

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Nutrisi merupakan zat dalam makanan yang dibutuhkan tubuh dalam berbagai proses metabolisme, seperti pencernaan, absorpsi makanan, penghasil energi, pertumbuhan, perkembangan, serta kekebalan tubuh. Setiap individu membutuhkan asupan gizi yang berbeda-beda. Hal ini berkaitan dengan jenis kelamin, usia, berat badan, tinggi badan, dan aktivitas sehari-hari. Asupan gizi berpengaruh besar terhadap tumbuh kembang balita.¹ Salah satu persoalan kesulitan makan berupa perilaku *picky eater* pada balita menjadi penyebab berkurangnya asupan gizi.²

Perilaku *picky eater* dikenal sebagai perilaku memilah-milah makanan. Perilaku *picky eater* awam ditemukan pada balita. Seorang anak dikatakan *picky eater* ketika makan dengan porsi terbatas, enggan mengkonsumsi makanan baru, serta memiliki prioritas terhadap makanan tertentu.³ Jenis *picky eater* yang paling banyak ditemukan berupa penghindaran terhadap sayuran. Perilaku *picky eater* memicu anak berisiko lebih tinggi menyandang tinggi badan maupun berat badan yang kurang karena terbatasnya jumlah serta variasi makanan yang dikonsumsi.⁴

Prevalensi *picky eater* beraneka ragam di berbagai negara. Penelitian di Cina membuktikan prevalensi *picky eater* pada anak usia tiga – tujuh tahun sebesar 54%. Penelitian di Singapore menunjukkan prevalensi

picky eater pada anak usia satu – 10 tahun sebesar 40.8%. Penelitian di Jepang memperlihatkan prevalensi *picky eater* pada anak usia 1.5 tahun sebesar 38.7%. Berdasarkan penelitian tersebut, berbagai negara pada Benua Asia memiliki angka prevalensi *picky eater* yang tinggi. Penelitian tersebut semakin menegaskan bahwa perilaku *picky eater* adalah fenomena yang awam terjadi pada masa tumbuh kembang anak-anak.⁵

Permasalahan gizi utama yang berkaitan dengan tumbuh kembang balita adalah stunting. Stunting merupakan kondisi ketika tinggi badan anak di bawah minus dua standar deviasi dari median standar pertumbuhan anak berdasarkan *World Health Organization* (WHO).⁶ Beberapa faktor yang menjadi penyebab stunting meliputi asupan gizi yang kurang memadai pada bayi, kekurangan gizi ibu selama masa kehamilan, kondisi sosial ekonomi yang buruk, dan gangguan kesehatan pada bayi.⁷ Stunting pada anak balita memiliki konsekuensi jangka panjang, seperti gangguan dalam pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif.⁸

Pada tahun 2017, Asia menyumbang lebih dari separuh jumlah anak balita yang mengalami stunting di seluruh dunia, dengan persentase sebesar 55%. Sementara itu, Afrika juga memiliki andil signifikan, dengan lebih dari sepertiga anak balita stunting di dunia (39%) berasal dari wilayah tersebut. Indonesia adalah negara ketiga dengan prevalensi balita stunting tertinggi di kawasan Asia Tenggara menurut data *World Health Organization* (WHO). Selama periode tahun 2015 – 2017, prevalensi stunting pada anak balita di Indonesia mencapai angka rata-rata sebesar

36.4%.^{7,8} Tingginya angka prevalensi balita stunting di Indonesia mendorong peneliti untuk menelaah lebih lanjut mengenai hubungan antara perilaku *picky eater* dengan stunting pada balita.

1.2. Rumusan Masalah

Penelitian oleh Yesi Nurmalarasi dkk di Lampung menunjukkan bahwa anak dengan *picky eater* berisiko 31 kali lebih tinggi mengalami stunting dibandingkan anak yang tidak *picky eater*.⁹ Penelitian oleh Hoang Thi Bach Yen dkk di Vietnam menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara *picky eater* dengan stunting.¹⁰ Walaupun sudah pernah dipublikasikan pada penelitian sebelumnya, penelitian mengenai hubungan antara *picky eater* dengan kejadian stunting pada balita di Indonesia masih sangat sedikit. Maka dari itu, peneliti tertarik melakukan penelitian lebih dalam terhadap topik tersebut.

1.3. Pertanyaan Penelitian

Apakah terdapat hubungan antara perilaku *picky eater* dengan kejadian stunting pada balita usia 1 – 3 tahun di Puskesmas Balaraja?

1.4. Tujuan Penelitian

1.4.1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara perilaku *picky eater* dengan kejadian stunting pada balita usia 1 – 3 tahun.

1.4.2. Tujuan Khusus

Mengetahui hubungan antara perilaku *picky eater* dengan kejadian stunting pada balita usia 1 – 3 tahun di Puskesmas Balaraja.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat untuk Akademik

Dari segi akademik, manfaat penelitian ini adalah meningkatkan pengetahuan mengenai perilaku *picky eater* pada balita di Indonesia. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menginspirasi peneliti lain untuk terus menjelajahi aspek perilaku *picky eater* pada anak-anak dan memberikan landasan untuk penelitian yang lebih lanjut.

1.5.2. Manfaat untuk Praktis

Dari segi praktis, penelitian ini memberikan manfaat dengan memberikan pemahaman tentang prevalensi perilaku *picky eater* dan stunting pada balita di Indonesia. Selain itu, pengetahuan ini dapat digunakan sebagai dasar untuk mengambil langkah-langkah pencegahan atau intervensi yang lebih baik terhadap perilaku *picky eater* pada anak-anak di masa mendatang.