari di desa Gili harjo. Saat melakukan implementasi, perawat dalam melakkan perencanaan yang baik, dikarnakan adanya kerjasama yang baik dengan klien, dan di dukung dengan klien yang ingin bertanya, sehingga pelaksanaan tindakan tapat terlaksana dengan baik

PEMBAHASAN

Analisis Pengkajian

Dari hasil pengkajian yang dilakukan pada An. I, An. D, An. S didapatkan gangguan pola istrahat. Saat pengkajian didapatkan pada An. I, An. D, An. S dengan masalah kurangnya waktu tidur yaitu kurang dari 12 jam. P (*Provocate*) atau penyebab kurangnya waktu tidur disebabkan karena bayi rewel, Q (*Quality*) kualitas yang dirasakan berupa durasi tidur yang tidak adekuat dan rewel pada malam hari, R (*Region*) gangguan pola istirahat terjadi apabila bayi mulai rewel dimalam hari, S (*Severety*) keparahan yang dirasakan dapat diukur dengan jam tidur bayi yaitu 10, 11 jam pada An. I, An. D, An. S (*Time*) waktu yang dirasakan memperberat adalah saat tidur dimalam hari.

Kualitas tidur adalah suatu keadaan tidur yang dijalani seorang individu menghasilkan kesegaran dan kebugaran saat terbangun. Kualitas tidur mencakup aspek kuantitatif dari tidur, seperti durasi tidur, latensi tidur serta aspek subjektif dari tidur. Kualitas tidur adalah kemampuan setiap orang untuk mempertahankan keadaan tidur dan untuk mendapatkan tahap tidur REM dan NREM yang baik/ nyenyak (Matur, Simon, & Ndorang, 2021).

Perkembangan tidur bayi yang berkaitan dengan maturitas otak dan umur untuk jumlah total tidur yang diperlukan berkurang maka diikuti dengan penurunan proporsi *rapid eyes movement* dan *nonrapid eyes movement*, dan momen tidur pada bayi harus diupayakan seoptimal mungkin karena

Oktaliana, Rilyani*

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati
Korespondensi penulis: Rilyani. *Email: bunda_agungbana@yahoo.com

pertumbuhan dan perkembangan sel-sel terjadi pada saat bayi tertidur sehingga dari itu kebutuhan tidur bayi harus benar- benar terpenuhi. Bayi yang tidur cukup tanpa sering terbangun, lebih bugar dan tidak gampang rewel keesokan harinya. Tidur mempunyai efek yang besar terhadap kesehatan mental, emosi dan fisik serta sistem imunitas tubuh (Yulianingsih, & Rasyid, 2019).

Diagnosa Keperawatan

Setelah proses pengumpulan data, dan analisa data sesuai dengan masalah yang ditentukan, maka penulis merumuskan diagnosa keperawatan berdasarkan data-data tersebut. Dari hasil analisa data maka di dapatkan diagnosa keperawatan yaitu gangguan pola tidur akibat halangan lingkungan (bising, pencahayaan, suhu/kelembapan, lingkungan yang tidak dikenal).

Gangguan kualitas tidur pada anak dapat berdampak buruk bagi perkembangan fisik dan kognitifnya yang menjadi indikator perkembangan kesehatannya terutama kemampuan berfikir ketika dewasa. Tidur yang efektif pada bayi dapat mengarahkan perkembangan otak awal kehidupan. Pada saat itu otak mengembangkan sinapsis sebagai suatu koneksi penting yang memungkinkan manusia untuk bisa belajar, bergerak serta mengembangkan berbagai macam keterampilan yang baru (Putrianingsih, Haniyah, & Ma'rifah, 2021).

Menurut pendapat penulis diagnosa keperawatan memberikan dasar-dasar pemilihan intervensi untuk mencapai hasil yang menjadi tanggung gugat perawat. Adapun persyaratan dari diagnosa keperawatan adalah perumusan harus jelas dan singkat dari respons klien terhadap situasi atau keadaan yang dihadapi, spesifik dan akurat, memberikan arahan pada asuhan keperawatan, dapat dilaksanakan oleh perawat dan mencerminkan keadaan kesehatan klien.

Implementasi

Pelaksanaan tindakan yang perawat lakukan berdasarkan pada rencana keperawatan dari hasil kesepakatan yang di susun bersama klien. Pada ibu An. I, An. D, An. S dapatkan diagnosa keperawatan yaitu gangguan pola tidur akibat halangan lingkungan (bising, pencahayaan suhu/kelembapan, lingkungan yang tidak dikenal). Tindakan melakukan metode kanguru pada asuhan keperawatan ini dilakukan sebanyak 3 kali. Hasil penelitian lain menunjukkan intervensi berlangsung selama 70 menit. Pada fase pasca intervensi, bayi dikembalikan ke inkubator dan ditempatkan dalam posisi terlentang selama 20 menit. Pengamat mencatat status bayi selama tiga fase penelitian (Bastani et al., 2017).

Pelaksanaan tindakan keperawatan pada ibu An. I, An. D, An. S adalah melakukan demonstrasi cara melakukan metode kanguru pada hari selama 3 hari di desa Gili harjo. Saat melakukan implementasi, perawat dalam melakukan perencanaan yang baik, dikarenakan adanya kerjasama yang baik dengan klien, dan di dukung dengan klien yang ingin bertanya, sehingga pelaksanaan tindakan tepat terlaksana dengan baik.

Evaluasi

Dilihat evaluasi hari terakhir pengukuran durasi tidur ada ke tiga pasien kelolaan, pada pengukuran sebelum diberikan perawatan metode kanguru didapat durasi tidur sebanyak 10-11 jam sedangkan setelah diberikan perawatan metode kanguru didapat mengalami peningkatan antara 14-14.5 jam dengan selisih kenaikan 3.5-4 jam selama 3 hari pemberian intervensi.

Perubahan tidur bayi tidak hanya berdasarkan durasi tidurnya, akan tetapi dapat dilihat dari indikator kualitas tidurnya, seperti bayi tidak rewwel, tidak sering terbangun tengah malam, tidak menangis jika terbangun dan tertidur kembali tanpa menunjukan tanda-tanda rewel.

Sesuai dengan teori perawatan bayi dengan metode kangguru (PMK) merupakan salah satu metode perawatan non invasi yang memberikan keuntungan baik bagi bayi maupun ibunya. PMK memfasilitasi interaksi yang dekat antara bayi dengan orang tuanya (Friedrich, Wilhelm, Mölle, Born, & Friederici, 2017). PMK mempunyai efek signifikan pada temperatur payudara ibu, namun PMK secara statistik tidak menunjukkan efek signifikan dalam mempengaruhi penurunan kadar kortisol atau hormon stress ibu (Nurhasanah, & Wiwin, 2020).

Sejalan dengan hasil penelitian terdahulu menunjukkan kecemasan ibu diukur dengan PSS, NICU dan status bangun tidur dengan modifikasi skala brazelton. Analisa statistik dengan Wilcoxon Sign Rank Test menunjukkan nilai p= 0.000 dan hasil uji Friedman nilai p= 0.000. PMK mempunyai

Oktaliana, Rilyani*

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati
Korespondensi penulis: Rilyani. *Email: bunda_agungbana@yahoo.com

pengaruh signifikan terhadap perubahan kecemasan ibu dan status bangun-tidur BBLR (Fatmawati, & Meliati, 2019).

Menurut peneliti, pemberian intervensi pada bayi normal akan mempunyai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal mampu mengontrol stimulus yang datang padanya dengan merubah berbagai status bangun tidurnya. Sebagian besar bayi mengalami status tidur aktif dimana bayi tidak tidur dengan nyenyak pada tahap ini pertumbuhan dan perkembangan kurang optimal dibandingkan dengan bayi aterm yang mampu menghabiskan sebagian besar waktunya dengan tidur tenang. Tidur tenang merupakan fase tidur yang mampu memberikan fasilitasi pertumbuhan dan perkembangan yang optimal (Humaira, & Rifdi, 2019).

Peneliti berpendapat dengan penerapan metode kanguru, ikatan kasih sayang antara ibu dan bayi dapat meningkat sehingga ibu akan lebih memperhatikan kebutuhan bayinya. Bayi juga akan merasa nyaman karena posisi ini menyerupai posisi dalam rahim sehingga bayi menjadi rileks sehingga pada keadaan yang rileks tersebut bayi dapat tidur dengan waktu yang cukup lama dan berkualitas.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil evaluasi yang dilakukan selama tiga hari menunjukkan adanya perubahan waktu tidur bayi yaitu semula durasi tidur hanya sebanyak 10-11 jam namun setelah pemberian perawatan metode kanguru mengalami peningkatan antara 14-14.5 jam dengan selisih kenaikan 3.5- 4 jam.

SARAN

Penelitian selanjutnya sebaiknya menggunakan sampel dengan jumlah yang lebih besar. Pemberian perlakuan metode kanguru hendaknya dilakukan oleh orangtua baik ayah ataupun ibu yang dilakukan dapat sama antara bayi yang satu dengan yang lainnya. Penelitian selanjutnya dapat dilakukan dengan menilai kualitas tidur bayi bukan hanya kuantitas saja.

DAFTAR PUSTAKA

Aini, I. (2017). *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Pola Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Di RS Roemani Semarang* (Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Semarang).

Aprianti, L., Nababan, T., Panjaitan, H. A., & Bali, R. Y. (2023). Hubungan Menggendong Posisi M-Shape Terhadap Bounding Attachment dan Kualitas Tidur Pada Bayi Berusia 3-6 Bulan di Posyandu Cemara III Desa Rahuning Tahun 2023. *Jurnal Ners*, *7*(1), 804-810.

Bastani, F., Rajai, N., Farsi, Z., & Als, H. (2017). The effects of kangaroo care on the sleep and wake states of preterm infants. *Journal of Nursing Research*, *25*(3), 231-239.

Candraini, E. T., & Fitriana, L. B. (2019). Perbedaan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan yang Dilakukan Baby Spa dan Tidak Dilakukan Baby Spa. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, *2*(2), 59-68.

Fatmawati, R. A., & Meliati, L. (2019). Efektifitas Perawatan Metode Kanguru Terhadap Kualitas Tidur Pada Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) Di RSUD Provinsi NTB Tahun 2017. *Jurnal Midwifery Update (MU)*, *1*(1), 72-79.

Friantary, H., Afriani, Z. L., & Nopitasari, Y. (2020). The implementation of indonesian language learning for dyslexic in children at elementary schools in Bengkulu. *Linguists: Journal Of Linguistics and Language Teaching*, *6*(2), 23-29.

Friedrich, M., Wilhelm, I., Mölle, M., Born, J., & Friederici, A. D. (2017). The sleeping infant brain anticipates development. *Current Biology*, *27*(15), 2374-2380.

Humaira, B., & Rifdi, F. (2019). Analisis Kecemasan Ibu Dengan Perawatan Bayi Bblr Di Rumah Sakitdr Ahmad Muchtar Bukittinggi Tahun 2018. *Maternal Child Health Care Journal*, *1*(2), 76-84.

Kusnasetia, S., & Rini, R. (2016). Pengaruh Konseling Terhadap Motivasi Ibu Melakukan Perawatan Metode Kangguru Pada Bayi Berat Badan Lahir Rendah. *KEMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, *11*(2), 270-275.

Oktaliana, Rilyani*

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati
Korespondensi penulis: Rilyani. *Email: bunda_agungbana@yahoo.com

Matur, Y. P., Simon, M. G., & Ndorang, T. A. (2021). Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja SMA Negeri Di Kota Ruteng. *Wawasan Kesehatan*, *6*(2), 55-66.

Muawanah, S., Zaimsyah, F. R., & Relida, N. (2019). Efek Pemberian Massage Bayi dapat Meningkatkan Kualitas Tidur Bayi Normal Usia 0–6 Bulan Di Posyandu Permata Hati. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*, *2*(2), 125-131.

Mutyah, D., & Anggraeni, D. (2017). Pengaruh Pemberian Pijat Bayi Terhadap Kualitas Dan Kuantitas Tidur Pada Bayi Usia 6-12 Bulan Di Masyarakat Pesisir Surabaya. *Prosiding HEFA (Health Events for All)*, *1*(1).

Nurhasanah, D., & Wiwin A, N. W. (2020). Pengaruh Terapi Musik Lullaby Terhadap Peningkatan Berat Badan dan Kestabilan Respirasi pada Bayi Prematur di Ruang Neonatal Intensive Care Unit: Literatur Riview.

Pratiwi, I. G. (2021). Pengaruh Buku Saku Pijat Bayi Terhadap Keterampilan Ibu Dan Kualitas Tidur Bayi Umur 3-6 Bulan. *Jurnal Kebidanan*, *10*(2), 111-115.

Putrianingsih, W., Haniyah, S., & Ma'rifah, A. R. (2021, November). Hubungan Tingkat Nyeri Dismenore dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswi Keperawatan Semester IV Fakultas Kesehatan Universitas Harapan Bangsa. In *Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat* (pp. 711-716).

Sukmawati, E., & Imanah, N. D. N. (2020). Efektivitas Pijat Bayi terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Bayi. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad*, *13*(1), 11-17.

Sumiyati, S., Wahyuningsih, T., & Lusiana, A. (2020). Perawatan Metode Kanguru Pada Bayi Berat Lahir Rendah. *Jurnal Sains Kebidanan*, *2*(2), 26-29.

Wahyuni, S., & Parendrawati, D. P. (2013). Pengalaman ibu dalam melakukan perawatan metode kanguru. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, *1*(3).

Wahyuningsih, I. P., Ratnasari, F., Kuraesin, I., Natalya, K., Hasanah, N., Wahyuni, E. S., & Ariyani, D. (2021). Perawatan Metode Kanguru Pada Bayi Berat Badan Lahir Rendah. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, *4*(6), 1428-1433.

Yulianingsih, E., & Rasyid, P. S. (2019). Pijat Bayi Berpengaruh Terhadap Kuantitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan. *JIDAN (Jurnal Ilmiah Bidan)*, *7*(1), 20-28.

Oktaliana, Rilyani*

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati
Korespondensi penulis: Rilyani. *Email: bunda_agungbana@yahoo.com