

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Indonesia merupakan negara berkembang yang memiliki masalah terkait gizi kurang. Data yang menyatakan bahwa terdapat masalah gizi pada balita sebanyak 17,7% dengan usia di bawah lima tahun, terdiri dari 3,9% gizi buruk dan 13,8% gizi kurang (Riset Kesehatan Dasar, 2018). Berbagai macam program pemerintah sudah dirancang dan berjalan dengan baik terkait perbaikan gizi balita. Selain itu, perlu adanya kesadaran bagi orang tua dalam memperhatikan pola makan dengan kualitas dan kuantitas yang baik pada makanan yang disesuaikan porsi tiap masing-masing balita (Nurlaila, 2016).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (2018) Yang dimana prevalensi kurang gizi pada balita di Jakarta mengalami kenaikan di tahun 2018 dari persentase sebesar 14% menjadi 14,30%. Kasus gizi kurang pada anak di DKI Jakarta sebagai berikut: Jakarta Pusat (40 balita), Jakarta Utara (39 balita), Jakarta Barat (139 balita), Jakarta Selatan (67 balita), Kepulauan Seribu (5 balita), dan Jakarta Timur (140 balita). Masalah terkait gizi kurang di Jakarta, merupakan masih menjadi pekerjaan rumah bagi Pemerintah Pusat maupun daerah serta tanggung jawab para orang tua terhadap kebutuhan gizi balita. Persentase di Jakarta Timur dengan balita kekurangan gizi mengalami kenaikan di tahun 2018 dari 41% menjadi 59%.

Balita merupakan singkatan dari bawah lima tahun dengan rentang usia 0-5 tahun. Pada masa tersebut merupakan masa keemasan (*golden age*), dengan perkembangan secara fisik dan psikis terbaik sepanjang hidup. Peningkatan yang terjadi pada pertumbuhan anak dapat dilihat dari segi berat badan, tinggi serta kekuatan. Setiap anak memiliki tumbuh kembang yang berbeda, meskipun dengan urutan yang sama. Hal ini tergantung pada penunjang perkembangan fisik anak yang dapat diperoleh dari asupan gizi pada setiap anak harus disesuaikan berdasarkan porsinya.

Pada usia balita mereka sudah mampu mengekspresikan keinginannya kepada orang dewasa terutama perihal makan. Balita termasuk kedalam golongan konsumen semipasif dan semiaktif, dengan tidak menyukai makanan melalui warna,

rasa, dan penampilan anak (Horst *et al.*, 2016). Keterhambatan yang terjadi pada proses tumbuh kembang anak disebabkan oleh asupan yang belum optimal. Jika nutrisi tidak terpenuhi, maka akan berdampak pada gizi kurang, mudah terserang penyakit, bahkan rusaknya beberapa fungsi organ tubuh sehingga tidak mampu menyerap zat-zat makanan secara baik.

Kurangnya asupan gizi dapat disebabkan oleh keterbatasan jumlah makanan yang dikonsumsi setiap hari oleh anak, atau makanan yang diperoleh tidak memenuhi unsur gizi yang dibutuhkan. Ketersediaan makanan yang bergizi dan terjangkau oleh setiap kalangan masyarakat menjadi unsur terpenting dalam memenuhi asupan gizi. Perawatan kesehatan secara fisik dan lingkungan yang tidak memadai juga menjadi salah satu penyebab turunnya tingkat kesehatan yang dapat memungkinkan terjadinya berbagai macam penyakit. Selain itu, faktor ketidaktahuan orang tua atas pemberian gizi yang baik pada anak juga berpengaruh dalam pengelolaan makanan yang baik dan benar.

Berkaitan dengan pentingnya peran orang tua dalam kebiasaan makan yang tidak baik. Hal ini menyebabkan anak menjadi pilih-pilih makanan, sehingga nutrisi yang diterimanya tidak maksimal. Definisi terkait perilaku *picky eater* merupakan tindakan penolakan pada makanan baru, hanya menyukai makanan jenis tertentu, dan mengasumsikan makanan pada hal buruk yang menyebabkan hanya makan dalam jumlah sedikit dan jenis tertentu (Goncalves *et al.*, 2013). Pemenuhan gizi pada anak harus disesuaikan dengan porsinya masing-masing.

Penelitian yang dilakukan di Indonesia menunjukkan angka perilaku *picky eater* yang cukup tinggi, yaitu sebanyak 79,2% (Priyanti, 2013). Orang tua akan cenderung memberikan tekanan kepada anak yang sulit makan. Jika hal itu berlangsung secara terus-menerus, besar kemungkinan pengasuh atau orang tua akan mengalami gejala seperti: cemas, gelisah dan khawatir yang timbul pada orang tua ketika anak sulit makan (Ramos, 2014).

Stres merupakan kumpulan hasil dari respon, pengalaman yang berkaitan, dan disebabkan oleh berbagai “stresor” atau keadaan yang menyebabkan stres (Manktelow, 2009). Stres yang terjadi pada orang tua akibat perilaku pilih-pilih makanan disebabkan oleh tindakan secara sadar atau tidak sadar menekan anak

untuk makan. Hal ini berkaitan bahwa tempramen ibu dan anak akan meningkatkan anak berisiko untuk pilih-pilih makanan (Hafstad *et al.*, 2017).

Adanya keterkaitan antara perilaku *picky eater* dengan stres orang tua. Hal ini ditunjukkan bahwa kesulitan makan pada anak akan meningkat jika orang tua menunjukkan sikap khawatir, cemas, gugup selama waktu makan, (Ramos *et al.*, 2014). Kurang waspadanya orang tua dalam mendorong atau memaksa makan anak dapat menjadi bumerang dan memperburuk perilaku pilih-pilih makanan. Paksaan yang dilakukan orang tua merupakan tindakan yang salah, dikarenakan tindakan tersebut dapat mengakibatkan ketakutan pada anak dalam segala kegiatan sehari-hari (Paul, 2014).

Berdasarkan pemantauan Kasus Balita di RW 06 Kelurahan Pekayon oleh Riskita (2019) menyatakan bahwa pada bulan April 2018 dengan jumlah balita yang ditimbang sebanyak 87,3%, dari jumlah tersebut terdapat gizi kurang sebanyak 1,23% dan gizi buruk sebanyak 0,31%. Selain itu, permasalahan mengenai perilaku *picky eater* juga di temukan pada studi pendahuluan yang dilakukan pada posyandu yang terdapat di Kelurahan Pekayon Jakarta Timur. Terdapat 23 posyandu aktif yang tersebar pada Rukun Warga (RW) yang ada di Kelurahan Pekayon Jakarta Timur. Berdasarkan analisis terkait indikator jumlah balita yang tidak naik berat badan tertinggi terdapat pada posyandu yang bernama Posyandu Dahlia Mekar III dengan jumlah balita sebanyak 50 anak tidak naik berat badan, serta 4 balita dengan berat badan di bawah garis merah dari 120 total balita dengan rentang usia 0-5 tahun.

Berdasarkan fakta-fakta dan uraian dari data di atas, peneliti melihat bahwa masih terdapat anak di Posyandu Dahlia Mekar III yang tidak naik berat badan dan masih terdapat masalah terkait gizi kurang dan gizi buruk di Kelurahan Pekayon Jakarta Timur. Pada hasil studi pendahuluan terdapat 15 anak usia 3-5 tahun di lingkungan Posyandu Dahlia Mekar III yang terdiri atas 8 anak laki-laki, dan 7 anak perempuan. Berdasarkan jumlah keseluruhan menunjukkan 86,6% anak usia 3-5 tahun termasuk kedalam *picky eater* sebanyak 13 anak dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 7 orang, dan perempuan sebanyak 6 orang.

Penelitian Kesuma (2015) perilaku kesulitan makan pada anak prasekolah di PAUD Terpadu Pertiwi DWP Setda Provinsi Riau pada tahun 2015 menyatakan

bahwa dari 79 orang tua dengan anak usia 5-6 tahun (82,3%) yang mengalami *picky eater* berjumlah sebesar (35,4%) dengan jenis kelamin perempuan terbanyak sebesar (59,5%). Penelitian tersebut menyatakan bahwa adanya hubungan kontrol makanan berupa tekanan orang tua untuk mendorong anaknya menghabiskan makanan sebesar (46,8%). Hal yang dapat dibedakan pada penelitian ini meneliti tentang pengaruh perilaku *picky eater* terhadap stres orang tua dengan usia balita yang diteliti 3-5 tahun pada posyandu. Usia tersebut merupakan usia yang termasuk kedalam kategori konsumen aktif. Selain itu juga kurangnya pengetahuan orang tua terhadap gizi dan pengolahan makanan yang baik dan benar. Sehingga membuat orang tua khawatir akan nutrisi yang diperoleh oleh anak. Penelitian ini berjudul “pengaruh perilaku *picky eater* terhadap stres orang tua”.

### **1.2. Identifikasi Masalah**

Identifikasi masalah pada penelitian ini ialah sebagai berikut:

1. Terdapat jumlah paling banyak dengan angka gizi kurang di Jakarta Timur
2. Masih terdapat kasus gizi kurang di Posyandu Kelurahan Pekayon Jakarta Timur
3. Masih terdapat anak yang tidak naik berat badan di Posyandu Dahlia Mekar III
4. Anak di Posyandu Dahlia Mekar III tergolong banyak yang mengalami *picky eater*
5. Masih terdapat kesulitan dalam menangani gangguan yang terjadi pada balita.

### **1.3. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah, diperlukan pembatasan masalah dari sejumlah masalah yang telah diidentifikasi. Sehingga hasil daripada penelitian lebih terarah, fokus, spesifik dan mendalam. Pembatasan masalah yang akan diteliti hanya tentang perilaku *picky eater* dan stres orang tua dengan fokus pada anak usia 3-5 tahun di Posyandu Dahlia Mekar I, II, III, dan IV.

### **1.4. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah merupakan pertanyaan mengenai ruang lingkup masalah yang akan diteliti berdasarkan identifikasi masalah dan pembatasan masalah.

Rumusan masalah dalam penelitian ini ialah apakah ada pengaruh perilaku *picky eater* terhadap stres orang tua?

### **1.5. Kegunaan Penelitian**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis. Adapun kegunaan secara teoritis, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadikan referensi atau masukan dan menambah kajian ilmu keluarga dalam teori gizi perawatan anak dan Psikologi. Selain itu, kegunaan praktis dari penelitian ini dapat memberikan informasi bagi setiap pembaca dalam memahami perilaku *picky eater* dan stres orang tua.

