

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Asupan nutrisi dari makanan sehari-hari merupakan faktor yang sangat penting dalam menentukan kesehatan seseorang.¹ Karena setiap jenis makanan mengandung nutrisi yang berbeda-beda, dibutuhkan asupan makanan yang bervariasi dalam jumlah yang cukup untuk memenuhi semua nutrisi yang dibutuhkan.² Pada anak-anak, tercukupinya asupan nutrisi akan sangat menentukan tumbuh dan kembangnya. Hal ini dapat dilihat dari bertambahnya berat badan dan tinggi badan anak sesuai dengan penambahan usianya.³

Picky eating adalah salah satu masalah kesulitan makan yang paling sering terjadi pada anak-anak. Anak dianggap *picky eating* atau pemilih makanan jika anak hanya mengonsumsi makanan tertentu saja dan sering menolak untuk mengonsumsi jenis makanan baru.⁴ Perilaku kesulitan makan jika terjadi dalam jangka panjang, dapat menyebabkan anak kekurangan gizi sehingga memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak.^{5,6}

Pada penelitian di China, dilaporkan *picky eating* banyak terjadi pada anak usia 3 - 12 tahun. Pada penelitian di Belanda, *picky eating* sering terjadi pada anak berusia 1,5 - 6 tahun dengan puncak angka kejadian tersering terjadi pada anak usia 3 tahun. Perilaku *picky eating* cenderung menurun saat anak telah berusia 6 tahun.⁴ Melihat angka yang konsisten pada prevalensi *picky eating* yang didapatkan dari beberapa penelitian mengindikasikan bahwa *picky eating* memang merupakan sebuah fase yang umum dialami anak sebagai bagian dari tumbuh kembangnya.⁷

Pada tahun pertama kehidupan, anak membutuhkan asupan nutrisi yang tinggi karena sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat.³ Perilaku kesulitan makan pada anak diduga memiliki hubungan dengan penurunan kebutuhan asupan makan yang sejalan dengan penurunan laju pertumbuhan anak setelah usia 2 tahun.⁸ Pada masa ini juga, anak cenderung telah berkembang pesat

secara psikologis yaitu menjadi lebih mandiri, autonom dan dapat berinteraksi dengan lingkungannya. Anak mulai dapat mengekspresikan emosinya seperti menangis atau menjerit saat mereka merasa tidak nyaman dan ingin menentukan pilihannya sendiri, termasuk dalam hal makanan.⁶

Indonesia merupakan negara berkembang dengan jumlah penduduk yang mengalami gizi kurang masih cukup tinggi. Pemantauan status gizi tahun 2016 menunjukkan 17,8% balita di Indonesia mengalami gizi kurang dan gizi buruk.⁹ Masih banyaknya balita yang berstatus gizi kurang ini membuat peneliti tertarik untuk meneliti apakah *picky eating* dapat memengaruhi status gizi anak pada balita di Indonesia.

1.2 Rumusan Masalah

Picky eating merupakan permasalahan makan yang sering dialami oleh anak-anak terutama usia 2-5 tahun. Hal ini kerap menjadi kekhawatiran besar bagi para orangtua terutama karena perilaku *picky eating* berkaitan erat dengan tidak seimbang dan tidak cukupnya asupan gizi pada anak yang dapat berdampak pada terganggunya pertumbuhan anak.^{5,6}

Pada penelitian Dubois dkk di Kanada, didapatkan adanya korelasi hubungan yang signifikan pada perilaku *picky eating* terhadap status gizi anak yaitu anak yang *picky eating* memiliki resiko dua kali lebih besar untuk menjadi gizi kurang dibanding yang tidak *picky eating*. Pada penelitian Li Ziyi dkk di China dan Kusuma dkk di Indonesia mendapatkan bahwa tidak ada korelasi di antara perilaku *picky eating* dan status gizi. Walaupun sudah pernah dilaporkan atau dipublikasikan pada penelitian sebelumnya, masih sangat sedikit penelitian yang sudah dilakukan mengenai *picky eating* di Indonesia dan peneliti ingin mencari tahu lebih jelas apakah terdapat hubungan antara perilaku *picky eating* dengan status gizi anak usia 2-5 tahun.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Apakah perilaku *picky eating* memengaruhi status gizi anak usia 2-5 tahun di Tangerang?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Mengetahui apakah perilaku *picky eating* memengaruhi status gizi anak usia 2-5 tahun di Tangerang

1.4.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui prevalensi *picky eating* pada anak usia 2-5 tahun di Tangerang
- b. Mengetahui status gizi anak umur 2-5 tahun di Tangerang

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Akademik

Menambah ilmu pengetahuan tentang perilaku *picky eating* yang terjadi di Indonesia. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan mampu membangkitkan minat peneliti lain untuk terus meneliti tentang perilaku *picky eating* pada anak dan menjadi dasar penelitian selanjutnya.

1.5.2 Bagi Praktisi

Mengetahui prevalensi *picky eater* yang ada di Indonesia serta dapat melakukan tindakan pencegahan ataupun intervensi terhadap perilaku *picky eating* pada anak ke depannya.