

BAB I

PENDAHULUAN

Masa balita merupakan periode yang sangat penting dalam proses tumbuh kembang manusia. Masa tumbuh kembang di usia balita merupakan masa yang berlangsung cepat dan tidak akan pernah terulang, karena itu sering disebut *golden age* atau masa keemasan. Pertumbuhan (*growth*) yaitu berkaitan dengan masalah perubahan dalam besar jumlah, ukuran, organ maupun individu, yang bisa diukur dengan besaran. (Wijayanti & Sulistiani, 2019). Pertumbuhan dipengaruhi berbagai faktor diantaranya faktor hereditas dan faktor lingkungan. Apabila faktor tersebut tidak terpenuhi dengan baik dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan yang salah satu indikatornya adalah kenaikan berat badan yang tidak sesuai dengan umur anak (Wijayanti & Sulistiani, 2019).

Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Kementerian Kesehatan menunjukkan, terdapat empat permasalahan gizi balita di Indonesia yaitu *stunting*, *wasting*, *underweight*, dan *overweight*. *Stunting* merupakan salah satu masalah gizi yang menjadi perhatian pemerintah dan publik karena prevalensinya masih cukup tinggi, mencapai 21,6% pada 2022. Angka tersebut melebihi ambang batas yang ditetapkan standar *World Health Organization* (WHO) sebesar 20%. Meski dibandingkan 2019, prevalensi balita *stunting* Indonesia telah menurun sebanyak 6,1 poin, yang saat itu mencapai 27,7%, namun hal ini mengindikasikan angka *stunting* di Indonesia masih tergolong kronis (Kemenkes RI, 2023).

Permasalahan gizi lainnya, *wasting* atau kurus. Menurut SSGI 2022, prevalensi balita *wasting* di Indonesia naik 0,6 poin dari 7,1% menjadi 7,7% pada tahun lalu. Kemudian, prevalensi balita *underweight* atau gizi kurang sebesar 17,1% pada 2022 atau naik 0,1 poin dari tahun sebelumnya. Di sisi lain, prevalensi balita *overweight* atau kegemukan badan sebesar 3,5% pada 2022 atau turun 0,3 poin dari tahun sebelumnya (Kemenkes RI, 2023).

Gizi kurang merupakan masalah gizi terbesar yang ditemukan di Indonesia. Penyebab gizi kurang tidak hanya jumlah konsumsi tetapi juga pada

pola pemberian makan balita secara keseluruhan yang kurang/tidak mencukupi kebutuhan (Wulaningsih dkk., 2022).

Kesulitan makan merupakan masalah dalam pemberian makanan maupun pemenuhan kebutuhan gizi. Kesulitan makan pada anak yang tidak segera ditangani dapat menyebabkan malnutrisi, dehidrasi, berat badan kurang, ketidakseimbangan elektrolit, gangguan perkembangan kognitif, gangguan kecemasan, dan pada keadaan yang lebih parah dapat menjadi kondisi yang mengancam hidup (Asih & Mugiati, 2018). Salah satu upaya untuk mengurangi dan mencegah terjadinya masalah gizi yaitu stimulasi pertumbuhan yang saat ini mulai banyak digunakan adalah pijat bayi. Salah satu jenis pijat bayi yang mulai banyak dilakukan untuk meningkatkan nafsu makan anak adalah pijat Tuina (Wijayanti & Sulistiani, 2019).

Pijat Tui Na merupakan alternatif dalam meningkatkan nafsu makan pada balita. Beberapa keterlambatan pertumbuhan dan perkembangan dapat dipengaruhi karena kurangnya stimulasi yang diberikan pada bayi, stimulasi-stimulasi yang diberikan akan sangat membantu tumbuh kembang. Jadi selain memberikan nutrisi dan gizi yang lengkap juga harus memberikan stimulasi (Noflidaputri dkk., 2020).

Pemberian pijat tuina membantu memperlancar peredaran darah dan dapat memaksimalkan fungsi organ. Pemijatan akan meningkatkan motilitas usus dan memperbaiki penyerapan zat makanan oleh tubuh. Rangsangan yang diberikan pada ujung-ujung saraf yang terdapat pada permukaan kulit di area pemijatan akan mengakibatkan permeabilitas membran sel menipis sehingga akan memudahkan pertukaran ion Natrium (Na) dan Kalium (K) yang akan merangsang terjadinya potensial pada otot dan saraf. Potensial aksi yang terjadi pada saraf simpatis dan parasimpatis akan mempengaruhi kerja organ antara lain: perangsangan nervus vagus akan mempengaruhi sistem gastrointestinal yaitu meningkatnya peristaltik sehingga pengosongan lambung meningkat akibat cepat lapar (nafsu makan akan meningkat) dan makannya menjadi lahap. Selain itu juga akan terjadi peningkatan produksi enzim pencernaan yang akan membantu penyerapan zat-zat nutrisi.

Nutrisi yang diserap akan masuk kedalam peredaran darah yang juga meningkat karena rangsangan dari saraf simpatis (Wulaningsih dkk., 2022)

Dari uraian di atas, penulis tertarik untuk membuat luaran berupa video dengan judul “Media Video untuk Edukasi Tentang Manfaat Pijat Tuina sebagai Upaya Meningkatkan Nafsu Makan pada Balita”.

Pembuatan video ini diharapkan bisa meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam meningkatkan nafsu makan pada balita dengan cara pijat Tuina diharapkan mampu menjadi KIE kepada Masyarakat secara umum dan khususnya orangtua dengan balita yang mengalami masalah penurunan nafsu makan.