

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Anak usia dini diklasifikasikan sebagai anak yang berumur antara 0 hingga 6 tahun (Badan Pusat Statistik Indonesia, 2023). Rentang usia ini dikenal sebagai periode emas atau *golden age*, karena pada fase ini anak mengalami percepatan dalam proses tumbuh kembang, baik dari aspek fisik, motorik, koordinasi saraf, serta mobilitas anak semakin meningkat dan anak menjadi lebih aktif dalam melakukan aktivitas fisiknya. Oleh karena itu, pola makan anak harus yang kaya akan nutrisi seperti gandum, daging tanpa lemak, sayuran, susu yang sudah diolah serta buah-buahan agar kebutuhan gizi anak tercukupi (Hardiansyah & Supariasa, 2016).

Anak dengan usia 3-4 tahun sering menunjukkan perilaku pilih-pilih makanan. Namun seiring dengan bertambah usianya anak, perilaku tersebut mulai berkurang (Kyle & Carman, 2015). Anak dengan perilaku *picky eater*, ialah mereka yang lebih menyukai jenis makanan tertentu atau makanan yang diolah dan disajikan secara khusus. Perilaku *picky eater* dapat berupa penolakan mencoba makanan baru (*neophagophobia*), hanya memakan makanan yang disukai dengan variasi makanan yang sama, menutup mulut, membuang atau memuntahkan makanan yang tidak disukai, nafsu makan berkurang, merasa cepat kenyang dan durasi makan lama (F. Wijayanti & Rosalina, 2018). Serta anak sudah mulai menjadi konsumen aktif yang berkeinginan memilih sendiri makanan yang akan mereka makan, karena

itu *picky eater* dapat menjadi berkembangnya masalah kurang gizi yang nantinya dapat berakibat pada tumbuh dan kembang anak (Puspita et al., 2023). Sehingga kebiasaan makan yang baik harus diterapkan semenjak anak masih berusia dini (Qurotul et al., 2023)

Berdasarkan data dari sensus yang dilaksanakan oleh *World Health Organization* (WHO) menyebutkan, secara keseluruhan, sebanyak 149,2 juta balita tercatat mengalami hambatan pertumbuhan (stunting), 45,4 juta berada dalam kategori berat badan rendah, dan sekitar 38,9 juta tercatat mengalami berat badan berlebih (WHO, UNICEF, 2021). Secara umum, perilaku anak yang pilih-pilih makanan sangat beragam tetapi tetap menjadi perhatian khusus. Misalnya prevalensi di Taiwan, 72% anak menunjukkan perilaku *picky eater* (Chao & Chang, 2017). Sementara berdasarkan data penelitian yang dilakukan di Amerika menjelaskan bahwa tingkat prevalensi anak *picky eater* antara lain ditandai oleh rendahnya variasi dalam konsumsi makanan (58,1%), serta penolakan terhadap beberapa jenis makanan seperti daging, sayuran, buah-buahan, dan ikan 55,8%, kesukaan dengan metode pengolahan khusus 51,2% (Cerdasari et al., 2017).

Berdasarkan data dari *United Nations Children's Fund* (UNICEF) tahun 2016, sekitar 26,3% anak usia kurang dari 5 tahun di wilayah Asia Tenggara mengalami gangguan pertumbuhan, baik secara fisik maupun kognitif, serta tercatat mengalami malnutrisi sebesar 9,2%. Sementara itu, di London, sekitar 17% anak usia tiga tahun dilaporkan memiliki nafsu

makan rendah, dengan sekitar 12% di antaranya menunjukkan perilaku *picky eater*.

Di Indonesia sendiri, sebanyak 19,6% anak mengalami masalah gizi, yang terbagi menjadi 5,7% anak dengan kondisi gizi buruk dan 13,9% lainnya tergolong dalam kategori gizi kurang. (Risikesdas, 2018). Sementara itu, di Jawa Tengah sendiri didapatkan data dengan prevalensi gizi kurang dengan angka sebesar 12,9% dan 2,2% dengan status gizi buruk (Kemenkes, 2023).

*Picky eater* yang berlebihan dengan kondisi yang lama dapat menimbulkan efek merugikan pada aspek kesehatan, pertumbuhan, maupun perkembangan anak serta aktivitas mereka. Dampak jangka pendek dari anak pilih-pilih makan (*picky eater*) ialah mereka menjadi apatis, gangguan bicara dan keterlambatan pertumbuhan dan perkembangan anak. Sementara itu, dampak jangka panjang pada anak dengan pilih-pilih makan (*picky eater*) ialah dapat terjadi penurunan IQ (*Intelligence Quotient*), penurunan integrasi sensorik dan penurunan perkembangan kognitif anak (Simamora & Siallagan, 2019)

*Picky eater* dapat terjadi karena berbagai faktor penyebabnya, diantara faktor tersebut dapat berupa pola asuh, kualitas interaksi antara ibu dengan anak, MPASI, kebiasaan saat makan, pemberian ASI eksklusif, serta aspek psikologis dan aspek fisik anak. Gaya pengasuhan orang tua atau pola asuh sendiri dapat berdampak kepada anak menjadi *picky eater*. (Pangestuti & Prameswari, 2021). Jika pola asuh tidak tepat dapat menyebabkan anak

mengalami gangguan psikologis hingga berdampak pada perilaku makan sang anak (Riswan & Yunitasari, 2020).

Pola asuh umumnya dibagi menjadi tiga jenis, yaitu pola asuh demokratis, otoriter, dan permisif. Demokratis menekankan pada kepentingan anak sebagai hal yang paling penting, tetapi tetap disertai kontrol dan batasan yang diberikan oleh ayah dan ibu. Di sisi lain, otoriter dicirikan oleh penerapan aturan yang tegas dan harus dipatuhi oleh anak. Berbeda halnya dengan permisif, di mana orang tua cenderung memberikan keleluasaan seluas-luasnya bagi anak dan lebih mengikuti keinginan sang anak. (Affrida, 2017).

Menurut hasil penelitian oleh (Lukitasari, 2020) sebagian orang tua yang menggunakan pola asuh otoriter dan permisif memiliki anak dengan perilaku *picky eater*. Sedangkan menurut hasil penelitian (Hayati & Amran, 2022) dijumpai anak berperilaku *picky eater* dengan orang tua berpola asuh permisif.

Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di Kelompok Bermain (KB) Mutiara Bangsa Purwodadi, diperoleh hasil wawancara 4 dari 6 responden (orang tua) mengatakan anak suka menolak untuk makan apabila yang disajikan bukanlah menu kesukaannya. Dalam menyikapi hal tersebut, orang tua seringkali memaksa anaknya untuk makan apa yang sudah disediakan tanpa menuruti keinginan anaknya, namun sebagian orang tua menuruti semua permintaan anaknya agar anak bersedia untuk makan.

Berdasarkan latar belakang diatas, serta melihat fenomena perilaku *picky eater* dan pola asuh yang diterapkan orang tua pada anak di Kelompok Bermain (KB) Mutiara Bangsa Purwodadi, sehingga peneliti berkeinginan untuk melaksanakan penelitian mengenai hubungan pola asuh orang tua dengan perilaku pilih-pilih makanan (*picky eater*) pada anak di Kelompok Bermain (KB) Mutiara Bangsa Purwodadi.

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimanakah hubungan pola asuh orang tua dengan perilaku pilih-pilih makanan (*picky eater*) pada anak usia 3-4 tahun di Kelompok Bermain (KB) Mutiara Bangsa Purwodadi?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan pola asuh orang tua dengan perilaku pilih-pilih makanan (*picky eater*) pada anak usia 3-4 tahun di Kelompok Bermain (KB) Mutiara Bangsa Purwodadi.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi pola asuh orang tua dengan anak pilih-pilih makanan (*picky eater*) pada usia 3-4 tahun di Kelompok Bermain (KB) Mutiara Bangsa Purwodadi.
- b. Mengidentifikasi perilaku pilih-pilih makanan (*picky eater*) pada anak usia 3-4 tahun di Kelompok Bermain (KB) Mutiara Bangsa Purwodadi.

- c. Menganalisa hubungan pola asuh orang tua dengan perilaku pilih-pilih makanan (*picky eater*) pada anak usia 3-4 tahun di Kelompok Bermain (KB) Mutiara Bangsa Purwodadi.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat Teoritis**

Studi ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu pengetahuan terkait hubungan pola asuh orang tua dengan perilaku pilih-pilih makanan (*picky eater*) pada anak usia 3-4 tahun.

##### **2. Manfaat Praktis**

###### **a. Untuk Peneliti**

Penelitian ini menyediakan wawasan mengenai bagaimana pola asuh orang tua yang memengaruhi perilaku pilih-pilih makanan (*picky eater*).

###### **b. Untuk Orang tua**

Penelitian ini membantu orang tua memiliki wawasan yang cukup tentang pentingnya pola asuh yang mendukung perkembangan anak dalam membentuk kebiasaan makan anak, termasuk mengurangi kebiasaan pilih-pilih makan (*picky eater*).

###### **c. Untuk Pembaca**

Penelitian ini diharapkan mampu menambah pemahaman serta memberikan kontribusi berupa gambaran bagaimana cara mengasuh anak dengan perilaku pilih-pilih makanan (*picky eater*).

## E. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan terkait penelitian meliputi:

Tabel 1. 1 Sistematika Penulisan Penelitian

| BAB     | Konsep Pengambilan Data                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|---------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| BAB I   | Pendahuluan berisi tentang latar belakang, perumusan masalah, tujuan penulisan, manfaat, sistematika penulisan dan penelitian terkait.                                                                                                                                                                                                                          |
| BAB II  | Tinjauan Pustaka konsep teori yang berhubungan dengan tema penelitian / variabel dalam penelitian serta kerangka teori dalam penelitian.                                                                                                                                                                                                                        |
| BAB III | Metodologi Penelitian berisi tentang variable penelitian, kerangka konsep dan hipotesis, konsep metodologi mulai dari jenis, design dan rancangan penelitian, populasi, sampel, tempat dan waktu penelitian, definisi operasional, metode pengumpulan data, instrumen penelitian, uji instrumen, pengolahan data dan analisa data serta etika dalam penelitian. |
| BAB IV  | Hasil penelitian berisi tentang hasil penelitian termasuk hasil analisa data penelitian (hasil uji statistik).                                                                                                                                                                                                                                                  |
| BAB V   | Pembahasan berisi tentang pembahasan hasil dan keterbatatasan penelitian.                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| BAB VI  | Penutup, berisi tentang simpulan dan saran yang dapat peneliti berikan dari hasil penelitian.                                                                                                                                                                                                                                                                   |

## F. Penelitian Terkait

1. Berdasarkan penelitian Depi Lukitasari (2020) berjudul Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Perilaku Picky Eater Pada Anak Usia Prasekolah, digunakan desain penelitian cross-sectional. Populasi dalam studi ini adalah ibu yang memiliki anak usia prasekolah sebanyak 74 orang, dengan teknik total sampling. Menurut hasil penelitian, diketahui bahwa sebanyak 30 responden (65,2%) menerapkan pola asuh

demokratis, dan anak-anak mereka tidak memperlihatkan perilaku pilih-pilih makanan (*picky eater*). Berdasarkan hasil analisis data menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat signifikansi  $\alpha = 0,041$ , maka  $H_0$  ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua dengan kejadian *picky eater* pada anak usia prasekolah (Lukitasari, 2020).

2. Berdasarkan penelitian Zulfa Rufaida (2018) berjudul Pola Asuh Dengan Terjadinya Picky Eater (Pilih-Pilih Makanan) Pada Anak Usia 3-6 Tahun di Dusun Sumberaji, Desa Karangjeruk, Kecamatan Jatirejo, Kabupaten Mojokerto menggunakan desain cross-sectional. Penelitian ini melibatkan populasi ibu yang memiliki anak berusia 3 hingga 6 tahun, dengan jumlah sampel sebanyak 41 responden. Temuan penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden, yaitu 22 orang (64,7%), menerapkan pola asuh demokratis. Meskipun demikian, anak-anak mereka tetap menunjukkan perilaku pilih-pilih makanan (*picky eater*). Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji *Fisher Exact Test*, diperoleh nilai exact sig sebesar 0,401. Nilai tersebut menunjukkan bahwa  $H_0$  diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh dan kejadian perilaku *picky eater* pada anak usia 3–6 tahun (Rufaida & Lestari, 2018).
3. Berdasarkan penelitian Fitria Wahyu Ariyanti (2023) dengan judul Faktor yang Berhubungan dengan *Picky Eating* pada Anak Usia Prasekolah, menggunakan rancangan penelitian hubungan korelasional.

Populasi dalam studi ini terdiri dari 72 orang tua, dengan jumlah sampel sebanyak 51 orang yang dipilih melalui teknik *proportionate stratified random sampling*. Hasil analisis menyatakan bahwa tidak ditemukan kaitan yang signifikan antara pemberian ASI eksklusif dan perilaku pilih-pilih makanan pada anak prasekolah, sebagaimana ditunjukkan oleh nilai  $p$  sebesar 0,590. Sebaliknya, ditemukan korelasi yang signifikan antara gaya pengasuhan orang tua ( $p < 0,001$ ) dan kebiasaan makan orang tua ( $p = 0,006$ ) dengan kemunculan perilaku pilih-pilih makanan pada anak usia prasekolah. Hal ini menunjukkan bahwa riwayat pemberian ASI eksklusif bukan satu-satunya penyebab anak mengalami *picky eater*. Penerapan gaya pengasuhan demokratis dan kebiasaan makan sehat dari orang tua terbukti tidak menyebabkan timbulnya perilaku tersebut. Oleh karena itu, orang tua disarankan untuk menggunakan pola asuh demokratis serta memberikan contoh perilaku makan yang positif guna mencegah anak mengalami kebiasaan pilih-pilih makanan (Fitria Wahyu Ariyanti, Atikah Fatmawati, 2023).

4. Berdasarkan penelitian Susani Hayati (2022) berjudul Analisis Pola Asuh Orang Tua Dengan Perilaku *Picky Eater* Pada Anak Prasekolah, dengan pendekatan *cross-sectional*. Studi ini melibatkan seluruh orang tua yang menjadi bagian dari TK Aisyiyah 7 Pekanbaru, dengan total partisipan sebanyak 48 orang. Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa mayoritas orang tua di TK tersebut cenderung menerapkan pola asuh permisif, dan sejumlah anak mereka menunjukkan kecenderungan

perilaku *picky eater*. Uji statistik menghasilkan nilai  $p$  sebesar 0,029, yang lebih kecil daripada tingkat signifikansi yang ditetapkan ( $\alpha = 0,05$ ). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola pengasuhan orang tua dan kecenderungan perilaku *picky eater* pada anak usia prasekolah (Hayati & Amran, 2022).

5. Berdasarkan penelitian Noor Maziyati Nida (2021) yang berjudul Pengaruh Pola Asuh terhadap Perilaku Makan Anak Usia 4–6 Tahun menggunakan desain *cross-sectional* dan dilakukan di beberapa Taman Kanak-Kanak di Semarang, dengan melibatkan orang tua dan anak usia 4–6 tahun sebagai subjek penelitian. Sampel penelitian dipilih dengan teknik consecutive sampling, melibatkan total 153 responden. Dari total tersebut, sebanyak 125 anak (82,4%) berada dalam pengasuhan dengan pola demokratis, 18 anak (11,1%) diasuh secara otoriter, dan 10 anak (6,5%) diasuh dengan pendekatan permisif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 72,5% anak termasuk dalam kategori penyuka makanan, sedangkan sisanya, yaitu 27,5%, cenderung menghindari makanan tertentu. Analisis data menunjukkan adanya korelasi yang sangat lemah antara pola asuh demokratis dan perilaku makan anak ( $r = 0,197$ ;  $p = 0,013$ ), serta antara pola asuh permisif dan perilaku makan anak ( $r = 0,189$ ;  $p = 0,017$ ). Sementara itu, tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara pola asuh otoriter dan perilaku makan. Temuan ini mengisyaratkan bahwa pola asuh demokratis dan permisif memiliki

pengaruh terhadap perilaku makan anak, sedangkan pola otoriter tidak menunjukkan hubungan yang berarti (Nida & Hartanto, 2021).

Perbedaan dari penelitian dilakukan oleh peneliti dengan judul "Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Perilaku Pilih-Pilih Makanan (Picky Eater) Pada Anak Usia 3–4 Tahun di Kelompok Bermain (KB) Mutiara Bangsa Purwodadi" terletak pada metode pengambilan sampel. Penelitian ini menggunakan pendekatan *non-probability sampling* dengan teknik *purposive sampling* dalam menentukan sampel penelitian. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki perbedaan yang jelas dibandingkan lima penelitian sebelumnya, baik dari segi judul, lokasi pelaksanaan, karakteristik responden, maupun metode sampling yang digunakan.