

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anak usia balita merupakan kelompok kritis dalam masa pertumbuhan dan perkembangan karena pada fase ini pembentukan kebiasaan makan, perkembangan biologis, serta pembentukan struktur perilaku sedang berlangsung secara intensif. WHO (2020) melaporkan bahwa 30–50% anak balita mengalami gangguan perilaku makan seperti sulit makan, picky eating, atau penolakan makanan tertentu, yang berpotensi memengaruhi status gizi, pertumbuhan fisik, dan perkembangan kognitif anak. Di Indonesia, fenomena ini menjadi tantangan serius, di mana Riskesdas (2018) mencatat prevalensi stunting sebesar 30,8% pada balita, sementara Kementerian Kesehatan RI (2021) menegaskan bahwa pola asuh keluarga terutama ibu berperan sentral dalam membentuk kebiasaan makan dan kualitas gizi anak. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku makan anak merupakan hasil interaksi antara status nutrisi, kondisi psikologis, dan pola pengasuhan di lingkungan keluarga.

Picky eater (kesulitan makan) adalah perilaku anak tidak mau atau menolak untuk makan, atau mengalami kesulitan mengonsumsi makanan atau minuman dengan jenis dan jumlah sesuai usia secara fisiologis (alamiah dan wajar), yaitu mulai dari membuka mulutnya tanpa paksaan, mengunyah, menelan, hingga sampai terserap di pencernaan secara baik tanpa paksaan dan tanpa pemberian vitamin dan obat tertentu. Penanganan pada masalah makanan anak meliputi training untuk orang tua, pendidikan gizi, latihan berinteraksi, dan kemampuan dalam menyediakan makanan. Selain itu, cara yang terbaiknya itu mengenali penyebab kesulitan makan dan mengatasi penyebabnya secara langsung dan menyeluruh.

Salah satu faktor lingkungan penting yang berhubungan dengan perilaku makan anak adalah pola asuh ibu. Pola asuh ibu yang otoriter (mengatur dan memaksa),

premisif (longgar tanpa batasan), maupun gaya demokratis/otoriter (tegas namun responsif) memengaruhi bagaimana anak diberi makan, frekuensi paparan makan baru, serta kebiasaan makan keluarga. Beberapa penelitian di Indonesia dan internasional menunjukkan ada hubungan bermakna antara pola asuh dan risiko anak menjadi *etaer*; misalnya pola asuh yang terlalu memaksa atau tidak konsisten cenderung meningkatkan masalah sulit makan.

Dampak jangka pendek perilaku sulit makan meliputi asupan energi dan mikronutrien yang kurang, penurunan status gizi serta meningkatnya kecemasan orangtua saat makan. Secara jangka panjang, kebiasaan makan yang buruk pada masa balita dapat berlanjut dan memengaruhi pola makan di masa kanak-kanak lebih lanjut. Oleh karena itu, intervensi yang menargetkan pola asuh dan praktik pemberian makan dini penting untuk mencegah dan mengatasi masalah ini.

Pola asuh ibu terbukti memegang peranan kunci dalam membentuk perilaku makan anak, di mana gaya komunikasi, respons emosional, serta strategi pemberian makan ibu menentukan bagaimana anak merespon makanan. Penelitian Hajar & Fitria (2022) menunjukkan bahwa pola asuh responsif ibu berkorelasi dengan berkurangnya perilaku *picky eating* pada anak usia 2–5 tahun, sementara studi Sari et al., (2023) mengungkapkan bahwa pola asuh demokratis menghasilkan kebiasaan makan yang lebih baik dibandingkan pola asuh otoriter maupun permisif. Lebih lanjut, Wang et al., (2021) mendapati bahwa interaksi positif selama waktu makan meningkatkan penerimaan makanan baru, dan temuan ini diperkuat oleh Setiawan et al., (2022) yang mengaitkan *parental feeding* strategis seperti makan bersama dan pemberian pilihan makanan dengan perilaku makan yang lebih sehat pada prasekolah. Marlina & Yusuf (2023) menambahkan bahwa dukungan emosional ibu yang hangat meningkatkan kesiapan anak mencoba makanan baru, sedangkan penelitian Hasrini & Melati (2020) menemukan bahwa keterlibatan anak dalam memilih makanan membantu membentuk kontrol diri dan kebiasaan makan yang lebih adaptif.

Berdasarkan hasil analisis bivariat, diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,03$ ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pola asuh ibu dengan perilaku sulit makan pada anak usia balita di Posyandu Melati RW 02 Ciracas Jakarta Timur.

Dalam memahami fenomena sulit makan pada balita, teori perkembangan anak memberikan kerangka analisis yang penting. Menurut teori kognitif Jean Piaget, anak usia 2–7 tahun berada pada tahap pra-operasional, di mana pemrosesan informasi didominasi oleh persepsi visual dan pengalaman emosional, bukan pemikiran rasional. Pada fase ini anak cenderung memilih makanan berdasarkan rasa, bentuk, warna, dan asosiasi emosional, sehingga kualitas interaksi ibu termasuk kesabaran, komunikasi suportif, dan pemberian teladan dalam makan sehat (modeling) sangat mempengaruhi perilaku makan anak (Santrock, 2020; Papalia & Martorell, 2021). Selain itu, intervensi berbasis edukasi pada ibu juga menunjukkan hasil efektif; Aulia et al., (2024) melaporkan bahwa edukasi ibu tentang strategi pemberian makan menurunkan perilaku sulit makan hingga 40%, dan Rahman & Dewi (2023) menyatakan bahwa konseling gizi meningkatkan penerimaan makan dan frekuensi makan anak dalam waktu empat minggu.

Melihat tingginya angka perilaku sulit makan serta implikasinya pada kualitas gizi anak, penelitian mengenai faktor yang berpengaruh khususnya pola asuh ibu menjadi penting dilakukan dalam konteks klinis di posyandu melati rw 02 Ciracas Jakarta Timur. sebagai fasilitas pelayanan kesehatan berbasis masyarakat yang berfungsi untuk memberikan pelayanan kesehatan dasar, terutama bagi ibu dan balita. Posyandu memiliki karakteristik pasien anak yang beragam, termasuk mereka yang memiliki riwayat gangguan nutrisi dan situasi klinis tertentu, sehingga menjadi lokasi yang relevan untuk melihat hubungan antara pola asuh dan perilaku makan dalam konteks praktik kesehatan nyata. Sementara penelitian terdahulu banyak dilakukan pada populasi umum, posyandu, dan PAUD, penelitian ini mengisi kebutuhan untuk menyelidiki fenomena tersebut dalam setting kesehatan masyarakat.

Namun, bukti tidak selalu seragam. Penelitian genetik besar-besaran juga menunjukkan bahwa komponennya bersifat multifaktorial genetika memberi kontribusi signifikan terhadap kecenderungan picky eating, sedangkan lingkungan (termasuk pola asuh) tetap memainkan peran pada periode awal perkembangan. Oleh karena itu diperlukan penelitian lokal yang mengkaji hubungan pola asuh ibu dengan perilaku sulit makan dalam konteks sosial-budaya spesifik, seperti yang terjadi di Posyandu Melati RW 02, Ciracas, Jakarta Timur. Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini penting untuk: (1) mengetahui tipe pola asuh yang dominan pada ibu di wilayah studi, (2) mengukur prevalensi perilaku sulit makan pada balita peserta posyandu, dan (3) menganalisis kekuatan hubungan antara pola asuh ibu dan perilaku sulit makan. Temuan diharapkan memberi masukan praktis untuk program edukasi orangtua dan intervensi gizi berskala posyandu.

Posyandu merupakan salah satu bentuk upaya kesehatan berbasis masyarakat yang berperan penting dalam pemantauan tumbuh kembang dan status gizi balita. Posyandu Melati RW 02 Ciracas Jakarta Timur merupakan salah satu posyandu yang aktif dalam memberikan pelayanan kesehatan ibu dan anak, khususnya pemantauan pertumbuhan balita melalui kegiatan penimbangan berat badan dan penyuluhan kesehatan.

Hasil pengamatan awal dan wawancara singkat dengan kader posyandu menunjukkan bahwa sebagian ibu masih mengalami kesulitan dalam menghadapi anak yang sulit makan. Beberapa ibu cenderung memaksa anak untuk makan, memarahi anak ketika menolak makan, atau memberikan makanan pengganti yang kurang bergizi agar anak mau makan. Selain itu, masih terdapat ibu yang membiarkan anak tidak makan apabila anak menolak makanan, sehingga asupan nutrisi anak menjadi tidak terpenuhi secara optimal.

Fenomena tersebut menunjukkan bahwa pola asuh ibu dalam pemberian makan belum sepenuhnya diterapkan secara tepat. Menurut Johnson, kondisi lingkungan yang tidak mendukung, termasuk pola asuh yang kurang tepat, dapat mengganggu keseimbangan sistem perilaku anak, khususnya subsistem ingestive. Hal ini dapat

menyebabkan anak mengalami perilaku sulit makan yang berdampak pada penurunan berat badan dan pertumbuhan yang tidak optimal.

Apabila kondisi ini tidak segera ditangani, maka dapat meningkatkan risiko terjadinya masalah gizi pada balita, yang pada akhirnya akan mempengaruhi kualitas tumbuh kembang anak. Oleh karena itu, fenomena perilaku sulit makan yang terjadi di Posyandu Melati RW 02 Ciracas Jakarta Timur menjadi alasan kuat bagi peneliti untuk melakukan penelitian di lokasi tersebut.

Namun demikian, sejumlah penelitian telah menemukan hubungan antara pola asuh ibu dengan perilaku makan anak, temuan dari berbagai studi sebelumnya masih menunjukkan ketidak konsistenan. Penelitian Yuniarti et al. (2024) menunjukkan pola asuh otoritatif berhubungan signifikan dengan perilaku makan balita, sementara studi Kumalasari & Putri (2022) menemukan bahwa faktor pengaruh gawai dan lingkungan sosial memiliki efek lebih dominan dari pada pola asuh. Hamdan et al. (2023) juga menyebutkan bahwa pada populasi perkotaan, stres ibu dan persepsi terhadap status gizi anak lebih memengaruhi perilaku makan dibandingkan strategi pengasuhan. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan pola asuh dan perilaku makan kemungkinan dipengaruhi faktor budaya, konteks keluarga, serta variabel klinis yang belum banyak dieksplorasi.

Dengan demikian, terdapat kesenjangan penelitian, khususnya kurangnya penelitian yang menelaah hubungan pola asuh ibu dengan perilaku sulit makan anak terutama Di posyandu melati rw 02 Ciracas Jakarta Timur yang menjadi pusat layanan kesehatan masyarakat. Penelitian ini memiliki nilai kebaruan berupa fokus analisis pada populasi balita dalam lingkungan pelayanan kesehatan, yang memungkinkan identifikasi faktor pengasuhan yang memengaruhi perilaku makan secara lebih komprehensif dalam kondisi klinis. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkuat pemahaman dan menjadi dasar intervensi berbasis keluarga dalam mendukung keberhasilan terapi nutrisi anak dalam praktik pelayanan kesehatan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan kondisi di Posyandu Melati RW 02 Ciracas Jakarta Timur, dapat disimpulkan bahwa perilaku sulit makan pada anak usia balita masih merupakan permasalahan yang cukup signifikan. Kondisi ini ditandai dengan adanya penurunan berat badan atau berat badan yang tidak mengalami peningkatan sesuai dengan kurva pertumbuhan, sehingga berpotensi menghambat status gizi serta proses tumbuh kembang anak secara optimal.

Selain itu, hasil pengamatan awal menunjukkan bahwa pola asuh ibu dalam menghadapi anak yang mengalami sulit makan masih beragam dan belum sepenuhnya sesuai dengan prinsip pemenuhan gizi seimbang. Beberapa ibu cenderung menggunakan pendekatan yang kurang tepat, seperti memaksa anak untuk makan, memberikan tekanan verbal, mengganti makanan utama dengan makanan yang kurang bernilai gizi, maupun membiarkan anak tidak makan saat menolak makanan. Pola asuh tersebut berpotensi menyebabkan ketidakterpenuhan asupan nutrisi yang dibutuhkan anak.

Apabila kondisi ini tidak mendapatkan penanganan yang tepat, maka dapat meningkatkan risiko terjadinya masalah gizi pada balita yang pada akhirnya berdampak pada kualitas pertumbuhan dan perkembangan anak. Oleh karena itu, fenomena tersebut menjadi dasar penting dilakukannya penelitian mengenai hubungan pola asuh ibu dengan perilaku sulit makan pada anak usia balita di Posyandu Melati RW 02 Ciracas Jakarta Timur.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara pola asuh ibu dengan perilaku sulit makan pada anak usia balita di Posyandu Melati RW 02 Ciracas Jakarta Timur.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik anak meliputi usia dan jenis kelamin di Posyandu Melati RW 02 Ciracas Jakarta Timur

- b. Mengidentifikasi karakteristik ibu meliputi usia, pendidikan, pekerjaan di Posyandu Melati RW 02 Ciracas Jakarta Timur
- c. Mengidentifikasi pola asuh orang tua pada balita di Posyandu Melati RW 02 Ciracas Jakarta Timur
- d. Mengidentifikasi perilaku sulit makan anak balita di Posyandu Melati RW 02 Ciracas Jakarta Timur
- e. Menganalisis hubungan pola asuh orang tua dengan perilaku sulit makan anak balita di Posyandu Melati RW 02 Ciracas Jakarta Timur

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat untuk responden

Penelitian ini dapat memberikan informasi dan pemahaman tentang pentingnya gaya pola asuh yang tepat dalam membentuk kebiasaan makan yang sehat pada anak balita, sehingga dapat menjadi referensi bagi keluarga dalam melakukan pengasuhan sehari-hari.

1.4.2 Manfaat untuk peneliti

Melalui penelitian ini dapat memberikan pengalaman langsung kepada peneliti dalam merancang dan melaksanakan penelitian, meningkatkan kemampuan dalam menganalisis, serta mengasah keterampilan berpikir kritis dan ilmiah yang dibutuhkan dalam pengembangan karier profesional di bidang keperawatan atau kesehatan.

1.4.3 Manfaat untuk profesi keperawatan

Penelitian ini dapat menjadi dasar dalam memberikan edukasi dan intervensi berbasis keluarga dalam menangani perilaku sulit makan, serta menjadi referensi dalam penyusunan program promotif dan preventif terkait nutrisi anak.

1.4.4 Manfaat untuk instansi tempat penelitian

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan untuk pengembangan pelayanan edukasi nutrisi, program parent-education, dan promosi kesehatan yang berfokus pada pola pengasuhan dan nutrisi anak.

1.4.5 Manfaat untuk penelitian selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi sumber data awal dan referensi untuk penelitian lanjutan mengenai perilaku makan pada anak, pengaruh aspek psikologis dalam feeding behaviour, serta intervensi berbasis keluarga pada konteks klinis.