

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Berat badan merupakan salah satu parameter dalam satuan kilogram (kg) yang digunakan untuk pengukuran tubuh (*World Health Organization Expert Committee*). Melalui berat badan dapat diketahui berbagai informasi untuk menganalisa kondisi tubuh seseorang seperti *Body Surface Area* (BSA) dan *Body Mass Index* (BMI) (Rahman dkk., 2017).

Berat badan kurang atau *underweight* digambarkan sebagai berat badan yang terlalu rendah untuk orang dewasa, remaja atau anak-anak, bisa juga terjadi pada orang tua. Secara klinis, *underweight* juga dapat digambarkan dengan BMI rendah, di mana BMI (indeks massa tubuh) dapat dihitung dengan berat badan dalam kilogram (Kg) dibagi dengan tinggi badan dalam meter kuadrat (m²). Pada orang dewasa dan orang tua, kekurangan berat badan didefinisikan sebagai BMI kurang dari 18,5 (Uzogara, 2016).

Di dunia, sebanyak 462 juta orang dewasa mengalami berat badan rendah. Negara berkembang merupakan kelompok negara dengan angka berat badan rendah tertinggi di dunia, yaitu mencapai 16,8% (IMT). Di Indonesia, hasil RISKESDAS tahun 2018 pada masyarakat dengan umur 25-29 tahun menunjukkan 23,3% mengalami berat badan rendah. Di Indonesia sendiri *underweight* juga banyak dialami oleh kelompok usia dewasa muda. Kelompok usia dewasa muda merupakan kelompok usia transisi dari remaja menuju dewasa, ada masa tersebut kelompok dewasa muda mengalami perubahan hidup yang signifikan, seperti

memulai berkuliah, mulai berkerja, mengembangkan relasi, menikah, dan merawat anak. Penyesuaian terhadap interaksi sosial, psikologis, dan biologis membuat kelompok dewasa muda rentan terhadap pola perubahan konsumsi yang mengakibatkan ketidakseimbangan energi yang dikonsumsi dalam tubuh (Ningrum dkk., 2019).

Berdasarkan model penyebab *underweight* yang dikembangkan UNICEF, *underweight* disebabkan oleh banyak faktor, baik secara langsung yang dipengaruhi oleh penyakit infeksi dan tidak cukupnya asupan gizi secara kuantitas dan kualitas, sedangkan secara tidak langsung dipengaruhi oleh kualitas pelayanan kesehatan, pola asuh anak yang kurang memadai, kurang baiknya kondisi sanitasi lingkungan serta rendahnya ketahanan pangan di tingkat rumah tangga (Pratiwi dkk., 2015).

Underweight merupakan suatu penyakit yang perlu untuk ditangani agar tidak menimbulkan dampak yang lebih merugikan bagi tubuh. Dampak *underweight* dapat menyebabkan seseorang kekurangan tenaga untuk bergerak, dan melakukan aktivitas menjadi malas, merasa lemas dan prestasi belajar menurun. Selain itu, dampak menyebabkan daya tahan terhadap tekanan atau stress menurun, sistem imunitas dan antibodi berkurang, sehingga mudah terserang infeksi penyakit (Palupi, 2012). Penyakit yang dapat timbul karena dampak *underweight* adalah anemia, Gangguan Akibat Kekurangan Iodium (GAKI), gangguan akibat kekurangan vitamin, infeksi, dan amenorea (Muna Dkk., 2015) (Irsyada, 2017).

Mengatasi kurangnya berat badan dapat dilakukan beberapa upaya farmakologi dan non farmakologi, salah satu upaya non farmakologi yang dapat dilakukan adalah dengan mengkonsumsi ramuan herbal kelor. Kelor (*Moringa*

oleifera) sendiri merupakan tanaman yang banyak dijumpai di daerah tropis dan subtropis. Tanaman kelor memiliki peranan penting terhadap pencegahan penyakit metabolik dan beberapa penyakit infeksi karena berpotensi sebagai sumber utama beberapa zat gizi dan elemen terapeutik, termasuk anti inflamasi, antibiotik, dan memacu sistem imun mengingat kandungan zat besi dan proteinnya cukup tinggi. (Dewanti dkk., 2016).

Sebuah hasil penelitian Idohou Dosson, dkk (2011) dengan judul penelitiannya “*Impact of daily consumption of moringa (Moringa oleifera) dry leaf powder on iron status of Senegalese lactating women*” menyebutkan bahwa kelor (*Moringa oleifera*) dapat mencegah penurunan berat badan. Penelitian lain menyebutkan bahwa pemberian kelor dapat meningkatkan berat badan dengan nilai rata-rata 11,26 yang sebelum pemberian memiliki rata-rata 10,29 (Priharti, 2016).

Upaya lain yang dapat dilakukan untuk menaikkan berat badan secara non farmakologi adalah dengan terapi akupresur. Akupresur adalah salah satu pengobatan tradisional dengan cara menekan titik-titik akupunktur dengan penekanan menggunakan jari atau benda tumpul di permukaan tubuh (Al ‘Amali dkk.,2018). Secara fisiologi, dengan rangsangan sentuhan melalui pijat ataupun akupresur dapat mempengaruhi mekanisme gelombang otak terutama hipotalamus yang merupakan pusat rasa lapar dan nafsu makan (Rahmawati dkk., 2018). Dalam mengatasi keluhan *underweight*, dapat dilakukan akupresur pada titik *Hegu* (LI4), *Sanyinjiao* (SP6) *Neiguan* (PC6), *Zusanli* (ST36), dan *Taixi* (KI3). Titik akupresur tersebut dipercaya dapat digunakan untuk meningkatkan nafsu makan, sehingga bisa digunakan untuk mengatasi kasus *underweight* (Kemenkes RI, 2015).

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dilakukan penelitian terhadap kasus kekurangan berat badan menggunakan terapi akupresur dan pemberian herbal rebusan daun kelor kepada penderita kekurangan berat badan.

1.2 Rumusan Masalah

1. Bagaimana pengaruh pemberian akupresur pada titik *Hegu* (LI4), *Sanyinjiao* (SP6) *Neiguan* (PC6), *Zusanli* (ST36), dan *Taixi* (KI3) terhadap peningkatan berat badan pada remaja?
2. Bagaimana pengaruh pemberian rebusan daun kelor dengan dosis 3 gram/ 200 ml air terhadap peningkatan berat badan pada remaja?

1.3 Tujuan

1. Untuk mengetahui pengaruh pemberian akupresur pada titik *Hegu* (LI4), *Sanyinjiao* (SP6) *Neiguan* (PC6), *Zusanli* (ST36), dan *Taixi* (KI3) terhadap peningkatan berat badan pada remaja.
2. Untuk mengetahui pengaruh pemberian rebusan daun kelor dengan dosis 3 gram/ 200 ml air terhadap peningkatan berat badan pada remaja.

1.4 Manfaat

Diharapkan dari penanganan menggunakan akupresur dengan kombinasi herbal rebusan daun kelor (*Moringa oleifera*) dapat memberikan informasi ilmiah dan menambah pengetahuan.