

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1. Latar Belakang Masalah**

Anak usia prasekolah (3-6 tahun) sering disebut sebagai bagian dari golden period atau golden age dalam perkembangan mereka, yang merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan seorang anak telah signifikan yang membuatnya membutuhkan lebih banyak asupan dan nutrisi yang baik bagi anak seusianya (Heryanto et al., 2023). Pada masa ini anak juga mengalami proses perubahan pola makan dan pada umumnya mengalami kesulitan makan atau cenderung pilih-pilih makanan (*picky eater*) (Simamora et al., 2020).

Masalah perilaku makan yang terjadi pada anak dapat bervariasi, salah satunya adalah *picky eater*. Kejadian *picky eater* atau pilih-pilih makan sering terjadi selama perkembangan anak. Istilah *picky eater* mengacu pada perilaku anak yang hanya ingin mengonsumsi jenis makanan tertentu dan tidak mau mencoba makanan baru (Nurmalasari et al., 2020).

*Picky eater* merupakan gangguan makan atau perilaku anak yang memilih-milih dalam hal makanan, biasanya anak yang memiliki perilaku ini ditandai dengan mengonsumsi jenis makanan yang hampir sama ketika makan, menolak makanan, tidak mau mencoba makanan baru atau tidak familiar, dan memiliki makanan yang disukai, akibatnya anak akan mengalami kekurangan energi dan zat gizi yang akan mengganggu pertumbuhan perkembangan anak (Budi Wijayanti et al., 2020).

Peran orang tua untuk selalu memberikan contoh baik bagi anak sangat diperlukan untuk membentuk perilaku anak termasuk perilaku makan, orang tua masih tetap memegang peranan penting sebagai model atau contoh bagi anak-anak dalam hal perilaku makan yang sehat (Maria, 2020).

Angka prevalensi *picky eater* di beberapa negara cukup tinggi, beberapa peneliti menyebutkan bahwa di Australia menunjukkan 74 anak usia 1-6 tahun mengalami *picky eater* dari total 235 anak (Yuanita et al., 2021). Penelitian di Amerika menunjukkan bahwa prevalensi sulit makan pada anak prasekolah terkait *picky eater* antara lain kurangnya variasi pangan (58,1%), penolakan pada sayur, buah, daging dan ikan (55,8%), dan kesukaan metode pemasakan tertentu sebesar 51,2% (Cerdasari et al., 2020).

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% (Rida Purnamasari & Adriani, 2020). Di sekitar pulau Jawa, Tepatnya di sekitar Jawa Timur sebanyak 51,6% anak memiliki perilaku *picky eater* (Insan Kharisma Hakiki et al., 2023). Dan menurut data di wilayah kerja Puskesmas Sidotopo Surabaya, sebanyak 45% anak mengalami perilaku *picky eater* (Susanti Dewi Cahyani, 2019).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di TK Bintang Sembilan Temenggungan Kecamatan Lamongan Kabupaten Lamongan. Diperoleh hasil data dari 7 orang tua didapatkan 80% diantaranya menyebutkan bahwa anak-anak menunjukkan perilaku pilih-pilih makanan (*picky eating*) beberapa mengatakan anaknya hanya ingin

makan makanan ringan atau makan makanan dengan lauk tertentu dan sering menolak makanan baru. Dan 20% lainnya mengatakan anak nya tidak memiliki gejala *picky eater*. Dengan berdasarkan hasil tersebut mungkin dapat disimpulkan masih banyak nya kejadian *picky eter* di TK Bintang Sembilan Temenggungan Kecamatan Lamongan Kabupaten Lamongan.

Penyebab terjadinya *picky eater* dapat dilihat dari beberapa faktor diantaranya factor eksternal yang berasal dari orang tua :, status ibu bekerja, pola asuh orang tua, perilaku makan orang tua, keterlambatan dalam memperkenalkan makanan, pemberian asi eksklusif dan pemberian MP-ASI. Dan untuk faktor internal nya yang berasal dari diri anaknya yakni: kebiasaan bermain gadget, sensifitas sensorik anak, dan *Attention deficit hyperactivity disorder* (ADHD) (Astuti et al., 2023).

Perilaku makan orang tua, Perilaku makan anak terbentuk karena perilaku makan orang tua baik melihat secara langsung kesehariannya maupun tidak langsung dengan mengetahui makanan kesukaan atau yang tidak disukai orang tuanya. Anak akan meniru apa yang dilakukan orang tua termasuk dalam hal perilaku makan orang tua. Orang tua tidak menyadari bahwa perilaku makannya akan berpengaruh terhadap perilaku makan anak(Widyaningsih et al., 2024).

*Picky eater* merupakan perilaku pilih-pilih makan pada anak, tentunya akan berdampak pada kesehatan anak. *Picky eater* dapat menyebabkan anak kekurangan zat gizi terutama pada zat gizi mikro berupa, vitamin dan mineral, yang akan mempengaruhi status gizi anak (Arisandi, 2019).

Dampak lainnya anak yang mengalami *picky eater* 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. Masalah yang 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). Perilaku *picky eater* yang tidak diatasi sedini mungkin dapat menyebabkan anak kekurangan asupan gizi sehingga dapat mempengaruhi status gizinya, dan dikhawatirkan berlanjut hingga dewasa(Aryanti & Sugiatmi, 2021).

Upaya untuk menangani *Picky eater* dapat dengan cara mengenalkan menu makanan pada anak, memberikan makanan yang bervariasi dan menarik, memberikan makanan yang baru yang diformulasikan dengan makanan yang anak sukai, menghindari gangguan pada saat anak makan, anak sangat senang dengan pujian karena itu berikan pujian pada anak ketika mau mencoba makanan yang baru, jangan memaksa anak hingga memarahinya, jangan menyediakan makanan cepat saji sebagai pengganti makanan, memberikan makan dengan porsi kecil namun sering, memfasilitasi anak dalam mencoba jenis makanan baru, dan menciptakan suasana yang menyenangkan pada saat waktu makan (Afifah, 2022).

Anak prasekolah cenderung menolak makanan tertentu terutama sayur dan buah, sehingga orangtua harus mengenalkan jenis makanan yang bervariasi dan beragam dan orang tua harus memberikan contoh untuk makan bervariasi seperti



makan sayur atau makanan sehat lainnya sehingga anak tertarik untuk makan makanan tersebut (Rida Purnamasari & Adriani, 2020).

Berdasarkan latar belakang di atas jika hal ini tidak segera ditangani akan menyebabkan anak mengalami gangguan pertumbuhan dan perkembangan, kekurangan gizi dan mudah terserang penyakit. Maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Perilaku Makan Orang Tua Dengan Kejadian *Picky Eater* Pada Anak Usia Pra Sekolah (3-6 Tahun).”

## **1.2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dalam latar belakang diatas, maka peneliti merumuskan masalah "Apakah ada hubungan perilaku makan orang tua dengan kejadian *picky eater* pada anak usia pra sekolah 3-6 Tahun di TK Bintang Sembilan Temenggungan Kecamatan Lamongan Kabupaten Lamongan ?"

## **1.3. Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Berdasarkan latar belakang di atas tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Perilaku Makan Orang Tua Dengan Kejadian *Picky Eater* Pada Anak Usia Pra Sekolah 3-6 Tahun Di TK Muslimat Bintang Sembilan Temenggungan Kecamatan Lamongan Kabupaten Lamongan.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- 1) Mengidentifikasi perilaku makan orang tua anak usia 3-6 tahun di TK Bintang Sembilan Temenggungan Kecamatan Lamongan Kabupaten Lamongan tahun

- 2) Mengidentifikasi kejadian *picky eater* pada anak usia 3-6 tahun di TK Bintang Sembilan Temenggungan Kecamatan Lamongan Kabupaten Lamongan.
- 3) Menganalisis hubungan perilaku makan orang tua dengan kejadian *picky eater* pada anak usia 3-6 tahun di TK Bintang Sembilan Temenggungan Kecamatan Lamongan Kabupaten Lamongan.

#### **1.4. Manfaat Penelitian**

##### **1.4.1 Bagi Akademis**

penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan dalam bidang pendidikan keperawatan, khususnya keperawatan anak mengenai pentingnya pengetahuan tentang hubungan perilaku makan orang tua dengan kejadian *picky eater* pada anak usia pra sekolah 3-6 tahun.

##### **1.4.2 Bagi Praktisi**

###### **1) Bagi Tempat Penelitian**

Diharapkan penelitian ini dapat menurunkan angka kejadian *picky eater* pada anak dan dapat bermanfaat kepada seluruh responden agar dapat memaksimalkan pengetahuan mengenai Perilaku makan orang tua dengan kejadian *picky eater* pada anak usia pra sekolah 3-6 tahun.

###### **2) Bagi Profesi Keperawatan**

Penelitian ini menjadi bahan masukan serta sumber informasi mengenai hubungan perilaku makan orang tua dengan kejadian *picky eater* pada anak usia pra sekolah 3-6 tahun.

### 3) Bagi Penulis

Menambah pengetahuan dan pengalaman dalam penelitian serta meningkatkan pemahaman tentang masalah hubungan perilaku makan orang tua dengan kejadian picky eter pada anak usia 3-6 tahun..

### 4) Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi pengembangan untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan hubungan perilaku makan orang tua dengan kejadian picky eter pada anak usia 3-6 tahun..

