

## **Strategi Peningkatan Status Gizi Balita dengan Upaya Pendampingan dan Pelatihan *Massage Eating Difficulties***

**Farida Arintasari<sup>1\*</sup>, Ian Rossalia Pradita Putri<sup>2</sup>, Tiara Ardila<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup> Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Respati Yogyakarta  
\* faridaarintasari@gm ail.com

### **ABSTRAK**

Salah satu permasalahan nutrisi yang terjadi pada anak usia 1-5 tahun adalah sulit makan, karena pada usia ini anak mulai memilih makanan yang disukainya. Kesulitan makan pada anak merupakan keluhan utama yang dirasakan orang tua terhadap anaknya terutama pada anak balita. Tanda anak yang mengalami kesulitan makan ialah tidak mau menelan makanan, yang sudah masuk ke mulut, maupun menutup mulut ketika disuapi. Apabila keadaan sulit makan dibiarkan dalam periode yang lama, maka mempengaruhi status gizi pada anak yang dapat mengakibatkan terganggunya proses tumbuh kembang anak dan terganggunya perkembangan otak serta daya tahan tubuh berkurang. Selain pemberian vitamin atau suplemen, dapat diberikan stimulasi berupa *Massage Eating Difficulties* untuk meningkatkan nafsu makan. Untuk mengatasi masalah tersebut, Pendampingan dan Pelatihan *Massage Eating Difficulties* di Padukuhan Maguwoharjo Depok Sleman Yogyakarta. Pengabdian ini bertujuan untuk menambah pengetahuan dan bagaimana cara mengatasi masalah sulit makan pada balita. Metode yang digunakan adalah penyuluhan dan pelatihan dengan jumlah responden 30 orang. Hasil dari pengabdian adalah tingkat pengetahuan setelah diberikan pelatihan *massage eating difficulties* menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu balita. Selama dilakukan pendampingan, terjadi peningkatan nafsu makan pada balita. Kesimpulannya adalah adanya peningkatan nafsu makan dan pengetahuan ibu tentang *massage eating difficulties*

**Kata kunci :** Status Gizi, Pendampingan; *Massage Eating Difficulties*

### **ABSTRACT**

One of the nutritional problems that occur in children aged 1-5 years is difficulty eating, because at this age children begin to choose the food they like. Difficulty eating in children is the main complaint that parents feel about their children, especially toddlers. Signs of a child having difficulty eating are not wanting to swallow food that has entered their mouth, or closing their mouth when fed. If the condition of eating difficulties is left for a long period, it will affect the nutritional status of children which can result in disruption of the child's growth and development process and disruption of brain development and reduced immune system. In addition to giving vitamins or supplements, stimulation can be given in the form of *Massage Eating Difficulties* to increase appetite. To overcome this problem, *Massage Eating Difficulties Assistance and Training* at Padukuhan Maguwoharjo Depok Sleman Yogyakarta. This service aims to increase knowledge and how to overcome the problem of difficulty eating in toddlers. The method used is counseling and training with the number of respondents 30 people. The result of the service is that the level of knowledge after being given training in *massage eating difficulties* shows an increase in the knowledge of mothers of toddlers. During the accompaniment, there was an increase in appetite in toddlers. The conclusion is an increase in appetite and mother's knowledge about *massage eating difficulties*

**Keywords:** Nutrition Status, Assistance; *Massage Eating Difficulties*.

## 1. PENDAHULUAN

Nutrisi merupakan salah satu komponen yang penting dalam menunjang keberlangsungan proses pertumbuhan dan perkembangan. Masa kanak-kanak adalah masa yang sangat penting dalam perkembangan. Salah satu permasalahan nutrisi yang terjadi pada anak usia 1-5 tahun adalah penurunan nafsu makan atau sulit makan, karena pada usia ini anak mulai memilih makanan yang disukainya. Balita yang pola makannya terganggu berdampak terhadap kesehatan balita sehingga mudah terserang penyakit. Salah satu cara untuk mencegah hal tersebut adalah dengan cara melakukan pijat pada balita tersebut. Pijat pada balita merupakan terapi sentuh kontak langsung dengan tubuh yang dapat memberikan rasa aman dan nyaman pada balita. Sentuhan dan pelukan dari seorang ibu adalah kebutuhan dasar balita. Manfaat dilakukan pijat pada anak salah satunya adalah meningkatkan nafsu makan dan berat badan. Pemijatan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan nafsu makan adalah “ *Massage Eating Difficulties* “. *Massage Eating Difficulties* merupakan jenis pijatan yang enak dan tidak menyakitkan sehingga anak tidak merasa takut. Manfaat *Massage Eating Difficulties* untuk meningkatkan nafsu makan sehingga status gizi balita lebih optimal.

## 2. PERMASALAHAN MITRA

Pencegahan terhadap stunting dapat dilakukan dengan memberikan intervensi gizi terhadap ibu hamil atau menyusui dan anak terutama 1000 Hari Pertama Kelahiran (HPK). Faktor yang mempengaruhi salah satunya adalah asupan gizi, dimana ibu memiliki peran penting terhadap asupan melalui pola pemberian makan. Salah satu permasalahan nutrisi yang terjadi pada anak usia 1-5 tahun adalah penurunan nafsu makan atau sulit makan, karena pada usia ini anak mulai memilih makanan yang disukainya. Hal ini menyebabkan orang tua mengeluh anaknya mengalami penurunan berat badan dan gizi kurang. Dalam hal ini sangat diperlukan ketlatenan yang ekstra bagi orang tua maupun pengasuh dalam memberikan makan pada bayi dan anak. Selain pemberian vitamin atau suplemen, dapat diberikan stimulasi nafsu makan anak berupa *Massage Eating Difficulties* untuk meningkatkan nafsu makan untuk meningkatkan penyerapan gizi (IHCA, 2018). *Therapy massage eating difficulties* merupakan terapi sentuhan untuk mengatasi kesulitan makan pada balita. Berdasarkan hasil observasi di Padukuhan Pugeran Wilayah kerja Puskesmas Depok I Sleman Yogyakarta adalah terdapat beberapa balita yang mengalami gizi kurang.

## 3. METODE PELAKSANAAN

Metode pengabdian kepada masyarakat yang digunakan dengan memberikan edukasi, pelatihan dan pendampingan pada ibu balita yang memiliki bayi usia 12-48 bulan. Pada kegiatan ini dihadiri ibu balita sejumlah 30 ibu balita. Edukasi yang diberikan tentang status gizi pada balita dan memberikan pelatihan tentang *massage eating difficulties*. Penyuluhan tentang status gizi balita dan pelatihan dilaksanakan secara luring pada tanggal 22 September 2022. Edukasi berupa penyuluhan status gizi balita dilakukan oleh anggota pengabdian. Pelatihan *Massage Eating Difficulties* yaitu dilakukan oleh ketua pengabdian, dibantu oleh anggota pengabdian.

#### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

##### Tingkat Pengetahuan Responden tentang Status gizi balita

Tabel 1 . Dsitribusi Tingkat Pengetahuan Responden Tumbuh Kembang Balita

Tingkat Pengetahuan	n	%
Baik	5	1,67
Cukup	11	36,67
Kurang	14	46,66
Total	30	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan kurang tentang tumbuh kembang sebanyak 46,66 %

##### Tingkat Pengetahuan Ibu Sebelum dan Sesudah diberikan Pelatihan *Massage Eating Difficulties*

Tabel 2. Distribusi Tingkat Pengetahuan Ibu Sebelum dan Sesudah diberikan Pelatihan *Massage Eating Difficulties*

Pengetahuan	Sebelum		Sesudah	
	n	%	n	%
Baik	5	1,67	10	33,33
Cukup	8	2,67	18	60
Kurang	17	56,67	2	6,67
Total	30	100	30	100

Berdasarkan tabel diatas tingkat pengetahuan ibu sebelum dan sesudah diberikan pelatihan *massage eating difficulties* menunjukkan peningkatan pengetahuan pada post test yang sebelumnya berpengetahuan cukup dan kurang meningkat yaitu sebanyak 18ibu balita (60%) dengan pengetahuan cukup. Tingkat pengetahuan mengenai *massage eating difficulties* untuk meningkatkan nafsu makan balita sehingga dapat meningkatkan status gizi balita cukup dapat disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain : kurangnya pengetahuan ibu tentang *massage eating difficulties*, kurang adanya sosialisasi atau penyuluhan dari petugas kesehatan setempat mengenai cara mengatasi kesulitan makan .

#### 5. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat Strategi Peningkatan Status Gizi Balita Dengan Upaya Pendampingan dan Pelatihan *Massage Eating Difficulties* dilaksanakan di Posyandu Anggur. Peserta edukasi ini sebanyak 30 ibu yang memiliki anak balita yang berusia 12-48 bulan. Narasumber yang melakukan Pelatihan *massage eating difficulties* ini adalah anggota dari tim pengabdian ini sendiri. Adanya peningkatan nafsu makan dan status gizi pada balita.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih tak terhingga diucapkan kepada Pimpinan Universitas Respati Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan pengabdian untuk melakukan pengabdian pada masyarakat.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Kemendes RI. 2021. Buku Saku Status Gizi Indonesia Jakarta
- Sardjito, 2018, Mengatasi Kesulitan Pada Anak. Sardjito.co.id
- Simanungkalit. 2019. Pengaruh Pijat Terhadap Tingkat Kesulitan Makan Pada Balita. Volume 15 Nomor 2. <https://ejurnal.poltekkestasikmalaya.co.id>
- Soetjiningsih, Ranuh Gde. 2013. *Tumbuh Kembang Anak*. Edisi ke-2. Jakarta: Kedokteran EGC.
- Sutarmi, dkk. 2018. *Pediatric Massage Therapy*. Cetakan Kelima. Semarang : IHCA.
- Topik, dkk. 2021. Pengaruh Pijat Tui Na Terhadap Nafsu Makan Pada Balita. <https://prosiding.uhb.ac.id>.
- Widodo. 2018. Mengatasi Kesulitan Makan Pada Anak. <https://sardjito.co.id>