

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesulitan makan merupakan ketidakmampuan anak dalam mengkonsumsi jumlah makanan yang dibutuhkannya. Sebagian besar penurunan nafsu makan pada balita ditandai dengan masalah perkembangan, sementara penurunan nafsu makan pada anak-anak disertai dengan masalah pertumbuhan. (Di et al., 2024). Kesulitan makan sering dialami oleh anak terutama rentang usia 1-5 tahun yang disebut juga usia food jag, yaitu anak hanya makan pada makanan yang disukai atau bahkan sulit makan. Kesulitan makan juga dipengaruhi oleh pola asuh pemberian makan orang tua. Orang tua yang memberikan jenis makanan yang kurang beragam akan menyebabkan nafsu makan anak menurun.

Penurunan nafsu makan anak yang berlangsung lama dapat menyebabkan pertumbuhan menjadi terhambat. Sulit makan berkepanjangan berakibat menurunnya asupan kalori yang dibutuhkan sehingga dapat memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak. Dampak sulit makan pada awalnya berpengaruh terhadap berat badan (tetap/dapat turun) kemudian akan memengaruhi tinggi badan serta status gizi. Anak dengan nafsu makan menurun akan menyebabkan imunitas menurun sehingga anak mudah sakit.

Penyebab tersering pada kasus kesulitan makan pada balita dikarenakan gangguan fungsi limpa dan pencernaan. Makanan yang masuk

kedalam perut tidak segera dicerna, yang berakibat pada stagnasi makanan dalam saluran cerna, keluhan yang disampaikan orang tua pada masalah ini adalah anak sering muntah, mual jika disuapi, dan perut terasa penuh sehingga mengurangi nafsu makan atau bahkan tidak nafsu makan sama sekali (Yanti et al., 2021).

Asupan nutrisi atau makanan yang bergizi sangat penting pada masa balita. dimana pada masa ini adalah masa emas pertumbuhan dan perkembangan serta merupakan masa rawan untuk menentukan perkembangan fisik dan mental selanjutnya, pada masa ini terbentuk dasar-dasar kemampuan sensorik, berpikir, berbicara, serta pertumbuhan mental dan intelektual yang intensif. Beberapa masalah yang sering terjadi pada pemenuhan gizi adalah defisiensi mikronutrien penting, gizi kurang atau malnutrisi mencakup stunting (tinggi badan rendah menurut usia), underweight (berat badan rendah menurut usia), wasting (berat badan rendah menurut tinggi badan) serta kelebihan berat badan atau obesitas (Widaryanti et al., 2023)

Stunting adalah kegagalan tumbuh kembang pada anak akibat kekurangan gizi kronis pada anak di bawah usia 5 tahun, terutama selama 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) pada masa janin hingga usia 24 bulan. Anak stunting akan mengalami kesulitan dalam mencapai perkembangan fisik dan kognitif yang optimal, serta biasanya anak akan mengalami retardasi pertumbuhan intelligence quotient (IQ) yang lebih rendah dari rata-rata IQ anak normal (Sandari, 2023).

Stunting berdampak pada tingkat kecerdasan, kerentanan terhadap penyakit dan penurunan produktifitas (Raksun et al., 2022).

Tingginya angka kejadian stunting masih menjadi perhatian pemerintah. Berdasarkan hasil SSGI (Studi Status Gizi Indonesia) tahun 2021 angka stunting secara nasional mengalami penurunan sebesar 1,6%. Pada tahun 2019 sebanyak 27,7% dan menurun ditahun 2021 menjadi 24,4%. Berdasarkan pendataan yang dilakukan BKKBN Provinsi Riau, pada tahun 2022 persentase angka stunting di Riau sebanyak 24,1 persen. Kabupaten Rokan Hulu termasuk ke dalam salah satu dari 100 kabupaten kota di Indonesia, dan satu-satunya Kabupaten di Provinsi Riau sebagai lokus stunting. Berdasarkan data Tahun 2021 terkait prevalensi stunting Kabupaten Rokan Hulu masih tinggi yakni mencapai 17,9% (Bubung Bunyamin & Fajar Alan Syahrier, 2024).

Upaya dalam menangani kesulitan makan pada balita dapat dilakukan secara Non-Farmakologis yaitu dengan pemanfaatan herbal, penggunaan aroma terapi, pola asuh orang tua terhadap anak, feeding rules, akupresur, dan juga bisa dilakukan pemijatan ringan terhadap balita yang mengalami kesulitan makan.

Pijat *Tui Na* merupakan teknik pijat dari Cina untuk mengatasi berbagai masalah kesehatan dengan cara memperlancar peredaran darah pada limpa dan pencernaan, melalui modifikasi dari akupuntur tanpa jarum, teknik ini menggunakan penekanan pada titik meridian tubuh atau garis aliran energi sehingga relatif mudah digunakan dibandingkan

akupuntur (Yanti et al., 2021). Pijat *Tui Na* (diucapkan “twee nah”) *Tui* yang berarti menekan, dan *Na* yang berarti menggenggam. Pijat *Tui Na* dapat meningkatkan pertumbuhan, peningkatan daya tahan tubuh, membina ikatan kasih sayang orang tua dan anak, mempercepat perkembangan otak dan sistem saraf (Saidah, 2020). Sistem kerja Pijat *Tui Na* yaitu menghilangkan rasa sakit dan meningkatkan mobilitas tubuh dan sirkulasi darah sehingga memberikan efek bagi tubuh untuk menerima lebih banyak nutrisi (Ratnaningsih, 2023).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Maulida & Sutrisna, 2024) dengan judul “Pengaruh Pemberian Pijat *Tui Na* Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Dan Penambahan Berat Badan Balita Stunting” di dapat Hasil penelitian adanya pengaruh terhadap peningkatan nafsu makan sebelum dan sesudah diberikan pijat *Tui Na*, dengan nilai p value 0,000. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ningsih & Ramadhena, 2023) didapatkan nilai p value = 0,000 maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan rata-rata kesulitan makan pada balita sebelum dan sesudah diberikan pijat *Tui Na*.

Berdasarkan observasi awal di Puskesmas Tambusai 1, diketahui masih banyak jumlah balita yang mengalami gizi kurang, saat di observasi lebih dalam diketahui banyak faktor penyebab dari gizi kurang, salah satunya adalah kesulitan makan karena berkaitan dengan asupan nutrisi yang di butuhkan pada balita.

Berdasarkan uraian di atas dan masalah yang ada maka peneliti tertarik untuk mengambil judul “Pengaruh Pijat *Tui Na* terhadap Kesulitan Makan pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Tambusai 1 Kabupaten Rokan Hulu Tahun 2024”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada Pengaruh Pijat *Tui Na* terhadap Kesulitan Makan pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Tambusai 1 ?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk Mengetahui Pengaruh Pemberian Pijat *Tui Na* terhadap Kesulitan Makan pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Tambusai 1

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi Kesulitan Makan Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Tambusai 1 sebelum pemberian Pijat *Tui Na*
- b. Mengidentifikasi Kesulitan Makan Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Tambusai 1 setelah pemberian Pijat *Tui Na*
- c. Untuk Mengetahui Pengaruh Pemberian Pijat *Tui Na* terhadap Kesulitan Makan pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Tambusai 1

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Bagi Responden

Hasil penelitian ini di harapkan dapat menambah pengetahuan ibu yang mempunyai balita mengenai terapi pijat *Tui Na* terhadap kesulitan makan pada balita di Wilayah Kerja Puskesmas Tambusai 1

2. Manfaat Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang berguna mengenai terapi pijat *Tui Na* terhadap kesulitan makan pada balita di Wilayah Kerja Puskesmas Tambusai 1

3. Manfaat Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi khusus nya mengenai terapi pijat *Tui Na* terhadap kesulitan makan pada balita di Wilayah Kerja Puskesmas Tambusai 1

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Peneliti	Judul	Hasil	Perbedaan
1.	(Indah et al., 2023)	Pengaruh Pijat <i>Tuina</i> Terhadap Tingkat Nafsu Makan Balita Gizi Kurang	Berdasarkan uji korelasi Wilcoxon Signed Ranks Test didapatkan hasil p value sebesar 0,000 < 0,05 sehingga Ho ditolak atau Ha diterima, ada pengaruh pijat <i>tuina</i> terhadap peningkatan nafsu makan balita sesudah dan sebelum dilakukan pijat <i>tuina</i>	Jenis penelitian kuantitatif, metode (Quasy Experiment), pendekatan One Group Pre Test-Post Test Design, teknik pengambilan sampel dengan teknik non probability sampling jenis purposive sampling

2.	(Faradila & Melissa, 2023)	Pengaruh Pijat <i>Tuina</i> untuk meningkatkan berat badan pada balita di PMB D Kecamatan Rengasdengklok Kabupaten Karawang	Hasil uji Wilcoxon Signed Test diperoleh nilai $p=0.000$ sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh pijat <i>tui na</i> terhadap peningkatan berat badan pada balita di PMB D Kabupaten Karawang.	Desain penelitian menggunakan quasi eksperimental dengan rancangan one group pretest-posttest design. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling.
3.	(Husna & Eka, 2024)	Pengaruh pemberian Pijat <i>Tui na</i> terhadap peningkatan nafsu makan dan penambahan berat badan balita stunting	Berdasarkan hasil Penelitian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian pijat <i>Tui Na</i> terhadap peningkatan nafsu makan dan berat badan balita stunting.	Penelitian ini menggunakan Quasy eksperimental dengan desain Pre and Post test with control group. Teknik pengambilan sampel Purposive sampling yang terdiri dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teori

1. Konsep Tumbuh Kembang Anak

a. Pengertian Pertumbuhan dan Perkembangan anak

Pertumbuhan merupakan suatu perubahan bertambahnya ukuran fisik atau struktur tubuh yang terjadi pada anak, dimana pertambahan tersebut terjadi karena adanya multiplikasi sel dan bertambah besarnya sel di dalam tubuh anak. Penambahan struktur tubuh yang terjadi pada anak dapat diukur dengan ukuran berat dan panjang badan. Kecepatan pertumbuhan pada anak tidak terjadi secara beraturan, masa pertumbuhan terjadi sangat pesat pada saat prenatal, bayi dan remaja, kemudian pertumbuhan tersebut akan berangsur melambat pada saat anak memasuki usia pra sekolah dan masa sekolah. Proses pertumbuhan pada anak secara bersamaan terjadi beriringan dengan perkembangan (Nining 2016 dikutip dalam Selawati, 2022).

Perkembangan adalah suatu perubahan yang terjadi dengan bertambahnya kemampuan anak, dan sebagai proses menuju tingkat kedewasaan. Dalam proses perkembangan fungsi tubuh bertambah menjadi lebih kompleks dan adanya pematangan fungsi organ karena susunan saraf pusat dengan organ yang terus mengalami pematangan. Berkembangnya seorang anak

menunjukkan bahwa adanya peningkatan fungsi dan kapabilitas. Perkembangan seorang anak dapat dilihat melalui kemampuan gerak kasar, gerak halus, bicara dan bahasa serta sosialisasi dan kemandirian (Nining 2016 dikutip dalam Selawati, 2022).

Menurut (Nining 2016 dikutip dalam Selawati, 2022) proses tumbuh kembang anak mempunyai ciri-ciri yang berkaitan antara satu sama lain. ciri-ciri tersebut sebagai berikut:

1) Perkembangan Menimbulkan Perubahan

Perkembangan terjadi beriringan dengan pertumbuhan. setiap pertumbuhan yang terjadi akan disertai dengan perubahan fungsi misalnya perkembangan kecerdasan pada seorang anak terjadi karena adanya pertumbuhan otak dan serabut saraf.

2) Pertumbuhan dan Perkembangan pada Tahap Awal Menentukan Perkembangan Selanjutnya

Tahun-tahun pertama kehidupan anak sangat penting karena dapat menentukan perkembangan selanjutnya. Tahun pertama menjadi pondasi yang kuat dalam proses tumbuh kembang anak pada masa usia selanjutnya. Usia awal menjadi hal penting karena banyak aspek yang berkembang dalam diri anak mulai dari sikap, kebiasaan, dan pola perilaku. Dimana hal tersebut sangat menentukan seberapa jauh anak dapat

menyesuaikan dirinya sampai usia bertambah tua. Setiap anak tidak akan mampu melewati satu tahap perkembangan sebelum melewati tahapan perkembangan sebelumnya. Contohnya seorang anak tidak akan mampu berjalan jika sebelumnya tidak bisa berdiri. Seorang anak tidak bisa berdiri jika pertumbuhan kaki dan bagian tubuh lain yang berkaitan dengan fungsi tubuh mengalami hambatan.

3) Pertumbuhan dan Perkembangan Mempunyai Kecepatan yang Berbeda

Setiap individu anak akan mengalami perbedaan pada setiap proses pertumbuhan dan perkembangan, tidak ada yang sama. Sebagaimana pertumbuhan, perkembangan pun memiliki kecepatan yang berbeda, baik dalam proses pertumbuhan fisik maupun perkembangan fungsi organ di setiap masing-masing anak.

4) Perkembangan Berkolerasi dengan Pertumbuhan

Perkembangan yang cepat akan sejalan dengan berangsurnya pertumbuhan yang terjadi secara cepat pada anak, misalnya peningkatan mental, memori, daya nalar dan lain-lain. Anak yang sehat tanpa adanya hambatan dalam proses tumbuh kembangnya akan terus bertambah kemampuan dan pertumbuhan fisiknya sesuai dengan usianya.

5) Perkembangan Memiliki Pola yang Tetap

Perkembangan terjadi lebih dahulu di daerah kepala, kemudian ke arah anggota tubuh lainnya. Dimana perkembangan dimulai dari gerak kasar yang ada di daerah proksimal dan kemudian berkembang ke bagian distal seperti jari yang mempunyai kemampuan gerak halus.

6) Perkembangan Memiliki Tahap yang Berurutan

Tahap perkembangan memiliki pola yang tetap tidak akan berubah meskipun terdapat variasi dalam kecepatan perkembangan. Sebagai contoh anak mulai belajar untuk berjalan ketika sudah mampu berdiri dan merangkak.

Proses tumbuh kembang anak juga mempunyai prinsip-prinsip yang berkaitan. Prinsip tersebut sebagai berikut:

1) Perkembangan Merupakan Hasil Proses Kematangan

Kematangan merupakan proses yang terjadi dengan sendirinya sesuai dengan potensi atau kemampuan yang ada pada tiap individu. Perkembangan terjadi saat anak melakukan pembelajaran dengan melatih diri dan terus berusaha. Hasil kematangan dan belajar memainkan peran penting dalam perkembangan.

2) Pola Perkembangan dapat Diprediksi

Pola perkembangan pada setiap anak memiliki persamaan, dimana perkembangan berlangsung dari tahap umum ke tahap spesifik dan terjadi berkesinambungan.

b. Aspek Pertumbuhan dan Perkembangan Anak

1) Aspek Pertumbuhan

Untuk menilai pertumbuhan anak dilakukan pengukuran antropometri. Pengukuran antropometri meliputi pengukuran berat badan, tinggi badan, dan lingkar kepala. Pengukuran berat badan digunakan untuk menilai hasil peningkatan atau penurunan semua jaringan yang ada pada tubuh, pengukuran tinggi badan digunakan untuk menilai status perbaikan gizi disamping faktor genetik, sedangkan pengukuran lingkar kepala dimaksudkan untuk menilai pertumbuhan otak (Yulizawati, 2022).

2) Aspek Perkembangan

a) Motorik Kasar

Motorik kasar adalah aspek yang berhubungan dengan kemampuan anak melakukan pergerakan dan sikap tubuh yang melibatkan otot-otot besar seperti duduk, berdiri, dan sebagainya. Gerakan motorik kasar dilakukan oleh seluruh tubuh atau sebagian besar anggota tubuh sehingga memerlukan tenaga yang lebih besar dan melibatkan penggunaan otot besar. Misalnya duduk, merangkak, bangkit, dan berdiri tanpa bantuan.

b) Motorik Halus

Motorik halus adalah aspek yang berhubungan dengan kemampuan anak, biasanya tidak memerlukan tenaga hanya dilakukan dengan otot kecil, namun memerlukan kecermatan. Misalnya mengamati sesuatu, menjepit, menulis dan sebagainya.

c) Kemampuan Bicara dan Bahasa

Bahasa merupakan bentuk komunikasi yang disampaikan baik secara lisan, tulisan, gerak tubuh ataupun ekspresi wajah. Perkembangan bahasa pada anak akan terus meningkat seiring bertambahnya usia, dimana aspek kemampuan bahasa ini berhubungan dengan suatu respon terhadap suara, berbicara, berkomunikasi, mengikuti perintah dan sebagainya.

d) Perilaku Sosial

Perilaku sosial adalah aspek yang berhubungan dengan kemampuan mandiri anak (makan sendiri, membersihkan mainan setelah bermain), bersosialisasi dan melakukan interaksi dengan lingkungan disekitarnya. Dalam aspek sosialisasi dan kemandirian dapat diartikan bahwa anak sudah mampu mencapai kematangan hubungan sosialnya atau menyesuaikan diri dengan norma-norma di lingkungan tempat tinggalnya.

c. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tumbuh Kembang Anak

Menurut (Yulizawati, 2022) ada dua faktor yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak, yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

1) Faktor Internal

- a) Ras/etnik : Anak yang dilahirkan dari ras bangsa Amerika tidak memiliki faktor herediter ras bangsa Indonesia atau sebaliknya.
- b) Keluarga : Ada kecenderungan keluarga yang memiliki postur tubuh tinggi, pendek, gemuk atau kurus.
- c) Umur : Kecepatan pertumbuhan yang pesat terjadi pada masa prenatal, tahun pertama kehidupan dan masa remaja.
- d) Jenis kelamin : Fungsi reproduksi pada anak perempuan berkembang lebih cepat daripada laki-laki. Tetapi setelah melewati masa pubertas pertumbuhan anak laki-laki akan lebih cepat.
- e) Genetik : Genetik adalah bawaan anak yaitu potensi anak yang akan menjadi ciri khasnya. Ada beberapa kelainan genetik yang berpengaruh pada tumbuh kembang anak. Salah satu contohnya adalah tubuh kerdil.
- f) Kelainan kromosom : Kelainan kromosom umumnya disertai dengan kegagalan pertumbuhan dan perkembangan seperti pada sindrom down dan sindrom turner.

2) Faktor Eksternal

a) Faktor Prenatal

- (1) Nutrisi yang dikonsumsi ibu selama hamil akan mempengaruhi pertumbuhan janin yang dikandungnya. Oleh karena itu asupan nutrisi pada saat hamil harus sangat diperhatikan. Pemenuhan zat gizi menurut kaidah gizi seimbang patut dijalankan. Dalam setiap kali makan, usahakan ibu hamil mendapat cukup asupan karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral.
- (2) Mekanisme Trauma dan posisi fetus yang abnormal dapat menyebabkan kelainan kongenital seperti *club foot*, dislokasi panggul, fasia fasialis, dan sebagainya.
- (3) Toksin/zat kimia dan obat-obatan seperti aminopterin, thalidomid dapat menyebabkan kelainan kongenital palatoskisis.
- (4) Diabetes mellitus pada ibu hamil dapat menyebabkan makrosomia, kardiomegali, hiperplasia adrenal.
- (5) Radiasi paparan radium dan sinar rontgen dapat mengakibatkan kelainan pada janin seperti mikrosefali, spina bifida, retardasi mental dan deformitas anggota gerak, kelainan kongenital mata, kelainan jantung.
- (6) Infeksi pada trimester pertama dan kedua oleh TORCH (toksoplasma, rubella, cytomegalo virus, herpes simpleks)

dapat menyebabkan kelainan pada janin, seperti katarak, bisu tuli, mikrosefali, retardasi mental dan kelainan jantung kongenital.

(7) Anoksia embrio yang disebabkan oleh gangguan fungsi plasenta menyebabkan pertumbuhan janin terganggu.

(8) Psikologis ibu selama hamil dapat mempengaruhi pertumbuhan janin.

b) Faktor Persalinan

Komplikasi yang terjadi pada saat proses persalinan seperti trauma kepala, asfiksia yang dapat menyebabkan kerusakan jaringan otak bayi.

c) Faktor Pasca Persalinan

(1) Gizi

Anak memerlukan gizi/nutrisi yang seimbang. Pada masa bayi, makanan utamanya adalah ASI. Berikan hak anak untuk mendapatkan ASI eksklusif, yaitu hanya ASI sampai bayi berusia 6 bulan. Setelah itu tambahkan makanan pendamping ASI (MPASI), yang diberikan sesuai dengan usia anak. Pemberian MPASI harus diberikan secara bertahap sesuai dengan usia anak. Secara garis besar pemberian MPASI dibagi menjadi 2 tahapan, yaitu MPASI untuk usia 6 bulan, dan MPASI untuk usia 9 bulan ke atas. Keduanya berbeda dalam rasa dan

teksturnya, sesuai dengan perkembangan dan kemampuan anak.

(2) Penyakit kronis kelainan kongenital

Penyakit kronis seperti tuberkulosis, anemia serta kelainan kongenital seperti kelainan jantung bawaan atau penyakit keturunan seperti thalasemia dapat mengakibatkan gangguan pada proses pertumbuhan.

(3) Lingkungan fisik dan kimia

Lingkungan adalah tempat anak hidup yang berfungsi sebagai penyedia kebutuhan dasar anak (provider). Sanitasi lingkungan yang kurang baik, kurangnya sinar matahari, paparan sinar radio aktif, zat kimia tertentu (plumbum, merkuri, rokok dan sebagainya) mempunyai dampak negatif terhadap pertumbuhan anak.

(4) Psikologis

Faktor psikologis yang dimaksud adalah bagaimana hubungan anak dengan orang di sekitarnya. Seorang anak yang tidak dikehendaki oleh orang tuanya atau anak yang selalu merasa tertekan akan mengalami hambatan dalam proses pertumbuhan dan perkembangannya.

(5) Endokrin

Gangguan hormon, seperti pada penyakit hipotiroid dapat menyebabkan anak mengalami hambatan pertumbuhan.

(6) Sosio-ekonomi

Kemiskinan selalu berkaitan dengan kekurangan makanan, dan kesehatan lingkungan yang buruk. Keadaan seperti ini dapat menghambat proses pertumbuhan dan perkembangan anak.

(7) Lingkungan pengasuhan

Pada lingkungan pengasuhan, interaksi ibu-anak sangat mempengaruhi tumbuh kembang anak.

(8) Obat-obatan

Pemakaian kortikosteroid jangka lama akan menghambat pertumbuhan, demikian juga dengan pemakaian obat perangsang terhadap susunan saraf yang menyebabkan terhambatnya produksi hormon pertumbuhan.

2. Konsep Kesulitan Makan

a. Pengertian Kesulitan Makan

Kesulitan makan adalah anak menolak untuk makan atau tidak mau menerima makanan atau minuman dengan berbagai macam dan jumlah sesuai usia, atau dengan kata lain gangguan makan sehingga anak melakukan penolakan terhadap makan dan hanya mengkonsumsi makanan yang disukai saja (Endy 2018 dikutip dalam Yulianti, 2023). Kesulitan makan pada anak ditunjukkan dengan adanya penurunan nafsu makan, tidak

menyukai banyak variasi makanan, memuntahkan atau menyemburkan makanan, sama sekali tidak memasukkan makanan kedalam mulut atau menutup mulut rapat, dan menepis suapan dari orang tua (Fadillah 2017 dikutip dalam Nurlianawati et al., 2023). Kesulitan makan merupakan gangguan klinis yang penting namun sering kali diabaikan. Berkurangnya nafsu makan diyakini sebagai faktor utama terjadinya kurang gizi dan dapat berdampak pada penurunan berat badan yang tidak disengaja.

Beberapa istilah dipakai untuk menggambarkan kesulitan makan pada anak, seperti *pickiness* (Amerika Serikat) dan *faddiness* (Inggris), yang berarti suka memilih-milih makanan. *Picky eating* atau hanya mau makanan tertentu merupakan proses normal yang sering terjadi pada balita dan tidak akan berlangsung lama. Ada yang berpendapat bahwa anak sehat yang waktu makannya lebih lama dari 30 menit tergolong kedalam gangguan perilaku makan. Masalah makan yang dikaitkan dengan bidang nutrisi klinis anak adalah segala sesuatu yang berkaitan dengan ketidakmampuan balita untuk mengkonsumsi sejumlah makanan yang diperlukannya secara alamiah dan wajar dengan menggunakan mulutnya secara sukarela.

b. Penyebab Kesulitan Makan

Kesulitan makan umumnya dialami balita usia 1-5 tahun atau usia pra-sekolah. Pada usia ini balita menjadi sulit makan karena pertumbuhan fisiknya melambat dibanding ketika masih bayi. Selain itu, periode usia 1-5 tahun disebut juga usia *food jag*, yaitu anak hanya mau makan makanan yang disukai sehingga terkesan terlalu pilih-pilih dan sulit makan. Sulit makan dianggap wajar selama tidak mengganggu kesehatan dan pertumbuhan anak dan akan hilang dengan sendirinya. Akan tetapi keadaan sulit makan yang berkepanjangan dapat berdampak pada pertumbuhan fisik dan perkembangan intelektual anak.

Faktor perilaku kesulitan makan antara lain yaitu faktor keterlibatan anak, faktor perilaku makan orangtua, faktor penyediaan makanan dan kontrol makanan. Penyediaan makanan sehat bagi anak akan membentuk kebiasaan perilaku makan yang sehat pada anak. Anak yang sering diberi makanan sehat akan terbiasa mengonsumsi makanan yang sehat. Begitu juga sebaliknya yaitu orangtua yang memberikan makanan yang tidak sehat pada anak, maka anak akan terbiasa mengonsumsi makanan yang tidak sehat, seperti memberikan makanan mie instan, menambahkan garam pada makanan anak serta menambahkan penyedap rasa. Selain makanan instan, orangtua sering menyediakan makanan manis di rumah. Pemberian

makanan manis mendekati waktu makan dapat menyebabkan berkurangnya nafsu makan karena anak merasa sudah kenyang. Memberikan makanan manis menyebabkan kebutuhan nutrisi anak tidak terpenuhi dengan baik dan anak menjadi ketagihan dengan makanan manis tersebut, sehingga lama-kelamaan akan menjadi kebiasaan dan mengakibatkan anak mengalami kesulitan makan.

1) Faktor Internal

a) Faktor Psikologis

Kesalahan orang tua dalam mengelola aturan makanan anak sangat berpengaruh terhadap psikologi anak. Orang tua dengan sikap over protektif yaitu memaksa anak mereka makan terlalu banyak melebihi kebutuhan anak. Sikap sering memaksa makan mengakibatkan bayi ataupun anak menganggap proses makan menjadi waktu yang tidak menyenangkan, hal tersebut mengakibatkan timbulnya sikap anti pada makanan. Sikap kegelisahan serta kebimbangan orang tua pun membuat anak terlihat rentan terhadap sikap tersebut serta memberikan reaksi berupa gelisah, tidur terganggu, dan menangis berlebihan. Maka dari itu orang tua harus lebih bijak lagi perihal memperhatikan keinginan anak untuk makan serta melatih kemandirian anak dengan

memperhatikan makanan yang dikonsumsi (Kusumawardhani 2013 dikutip dalam Dian Saputri, 2023).

b) Faktor Nutrisi

Balita merupakan golongan konsumen semipasif atau semiaktif sehingga pemenuhan kebutuhan nutrisi masih bergantung pada orang lain, khususnya ibu atau pengasuhnya. Faktor nutrisi berpengaruh terhadap kesulitan makan pada balita. Pemberian makanan pada balita atau anak ditujukan untuk pemenuhan keperluan zat gizi yang cukup dalam keberlangsungan hidupnya. Pengetahuan ibu mengenai kemampuan penentuan jenis serta jumlah makanan yang diberikan kepada anak harus disesuaikan dengan pertumbuhan usianya. Ketepatan jenis serta jumlah makanan sangatlah menentukan pemenuhan gizi pada balita atau anak.

c) Faktor Gangguan Pencernaan

Gangguan pencernaan berpengaruh terhadap sulitnya makan pada balita atau anak. Gangguan pencernaan memiliki keterkaitan terhadap fenomena sulit makan. Gangguan pencernaan bisa menyebabkan balita atau anak menjadi sulit makan karena pada saat sakit

mereka akan mengalami penurunan nafsu makan (Noorhasanah 2022 dikutip dalam Dian Saputri, 2023).

2) Faktor Eksternal

a) Kebiasaan Makan

Kebiasaan makan biasanya berupa sajian menu makanan yang menurut anak membosankan serta anak menyukai menu masakan yang bervariasi (Maulidia et al., 2022). Balita merupakan fase dimana anak mulai menyukai sajian makanan yang bervariasi atau menarik. Anak akan merasa bosan jika yang di sajikan tidak menarik dan anak akan mengalami sulit makan. Oleh karena itu peranan orang tua khususnya ibu harus memiliki inisiatif tinggi dalam hal penyajian makanan untuk anak agar anak dapat makan lahap dan makan sesuai waktunya, sehingga dapat memenuhi kebutuhan gizinya untuk kebaikan pertumbuhan dan perkembangan anak.

b) Faktor Lingkungan

Faktor Lingkungan biasanya terjadi disebabkan karena ibu malas makan sehingga anakpun mengikuti kemalasan tersebut. Faktor lain terjadi bila anak lebih suka bermain sehingga melupakan makan. Lingkungan anak bisa mempengaruhi tingkat pola makan anak.

c) Gangguan Proses Makan

Proses makan terjadi mulai dari memasukkan makanan dimulut, mengunyah dan menelan. Keterampilan dan kemampuan koordinasi pergerakan motorik kasar di sekitar mulut sangat berperan dalam proses makan tersebut. Pergerakan motorik tersebut berupa koordinasi gerakan menggigit, mengunyah dan menelan dilakukan oleh otot di rahang atas dan bawah, bibir, lidah dan otot lainnya di sekitar mulut. Gangguan proses makan di mulut tersebut seringkali berupa gangguan mengunyah makanan. Gangguan koordinasi motorik mulut juga seringkali mengakibatkan kejadian tergigit sendiri bagian bibir atau lidah secara tidak sengaja.

c. Tanda dan Gejala Kesulitan Makan

Gejala kesulitan makan pada balita di antaranya adalah:

- 1) Kesulitan mengunyah, menghisap, menelan makanan atau hanya bisa makan makanan lunak atau cair.
- 2) Memuntahkan atau menyembur-nyemburkan makanan yang sudah masuk di mulut anak.
- 3) Makan berlama-lama dan memainkan makanan.
- 4) Sama sekali tidak mau memasukkan makanan ke dalam mulut atau menutup mulut rapat.

- 5) Memuntahkan atau menumpahkan makanan dan menepis suapan.
- 6) Tidak banyak menyukai variasi makanan.
- 7) Kebiasaan makan yang aneh dan ganjil.

d. Dampak Kesulitan Makan

Pada kesulitan makan yang sederhana misalnya karena sakit yang akut biasanya tidak menunjukkan dampak yang berarti pada kesehatan dan tumbuh kembang balita. Pada kesulitan makan yang berat dan berlangsung lama akan berdampak pada kesehatan dan tumbuh kembang balita. Gejala yang timbul tergantung dari jenis dan jumlah zat gizi yang kurang. Bila anak hanya tidak menyukai makanan tertentu misalnya buah dan sayur akan terjadi defisiensi vitamin A. Bila hanya mau minum susu saja akan terjadi anemia defisiensi besi. Bila kekurangan kalori dan protein akan terjadi kekurangan energi protein (KEP)

e. Penanganan Kesulitan Makan

1) Membentuk Pola Makan Anak

Pola makan adalah cara seseorang dalam memilih makanan sebagai tanggapan terhadap pengaruh fisiologis, psikologis budaya dan sosial. Pola makan yang baik dan teratur perlu diperkenalkan sejak anak berusia dini dan juga

sangat penting dalam membina dan mengembangkan keterampilan makan pada anak. Pola makan anak sebaiknya diatur sesuai dengan waktu lapar dan pengosongan lambung, Perhatikan rentang waktu pemberian makanan, hindari memaksa anak untuk menghabiskan makanannya jika anak sudah tidak mau makan.

2) Menciptakan Suasana Makan Yang Menyenangkan

Suasana makan sangat menentukan keinginan anak untuk makan. Suasana makan yang menyenangkan didalam rumah, Misalnya makan bersama keluarga di meja makan, Sehingga anak punya kesempatan untuk memilih menu makanan yang disukainya. Hal ini dapat menambah nafsu makan anak.

3) Penyajian Makanan Yang Menarik

Menu makanan yang disajikan secara bervariasi dan menarik akan menambah nafsu makan anak.

4) Kesulitan makan dapat juga diatasi dengan beberapa cara sesuai dengan feeding rules yaitu:

a) Jadwal

(1) Jadwal makanan utama dan makanan selingan (snack) yang teratur.

(2) Pemberian makan sebaiknya tidak > 30 menit.

- (3) Hindari menawarkan cemilan yang lain saat makan kecuali minum.

b) Lingkungan

- (1) Lingkungan yang menyenangkan (tidak boleh ada paksaan untuk makan).
- (2) Siapkan serbet untuk alas makan agar tidak berantakan.
- (3) Tidak ada distraksi (mainan, televisi, perangkat permainan elektronik) saat makan.
- (4) Hindari memberikan makanan sebagai hadiah.

c) Prosedur

- (1) Berikan makanan dalam porsi kecil.
- (2) Berikan makanan utama dan diakhiri dengan minum.
- (3) Memberikan dorongan anak untuk makan sendiri.
- (4) Bila anak menunjukkan tanda tidak mau makan (mengatupkan mulut, memalingkan kepala, menangis), tawarkan kembali makanan secara netral, yaitu tanpa membujuk ataupun memaksa.
- (5) Bila setelah 10-15 menit anak tetap tidak mau makan, akhiri proses makan.
- (6) Hindari membersihkan Mulut anak jika belum selesai.

3. Pijat *Tui Na*

a. Pengertian Pijat *Tui Na*

Pijat *Tui Na* adalah teknik pijat tradisional china yang pertama kali diperkenalkan oleh terapis pijat anak dr. Fan Ya-Li. *Tui Na* adalah bentuk terapi pijat dan telah digunakan di China selama lebih dari 5.000 tahun. Didefinisikan sebagai "seni penyembuhan jari dan kekuatan kuno," *Tui Na* (diucapkan "twee nah") telah mendapatkan perhatian internasional untuk perawatannya yang aman dan efektif untuk berbagai kondisi (Alamsyah et al., 2023). Terapi Komplementer yang berasal dari Tiongkok ini menggunakan teknik kompresi berirama di sepanjang saluran energi tubuh yang berbeda untuk membangun aliran qi yang harmonis ke seluruh tubuh dan membawanya kembali ke keseimbangan. Dengan memberikan tekanan pada meridian, titik akupunktur, dan kelompok otot dan saraf, hal ini menghilangkan penyumbatan dan bekerja secara mendalam dengan energi positif tubuh.

Pijat *Tui Na* merupakan teknik pijat menggunakan tangan dan penerapan tekanan pada titik pijat untuk meredakan gejala, mengobati penyakit, atau membantu memulihkan kesehatan pasien. Manfaat pijat *Tui Na* pada bayi balita meningkatkan nafsu makan, membantu memaksimalkan fungsi pencernaan sehingga dapat meningkatkan berat badan. Pijat *Tui Na* efektif

mengatasi kesulitan makan pada balita dengan cara memperlancar peredaran darah ke limpa dan pencernaan sehingga dapat juga membantu meningkatkan berat badan balita (Karmila et al., 2023).

Pijat *Tui Na* adalah salah satu teknik pijat dengan cara memperlancar pencernaan dan peredaran darah pada limpa. Melalui modifikasi akupuntur tanpa jarum, teknik ini menggunakan penekanan pada titik-titik meridian atau garis aliran energi tubuh. Sehingga relatif lebih mudah dilakukan dibandingkan akupuntur. Pijat ini dilakukan dengan teknik pemijatan meluncur (*Effleurage* atau *Tui*), memijat (*Petrissage* atau *nie*), mengetuk (*Tapotement* atau *Da*), gesekan, menarik, memutar, menggoyang, dan menggetarkan titik tertentu sehingga akan mempengaruhi aliran energi tubuh dengan memegang dan menekan tubuh pada bagian tubuh tertentu (Hidayanti, 2023).

Pijat *Tui Na* memberikan manfaat terhadap tumbuh kembang baik secara fisik maupun emosional, rangsangan peningkatan aktivitas syaraf, peningkatan penyerapan sistem pencernaan dan penyerapan makanan lebih baik serta dapat mengatasi mual, dan kurang nafsu makan pada anak. Pemijatan dilakukan selama 30 menit dan dapat dilakukan saat waktu bermain, senang, santai dan kondisi perasaan bahagia. Pemijatan dilakukan tanpa memaksakan anak. Pemijatan

dilakukan 1 jam sebelum atau setelah makan ataupun saat akan tidur di malam hari (Alamsyah et al., 2023).

Pijat *Tui Na* yang dilakukan secara teratur juga dapat meningkatkan efektifitas sirkulasi hormon epinefrin dan norepinefrin yang dapat merangsang stimulasi pertumbuhan anak dan balita dengan meningkatkan frekuensi makan, merangsang perkembangan struktur tubuh maupun fungsi motorik (Intan et al., 2022).

b. Manfaat Pijat *Tui Na*

Pijat anak dan bayi dapat menghasilkan perubahan fisiologis yang menguntungkan dan dapat diukur secara ilmiah manfaatnya (Samiasih, et., al 2020). Manfaat dari pijat bagi anak diantaranya :

1) Efek Biokimia dan Fisik yang Positif

Efek biokimia dari pijat antara lain menurunkan kadar hormon stress (cathecolamine) dan meningkatkan kadar serotonin. Efek fisik dari pijat antara lain meningkatkan jumlah dan stitotoksisitas dari sistem imunitas (sel pembunuh alami), mengubah gelombang otak secara positif, memperbaiki sirkulasi darah dan pernapasan, merangsang fungsi pencernaan serta pembuangan, meningkatkan kenaikan berat badan, mengurangi depresi dan ketegangan, meningkatkan kesiagaan serta membuat tidur lelap,

mengurangi rasa sakit, mengurangi kembung dan kolik (sakit perut), meningkatkan hubungan batin orangtua dan anak (bonding), meningkatkan volume air susu.

a) Meningkatkan berat badan

Pemijatan dapat meningkatkan gerak peristaltik. Gerak peristaltik menurut Thibadeau dan Patton dalam bukunya “Anatomy dan Physiology” adalah semacam gelombang dan kontraksi teratur saluran menuju lambung yang menggerakkan bahan makanan agar dapat berproses dalam saluran pencernaan.

b) Meningkatkan efektivitas tidur anak

Pemijatan yang dilakukan pada otot-otot mengakibatkan aliran darah mengalami vasodilatasi sehingga oksigen dan nutrisi jumlahnya meningkat dan curah jantung meningkat. Kebanyakan anak akan tidur dalam waktu yang lama setelah dilakukan pemijatan. Peningkatan kuantitas tidur anak disebabkan oleh adanya peningkatan kadar sekresi serotonin yang dihasilkan pada saat pemijatan.

c) Meningkatkan konsentrasi dan kecerdasan anak

Sebuah penelitian pernah dilakukan pada sekelompok anak yang diberikan soal matematika. Setelah anak-anak diberikan soal, anak-anak itu dipijat

selama 2x15 menit setiap pekan dengan jangka waktu selama 5 minggu. Setelah diperlakukan dengan pemijatan anak-anak itu diberikan soal matematika lagi dan hasilnya menunjukkan bahwa kemampuan anak-anak dalam menyelesaikan soal jauh lebih baik.

d) Meningkatkan produksi ASI

Pijat menyebabkan bayi lebih rileks dan dapat beristirahat dengan efektif. Bayi yang tidur dengan efektif ketika bangun akan membawa energi yang cukup untuk beraktivitas. Dengan aktivitas yang optimal, bayi akan cepat lapar sehingga nafsu makannya meningkat. Peningkatan nafsu makan ini juga ditambah peningkatan aktivitas nervus vagus (sistem saraf otak yang bekerja untuk daerah leher ke bawah sampai dada dan rongga perut) dalam menggerakkan sel peristaltik (sel di saluran pencernaan yang menggerakkan saluran dalam pencernaan) untuk mendorong makanan ke saluran pencernaan. Dengan demikian, bayi lebih cepat lapar atau ingin makan karena pencernaannya semakin lancar. Bayi yang nafsu makannya baik memerlukan isapan ASI (Air Susu Ibu) cukup banyak setiap hari. Semakin banyak diisap, ASI pun semakin terstimulasi (terangsang) untuk memproduksi.

- e) Membantu meringankan ketidaknyamanan dalam pencernaan dan tekanan emosi

Pijat berguna meringankan ketidaknyamanan atau ketidak lancaran pencernaan, gangguan perut (kembung), tekanan emosi dan meningkatkan nafsu makan anak.

- f) Memacu perkembangan otak dan sistem saraf

Rangsangan yang diberikan kepada kulit anak akan memacu proses myelinisasi (penyempurnaan otak dan sistem saraf) sehingga dapat meningkatkan komunikasi otak ke tubuh anak dan keaktifan sel neuron. Myelinisasi yang berlangsung lebih cepat memungkinkan otak anak semakin terpacu untuk berfungsi sempurna dalam mengkoordinasikan tubuh. Anak lebih sigap dan lincah dalam menanggapi apa yang dihadapinya.

- g) Menstimulasi aktivitas nervus vagus untuk perbaikan pernafasan

Sebuah penelitian yang dilakukan di Touch Research Institute menunjukkan bahwa perlakuan pemijatan selama dua puluh menit yang dilakukan setiap malam pada anak-anak asma dapat menyebabkan mereka bernafas dengan lebih baik.

- h) Memperkuat sistem kekebalan tubuh

Pijat meningkatkan produksi serotonin sehingga

meningkatkan daya tahan tubuh. Pemijatan akan meningkatkan neurotransmitter serotonin yaitu peningkatan kapasitas sel yang berfungsi meningkatkan glucocoid (adrenalin suatu hormon stress). Penurunan kadar hormon stress ini akan meningkatkan daya tahan tubuh terutama IgM dan IgG.

2) Manfaat Pijat dalam Aspek Psikologis

a) Membina Ikatan Kasih Sayang Orang Tua dan Anak

Sentuhan orang tua terhadap anak akan mengalirkan kekuatan jalinan kasih diantara keduanya. Pada perkembangan anak, sentuhan orang tua adalah dasar perkembangan komunikasi yang akan memupuk cinta kasih secara timbal balik. Semua ini akan menjadi penentu bagi anak untuk secara potensial menjadi anak berbudi pekerti yang baik dan percaya diri.

b) Sentuhan Ibu Akan Memberikan Rasa Aman

Sentuhan dan pijat setelah kelahiran dapat memberikan jaminan adanya kontak tubuh yang berkelanjutan yang dapat mempertahankan perasaan aman bagi bayi dan anak, sentuhan akan merangsang peredaran darah dan menambah energi sebenarnya, pijat berguna tidak hanya untuk anak yang sehat tetapi juga anak yang sakit. Bahkan sampai anak dewasa.

c. Hal-Hal Yang Perlu Diperhatikan Ketika Pemijatan

- 1) Sebelum Pemijatan
 - a) Ruangan yang hangat tapi tidak panas.
 - b) Ruangan kering dan tidak pengap.
 - c) Ruangan tidak berisik.
 - d) Ruangan yang penerangannya cukup.
 - e) Ruangan tanpa aroma menyengat dan mengganggu.
 - f) Tangan bersih dan hangat.
 - g) Hindari agar kuku dan perhiasan tidak mengakibatkan goresan pada kulit anak.
 - h) Anak sudah selesai makan atau sedang tidak lapar.
 - i) Sediakan waktu untuk tidak diganggu minimal selama 15menit guna melakukan seluruh tahap-tahap pemijatan.
 - j) Duduklah pada posisi nyaman dan tenang.
 - k) Baringkanlah anak diatas permukaan kain yang rata, lembut, dan bersih. Siapkanlah handuk, baju ganti, dan minyak bayi (baby oil atau lotion).
 - l) Mintalah izin pada anak sebelum melakukan pemijatan dengan cara membelai wajah dan kepala anak sambil mengajaknya bicara.
 - m) Akhiri dengan peregangan. Setelah melakukan persiapan itu, pemijatan bisa dimulai.

2) Selama Pemijatan

- a) Memandang mata anak, disertai pancaran kasih sayang selama pemijatan berlangsung.
- b) Bernyanyi atau putarkan lagu-lagu yang tenang/lembut guna membantu menciptakan suasana tenang selama pemijatan berlangsung.
- c) Awali pemijatan dengan melakukan sentuhan ringan kemudian secara bertahap tambahkan tekanan pada sentuhan yang dilakukan, khususnya apabila sudah merasa yakin bahwa anak mulai terbiasa dengan pijatan yang sedang dilakukan.
- d) Sebelum melakukan pemijatan, oleskan baby oil atau lotion yang lembut sesering mungkin kepada anak dengan memastikan tidak alergi terhadap minyak yang digunakan.
- e) Memandikan anak segera setelah pemijatan berakhir agar anak merasa segar dan bersih setelah terlumur minyak bayi (*baby oil*). Namun, kalau pemijatan dilakukan pada malam hari, anak cukup diseka dengan air hangat agar bersih.
- f) Hindarkan mata anak dari baby oil.

d. Langkah Pijat *Tui Na*

Mencuci tangan dilakukan sebelum melakukan pemijitan dan mempersiapkan *baby oil* atau *lotion* untuk memijit.



Gambar 1. Mencuci Tangan



Gambar 2. Mempersiapkan baby oil atau minyak telon

1) Langkah 1

Tekuk sedikit ibu jari anak dan gosok garis di pinggir ibu jaridi sisi telapaknya. Pijat dari ujung ibu jari hingga ke pangkalnya antara 100 - 500 kali. Ini membantu memperkuat fungsi pencernaan dan limpa.



Gambar 3. Langkah 1

2) Langkah 2

Pijat tekan melingkar bagian pangkal ibu jari yang paling tebal berdaging 100 - 300 kali. Ini akan menguraikan akumulasi makanan yang belum dicerna serta menstimulasi lancarnya sistem cerna.



Gambar 4. Langkah 2

3) Langkah 3

Gosok melingkar tengah telapak tangan 100 - 300 kali dengan radius lingkaran kurang dari dua pertiga dari tengah telapak tangan ke pangkal jari kelingking. Stimulasi ini akan memperlancar sirkulasi darah serta menyalurkan lima organ utama tubuh.



Gambar 5. Langkah 3

4) Langkah 4

Tusuk dengan kuku dan tekan melingkar titik yang berada di tengah lekuk buku jari yang terdekat dengan telapak yaitu jari telunjuk, tengah, manis, dan kelingking. Tusuk dengan kuku sebanyak tiga hingga lima kali dan pijat tekan 30 - 50 kali per titik. Ini akan memecah stagnasi di meridian dan menghilangkan akumulasi makanan.



Gambar 6. Langkah 4

5) Langkah 5

Tekan melingkar dengan bagian tengah telapak tangan tepat di atas pusar searah jarum jam sebanyak 100 - 300 kali.

Gerakan ini bertujuan menstimulasi makanan agar lebih lancar.



Gambar 7. Langkah 5

6) Langkah 6

Dengan kedua ibu jari, tekan, dan pisahkan garis di bawah rusuk menuju perut samping 100 - 300 kali. Gerakan ini bertujuan memperkuat fungsi limpa, lambung, dan memperbaiki pencernaan.



Gambar 8. Langkah 6

7) Langkah 7

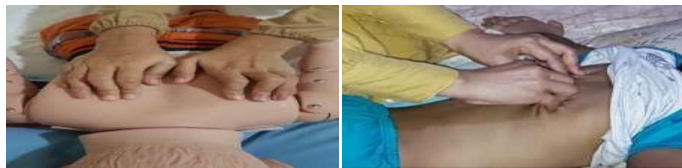
Tekan melingkar titik di bawah lutut bagian luar, sekitar empat lebar jari anak di bawah tempurung lutut sekitar 50 - 100 kali. Gerakan ini bertujuan menyelaraskan lambung, usus, dan pencernaan.



Gambar 9. Langkah 7

8) Langkah 8

Pijat secara umum punggung anak lalu tekan dengan ringan tulang punggungnya dari atas ke bawah sebanyak tiga kali. Lalu cubit kulit di kiri-kanan tulang ekor dan merambat ke atas hingga lebar tiga hingga lima kali. Gerakan ini mendukung aliran *chi* (daya hidup) sehat dan memperbaiki nafsu anak.



Gambar 10. Langkah 8

e. Pengaruh Pijat *Tui Na* Terhadap Kesulitan Makan

Tui Na merupakan perawatan tangan pada tubuh menggunakan akupresur sebagai dasar pengobatan Cina. Akupresur mempunyai tiga komponen dasar yaitu Ci (energi vital), meridian dan titik pijat. Ci adalah materi dasar kehidupan yang dibentuk oleh sari makanan, minuman dan udara (teknik serta dipengaruhi oleh kondisi lingkungan. Meridian adalah saluran dan sistem sirkulasi atau peredaran energi di dalam tubuh. Titik pijat adalah organ tubuh manusia yang berfungsi sebagai

reseptor terluas yang dimiliki manusia. Sensasi sentuh/raba adalah indera yang aktif berfungsi sejak dini. Penelitian menunjukkan bayi atau anak yang dipijat mengalami peningkatan tonus nerve vagus yang akan meningkatkan kadar enzim penyerapan gastrin dan insulin dengan demikian penyerapan makanan menjadi lebih baik. Pemijatan juga mempengaruhi produksi serotonin yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh. Pemijatan yang dilakukan meningkatkan aktivitas neurotransmitter serotonin dan kapasitas sel reseptor yang berfungsi mengikat glucocorticoid (adrenaline, hormone stress). Sehingga terjadi penurunan kadar hormone adrenaline. Dengan terjadinya penurunan kadar hormone adrenaline (stress) daya tahan tubuh akan meningkat terutama IgM (immunoglobulin M) dan IgG (Imunoglobulin G).

Ada beberapa penelitian yang menunjukkan adanya pengaruh Pijat *Tui Na* terhadap kesulitan makan, yaitu :

- 1) Pelatihan Pijat *Tui Na* sebagai strategi dalam mengatasi kesulitan makan Pada balita di Padukuhan Selatan, Kabupaten Sleman (Ratnaningsih, 2023).
- 2) Efektifitas Pijat *Tui Na* terhadap kenaikan berat badan anak balita untuk mengoptimalkan tumbuh kembang (Ceria & Arintasari, 2023).

- 3) Pengaruh metode Pijat *Tui Na* terhadap penambahan berat badan pada balita usia 1-5 Tahun dengan masalah berat badan dan picky eater (Intan et al., 2022).

B. Kerangka Teori

Skema 2.1 Kerangka Teori



C. Kerangka Konsep

Kerangka konsep adalah alur penelitian yang memperlihatkan variable - variabel yang mempengaruhi dan di pengaruhi. Pada Penelitian ini yang merupakan variabel independen adalah pijat *Tui Na*, sedangkan variabel dependen adalah kesulitan makan

Skema 2.2 Kerangka Konsep



D. Hipotesa

Hipotesa adalah jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian. Karena sifatnya masih sementara maka perlu dibuktikan kebenarannya melalui data empiric yang terkumpul. Hipotesis dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

Ha : Ada pengaruh pemberian pijat *Tui Na* terhadap kesulitan makan pada balita di Wilayah Kerja Puskesmas Tambusai 1

H0 : Tidak ada pengaruh pemberian pijat *Tui Na* terhadap kesulitan makan pada balita di Wilayah Kerja Puskesmas Tambusai 1

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

1. Jenis Penelitian

Jenis Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancangan *one group pretest and posttest design*. Pada *design* ini terdapat *pre test and post test* sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Dimana penelitian ini digunakan untuk melihat pengaruh pijat *Tui Na* terhadap kesulitan makan pada balita di Wilayah Kerja Puskesmas Tambusai 1.

2. Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan adalah pra eksperimen dengan menggunakan pendekatan *pre-test* dan *post- test one group*. Desain penelitian ini tidak menggunakan kelompok pembanding atau kelompok control.

Skema 3.1 Rancangan Penelitian

Kelompok	<i>Pretest</i>	Perlakuan	<i>Posttest</i>
Eksperimen	01	X	02

01 : Sebelum dilakukan pijat *Tui Na*

X : Perlakuan

02 : Sesudah dilakukan pijat *Tui Na*

B. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

1. Populasi Penelitian

Populasi adalah keseluruhan responden penelitian, populasi yang diambil dalam penelitian ini adalah semua balita yang mengalami kesulitan makan di Wilayah Kerja Puskesmas Tambusai 1 yang berjumlah 11 orang.

2. Sampel

Sampel secara sederhana diartikan sebagai bagian dari populasi yang menjadi sumber data yang sebenarnya dalam suatu penelitian. Dengan kata lain, sampel adalah sebagian dari populasi untuk mewakili seluruh populasi (Amin, 2023). Dalam penentuan sampel, peneliti mengambil semua populasi yaitu semua balita yang mengalami kesulitan makan yang berjumlah 11 orang.

3. Teknik Sampling

Teknik sampling pada penelitian ini dilakukan dengan cara pengambilan sampel yaitu menggunakan teknik non probability sampling. Teknik non probability sampling yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan sampling jenuh yaitu teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel.

C. Ruang Lingkup Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Tambusai 1 Kabupaten Rokan Hulu.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan bulan Agustus – September 2024.

D. Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini berjumlah dua terdiri dari variabel independen dan variabel dependen.

1. Variabel independen (variabel bebas) yaitu pijat *Tui Na*.
2. Variabel dependen (variable terikat) yaitu kesulitan makan pada balita di Wilayah Kerja Puskesmas Tambusai 1.

E. Defenisi Operasional

Tabel 3.1 Defenisi Operasional

No	Variabel	Defenisi Operasional	Alat Ukur	Skala	Hasil Ukur
1.	Variabel Independen : Pijat <i>Tui Na</i>	Pijat <i>Tui Na</i> merupakan teknik pijat untuk mengatasi kesulitan makan pada balita dengan cara memperlancar peredaran darah pada limfa dan pencernaan, melalui modifikasi dari akupuntur tanpa jarum, teknik ini menggunakan penekanan pada titik meridian tubuh atau garis aliran energi sehingga memberikan efek bagi tubuh untuk menerima lebih banyak nutrisi. Dilakukan selama 6 hari berturut-turut, bisa dilakukan di pagi atau di malam hari sebelum tidur.	SOP Pijat <i>Tui Na</i>	-	-

2.	Variabel Dependen : Kesulitan Makan	Kesulitan makan adalah gangguan makan sehingga melakukan penolakan makanan dan hanya mengonsumsi makanan yang disukai. Penyebab tersering pada kasus kesulitan makan pada balita dikarenakan gangguan fungsi limpa dan pencernaan.	Lembar uji Pre test dan post test	Rasio	0 - 50
----	--	---	--	-------	--------

F. Jenis Data

Menurut (Priadana & Sunarsi, 2021) jenis data berdasarkan sumber terdiri atas :

1. Data Primer

Data primer adalah data yang dikumpulkan oleh peneliti sendiri.

2. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang dikumpulkan oleh orang lain, bukan peneliti itu sendiri.

G. Teknik Pengumpulan Data

1. Data Primer

Pada penelitian ini, data primer diperoleh dengan menggunakan lembar Kuesioner sebanyak 10 pertanyaan, terhadap 11 orang responden.

2. Data Sekunder

Pada penelitian ini, data sekunder berupa data balita yang diperoleh dari pihak puskesmas.

H. Instrumen/Alat Penelitian

Alat pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner berupa lembar uji pre test & post test kepada ibu dari balita untuk mengetahui tingkat kesulitan makan pada balita.

I. Metode Pengolahan Data

Metode pengolahan data menurut (Priadana & Sunarsi, 2021). Terdiri dari beberapa tahapan. Tahapan-tahapan yang harus kita lalui dalam mengolah data yaitu:

1. Pengumpulan Data

Pada tahapan ini, kita mengumpulkan data-data yang dibutuhkan.

2. Penyuntingan (Editing)

Yang dimaksud dengan editing dalam analisa data adalah kegiatan memeriksa kelengkapan dan kejelasan pengisian instrumen pengumpulan data, seperti daftar pertanyaan yang telah dikembalikan oleh responden.

3. Pemberian Kode (Coding)

Coding dalam penelitian yaitu proses identifikasi dan klasifikasi dengan memberikan simbol berupa angka pada tiap jawaban responden berdasarkan variabel yang diteliti.

4. Tabulasi

Pada tahapan ini kita melakukan data entri, menyusun, dan menghitung data yang telah dikodekan ke dalam tabel.

J. Analisis Data

1. Analisis Univariat

Analisis *univariat* adalah jenis analisis yang digunakan pada satu variabel untuk mengetahui gambaran distribusi rata-rata skala kesulitan makan. Data ditampilkan dalam bentuk tabel frekuensi dan persentase (Sulistiani, 2022).

Rumus : $F/N \times 100\%$

F ; subjek yang menjawab betul

N : Jumlah Soal

2. Analisis Bivariat

Analisis *bivariat* digunakan untuk menjawab hipotesis dan untuk mengetahui rata-rata perbedaan terhadap kesulitan makan pada balita sebelum diberikan intervensi dan sesudah diberikan intervensi menggunakan uji statistic T- Dependent.

3. Jika nilai P-value < 0.05 maka H0 ditolak artinya ada pengaruh pijat

Tui Na terhadap kesulitan makan pada balita

4. Jika nilai P-value > 0.05 maka H0 gagal ditolak artinya tidak ada

pengaruh pijat *Tui Na* terhadap kesulitan makan pada balita

K. Etika Penelitian

Masalah etika penelitian adalah masalah yang sangat penting dalam penelitian, mengingat penelitian langsung dengan manusia, maka segi etika penelitian harus diperhatikan. Dalam penelitian ini menggunakan prinsip :

1. Informed Consent (Persetujuan)

Informed consent merupakan bentuk persetujuan antara peneliti dan responden dengan memberikan lembar persetujuan. Informed consent dilakukan dengan memberikan lembar persetujuan untuk menjadi responden. Tujuan dari *Informed Consent* adalah agar subjek mengerti maksud dan tujuan peneliti.

2. Anonymity (Tanpa Nama)

Anonymity yaitu menghormati manusia dengan hanya menggunakan kode tertentu (inisial atau *indentification number*). Anonymity bertujuan agar informasi mengenai identitas pribadi dari responden tidak diketahui.

3. Ensuring beneficence

Prinsip ini menyatakan bahwa penelitian yang dijalankan akan memberikan sesuatu yang berguna bagi partisipan dan bagi komunitas yang terdampak. Penelitian bukan sekedar menghasilkan data yang diperoleh dari partisipan, namun juga memberi manfaat baik secara langsung dan tidak langsung bagi partisipan.

4. Ensuring Maleficence

Prinsip ini menyatakan bahwa peneliti harus mencegah terjadinya kecelakaan atau hal-hal yang tidak diharapkan dalam penelitian baik secara fisik atau psikologis bagi partisipan.