

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak cenderung senang bereksplorasi dengan hal-hal baru sesuai dengan perkembangan anak. Dimana dapat mempengaruhi pola makan anak pada usia prasekolah. Anak prasekolah adalah mereka yang berusia antara 3-6 tahun dimana terjadi pertumbuhan dan perkembangan usia prasekolah. Pada masa ini anak mengalami perubahan pola makan pada anak prasekolah umumnya mengalami kesulitan untuk makan atau cenderung pilih-pilih makanan (*picky eater*). *Picky eater* merupakan salah satu faktor yang berpengaruh pada status gizi anak, karena *picky eater* cenderung memiliki perilaku sangat pemilih dalam hal makanan, dan tidak mendapatkan menu makan yang seimbang termasuk didalamnya sayuran, nasi, buah-buahan, dan hanya menginginkan makanan yang manis saja (Arini Mustikasari and Ernawati, 2019).

Perilaku orang tua sangat penting dalam tumbuh kembang anak dalam psikologis anak, kemampuan bersosialisasi anak, kemandirian anak, serta perilaku sulit makan pada anak. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pemberian makan pada anak antara lain interaksi anak dan orang tua (pola asuh), kepribadian anak, lingkungan dan budaya. Kebiasaan makan anak dipengaruhi oleh hubungan antara orang tua atau pengasuh dengan anak melalui pola asuh dalam pemberian makan. Memilih-milih makanan (*picky eater*) merupakan masalah pada anak yang perlu diperhatikan baik oleh orang tua maupun praktisi kesehatan, karena *picky eater* pada anak memiliki

efek yang merugikan terutama bagi anak karena nutrisi perilaku sulit makan dapat mengurangi asupan nutrisi pada anak prasekolah yang salah satu faktor penyebabnya adalah pola asuh orang tua yang salah (Lukitasari, 2020).

Prevalensi *picky eater* yang didapatkan dari beberapa penelitian bahwa *picky eater* sebuah fase yang sangat umum dialami oleh usia anak prasekolah sebagai dari tumbuh perkembangan anak. Fenomena *picky eater* pada anak sering menjadi masalah bagi orang tua atau pengasuh anak. Di Indonesia terjadi *picky eater* pada anak sekitar 20%, dari anak *picky eater* sekitar 44,5% yang mengalami malnutrisi ringan sampai sedang, dan sekitar 79,2% telah mengalami *picky eater* lebih dari 3 bulan dan berlangsung lama sehingga dianggap biasa, akibatnya dapat menimbulkan komplikasi dan gangguan tumbuh kembang pada anak. Pola makan dan penanganan yang salah dari orang tua menjadi penyebab status gizi kurang atau gizi buruk pada anak. Dalam hal ini peran orang tua banyak mempengaruhi perkembangan makan pada anak terutama ibu sangat dibutuhkan untuk meningkatkan pola makan pada anak usia prasekolah. (Arini Mustikasari and Ernawati, 2019).

Masalah kesulitan makan pada anak prasekolah ditemukan lebih dari 20%. Hal ini disebabkan karena anak sudah dapat memilih-milih makanan yang disukai dan hanya mau makan makanan tertentu saja. Ada dua faktor yang dapat menyebabkan masalah kesulitan makan pada anak yaitu faktor eksternal (perilaku orang tua), meliputi: ibu bekerja, pola asuh orang tua, pemberian ASI eksklusif, kebiasaan makan orang tua, paritas, dan

keterlambatan dalam memperkenalkan makanan. Selain itu ada faktor internal (perilaku anak), meliputi: Kebiasaan bermain gadget, sensitivitas sensorik anak, dan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD).

Dampak anak yang mengalami *picky eater* terdapat beberapa macam yaitu apabila anak memiliki jenis makanan tertentu maka kemungkinan untuk obesitas, karena anak cenderung akan memilih makanan yang memiliki lemak tinggi dan tidak bergizi. Anak *picky eater* memiliki kemungkinan perkembangan mental yang lebih rendah dari yang memiliki cakupan gizi baik. Gangguan lain ditandai dengan adanya gangguan selama masa pertumbuhan dengan memperhatikan berat badan, tinggi badan yang kurang, serta memiliki kesulitan dalam menaikkan berat badan (Adhani, 2019). Permasalahan *picky eater* pada anak juga berdampak serius pada perkembangan dan pertumbuhannya sehingga anak bisa menyebabkan stunting (pendek) dan wasting (kurus). Permasalahan akibat kegagalan dalam pemenuhan nutrisi akan berdampak pada penurunan berat badan secara signifikan, gangguan kesehatan fisik, sosial, perkembangan kognitif dan apabila berlanjut sampai pada usia remaja akan menyebabkan terganggunya identitas diri dan harga diri. (Prasetyo, et al., 2020)

Upaya mengatasi gangguan makan dapat dilakukan dengan metode farmakologis dan nonfarmakologis. Upaya dengan metode farmakologis yaitu dengan pemberian multivitamin dan mikronutrien. Sedangkan dengan nonfarmakologis yaitu dengan memberikan minuman herbal/obat herbal, pijat, akupresur dan akupunktur (Asih and Mugiati, 2018). Upaya mengatasi kesulitan makan terdiri dari mengajak anak untuk makan bersama,

menyayangi anak dan memberikan pujian kepada anak. Cara lain yang dapat orang tua lakukan untuk mengatasi sulit makan adalah dengan mengatur makan seperti memberikan makanan yang bervariasi sesuai dengan selera anak. Ciptakan suasana yang nyaman untuk anak dan menggunakan alat makan yang lucu yang digemari oleh anak-anak dan sesuai dengan kondisinya. Upaya lain juga dapat dilakukan dengan membuat makanan yang menarik dari segi variasi, warna, dan rasa. Variasi bentuk makanan berbentuk bola, kotak, atau bunga. Selain itu, para ibu dapat menggunakan peralatan makan yang lucu untuk membangkitkan minat anak-anak mereka dalam berlatih untuk makan sendiri (Apriani, 2022). Peneliti tertarik melakukan penelitian ini untuk mengetahui Faktor-faktor yang berkaitan dengan Perilaku Memilih-Milih Makanan (*Picky Eater*) Pada Anak Prasekolah di TKIT Imam Bondjol Kelurahan Kebon Baru.

B. Rumusan Masalah

Picky eater merupakan salah satu faktor yang berpengaruh pada status gizi anak, karena *picky eater* cenderung memiliki perilaku pemilihan makanan yang akan dikonsumsi. Masalah yang dihadapi, anak dengan *picky eater*, dimana menu yang dikonsumsi tidak seimbang. Beberapa faktor penyebab *picky eater* antara lain faktor eksternal (perilaku orang tua) meliputi: ibu bekerja, pola asuh orang tua, pemberian ASI eksklusif, kebiasaan makan orang tua, paritas, dan keterlambatan dalam memperkenalkan makanan. Selain itu ada faktor internal (perilaku anak), meliputi: Kebiasaan bermain gadget, sensitivitas sensorik anak, dan ADHD. Berdasarkan uraian tersebut maka yang menjadi pertanyaan

penelitian Faktor apa saja yang memiliki proporsi terbanyak pada anak prasekolah yang mengalami *picky eater* pada anak prasekolah?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui faktor-faktor yang memiliki proporsi terbanyak pada anak prasekolah yang mengalami *picky eater* di Kelurahan Kebon Baru Kota Cirebon.

2. Tujuan Khusus

1. Mengetahui responden anak prasekolah dengan perilaku *picky eater* di Kelurahan Kebon Baru Kota Cirebon.
2. Mengetahui jumlah anak yang mengalami *picky eater*
3. Mengetahui status ibu bekerja diluar rumah sebagai faktor penyebab anak dengan perilaku *picky eater*.
4. Mengetahui pola asuh permisif pada orang tua terhadap anak dengan perilaku *picky eater*.
5. Mengetahui pemberian ASI Eksklusif terhadap anak dengan perilaku *picky eater*.
6. Mengetahui anak bermain gadget terhadap anak dengan perilaku *picky eater*.
7. Menganalisis jenis kelamin dengan kejadian *picky eater*.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak yang terkait. Diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Bagi Peneliti

Peneliti dapat mengaplikasikan ilmu yang sudah didapat selama menempuh Pendidikan. Peneliti dapat meningkatkan keterampilan dalam melakukan penelitian, khususnya penelitian pada bidang gizi masyarakat.

2. Bagi Masyarakat

Menambah informasi dan meningkatkan pengetahuan masyarakat khususnya ibu mengenai faktor apa saja yang mempengaruhi kejadian memilih-milih makanan (*picky eater*).

3. Bagi Prodi D3 Gizi

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber referensi dan bacaan bagi mahasiswa Program Studi DIII Gizi Cirebon mengenai gambaran beberapa faktor yang berkaitan dengan kejadian memilih-milih makanan (*picky eater*) pada anak prasekolah.