

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Masa prasekolah anak menjadi masa dengan tuntutan perhatian ekstra karena pada masa tersebut masa yang cepat dan mudah dilihat dan diukur. Apabila hambatan terjadi pada anak prasekolah segera diketahui maka akan dengan mudah untuk dilakukan intervensi sehingga akan tercapai kedewasaan yang sempurna (Setiarsih & Habibi, 2021). Pada masa kemasan ini pertumbuhan dan perkembangannya terjadi secara pesat. Salah satu perkembangan psikis pada anak yaitu lebih mandiri, mengetahui otonomi serta dapat berinteraksi dengan baik (Heriyanti et al., 2022). Kemandirian anak dapat meningkatkan kontrol terhadap makanan yang dipilih dan kuantitas yang akan dimakan (Suryani et al., 2022).

Anak usia prasekolah merupakan anak usia dini dimana anak belum menginjak masa sekolah formal atau sekolah dasar (Maghfuroh Lilis & Salimo Harsono dr., 2019). Anak usia prasekolah dalam usia ini umumnya mengikuti program anak. Pada anak usia 3 tahun mengikuti kelompok bermain, sementara anak usia 4-6 tahun biasanya mengikuti program kanak-kanak (Syarifah, 2022).

Perilaku anak usia prasekolah mudah dijumpai anak dengan kebiasaan sulit makan. Spektrum kesulitan makan (*feeding difficulties*) salah satunya adalah *picky eater* (Iradhah Azzahrah et al., 2023). Perilaku *picky eater* merupakan perilaku pilih-pilih makanan pada anak dengan kecenderungan memiliki preferensi makanan yang kuat, kurang beragam makanan yang dikonsumsi, serta pembatasan untuk mengonsumsi kelompok makanan tertentu dan menolak mencoba makanan baru

maupun yang sudah dikenal (Setiarsih & Habibi, 2021). *Picky eater* atau dikenal juga sebagai *fussy, faddy dan choosy eating* (Wolstenholme et al., 2020).

Penelitian di Inggris oleh Fernandez et al., (2020), menunjukkan anak dengan usia 4-9 tahun sebanyak 29% mengalami *picky eater* rendah, 57% *picky eater* sedang dan 14% *picky eater* tinggi. Penelitian di Taiwan oleh Chao et al., (2020), menunjukkan anak rentang usia 4-7 tahun sebanyak 67,5% . Di Indonesia perilaku *picky eater* sebanyak 44,5% dengan diikuti malnutrisi ringan hingga sedang (Pramesty et al., 2020). Penelitian di Jakarta Timur oleh Farwati & Ikhsan Amar, (2020) menunjukkan sebanyak 48,3% anak prasekolah mengalami *picky eater*. Penelitian oleh Rida Purnamasari & Adriani (2020), di Kota Surabaya menunjukkan 68% anak usia dini mengalami *picky eater*.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada 11 November 2023 dengan 8 dari 11 ibu di TK Lestari Supenuh, Kecamatan Sugio, Kabupaten Lamongan menyebutkan bahwa anak yang mengalami *picky eater* dengan perilaku yang ditunjukkan diantaranya makan dengan lambat, perilaku menolak makan, rewel saat makan, tidak makan sayur dan buah, memilih makanan cenderung manis asin serta kecenderungan konsumsi makanan siap saji seperti sosis, nugget dan tempura.

*Picky eater* dapat terjadi akibat faktor internal dan eksternal. Faktor internal berasal dari anak sendiri meliputi: nafsu makan dan menolak makanan (Astuti et al., 2023). Sementara faktor eksternal berasal dari orang tua yakni: pengetahuan, perilaku makan orang tua, interaksi orang tua dengan anak, pemberian ASI ekslusif, pola makan dan varian makanan (Noviana & Aini, 2020). Perilaku sulit makan

yang dialami oleh anak juga dipengaruhi oleh anak telah mampu untuk menunjuk jenis makanan yang disukai, sehingga anak hanya ingin makan sesuai pilihan mereka (Saidah & Dewi, 2020). Selain itu dalam perkembangannya anak juga mampu menolak atau menerima makanan yang disajikan (Rida Purnamasari & Adriani, 2020).

*Picky eater* dapat terjadi akibat faktor internal dan eksternal. Faktor internal berasal dari dalam diri anak meliputi: nafsu makan dan penolakan makanan (Astuti et al., 2023). Penyajian makanan kerap kali kurang menarik perhatian anak sehingga terjadi penurunan nafsu makan pada anak (Maulidia et al., 2022). Perkembangan anak pada usia prasekolah mulai menunjukkan kemampuan memilih dan menolak makanan yang disajikan (Rida Purnamasari & Adriani, 2020).

Faktor eksternal dapat berasal dari lingkungan, pola asuh orang tua, pengetahuan dalam kecukupan gizi, jenis dan cara pemberian makanan pada anak (Astuti et al., 2023). Salah satunya peningkatan pengetahuan terbukti mampu meningkatkan kualitas pemberian makan sehingga menggambarkan bahwa pengetahuan penting dalam menentukan sikap dan perilaku pengasuh dalam pemberian makan pada anak. Variasi makanan yang dipengaruhi oleh pengetahuan ibu dalam penyajian makanan tentunya dapat membantu mengurangi perilaku pilih-pilih makanan pada anak (Dody Izhar, 2020).

*Picky eater* pada anak prasekolah dapat terjadi pada fase yang berbeda yakni: sebelum dan selama kehamilan, fase awal menyusui (pada tahun pertama kehidupan dan cerminan praktik pemberian makan pada usia dini), dan tahun kedua kehidupan (mencerminkan gaya pemberian makan orang tua dalam menanggapi peningkatan

otonomi anak) (Rizki Arisandi, 2019; Taylor & Emmett, 2019). Kesulitan makan juga dapat dipengaruhi oleh pengetahuan ibu terhadap kebutuhan gizi, pendidikan dan sikap ibu (Noviana & Aini, 2020).

Dampak *picky eater* menyebabkan anak mengalami asupan gizi yang terbatas sehingga dampak pada pertumbuhan dan perkembangan yang lambat (Yulis & Hamid, 2019). Secara umum *picky eater* cenderung menyebabkan kekurangan gizi hingga peningkatan risiko berat badan menurun serta badan yang tidak sesuai usia (Astuti et al., 2023). Dampak anak dengan kebiasaan *picky eater* ini dapat meningkatkan risiko obesitas akibat kecenderungan konsumsi makanan berlemak, dapat menyebabkan sembelit kronis akibat asupan serat yang kurang (Adhani, 2019). Pada balita apabila *picky eater* tidak segera diatasi akan menyebabkan dampak pada pertumbuhan dan berulang hingga dewasa (F. Wijayanti & Rosalina, 2020).

Peran ibu sangat penting dalam membentuk perilaku konsumsi makanan yang sehat sayur dan buah) sejak dini kepada anak. Pemberian makanan pada anak usia prasekolah dilakukan sebagai upaya memenuhi kebutuhan gizi anak sehingga perlu pengetahuan yang baik (Vita & Relina, 2019). Pengetahuan ibu menentukan kualitas makanan yang diberikan kepada anak yaitu jumlah asupan yang dianjurkan, porsi makanan, dan jenis makanan yang diberikan kepada anak (Riski Nirmala Sari & Yusi Ratnawati, 2019). Pengetahuan ibu yang baik tentang gizi tentunya dapat membantu menerapkan pemberian pola makan yang baik pada anak (Marlina et al., 2020). Pengetahuan tentang gizi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku dan sikap ibu dalam pemberian makan pada anak (Puspasari & Andriani, 2019).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan ibu terkait *picky eater* yaitu melalui pendidikan kesehatan (Herawati et al., 2021). Pendidikan atau edukasi termasuk dalam intervensi promosi kesehatan merupakan salah satu upaya pendekatan yang kerap dilakukan untuk menyebarluaskan pengetahuan, informasi serta mengembangkan kemampuan yang diperlukan agar individua tau kelompok dapat membuat pilihan berdasarkan informasi yang telah diterima (Sembada et al., 2022).

Pendidikan kesehatan dapat menjadi solusi untuk mengatasi masalah di atas tentang *picky eater* yang juga menjadi langkah preventif (Rozana et al., 2022). Media yang diperlukan juga perlu diperhatikan untuk menjadikan kegiatan pendidikan kesehatan yang diberikan optimal. Adapun media seperti media cetak dengan *leaflet*, *booklet* dan poster; media elektronik seperti video film melalui televisi; media diluar ruangan seperti spanduk dan *flipchart* (Jatmika et al., 2019)

*Booklet* merupakan media edukasi kesehatan berupa buku berisi gambar hingga teks sesuai informasi yang hendak ditampilkan (Mamentu & Harun, 2020). Pada media *Booklet* kelebihannya adalah dapat dipelajari setiap saat karena berbentuk buku serta informasi yang dicantumkan lebih beragam (Anita Dyah & Fatmawatia, 2020). *Booklet* dapat disimpan lebih lama karena berbentuk buku, informasi yang tidak dapat disampaikan dengan lisan dapat dicantumkan di dalam *booklet*, tidak memerlukan listrik serta fleksibel untuk dibawa kemana-mana (Jatmika, Maulana, et al., 2019).

Sejalan dengan penelitian oleh Yulistianingsih et al., (2022) dengan hasil adanya peningkatan pada pengetahuan gizi ibu dari nilai rata-rata 59,1 menjadi 86,9 setelah dilakukan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah menggunakan

*power point* dan *leaflet*. Didukung oleh penelitian lain yang dilakukan oleh F. W. Wijayanti et al., (2022), menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan tentang *picky eater* pada anak setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan media *power point* selama 30 menit. Tingkat pengetahuan berubah dari nilai 40% menjadi 56%.

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Media *Booklet* Terhadap Pengetahuan Orang Tua Pada Kejadian *Picky eater* Anak Usia Prasekolah 3-6 Tahun Di TK Lestari Supenuh Kecamatan Sugio Kabupaten Lamongan”.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti merumuskan pertanyaan masalah “Apakah Ada Pengaruh Pendidikan Kesehatan Media *Booklet* Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang *Picky eater* Pada Anak Prasekolah Usia 3-6 Tahun Di TK Lestari Supenuh Kecamatan Sugio Kabupaten Lamongan?”

## 1.3 Tujuan Penelitian

### 1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan ibu tentang *picky eater* anak usia prasekolah 3-6 tahun di TK Lestari Supenuh Kecamatan Sugio Kabupaten Lamongan.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- 1) Mengidentifikasi pengetahuan ibu tentang *picky eater* pada anak prasekolah usia 3-6 tahun sebelum (*pretest*) diberikan pendidikan kesehatan media *booklet* di TK Lestari Supenuh Kecamatan Sugio Kabupaten Lamongan.
- 2) Mengidentifikasi pengetahuan ibu tentang *picky eater* pada anak prasekolah usia 3-6 tahun setelah (*posttest*) diberikan pendidikan kesehatan media *booklet* di TK Lestari Supenuh Kecamatan Sugio Kabupaten Lamongan.
- 3) Menganalisis pengaruh pendidikan kesehatan media *booklet* terhadap pengetahuan ibu tentang *picky eater* pada anak usia prasekolah di TK Lestari Supenuh.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian adalah kegunaan hasil penelitian nanti baik bagi kepentingan program maupun kepentingan ilmu pengetahuan. Manfaat penelitian untuk bahan adalah:

#### **1.4.1 Bagi Akademik**

Merupakan sumbangan bagi ilmu pengetahuan bagi para teman sejawat, terutama dalam bidang anak, diharapkan juga hasil penelitian ini bisa menjadi pertimbangan atau dasar penelitian berikutnya agar lebih sempurna.

#### **1.4.2 Bagi Praktisi**

Penelitian ini akan bermanfaat bagi:

- 1) Bagi Penulis

Mendapat pengalaman yang nyata dalam menerapkan metodologi riset penelitian dan mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan media *booklet* terhadap

pengetahuan ibu tentang *picky eater* pada anak prasekolah usia 3-6 tahun di TK Lestari Supenuh Kecamatan Sugio Kabupaten Lamongan.

2) Bagi Profesi Keperawatan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan bagi perawat atau tenaga kesehatan lain dalam upaya peningkatan pengetahuan tentang *picky eater* pada anak usia prasekolah.

3) Bagi Instansi Pendidikan

Menambah pengetahuan instansi terkait pentingnya pendidikan kesehatan tentang *picky eater*.

4) Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini bisa menjadi dasar atau acuan bagi penelitian selanjutnya untuk lebih memperdalam terkait dengan *picky eater* pada anak usia prasekolah.