

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Nafsu makan merupakan dorongan yang berasal dari faktor fisik dan psikologis yang memengaruhi keinginan seseorang untuk mengonsumsi makanan demi mencukupi kebutuhan energi dan nutrisi tubuh. Pada balita, nafsu makan memiliki peran yang sangat penting. Nafsu makan menjadi permasalahan gizi yang masih sering terjadi, baik ditingkat global maupun nasional. Masa balita (*golden period*) merupakan fase penting yang sangat sensitif terhadap pengaruh lingkungan, berlangsung relatif singkat, dan tidak bisa terulang kembali. Anak usia balita membutuhkan asupan nutrisi yang memadai supaya dapat tumbuh dan berkembang secara maksimal. Hal tersebut menunjukkan bahwa anak yang kurang nafsu makan atau hanya memilih jenis makanan tertentu beresiko mengalami kekurangan satu atau lebih zat gizi, sehingga proses pertumbuhan dan perkembangannya dapat terganggu (More. J, 2021).

Pada masa pertumbuhan dan perkembangan yang berlangsung cepat, balita memerlukan asupan nutrisi yang cukup, terutama peningkatan kebutuhan kalori dan protein. Kurangnya nafsu makan pada balita dapat berdampak pada terhambatnya pertumbuhan dan perkembangan anak akibat tidak terpenuhinya kebutuhan zat gizi secara memadai. Status gizi pada masa balita perlu mendapatkan perhatian yang serius dari para orang tua, karena dapat menimbulkan dampak kerusakan

yang bersifat permanen dan sulit dipulihkan kembali. Kondisi tubuh yang terlihat kurus menjadi salah satu tanda terjadinya kekurangan gizi dalam jangka waktu lama pada anak balita. Bahkan, apabila kekurangan gizi terjadi dalam tingkat yang lebih berat dapat mempengaruhi perkembangan otak (Maryunani,A. 2021).

Pada masa balita kebutuhan kalori bisa mencapai dua kali lipat orang dewasa dengan aktivitas sedang. Untuk menunjang pertumbuhan yang normal diperlukan asupan protein yang memadai serta zat gizi lainnya yang tercukupi dengan baik. Setiap anak mempunyai kebutuhan nutrisi yang tidak sama serta karakteristik tersendiri dalam mengkonsumsi makanan atau zat gizi. Umumnya nafsu makan anak balita cenderung berubah-ubah anak sering memilih makan sesuai keinginannya terkadang tidak berselera makan dan merasa bosan karena variasi menu yang kurang atau lebih menyukai makanan tertentu saja (Repository Xyz.,2025). Dalam klasifikasi kesehatan anak yang usia kurang dari satu tahun tidak dikategorikan sebagai Balita. Anak yang berusia lebih dari satu tahun hingga tiga tahun disebut sebagai balita sedangkan anak dengan rentang usia diatas tiga tahun hingga empat tahun dikenal sebagai balita muda sementara itu anak dengan usia lebih dari empat tahun sampai lima disebut “balita tua”. Seiring dengan bertambahnya usia, terjadi peningkatan pada pertumbuhan fisik dan perkembangan kecerdasan fungsi organ tubuh juga mengalami peningkatan, sehingga jenis makanan serta cara pemberiannya perlu

disesuaikan dengan kondisi anak (Riska,N., 2023). Fenomena balita sulit makan sering ditemukan di masyarakat, ditandai dengan perilaku menolak makanan, memilih jenis makanan tertentu (picky eater), serta makan dalam jumlah yang sangat sedikit. (Sari & Wijayant, 2021).

World Health Organization (2022) Organisasi kesehatan dunia WHO melaporkan terdapat skitar 45 juta anak usia dibawah 5 tahun mengalami wasting (terlalu kurus menurut tinggi badan). Kondisi tersebut berkaitan dengan kurangnya asupan nutrisi yang diakibatkan penurunan nafsu makan pada balita. Di indonesia data Riskesdes menunjukkan masih tingginya prevelensi balita dengan status gizi kurang yang salah satunya dipengaruhi nafsu makan yang menurun, Balita memilih milih makanan dan tidak adanya selera untuk makan yang menyebabkan penurunan berat badan hingga anak menjadi kurus. (Kementrian Kesehatan RI, 2022).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 12 feb 2026 di tempat praktek mandiri terapis Budi aryadinata Desa socah bangkalan madura jawa timur. Melalui studi dokumentasi pada buku register Di praktek mandiri terapis budi aryadinata , tercatat rata-rata jumlah Kunjungan Balita Yang Melakukan pijat Tuina berkisar antara 25 hingga 20 balita per bulan. Peneliti melakukan wawancara singkat terhadap 10 ibu yang memiliki balita usia 1-5 tahun, diperoleh data bahwa 7 balita mengalami kesulitan makan ,seperti menolak makanan , tidak ada selera dan hanya mengkonsumsi makanan tertentu,

ferekuensi makan yang hanya 1x dalam sehari dan membutuhkan waktu lama saat makan. Sebanyak 3 ibu menyatakan anaknya sering menghabiskan makanan yang diberikan setelah diberikan pijat Tuina. Yang sebelumnya mengalami kesulitan makan, tidak ada selera dan hanya mengkonsumsi makanan tertentu, Selain itu, sebagian besar ibu belum mengetahui tentang pijat tuina sebagai salah satu metode untuk membantu meningkatkan nafsu makan balita

Berdasarkan penelitian di Indonesia pijat tuina terbukti dapat membantu meningkatkan nafsu makan pada balita. Penelitian Sofiana dkk(2024) menunjukkan bahwa sebelum diberikan intervensi seluruh responden (100%) memiliki nafsu makan kurang, sedangkan setelah diberikan pijat Tuina seluruh responden (100%) memiliki nafsu makan baik. Penelitian Noorhasanah dkk (2024) juga menemukan adanya peningkatan nafsu makan dan berat badan balita setelah pemberian pijat tuina. Temuan tersebut menunjukkan bahwa pijat tuina berpotensi menjadi terapi komplementer yang efektif untuk meningkatkan mengatasi masalah penurunan nafsu makan pada balita.

Berbagai upaya telah dilakukan untuk meningkatkan selera makan pada anak balita, misalnya melalui pemberian suplemen dan vitamin penambah nafsu makan, serta edukasi gizi kepada orang tua, namun penggunaan pada obat dan suplemen dalam waktu lama dapat memicu efek samping serta ketergantungan, oleh sebab itu memerlukan metode non-obat yang aman, mudah dilakukan dan efektif untuk meningkatkan

selera makan anak (Hesti & Kamidah,2023). Salah satu pendekatan terapi tanpa obat yang kini semakin berkembang adalah pijat tuina. Pijat tuina merupakan metode pijat tradisional yang berasal dari tiongkok dan berfokus pada stimulasi titik – titik tertentu untuk memperbaiki fungsi organ tubuh (Hesti & Kamidah,2023). Termasuk sistem pencernaan. Secara fisiologis, stimulasi titik akupresur dalam tuina dapat mempengaruhi sistem saraf otonom, meningkatkan aktifitas parasimpatis yang berperan dalam proses pencernaan dan metabolisme. Hal ini berdampak pada peningkatan motilitas usus, sekresi enzim pencernaan, serta penyerapan nutrisi, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap peningkatan nafsu makan pada anak. Sebaliknya, pijat biasa lebih dominan memberikan efek relaksasi psikologis dan pelepasan ketegangan otot tanpa stimulasi spesifik terhadap fungsi organ dalam (Agmi M. 2025). dari aspek keamanan, tuina menggunakan tekanan ringan, ritmis, dan disesuaikan dengan kondisi fisiologis balita sehingga relatif aman dan minim resiko efek samping. Terapi ini dapat digunakan sebagai terapi tambahan tanpa obat untuk mendukung perbaikan kondisi gizi serta pertumbuhan dan perkembangan anak, sedangkan pijat biasa meskipun aman umumnya tidak dirancang sebagai terapi spesifik untuk gangguan fungsi tubuh tertentu (Yang X.et al 2024).

Cara mengatasi penurunan nafsu makan dapat dilakukan melalui dua pendekatan, yaitu secara farmakologi dan non farmakologi. Pendekatan farmakologi dilakukan dengan pemberian obat-obatan seperti

multivitamin serta berbagai mikronutrien lainnya. Sementara itu, pendekatan non farmakologi dapat dilakukan dengan jamu herbal, pijat, akupresure, dan akupuntur. Terapi sentuh dan pijat bermanfaat bagi peningkatan pertumbuhan, sistem imun, serta perkembangan emosi yang lebih optimal (Riska,N., 2023). Saat ini, teknik pijat bayi kembali dikembangkan dan semakin populer, salah satunya adalah pijat *Tui Na*. Metode ini dilakukan dengan berbagai teknik, seperti usapan (*Effleurage* atau *Tui*), remasan (*Petrissage* atau *Nie*), tepukan (*Tapotement* atau *Da*), serta gerakan menggosok, menarik, memutar dan menggoyangkan, termasuk memberikan getaran pada titik-titik tertentu yang bertujuan memengaruhi aliran energi tubuh melalui penekanan dan sentuhan pada bagian-bagian tertentu. Pijat *Tui Na* ini merupakan teknik pijat yang lebih spesifik untuk penanganan kesulitan makan pada balita dapat dilakukan dengan cara membantu memperlancarkan aliran darah pada organ limpa dan sistem pencernaan melalui modifikasi Teknik akupuntur tanpa jarum. Metode ini lebih mudah dilakukan dibandingkan akupuntur (Yenni,P.2023).

Berdasarkan uraian latar belakang masalah tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Nafsu makan pada balita setelah Diberikan Pijat Tuina Di Tempat Praktek Mandiri Terapis Budi Aryadinata Desa Socah Bangkalan Madura Jawa Timur”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang, identifikasi masalah, serta batasan masalah, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut : Bagaimana nafsu makan balita sesudah diberikan pijat tuina di tempat praktek mandiri terapis Budi Aryadinata Desa Socah bangkalan Madura jawa timur?

1.3 Tujuan Penelitian

Untuk Mengetahui Gambaran Nafsu makan pada balita setelah Diberikan Pijat Tuina Di Tempat Praktek Mandiri Terapis Budi Aryadinata Desa Socah Bangkalan Madura Jawa Timur.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Balita

Diharapka penelitan ini dapat Meningkatkan status gizi yang lebih baik,serta membantu pencernaan lebih lancar dan meningkatkan nafsu makan secara alami tanpa obat.

1.4.2 Bagi Orang Tua

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi dan solusi non farmakologis kepada Orang Tua saat anak susah makan serta mampu meningkatkan bonding orang tua dan anak.

1.4.3 Bagi Peneliti

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi pedoman bagi bidan dalam memberikan pelayanan kesehatan terapi komplementer dalam asuhan balita dan meberikan kenyamanan pada anak serta dapat diterapkan diposyandu, puskesmas, dan praktik mandiri.