

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Setiap individu mengalami proses perkembangan semasa hidupnya, mulai dari janin sampai dewasa. Proses perkembangan antara individu satu dengan yang lainnya tidak sama (bervariasi), tergantung dari faktor-faktor yang mendukung (Jellife, 1996).

Perkembangan adalah bertambah besarnya ukuran dan struktur sel, serta bertambahnya kemampuan (skill) dalam struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam pola yang teratur dan dapat dikatakan sebagai hasil dari proses pematangan. Pertumbuhan dan perkembangan akan mengakibatkan terjadinya peningkatan kemampuan individu, dalam proses tumbuh kembang setiap individu cukup bervariasi secara umum (Soetjiningsih, 1955).

Perkembangan pada bayi merupakan suatu proses yang hakiki, unik, dinamik, dan berkesinambungan. Faktor yang mempengaruhi perkembangan bayi ada dua, yaitu faktor genetik dan lingkungan. Faktor genetik merupakan faktor bawaan yang diturunkan melalui instruksi genetik yang terkandung di dalam sel telur yang telah dibuahi, dan faktor lingkungan yang merupakan faktor di sekeliling bayi yang menentukan tercapai atau tidaknya potensi genetik.

Pertumbuhan dan perkembangan adalah fase yang sangat menentukan bagi kehidupan bayi, dimulai dari fase dalam kandungan, apakah ia mengalami perkembangan baik saat ibu hamil sampai dilahirkannya bayi tersebut. Pertumbuhan bayi yang normal adalah dambaan bagi setiap orang tua. bayi dapat

tumbuh dan berkembang secara motorik maupun yang lainnya sesuai dengan usia pertumbuhan dan perkembangan normalnya, sehingga ia dapat melakukan aktifitas bermain dan dapat beradaptasi dengan lingkungan. Namun dalam masa pertumbuhan dan perkembangannya anak sangat rentan untuk mengalami kelainan atau gangguan yang bermacam – macam dan sangat kompleks's sifatnya, pertumbuhan dan perkembangan dari bayi sejak lahir menuju usia batita, balita sampai ke masa anak dibutuhkan berat badan yang mencukupi untuk mencegah terjadinya gangguan perkembangan pada bayi yang disebabkan karena kurangnya berat badan bayi tersebut. Maka dari itu dibutuhkan upaya yang dapat membuat bayi menjadi sehat dan mempunyai berat badan yang ideal sesuai usianya untuk perkembangan motorik dan yang lainnya (Soetjningsih, 1955).

Normalnya, berat badan (BB) bayi baru lahir harus mencapai 2.500 gram. Tidak terlalu besar, juga tak kelewat kecil. Sebab kalau terlalu kecil, dikhawatirkan organ tubuhnya tak dapat tumbuh sempurna sehingga dapat membahayakan sang bayi sendiri.

Meskipun saat lahir Berat badannya normal, belum tentu selanjutnya perkembangan berat badannya akan normal sesuai dengan pertumbuhannya (Purnamasari, 2008).

Pada fase tertentu, ada kecenderungan penambahan berat badan bayi akan melambat. Antara 1 sampai 6 bulan, penambahan berat badan bayi terbilang cepat, tetapi di atas 6 bulan, pertambahannya melambat. Ini terjadi hampir pada seluruh bayi. Salah satu penyebabnya, karena pada tahap ini biasanya bayi sudah lebih banyak bergerak dan pertumbuhannya mengarah ke pervinggian badan (Supariasa, 2002).

Bila pertambahan BB bayi di usia 6 bulan, menjadi tidak normal misalnya tidak bertambah atau malah berkurang, maka perlu dilihat penyebabnya. Mungkin ada penyakit yang bersarang di tubuhnya misalnya penyakit infeksi terutama TBC dan diare. Penyakit membuat nafsu makan anak berkurang dan akhirnya berat badannya tidak mau naik. Selain itu, bayi kurus juga bisa mengindikasikan kekurangan gizi. Ini umumnya karena kebiasaan di keluarga di mana terkadang ibu tidak cermat memberi nutrisi yang tepat untuk bayi. Padahal bayi perlu asupan nutrisi yang seimbang. Di sisi lain, ada banyak faktor pada bayi sehat mengalami permasalahan pada nafsu makan yang dapat menyebabkan nafsu makan bayi yang berkurang, sehingga pertumbuhan berat badannya cenderung tidak bertambah (Widyani,2003).

Bayi dengan berat badan rendah akan diliputi dengan berbagai resiko. Bayi seharusnya memerlukan nutrisi yang diperlukan seperti protein, vitamin dan lemak yang terkandung dalam ASI. Dan ketika umur bayi sudah mencapai 4 bulan keatas bayi pun sudah diperkenalkan dengan makanan yang mendukung pertumbuhannya seperti bubur bayi, nasi tim, dan sebagainya (Harahap,2001).

Jika bayi bertahan pada berat badan yang kurus, mereka dapat mengalami keterlambatan dalam perkembangan mereka seperti merangkak, berjalan, tumbuh gigi, dan semacamnya (Harahap,2001).

Karena adanya kekurangan berat badan, imunisasi juga kadang menjadi terhambat, sehingga terjadi penundaan, menyebabkan bayi dengan berat rendah lebih rentan terhadap paparan infeksi dan lebih mudah terkena infeksi. Maka dari itu, kesehatan pada bayi menjadi penting untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi.

Kesehatan menurut UU RI No. 36 tahun 2009, Bab 1 Pasal 1 Ayat 1 adalah keadaan sehat baik secara fisik, mental, spiritual maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial maupun ekonomis (UU RI No. 36, 2009).

Dalam pengertian sehat di atas maka kesehatan harus dilihat sebagai satu kesatuan yang utuh terdiri dari unsur-unsur fisik, mental dan sosial dan di dalamnya kesehatan jiwa merupakan bagian integral kesehatan.

Menurut grafik perkembangan kesehatan WHO (World Health Organization), berat badan bayi yang sehat akan menunjukkan peningkatan perkembangan pada setiap penambahan usianya.

Berat badan merupakan ukuran antropometri yang terpenting dan paling sering digunakan pada bayi. Pada masa bayi, berat badan dapat digunakan untuk melihat laju pertumbuhan fisik maupun status gizi. Pertumbuhan sebagai suatu peningkatan dalam ukuran fisik tubuh secara keseluruhan atau sebagai peningkatan dalam setiap bagiannya, berkaitan dengan suatu peningkatan dalam jumlah atau ukuran sel (Supariasa, 2002).

Pada dasarnya berat badan bayi mengalami peningkatan disetiap bulannya, namun peningkatan berat badan bayi antara yang satu dan yang lainnya berbeda-beda, banyak sekali yang menjadi faktor mengapa bayi memiliki berat badan yang kurang pada usianya, antara lain asupan gizi yang kurang, usia bayi saat dilahirkan tidak cukup bulan, menderita penyakit atau kelainan yang membuat badan menjadi kurus, bisa juga karena bayi itu dasarnya sehat dan tidak menderita penyakit atau kelainan apapun namun bayi tersebut tidak nafsu makan sehingga tidak terpenuhinya kebutuhan nutrisi yang berdampak pada defisiensi nutrisi

(malnutrisi ) dan dapat menyebabkan berat badan bayi menjadi rendah pada usianya (Widyani, 2003).

Masalah kesulitan makan pada bayi sering dijumpai oleh orang tua maupun. Masalah makan ini lebih dihubungkan dengan berkurangnya asupan makanan,. Sedangkan makanan berlebihan juga merupakan suatu masalah makan pada anak, namun dampaknya terutama pada terjadinya obesitas (kegemukan). Deteksi masalah makan secara dini penting dilakukan agar dapat dicegah dan tidak berkepanjangan.

Salah satu faktor lain yang dapat menurunkan nafsu makan bayi adalah pola pemberian makan pada bayi yang salah, seringkali orangtua memberikan makanan kecil seperti cemilan yang berlebihan sehingga membuat bayi merasa kenyang sehingga tidak mau makan disaat jamnya makan. Atau bisa juga karena kebiasaan orang tua yang memberikan ASI/susu berdekatan dengan jam makan bayi tersebut. Sehingga pada saatnya makan bayi sudah tidak nafsu makan lagi karena sudah merasa kenyang (Guyton dan Hall, 2006).

Mekanisme terjadinya rasa lapar/kenyang sangatlah kompleks. Pusat rasa lapar/kenyang terdapat pada batang otak (hypothalamus). Hipotalamus merupakan bagian ujung anterior diensefalon dan di depan nucleus interpedunkularis. Hipotalamus terbagi dalam berbagai inti dan daerah inti. Hipotalamus terletak pada anterior dan inferior thalamus. Berfungsi mengontrol dan mengatur system saraf autonomy. Pengaturan hipotalamus terhadap nafsu makan terutama bergantung pada interaksi antara dua area, yaitu area nafsu makan (lateral) di anyaman nucleus berkas prosensefalon medial pada pertemuan dengan

serabut polidohipotalamik, serta pusat rasa kenyang (medial) di nucleus vebtromedial (Fauci, 2008).

Nafsu makan dan rasa lapar muncul sebagai akibat perangsangan beberapa area di hipotalamus yang menimbulkan rasa lapar dan keinginan untuk mencari dan mendapatkan makanan (Fauci, 2008).

Pusat-pusat nafsu makan tersebut saling terhubung melalui sinyal-sinyal kimia sehingga dapat mengkoordinasikan perilaku makan dan persepsi rasa kenyang. Nukleus-nukleus tersebut juga mempengaruhi sekresi berbagai hormon yang mengatur energi dan metabolisme (Fauci, 2008).

Pusat rasa lapar dan kenyang pada hipotalamus tersebut dipadati oleh reseptor untuk neurotransmitter dan hormon yang mempengaruhi perilaku makan.

Secara umum penyebab umum kesulitan makan pada anak dibedakan dalam 3 faktor, diantaranya adalah hilang nafsu makan, gangguan proses makan di mulut dan pengaruh psikologis. Beberapa faktor tersebut dapat berdiri sendiri tetapi sering kali terjadi lebih dari 1 faktor. Penyebab paling sering adalah hilangnya nafsu makan (Guyton dan Hall, 2006).

Nafsu makan dalam tinjauan gizi seimbang, dapat dikatakan baik dan dapat juga dapat dikatakan tidak baik, bila nafsu makan dikatakan baik maka proses makan guna memenuhi kebutuhan gizi tubuh terutama keseimbangan energi akan berjalan maksimal. Namun jika nafsu makan dikatakan tidak baik, ada dua hal kemungkinan akan terjadi, yaitu nafsu makan yang berlebihan (rakus) dan nafsu makan berkurang atau hilang (Guyton dan Hall, 2006).

Nafsu makan yang berlebihan (terlihat rakus) artinya intake makanan akan melebihi kebutuhan tubuh akibatnya adalah peningkatan berat badan yang tidak

dikehendaki dan beberapa akibat lainnya. Sebaliknya nafsu makan berkurang/hilang akan mengakibatkan penurunan berat badan yang tidak dikehendaki dan beberapa akibat lainnya, kemungkinan kedua ini sering dikatakan sebagai kesulitan makan yang mana penyebabnya sangat dipengaruhi oleh gangguan proses makan (fisiologis) dan pengaruh psikologis (Guyton dan Hall, 2006).

Bayi perlu mendapatkan stimulasi untuk membuat nafsu makannya bertambah sehingga dapat membuat berat badannya bertambah. Stimulasi atau rangsangan adalah rangsangan dari luar, yang berupa latihan atau bermain. Anak mendapatkan stimulasi atau rangsangan terarah dapat berkembang cepat dibandingkan dengan anak yang kurang mendapat stimulasi dari luar (Bainbridge, 2006).

Stimulasi yang dapat digunakan meliputi: senam, musik, massage, dan sebagainya. Stimulasi yang digunakan penulis untuk menambah berat badan bayi adalah senam bayi. Berdasarkan pembahasan diatas salah satu upaya untuk meningkatkan berat badan bayi adalah senam bayi (Huber, 2007).

Senam bayi adalah latihan fisik yang memiliki ciri dan kaidah khusus yakni gerakan selalu dibuat untuk mencapai tujuan tertentu, gerakanya selalu tersusun dan sistematis.

Senam bayi juga dapat didefinisikan sebagai suatu bentuk permainan gerakan pada bayi, untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan serta kemampuan pergerakan bayi secara optimal. Dengan senam bayi kita bisa mengetahui perkembangan yang salah pada bayi secara dini, hingga kita dapat melakukan tindakan antisipasi yang tepat agar bayi tumbuh normal (Ninik, 2007).

Bayi yang diberi bekal gerakan senam, memiliki tubuh yang lebih seimbang. Senam juga membuat bayi terampil melakukan berbagai posisi dan gerakan sesuai tahapan tumbuh kembang. Manfaat lain dari senam bayi adalah melancarkan peredaran darah, menguatkan jantung, dan dapat meningkatkan berat badan bayi karena dengan senam bayi proses pencernaan pada bayi menjadi lancar karena banyak energi pada tubuh yang dikeluarkan saat melakukan senam, energy yang dikeluarkan karena adanya perubahan pada system metabolisme.

Metabolisme energi didalam tubuh manusia diatur oleh berbagai faktor, baik yang menyebabkan meningkatnya penyimpanan energi, atau yang mendorong pemakaian energi. Pengaturan tersebut berperan dalam mempertahankan keseimbangan energi. Keseimbangan ini merupakan fungsi utama pengaturan asupan makanan, yaitu melalui pengaturan perilaku dan nafsu makan (Guyton dan Hall, 2006).

Senam bayi juga dapat membiasakan anak berinteraksi dengan lingkungan. Karena dengan keseimbangan dan gerakan tubuh yang baik, bayi menumbuhkan rasa percaya diri untuk mengeksplorasi lingkungan dan berinteraksi dengan orang-orang di sekitarnya.

Senam bayi sebaiknya dilakukan ketika bayi berumur 3 bulan ke atas, setelah bayi mulai kuat mengangkat kepalanya sendiri pada posisi tengkurap. Gerakan pada senam bayi harus disesuaikan dengan perkembangan motoriknya.

Senam bayi bertujuan untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan, serta kemampuan pergerakan bayi secara optimal. Karena dengan senam pada bayi merupakan cara terbaik untuk mempertahankan kebugaran (Ninik, 2007).



Senam bayi merupakan salah satu dari modalitas yang diberikan secara manual dalam fisioterapi. Fisioterapi itu sendiri adalah bentuk pelayanan kesehatan yang ditujukan pada individu, kelompok, dan masyarakat yang ditujukan untuk pengembangan, pemeliharaan, pemulihan, gerak dan fungsi tubuh sepanjang daur kehidupan dengan menggunakan penanganan secara manual, peningkatan gerak, peralatan (fisik, elektroterapeutik dan mekanik), dan peningkatan fungsional.

Berdasarkan faktor penyebab bayi sehat mempunyai berat badan normal di dalam range yang rendah disebabkan karena bayi tidak nafsu makan dan di dalam kehidupan masyarakat masih kurangnya upaya pemberian stimulasi dari luar untuk menambah berat badannya, maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian memberikan stimulasi senam bayi untuk menambah nafsu makan pada bayi yang sehat tetapi mempunyai masalah dengan nafsu makannya sehingga bayi memiliki berat badan rendah. maka penulis mengambil judul “Pengaruh Pemberian Senam Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Bayi Usia 6 – 12 di Posyandu Perumahan Kemang Timur Jakarta Selatan”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Faktor bayi memiliki berat badan yang kurang pada usianya, antara lain karena memang mengalami kekurangan gizi, menderita penyakit atau kelainan yang membuat badan menjadi kurus, bisa juga karena bayi itu dasarnya sehat dan tidak menderita penyakit atau kelainan apapun namun bayi tersebut tidak nafsu makan sehingga tidak terpenuhinya kebutuhan nutrisi yang berdampak pada

defisiensi nutrisi (malnutrisi ) dan dapat menyebabkan berat badan bayi menjadi rendah pada usianya.

Masalah kesulitan makan pada bayi sering dijumpai oleh orang tua terhadap bayi usia 6-12 bulan. Masalah makan ini lebih dihubungkan dengan berkurangnya asupan makanan,. Sedangkan makanan berlebihan juga merupakan suatu masalah makan pada anak, namun dampaknya terutama pada terjadinya obesitas (kegemukan). Deteksi masalah makan secara dini penting dilakukan agar dapat dicegah dan tidak berkepanjangan.

Nafsu makan pada anak yang sedang dalam usia pertumbuhan memang terkadang bisa fluktuatif tajam naik turun. Bila tidak disertai oleh gejala klinis maka hal ini masih di anggap normal. Perlu kejelian para orang tua untuk mengatasi hal ini mengingat pada usia golden age (usia tumbuh kembang), anak justru sedang membutuhkan asupan nutrisi yang tepat guna dan mencukupi. Jangan sampai asupan nutrisinya terganggu karena perubahan nafsu makan yang naik turun (Guyton dan Hall, 2006).

Salah satu faktor lain yang dapat menurunkan nafsu makan bayi adalah pola pemberian makan pada bayi yang salah, seringkali orangtua memberikan makanan kecil seperti cemilan yang berlebihan sehingga membuat bayi merasa kenyang sehingga tidak mau makan disaat jamnya makan. Atau bisa juga karena kebiasaan orang tua yang memberikan ASI/susu berdekatan dengan jam makan bayi tersebut. Sehingga pada saatnya makan bayi sudah tidak nafsu makan lagi karena sudah merasa kenyang, maka secara otomatis asupan makanan yang dibutuhkan bayi juga terganggu (Guyton dan Hall, 2006).

Bayi yang kurang nafsu makan juga sehingga menyebabkan berat badannya menjadi kurang seimbang bisa juga disebabkan karena bayi kurang mendapatkan stimulasi dari luar. Secara fisiologis bayi perlu mendapatkan stimulasi untuk membuat nafsu makannya bertambah sehingga dapat membuat berat badannya bertambah. Stimulasi atau rangsangan adalah rangsangan dari luar, yang berupa latihan atau bermain. Anak mendapatkan stimulasi atau rangsangan terarah dapat berkembang cepat dibandingkan dengan anak yang kurang mendapat stimulasi dari luar. Stimulasi yang dapat digunakan salah satunya adalah senam pada bayi.

### **C. Perumusan Masalah**

Rumusan masalah yang ada pada proposal skripsi ini adalah :

1. Apakah pemberian senam bayi dapat meningkatkan berat badan pada bayi usia 6 - 12 bulan?
2. Apakah jika tidak diberikan senam dapat meningkatkan berat badan pada bayi usia 6 - 12 bulan?
3. Apakah ada perbedaan pemberian senam bayi dan tidak diberikan senam bayi terhadap peningkatan berat badan bayi pada usia 6 - 12 bulan?

### **D. Tujuan Penulisan**

a) Tujuan Umum :

Untuk mengetahui perbedaan pemberian senam bayi dan tidak diberikan senam bayi terhadap peningkatan berat badan bayi pada usia 6 - 12 bulan.

- b) Tujuan Khusus :
  - a. Untuk mengetahui pemberian senam bayi pada peningkatan berat badan bayi usia 6-12 bulan.
  - b. Untuk mengetahui jika tidak diberikan senam bayi pada peningkatan berat badan bayi usia 6 - 12 bulan.

## **E. Manfaat Penulisan**

### **1. Bagi Peneliti**

Mengetahui manfaat perbedaan pemberian senam bayi terhadap peningkatan berat badan usia 6-12 bulan dan sebagai bahan masukan dalam pemilihan intervensi yang tepat dari modalitas diatas untuk meningkatkan berat badan bayi usia 6 – 12 bulan.

### **2. Bagi Fisioterapi dan Pelayanan**

Sebagai masukan dalam pemilihan intervensi yang lebih tepat dari modalitas diatas untuk meningkatkan berat badan bayi usia 6 – 12 bulan.

### **3. Bagi Institusi Pendidikan**

Dengan adanya hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan kajian untuk diteliti lebih lanjut sekaligus menjadi referensi tambahan bagi mahasiswa yang membutuhkan pengetahuan lebih lanjut mengenai penanganan dan intervensi untuk penambahan berat badan bayi. Dapat menambah khasanah ilmu kesehatan dalam dunia pendidikan pada khususnya.