

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Status gizi adalah ukuran keberhasilan dalam pemenuhan nutrisi untuk anak yang diindikasikan oleh berat badan dan tinggi badan anak. Status gizi yang optimal dapat tercapai jika tubuh mendapatkan intake zat-zat bergizi yang berguna untuk pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja, dan kesehatan (Almatsier, 2010).

Negara Indonesia menjadi negara kelima dengan anak status gizi kurang terbanyak, dikarenakan permasalahan pada status gizi anak mencapai jumlah sebanyak 7 juta orang, dan > 2 juta anak balita mengalami berat badan kurus serta sebanyak 2 juta orang anak yang lainnya mengalami *overweight* atau berat badan berlebih (UNICEF, 2020). Pada tahun 2020 sebanyak 149 juta anak mengalami pertumbuhan terhambat karena pola makan yang buruk dan layanan kesehatan, dan masalah aksesibilitas lainnya. Di antara empat puluh lima persen anak di bawah usia 5 tahun yang meninggal, kekurangan gizi adalah penyebab utama kematian (WHO, 2021).

Indonesia termasuk negara yang mengalami *triple burden malnutrition*, yaitu kondisi gizi kurang, gizi lebih, dan defisiensi zat gizi mikro (Paramita et al., 2020). Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan (Riskesdas) tahun 2018, sebanyak 17,7 orang usia di bawah 5 tahun (anak balita) masih mengalami masalah gizi. Angka ini terdiri dari balita, gizi buruk 3,9 %, gizi kurang 13,8% (Kemenkes RI, 2020). Pada

tahun yang sama, prevalensi status gizi gemuk pada balita Indonesia sebesar 8,0%. Sebanyak 30,8% balita status gizi kurang dengan proporsi sangat pendek 11,5% dan pendek 19,3% (Saragih et al., 2018).

Gangguan pertumbuhan dan perkembangan termasuk masalah serius baik bagi negara maju maupun negara berkembang di dunia. Pada prinsipnya setiap anak mengalami proses tumbuh kembang yang sesuai dengan usianya, namun dipengaruhi oleh banyak faktor. Salah satu yang mengganggu tumbuh kembang anak adalah anak kesulitan untuk makan atau memilih-milih makanan sesuai selera anak atau yang dikenal dengan istilah *picky eater*. Masalah *picky eater* pada anak perlu ditangani dan tentunya hal ini menjadi masalah tersendiri bagi orangtua karena orangtua menyadari betapa pentingnya kebutuhan untuk membentuk kebiasaan makan sehat sejak dini dalam kehidupan serta hubungan antara gizi buruk dengan kondisi kesehatan yang merugikan serta dapat menimbulkan komplikasi dan gangguan tumbuh kembang anak (Prastiwi, 2019).

Pertumbuhan dan perkembangan anak prasekolah memiliki peran penting dalam membentuk kualitas sumber daya manusia di masa depan. Salah satu faktor yang memengaruhi pertumbuhan anak adalah pola asuh ibu dan perilaku makan anak, terutama perilaku *picky eater*. Pola asuh ibu dapat mencakup berbagai aspek, seperti gaya asuh, pengawasan makan, dan pemilihan jenis makanan. *Picky eater* merujuk pada anak yang selektif dalam memilih jenis makanan dan cenderung menolak makanan tertentu, hal ini dapat berdampak pada status gizi anak (Partini, P. 2023).

Pada beberapa studi disebutkan bahwa salah satu faktor penyebab anak pemilih makan adalah karena rendahnya pendapatan kedua orang tua yang menyebabkan dalam keluarga hanya disajikan makanan tertentu dan tidak sering diperkenalkan dengan makanan baru sehingga anak hanya mengenal makanan yang sering disajikan di rumah, akibatnya angka kejadian *picky eater* terus mengalami peningkatan. Pendidikan orang tua terutama Ibu juga berpengaruh terhadap status gizi anak, hal ini dikarenakan ibu dengan pengetahuan yang baik maka ibu akan dapat menerima segala informasi dari luar mengenai pola pengasuhan anak yang baik terutama bagaimana sebaiknya ibu memberi makan pada anak. Sehingga makin banyak pengetahuan yang dimiliki dan perilaku yang diharapkan akan muncul pola asuh yang baik yang akan berdampak positif pada status gizi anak (Numaliza & Herlina, 2018).

Kesulitan makan (*picky eater*) menjadi salah satu penyebab dari timbulnya masalah gizi kurang pada anak, tidak seimbangnya antara pemasukan dan kebutuhan nutrisi dapat menyebabkan malnutrisi yang mempengaruhi status gizi (Astuti & Ayuningtyas, 2018). Kesulitan makan menjadikan anak pemilih dalam mengkonsumsi makanan, kejadian pemilih makan banyak terjadi pada saat anak menginjak 3 tahun karena secara umum pada usia ini anak sudah bisa memilih makanannya sendiri. Anak usia prasekolah sudah bisa untuk makan sendiri karena anak mengalami perkembangan psikis menjadi balita yang lebih mandiri, otonom, dan dapat lebih mengekspresikan emosinya sehingga ia hanya akan mengkonsumsi makanan kesukaan hingga berulang (Bahagia et al., 2018). Kelompok anak prasekolah juga cenderung mengalami penurunan nafsu

makan di mana anak sudah bisa merasakan dan memilih makanannya sendiri (Purnamasari & Adriani, 2020).

Pola asuh yang kurang tepat secara tidak langsung menjadi penyebab anak mengalami kesulitan makan, gangguan psikologis, dan kehilangan nafsu makan yang dapat mempengaruhi status gizi pada anak (UNICEF, 2020). Masa pertumbuhan saat balita akan sangat berpengaruh terhadap kualitas seseorang saat nanti sudah tumbuh dewasa. Maka dari itu, pola asuh ibu yang tepat dapat mencegah komplikasi dan meningkatkan kualitas anak dalam menghadapi persaingan di era globalisasi. Pola asuh ibu yang tepat melalui adanya perlakuan seperti 5 orang tua yang tidak terlalu mengekang anak, memberikan kebebasan berinisiatif, mempertimbangkan hak anak dan juga orang lain. Agar dalam praktik mengasuh dapat terjalin hubungan interpersonal antara anak dan orang tua menjadi lebih mudah (Sudargo dan Aristasari, 2018).

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Judarwanto diperoleh data terkait perilaku kesulitan makan pada anak dipengaruhi oleh pola asuh ibu yang kurang tepat, dari data tersebut pada anak yang berusia 4-6 tahun, memiliki prevalensi kesulitan makan terbesar 33,6% dan yang sebagian besar (79,2%) telah berlangsung lama lebih dari 3 bulan (Yunitasari, 2020). Selain itu, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Arini Mustikasari et.al 2019) didapatkan bahwa mayoritas orang tua menerapkan pola asuh demokratis yaitu 39 (52,8%), pola asuh otoriter 22 (32,8%), dan pola asuh permisif 6 (9,9%). Sedangkan mayoritas *picky eater* dengan intensitas baik sebanyak 43 (64,2%), *picky eater* dengan intensitas cukup 20 (29,9%), dan 4 (6,0%) memiliki *picky eater* kurang. Hasil

penelitian menunjukkan ada hubungan antara pola asuh ibu dengan kebiasaan memilih-milih makan (*picky eater*) pada anak prasekolah.

Hasil laporan penelitian Studi Status Gizi Balita di Indonesia yang terintegrasi Susenas tahun 2019 didapatkan prevalensi status gizi balita Indonesia antara lain BB/U didapatkan sebesar 16,29 %, TB/U 27,67 %, dan BB/TB 7,44 % (Sudikno et al., 2019). Sedangkan di Sumatera Utara tepatnya di Kabupaten Asahan didapat prevalensi status gizi balita berdasarkan TB/U sebesar 15,3%, BB/TB 10,6 %, dan BB/U 15,0% (SSGI, 2022). Kemudian dari pra survey awal yang dilakukan pada salah satu TK di kelurahan Mekar Baru yaitu Raudhatul Athfal. Metode dilakukan dengan mewawancarai beberapa orang tua dan Didapatkan jumlah anak sebanyak 38 orang didapatkan data balita gizi kurang (BB/TB) sebanyak 6 anak dan terdapat 8 anak yang memilih-milih makanan/*picky eater*, anak-anak tersebut enggan mencoba makanan baru dan hanya menyukai makanan tertentu saja.

Demikianlah pola asuh ibu dan perilaku *picky eater* dan beberapa faktor lain yang dapat mempengaruhi status gizi pada anak prasekolah. Anak dengan perilaku yang pemilih dalam makan cenderung memiliki asupan energi, karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral yang kurang daripada anak yang tidak pemilih sehingga terdapat risiko memiliki status gizi kurang. Status gizi kurang pada anak kedepannya akan menghambat tumbuh kembang anak baik dalam segi fisik maupun dalam bidang intelektual. Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik untuk melakukan suatu penelitian dalam bentuk skripsi yang diberi judul : “Hubungan pola asuh ibu dan perilaku *picky eater*

dengan status gizi anak prasekolah di Raudhatul Athfal kelurahan mekar baru” Sumatera Utara Tahun 2024.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan dari uraian pada latar belakang diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu apakah ada hubungan pola asuh ibu dan *picky eater* dengan status gizi anak prasekolah di Raudhatul Athfal Kelurahan Mekar Baru?

## 1.3 Tujuan Penelitian



### 1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan pola asuh ibu dan perilaku *picky eater* dengan status gizi anak prasekolah di Raudhatul Athfal Kelurahan Mekar Baru

### 1.3.2 Tujuan Khusus

1. Menganalisis gambaran pola asuh ibu pada anak prasekolah di Raudhatul Athfal Kelurahan Mekar Baru
2. Menganalisis gambaran perilaku *picky eater* pada anak prasekolah di Raudhatul Athfal Kelurahan Mekar Baru
3. Menganalisis gambaran status gizi pada anak prasekolah di Raudhatul Athfal Kelurahan Mekar Baru
4. Menganalisis hubungan pola asuh ibu dengan status gizi anak prasekolah di Raudhatul Athfal Kelurahan Mekar Baru

5. Menganalisis perilaku *picky eater* dengan status gizi anak prasekolah di Raudhatul Athfal Kelurahan Mekar Baru

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah sebagai informasi dan pengetahuan untuk mengidentifikasi upaya meningkatkan perkembangan anak, pola asuh ibu dan *picky eater* dengan status gizi di Raudhatul Athfal Kelurahan Mekar Baru.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

#### 1. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai pengemban ilmu pengetahuan masyarakat terutama pada Ibu yang ada di Raudhatul Athfal tentang pola asuh ibu dan perilaku *picky eater* dengan status gizi di Raudhatul Athfal Kelurahan Mekar Baru.

#### 2. Bagi Pendidikan

Diharapkan dapat menambah informasi dan referensi yang berguna bagi mahasiswa /mahasiswi Universitas Islam Negeri Sumatera Utara tentang pola asuh ibu dan perilaku *picky eater* pada anak usia prasekolah

#### 3. Bagi Peneliti

Untuk menambah wawasan bagi peneliti lanjutan yang berkaitan dengan pola asuh ibu dan *picky eater* terhadap status gizi pada anak pra sekolah.