

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Pertumbuhan anak usia pra sekolah dipengaruhi oleh status gizi. Status gizi didapatkan dari asupan konsumsi makanan yang masuk kedalam tubuh. Konsumsi makan merupakan suatu kebiasaan seseorang dalam memenuhi kebutuhan nutrisi tubuhnya sehari-hari yang mengandung karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral yang dibutuhkan oleh tubuh untuk melakukan proses metabolisme. Asupan karbohidrat dan protein yang rendah pada anak usia pra sekolah dapat menyebabkan terganggunya pertumbuhan, meningkatnya risiko terkena penyakit, mempengaruhi perkembangan mental, menurunkan performa mereka dan menurunkan produktivitas anak. Kebutuhan energi perlu tambahan kira-kira 2140–2200 kalori (Soemaryoto, 2013).

Kebutuhan energi pada anak usia pra sekolah meningkat secara signifikan, karena bertambahnya aktifitas anak dalam mengikuti kegiatan serta digunakan sebagai proses pertumbuhan. Energi pada anak usia pra sekolah diperlukan untuk pemekaran jaringan seperti menambah volume darah, pertumbuhan tulang serta penumpukan lemak. Sedangkan kebutuhan anak usia pra sekolah akan protein meningkat bahkan mencapai 68%. Jumlah protein yang harus diperlukan sebanyak 925 gr yang tertimbun dalam jaringan. Di Indonesia melalui Widya Nasional Pangan dan Gizi XVIII tahun 2015 menganjurkan penambahan protein sebanyak 12 gr/hari dan kalsium 1100 mg pada anak usia pra sekolah. Bahan pangan yang dijadikan sumber protein

sebaiknya berasal dari protein hewani seperti daging tidak berlemak, ikan, telur, susu dan hasil olahannya (Rahardjo, 2015).

Protein hewani memiliki asam amino esensial, dimana protein hewani diperlukan untuk menciptakan masyarakat yang cerdas dan sehat. Masa balita dan masa usia sekolah merupakan “periode emas” (*the golden age*) pertumbuhan seorang manusia. Sel-sel otak sedang berkembang dengan pesat. Dalam periode ini, protein hewani sangat dibutuhkan agar otak berkembang secara optimal. Protein hewani didapatkan dari hewan dan terbanyak terdapat pada ikan yang merupakan makanan sumber protein yang sangat penting untuk pertumbuhan tubuh. Ikan mengandung 18 persen protein terdiri dari asam-asam amino esensial yang tidak rusak pada waktu pemasakan. Kandungan lemaknya 1-20 persen lemak yang mudah dicerna serta langsung dapat digunakan oleh jaringan tubuh (Rahardjo, 2015)..

Kandungan lemaknya sebagian besar adalah asam lemak tak jenuh yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan dapat menurunkan kolesterol darah. Protein dalam ikan, telur, susu, merupakan bahan makanan sumber protein yang berkualitas tinggi. Asam-asam amino yang dikandungnya cukup banyak dan bervariasi sesuai yang dibutuhkan tubuh. Oleh karena ada kesamaan ini maka protein dari ikan, daging, susu, unggas, dan telur mempunyai nilai gizi yang tinggi. Hasil penelitian yang dilakukan Soemaryoto tahun 2013 menunjukkan bahwa ikan mengandung protein yang berkualitas tinggi. Protein dalam ikan tersusun dari asam-asam amino yang dibutuhkan tubuh untuk pertumbuhan. Selain itu protein ikan amat mudah dicerna dan

diabsorpsi. Asupan protein, karbohidrat dan lemak merupakan makanan seimbang yang harus dimakan oleh anak yang mencerminkan sebagai status gizi pada anak. Kementerian Kesehatan telah melakukan berbagai program perbaikan gizi pada sasaran resiko seperti ibu hamil, bayi dan balita (anak usia pra sekolah) (Soemaryoto, 2013).

Program perbaikan gizi diarahkan untuk tercapainya keadaan gizi yang optimal bagi masyarakat yang dicerminkan dengan semakin meningkatnya jumlah keluarga yang berperilaku gizi seimbang. Sehubungan hal tersebut pada tahun 2020 pemerintah menetapkan Program Pembangunan Nasional (propenas) keluarga sadar gizi yaitu cermin keluarga yang ditandai dengan sikap dan perilaku mendukung terciptanya gizi optimal anggota keluarganya. Indikator perilaku tersebut diantaranya yaitu dengan mengkonsumsi makanan beraneka ragam dengan kandungan gizi seimbang (Kemkes RI, 2015).

Kenyataannya dimasyarakat status gizi anak usia pra sekolah yang kurang dapat disebabkan karena kesalahan pola makan pada anak usia pra sekolah. Kesalahan pola makan ini sering terjadi pada anak usia pra sehingga keadaan ini berlarut-larut tanpa tertangani dan berlangsung dalam jangka waktu yang lama, maka dapat mengalami anemia yang disebabkan karena kurangnya asupan nutrisi. Padahal anak usia pra sekolah dalam menghadapi proses pertumbuhan dan perkembangan sangat membutuhkan zat gizi yang dapat meningkatkan terjadinya proses pertumbuhan yang optimal. Pada masa pra sekolah dapat terjadi perubahan pola makan akibat faktor fisik maupun psikis yang sering muncul. Untuk mengatasi hal tersebut, sebaiknya ibu

memberi makan dalam jumlah kecil tetapi sering. Disamping itu, ibu bisa melakukan pijat tuina untuk memodifikasi perubahan pola makan anak.

Pijat tuina memberikan tekanan kuat pada tubuh pasien dengan menggunakan teknik meremas dan menekan kulit. Titik pijat tuina akan diberi tekanan dengan tenaga yang lebih besar untuk melepaskan penyumbatan dan melancarkan aliran darah sehingga lancar, proses ini diulang hingga prosedur selesai. Peningkatan aliran darah ke semua tubuh akan meningkatkan metabolisme tubuh sehingga kerja sel bertambah. Keadaan tersebut mengakibatkan penggunaan glukosa darah meningkat dan merangsang glukokortikoid untuk memproduksi glukosol dan merangsang otak untuk meningkatkan asupan makan. Dengan demikian akan meningkatkan pola makan seseorang (Amalia, 2015).

Penelitian lain yang dilakukan oleh Maria tahun 2016 menunjukkan hasil studi kasus bahwa didapatkan 7 keluarga mengalami peningkatan tingkat kemandirian keluarga (KM II menjadi KM III), dan dua keluarga tetap berada di KM II dikarenakan faktor risiko yang belum terselesaikan yaitu faktor ekonomi. Hasil dari terapi pijat TUINA terjadi peningkatan nafsu makan, namun secara pemenuhan porsi makan dan jenis makanan belum terpenuhi (Maria, 2016).

Dari uraian tersebut, maka perlu dilakukan penerapan guna mengetahui pengaruh pijat tuina terhadap pola makan pada anak usia pra sekolah di Puskesmas Mejubo Kabupaten Kudus.

## **B. Rumusan Masalah**

Kesulitan dalam meningkatkan status nutrisi pada anak usia pra sekolah dikarenakan salah satu faktornya yaitu pengetahuan dan sosial ekonomi. Padahal anak usia pra sekolah dalam menghadapi proses pertumbuhan dan perkembangan sangat membutuhkan zat gizi yang dapat meningkatkan terjadinya proses pertumbuhan yang optimal. Pada masa pra sekolah dapat terjadi perubahan pola makan akibat faktor fisik maupun psikis yang sering muncul. Penguatan tindakan keperawatan pada keluarga terhadap penanganan pola makan pada anak usia pra sekolah perlu dioptimalkan. Berdasarkan hasil wawancara, sebagian besar keluarga tidak memperhatikan menu seimbang bagi anak usia pra sekolah dan pola makan sehingga beresiko gizi kurang.

Berdasarkan permasalahan tersebut, maka perumusan masalah ini adalah “Bagaimanakan penerapan pijat tuina terhadap pola makan pada asuhan keperawatan anak usia pra sekolah di BLUD UPT Puskesmas Mejobo Kabupaten Kudus”?

## **C. Tujuan Penulisan**

### **1. Tujuan Umum**

Mengaplikasikan pijat tuina pada asuhan keperawatan pola makan anak usia pra sekolah di BLUD UPT Puskesmas Mejobo Kabupaten Kudus.

### **2. Tujuan Khusus.**

- a) Menggambarkan pola makan anak usia pra sekolah di BLUD UPT Puskesmas Mejobo Kabupaten Kudus sebelum dilakukan pijat tuina.

- b) Menggambarkan pola makan anak usia pra sekolah di BLUD UPT Puskesmas Mejobo Kabupaten Kudus setelah dilakukan pijat tuina.
- c) Menganalisis secara deskriptif perubahan pola makan anak pra sekolah di BLUD UPT Puskesmas Mejobo Kabupaten Kudus.

#### **D. Manfaat Penulisan**

1. Bagi Responden

Meningkatkan nafsu makan dan pola makan anak usia pra sekolah secara mandiri melalui pijat.

2. Bagi Puskesmas

Sebagai bahan acuan menganalisis peranan perawat untuk memberikan tindakan keperawatan kepada masyarakat.

3. Bagi Profesi

Mengembangkan metode massage dan meningkatkan kesadaran mengembangkan ilmu keperawatan dengan penelitian.