

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Kualitas generasi penerus bangsa tergantung dari kualitas tumbuh kembang anak, terutama usia *toodler* (1-3 tahun), dimana anak menunjukkan perkembangan otak yang sangat signifikan, keluarga harus mengupayakan agar anaknya dapat bertumbuh dan berkembang secara *finest* untuk menghindari tumbuh kembang yang abnormal, meragukan ataupun menyimpang (Fiki Wijayanti, 2018).

Penyimpangan tumbuh kembang harus dideteksi (ditemukan) sejak dini, terutama sebelum berumur 3 tahun, supaya dapat segera di intervensi (diperbaiki), bila deteksi terlambat, maka penanganan terlambat, sehingga penyimpangan sukar untuk diperbaiki. Masa anak dianggap sebagai fase yang penting karena akan menentukan kualitas kesehatan, kesejahteraan, pembelajaran, dan perilaku dimasa yang akan *relationship* serta masa depan masyarakat tergantung pada anak-anak yang mampu mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang baik (Oktaviani, 2020).

Dukungan gizi yang baik diperlukan untuk pertumbuhan anak meliputi berat badan yang meningkat 0,23 kg dan tinggi badan yang meningkat 1 cm untuk setiap bulan. Selain itu, asupan gizi harus sesuai dengan kebutuhannya karena dibutuhkan juga untuk perkembangan kognitif dan emosional, serta keterampilan yang meningkat pesat sesuai dengan bertambahnya usia. Ibu senantiasa memberikan dukungan gizi yang terbaik bagi anaknya, meskipun pada praktiknya tidak selalu dapat berjalan normal karena muncul permasalahan yaitu kesulitan makan pada anak (Ainun Lubis, 2022).

Kesulitan makan pada anak salah satunya adalah *picky eater* yang diartikan sebagai anak dengan beberapa kriteria perilaku makan seperti cepat merasa kenyang, makan dengan lamban, rewel dan pilih-pilih makanan, kurang respon terhadap makanan, dan kurang menikmati saat-saat makan. Anak yang *picky eater* memiliki kebiasaan menolak makanan dan memilih-milih makanan

sehingga akan berdampak pada status gizinya. Pada umumnya balita yang suka memilih-milih makanan (yang berperilaku *picky eater*) akan mengalami inadekuasi asupan makanan. Balita yang berperilaku *picky eater* berpotensi mengalami kekurangan gizi karena variasi makanan yang dikonsumsi dalam jumlah yang terbatas begitu pula dengan zat gizinya (Cerdasari dkk., 2017)

Biasanya anak yang cenderung memilih makanan akan memiliki asupan sayuran dan buah-buahan yang rendah, dan cenderung memilih makanan dengan tingkat lemak dan protein yang tinggi. Pemenuhan asupan gizi yang seimbang harus sangat diperhatikan oleh para orangtua sebab dari makanan tersebut diperoleh nutrisi yang dapat membantu mekanisme pertumbuhan dan perkembangan. Tubuh memerlukan beragam zat gizi diperoleh dari konsumsi pangan yang beragam namun saat ini satu jenis pangan tidak dapat mencukupi semua kebutuhan gizi (Cole dkk., 2017).

Sesuai dengan firman Allah dalam QS. Al Baqoroh ayat 168, Informasi mengenai hal-hal yang berhubungan dengan Kesehatan diantaranya dalam pemenuhan gizi adalah sebagai berikut :

يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ

Yang artinya : “Wahai manusia! Makanlah dari (makanan) yang halal dan baik yang terdapat di bumi, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah setan. Sungguh, setan itu musuh yang nyata bagimu” (Al-Quran Al-Karim, n.d.)

Bagi anak usia *toddler*, pemilihan makanan bergizi dan seimbang perlu diprioritaskan. Prinsip seimbang dan beraneka ragam tidak dapat ditawar lagi. Seimbang artinya makanan yang dikonsumsi harus sesuai dengan kebutuhannya. Sementara, beraneka ragam artinya terdiri dari berbagai jenis makanan baik itu karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral maupun serat.

Selain terdapat dalam Al-Quran anjuran untuk makan makanan yang baik terdapat juga dalam hadist yang diriwayatkan oleh Abu Abdillah Nu'man Bin Basyir r.a yang berbunyi sebagai berikut :

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ تَعَالَى عَنْهُ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ: (إِنَّ اللَّهَ تَعَالَى طَيِّبٌ لَا يَقْبَلُ إِلَّا طَيِّبًا وَإِنَّ اللَّهَ أَمَرَ الْمُؤْمِنِينَ بِمَا أَمَرَ بِهِ الْمُرْسَلِينَ فَقَالَ: (يَا أَيُّهَا الرُّسُلُ كُلُوا مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَاعْمَلُوا صَالِحًا) (المؤمنون: الآية ٥١) ، وَقَالَ: (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ) (البقرة: الآية ١٧٢)، ثُمَّ ذَكَرَ الرَّجُلَ يُطِيلُ السَّفَرَ أَشْعَثَ أَغْبَرَ يَمُدُّ يَدَيْهِ إِلَى السَّمَاءِ: يَا رَبِّ يَا رَبِّ، وَمَطْعَمُهُ حَرَامٌ، وَمَشْرَبُهُ حَرَامٌ، وَمَلْبَسُهُ حَرَامٌ وَغُذِيَ بِالْحَرَامِ فَأَتَى يُسْتَجَابُ لِذَلِكَ

Artinya : “*Dari Abu Hurairah RA, dia berkata: Rasulullah SAW bersabda: “Sesungguhnya Allah Maha Baik dan tidak menerima kecuali yang baik. Dan sesungguhnya Allah SWT telah memerintahkan kepada kaum mukminin dengan sesuatu yang Allah perintahkan pula kepada para rasul. Maka Allah subhanahu wa ta’ala berfirman: “Wahai para rasul, makanlah dari makanan yang baik-baik dan kerjakanlah amal shalih.” (Al-Mu’minun; 51). Dan Allah SWT berfirman: “Wahai orang-orang yang beriman, makanlah kalian dari rezeki yang baik-baik yang telah Kami berikan kepada kalian.” (al-Baqarah: 172). Kemudian Rasulullah SAW menyebutkan seseorang yang melakukan perjalanan panjang dalam keadaan dirinya kusut dan kotor, dia menengadahkan kedua tangannya ke langit seraya berdoa: “Wahai Rabb-ku, wahai Rabb-ku,” namun makanannya haram, minumannya haram dan pakaiannya haram dan kenyang dengan sesuatu yang haram, lalu bagaimana mungkin doanya akan dikabulkan?” (HR Muslim) (Fu’ad Abdul Baqi, 2014).*

Masalah makan pada anak dapat berakibat jangka panjang pada pertumbuhan dan perkembangan. Anak *picky eater* akan mendapatkan zat gizi dari makanan yang terbatas dalam hal variasinya sehingga berpotensi mengalami kekurangan gizi dan risiko lebih besar pada usia kurang dari 3 tahun. Penelitian yang dilakukan di Kanada juga menemukan bahwa *picky eater* memiliki risiko 2 kali lebih besar untuk menjadi *underweight* pada usia 4,5 tahun dibandingkan anak yang tidak pernah menjadi *picky eater*. *Underweight* akan mengganggu perkembangan kecerdasan, proses belajar, lebih rentan terhadap infeksi, meningkatkan keparahan penyakit, hingga meningkatkan mortalitas.

Sensus yang dilakukan *World Health Organization* (2017) menyebut bahwa 42% dari 15,7 juta kematian anak di dunia pada rentang usia 5 tahun kebawah, sebagian besar oleh gizi buruk yang disebabkan oleh anak *picky eater*. Angka prevalensi *picky eater* di beberapa negara cukup tinggi. Di Singapura sebesar 29,9% anak usia 3-5 tahun mengalami *picky eater*. Prevalensi *picky eater* di Taiwan sebesar 72% pada anak-anak usia 3-5 tahun. Hasil penelitian di Belanda menunjukkan bahwa prevalensi *picky eater* tertinggi pada usia 3 tahun (27,6%) apabila dibandingkan dengan usia 1,5 maupun 6 tahun (Nur Azizah et al., 2022). Sementara di Indonesia, hasil penelitian menunjukkan bahwa prevalensi balita yang mengalami sulit makan sebesar 23,9% yang 45,5% diantaranya adalah *picky eater*. Sedangkan data di Jawa Barat prevalensi anak yang mengalami *picky eaters* sekitar 41,9%.

Beberapa penelitian mengenai *picky eater* kebanyakan menghubungkan kejadian *picky eater* dengan status Gizi pada anak Prasekolah. Padahal *picky eater* harus dideteksi sejak usia dini sebelum memasuki usia 3 tahun. Dari data yang didapatkan dari Dinas Kabupaten Ciamis 348 anak dengan kategori sangat kurus dan 4.055 anak dengan kategori kurus pada tahun 2019 dan pada tahun 2020 anak kategori sangat kurus naik menjadi 366 anak dan 3.463 anak dengan kategori kurus. Itu artinya masih banyak anak dengan kategori berat badan dibawah normal.

Berdasarkan data dari Puskesmas Cisaga, masih banyak anak usia 1-3 tahun dengan status gizi kurang di Desa Cisaga. Peneliti telah melakukan studi pendahuluan di Desa Cisaga bahwa terdapat 5 dari 10 anak menunjukkan gejala *picky eater* yaitu memuntahkan dan menghindari makanan yang tidak disukainya, menelan dan mengunyah makanan dengan lama, memiliki makanan kesukaan, tidak tertarik dengan menu baru, hanya makan dengan menu yang disukai saja dan menolak mengonsumsi makan sayur dan buah. Sehingga dilakukan penelitian : “Hubungan *Picky Eater* dengan Status Gizi Pada Anak Usia Toddler di Desa Cisaga”

## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalahnya adalah “Apakah terdapat hubungan antara perilaku *picky eater* dengan status gizi pada anak usia *toddler* (1-3) tahun di Desa Cisaga?”

## C. Tujuan Penelitian

### 1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui adakah hubungan perilaku *picky eater* dengan status gizi pada anak usia *toddler* (1-3 tahun) di Desa Cisaga.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Untuk menganalisis perilaku *picky eater* pada anak usia *toddler* (1-3 tahun) di Desa Cisaga.
- b. Untuk menganalisis status gizi anak usia *toddler* (1-3 tahun) di Desa Cisaga.
- c. Untuk menganalisis perilaku *picky eater* dengan status gizi anak usia *toddler* di Desa Cisaga.

## D. Manfaat Penelitian

### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu tentang perilaku dan kebiasaan makan anak khususnya perilaku *picky eater* dan hubungannya dengan status gizi pada anak yang masih berusia *toddler* (1-3 tahun) sehingga dapat dijadikan sebagai bahan kajian ilmiah khususnya dibidang kesehatan masyarakat.

### 2. Manfaat Khusus

#### a. Bagi STIKes Muhammadiyah Ciamis

Bagi intitusi Pendidikan diharapkan dapat menambah kepustakaan, yang dapat dimanfaatkan oleh para pembaca untuk meningkatkan pengetahuan mengenai *picky eater* dan status gizi pada anak

khususnya usia *toddler* (1-3 tahun) sehingga dapat dijadikan penelitian lanjutan dengan variabel yang lebih luas.

b. Bagi Desa Cisaga

Khususnya bagi pengelola program status gizi anak diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai lahan pertimbangan atau masukan yang dapat digunakan sebagai sumber informasi bagi pihak-pihak terkait mengenai hubungan *picky eater* dengan status gizi pada anak.

c. Bagi Ibu yang Memiliki Anak Usia *Toddler*

Dapat menambah wawasan pengetahuan tentang *picky eater* seperti memberikan edukasi mengenai pemberian asupan gizi seimbang supaya dapat memodifikasi makanan yang akan diberikan pada anak khususnya bagi keluarga atau ibu yang memiliki anak dengan *picky eater* sehingga dapat memahami jika terjadi permasalahan gangguan/penolakan konsumsi makanan dengan ciri *picky eater* agar dapat segera ditangani dengan tepat.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat memberikan wawasan mengenai hubungan perilaku *picky eater* terhadap tingkat kecukupan gizi pada anak usia *toddler* (1-3 tahun). Dan dapat dijadikan bahan acuan dan dasar pertimbangan bagi penelitian selanjutnya.

## E. Keaslian Penelitian

**Tabel 1.1**  
**Keaslian Penelitian**

No	Peneliti	Judul Penelitian	Tujuan	Metode Penelitian	Hasil
1.	(Oktaviani, 2020)	Hubungan Perilaku <i>Picky Eater</i> Dengan Status Gizi Pada Balita Di Desa Joho Kecamatan Mojolaban Kabupaten Sukoharjo.	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perilaku <i>picky eater</i> dengan status gizi pada balita di Desa Joho Kecamatan Mojolaban Kabupaten Sukoharjo.	Penelitian ini adalah penelitian observasional dengan menggunakan pendekatan <i>Cross Sectional</i> . Jumlah subjek sebanyak 59 responden yang diperoleh dengan cara <i>systematic random sampling</i> .	Penelitian yang telah dilakukan diketahui bahwa mayoritas anak yang berperilaku <i>picky eater</i> sebanyak 88,1% dan terdapat 8,5% anak memiliki status gizi buruk, 22,0% anak mengalami status gizi kurang, 66,1% memiliki status gizi baik dan terdapat 3,4%

				anak memiliki status gizi lebih. Berdasarkan penelitian tersebut diketahui bahwa tidak terdapat hubungan antara perilaku <i>picky eater</i> dengan status gizi ( $p = 0,888$ ), tidak terdapatnya hubungan antara perilaku <i>picky eater</i> dengan status gizi bisa disebabkan karena faktor lain, misalnya keadaan infeksi, status kesehatan dan pendidikan ibu yang dapat mempengaruhi status gizi anak.
(Ainun Lubis, 2022)	Analisis Hubungan Perilaku <i>Picky Eater</i> Terhadap Tingkat Kecukupan Gizi Anak Prasekolah Di Perkebunan Bungara Estate (PT. Lonsum) Kabupaten Langkat.	Untuk menganalisis hubungan perilaku <i>picky eater</i> terhadap tingkat kecukupan gizi terkait karbohidrat, lemak dan protein di Perkebunan Bungara Estate (PT. Lonsum) Kabupaten Langkat.	Penelitian ini berjenis kuantitatif dengan desain <i>cross sectional</i> . Jumlah sampel sebanyak 53 responden. Pengambilan data meliputi pengisian kuesioner <i>picky eater</i> dan tingkat kecukupan gizi diukur dengan <i>Food Recall dan Food Frequency Questionnaire</i> . Seluruh data dianalisis menggunakan SPSS dengan uji <i>Chi Square</i> .	Di dapatkan 66,0% responden memiliki perilaku <i>picky eater</i> , penelitian menunjukkan ada hubungan antara perilaku <i>picky eater</i> dengan konsumsi pangan ( $p=0,000$ ) tidak ada hubungan antara perilaku <i>picky eater</i> terhadap tingkat kecukupan gizi berdasarkan asupan karbohidrat ( $p=0,433$ ), ada hubungan antara perilaku <i>picky eater</i> dengan tingkat kecukupan gizi berdasarkan asupan protein ( $p=0,001$ ), dan lemak ( $p=0,001$ ).
(Fiki Wijayanti, 2018)	Hubungan Perilaku <i>Picky Eater</i> Dengan Status Gizi Pada Anak Prasekolah TK Nurul Izzah Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang.	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan perilaku <i>picky eater</i> dengan status gizi pada anak prasekolah di TK Islam Nurul Izzah Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang.	Penelitian dilaksanakan pada bulan Juni 2018 di TK Islam Nurul Izzah, Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasi dengan pendekatan <i>cross sectional</i> . Populasi dalam penelitian ini	Hasil penelitian sebagian besar anak usia prasekolah tidak mengalami perilaku <i>picky eater</i> sebanyak 53 anak (53,5%). Status gizi adalah normal sebanyak 61 anak (61,6%). Analisis menunjukkan bahwa ada hubungan perilaku <i>picky eaters</i> dengan status gizi anak usia prasekolah di TK Islam Nurul Izzah

adalah orang tua dengan anak usia prasekolah di TK Islam Nurul Izzah, Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang dengan  $p$  value  $(0,002) < \alpha$   $(0,05)$ .  
 Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang dengan jumlah 131. Sampel dalam penelitian berjumlah 99 responden yang terdiri dari orang tua dan anak yang usia prasekolah di TK Islam Nurul Izzah. Teknik pengambilan *sample* menggunakan *simple random sampling*.

---

Persamaan dari penelitian ini adalah jenis penelitian dan objek penelitian yang membahas tentang *picky eater* dan status gizi anak. Pada penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti saat ini mempunyai perbedaan dengan penelitian sebelumnya yaitu lokasi, waktu, responden, dan cara pengambilan sampel dengan judul yang akan diambil yaitu “Hubungan *Picky Eater* dengan Status Gizi Pada Anak Usia *Toddler* di Desa Cisaga”. Jenis Penelitian ini menggunakan penelitian analitik kuantitatif.