

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Anak usia dini merupakan individu yang berusia antara 0 hingga 6 tahun. Masa usia dini disebut juga *golden period* atau masa keemasan yang ditandai dengan perkembangan yang pesat dalam berbagai aspek (Amini, 2014). Pada masa *golden period* ini seringkali meniru perilaku orang disekitarnya, senang mencoba hal yang baru, dan bergantung pada orangtua atau pengasuh untuk memenuhi kebutuhannya terutama dalam hal yang berkaitan dengan makan (Mascola dalam Anggraini, 2014). Pada masa ini anak mulai menunjukkan makanan yang disukai maupun tidak disukai dan seringkali mengalami penurunan nafsu makan, jika dibiarkan dalam jangka waktu yang lama dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan anak (Putri & Muniroh, 2019). Pola makan dapat mempengaruhi pertumbuhan maupun perkembangan pada anak, sehingga diperlukan makanan yang mengandung zat gizi yang cukup (Sambo *et al.*, 2020).

Masalah perubahan pola makan yang sering ditemukan pada anak usia dini adalah *picky eating* (Priyanti dalam Rufaida & Lestari, 2018). *Picky eating* atau pilih-pilih makan merupakan kesulitan makan di ditandai dengan keengganan untuk mengkonsumsi makanan tertentu baik yang sudah dikenal maupun makanan baru, serta memiliki tingkat preferensi makanan yang sangat kuat (Taylor *et al.*, 2015). Anak *picky eating* cenderung tidak memperoleh menu makan yang seimbang (Dorfman dalam Utami, 2016). *Picky eating* yang terjadi pada anak dapat menyebabkan asupan energi lebih rendah baik dari protein, karbohidrat, vitamin dan mineral dibandingkan dengan anak *non-picky eating*, sehingga dapat meningkatkan risiko status gizi kurang (Hardianti *et al.*, 2018). Kebiasaan memilih-milih makanan pada anak usia dini yang berlangsung lama dapat memberikan dampak negatif pada kesehatan, pertumbuhan dan perkembangan, serta aktifitas yang dilakukan (Mustikasari, 2019). Sehingga *picky eating* merupakan salah satu masalah pada anak yang dapat memberikan efek negatif bagi kesehatan anak, maka

perlu diperhatikan oleh orang tua sebagai pengasuh ataupun tenaga kesehatan (Lukitasari, 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Singapura terdapat 50,2% pada anak berusia 1-5 tahun dinyatakan *picky eating* (Goh & Jacob, 2012). Penelitian yang dilakukan di Taiwan tahun 2017 pada anak usia 1-6 tahun terdapat 58,48% anak yang memiliki perilaku *picky eating* (Chao & Chang, 2017). Pada tahun 2019, penelitian di Iraq terdapat 77% anak usia prasekolah yang mengalami *picky eating* (Qazaryan & Sirob, 2019). Di Indonesia, penelitian dilakukan di KB/TK Kecamatan Banyumanik Kota Serang terdapat 52,4% anak prasekolah yang mengalami *picky eating* (Hardianti *et al.*, 2018). Sementara, penelitian yang dilakukan oleh Purnamasari dan Adriani (2020) terdapat 58,9% anak usia dini di PAUD Angrek 1 Siwankerto Surabaya memiliki perilaku *picky eating*. *Picky eating* pada anak dapat dipengaruhi oleh beberapa hal antara lain pengetahuan gizi, pola asuh orangtua, dan perilaku makan orangtua (Marlina *et al.*, 2020).

Kurangnya pengetahuan ibu terkait gizi dapat mempengaruhi *picky eating* pada anak usia dini. Pengetahuan ibu terkait gizi dapat mempengaruhi sikap maupun perilaku ibu terkait dengan pemilihan makanan untuk anak baik jenis, jumlah, dan frekuensi makan. Sehingga kurangnya pengetahuan gizi pada ibu dapat berpengaruh terhadap pemberian asupan gizi yang kurang tepat (Puspasari & Andriani, 2017). Studi menunjukkan bahwa anak *picky eating* banyak ditemukan pada ibu yang memiliki pengetahuan gizi rendah dibandingkan ibu dengan pengetahuan gizi baik (Marlina *et al.*, 2020). Ibu dengan pengetahuan gizi rendah cenderung kurang paham mengenai gizi dan cenderung membiarkan anaknya mengonsumsi makanan yang disukai saja (Fitriyanti & Sutiejo, 2018)

Pola asuh yang diterapkan orangtua juga dapat mempengaruhi perilaku makan anak. Pola asuh merupakan sikap yang diaplikasikan orangtua kepada anaknya meliputi cara menerapkan aturan-aturan, memberikan kasih sayang dan perhatian, serta tanggapan terhadap perilaku anaknya (Simamora, 2020). Pemberian makan pada anak merupakan pola asuh yang mendasar karena makanan yang diberikan pada anak mengandung zat gizi yang berperan penting dalam tumbuh kembang anak (Sari & Ratnawati, 2018). Tidak tepatnya pola asuh yang diaplikasikan pada anak dapat menyebabkan gangguan psikologis yang dapat

berdampak pada gangguan perilaku makan anak (Nafratilawati *et al.*, 2015). Penanganan yang salah terhadap anak *picky eating* dapat menyumbang status gizi kurang maupun buruk (Rufaida & Lestari, 2018).

Selain itu, *picky eating* pada anak dapat dipengaruhi oleh perilaku makan ibu. Orangtua sebagai pengasuh anak sangat berperan dalam pembentukan perilaku anak termasuk perilaku makan, karena pada umumnya anak lebih sering mengikuti kebiasaan orangtua atau pengasuhnya (Karaki *et al.*, 2016). Dalam penelitian yang dilakukan Kusumawardhani *et al.*, (2013) menyebutkan bahwa terdapat pengaruh perilaku makan orangtua terhadap *picky eating*, hasil analisis statistik menunjukkan bahwa perilaku makan orang tua yang *picky eating* beresiko memiliki anak *picky eating* sebesar 10 kali lebih besar daripada yang tidak *picky eating*. Seorang anak akan kurang menerima makanan baru jika mereka mengamati orang tua mereka juga tidak pernah mengonsumsi makanan tersebut. Hal tersebut dapat menyebabkan makanan yang anak konsumsi akan kurang bervariasi.

Berdasarkan uraian tersebut kejadian *picky eating* pada anak usia dini berkaitan dengan peran orang tua terutama ibu seperti pengetahuan tentang gizi, pola asuh, dan perilaku makan ibu. Setelah dilakukan studi pendahuluan dengan mewawancarai 20 ibu dari anak usia dini di KB Al-Furqon dan KB Nurhasanah terdapat 60% anak menandakan *picky eating* seperti suka memilih-milih makanan, menolak makanan baru dan rewel saat makan, 55% ibu berpengetahuan gizi kurang, 45% ibu memaksa anak jika tidak mau makan, dan 55% ibu berperilaku pilih-pilih terhadap makanan. Hal itulah yang menjadi daya tarik peneliti untuk meneliti mengenai hubungan pengetahuan gizi, pola asuh, dan perilaku makan ibu dengan *picky eating* pada anak usia dini di KB Al-Furqon dan KB Nurhasanah.

I.2 Rumusan Masalah

Memilih-milih makanan atau *picky eating* pada anak usia dini yang berlangsung lama dapat memberikan dampak negatif pada kesehatan, pertumbuhan dan perkembangan, serta aktifitas anak (Mustikasari, 2019). Di Indonesia, berdasarkan penelitian yang dilakukan di KB/TK Kecamatan Banyumanik, Serang terdapat 52,4% anak prasekolah yang mengalami *picky eating* (Hardianti *et al.*, 2018). Sementara, penelitian yang dilakukan oleh Purnamasari dan Adriani (2020) terdapat 58,9% anak usia dini di PAUD Anggrek 1 Siwankerto Surabaya memiliki perilaku *picky eating*. *Picky eating* pada anak dapat dipengaruhi oleh beberapa hal antara lain pengetahuan gizi, perilaku makan orang tua, pola asuh orang tua (Marlina *et al.*, 2020).

Setelah dilakukan studi pendahuluan dengan mewawancari 20 ibu dari anak usia dini KB Al-Furqon dan KB Nurhasanah terdapat 60% anak menandakan *picky eating* seperti suka memilih-milih makanan, menolak makanan baru dan rewel saat makan, 55% ibu berpengetahuan gizi kurang, 45% ibu memaksa anak jika tidak mau makan, dan 55% ibu berperilaku pilih-pilih terhadap makanan. Berdasarkan uraian diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini apakah terdapat hubungan antara pengetahuan gizi, pola asuh dan perilaku makan ibu dengan *picky eating* pada anak usia dini di KB Al-Furqon dan KB Nurhasanah?

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan pengetahuan gizi, pola asuh, dan perilaku makan ibu dengan *picky eating* pada anak usia dini di KB Al-Furqon dan KB Nurhasanah.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dan usia anak, serta usia, pendidikan terakhir, pekerjaan, jumlah anak dan pendapatan keluarga per bulan.
- b. Mengetahui *picky eating* pada anak usia dini di KB Al-Furqon dan KB Nurhasanah.

- c. Mengetahui tingkat pengetahuan gizi ibu dari anak usia dini di KB Al-Furqon dan KB Nurhasanah.
- d. Mengetahui pola asuh ibu dari anak usia dini di KB Al-Furqon dan KB Nurhasanah.
- e. Mengetahui perilaku makan ibu dari anak usia dini di KB Al-Furqon dan KB Nurhasanah.
- f. Menganalisis tingkat pengetahuan gizi ibu dengan *picky eating* pada anak usia dini di KB Al-Furqon dan KB Nurhasanah.
- g. Menganalisis pola asuh ibu dengan *picky eating* pada anak usia dini di KB Al-Furqon dan KB Nurhasanah.
- h. Menganalisis perilaku makan ibu dengan *picky eating* pada anak usia dini di KB Al-Furqon dan KB Nurhasanah.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan tentang gizi dan orang tua lebih memperhatikan perilaku makan anaknya, sehingga dapat mencegah dan mengatasi *picky eating* dari berbagai faktor penyebabnya.

I.4.2 Bagi KB Al-Furqon dan KB Nurhasanah

Penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi mengenai *picky eating* yang terjadi pada anak usia dini dan dapat membantu mencegah dan mengatasi kejadian *picky eating* pada anak didiknya.

I.4.3 Bagi Ilmu Pengetahuan dan Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan literatur khususnya tentang keterkaitan antara pengetahuan gizi, pola asuh, dan perilaku makan ibu dengan *picky eating* yang terjadi pada anak usia dini serta diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan intervensi gizi sebagai upaya pencegahan kejadian *picky eating* pada anak usia dini.