

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Pada era sekarang, anak cenderung senang bereksplorasi dengan hal-hal baru. Sifat perkembangan ini dapat mempengaruhi pola makan pada usia Balita. Balita merupakan mereka yang berumur antara 3-5 tahun dimana terjalin perkembangan serta pertumbuhan umur bayi. Pada masa ini anak hadapi proses pergantian pola makan pada bayi biasanya hadapi kesulitan makan ataupun cenderung pilih-pilih makanan (*picky eater*) Kesulitan makan dapat menjadi pemicu terjadinya gizi kurang (Hidayat, 2012)..

Berdasarkan data dari UNICEF pada tahun 2016 menampilkan di Asia Tenggara kurang lebih 26,3% anak yang dibawah umur 5 tahun hadapi kegagalan berkembang baik fisik maupun kognitif serta dapat mengalami *malnutrisi* yang didapatkan hasil 9,2%. Dikutip dari Journal of Issues in Midwifery, di London, Inggris, anak yang berusia 3 tahun kurang lebih 17% yang menggambarkan mempunyai nafsu makan yang kurang sekitar 12% *picky eater*. Diketahui jika Jawa Timur(2018) ialah 12 provinsi di Indonesia yang mempunyai permasalahan Balita yang mempunyai gizi kurang baik sertagizi kurang sebanyak 16, 80%.

Picky eating ataupun sikap pilih-pilih makanan merupakan suatu kondisi dimana anak tidak bersedia ataupun menolak untuk makan, ataupun mengalami kesusahan dalam mengkomsumsi makanan serta minuman. Sikap

sulit makan yang tidak baik ialah semacam pilih-pilih makanan, makan dengan menyaksikan tv ataupun bermain, serta ingin makan bila diajak jalan-jalan, tentu bisa terbawa sampai dewasa. Makanan akan mempengaruhi perkembangan dan pertumbuhan fisik serta mental Balita, oleh sebab itu makanan yang diberikan wajib memenuhi kebutuhan gizi Balita. Balita dalam proses pertumbuhan serta perkembangannya ditentukan oleh makanan yang dimakan tiap hari, untuk tumbuh maksimal memerlukan konsumsi makanan yang baik diantaranya beragam, jumlah yang cukup, bergizi serta seimbang (*balance*) (Depkes RI dalam Santi 2016).

Suatu riset yang pernah dilakukan di Amerika menampilkan, anak yang pilih-pilih makanan akan kesusahan dalam bersosialisasi, pilih-pilih teman serta cenderung sulit membiasakan diri. Sehingga, supaya anak tidak timbul hal-hal yang tidak diharapkan, sikap makan yang kurang baik tersebut memang wajib diubah. Pada umur 1- 5 tahun ialah masa yang masih sangat memerlukan suplai makanan dengan gizi serta jumlah yang cukup serta mencukupi untuk seorang anak. Bila terjadi kekurangan gizi pada Balita umur 1- 5 tahun bisa menimbulkan kendala tumbuh kembang secara fisik, mental, sosial serta intelektual yang sifatnya menetap terus menerus hingga anak menjadi dewasa. Indikasi lain yang ditimbulkan dari *picky eater* antara lain memuntahkan ataupun menyemburkan makanan yang telah masuk dalam mulut, makan dengan durasi yang lama, memainkan makanan, menutup mulut rapat-rapat, menepis suapan, suka memilah jenis makanan, serta kebiasaan yang aneh ataupun ganjil

(Kusumawardhani, et al., 2013).

Berdasarkan Soetjningsih (2013), penyebab asal adanya persoalan kelainan makan diantaranya faktor lingkungan yaitu anak mengikuti kebiasaan makan teman sebaya atau orang-orang sekitar, suka makanan yang tak sesuai dengan usianya, menyukai serta menolak jenis makanan yang sama di waktu yang berbeda. Selain itu ada faktor lain yang mempengaruhi kelainan makan yaitu psikologis, sebab baik itu cara pengasuhan, lingkungan dan korelasi di dalam keluarga sangat mempengaruhi psikologis seorang anak, semakin baik korelasi keluarga seorang anak maka kemungkinan seorang anak mengalami masalah kesulitan makan karena gangguan psikologis juga semakin kecil.

Sikap sulit makan yang berat serta berlangsung lama berdampak negatif pada keadaan kesehatan anak, keadaan tumbuh kembang serta aktifitas sehari-harinya. Akibat jangka pendek untuk anak berperilaku sulit makan ialah anak menjadi apatis, mengalami gangguan bicara serta perkembangan. Sedangkan akibat jangka panjang adalah penurunan skor IQ, penurunan perkembangan kognitif serta penurunan *integrasi sensori*. oleh sebab itu, Bila sikap sulit makan dibiarkan begitu saja maka diprediksikan generasi penerus bangsa akan hilang karena keadaan gizi masyarakat adalah salah satu unsur utama pada penentuan keberhasilan pembangunan negara atau yang dikenal menjadi Human Development Indeks (HDI).

Picky eater pada anak merupakan masalah yang serius yang membutuhkan perhatian, karena dapat berakibat jangka panjang pada

pertumbuhan dan perkembangan. Dampak yang terjadi pada *picky eater* berpotensi mengalami defisiensi mikro makronutrien yang diperlukan oleh tubuh yang pada akhirnya mengalami pertumbuhan fisik yang ditandai dengan berat badan di bawah normal dan menghambat pertumbuhan IQ yang akan berdampak pada kecerdasan anak. Selain itu, *picky eating* yang ekstrem dapat mengakibatkan gagal tumbuh, penyakit kronis dan menyebabkan kematian jika tidak ditangani (Hananto, 2014).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar atau Riskesdas (2018) pada Jawa Timur , persentase gizi kurang serta gizi buruk pada Balita adalah 16,80%. Sedangkan berdasarkan hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) tahun 2017 yang diselenggarakan oleh Kementerian Kesehatan RI menyatakan bahwa masalah status gizi Balita di Indonesia yaitu terdapat 17,8% Balita dengan gizi kurang, 29,6% Balita pada kategori pendek, 9,5% Balita pada kategori kurus dan masih terdapat status gizi Balita gemuk yaitu sebanyak 4,6%.

Pertumbuhan anak ditentukan oleh sebab langsung yaitu konsumsi makanan dan infeksi, serta sebab tidak langsung mencakup ketahanan pangan keluarga, pola asuh anak, sanitasi lingkungan, serta pemanfaatan pelayanan kesehatan (Purnamasari, 2018). Pola pemberian makan pada Balita sangat berperan penting dalam proses pertumbuhan pada Balita, karena dalam makanan banyak mengandung gizi. Jika pola makan tidak tercapai dengan baik pada Balita maka pertumbuhan Balita akan terganggu, tubuh kurus, pendek bahkan bisa terjadi gizi buruk pada Balita (Mariyam & Purwani, 2013).

Agar kebutuhan gizi anak terpenuhi untuk pertumbuhan dan perkembangannya, anak harus memakan makanan yang beragam agar memperoleh beragam zat gizi yang diperlukan oleh tubuh. Agar anak suka dengan beragam jenis makanan, maka perlu memperkenalkan anak terhadap beragam jenis makanan. Memberikannya makanan yang bervariasi setiap hari dapat membantu anak untuk mengenal berbagai jenis makanan dan membuat pemilihan makanan anak menjadi lebih luas. Memberinya makanan yang itu-itu saja dapat mempersempit pemilihan makanan anak. Anak cenderung memilih dan menyukai makanan yang biasa anak makan. Oleh karena itu, ada baiknya selalu memperkenalkan makanan baru pada usia dini untuk mencegah anak agar tidak memilih-milih makanan atau *picky eater*. Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti ingin melakukan literatur review dengan judul “Asuhan Kebidanan pada Balita Usia 3-5 Tahun dengan Masalah *Picky Eating*”.

1.1. Rumusan Masalah

“Bagaimana asuhan kebidanan pada Balita usia 3-5 tahun dengan masalah pilih-pilih makan (*picky eating*) melalui *literature review*”

1.2. Tujuan Penelitian

1.2.1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran asuhan kebidanan pada Balita usia 3-5 tahun dengan masalah pilih-pilih makan (*picky eating*).

1.2.2. Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi faktor-faktor yang menyebabkan masalah *picky eating* pada Balita usia 3-5 tahun.
2. Mengidentifikasi penatalaksanaan *Picky Eating* pada Balita usia 3-5 tahun.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian pada laporan tugas akhir pada kasus ini adalah:

1.4.1. Manfaat Praktis

1. Bagi Penulis

Dapat menambah ilmu pengetahuan dan wawasan bagi penulis sehingga dapat mengaplikasikannya dalam memberikan asuhan kebidanan pada Balita dengan masalah pilih-pilih makan (*picky eating*).

2. Bagi Ibu dan Balita

Diharapkan dapat memberikan pengetahuan serta informasi tentang masalah pilih-pilih makan (*picky eating*).

1.4.2. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai penambahan, referensi ilmukesehatan khususnya ilmu kebidanan terkait gizi pada Balita.