

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Usia anak Sekolah Dasar (SD) diantaranya adalah anak dengan usia 7 hingga 12 tahun. Usia ini merupakan kelompok usia yang masih mengalami tumbuh kembang dan memerlukan kebutuhan gizi yang cukup dan sesuai untuk menunjang tumbuh kembang mereka, namun pada masa ini anak-anak memiliki kebiasaan makan yang kurang baik sehingga banyak kebutuhan zat gizi yang tidak dapat terpenuhi dengan optimal. Asupan zat gizi yang tidak tepat pada masa kanak-kanak dapat mengakibatkan berbagai permasalahan gizi dan berdampak pada prestasi belajar mereka (Marisa, 2014).

Permasalahan gizi pada anak SD biasanya diawali dengan asupan makanan dibawah dari kebutuhan angka kecukupan gizi (AKG). AKG untuk anak sekolah dengan rentan usia 7 hingga 12 tahun adalah untuk laki-laki 1850 hingga 2100 kkal, sedangkan perempuan memiliki kebutuhan sebesar 1850 hingga 2000 kkal. Selain itu, prevalensi kurang makan buah dan sayur pada anak usia ≥ 10 tahun di Indonesia sebesar 93,6% (Riskesdas, 2013). Anak sekolah juga masih tergolong melakukan aktivitas fisik yang rendah, hal ini dikarenakan anak lebih suka bermain dirumah dengan memainkan *game online*, *gadget*, televisi atau terbatasnya lapangan disekitar rumah dan sekolah untuk bermain. Menurut survei BPOM tahun 2013, kebiasaan konsumsi jajanan anak sekolah menyumbang 31,1% energi dan 27,4% protein yang dapat mempengaruhi asupan makannya (Hardinsyah, *et al.*, 2017). Hal ini menjadi kebiasaan anak dalam memilih-milih makanan sehingga variasi makanan yang dikonsumsi menjadi kurang terpenuhi (Marisa, 2014).

Gangguan makan atau memilih-milih makanan (*picky eater*) adalah suatu fase dimana gangguan perilaku makan pada anak yang berhubungan dengan masa tumbuh kembangnya, yang ditandai dengan keengganan anak mencoba makanan baru (neofobia); pembatasan jenis makanan tertentu, terutama buah dan sayur; secara ekstrim, menyukai dan tidak menyukai makanan tertentu; nafsu makan fluktuatif; dan dalam kondisi ekstrim tidak tertarik terhadap makanan (Saraswati, 2012).

Picky eater merupakan masalah pada anak yang perlu diperhatikan baik oleh orang tua maupun praktisi kesehatan, karena *picky eater* pada anak memiliki efek yang merugikan, baik bagi pengasuh ataupun anak. Efek merugikan dapat berupa penambahan berat badan yang tidak sesuai, defisiensi zat gizi yang penting seperti protein, lemak dan karbohidrat, serta pengurangan variasi asupan makan. Jika tidak ditangani dengan benar dalam jangka waktu lama dapat menimbulkan kegagalan tumbuh serta keterlambatan dalam pertumbuhan dan perkembangan (Priyanti, 2013).

Menurut Xue, *et al.* (2015), mengatakan bahwa anak-anak di China yang berusia 7 – 12 tahun sebanyak 59% dilaporkan masuk ke dalam kategori ‘agak pemilih’ dan ‘selalu pilih-pilih’ ketika mereka mengonsumsi makanan. Temuan umum yang ditemukan pada anak-anak *picky eater* adalah kurangnya konsumsi buah dan sayur dalam jumlah yang sudah ditetapkan. Selanjutnya, penelitian di Amerika menunjukkan bahwa prevalensi sulit makan pada anak pra sekolah terkait *picky eater* antara lain kurangnya variasi pangan (58,1%), penolakan pada sayur, buah, daging, dan ikan (55,8%), dan kesukaan pada metode pemasakan tertentu sebesar 51,2% (Taylor,*et al.*, 2015).

Penelitian yang dilakukan oleh Nancy L. Zucker di kota Durham, Inggris yang diterbitkan 3 Agustus 2015 di Jurnal Pediatrics, lebih dari 20 persen anak-anak adalah pemakan selektif dan hampir 18 persen dari mereka digolongkan cukup pilih-pilih makanan. Prevalensi *picky eater* di Indonesia terjadi pada anak sekitar 20%, dari anak *picky eater* 44,5% mengalami malnutrisi ringan sampai sedang dan 79,2% dari subjek penelitian telah mengalami *picky eater* lebih dari 3 bulan (Utami, 2016). Penelitian sebelumnya juga telah dilakukan oleh Ihsan, Muhammad (2017), pada siswa-siswi Madrasah Aliyah Al-Falah Jakarta Barat didapatkan anak dengan kejadian gangguan makan sebesar 20,8% atau 25 responden dari 120 orang, dimana 20,8% responden yang dengan gangguan makan terdapat 44% laki-laki dan 56% perempuan. Jadi, dapat disimpulkan bahwa faktor penyebab anak mengalami gangguan makan salah satunya adalah sifat *picky eater*.

Kejadian *picky eater* dapat berawal dari pola makan ibu yang kurang baik sehingga semakin bervariasi makanan ibu, maka anak akan semakin mudah

menerima berbagai macam makanan. Sebaliknya, ibu dengan kebiasaan makan yang buruk juga akan mendapati anaknya lebih suka mengonsumsi makanan serupa. Cara ibu dalam memberikan makan juga memiliki pengaruh pada perilaku makan anak. Tekanan yang diberikan ibu atau pengasuh dalam memberikan makan dapat menyebabkan anak menjadi *picky eater*. Pola pemberian makan pada awal kehidupan juga sangat berpengaruh pada perilaku makan anak selanjutnya (Taylor, *et al.*, 2015).

Pendidikan dalam suatu keluarga khususnya ibu merupakan faktor penting dalam tumbuh kembang anak, karena dengan pendidikan yang baik makan ibu dapat menerima segala informasi dari luar terutama cara pengurusan anak yang baik. Semakin tinggi pendidikan orang tua, maka semakin tinggi pula pengetahuan orang tua mengenai gizi. Tingginya pendidikan orang tua ini dapat meningkatkan status perekonomian dalam suatu keluarga. Tingkat pendapatan keluarga cukup dominan dalam memengaruhi konsumsi pangan. Meningkatnya pendapatan akan meningkatkan peluang untuk membeli pangan dengan kualitas dan kuantitas yang lebih baik, sebaliknya rendahnya pendapatan dalam suatu keluarga akan menyebabkan menurunnya daya beli pangan baik secara kualitas maupun kuantitas. Jadi pendapatan merupakan faktor yang penting untuk menentukan kualitas dan kuantitas bahan makanan yang tersedia dirumah. (Kusumawardhani, *et al.*, 2013).

Pemberian air susu ibu (ASI) eksklusif sampai 6 bulan, dapat mengurangi kemungkinan anak menjadi *picky eater*. Makanan pendamping ASI (MP-ASI) hendaknya diberikan tidak terlalu dini ataupun terlambat. Pemberian MP-ASI sebelum 6 bulan, akan meningkatkan risiko anak menjadi *picky eater* sebesar 2,5 kali. Idealnya variasi makanan padat hendaknya dikenalkan pada rentang usia 6-9 bulan karena anak akan menjadi lebih pemilih apabila makanan dikenalkan saat usianya lebih dari 9 bulan. Masalah makan pada anak dapat berakibat jangka panjang pada pertumbuhan dan perkembangan (Sakti, *et al.*, 2013).

Anak *picky eater* akan mendapatkan zat gizi dari makanan yang terbatas dalam hal variasinya sehingga berpotensi mengalami kekurangan gizi dan risiko lebih besar pada usia kurang dari 3 tahun. Penelitian yang dilakukan di Kanada juga menemukan bahwa *picky eater* memiliki risiko 2 kali lebih besar untuk

menjadi *underweight* pada usia 4,5 tahun dibandingkan anak yang tidak pernah menjadi *picky eater*. *Underweight* akan mengganggu perkembangan kecerdasan, proses belajar, lebih rentan terhadap infeksi, meningkatkan keparahan penyakit, hingga meningkatkan mortalitas (Priyanti, 2013).

Menurut Worthington (2000), pola asupan makan dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor eksternal dan internal. Faktor eksternal terdiri dari IMT (Indeks Massa Tubuh), umur, jenis kelamin, pengetahuan gizi, keyakinan, nilai dan norma, pemilihan dan arti makanan, kebutuhan fisiologis tubuh, *body image/citra* diri, konsep diri, perkembangan psikososial, kesehatan (riwayat penyakit) dan faktor eksternal yang meliputi tingkat ekonomi keluarga, pekerjaan, pendidikan orang tua, sosial dan budaya, peran orang tua, teman sebaya, pengalaman individu, pengaruh media (Putri, 2015).

Hasil survei yang telah dilakukan kepada 20 dari 46 siswa-siswi kelas IV dan V di SD Juara Jakarta Barat, didapatkan 39,13% siswa-siswi mengalami kejadian *picky eater*. Hal ini menunjukkan bahwa di SD Juara ditemukan siswa-siswi mengalami kejadian *picky eater*. Berdasarkan fenomena yang terjadi mengenai *picky eater* pada anak sekolah dasar serta beberapa hasil penelitian diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti mengenai “Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian *Picky Eater* pada Anak Siswa-Siswi Kelas IV dan V di SD Juara Jakarta Barat Tahun 2018”.

B. Identifikasi Masalah

Picky eater merupakan permasalahan makanan yang berkaitan dengan kemauan anak untuk mencoba rasa baru dan jenis kelompok makanan yang diterimanya. Umumnya, istilah *picky eater* digunakan untuk menggambarkan anak yang membatasi pilihan makanan, enggan mencoba makanan baru, menghindari sama sekali jenis makanan tertentu, dan memiliki preferensi yang kuat terhadap makanan tertentu, termasuk teknik penyajian dan persiapannya.

Anak sekolah dengan sifat memilih-milih makanan akan memengaruhi status gizinya. Status gizi anak sekolah yang tergolong kurus ataupun lebih sangat berdampak pada kesehatannya di masa mendatang. Ada beberapa faktor yang memengaruhi seorang anak memilih-milih makanan yang akan dikonsumsinya yaitu keluarga, lingkungan dan kebiasaan yang sulit untuk dirubah.

C. Pembatasan Masalah

Agar penelitian lebih fokus dan tidak meluas dari pembahasan maka peneliti memberikan batasan masalah pada responden *picky eater* di SD Juara Jakarta Barat Tahun 2018, hal ini dikarena faktor-faktor yang melatarbelakangi kejadian *picky eater* terlalu luas dan membutuhkan waktu yang lama untuk diteliti. Batasan lain yang juga akan di hubungkan adalah karakteristik responden yang terdiri dari usia, jenis kelamin, pendidikan ibu dan pendapatan orang tua.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan data yang didapat masih terjadinya peningkatan masalah anak sekolah dengan sifat memilih-milih makanan yang tiap tahunnya yang berakibat masalah gizi jangka panjang, sehingga berkaitan dengan faktor-faktor yang memengaruhi kejadian *picky eater* pada siswa-siswi kelas IV dan V di SD Juara Jakarta Barat Tahun 2018.

E. Tujuan

1. Tujuan Umum

Diketahui faktor-faktor yang memengaruhi kejadian *picky eater* pada siswa-siswi kelas IV dan V di SD Juara Jakarta Barat Tahun 2018.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui karakteristik responden pada siswa-siswi kelas IV dan V di SD Juara Jakarta Barat Tahun 2018.
- b. Diketahui pendidikan ibu pada siswa-siswi kelas IV dan V di SD Juara Jakarta Barat Tahun 2018.
- c. Diketahui pendapatan orang tua pada siswa-siswi kelas IV dan V di SD Juara Jakarta Barat Tahun 2018.
- d. Diketahui riwayat ASI-Eksklusif pada siswa-siswi kelas IV dan V di SD Juara Jakarta Barat Tahun 2018.
- e. Diketahui riwayat MP-ASI pada siswa-siswi kelas IV dan V di SD Juara Jakarta Barat Tahun 2018.
- f. Diketahui pengetahuan anak tentang gizi pada siswa-siswi kelas IV dan V di SD Juara Jakarta Barat Tahun 2018.
- g. Diketahui kejadian *picky eater* pada siswa-siswi kelas IV dan V di SD Juara Jakarta Barat Tahun 2018.

- h. Diketahui tingkat kecukupan energi pada siswa-siswi kelas IV dan V di SD Juara Jakarta Barat Tahun 2018.
- i. Menganalisis pendidikan ibu dengan kejadian *picky eater* pada siswa-siswi kelas IV dan V di SD Juara Jakarta Barat Tahun 2018.
- j. Menganalisis pendapatan orang tua dengan kejadian *picky eater* pada siswa-siswi kelas IV dan V di SD Juara Jakarta Barat Tahun 2018.
- k. Menganalisis pengetahuan anak tentang gizi dengan kejadian *picky eater* pada siswa-siswi kelas IV dan V di SD Juara Jakarta Barat Tahun 2018.
- l. Menganalisis riwayat ASI-Eksklusif gizi dengan kejadian *picky eater* pada siswa-siswi kelas IV dan V di SD Juara Jakarta Barat Tahun 2018.
- m. Menganalisis riwayat MP-ASI dengan kejadian *picky eater* pada siswa-siswi kelas IV dan V di SD Juara Jakarta Barat Tahun 2018.
- n. Menganalisis kejadian *picky eater* dengan tingkat kecukupan energi pada siswa-siswi kelas IV dan V di SD Juara Jakarta Barat Tahun 2018.

F. Manfaat Penelitian

1. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi pihak sekolah mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kejadian *picky eater* pada anak sekolah dasar.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai literatur perpustakaan dan informasi ilmiah yang kedepannya dapat di kaji dan di kembangkan lagi oleh mahasiswa Universitas Esa Unggul.

3. Bagi Peneliti

Menambah informasi dan pengetahuan mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kejadian *picky eater*.

G. Keterbaruan Penelitian

Tabel 1.1 Keterbaruan Penelitian

No	Nama	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Hasil
1.	Carissa Cerdasari (2016)	Tekanan untuk makan dengan kejadian <i>picky eater</i> pada anak usia 2-3 tahun	Mengetahui hubungan variasi pangan ibu, praktik pemberian makan saat bayi, dan tekanan untuk makan dengan kejadian <i>picky eater</i> pada anak usia 2-3 tahun	Pada penelitian <i>cross-sectional</i> ini, ibu (n=141) dari anak usia 2-3 tahun direkrut dari 26 posyandu di Puskesmas Gamping II Tahun 2015	Tekanan untuk makan secara signifikan berhubungan dengan kejadian <i>picky eater</i> pada anak (p 0,05). Pada anak <i>picky eater</i> terdapat kecenderungan riwayat ASI saja yang lebih singkat, usia pengenalan MP-ASI yang lebih lambat, variabilitas pangan usia dini yang lebih sedikit, dan tekanan untuk makan yang lebih tinggi, tetapi tidak ditemukan hubungan yang bermakna (p > 0,05)
2.	Fitria Budi Utami (2016)	<i>Picky eater</i> pada anak kota: studi kasus anak usia 3-4 tahun	Untuk memperoleh gambaran <i>picky eater</i> pada anak kota usia 3-4 tahun di Kelas Nursery B TK Ananda Islamic School bulan Januari–Maret 2015	Penelitian ini menggunakan metode kualitatif yang bersumber pada pendekatan studi kasus	Karakteristik perilaku <i>picky eater</i> yang tampak pada anak usia 3-4 tahun di kelas Nursery B TK Ananda Islamic School adalah anak selalu mengemut makanannya. Anak juga selalu membawa menu makanan yang sama setiap harinya untuk bekal makan. Anak menolak yaitu dengan cara selalu merengek dan bahkan menangis ketika akan mendapatkan menu makanan yang berbeda dari menu yang mereka sukai.
3.	Sasi Rahayu (2016)	Gambaran perilaku <i>picky eater</i> , pola makan dan status gizi anak autis di SLB negeri Semarang	Mengetahui gambaran perilaku <i>picky eater</i> dan pola makan dan status gizi anak autis	Rancangan penelitian <i>Cross Sectional Study</i> dengan jumlah sampel 30 orang	Sebanyak 100% sampel memiliki perilaku <i>picky eater</i> . Sebagian besar sampel memiliki pola makan buruk yaitu sebanyak 76,7%. Sampel yang memiliki status gizi kurang sebesar 30%, status gizi normal sebesar 46,7% dan status gizi lebih sebesar 23,3%

No	Nama	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Hasil
4.	Caroline M. Taylor, Susan M. Wernimon t, Kate Northstone, Pauline M. Emmett (2015)	<i>Picky / rewel makan pada anak-anak: Review definisi, penilaian, prevalensi dan asupan makanan</i>	Mengidentifikasi metode yang telah digunakan untuk menilai makanan pilih-pilih	Penggunaan subskala dalam kuesioner yang divalidasi, seperti kuesioner perilaku makan anak-anak dan kuesioner pemberian makan anak serta pertanyaan spesifik studi.	Ada sedikit konsensus mengenai definisi makan pilih-pilih, atau pada pilihan alat penilaian. Hal ini menyebabkan variasi yang luas laporan tentang prevalensi makan pilih-pilih. Ada banyak daerah di Indonesia penelitian yang masih perlu diatasi termasuk terkait hasil kesehatan.
5.	Niken Damayanti (2015)	Hubungan peran orang tua dengan perilaku <i>picky eater</i> pada balita di posyandu Rw 1 Notoprajan Wilayah Kerja Puskesmas Ngampilan Yogyakarta	Untuk mengetahui Hubungan peran orang tua dengan perilaku <i>picky eater</i> pada balita	Penelitian ini menggunakan metode analitik deskriptif korelasi, dengan pendekatan <i>cross sectional</i>	Hasil uji normalitas terdistribusi normal, dengan hubungan menunjukkan bahwa antara peran orang tua dengan perilaku <i>picky eater</i> pada balita terdapat hubungan nilai p-value ($p < 0,05$)
6.	Nurun Ayati Khasanah (2014)	Hubungan sikap ibu tentang kesulitan makan dengan status gizi anak usia pra sekolah (3-6 tahun) di Desa Wonosari Ngoro Mojokerto	Mengetahui hubungan sikap ibu mengenai kesulitan makan dengan status gizi anak usia pra sekolah	Penelitian ini menggunakan <i>probability sampling</i> tipe <i>simple random sampling</i> dengan jumlah anak 51 orang	Hasil penelitian menyatakan sebagian besar responden memiliki sikap negatif tentang kesulitan makan pada anak dan ada hubungan mengenai sikap ibu tentang kesulitan makan dengan status gizi anak.

No	Nama	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Hasil
7.	Niken Kusumawardhani, Windhu Purnomo, Rachmat Hargono, Siti Nurul Hidayati, Martono Tri Utomo, Sri Andari (2013)	Determinan “ <i>Picky Eater</i> ” (pilih-pilih makanan) pada anak usia 1-3 tahun (studi di Wilayah Kerja Puskesmas Jabon Sidoarjo)	Untuk mengetahui determinan <i>picky eater</i> pada anak usia 1-3 tahun di wilayah kerja puskesmas jabon sidoarjo	Penelitian ini bersifat analitik dengan pendekatan <i>case control</i> .	Hasil penelitian menunjukkan bahwa penyakit yang diderita anak 3 bulan terakhir, interaksi antara ibu dan anak yang kurang baik, perilaku makan orang tua yang suka memilih-milih, tidak diberikan ASI-Eksklusif selama 6 bulan, pemberian MP-ASI kurang dari atau lebih 6 bulan, anak yang diasuh oleh orang lain selain orang tuanya, terdapat pantangan makan pada sosial budaya, frekuensi makan yang tidak sesuai, waktu makan yang kurang tepat dan cara pemberian makan yang kurang baik.
8.	Sari Priyanti (2013)	Pengaruh perilaku makan orang tua terhadap kejadian <i>picky eater</i> (pilih-pilih makanan pada anak toddler di Desa Karang Jeruk Kecamatan Jatirejo Mojokerto	Untuk mengetahui Perilaku makan orang tua terhadap kejadian <i>picky eater</i> pada anak toddler di Desa Karang Jeruk Kecamatan Jatirego Mojokerto	Populasi dalam penelitian ini semua anak berusia 1-3 tahun di Posyandu Desa Karang Jeruk pada bulan Oktober 2013 data dianalisis dengan uji <i>chi square</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku makan orang tua yang suka memilih-milih makan, berpengaruh terhadap <i>picky eater</i> dengan $p = 0,008 < 0,05$ sehingga ada pengaruh perilaku makan orang tua terhadap <i>picky eater</i> , dengan OR = 10,1 (CI 95% = 1,838-55,330) yang berarti kemungkinan pada anak yang perilaku makan orang tuanya memilih-milih makanan berisiko mengalami <i>picky eater</i> 10,1 kali lebih besar dibandingkan dengan anak yang mempunyai orang tua yang tidak memilih-milih makanan

No	Nama	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Hasil
9.	Dian Putri Mumpuni Sarawati (2012)	Karakteristik perilaku <i>picky eater</i> yang tampak pada anak usia 3-4 tahun di kelas Nursery B TK Ananda Islamic School	Untuk mengetahui gambaran perilaku <i>picky eater</i> dan faktor yang melatarbelakangi di PAUD Kasih Ananda, Bekasi.	Metode Kualitatif, yang sebelumnya didahului dengan sebuah skrining sederhana dengan menggunakan kuesioner.	Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa perilaku <i>picky eater</i> yang umumnya ditemui pada anak di PAUD Kasih Ananda adalah memilih jenis makanan dan sulit dikenalkan pada makanan baru (neofobia).
10.	Nurjannah (2012)	Faktor-faktor yang berhubungan dengan terjadinya <i>picky eater</i> (sulit makan) pada anak balita di Tk Negeri Pembina Kecamatan Simpang Kabupaten Pidie Tahun 2012	Untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan terjadinya <i>picky eater</i> (sulit makan) pada anak Balita di TK Negeri Pembina Kecamatan Simpang Tiga Kabupaten Pidie Tahun 2013	Penelitian ini bersifat analitik dengan pendekatan <i>cross sectional</i> , Pengambilan sampel menggunakan tehknik achidental sampling terhadap 56 responden	Ada hubungan yang signifikan antara sulit makan pada anak dengan gangguan proses makan nilai p Value 0.000. sedangkan ditinjau dari faktor gangguan psikologis diketahui yaitu 3 orang (60,0%) sehingga memperlihatkan tidak ada hubungan yang signifikan antara sulit makan pada anak dengan hubungan anggota keluarga tidak harmonis p Value 0.101 .

Berdasarkan tabel di atas, yang membedakan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu adanya perbedaan antara lain variabel tingkat kecukupan energi dan zat gizi mikro anak, pengetahuan anak tentang gizi, lokasi penelitian dan instrumen penelitian yang akan dilakukan.