

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak adalah investasi dan harapan masa depan bangsa yang akan menjadi generasi penerus di masa depan. Dalam proses kehidupan, masa anak-anak merupakan fase dimana terjadinya proses tumbuh kembang, sehingga perlu dilakukan optimalisasi perkembangan. Anak mempunyai hak dan kebutuhan hidup yang harus terpenuhi, diantaranya; hak kebutuhan untuk makan dengan zat-zat yang bergizi, hak mendapatkan kesehatan, hak untuk bermain, dan hak untuk mendapatkan kebutuhan emosional (Muaris, 2006). Salah satu upaya perbaikan status gizi masyarakat yang mempunyai daya ungkit tinggi dan berkelanjutan adalah pendidikan dan penyuluhan gizi yang bertujuan untuk merubah perilaku kearah pola hidup sehat dan sadar gizi dengan pola hidup sehat dan sadar gizi, masyarakat akan terbiasa dengan mengonsumsi anekaragam pangan, berperilaku hidup bersih, melakukan aktivitas fisik, dan mempertahankan berat badan normal. Apabila semua perilaku gizi seimbang tersebut diterapkan maka masyarakat akan terhindar dari kekurangan atau kelebihan gizi dan turut mengurangi berbagai penyakit infeksi (Kemenkes RI, 2015).

Usia prasekolah merupakan usia 3 sampai dengan 6 tahun, seorang anak dalam pertumbuhan dan perkembangan. Secara umum anak usia prasekolah sudah bisa untuk makan sendiri. Anak mengalami perkembangan psikis menjadi balita yang lebih mandiri, otonom, dan dapat lebih mengekspresikan emosinya (Wong, 2000). Pada usia 4 sampai 6 tahun anak sudah mulai melewati banyak waktunya disekolah dan terpapar dengan berbagai pengaruh lingkungan sehingga menyebabkan pilihan-pilihan makan serta cara makan anak berubah sesuai dengan jenis makanan yang dibawa oleh teman-temannya dan perilaku makan temannya (Damayanti, 2010). Sifat perkembangan khas yang terbentuk turut mempengaruhi pola makan anak Apabila ibu telah melatih anak makan dengan gizi yang baik pada

usta dini, maka kemungkinan anak untuk memilih milih makanan saat dewasa menjadi lebih kecil (Muaris, 2006).

Orang tua memiliki peranan penting terhadap perilaku makan anak. Beberapa penelitian mengatakan bahwa perilaku *picky eater* pada anak dipengaruhi oleh perilaku makan orang tua. Kebiasaan makan orang tua terbentuk dari budaya dan norma yang berlaku di masyarakat (Wong, 2000). Anak yang tumbuh dari keluarga yang malas makan akan memacu perilaku malas makan juga (Damayanti, 2010).

Picky eater adalah suatu kondisi dimana anak memilih-milih makanan atau hanya mau mengkonsumsi makanan yang itu-itu saja. *Picky eater* terjadi karena kurangnya variasi terhadap makanan yang diperkenalkan kepada anak. Ini merupakan gejala umum pada anak usia prasekolah, namun jika berlangsung relatif lama dapat mengakibatkan anak kekurangan energi dan zat gizi (Damayanti, 2010). Pilihan makan pada anak balita sering berubah, namun pada anak dengan *picky eater* biasanya konsisten terhadap satu jenis makanan serta menolak beberapa kelompok makanan sehingga mengalami defisiensi vitamin. Sedangkan pada anak yang menolak minum susu atau daging biasanya kekurangan protein, zink dan zat besi (Chatoor, 2009).

Hasil data distribusi pengetahuan gizi orang tua di Rumah Susun Griya Tipar Cakung, terdapat 40% orang tua dengan pengetahuan buruk dan 60% orang tua dengan pengetahuan baik. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Fadila et al. (2019) terdapat ibu yang mengizinkan anaknya jajanan sekolah yang berupa sosis, mie, dan chiki serta makanan yang mengandung pengawet, pewarna, dan MSG. Seringkali, ibu menganggap bahwa sosis merupakan makanan pengganti sarapan dikarenakan anak sering tidak mau untuk sarapan dirumah. Hal tersebut tidak terlepas dari baik dan buruknya pengetahuan ibu terhadap pemilihan makan anak.

Anak *picky eater* cenderung memiliki status gizi kurang. Menurut penelitian Hardianti, dkk. pada tahun 2018 anak *picky eater* lebih berisiko memiliki berat badan kurang, kenaikan berat badan inadekuat dan kekurangan zat gizi. *Picky eater* memiliki nilai Z-score berat badan menurut umur (BB/U), tinggi badan menurut umur (TB/U) dan berat badan menurut tinggi badan (BB/TB) lebih rendah

dibandingkan *nonpicky eater*. Asupan makanan inadekuat baik zat gizi makro dan mikro memiliki peran penting dalam perlambatan pertumbuhan tinggi badan anak.

Menurut penelitian Hardianti, dkk (2018) di Semarang menunjukkan anak yang mengalami *picky eater* terdapat 33 anak, 18 anak diantaranya adalah perempuan. Jumlah anak laki-laki dan perempuan berstatus kurus BB/U memiliki jumlah yang sama yaitu 2 orang. Pada indikator BB/TB dan TB/U jumlah anak laki-laki kurus dan pendek berbeda 1 orang dibandingkan perempuan di Kelompok Bermain/Taman Kanak-kanak (KB/TK) Kecamatan Banyumanik, Kota Semarang.

Menurut penelitian Azijah, dan Adawiyah (2021) di TK Mutiara 17 Agustus Kota Bekasi menunjukkan bahwa status gizi anak dibawah 5 tahun berdasarkan Indeks BB/U didapatkan bahwa 15% anak dalam status gizi kurang (*underweight*), 5% anak berada dalam status gizi buruk (*severely underweight*), dan \pm 10% anak dalam status gizi lebih. Berdasarkan Indeks TB/U didapatkan bahwa 5% merupakan anak dengan stunting, 3% anak stunting berat, dan 10% anak memiliki status tinggi badan yang tinggi. Berdasarkan Indeks BB/TB didapatkan bahwa 10% anak dengan proporsional badan kurus (*wasted*), 5% anak dengan proporsional badan sangat kurus (*severely wasted*), dan 8% anak dengan proporsional badan gemuk. Status Gizi anak diatas 5 tahun berdasarkan Indeks IMT/U (Indeks Massa Tubuh menurut Umur) didapatkan bahwa 12% anak memiliki status gizi dengan proporsional badan kurus, 10% anak memiliki status gizi dengan proporsional badan sangat kurus, 12% anak memiliki status gizi dengan proporsional badan gemuk, dan 10% anak memiliki status gizi dengan proporsional badan obesitas.

Menurut hasil SSGI Provinsi Lampung tahun 2022, menunjukkan status gizi (TB/U) Diantara 15 kabupaten/kota, 4 kabupaten/kota memiliki masalah *stunting* tertinggi, yaitu Kabupaten Pesawaran 25,1%, Kabupaten Lampung Utara 24,7%, Kabupaten Mesuji 22,5%, dan Kabupaten Tanggamus 20,4%.

Menurut penelitian Anggun (2018), di Bandar Lampung anak prasekolah yang paling banyak memiliki perilaku *picky eater* berjumlah (82,5%) gizi baik berjumlah (75%), pada anak usia *toddler* di Kelurahan Sukamenanti Kecamatan Kedaton Bandar Lampung.

Menurut penelitian Anggraini, dkk (2021) di Bandar Lampung anak prasekolah yang tergolong pemilih makan (62,5%) dan prasekolah anak yang tidak pilih-pilih makan (37,5%). Dari 160 subjek pada anak TK Di Kecamatan Rajabasa Bandar Lampung.

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan di TK Al-Azhar 16 Bandar Lampung 70% siswa yang *picky eater*, dan 30% siswa yang *non-picky eater*. Dari uraian latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang gambaran perilaku *picky eater* dan status gizi pada anak-anak TK Al-Azhar 16 Bandar Lampung.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang diatas bahwa *picky eater* berpengaruh pada status gizi anak TK. Oleh karena itu rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran perilaku *picky eater* dan status gizi anak TK Al-Azhar 16, Bandar Lampung?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini untuk mengetahui gambaran perilaku *picky eater* dan status gizi anak TK Al-Azhar 16, Bandar Lampung.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui karakteristik (usia, jenis kelamin, dan tingkat Pendidikan ibu) pada anak TK Al-Azhar 16, Bandar Lampung.
- b. Diketahui distribusi frekuensi status gizi pada anak TK Al-Azhar 16 Bandar Lampung.
- c. Diketahui distribusi frekuensi pengetahuan ibu pada anak TK Al-Azhar 16 Bandar Lampung.
- d. Diketahui distribusi frekuensi perilaku *picky eater* pada anak TK Al-Azhar 16 Bandar Lampung.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu dan pengetahuan tentang gambaran perilaku *picky eater* dan status gizi anak TK Al-Azhar 16 Bandar Lampung.

2. Manfaat Aplikatif

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi serta menjadi acuan bagi sekolah untuk memberikan edukasi gizi terutama untuk mengonsumsi makanan yang beragam, terkait gambaran perilaku *picky eater* dan status gizi anak TK Al-Azhar 16 Bandar Lampung.

E. Ruang Lingkup

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif, yang bertujuan untuk mengetahui perilaku *picky eater* dan status gizi pada anak TK Al-Azhar 16 Bandar Lampung. Data terkumpul melalui wawancara, dan pengukuran status gizi. Penelitian ini dilaksanakan di TK Al-Azhar 16 Bandar Lampung tahun 2023 pada bulan April 2023 dengan sampel penelitian seluruh anak TK Al-Azhar 16 Bandar Lampung. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *picky eater*, status gizi, dan pengetahuan ibu.