

RINGKASAN

Nafsu makan merupakan keadaan dimana seseorang mempunyai dorongan untuk memuaskan kegiatan dalam hal makan. Kurang nafsu makan pada anak ditandai dengan makan dengan porsi sedikit, menyembur-nyemburkan atau memuntahkan makanan, enggan sampai menolak ketika tiba waktu makan, makan berlama-lama dan memainkan makanan, tidak mau memasukkan makanan kedalam mulut, menumpahkan makanan dan menepis jika disuapi, hanya mau makanan tertentu, dan cepat bosan terhadap makanan.

Nafsu makan dan rasa lapar dapat muncul karena rangsangan di beberapa area hipotalamus sehingga muncul keinginan untuk mencari dan mendapatkan makanan. Didalam tubuh terdapat *nukleus paraventrikuler*, *dorsomedial*, dan *arkuatulus hipotalamus* yang berfungsi untuk mengatur jumlah makanan yang dapat diterima tubuh.

Dalam menangani peningkatan nafsu makan pada anak dapat dilakukan berbagai cara, salah satunya adalah terapi pijat dan herbal. Sentuhan pijat pada otot mampu melancarkan peredaran darah dan dapat memaksimalkan fungsi organ. Area pemijatan dapat dimaksimalkan adalah pada daerah saluran pencernaan, dimana dengan pemijatan maka motilitas usus akan meningkat dan akan memperbaiki penyerapan zat makanan oleh tubuh dan meningkatkan nafsu makan. Salah satu terapi pijat yang dapat digunakan adalah terapi pijat dengan teknik *Swedish massage* yang dikombinasi dengan pijat anak. Terapi pijat dengan teknik *Swedish massage* dilakukan pada area kaki bagian depan dan perut sesuai dengan alur meridian limpa. *Swedish massage* merupakan teknik pijat yang paling sering digunakan dan mampu memberikan efek relaksasi sehingga dapat digunakan untuk meredakan stress. *Swedish massage* memiliki ciri khas gerakan *efflurage*, *petrisage*, *friction*, dan *tapotement* pada bagian tubuh. Sedangkan pijat anak yang dilakukan pada seluruh bagian tubuh pasien berfungsi untuk merelaksasikan tubuh anak serta memperlancar sirkulasi darah. Selain menggunakan terapi pijat, peningkatan nafsu makan pada anak juga menggunakan terapi herbal rebusan rimpang temu ireng (*Curcuma aeruginosa* Roxb.) dengan dosis 125 ml yang dikonsumsi sebelum makan. Temu ireng mengandung minyak atsiri yang berpotensi menurunkan lemak, sehingga dapat memicu nafsu makan. Senyawa aktif kurkumin dan minyak atsiri juga dapat mempengaruhi gerak peristaltik usus dan melancarkan pencernaan sehingga nutrisi dapat terserap dengan baik.

Hasil studi kasus didapatkan bahwa setelah dilakukan terapi secara bertahap dan rutin tiap dua hari sekali selama delapan minggu, pasien mengalami perubahan porsi makan, variasi makan, jumlah kalori, serta peningkatan berat badan.