

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masalah gangguan makan pada balita masih menjadi perhatian serius, salah satunya adalah Gerakan Tutup Mulut (GTM). GTM merupakan kondisi ketika anak menolak makan, baik secara total maupun sebagian. Anak sering mengalami GTM karena beberapa faktor, seperti menu yang monoton, tekstur makanan yang tidak sesuai, kebiasaan menggunakan gadget atau menonton televisi saat makan, cara pemberian makan yang dipaksakan, serta kurangnya pendekatan orangtua maupun pengasuh anak. Kondisi ini menjadikan waktu makan terasa membosankan atau menegangkan bagi anak. Untuk itu diperlukan pendekatan kreatif. *Storytelling* dipilih karena mampu menarik imajinasi anak melalui cerita yang menyenangkan, sementara *Play Therapy* membuat proses makan lebih interaktif. Kedua metode ini menciptakan pengalaman positif, sehingga anak lebih kooperatif membuka mulut dan menerima makanan. Dengan demikian, tingginya kejadian GTM, penyebabnya berasal dari faktor psikologis, perilaku, dan lingkungan, sedangkan solusinya adalah melalui *Storytelling* dan *Play Therapy* (Victoria & Arum , 2023).

Secara nasional, lebih dari 40% balita di Indonesia atau sekitar 10 juta anak pernah mengalami Gerakan Tutup Mulut (GTM), baik dalam bentuk menolak makan sebagian maupun total. GTM kini tercatat sebagai salah satu keluhan terbanyak yang dilaporkan orang tua di posyandu dan puskesmas. Di tingkat layanan primer, angka kejadiannya bahkan lebih menonjol. Berdasarkan catatan posyandu di berbagai daerah khususnya area malang raya yakni Gribig, sekitar 45–

55% balita pernah mengalami GTM dalam kurun waktu satu tahun terakhir. Di wilayah Malang, khususnya di Puskesmas Gribig, laporan tahun 2024 menunjukkan dari 380 balita yang hadir rutin di posyandu, sekitar 190 anak (50%) mengalami GTM. Data ini memperlihatkan bahwa GTM bukan sekadar masalah perilaku individu, melainkan fenomena luas yang kerap muncul dalam kegiatan pelayanan kesehatan anak (Nopitasari, 2024).

Kronologi munculnya Gerakan Tutup Mulut (GTM) pada balita biasanya berawal dari pengalaman makan yang kurang menyenangkan, misalnya ketika anak diberi makanan dengan cara dipaksa, menu yang monoton, atau situasi makan yang penuh tekanan. Seiring waktu, anak mulai menolak makan dengan menutup mulut, mengalihkan perhatian, atau menangis setiap kali disodori makanan. Dari sisi patofisiologi, pengalaman negatif tersebut terekam dalam sistem limbik otak yang berperan dalam mengatur emosi dan perilaku, sehingga terbentuk asosiasi bahwa makan adalah aktivitas yang menegangkan. Hal ini memicu respon penolakan berulang yang akhirnya berkembang menjadi kebiasaan menetap. Jika tidak segera ditangani, pola ini akan semakin diperkuat oleh faktor eksternal, seperti penggunaan gadget saat makan atau kurangnya variasi menu. Implementasi *Storytelling* dan *Play Therapy* menjadi relevan karena mampu menstimulasi sistem limbik dengan pengalaman positif, menghadirkan kesenangan, serta menciptakan asosiasi baru yang menyenangkan pada proses makan, sehingga anak lebih kooperatif dalam membuka mulut dan menerima makanan (Pramardika, 2022).

Solusi yang ditawarkan untuk menurunkan kejadian GTM pada balita adalah dengan mengimplementasikan *Storytelling* dan *Play Therapy* (Victoria & Arum, 2023). Solusi pertama adalah menerapkan metode *Storytelling* sebagai

pendekatan edukatif untuk menurunkan kejadian GTM pada balita. *Storytelling* membantu menciptakan suasana makan yang lebih positif dengan menghadirkan cerita menarik seputar makanan yang disajikan. Ketika sayur atau buah digambarkan sebagai tokoh cerita misalnya brokoli sebagai pohon kecil yang memberi kekuatan atau wortel sebagai makanan favorit pahlawan anak terdorong untuk mencoba makanan tersebut karena merasa terlibat dalam alur cerita yang menyenangkan. Pendekatan ini secara tidak langsung mengalihkan fokus anak dari rasa takut, rasa bosan, atau penolakan terhadap makanan, yang menjadi penyebab utama GTM. Dengan imajinasi yang dibangkitkan melalui cerita, anak menjadi lebih antusias, merasa nyaman, dan bersedia membuka mulut, sehingga frekuensi perilaku menolak makan dapat berkurang (Victoria & Arum , 2023).

Solusi kedua adalah penggunaan *Play Therapy* yang memberikan kesempatan bagi anak untuk bermain sambil makan, sehingga pengalaman makan terasa lebih menyenangkan dan tidak menegangkan. Dalam *Play Therapy*, anak diajak melakukan aktivitas sederhana seperti bermain peran menjadi koki kecil, menghitung potongan buah, membuat bentuk dari makanan, atau melakukan eksplorasi sensorik yang aman. Aktivitas ini memberi anak rasa kendali dan kebebasan, yang sangat penting bagi balita yang sering menolak makan karena merasa dipaksa. Unsur permainan membantu menurunkan kecemasan, meningkatkan rasa ingin tahu, serta membangun interaksi positif antara anak dan makanan. Dengan demikian, *Play Therapy* membantu anak lebih kooperatif, mau mencoba makanan baru, dan secara bertahap mengurangi kejadian GTM melalui pengalaman makan yang lebih relaks dan menyenangkan (Victoria & Arum , 2023).

Peneliti tertarik pada judul dan penelitian ini karena implementasi *Storytelling* dan *Play Therapy* menawarkan pendekatan kreatif, sederhana, dan aplikatif yang mampu membantu dalam permasalahan GTM, sekaligus memberikan alternatif solusi nyata bagi orang tua maupun tenaga kesehatan.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimanakah implementasi *Storytelling* dan *Play Therapy* dapat menurunkan kejadian Gerakan Tutup Mulut (GTM) pada balita?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui implementasi *Storytelling* dan *Play Therapy* terhadap penurunan kejadian Gerakan Tutup Mulut (GTM).

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat kejadian GTM pada balita sebelum diberikan intervensi *Storytelling* dan *Play Therapy*.
- b. Mengidentifikasi tingkat kejadian GTM pada balita sesudah diberikan intervensi *Storytelling* dan *Play Therapy*.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini dapat menambah pengetahuan mengenai upaya penanganan GTM (Gerakan Tutup Mulut) dengan metode non-farmakologis yang kreatif. Pendekatan seperti *Storytelling* dan *Play Therapy* diyakini dapat membantu menciptakan suasana makan yang lebih menarik dan menyenangkan bagi anak.

1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi orang tua balita, hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan praktis mengenai cara menghadapi anak yang mengalami GTM dengan metode yang kreatif, sabar, dan menyenangkan.
- b. Bagi petugas kesehatan, penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan dalam merancang program penyuluhan atau intervensi berbasis komunitas di posyandu atau puskesmas. Tenaga kesehatan dapat menggunakan *Storytelling* dan *Play Therapy* sebagai metode tambahan untuk mendampingi keluarga yang menghadapi anak sulit makan.
- c. Bagi pendidikan keperawatan, penelitian ini dapat menambah referensi dan contoh penerapan intervensi psikososial yang relevan dengan masalah tumbuh kembang anak.
- d. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat menjadi dasar untuk pengembangan studi lebih lanjut, misalnya dengan variasi metode intervensi, populasi yang lebih luas, atau durasi penelitian yang lebih panjang. Dengan demikian, hasil penelitian berikutnya dapat semakin memperkuat bukti ilmiah mengenai efektivitas pendekatan ini.
- e. Bagi penulis, penelitian ini menjadi sarana untuk melatih kemampuan dalam mengintegrasikan teori dan praktik. Selain itu, penelitian ini juga memberikan pengalaman berharga dalam merancang solusi kreatif untuk mengatasi masalah anak, khususnya yang berkaitan dengan kejadian GTM