

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa balita menurut Kemenkes adalah masa dimana bayi setelah dilahirkan sampai sebelum berumur 59 bulan. Masa bayi setelah dilahirkan dibagi menjadi beberapa kelompok, terdiri dari bayi baru lahir usia 0-28 hari, bayi usia 0-11 bulan dan anak balita usia 12 - 59 bulan. Kesehatan sangat penting diperhatikan pada masa bayi dan balita karena pada masa ini tumbuh kembang fisik serta mental balita sangat cepat. Asupan makanan, nutrisi yang cukup serta perawatan yang baik sangat mempengaruhi kesehatan balita. Berat badan, tinggi badan dan lingkar kepala yang sesuai dengan usia perkembangan balita merupakan tanda balita yang sehat (Kemenkes, 2021).

Balita usia 24–59 bulan memiliki karakteristik unik di mana anak mulai menunjukkan preferensi dan penolakan makanan (perilaku *picky eating*) seiring dengan berkembangnya keinginan anak untuk memilih dan melakukan sesuatu sendiri. Anak lebih banyak menghabiskan waktu untuk bermain dan mengenal lingkungan pada fase ini yang menyebabkan mereka sering mengabaikan jadwal makan dan mengakibatkan asupan gizi yang buruk atau asupan gizi menjadi kurang (Ihza dkk., 2024). Lingkungan sekitar dan pergaulan juga ikut berperan membentuk preferensi makanan balita, dimana anak cenderung memilih makanan yang rasanya enak namun belum tentu sehat. Jika asupan makanan terus-menerus tidak seimbang, hal ini tentu akan memengaruhi dan berdampak pada status gizi yang buruk (Ihza dkk., 2024).

Salah satu parameter yang merupakan penentu status gizi anak adalah perilaku makan yang anak miliki. Perilaku makan anak biasanya dipengaruhi oleh fase perkembangan anak. Pada anak usia 2-3 tahun, mulai muncul perkembangan seperti konsep otonomi, konsep-diri, kompetensi sosial, serta proses kemampuan pengaturan diri. *Picky eating* merupakan perilaku makan yang sering menjadi permasalahan pada pola makan anak (Viljakainen, Figueiredo and Rounge, 2019).

Perilaku pilih-pilih makanan atau *picky eating* biasanya ditandai oleh adanya keengganan atau penolakan yang kuat pada anak untuk mencoba jenis makanan baru yang belum familiar bagi mereka. Di samping itu, karakteristik perilaku ini juga ditunjukkan dengan adanya preferensi atau kecenderungan yang sangat kuat dan spesifik terhadap jenis makanan tertentu yang mereka sukai saja. *Picky eating* juga berkaitan dengan rasa dan tekstur makanan (Mok *et al.*, 2022).

Dampak dari *picky eating* berkaitan dengan resiko untuk memiliki berat badan dibawah normal (*underweight*) dan pertumbuhan yang buruk. Hal ini disebabkan karena asupan energi yang lebih rendah dari pada kebutuhan yang diperlukan (Taylor and Emmett, 2019). Anak yang memiliki perilaku *picky eating* cenderung berisiko mengalami masalah status gizi kurang. Anak yang mengalami *picky eating* memiliki risiko lebih tinggi mengalami berat badan rendah, kenaikan berat badan tidak adekuat dan kekurangan zat gizi (Hardianti, Dieny and Wijayanti, 2018)

Praktik pemberian makan yang keliru atau *Inappropriate feeding practice* merupakan sebuah gangguan atau masalah makan pada anak yang dipicu oleh

perilaku makan yang salah, serta metode penyajian makanan yang tidak selaras dengan tahapan usia tumbuh kembang anak. Kondisi ini pada dasarnya dapat diakibatkan oleh adanya kurangnya pemahaman dan pengetahuan orang tua mengenai prosedur serta tata cara pemberian makan yang benar dan tepat pada anak (Saidah & Dewi, 2020). Sebagai upaya mengatasi masalah kesulitan makan pada anak, IDAI menyarankan penerapan praktik pemberian makan yang disebut dengan istilah *feeding rules*. (Ikatan Dokter Anak Indonesia, 2015).

Aturan dasar pemberian makan atau dikenal dengan sebutan *feeding rules* merupakan aturan yang berisikan jadwal makan yang terstruktur dan teratur dan membantu anak untuk melatih regulasi makan internalnya. *Feeding rules* ini diterapkan kepada balita untuk mencegah masalah makan yang timbul karena perilaku makan yang salah atau pemberian makanan yang tidak sesuai dengan usia dan dapat mencegah *picky eating* pada anak (Saidah & Dewi, 2020).

Feeding rules yang dikembangkan oleh Bonnin memiliki tiga bagian utama yaitu jadwal, lingkungan, dan prosedur. Aturan dasar dalam praktik pemberian makan yang dikenal sebagai *feeding rules* merupakan suatu pedoman yang digunakan untuk menyusun jadwal makan secara terstruktur sekaligus menstimulasi kemampuan anak dalam melatih regulasi rasa lapar dan kenyang dari dalam dirinya. Sebaliknya, keterbatasan atau ketidakmampuan orang tua dalam menerapkan prosedur pemberian makan secara tepat berisiko memicu terjadinya gangguan atau kesulitan makan pada anak. kendala ini umumnya muncul akibat dari anak yang merasa tertekan saat makan karena adanya

paksaan, ataupun akibat rasa bosan yang dialami anak saat makan karena situasi makan yang monoton (Saidah & Dewi, 2020).

Penelitian yang dibandingkan oleh Samuel terdiri dari 21 penelitian yang mana usia rata-rata anak berkisar antara 4 bulan hingga 15 tahun, dan prevalensi pilih-pilih makanan berkisar antara 5,5 hingga 70,1%. Berdasarkan studi yang ada, prevalensi *picky eating* pada anak-anak prasekolah diperkirakan berkisar antara 14% hingga 50% di seluruh dunia. Negara-negara maju seperti Amerika Serikat dan Inggris, prevalensi *picky eating* pada anak-anak usia prasekolah dilaporkan berkisar antara 25% hingga 35%. Studi yang dilakukan di negara Inggris menunjukkan bahwa 33% anak-anak berusia antara 2 hingga 5 tahun menunjukkan perilaku *picky eating* yang signifikan. Begitu pula di Amerika Serikat, di mana penelitian menunjukkan angka sekitar 30% hingga 35% pada kelompok usia serupa (Samuel *et al.*, 2018)

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di TKA Nurul Huda Tumaritis Kabupaten Bogor dengan 73 responden ibu - anak didapatkan hasil anak yang mengalami *picky eating* sebanyak 44 anak (60,3%) (Pebruanti and Rokhaidah, 2022). Hasil penelitian yang dilakukan di PAUD Kecamatan Rajabasa Bandar Lampung dengan 160 anak prasekolah menunjukkan bahwa *picky eating* pada anak didapatkan sebanyak 100 anak (62.5%) (Angraini *et al.*, 2021). Sedangkan studi di Kota Denpasar, Provinsi Bali, melaporkan bahwa sekitar 63% balita menunjukkan perilaku *picky eating* (Pratiwi, Sutiari and Utami, 2022).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di wilayah Puskesmas Janti sebanyak 47 ibu masih belum menerapkan *feeding rules* seperti menghabiskan

makanan lebih dari 30 menit, memberi porsi makan terlalu besar, dan ada distraksi saat anak makan (Febriyanti, Mumpuni and Raharjo, 2024). Sedangkan hasil penelitian yang dilakukan di Kediri menemukan bahwa sebanyak 23 ibu yang tidak melakukan *feeding rules* dengan baik memiliki anak yang susah dalam makan dengan kategori sedang – berat sebanyak 19 orang (Saidah *et al.*, 2020).

Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di Puskesmas Tabanan II bersama salah satu staff yang berkontribusi dalam penanganan status gizi balita mengatakan bahwa masih terdapat banyak ibu yang mengeluh mengenai masalah makan pada anaknya. Desa Buahan adalah salah satu wilayah kerja puskesmas Tabanan II yang memiliki permasalahan tersebut. Berdasarkan hasil wawancara dari 10 ibu 4 diantaranya mengatakan bahwa anaknya memilih saat makan, tidak ingin mencicipi makan baru, serta tidak ingin makan berat karena sudah banyak memakan camilan sebelumnya. Sedangkan 6 ibu lainnya mengatakan bahwa saat memberikan makan anak masih terdapat distraksi seperti penggunaan *handphone*, memaksa anak makan, memberi anak makan sambil bermain dan makan lebih dari tiga puluh menit.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan perilaku *feeding rules* dengan kejadian *picky eating* pada balita usia 24-59 bulan di Desa Buahan Tabanan”.

B. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara perilaku *feeding rules* dengan kejadian *picky eating* pada balita usia 24-59 bulan?”

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara perilaku *feeding rules* dengan kejadian *picky eating* pada balita usia 24-59 bulan di desa Buahan Tabanan tahun 2026

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi kejadian *picky eating* pada balita usia 24-59 bulan di Desa Buahan Tabanan
- b. Mengidentifikasi perilaku *feeding rules* pada ibu yang memiliki balita usia 24-59 bulan di Desa Buahan Tabanan
- c. Menganalisis hubungan antara perilaku *feeding rules* dengan kejadian *picky eating* pada balita usia 24-59 bulan di Desa Buahan Tabanan

D. Manfaat penelitian

1. Manfaat teoritis

- a. Manfaat bagi institusi terkait

Penelitian yang telah dilakukan diharapkan bisa membantu menjadi sumber acuan berikutnya, khususnya bagi mahasiswa Politeknik Kesehatan Denpasar jurusan keperawatan untuk dapat mempelajari lebih banyak bidang keperawatan anak dan sebagai bahan tinjauan untuk penelitian berikutnya.

- b. Manfaat bagi pengembangan ilmu keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan tinjauan dan memberikan kontribusi dalam perkembangan ilmu keperawatan khususnya dibidang keperawatan anak serta implementasi perilaku *feeding rules* dalam kejadian *picky eating* pada balita usia 24-59 bulan.

c. Manfaat bagi peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan menjadi bahan acuan dan data dasar yang nantinya akan dikembangkan kembali bagi penelitian selanjutnya yang serupa mengenai perilaku *feeding rules* dalam kejadian *picky eating* pada balita usia 24-59 bulan.

2. Manfaat praktis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan evaluasi dan aplikasi untuk para orang tua dalam meningkatkan perilaku *feeding rules* dengan kejadian *picky eating* balita
- b. Masyarakat khususnya orang tua yang memiliki anak dengan perilaku *picky eating* diharapkan menggunakan temuan penelitian ini sebagai referensi untuk dapat menghindari status gizi kurang atau wasting pada balita