

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Periode emas anak (*golden period*) adalah masa perkembangan paling cepat dalam kehidupan anak. Periode emas berlangsung sejak anak masih dalam kandungan hingga usia dini atau pada usia 0-6 tahun. Masa yang paling menentukan atau *critical period* terdapat pada rentang waktu bayi dalam kandungan hingga lahir dan berusia hingga 4 tahun (Kementerian Kesehatan RI Badan Penelitian dan Pengembangan, 2018). Anak pada tiga tahun pertama kehidupannya membutuhkan stimulasi dan nutrisi yang cukup untuk menunjang tahap tumbuh kembangnya. Kondisi gizi masyarakat yang buruk dapat menghambat pertumbuhan ekonomi sekitar 8% yang secara langsung disebabkan karena kerugian akibat penurunan produktivitas, rendahnya kualitas pendidikan dan pengetahuan yang kurang. Hal inilah yang membuat periode emas awal kehidupan anak merupakan masa kritis untuk investasi gizi ke masa depan, terutama dalam mencapai pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal (Kementerian Kesehatan RI Badan Penelitian dan Pengembangan, 2018). Usia prasekolah merupakan fase yang membutuhkan status gizi baik untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan baik fisik, kecerdasan, dan emosional (Cardona Cano, Hoek and Bryant-Waugh, 2015). Orang tua atau pengasuh anak sering kali mendapati masalah sulit makan pada anak. *Picky eating* terkadang digolongkan sebagai

masalah sulit makan atau *feeding difficulties*. Menurut penelitian (van der Horst *et al.*, 2016) *picky eating* memiliki karakteristik yang benar-benar berbeda dari gangguan makan. Memiliki preferensi makanan dan rasa curiga terhadap makanan baru pada masa bayi mungkin memiliki manfaat dalam mengurangi risiko mengonsumsi racun, namun perilaku ini juga dapat menjadi penghalang bagi penerimaan beberapa bahan makanan. *Picky eating* dapat mencegah peningkatan variasi makanan, dan kurangnya variasi ini dapat menyebabkan kekhawatiran tentang komposisi nutrisi dari beberapa diet anak-anak (Lumeng *et al.*, 2018). *Picky eating* ditandai dengan variasi makanan yang rendah, enggan untuk makan makanan yang biasa dimakan maupun varian baru, dan masalah hubungan orangtua-anak (Taylor and Emmett, 2019).

Menurut penelitian (Machado *et al.*, 2016) prevalensi *picky eater* pada anak prasekolah antara lain kurangnya variasi pangan (58,1%), penolakan pada sayur, buah, daging, dan ikan (55,8%), dan kesukaan pada metode pemasakan tertentu sebesar 51,2%. Prevalensi berdasarkan usia juga secara konsisten meningkat dari 4-24 bulan, yaitu berkisar antara 17-47% pada laki-laki dan 23-54% pada perempuan. Hasil penelitian di Belanda menunjukkan bahwa prevalensi *picky eater* tertinggi pada usia 3 tahun (27,6%) dibandingkan dengan usia 1,5 (26,5%) maupun 6 tahun (13,2%). 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. *Underweight* akan mengganggu perkembangan kecerdasan, proses belajar, lebih rentan terhadap infeksi, meningkatkan keparahan penyakit, hingga meningkatkan mortalitas. Anak *picky eater* cenderung memiliki status gizi kurang. Anak *picky eater* lebih berisiko memiliki berat badan kurang, kenaikan berat badan inadkuat dan kekurangan zat gizi (Taylor *et al.*, 2015).

Penelitian (Duncanson, Burrows and Collins, 2016) menunjukkan bahwa praktik pemberian makan yang diterapkan oleh orang tua dapat mempengaruhi asupan makanan anak. Praktik pemberian makan orang tua mencakup kombinasi penyediaan dan sosialisasi (mengajarkan cara dan kebiasaan makan yang tepat), dan digunakan untuk mengelola asupan makanan anak-anak (misal apa, kapan, dan berapa banyak anak harus makan). Pengetahuan yang dimiliki ibu serta praktik pemberian makan yang diberikan pada anak merupakan faktor pendukung yang mempengaruhi perilaku makan anak (Cole *et al.*, 2017).

Penelitian yang membahas mengenai faktor lain yang mungkin mempengaruhi perilaku *picky eating* masih belum banyak dilakukan. Fokus penelitian pada anak usia *preschool* juga masih terbatas, dimana mayoritas terfokus pada anak usia sekolah. Oleh karena itu, perlu untuk dilakukan rangkuman literatur yang bertujuan untuk

mengidentifikasi faktor yang mempengaruhi perilaku *picky eating* pada anak usia prasekolah.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Apakah faktor yang mempengaruhi perilaku *picky eating* pada anak usia *preschool*?

## **1.3 Tujuan**

### **1.3.1 Tujuan umum**

Menjelaskan faktor yang mempengaruhi perilaku *picky eating* pada anak usia *preschool*

### **1.3.2 Tujuan khusus**

1. Menjelaskan faktor sosial / lingkungan yang mempengaruhi perilaku *picky eating* pada anak usia *preschool*
2. Menjelaskan faktor emosi anak yang mempengaruhi perilaku *picky eating* pada anak usia *preschool*
3. Menjelaskan faktor kognitif yang mempengaruhi perilaku *picky eating* pada anak usia *preschool*