

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Seribu hari pertama kehidupan merupakan periode penting dalam pertumbuhan dan perkembangan yang menentukan perkembangan fisik dan mental di kemudian hari. Berat badan dan lingkar kepala adalah tanda pertumbuhan, sedangkan perkembangan adalah tanda kemampuan motorik, emosi sosial, kemampuan berbahasa, dan kemampuan kognitif. Banyak faktor memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak, dan status gizi adalah salah satunya. Status gizi balita juga dipengaruhi oleh pola asuh pemberian makan orang tua. Orang tua yang memberikan jenis makanan yang kurang beragam akan menyebabkan nafsu makan anak menurun. Pemberian makanan yang beragam bertujuan untuk memenuhi kebutuhan zat gizi baik makro maupun mikro dan mencegah kesulitan makan pada balita.¹

Penurunan nafsu makan anak yang berlangsung lama dapat menyebabkan pertumbuhan menjadi terhambat. Anak dengan nafsu makan menurun akan menyebabkan imunitas menurun sehingga anak mudah sakit. Anak yang sakit cenderung nafsu makannya menurun sehingga asupan nutrisinya berkurang.² Perilaku pemilih makanan terjadi saat anak menginjak usia 2 hingga 3 tahun. Tumbuh kembang yang terjadi selama

masa balita menentukan terciptanya mutu sumber daya manusia yang tinggi dan berkualitas saat dewasa kelak.³

Salah satunya hambatan anak tidak mencapai perkembangan dan pertumbuhan optimal karena mengalami *picky eater*, adalah kebiasaan anak untuk melakukan pilih-pilih makanan dengan jenis tertentu serta melakukan penolakan makanan. *Picky eater* misal menolak makan nasi akan tetapi masih mau makan untuk olahan roti dan mie.³ Timbulnya masalah gizi disebabkan oleh gangguan makan pada anak. Salah satunya karena *Picky Eater*. Gangguan makan selektif dan pilihan makanan disebabkan oleh anak-anak yang tidak menyukai variasi makanan, dan anak-anak tidak terbiasa makan makanan selain yang disukainya. Hal ini secara bertahap dapat mempengaruhi pola makan anak.⁴

Picky eater adalah sikap memilih-milih makanan yang merupakan salah satu bentuk dari kesulitan makan pada anak dimana anak hanya ingin makanan yang diinginkannya saja. *Picky eater* dapat berpengaruh terhadap kesehatan gizi dikarenakan anak dengan perilaku ini cenderung memiliki tingkat konsumsi makanan yang rendah terhadap beberapa jenis makanan tertentu, yakni daging, sayuran ataupun buah-buahan, serta sering memilih makanan yang menjadi preferensinya. ⁵ (35,4%) anak prasekolah menderita *Picky Eater*. Dari hasil penelitian menunjukkan (67,1%) anak makan lebih lama (>30 menit), (49,9%) menolak mencoba makanan baru bagi dia, dan (48,1%) hanya makan makanan tertentu. ⁶ Anak-anak berusia 6 hingga 12 tahun di China mengatakan bahwa mereka termasuk dalam kategori "pemilih" atau "*picky eater*" dalam hal makanan. Selain itu, penelitian di Amerika Serikat menunjukkan bahwa prevalensi gangguan makan pada anak prasekolan yang terkait dengan suka dan tidak suka meliputi pilihan makanan yang tidak: tepat (58,1%), sayuran, buah-buahan, dan daging hingga (51,2%) presentasi yang mencakup keginan untuk makan, makanan tertentu, tidak mau makan ikan (55,8%). ⁷

Prevalensi perilaku *picky eater* saat usia prasekolah cukup tinggi. Penelitian di Singapura menunjukkan proporsi *picky eater* paling tinggi pada usia 3-5 tahun sebesar (29,9%). Prevalensi *picky eater* pada anak di Taiwan usia 3-5 tahun sebesar (72%). Sementara proporsi *picky eater* di Indonesia lebih tinggi sebesar (60,3%) pada usia balita.⁸ Dampak kesulitan makan termasuk *picky eater* ini akan mempengaruhi asupan gizi yang mempengaruhi beberapa hal antara lain kekurangan gizi, menurunkan daya ketahanan anak, kegagalan pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga meningkatkan resiko angka kesakitan.⁹ Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak mengatur standar antropometri yang digunakan untuk mengukur atau menilai status gizi anak. Standar antropometri yang

digunakan terdiri atas indeks Berat Badan menurut Umur (BB/U), Panjang Badan atau Tinggi Badan menurut Umur (PB/U atau TB/U), dan Berat Badan menurut Panjang Badan atau Tinggi Badan (BB/PB atau BB/TB).

Klasifikasi penilaian status gizi menggunakan Indeks Antropometri sesuai dengan kategori status gizi pada (*WHO*) *Child Growth Standards* untuk anak usia 0-5 tahun dan *WHO Reference* 2007 untuk anak 5-18 tahun. Status gizi berdasarkan indeks Berat Badan menurut Umur (BB/U) pada balita (0-59 bulan) dinyatakan dengan kategori berat badan sangat kurang, kurang, normal, dan risiko berat badan berlebih. Underweight merupakan kategori status gizi berat badan sangat kurang dan kurang. Berdasarkan Panjang Badan atau Tinggi Badan menurut Umur (PB/U atau TB/U), status gizi dinyatakan dengan kategori tinggi badan sangat pendek, pendek, normal, dan tinggi. Tinggi badan sangat pendek dan pendek dikategorikan sebagai stunting. Selain itu, status gizi berdasarkan indeks Berat Badan menurut Panjang Badan atau Tinggi Badan (BB/PB atau BB/TB) dinyatakan dengan kategori gizi buruk, gizi kurang, gizi baik, beresiko gizi lebih, gizi lebih, dan obesitas. Gizi buruk dan gizi kurang dikategorikan sebagai wasting. Berdasarkan kegiatan pemantauan pertumbuhan tahun 2023 yang dilaporkan melalui e-PPBGM, persentase di Provinsi Jawa Barat pada usia balita, berat badan sangat kurang mencapai (0,7%) dan berat badan kurang sebesar (4,9%). Sedangkan Provinsi dengan persentase balita underweight tertinggi adalah Provinsi Nusa Tenggara Timur (21,6%), dan provinsi dengan persentase terendah adalah Provinsi Sumatera Selatan (1,7%).¹⁰

Pengetahuan ibu tentang pola makan sehat memiliki peran yang sangat penting dalam menentukan kebiasaan makan anak. Ibu sebagai pengasuh utama dalam keluarga memiliki pengaruh besar dalam memilih dan menyajikan makanan yang sehat dan bervariasi untuk balita. Pengetahuan yang memadai tentang gizi dan pola makan sehat

dapat membantu ibu dalam membuat pilihan makanan yang tepat dan memotivasi anak untuk mencoba berbagai jenis makanan. Pemberian makanan pada anak harus disiasati dengan pola makan dan pola asuh orang tua yang tepat agar mengurangi perilaku *picky eater* pada anak.¹¹ Bila anak tidak diajarkan makanan yang baik ataupun dipaksa hanya akan mengganggu persepsi anak terhadap proses makan dan makanan. Pengetahuan orang tua dan faktor lain juga saling mempengaruhi perilaku makan anak.

Namun, tidak semua ibu memiliki tingkat pengetahuan yang cukup mengenai pola makan sehat. Berbagai faktor seperti tingkat pendidikan, akses informasi, dan pengalaman dapat mempengaruhi pengetahuan ibu tentang gizi. Kurangnya pengetahuan ini dapat menyebabkan ibu tidak mampu memberikan asupan makanan yang seimbang dan beragam, sehingga memperbesar kemungkinan anak mengalami perilaku *picky eater*.

Upaya untuk meningkatkan kualitas perbaikan gizi anak sejak dini, perlu dilakukan penerapan gizi seimbang sebagai upaya untuk perbaikan gizi perseorangan dan gizi masyarakat. Setiap keluarga harus mampu mengenal, mencegah, dan mengatasi masalah gizi setiap anggota keluarganya. Mengenal, mencegah, dan mengatasi masalah gizi dapat dilakukan dengan menimbang berat badan secara teratur, memberikan ASI (Air Susu Ibu) saja kepada bayi sejak lahir sampai umur 6 bulan (ASI Eksklusif), mengonsumsi menu makanan yang bervariasi, menggunakan garam beryodium, dan pemberian suplemen gizi sesuai anjuran petugas kesehatan. yang merupakan fondasi bagi kesehatan dan perkembangan optimal mereka di masa mendatang. Dengan memperkuat pengetahuan ibu tentang pola makan sehat, diharapkan dapat tercipta generasi yang lebih sehat dan bebas dari masalah gizi.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti menyimpulkan bahwa pemberian pola makan yang sehat dan perilaku *picky eater* perlu digali lebih dalam lagi pada anak usia balita

dengan harapan dapat menjadi pengetahuan baru dan referensi baru upaya pencegahan yang bermanfaat bagi orang tua khususnya seorang ibu. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti tentang hubungan tingkat pengetahuan ibu tentang pemberian pola makan sehat terhadap perilaku *picky eater* pada anak pra sekolah.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat disimpulkan rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu : “Adakah hubungan tingkat pengetahuan ibu tentang pemberian pola makan sehat dengan perilaku *picky eater* pada anak pra sekolah di TK Al – Hidayah Majalengka ? “

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan tingkat pengetahuan ibu tentang pemberian pola makan sehat dengan perilaku *picky eater* pada anak pra sekolah TK Al – Hidayah Majalengka

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mendapatkan gambaran pengetahuan ibu tentang pemberian pola makan sehat pada usia anak pra sekolah
- 2) Mendapatkan gambaran perilaku *picky eater* pada anak pra sekolah
- 3) Menganalisis hubungan tingkat pengetahuan ibu tentang pemberian pola makan sehat terhadap perilaku *picky eater* pada anak pra sekolah.

1.4 Kegunaan Penelitian

1.4.1 Aspek Teoritis (Keilmuan)

Diharapkan hasil penelitian ini dapat mengembangkan keilmuan kebidanan, menambah pengetahuan informasi, dan sebagai bentuk stimulus kepada anak usia pra sekolah agar mengurangi perilaku *picky eater* yang dialami anak usia pra sekolah.

1.4.2 Aspek Praktis (Gunalaksana)

1) Bagi Orang Tua

Penelitian ini diharapkan menjadi informasi bagi setiap orang tua khususnya seorang ibu tentang pemberian pola makan sehat terhadap perilaku *picky eater* pada anak pra sekolah sehingga memunculkan kesadaran ibu untuk mengubah perilaku yang akan menjadikan terjadinya perilaku *picky eater*.

2) Bagi Peneliti

Mendapat wawasan, pengetahuan, pengalaman serta meningkatkan kemampuan dalam menganalisis dan memecahkan masalah yang ada di masyarakat.

3) Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menambah literatur perpustakaan dalam ruang lingkup kesehatan anak pra sekolah dalam mencegah perilaku *picky eater* pada anak.

4) Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar, bahan literatur, dan bahan penunjang yang diperlukan untuk melakukan pengembangan penelitian selanjutnya.

1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Nama peneliti/tahun	Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
Anggun Della Rahmawati (2022)	Pengaruh Pemberian Makanan Sehat Terhadap Perilaku <i>Picky Eater</i> Anak Usia 4 Sampai Dengan 6 Tahun	Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Penelitian ini menggunakan <i>pra experimental tipe one group pretest – posttest</i> .	Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh pemberian makanan sehat terhadap prilaku <i>picky eater</i> dengan hasil nilai sig. 0.000. hal ini menunjukkan perubahan yang signifikan dari perilaku <i>picky eater</i> sebelum dilakukan intervensi dan setelah dilakukan intervensi.	Subjek yang diteliti usia anak prasekolah	Lokasi penelitian, waktu penelitian.
Yayuk Suseno (2021)	Hubungan Pengetahuan, Pola Pemberian Makan Dan Status Ekonomi Keluarga Terhadap Status Gizi Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Beringin Raya Kota Bengkulu.	Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan survei analitik. Desain penelitian yang digunakan adalah Cross Sectional.	Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan terhadap status gizi dengan p-value $0,034 < 0,05$, ada hubungan pola pemberian makan terhadap status gizi balita dengan p-value $0,011 < 0,05$, ada hubungan status ekonomi keluarga terhadap status gizi balita dengan p-value $0,039 < 0,05$.	Menganalisis mengenai pengetahuan dan pemberian pola makan anak.	Lokasi penelitian, waktu penelitian.

Annisa Herrinda (2023)	Hubungan Perilaku <i>Picky Eater</i> Dengan Status Gizi Balita Di Desa Susukan Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang	Metode penelitian ini menggunakan jenis penelitian observasional analitik dengan desain <i>cross sectional</i> .	Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara perilaku <i>picky eater</i> dengan status gizi balita di Desa Susukan Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang ($p=0,806$).	Dalam penelitian ini menggunakan design <i>cross sectional</i>	Lokasi penelitian, waktu penelitian.
Anggit Puspitaningrum (2022)	Hubungan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perilaku <i>Picky Eater</i> Pada Anak Prasekolah	Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan desain <i>cross sectional</i> .	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua terhadap perilaku <i>picky eater</i> pada anak pra sekolah dengan tingkat kekuatan korelasi atau hubungan adalah hubungan yang kuat	Jenis penelitian yang digunakan sama yaitu kuantitatif dengan desain <i>cross sectional</i>	Lokasi penelitian, waktu penelitian.
Isnani Khoerunnisa (2024)	Hubungan Pola Asuh Lumba-Lumba Terhadap <i>Picky Eater</i> Dan Status Gizi Pada Balita	Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif analitik dengan pendekatan rancangan <i>cross sectional</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan pola asuh terhadap perilaku <i>picky eater</i> pada usia balita dan terdapat hubungan pola asuh terhadap status gizi balita.	Penelitian ini menggunakan desain yang sama dengan peneliti yaitu kuantitatif analitik dengan pendekatan <i>cross sectional</i> .	Lokasi penelitian, waktu penelitian, jenis persalinan bayi.