

## PENDAHULUAN

Perkembangan bahasa, kreativitas, bersosial, dan kecerdasan emosional dipengaruhi oleh masa balita, yang merupakan masa pertumbuhan dasar. Permasalahan gizi yang kurang terpenuhi dapat mempengaruhi perkembangan otak, yang pada gilirannya menyebabkan sumber daya manusia yang kurang berkualitas (Nurwijayanti, 2017).

Stunting adalah masalah yang berhubungan dengan pertumbuhan fisik anak dan disebabkan karena anak kekurangan gizi dalam jumlah yang lebih lama daripada angka kebutuhan gizi yang direkomendasikan oleh Kementerian Kesehatan Indonesia.

Pada usia balita, atau bawah lima tahun, anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang cepat. Balita rentan terhadap gangguan gizi. Agar anak sehat dan cerdas, mereka membutuhkan asupan gizi yang seimbang. Jika asupan gizi tidak seimbang, tumbuh kembang anak akan tidak optimal. Di Indonesia, masalah gizi buruk pada anak seperti berat badan rendah, wasting, dan stunting masih menjadi masalah besar. Stunting adalah jenis kondisi gizi buruk yang berlangsung lama yang dapat menyebabkan pertumbuhan terhambat, kemampuan kognitif dan mental yang menurun, rentan terhadap penyakit, produktivitas ekonomi yang rendah, dan kualitas hasil reproduksi yang rendah. Angka wasting dan stunting di Indonesia masih menduduki peringkat kelima dan keempat tertinggi di dunia. (Wahyu et al., 2022)

Kurang terpenuhinya asupan zat gizi pada anak dapat disebabkan karena gangguan perilaku yang berkaitan dengan makan, gangguan perilaku makan pada anak antara lain: sulit makan, diet, kelainan sensoris makan, picky eater (memilih-milih makanan), psikologis untuk menghindari makanan, sindrom penolakan, pertahanan taktil, neophobia dan anoreksia balita. Penelitian di New Zealand menunjukkan bahwa 24% responden memiliki anak yang mengalami kesulitan makan pada usia 2 tahun dan sebesar 18% terjadi sampai usia 4 tahun. Hal ini berdampak terhadap gangguan pertumbuhan dan perkembangan balita, menurunnya daya tahan tubuh, masalah tidur, masalah keseimbangan dan koordinasi, dan stunting. Beberapa penyebab kesulitan makan di antaranya karena hilangnya nafsu makan dan fungsi pencernaan yang terganggu. Hal ini ditandai dengan sulit mengunyah, menghisap, menelan, memuntahkan makanan, memainkan makanan dalam waktu lama, sama sekali tidak mau memasukkan makanan dengan cara menutup rapat mulut dan menepis suapan (Maghfiroh, 2019)

Sebenarnya, stunting adalah masalah yang ada di banyak negara, bukan hanya di Indonesia. Menurut [www.antaranews.com](http://www.antaranews.com), Organisasi Kesehatan Dunia memperkirakan prevalensi stunting, atau balita kerdil, sebesar 22% atau 149,2 juta jiwa pada tahun 2020. Di Indonesia, data dari Asian Development Bank menunjukkan bahwa pada tahun 2022 prevalensi stunting pada anak-anak di bawah lima tahun sebesar 31,8%. Ini menempatkan Indonesia di urutan ke-10 di Asia Tenggara. Selanjutnya, angka stunting di Indonesia dapat turun menjadi 21,6 persen pada tahun 2022, menurut data Kementerian Kesehatan. Menurut laporan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI), angka stunting di Kota Balikpapan meningkat dari 17,6% menjadi 19,6% pada tahun 2022.

Salah satu masalah yang dapat mempengaruhi stunting yakni pemberian makanan atau picky eater, dimana suatu kondisi sulit makan, yang dapat berdampak pada kekurangan asupan gizi balita (Fitriyanti, 2023). Balita usia enam bulan yang tidak mengalami peningkatan berat badan dua kali berturut-turut memiliki kemungkinan 12,6 kali lebih besar untuk menjadi kurang berat daripada balita dengan peningkatan berat badan yang konsisten. Asupan makanan yang buruk atau berlebihan dapat menyebabkan obesitas. Hal ini akan diperparah oleh infeksi, seperti diare, infeksi saluran pernapasan akut, dan infeksi lain yang membahayakan kesehatan anak. (Septiani, 2022)

Sangat penting untuk segera menangani gangguan makan pada anak karena kondisi gizi kurang pada anak dapat merusak fungsi sistem kekebalan tubuh, menyebabkan peningkatan keparahan, durasi, dan kerentanan anak terhadap penyakit menular, dan meningkatkan risiko kematian. Dalam jangka panjang, kondisi gizi buruk dapat mempengaruhi ukuran tubuh dewasa, kemampuan intelektual, produktifitas ekonomi, kesehatan reproduksi, ukuran tubuh dewasa, kemampuan intelektual, dan kesehatan reproduksi (Irwan, 2019)

Upaya untuk mengatasi kesulitan makan dapat dilakukan dengan cara farmakologi maupun non farmakologi. Untuk metode non-farmakologi, seperti mengonsumsi jamu atau minuman herbal, pijat, akupunktur, dan akupresur. Akupresur dilakukan dengan menekan titik meridian tubuh atau garis aliran energi dengan jari atau benda tumpul. Ini relatif mudah dan dapat lebih spesifik untuk mengatasi masalah makan balita karena dapat memperlancar peredaran darah ke limpa dan sistem pencernaan (Wahyu et al., 2022). Sedangkan metode farmakologi dalam penanganan gangguan perilaku makan dapat dilakukan dengan mengonsumsi vitamin, mineral dan suplemen gizi yang membantu dalam mengobati atau mencegah defisiensi zat gizi dan merupakan intervensi suportif sementara. Pemberian intervensi secara farmakologis berdasarkan penelitian sebelumnya menunjukkan tidak signifikan dalam memperbaiki perilaku makan. Buruknya perilaku makan pada anak disebabkan karena upaya sebagian besar orang tua untuk mengatasi kesulitan makan yang dialami anaknya melalui terapi farmakologis dengan pemberian multivitamin tidak memperhatikan penyebab kesulitan makan tersebut, hal ini dapat memberikan dampak negatif jika diberikan dalam jangka waktu yang panjang, upaya alternatif yang saat ini telah digunakan yaitu dengan terapi akupresur.

Salah satu upaya untuk meningkatkan nafsu makan adalah dengan pijat bayi, yang didalam pijat bayi tersebut ada akupresur yaitu tindakan yang ditekankan pada titik tertentu yang memungkinkan merangsang nafsu makan pada bayi, dengan nafsu makan yang baik maka meningkatkan berat badan bayi sehingga terhindar dari gizi kurang.

Kebutuhan dasar anak dan balita adalah pijat langsung yang dilakukan oleh orang tua, terutama ibu. Secara teratur, acupressure akan meningkatkan sirkulasi hormon epinefrin dan norepinefrin, yang dapat mempercepat perkembangan anak dan balita. Ini dapat meningkatkan nafsu makan, berat badan, dan perkembangan struktur tubuh dan fungsi motorik. (Meinawati, 2021)

Terapi akupresur berpengaruh terhadap peningkatan nafsu makan sehingga asupan makronutrien (karbohidrat, lemak, dan protein) memenuhi kebutuhan tubuh dan dapat meningkatkan berat badan secara bermakna. Berat badan menjadi ukuran terpenting atau indikator terbaik dalam pemeriksaan status gizi, pertumbuhan maupun perkembangan anak, karena indikator berat badan bersifat sensitive (Maulidia et al., 2022)

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti akan melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Acupressure terhadap Peningkatan Nafsu Makan Balita Usia 13-59 Bulan di Posyandu Sepinggian Baru” Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh asuhan mandiri akupresur terhadap peningkatan Nafsu Makan Balita usia 13-59 bulan di wilayah kelurahan Sepinggian Baru kota Balikpapan

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan desain Quasi eksperimen dengan pendekatan pretest-posttest. Populasi dalam penelitian ini adalah Balita Usia 12-59 Bulan yang tidak naik berat badannya sesuai Kenaikan Berat Badan Minimum selama satu bulan terakhir. Teknik sampling pada penelitian ini menggunakan Purposive sampling dengan jumlah sampel sebanyak 20. Instrumen penelitian lembar observasi dan form comstock. Analisis data menggunakan analisis statistik Wilcoxon.