

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Usia prasekolah (4-6 tahun) merupakan usia dimana anak telah digolongkan sebagai konsumen aktif yang sudah dapat memilih makanan yang disukainya. Namun, pada usia ini anak belum dapat memilih sendiri makanan yang baik untuk dikonsumsi. Orang tua bertanggung jawab untuk perkembangan kebiasaan makan yang baik pada anaknya. Kebiasaan makan merupakan aspek penting untuk perkembangan di usia prasekolah (Indra, 2012). Gejala yang timbul tergantung dari jenis dan jumlah zat gizi yang kurang. Bila kurang makan sayur dan buah maka terjadi defisiensi vitamin A, jika kekurangan zat besi maka rentan menderita anemia yang menyebabkan pucat, lemah, cepat mengantuk, menurunnya daya tahan tubuh, jika kekurangan protein akan terjadi Kekurangan Energi Protein (KEP), dan gangguan pertumbuhan (Lestari, 2017). Sehingga perilaku makan yang kurang baik akan mempengaruhi kesehatan anak, seperti makan yang diemut terlalu lama bisa mengakibatkan karies pada gigi, terlalu memilih dalam makanan dapat mengakibatkan gizi buruk, dan lain sebagainya.

Pada sebagian besar anak, belajar makan merupakan suatu proses yang berjalan secara alami. Perkembangan keterampilan makan dimulai dari gerakan otomatis (refleks), selanjutnya belajar dari pengalaman sensorik dan motorik, dan akhirnya mencapai pola gerakan yang terampil. Namun, sekitar 25% dari populasi anak normal dan 80% anak dengan gangguan perkembangan mengalami kesulitan makan. Walaupun terkadang kesulitan makan hanya bersifat sementara, beberapa kasus penolakan makan yang menetap dijumpai pada 3-10% anak. Data *American Academy of Pediatrics* menyebutkan tiga perempat anak dengan kesulitan makan mulai menolak untuk makan pada tahun pertama kehidupan, berlanjut hingga usia dua tahun, dan setelah itu menetap diikuti dengan berat badan yang kurang. Dibandingkan dengan anak normal, anak dengan kesulitan makan merasakan stress,

ketidaknyamanan, dan ketidaksenangan saat proses makan berlangsung (Herawati, 2016).

Menurut laporan *Global Nutrition* pada tahun 2017 menunjukkan masalah status gizi di dunia diantaranya prevalensi *wasting* (kurus) 52 juta balita (8%), *stunting* (pendek) 115 juta balita (23%), dan *overweight* 4 juta balita (6%) (UNICEF dan WHO, 2017). Pemantauan status gizi yang diselenggarakan oleh Kementerian Kesehatan menyatakan bahwa presentase gizi buruk pada balita di Indonesia adalah 3,8%, sedangkan presentase gizi kurang adalah 14%. Provinsi dengan presentase tertinggi gizi buruk dan gizi kurang pada balita tahun 2017 adalah Nusa Tenggara Timur, sedangkan provinsi dengan presentase terendah adalah Bali. Di Propinsi Jawa Timur tahun 2018 diketahui terdapat 16,8% balita gizi buruk.

Masalah makan pada anak berbeda dengan masalah makan pada orang dewasa dan dewasa muda. Masalah perilaku makan yang timbul dapat bervariasi dari memilih makan makanan tertentu, membatasi jumlah asupan makanan, makan berlebihan, sampai terjadinya gangguan makanan yang berimbas pada gangguan pertumbuhan dan perkembangan. Keluhan mengenai anak yang sulit makan menjadi masalah yang sering diungkapkan oleh orang tua ketika membawa anaknya ke dokter. Keluhan ini terjadi hampir merata tanpa membedakan jenis kelamin, etnis, dan status sosial ekonomi. Beberapa masalah makan yang sering muncul antara lain, rewel, muntah, terlalu pemilih, *fobia* makan, makan lambat, dan penolakan makanan (Marmi, 2013).

Untuk memberikan makanan yang benar pada anak usia prasekolah harus dilihat dari banyak aspek, seperti ekonomi, sosial, budaya, agama, disamping aspek medik dari anak itu sendiri. Makanan pada anak usia sekolah harus serasi, selaras dan seimbang. Serasi artinya sesuai dengan tingkat tumbuh kembang anak. Selaras adalah sesuai dengan kondisi ekonomi, sosial budaya serta agama dari keluarga. Sedangkan seimbang artinya nilai gizinya harus sesuai dengan kebutuhan berdasarkan usia dan jenis bahan makanan seperti karbohidrat, protein

dan lemak. Karena besarnya variasi kebutuhan makanan pada masing-masing anak, maka dalam memberikan nasehat makanan pada anak tidak boleh terlalu kaku (Judarwanto, 2009).

Pemberian makanan pada anak tidak boleh dilakukan dengan kekerasan tetapi dengan persuasif dan monitoring terhadap tumbuh kembangnya. Pemberian makan yang baik harus sesuai dengan jumlah, jenis dan jadwal pada umur anak tertentu. Ketiga hal tersebut harus terpenuhi sesuai usia anak secara keseluruhan, bukan hanya mengutamakan jenis tapi melupakan jumlahnya atau sebaliknya memberikan jumlah yang cukup tapi jenisnya tidak sesuai untuk anak. Contoh, pemberian makanan jumlahnya sudah cukup banyak tapi jenis makanannya kurang mengandung nilai gizi yang baik. Pada usia sekolah sudah harus dibagi dalam jenis kelaminnya mengingat kebutuhan mereka yang berbeda. Anak laki-laki lebih banyak melakukan aktivitas fisik sehingga memerlukan kalori yang lebih banyak dibandingkan anak perempuan. Pada usia ini biasanya anak perempuan sudah mengalami masa haid sehingga memerlukan lebih banyak protein, zat besi dari usia sebelumnya (Judarwanto, 2009)

Dari latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai gambaran perilaku makan anak usia prasekolah.

1.1 Rumusan masalah

Bagaimana gambaran perilaku makan pada anak usia prasekolah?

1.2 Tujuan penelitian

Mengetahui gambaran perilaku makan pada anak usia prasekolah

1.3 Manfaat penelitian

1.3.1 Manfaat Teoritis

Bermanfaat sebagai tambahan bacaan dan pembelajaran dalam melakukan penelitian dan sebagai referensi pada penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan gambaran perilaku makan pada anak usia prasekolah.

1.3.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Orang tua

Bagi orang tua khususnya ibu dapat melakukan upaya-upaya peningkayan asupan makanan pada anak

2. Bagi Profesi

Diharapkan penelitian ini memberikan masukan bagi profesi dalam mengembangkan perencanaan keperawatan yang akan dilakukan tentang gambaran perilaku makan anak usia prasekolah

