

BAB 1 : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anak usia prasekolah menurut Hurlock (2000) adalah mereka yang berusia 3-5 tahun yang juga disebut periode masa keemasan (*the golden age*).⁽¹⁾ Sejalan dengan ini, Wong (2008) juga mengelompokkan anak prasekolah merupakan anak usia 3-5 tahun dengan kestabilan sebagian besar sistem tubuh serta kemampuan menyesuaikan diri dengan adanya tekanan/stress.⁽²⁾ Sedikit berbeda dengan ahli sebelumnya, Soetjiningsih (2014) mengungkapkan anak prasekolah merupakan anak yang berusia antara 3-6 tahun, dimana kecepatan pertumbuhan bersifat lambat dan berlangsung stabil. Pada masa ini pula terjadi peningkatan keterampilan dan proses berpikir anak, serta bertambahnya aktivitas fisik.⁽³⁾

Pada usia prasekolah anak mengalami perkembangan psikis yaitu lebih mengekspresikan emosi, mandiri, autonom, serta dapat berinteraksi dengan lingkungannya. Pola makan anak dapat terpengaruh oleh terbentuknya perkembangan sikap ini. Anak terkadang bersikap terlalu pemilih, misalnya lebih cenderung mengonsumsi makanan ringan sampai kenyang, menolak saat waktu makan, rewel, dan memilih bermain saat disuapi.⁽⁴⁾ Masalah makan tersebut biasa terjadi pada anak dan disebut sebagai kesulitan makan.⁽²⁾

Kesulitan makan merupakan suatu kondisi dimana bayi dan anak menolak atau kesulitan dalam mengonsumsi makanan dan minuman yang jenis dan jumlahnya sesuai untuk mempertahankan status gizi yang cukup secara fisiologis, apapun etiologi penyebabnya.⁽⁵⁾ Kesulitan/gangguan makan bukanlah diagnosis atau penyakit, tetapi merupakan gejala atau tanda sedang terjadinya penyimpangan atau kelainan pada tubuh anak.⁽³⁾

Menurut Whitlach (2012), sebanyak 80% anak-anak dengan gangguan intelektual mengalami gangguan kesulitan makan dan 70% anak-anak yang menderita autisme memiliki kebiasaan memilih-milih makanan. Dalam penelitian lain, sebanyak 15% anak-anak dengan penyakit asam lambung (GERD) juga mengalami kesulitan makan diantaranya menolak makanan yang diberikan dan suka memilih-milih makanan. Selain itu, Whitlach juga menambahkan bahwa 45% anak-anak yang normal juga mengalami kesulitan makan. Dampak yang dapat ditimbulkan diantaranya penurunan berat badan, malnutrisi, gangguan perkembangan fisik dan mental, bahkan kematian.⁽⁶⁾

Masalah kesulitan makan di beberapa negara memiliki angka yang cukup tinggi. Sebuah penelitian tahun 2006 di Inggris oleh *The Gateshead Millenium Baby Study* terdapat 20% orang tua dengan anak yang mengalami masalah makan, dengan prevalensi tertinggi anak sangat pemilih atau hanya mau makan makanan tertentu. Studi di Italia mengungkapkan 6% bayi mengalami kesulitan makan, kemudian meningkat 25- 40% pada saat fase akhir pertumbuhan. Survei lain di Amerika Serikat menyebutkan 19-50% orang tua mengeluhkan anaknya sangat pemilih dalam makan sehingga terjadi defisiensi zat gizi tertentu.⁽⁷⁾ Penelitian di Indonesia oleh Judarwanto (2011) terhadap anak prasekolah memperoleh prevalensi kesulitan makan sebesar 33.6%, 44.5% diantaranya menderita malnutrisi ringan sampai sedang dan 79.2% dari subjek penelitian telah mengalami kesulitan makan lebih dari 3 bulan.⁽⁸⁾

Penelitian oleh Kesuma, dkk (2015) menemukan 35.4% anak usia prasekolah (3-6 tahun) mengalami perilaku sulit makan.⁽⁴⁾ Penelitian lain oleh Soedibyo, dkk (2009) ditemukan kesulitan makan paling banyak dialami oleh anak usia 1-5 tahun (48.6%), diikuti anak usia 5-12 tahun (33%), usia 0-1 tahun (12.8%), dan paling rendah pada anak usia 12-18 tahun (5.5%).⁽⁹⁾

Secara umum terdapat beberapa faktor yang menjadi penyebab perilaku sulit makan pada anak, diantaranya adalah emosi, faktor organik dan fisik, fisiologis, penyakit, faktor gizi, obat-obatan, dan faktor lingkungan.⁽¹⁰⁾ Faktor lingkungan yang berpengaruh terhadap kesulitan makan pada anak diantaranya adalah pola asuh, suasana makan dan perilaku makan orang tua.

Pola asuh merupakan cara orang tua dalam melakukan pendidikan, pengasuhan, dan pengajaran dalam memenuhi kebutuhan dan tugas perkembangan anak.⁽¹¹⁾ Orang tua dengan pola asuh yang baik harus mampu mengembangkan aturan-aturan bagi anak dan mencurahkan kasih sayangnya, serta tidak boleh menghukum maupun mengucilkan anak.⁽¹²⁾ Beberapa penelitian mengungkapkan bahwa terdapat hubungan pola asuh ibu dengan perilaku sulit makan pada anak usia prasekolah dimana kesulitan makan tertinggi terjadi pada anak dengan orang tua yang memiliki pola asuh kurang baik.^(7, 8, 13-15)

Selain pola asuh yang baik, orang tua juga harus mampu menghadirkan suasana makan yang kondusif agar anak mau makan tanpa adanya paksaan. Menurut Widodo (2009), suasana makan yang baik hendaknya memiliki lingkungan yang bersih, rapi, dan nyaman, serta terhindar dari gangguan luar (misal kebisingan, panas, dan gangguan lainnya). Mengajak anak makan bersama juga termasuk salah satu langkah menciptakan suasana makan yang baik. Selain itu, untuk membuat suasana menjadi lebih menyenangkan orang tua juga bisa memperdengarkan musik berirama santai.⁽¹⁶⁾

Suasana makan dalam keluarga berperan penting dalam keinginan anak untuk makan.⁽¹⁰⁾ Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, 11 dari 19 anak dengan suasana makan baik (makan bersama keluarga) diperoleh tidak mengalami

kesulitan makan (57.9%), sedangkan 20 dari 23 anak dengan suasana makan kurang baik (makan sambil bermain) diperoleh mengalami kesulitan makan (87%).⁽¹⁷⁾

Faktor lingkungan lainnya yaitu perilaku makan orang tua. Penelitian oleh Walkingshaw (2007) menyatakan bahwa perilaku anak dipengaruhi oleh contoh perilaku orang dewasa disekitarnya. Peran orang tua untuk selalu memberikan contoh yang baik bagi anak sangat diperlukan untuk membentuk perilaku anak, termasuk perilaku makan.⁽⁴⁾ Perilaku makan yang baik hendaknya sesuai dengan 3J, yaitu jadwal, jenis, dan jumlah. Jadwal makan disesuaikan dengan irama biologis tubuh, jenis makanan merupakan makan sehat tanpa zat kimia, serta jumlahnya tidak berlebihan.⁽¹⁸⁾ Selain itu, orang tua sebaiknya juga menghindari kebiasaan memilih-milih makanan sesuai selera atau kesukaan, karena anak juga akan mencontoh perilaku kurang baik tersebut.⁽⁴⁾

Penduduk Sumatera Barat sendiri yang sebagian besar merupakan etnik Minangkabau memiliki pola makan yang khas, dimana pola makan masyarakat tinggi akan lemak jenuh dan rendah sayur-sayuran serta buah-buahan.⁽¹⁹⁾ Penelitian oleh Hariani menyatakan bahwa terdapat hubungan antara peran orang tua dengan kesulitan makan pada anak, dimana 13,2% anak dengan peran orang tua kurang baik mengalami kesulitan makan.⁽²⁰⁾

Dampak kesulitan makan yang sangat berpengaruh terhadap tubuh anak adalah malnutrisi, dimana terjadi kekurangan berbagai macam zat gizi yang dibutuhkan tubuh. Secara umum, dampak gangguan makan dikelompokkan menjadi dampak jangka pendek dan panjang. Dampak jangka pendek diantaranya konstipasi, anemia zat besi, dan gizi kurang. Sedangkan dampak jangka panjang yaitu pubertas terhambat dan perawakan pendek/ *stunting*, serta osteoporosis.⁽³⁾

Berdasarkan data hasil Penilaian Status Gizi (PSG) tahun 2017, sebesar 14% anak (0-59 bulan) di Indonesia mengalami gizi kurang, tidak berbeda jauh dari tahun sebelumnya sebesar 14.4%. Apabila jumlah anak yang mengalami kasus gizi kurang dan gizi buruk digabungkan, maka diperoleh persentase sebesar 18.8% tahun 2016 dan 17.8% tahun 2017. Prevalensi gizi kurang di Sumatera Barat pada tahun 2016 sebesar 13.9% dimana angka tersebut lebih rendah dari persentase nasional sebesar 14.4%. Namun terjadi peningkatan pada tahun 2017 menjadi 14.2% dimana angka ini melebihi angka nasional 14.0%.^(21,22)

Prevalensi kasus gizi kurang di Kota Padang berdasarkan pemantauan status gizi balita 0-59 bulan oleh Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat diperoleh kasus gizi kurang pada tahun 2015 sampai 2017 secara berturut-turut sebesar 18.7%, 11.5%, dan 14.9%.⁽²³⁾ Berdasarkan hasil pemantauan status gizi oleh Dinas Kesehatan Kota Padang, diperoleh empat kecamatan yang dikategorikan sebagai kecamatan rawan gizi, dimana prevalensi gizi kurang dan BB sangat kurang >15%, satu diantaranya adalah Kecamatan Padang Timur dengan prevalensi gizi kurang sebesar 15.67%.

Dalam wilayah Kecamatan Padang Timur terdapat satu puskesmas yang beroperasi yaitu Puskesmas Andalas. Jumlah balita sasaran puskesmas ini pada tahun 2017 mencapai 7480 anak dan meningkat pada awal tahun 2019 menjadi 7549 anak.⁽²⁴⁾ Berdasarkan Data Sasaran Puskesmas Andalas Tahun 2019 dan wawancara dengan TPG puskesmas, dalam wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang diperoleh kelurahan tertinggi angka balita dengan gizi kurang dan berat badan (BB) anak tidak naik dua kali berturut-turut yaitu Kelurahan Jati.⁽²⁵⁾

Berdasarkan hasil survei awal yang dilakukan peneliti pada pertengahan April 2019 di Posyandu Delima II Kelurahan Jati didapatkan beberapa ibu dengan anak 3-5

tahun mengakui bahwa anaknya mengalami kesulitan makan dengan lama waktu makan >30 menit. Wawancara yang dilakukan kepada Ibu mengungkapkan rata-rata anak mereka sulit makan seperti hanya mau mengonsumsi makanan tertentu atau lauk tertentu sehingga jam makan menjadi tidak tepat waktu. Tindakan umum yang dilakukan oleh para Ibu diantaranya membujuk anak untuk makan dengan membiarkannya memilih makanan yang dinginkannya, membiarkan anak makan sambil bermain atau menonton televisi, membujuk anak membelikan cemilan yang diinginkan atau menyuapinya dengan paksaan.

Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan pola asuh, suasana makan, dan perilaku makan orang tua dengan kesulitan makan pada anak 3-5 tahun di Kelurahan Jati Kota Padang Tahun 2019.

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang maka peneliti ingin mengetahui apakah terdapat hubungan pola asuh, suasana makan, dan perilaku makan orang tua dengan kesulitan makan pada anak 3-5 tahun di Kelurahan Jati Kota Padang Tahun 2019.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan pola asuh, suasana makan, dan perilaku makan orang tua dengan kesulitan makan pada anak 3-5 tahun di Kelurahan Jati Kota Padang Tahun 2019.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Diketahui distribusi frekuensi kesulitan makan pada anak 3-5 tahun di Kelurahan Jati Kota Padang Tahun 2019.



2. Diketahui distribusi frekuensi pola asuh pada anak 3-5 tahun di Kelurahan Jati Kota Padang Tahun 2019.
3. Diketahui distribusi frekuensi suasana makan pada anak 3-5 tahun di Kelurahan Jati Kota Padang Tahun 2019.
4. Diketahui distribusi frekuensi perilaku makan orang tua anak 3-5 tahun di Kelurahan Jati Kota Padang Tahun 2019.
5. Diketahui hubungan pola asuh dengan kesulitan makan pada anak 3-5 tahun di Kelurahan Jati Kota Padang Tahun 2019.
6. Diketahui hubungan suasana makan dengan kesulitan makan pada anak 3-5 tahun di Kelurahan Jati Kota Padang Tahun 2019.
7. Diketahui hubungan perilaku makan orang tua dengan kesulitan makan pada anak 3-5 tahun di Kelurahan Jati Kota Padang Tahun 2019.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi peneliti, menambah wawasan dan pengetahuan peneliti dalam menerapkan dan mengembangkan ilmu yang diperoleh selama mengikuti perkuliahan.
2. Bagi fakultas kesehatan masyarakat, sebagai bahan masukan dan pengetahuan khususnya mengenai kesulitan makan serta beberapa faktor yang mempengaruhinya.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian payung yang berjudul faktor-faktor yang mempengaruhi kesulitan makan dan dampaknya pada anak 3-5 tahun di Kelurahan Jati Kota Padang Tahun 2019. Variabel keseluruhan yang diteliti adalah faktor gizi (jumlah, jenis, frekuensi makan, usia pengenalan MP-ASI), faktor lingkungan (pola asuh, suasana makan, dan perilaku makan orang tua), dan dampak jangka pendek berupa status gizi. Pada penelitian ini penulis meneliti hubungan pola asuh, suasana

makan, dan perilaku makan orang tua dengan kesulitan makan pada anak 3-5 tahun di Kelurahan Jati Kota Padang Tahun 2019. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah kesulitan makan dan variabel independennya adalah pola asuh, suasana makan, dan perilaku makan orang tua.

