

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Anak usia prasekolah merupakan anak yang berusia antara 3 hingga 6 tahun. Umumnya pada anak prasekolah mereka dapat menjadi pemilih makanan, hanya menyukai beberapa jenis makanan atau yang disiapkan dengan cara tertentu, dan mereka tidak terlalu ingin mencoba makanan baru (F. Wijayanti & Rosalina, 2018). Permasalahan makan pada anak prasekolah salah satunya ialah *picky eater*. Perilaku *picky eater* pada anak terutama usia prasekolah, merupakan hal yang umum dijumpai. Istilah *picky eater* sendiri bukan istilah yang lazim digunakan di Indonesia, sehingga banyak orang belum familiar mengenai masalah ini. Mayoritas orang tua menyadari kesulitan makan yang dialami buah hatinya, namun mereka belum memahami benar penyebab timbulnya kesulitan makan ini serta cara untuk mengatasinya (I. B. Wijayanti et al., 2020).

Perilaku *picky eater* merupakan sebuah fase perilaku makan yang umum ditemui pada anak (I. B. Wijayanti et al., 2020). *Picky eater* merupakan perilaku yang ditandai sebagai keengganan untuk mencoba makanan baru atau memiliki keyakinan sendiri terhadap makanan yang disukai dan hanya suka memilih kelompok makanan tertentu (Lukitasari, 2017). Anak dengan perilaku *picky eater* biasanya menghindari sebagian makanan berdasarkan warna, tekstur maupun bau (seperti sayur-sayuran, buah-buahan, dll) (F. Wijayanti & Rosalina, 2018).

Berdasarkan penelitian Saraswati (2012), prevalensi balita di Indonesia mengalami sulit makan sebesar 23,9% yang 45,5% diantaranya adalah *picky eater* pada anak usia prasekolah. Sementara dari hasil penelitian yang dilakukan Kesuma (2014), menunjukkan bahwa anak prasekolah yang mengalami perilaku *picky eater* sebanyak (35,4%). Penelitian ini didapatkan hasil bahwa terdapat (67,1%) anak menghabiskan makanan dalam waktu yang lama (lebih dari 30 menit), (49,4%) mereka tidak tertarik mencoba makanan baru, (48,1%) hanya menyukai makanan tertentu saja (Maharani, 2019). Selain itu dalam penelitian yang dilakukan oleh Joko Widodo di Jakarta tahun 2010, juga menyebutkan bahwa pada anak prasekolah usia 2-3 tahun, didapatkan prevalensi kesulitan makan sebesar 33,6%. Sebagian besar 79,2% telah berlangsung lebih dari 3 bulan (Astuti & Ayuningtyas, 2018).

*Picky eater* jika didiamkan berkelanjutan dapat menyebabkan ketidakadekuatan *intake* makanan yang dapat berujung pada terjadinya gangguan pertumbuhan anak. Anak yang mengalami *picky eater* lebih berisiko memiliki berat badan kurang dari rentang normal, terutama pada anak usia balita. Perilaku *picky eater* yang tidak diatasi sesegera mungkin bisa berakibat anak terbiasa memilih makanan yang dapat menyebabkan anak menjadi kekurangan asupan nutrisi sehingga dapat mempengaruhi status gizinya, serta juga dapat menggambarkan suatu pola pembatasan makanan yang mungkin dapat berlanjut dan berperan dalam gangguan perilaku makanan saat dewasa (Rahayu et al., 2016).

Anak-anak sama halnya dengan orang dewasa yaitu memiliki perilaku menyukai makanan tertentu yang disukai ataupun yang tidak disukainya. Pada

anak usia 2 hingga 3 tahun, prevalensi sekitar 20% anak termasuk *picky eater*. Anak biasanya tidak menyukai makanan yang terasa pahit maupun pedas dan masam (Astuti & Ayuningtyas, 2018). Anak pada usia tersebut lebih cenderung untuk memilih-milih makanan, padahal seharusnya di usia mereka harus lebih makan makanan beraneka ragam untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangannya. Kebiasaan makan makanan yang bergizi dan beraneka ragam pun sangat penting bagi perkembangan anak usia dini. Pada usia ini, segala sesuatu yang dimakan oleh anak mempengaruhi pertumbuhannya, seperti pertumbuhan kerangka tulang, bentuk fisik, dan kerentanan terhadap penyakit (Utami, 2016).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 10 Oktober 2021 di Posyandu Teratai 10 Desa Gedogwetan secara wawancara dan observasi, didapatkan hasil 3 dari 4 anak usia prasekolah mengalami kejadian *picky eater*. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengetahui serta melakukan penelitian tentang gambaran perilaku *picky eater* pada anak usia prasekolah di Posyandu Teratai 10 Desa Gedogwetan Kabupaten Malang.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan “Bagaimanakah Gambaran Perilaku *Picky Eater* pada Anak Usia Prasekolah di Posyandu Teratai 10 Desa Gedogwetan Kabupaten Malang?.

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi perilaku *picky eater* pada anak usia prasekolah dan ibu di Posyandu Teratai 10 Desa Gedogwetan Kabupaten Malang.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Menjadi sumber kajian ilmiah keperawatan dan dapat dijadikan sebagai sebuah landasan dalam pengembangan konsep pembelajaran tentang gambaran perilaku *picky eater* pada anak usia prasekolah.

#### **1.4.2 Manfaat Praktis**

##### **a. Bagi Penulis**

Agar penulis dapat menambah wawasan pengetahuan tentang perilaku *picky eater* pada anak usia prasekolah secara teori dan dapat melatih penulis dalam pembuatan Karya Tulis Ilmiah dengan baik dan benar.

##### **b. Bagi Institusi**

Agar dapat dijadikan bahan masukan untuk mengembangkan ilmu pengetahuan pada topik gambaran perilaku *picky eater* pada anak usia prasekolah, terutama bagi pembaca di perpustakaan Kampus Utama Poltekkes Kemenkes Malang.

##### **c. Bagi Responden**

Memberikan sumber informasi dan menambah pengetahuan tentang perilaku *picky eater* pada anak usia prasekolah.