BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Peningkatan status gizi masyarakat merupakan dasar pembentukan sumber daya manusia yang berkualitas. Upaya peningkatan status gizi tersebut pada hakikatnya harus dimulai sedini mungkin. Proses tumbuh kembang terjadi pada usia balita dimana proses tersebut menjadi periode yang sangat penting karena pada usia tersebut terjadi pertumbuhan dan perkembangan ukuran dan jumlah sel. Jika berat badan dan tinggi badan bertambah seiring usia, maka dapat digambarkan bahwa pertumbuhan itu baik (Soetjiningsih, 2013).

Makanan yang dikonsumsi dapat berpengaruh dalam status gizi. Anak yang mengkonsumsi makanan dengan kandungan gizi yang tidak cukup baik dapat menyebabkan daya tahan tubuh melemah dan mudah terserang penyakit (Waryana, 2010). Makan merupakan proses terpenting dalam tumbuh kembang seorang balita. Pada saat makan terjadi interaksi antara anak dengan orang tua (Sudjatmoko, 2011). Fenomena sulit makan pada balita sering menjadi masalah bagi orang tua atau pengasuh balita. Faktor kesulitan makan inilah yang sering dialami oleh usia balita (Mascola *et al,* 2010). Asupan zat gizi yang didapatkan dari makanan mempengaruhi proses tumbuh kembang pada balita. Makanan yang dikonsumsi setiap hari oleh manusia belum tentu memenuhi kecukupan akan zat gizi

sehingga perlu mengkonsumsi makanan dalam jumlah dan jenis yang beragam (Almatsier, 2008).

Menurut Cooke *et al* (2007) dalam penelitian Saraswati (2012), permasalahan kesulitan makan yang sering dialami pada usia balita adalah *picky eater*. Anak yang *picky eater* memiliki kebiasaan menolak makanan dan memilih-milih makanan sehingga akan menyebabkan asupan makan yang rendah dan akan berdampak pada status gizi (Wiliam & Marta, 2007). 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 dikonsumi dalam jumlah yang terbatas begitu pula dengan zat gizinya (Ekstein *et al*, 2010).

Picky eating merupakan salah satu dari permasalahan gangguan makan. Ciri khas dari *picky eater* adalah minimnya ketertarikan terhadap menu makanan yang umum ataupun untuk mencoba makanan yang baru, dikarenakan hanya tertarik terhadap menu makanan tertentu yang paling disukai (Taylor *et al*, 2015) dan berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Kusuma *et al* (2015) menyatakan bahwa balita yang berperilaku *picky eater* memiliki status gizi kurus lebih besar apabila dibandingkan dengan balita yang tidak berperilaku *picky eater*.

Menurut Dubois (2007) dan Wright (2008) dalam penelitian Anggraini (2014*), picky eater* terjadi pada usia balita dan beresiko dua kali lebih besar untuk mempunyai berat badan yang lebih rendah apabila dibandingkan dengan anak yang bukan *picky eater*. Selain itu anak yang *picky eater* (suka pilih-pilih makan) dalam waktu yang lama akan

mengalami gangguan pertumbuhan yang ditandai dengan berat badan dan tinggi badan kurang atau kesulitan untuk meningkatkan berat badan. Selain itu *picky eater* yang ditandai oleh asupan variasi makanan yang terbatas juga menyebabkan pertumbuhan dan perkembangan yang lambat.

Penelitian Saraswati (2012) menemukan bahwa anak yang mengalami *picky eater* lebih berisiko memiliki berat badan rendah, terutama pada anak usia balita. Perilaku *picky eater* yang tidak diatasi sedini mungkin bisa menyebabkan anak terbiasa pilih–pilih makanan dan bisa menyebabkan anak kekurangan asupan nutrisi sehingga dapat mempengaruhi status gizinya, selain itu dapat mengakibatkan tertanamnya pola pikir dalam memilih makanan hingga dewasa yang menyebabkan gangguan perilaku makan.

Status gizi merupakan suatu keseimbangan antara kebutuhan zat gizi dengan asupan makan yang dinyatakan menurut jenis dan berat keadaan gizi sehingga asupan zat gizi dapat mempengaruhi status gizi seseorang (Jellife, 1996 ; Beck 1993 ; Waspadji *et al*, 2003). Berdasarkan Riskesdas (2013) status gizi balita di daerah Jawa Tengah menurut indikator BB/U terdapat 3,86% kasus gizi kurang sedangkan untuk kasus gizi buruk menggunakan indikator BB/U dan BB/TB terdapat 0,30%. Dari hasil data Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo (2011) terdapat 2.258 balita di 12 Kecamatan wilayah Kabupaten Sukoharjo yang memiliki kasus gizi kurang, yaitu 4,06% dan terdapat 22 balita yang memiliki kasus gizi buruk, yaitu 0,04%.

Penelitian ini dilakukan di Kecamatan Mojolaban karena berdasarkan dari data Dinas Kesehatan tahun 2017 masih banyak yang mengalami kasus gizi kurang yang terdapat pada wilayah tersebut apabila dibandingkan dengan 11 wilayah Kecamatan yang lain di Kabupaten Sukoharjo. Kasus gizi kurang pada Kecamatan Mojolaban sebanyak 407 balita setara dengan 7,78%. Berdasarkan hasil penelitian pendahuluan yang dilakukan di salah satu posyandu Kelurahan Joho terdapat 18,8% balita yang mengalami gizi kurang.

Penelitian-penelitian yang telah dilakukan tersebut mendukung pendapat beberapa ahli mengenai anak yang berperilaku *picky eater* akan berdampak pada status gizi. Anak-anak yang *picky eater* cenderung mengalami gizi kurang karena asupan nutrisi yang menurun dan masih banyak ditemukan jumlah kasus gizi kurang yang ada di Kecamatan Mojolaban Kabupaten Sukoharjo. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti hubungan perilaku *picky eater* dengan status gizi pada balita usia 2-5 tahun.

B. Perumusan Masalah :

Berdasarkan latar belakang diatas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan perilaku *picky eater* dengan status gizi pada balita di Kecamatan Mojolaban Kabupaten Sukoharjo.

C. Tujuan Penelitian :

1. Tujuan Umum

   Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara perilaku *picky eater* dengan status gizi pada balita di desa Joho Kecamatan Mojolaban Kabupaten Sukoharjo.

2. Tujuan Khusus

   a. Mendeskripsikan perilaku *picky eater* pada balita di desa Joho Kecamatan Mojolaban Kabupaten Sukoharjo

   b. Mendeskripsikan status gizi balita di desa Joho Kecamatan Mojolaban Kabupaten Sukoharjo

   c. Menganalisis hubungan perilaku *picky eater* dengan status gizi pada balita di desa Joho Kecamatan Mojolaban Kabupaten Sukoharjo.

D. Manfaat Penelitian :

1. Bagi Orang Tua

   Penelitian ini bermanfaat untuk mendorong orang tua balita untuk lebih memperhatikan perilaku makan pada anak dalam hal peningkatan status gizi.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Sebagai bahan acuan atau referensi bagi penelitian selanjutnya.

3. Bagi Puskesmas

   Sebagai bahan referensi bagi petugas di Puskesmas sehingga pihak Puskesmas dapat memberikan informasi, arahan kepada masyarakat terkhusus untuk ibu balita agar lebih memperhatikan

perilaku makan dalam hal peningkatan status gizi, sehingga anak dapat tumbuh kembang secara optimal.