

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Usia 3-5 tahun cenderung lebih mengalami penurunan nafsu makan. Hal ini dapat dihubungkan dengan tumbuh kembang balita yang mana usia prasekolah merupakan konsumen aktif (1). Dikatakan konsumen aktif diakibatkan karena balita sudah dapat memilih, menolak, dan dapat protes terhadap hal yang tidak disukai (2). Memasuki usia prasekolah balita memiliki daya ingin tahu yang tinggi dan usia yang mana balita lebih senang bermain dari pada makan. Tahap ini balita akan lebih menyukai hal-hal baru, yang berakibat antusias terhadap makan balita akan menurun (3). Usia prasekolah juga akan lebih mudah mengalami penurunan kecepatan pertumbuhan fisik (berat dan tinggi badan) dari pada saat bayi. Hal ini dapat dipengaruhi karena asupan makan tidak seimbang yang disebabkan karena balita akan lebih asyik terhadap aktivitasnya yang membuat balita dapat mengabaikan rasa laparnya yang berefek antusias terhadap makan menurun (4).

Tanda ketika balita mengalami gejala tidak nafsu makan adalah memuntahkan makanan, memainkan makanan, menepis makanan, enggan membuka mulut, dan pilih-pilih makanan (5). Hasil penelitian di kabupaten Jombang pada tahun 2021 membuktikan bahwa, masih banyak balita yang pemilih dalam makanan, tidak mau membuka mulut, menepis makanan yang diberikan, dan tidak mau diberikan makanan yang tekstur dan rasa berbeda dari makanan yang dimakan sebelumnya (6). Asupan makanan yang turun berakibat nutrisi yang diterima tidak seimbang dengan kebutuhan balita (7). Ketidakseimbangan ini dapat memberikan dampak buruk, balita akan kehilangan berat badan drastis sehingga berat badan tidak sesuai dengan usia balita (8). Balita yang berat badan kurang dapat

mengakibatkan masalah kesehatan seperti penurunan *kognitif*, daya tahan tubuh yang lebih rendah dan meningkatnya risiko penyakit kardiovaskular (9).

Pada tahun 2020, secara Global sebanyak 54,4 juta balita yang berusia dibawah lima tahun mengalami masalah gizi (10). Pada tahun 2022, jumlah balita di Indonesia sebanyak 30,73 juta jiwa balita (11). Di Jawa Timur pada tahun 2017, jumlah balita usia 1-5 tahun berjumlah 2,8 juta jiwa (12). Di puskesmas Mojo Surabaya tahun 2016, didapatkan bahwa sebanyak 13% balita mengalami penurunan nafsu makan (13). Hal ini juga dibuktikan dari penelitian sebelumnya yang dilakukan di paud Anggrek 1 Siwalankerto Surabaya tahun 2020, didapatkan sebanyak 68% siswa paud Anggrek 1 mengalami sulit makan (14).

Penurunan nafsu makan merupakan hal wajar yang sering terjadi pada balita. Itu disebabkan oleh aktivitas pada usia balita akan lebih banyak dibandingkan pada usia bayi. Banyak orang tua menganggap sepele masalah tersebut (15). Balita berumur 3-5 tahun (prasekolah) akan lebih rentan mengalami penurunan nafsu makan dari pada saat berusia 1-2 tahun (16). Memasuki usia prasekolah, balita juga lebih tertarik untuk memenuhi keingintahuannya terhadap hal baru sehingga balita rentan lupa makan, tidak memiliki minat terhadap makan, serta balita cenderung mengabaikan rasa lapar yang berdampak mengalami penurunan nafsu makan (17). Balita yang nafsu makannya menurun mengakibatkan asupan nutrisi yang diterima balita tidak tercukupi sehingga dapat mengakibatkan ketidakseimbangan energi yang berisiko mengganggu fungsi dan struktural pada otak yang dapat menghambat tumbuh kembang balita (18). Keseimbangan nutrisi balita harus terpenuhi seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral dan air (19). Asupan nutrisi yang tidak seimbang akan memberikan dampak jangka pendek

dan panjang pada balita (20). Dampak jangka pendek berupa gangguan perkembangan otak, gangguan pertumbuhan dan perkembangan. Dampak jangka panjang adalah kurangnya kemampuan kognitif dan pendidikan, bertubuh pendek, dan risiko meningkatnya beberapa penyakit pada saat usia dewasa (21).

Penurunan nafsu makan balita dapat ditangani dengan dua cara yaitu secara farmakologis dan non-farmakologis. Cara farmakologis dilakukan dengan memberikan multivitamin (22). Sedangkan non-farmakologis dapat dilakukan dengan cara, pijat bayi (23), pijat *Tui Na* (24), akupresur (25), pemberian buah pepaya (26), dan aroma terapi minyak sereh (27). Pijat *Tui Na* merupakan salah satu terapi non-farmakologis yang dapat menangani gejala penurunan nafsu makan balita dengan cara memperlancar peredaran darah dari limfa dan pencernaan (28). Pijat *Tui Na* dilakukan dengan berbagai cara yaitu, geser (*Effleurage* atau *Tui*), pemijatan (*Petrissage* atau *Nie*), mengetuk (*Tapotement* atau *Da*), menggosok, menarik, memutar, dan menggetarkan pada titik-titik tertentu tubuh untuk mempengaruhi aliran energi dengan menahan atau menekan bagian titik tertentu tubuh (29).

Pijat *Tui Na* dilakukan 6 kali berturut-turut selama 1 minggu. Pada saat melakukan pijat, tidak boleh memaksa balita, memastikan balita sebelum dilakukan pijat balita tidak baru selesai makan (30). Keunggulan pijat *Tui Na* ini adalah dapat dilakukan secara mandiri, teknik pijat yang mudah dipelajari, menurunkan efek samping penggunaan obat-obat medis, tidak menimbulkan banyak efek samping, dapat mengatasi kesulitan makan dan penurunan nafsu makan balita (27).

Berdasarkan penelitian terdahulu pada 20 balita, setelah dilakukan pijat *Tui Na* sebanyak 6 kali selama 1 minggu, didapatkan bahwa ada pengaruh antara pijat

*Tui Na* terhadap kesulitan makan pada balita (5). Penelitian lainnya pada 100 balita, setelah dilakukan terapi pijat *Tui Na* selama 6 hari dengan 8 langkah, didapatkan bahwa terapi pijat *Tui Na* lebih efektif menangani kesulitan makan pada balita dari pada pemberian multivitamin (31). Penelitian lainnya juga menyebutkan pada 50 anak balita, yang dilakukan pijat *Tui Na*, didapatkan bahwa pijat *Tui Na* lebih efektif untuk menangani kesulitan makan dibandingkan dengan pemberian aroma terapi minyak sereh (27).

Keterbaruan dari penelitian ini adalah intervensi pijat *Tui Na* yang digunakan pada jurnal sebelumnya dikombinasikan dengan intervensi yang lain, dan mayoritas jurnal mencari pengaruh intervensi pijat *Tui Na* terhadap kenaikan berat badan dan kesulitan nafsu makan, belum ada jurnal yang terkait dengan intervensi pijat *Tui Na* untuk mengukur nafsu makan balita. Oleh karena itu peneliti tertarik menerapkan terapi pijat *Tui Na* terhadap balita 3-5 tahun, untuk meningkatkan nafsu makan balita dilakukan sebanyak 6 kali berturut-turut selama 1 minggu selama 15-20 menit.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Apakah ada pengaruh terapi pijat *Tui Na* terhadap nafsu makan balita?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Menjelaskan pengaruh terapi pijat *Tui Na* terhadap nafsu makan balita.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1.3.2.1 Mengidentifikasi nafsu makan balita sebelum dilakukan intervensi pijat *Tui*

*Na*

1.3.2.2 Mengidentifikasi nafsu makan balita setelah dilakukan intervensi pijat *Tui Na*

1.3.2.3 Menganalisis pengaruh terapi pijat *Tui Na* terhadap nafsu makan balita.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini dapat membantu memberikan kontribusi bagi perkembangan ilmu keperawatan anak, terutama dalam melakukan tindakan non-farmakologis berupa terapi pijat *Tui Na* terhadap nafsu makan balita.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

#### 1.4.2.1 Bagi Keluarga

Penelitian ini memberikan manfaat sebagai salah satu tindakan yang mana pijat *Tui Na* dapat dilakukan sebagai tindakan non-farmakologis untuk meningkatkan nafsu makan balita.

#### 1.4.2.2 Bagi Perawat Anak

Penelitian ini dapat memberikan manfaat sebagai salah satu intervensi mandiri perawat dalam meningkatkan nafsu makan balita.

#### 1.4.2.3 Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya dalam bidang non-farmakologis dalam meningkatkan nafsu makan yang dapat diaplikasikan kepada masyarakat.