



## Terapi pijat sebagai intervensi keperawatan untuk meningkatkan kualitas tidur pada bayi dengan diagnosis medis *tuberculosis*: case report

*Massage therapy as a nursing intervention to improve sleep quality in infants with a medical diagnosis of Tuberculosis: case report*

**Zulia Putri Perdani, Mardika Dwi Setiyani**

Program Studi Sarjana Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Tangerang

### **ABSTRACT**

*Babies who are treated with a diagnosis of tuberculosis (TB) can cause several nursing problems such as respiratory problems, lethargy and sleep disorders. Massage therapy is a form of nursing intervention that can improve sleep quality. The purpose of this study is to inform the effectiveness of massage therapy in tuberculosis infants who were treated with problems with sleep disturbances. This research was a case report. The sampling technique was purposive sampling, and there were 3 babies as a sample. The three babies were babies who have tuberculosis and sleep disorders. The three babies were given massage therapy for 4 days for 15 minutes, and it was done twice a day. Sleep quality was measured before and after massage therapy using the A Brief Screening Questionnaire For Infant Sleep Problems (BISQ) questionnaire. The results showed that there were an increase in the total score of sleep quality in the three infants, from a total score of 6 to 14, from a total score of 8 to 13 and from a total score of 6 to 13. The improvement in sleep quality included more hours of sleep, less frequent waking, less fuss, and when wake up baby looks fresh. The conclusion of this study is massage therapy can improve sleep quality in tuberculosis infants who have sleep disorders.*

**Keywords:** *Baby massage; sleep quality; tuberculosis*

### **ABSTRAK**

Bayi yang dirawat dengan diagnosis *tuberculosis* (TB) menimbulkan beberapa masalah keperawatan seperti gangguan pernafasan, letargi dan gangguan tidur. Terapi pijat merupakan salah satu bentuk intervensi keperawatan yang dapat meningkatkan kualitas tidur. Tujuan penelitian ini untuk menginformasikan efektivitas terapi pijat pada bayi *tuberculosis* yang dirawat dengan permasalahan gangguan pola tidur. Penelitian ini berjenis *case report* atau pelaporan kasus. Teknik sampling dilakukan dengan *purposive sampling* dan didapatkan 3 bayi. Tiga bayi tersebut adalah bayi yang mengalami *tuberculosis* dan gangguan tidur. Tiga bayi tersebut diberikan terapi pijat selama 4 hari selama 15 menit yang dilakukan 2 kali sehari. Kualitas tidur diukur sebelum dan setelah terapi pijat dengan menggunakan kuesioner *A Brief Screening Questionnaire For Infant Sleep Problems* (BISQ). Hasilnya menunjukkan adanya peningkatan skor total kualitas tidur pada ketiga bayi tersebut yaitu dari total skor 6 menjadi 14, dari skor total 8 menjadi 13 dan dari skor total 6 menjadi 13. Peningkatan kualitas tidur tersebut mencakup jumlah jam tidur yang lebih lama, frekuensi bangun yang lebih sedikit, tidak rewel, dan ketika bangun tidur bayi tampak segar. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terapi pijat dapat meningkatkan kualitas tidur pada bayi *tuberculosis* yang mengalami gangguan tidur.

**Kata kunci:** Pijat bayi; kualitas tidur; *tuberculosis*

---

**Korespondensi:** Zulia Putri Perdani, Program Studi Sarjana Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Tangerang, Banten, Indonesia, [zulia\\_putri@umt.ac.id](mailto:zulia_putri@umt.ac.id), No Telp. 085228076250

## PENDAHULUAN

*Tuberculosis* adalah penyakit menular yang disebabkan oleh *Mycobacterium tuberculosis*. *Mycobacterium tuberculosis* ditularkan melalui percikan dahak (*droplet*) dari penderita *tuberculosis* kepada individu yang rentan (1). *Tuberculosis* pada anak sampai saat ini mengalami perkembangan yang cukup pesat. Sekitar 500.000 anak di dunia menderita *tuberculosis* setiap tahunnya. WHO mengestimasi kasus *tuberculosis* anak di tahun 2012, kurang lebih 530.000 kasus atau sekitar 6% dari total kejadian *tuberculosis* dan sebanyak 74.000 anak meninggal karena *tuberculosis* setiap tahunnya (2). Kejadian *tuberculosis* pada anak ini dapat mencerminkan efektivitas dari program pengendalian *tuberculosis* termasuk deteksi kasus *tuberculosis* dewasa, pelacakan kontak, dan vaksinasi BCG (3).

Gejala yang muncul pada anak dengan TB akan menimbulkan berbagai masalah. Munculnya berbagai gejala klinis pada pasien TB paru akan menimbulkan masalah keperawatan dan mengganggu kebutuhan dasar manusia salah satu diantaranya adalah kebutuhan istirahat, seperti adanya nyeri dada saat aktivitas, *dyspnea* saat istirahat atau aktivitas, letargi dan gangguan tidur (4,5). Tatalaksana untuk penderita TB adalah tatalaksana yang diberikan untuk mengurangi gejala yang muncul. Salah satunya untuk mengurangi sesak nafas. Anak yang mengalami sesak nafas biasanya menjadi rewel dan sulit tidur. Tidur merupakan prioritas utama bagi bayi, karena pada saat inilah terjadi *repair neuro brain* dan kurang lebih 75% hormon pertumbuhan diproduksi oleh karenanya, kualitas dan kuantitas tidur bayi perlu dijaga. Kualitas dan kuantitas tidur buah hati dapat dilihat dari cara tidurnya, kenyamanan tidur dan pola tidur (6,7).

Dari hasil wawancara dengan orangtua anak yang berusia 3-10 bulan dengan kasus *tuberculosis*, bronkopneumonia, dan diare akut dehidrasi ringan sedang (DADRS) pada tanggal 8-10 Agustus 2017, di sebuah ruang perawatan rumah sakit, diperoleh data: 80% orangtua mengatakan bahwa anak sulit untuk

tidur pada malam hari, sering terbangun pada malam hari dengan durasi lebih dari setengah jam, anak sering terbangun 5 kali dalam 24 jam, total jumlah tidur perhari kurang dari 13 jam, dan hanya 20% yang mempunyai jumlah jam tidur normal dengan rata-rata 15 jam perhari. Anak yang belum mempunyai jam tidur yang cukup, keesokan harinya seringkali menangis dan rewel.

Salah satu bentuk intervensi berbasis *Evidence Based Practice (EBP)* dalam asuhan keperawatan dapat berupa terapi komplementer, terapi yang sejalan dengan pendekatan konvensional – medis. Dalam *National Intervention Classification (NIC)* teridentifikasi 400 intervensi keperawatan terkait dengan terapi komplementer, salah satunya terapi pijat (8,10).

Terapi pijat tidak hanya dilakukan pada bayi sehat, tetapi juga pada bayi sakit atau rewel (8,11). Dampak positif terapi pijat pada bayi menunjukkan bayi dapat tidur dengan lelap, sedangkan pada waktu bangun, daya konsentrasinya akan lebih penuh (12,13). Pijat bayi bermanfaat untuk membantu sistem kekebalan tubuh bayi, membantu melatih relaksasi, membuat tidur lebih lelap, serta membantu pengaturan sistem pencernaan dan pernapasan serta mengoptimalkan tumbuh kembang bayi dengan resiko tinggi (8,9). Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Wardhani menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara frekuensi pijat dengan kualitas tidur, dimana semakin teratur pijat bayi makan akan semakin baik kualitas tidur bayi (14).

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis tertarik untuk mengimplementasikan terapi pijat sebagai intervensi keperawatan yang diberikan dalam melakukan asuhan keperawatan anak dengan diagnosis TB. Tujuan penelitian ini untuk memberikan informasi berupa efektivitas terapi pijat terhadap kualitas tidur bayi yang mengalami *tuberculosis*.

## METODE

Jenis penelitian ini adalah *case report* atau sering disebut penelitian laporan kasus. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling* dan didapatkan 3 bayi yang mengalami *tuberculosis* dan bermasalah dengan kualitas tidurnya seperti: adanya gejala durasi tidur sekitar 5-6 jam dalam 24 jam, bayi sering terbangun. Ketika tidur, bayi tampak rewel dan sulit tidur kembali, terutama ketika sesak dan batuk. Pemilihan sampel dilakukan berdasarkan kesediaan orangtua untuk dilakukan tindakan pada bayinya.

Terapi diberikan pada bayi dengan dimulai hari ke 12 perawatan, diberikan selama 4 hari. Pijat bayi dilakukan selama 15 menit, pijat dapat dilakukan 2 kali dalam satu hari. Gerakan meliputi pijatan di daerah wajah, dada, lengan, perut, kaki, dan punggung. Tiap gerakan dilakukan 6 kali, gerakan bisa dilakukan tidak berurutan dan dapat dihentikan sebelum semua rangkaian selesai jika bayi/batita tidak menghendaki. Terapi pijat dilakukan oleh peneliti yang telah mendapatkan pelatihan terapi pijat.

Pengukuran kualitas tidur dengan menggunakan kuesioner *A Brief Screening Questionnaire For Infant Sleep Problems (BISQ)* terdapat 5 buah pertanyaan inti yang terdiri dari: durasi tidur malam, durasi tidur siang, jumlah terbangun saat tidur malam, tidur tepat waktu pada malam hari dan durasi terjaga selama jam malam dengan nilai 1 = masalah berat, 2 = masalah ringan, 3 = tidak terdapat masalah. Kualitas tidur dinilai dua kali, yakni sebelum dilakukan tindakan dan setelah dilakukan tindakan.

## HASIL

Hasil penelitian pada tiga bayi menunjukkan adanya perbedaan kualitas tidur sebelum dan sesudah dilakukan terapi pijat. Berdasarkan data yang diperoleh, bayi yang diberi intervensi terapi pijatan mengalami peningkatan kualitas tidur, dimana jumlah jam tidurnya lebih lama dengan frekuensi bangun yang lebih sedikit, tidak rewel, dan ketika bangun tidur bayi tampak segar.

Skor total kualitas tidur mengalami peningkatan setelah dilakukan pijatan. Data tersebut tersaji pada Tabel 1.

**Tabel 1. Perubahan skor kualitas tidur bayi**

| Responden | Skor kualitas tidur sebelum pijatan | Skor kualitas tidur sesudah pijatan |
|-----------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| Bayi 1    | 6                                   | 14                                  |
| Bayi 2    | 8                                   | 13                                  |
| Bayi 3    | 6                                   | 13                                  |

Dari Tabel 1 tersebut terlihat bahwa, setelah mendapatkan terapi pijat, total skor kualitas tidur pada ketiga bayi mengalami peningkatan yaitu dari total skor 6 menjadi 14, dari skor 8 menjadi 13 dan dari skor 6 menjadi 13.

## PEMBAHASAN

Peningkatan kualitas tidur pada ketiga bayi *tuberculosis* yang diberi pijatan ini sejalan dengan penelitian lain yang menyimpulkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara pijat bayi dengan kualitas tidur, dimana semakin teratur pijat bayi maka akan semakin baik kualitas tidur bayi (12,14,15).

Peningkatan kualitas tidur pada bayi yang diberi pijatan tersebut disebabkan oleh adanya peningkatan kadar sekresi serotonin yang dihasilkan pada saat pijatan (16). Pijatan juga akan merangsang peredaran darah dan menambah energi karena oksigen lebih banyak dikirim ke otak dan ke seluruh tubuh (17). Selain itu juga dapat membantu sistem kekebalan tubuh bayi, membantu melatih relaksasi, membuat tidur lebih lelap, serta membantu pengaturan sistem pencernaan dan pernapasan serta mengoptimalkan tumbuh kembang bayi dengan resiko tinggi (14). Selain itu pijat bayi juga akan mempengaruhi proses kualitas tidur bayi.

Bayi yang dipijat akan dapat tidur dengan lelap, sedangkan pada waktu bangun, daya konsentrasinya akan lebih penuh. Melalui pijat bayi, dimana memberikan sentuhan disertai dengan penekanan lembut pada bayi akan menyebabkan ujung-ujung saraf yang terdapat di permukaan kulit bereaksi terhadap sentuhan. Selanjutnya

saraf tersebut menginginkan pesan-pesan ke otak melalui jaringan saraf yang berada di medula spinalis. Proses tersebut dapat menyebabkan perangsangan pada reseptor saraf sensorik perifer terutama reseptor tekanan. Rangsangan ini mengaktifkan sistem saraf parasimpatis. Perangsangan sistem saraf parasimpatis yang paling utama terlibat dalam proses tidur adalah beberapa area dalam saraf otonom parasimpatis *nuclei rafe* dan *nukleus tractus solitarius*, yang merupakan regio sensorik medula dan pons yang dilewati oleh sinyal sensorik viseral yang memasuki otak melalui saraf-saraf vagus dan *glossofaringeus*, juga menimbulkan keadaan tidur. Selain itu, sistem neurotransmitter serotonin juga meningkatkan kapasitas sel reseptor untuk mengikat glukokortikoid (adrenalin suatu hormon stres) sehingga menyebabkan terjadinya penurunan kadar hormon adrenalin (*cortisol hormone*). Proses ini menyebabkan perasaan rileks pada bayi sehingga merasa lebih nyaman dan tenang saat tidur (10,13).

## SIMPULAN

Terapi pijat dapat meningkatkan skor kualitas tidur pada bayi *tuberculosis* yang mengalami gangguan tidur.

## SARAN

Penelitian ini menggunakan sampel yang terbatas dan sekedar berupa penelitian *case report*, sehingga disarankan untuk penelitian selanjutnya menggunakan jenis penelitian eksperimental dengan jumlah sampel yang lebih banyak.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Kemenkes RI. Situasi kesehatan jantung. Pus data dan Inf Kementerian Kesehatan RI. 2014;3.
2. Organization WH. Tuberculosis. 2020.
3. Kemetrian Kesehatan Republik Indonesia. Basic Health Research 2018. Riskesdas 2018. 2018.
4. Novita NW, Yuliasuti C. Tingkat Pengetahuan Tentang TB Paru Mempengaruhi Penggunaan Masker Di Ruang Paru Rumkital Dr. Ramelan Surabaya. J Ilm Kesehat. 2014;7(1):46–61.
5. Setiana, Amarudin I. Asuhan Keperawatan

- Keluarga dengan Masalah Tbc pada Keluarga Tn. S di Desa Srowot Rt 01/ Rw 03 Kecamatan Kalibagor Kabupaten Banyumas. 2016;10–51.
6. Kou T, Wang Q, Lv W, Wei B, Liu Y, Zhao S, et al. Poor Sleep Quality Is Associated with a Higher Risk of Pulmonary tuberculosis in Patients with a Type 2 Diabetes Mellitus Course for More than 5 Years. Jpn J Infect Dis. 2019 Juli; 72(4):243–9.
7. Muftiani I. Perbedaan Kualitas Tidur Antara Pasien Asma dan Pasien TB Paru. 2012.
8. Yunianti. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Pada Bayi Umur 1-6 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Lalowaru Kecamatan Moramo Utara Kabupaten Konawe Selatan Tahun 2018. 2018.
9. Widyastutik EN. Terapi pijat bayiterhadap peningkatan kualitas tidur balita padaasuhan keperawatan anak ispa. 2019;
10. Nayaka GB. Aplikasi Pemberian Terapi Pijat Untuk Mengatasi Gangguan Pola Tidur Pada Bayi. 2019.
11. Carolin BT, Syamsiah S, Khasri MM. Pijat bayi dapat meningkatkan berat badan bayi. J kebidanan. 2020;6(3):383–7.
12. Rismawati, Nahira, Nuraeni. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 6-12 Bulan Di Puskesmas Kassi-Kassi Makassar. Seminar Nasional Sains, Teknologi, Dan Sosial Humaniora UIT 2019. 2019;(2009).
13. Yulianingsih E, Rasyid PS. Pijat Bayi Berpengaruh Terhadap Kuantitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan. J Ilmu Bidan. 2019;7(1):20–8.
14. Wardhani DK, Yuliaswati E. Peningkatan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Melalui Pijat Bayi di RB Hasanah GEmolong Sragen. J Kebidanan dan Ilmu Kesehat. 2016;3(3):25–36.
15. Handriana I, Nugrahab Y. Pengaruh Pijat Bayi Menggunakan Ensssetial Oil Lavender Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3 – 6 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Cigasong Kabupaten Majalengka. Kampus STIKes YPIB Majalengka. 2019; VIII(16): 79–92.
16. Paldi A. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi 6-12 Bulan di Desa Sungai Jaga A Kecamatan Sungai Rayakabupaten Bengkayang. 2016.
17. Dewi AS. Pengaruh pemijatan terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi umur 3 – 4 bulan di wilayah kerja puskesmas kanjilo kecamatan barombong kabupaten gowa. 2016.