

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak usia prasekolah (3-6 tahun) berada pada tahap pertumbuhan dan perkembangan yang pesat. Pada masa ini, kemampuan fisik dan motorik anak berkembang dengan baik sehingga mereka dapat bergerak lebih aktif, didukung oleh koordinasi saraf yang semakin matang. Tingginya aktivitas fisik menyebabkan kebutuhan energi meningkat, sehingga anak memerlukan asupan makanan dan zat gizi yang cukup serta berkualitas sesuai dengan usianya (Heryanto et al., 2023).

Anak usia prasekolah sering menunjukkan perilaku memilih-milih makanan atau *picky eater*, seperti menolak mencoba makanan baru dan hanya ingin mengonsumsi jenis makanan tertentu saja. Perilaku ini dapat berdampak kurang baik terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak, serta berisiko menyebabkan status gizi yang tidak optimal (Suryani et al., 2022).

Picky eater, yang sering disebut sebagai perilaku rewel, *faddy*, atau selektif dalam makan, merupakan kondisi yang umum terjadi pada anak usia 3-6 tahun. Perilaku ini ditandai dengan rendahnya variasi makanan yang dikonsumsi, tidak mau untuk mencoba makanan baru maupun makanan yang sebelumnya pernah dikonsumsi, serta adanya permasalahan dalam interaksi antara orang tua dan anak terkait aktivitas makan (Fertycia et al., 2022).

Pada penelitian Meity et al., (2025) permasalahan gizi hingga saat ini masih menjadi isu kesehatan masyarakat berskala global. Berdasarkan laporan *World Health Organization* dan UNICEF tahun 2021, tercatat sekitar 45,4 juta anak mengalami gizi buruk (*wasting*) dan 149,2 juta anak mengalami stunting di seluruh dunia. Sementara itu, data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi masalah gizi pada anak di Indonesia mencapai 19,6%, dengan rincian 5,7% termasuk kategori gizi buruk dan 13,9% kategori gizi kurang. Data tersebut menegaskan bahwa perilaku makan anak, termasuk perilaku *picky eater*, merupakan salah satu faktor yang dapat berkontribusi terhadap tingginya angka malnutrisi, baik pada tingkat nasional maupun global.

Prevalensi perilaku *picky eater* masih tergolong tinggi pada anak usia prasekolah. Sebuah penelitian di Indonesia melaporkan bahwa sekitar 20% anak mengalami *picky eater*. Dari jumlah tersebut, sebanyak 33,6% terjadi pada anak usia di bawah 5 tahun. Selain itu, sekitar 44,5% anak yang mengalami *picky eater* termasuk dalam kategori malnutrisi ringan hingga sedang (Salsabila et al., 2025).

Perilaku *picky eater* berpotensi memberikan dampak negatif terhadap kesehatan anak karena membatasi variasi makanan yang dikonsumsi, sehingga asupan zat gizi menjadi kurang optimal. Ketidakseimbangan asupan gizi yang terjadi secara terus-menerus dapat menyebabkan defisiensi nutrisi yang berdampak pada gangguan

pertumbuhan dan perkembangan anak. Salah satu masalah yang dapat timbul akibat kondisi tersebut adalah stunting (Sa'adah, 2025).

Prevalensi stunting (gizi kurang kronis) di Kota Padang secara umum masih berada pada kisaran puluhan persen, namun telah menunjukkan tren penurunan sebagai hasil dari berbagai program percepatan perbaikan gizi yang dilaksanakan pemerintah daerah. Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2024, angka stunting di Kota Padang tercatat sebesar 20,6%, mengalami penurunan dibandingkan periode sebelumnya yang mencapai 24,2%. Penurunan ini menunjukkan adanya upaya intervensi yang cukup signifikan dan berkelanjutan dalam penanganan masalah gizi anak di Kota Padang (Padang, 2025).

Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2024 merincikan sebaran anak stunting di 25 puskesmas. Puskesmas KPIK tercatat sebagai wilayah dengan jumlah anak stunting terbanyak, yaitu 12,36%, diikuti oleh Puskesmas Anak Air sebanyak 6,41%, Tunggul Hitam 4,86%, Seberang Padang 4,03%, Air Dingin 3,85%, Rawang 3,8%, Pauh 3,65%, Padang Pasir 3,59%, Air Tawar 2,9%, Lubuk Buaya 2,57%, dan Puskesmas paling rendah yaitu Puskemas Belimbing 0,94%. Data tersebut menunjukkan bahwa permasalahan stunting masih tersebar di berbagai wilayah Kota Padang dan memerlukan perhatian khusus dan berkelanjutan dari berbagai pihak guna meningkatkan status gizi dan kesehatan anak secara optimal dan berkesinambungan (Dinas Kesehatan Kota Padang, 2024).

Perilaku *picky eater* pada anak umumnya ditandai dengan kecenderungan menghindari atau menolak jenis makanan tertentu karena alasan warna, tekstur, maupun aroma. Anak dengan masalah perilaku makan seperti *picky eater* biasanya hanya mau mengonsumsi makanan dalam variasi yang terbatas atau yang diolah dengan cara tertentu, serta menunjukkan penolakan karena enggan atau ragu mencoba makanan baru. Faktor-faktor yang memengaruhi terjadinya perilaku *picky eater* dapat dikelompokkan menjadi dua, yaitu faktor internal dan faktor eksternal (Salsabila et al., 2025).

Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri anak, seperti riwayat penyakit, gangguan nafsu makan, serta aspek psikologis. Salah satu permasalahan utama dalam pola konsumsi anak adalah gangguan nafsu makan. Pada usia prasekolah, anak sering mengalami penurunan selera makan dan menunjukkan berbagai bentuk penolakan terhadap makanan, seperti menunda waktu makan, memilih-milih jenis makanan, hingga menutup mulut saat disuapi (Salsabila et al., 2025).

Sementara itu, faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar diri anak, yang dapat berkaitan dengan orang tua maupun lingkungan sekitar. Faktor ini meliputi tingkat pengetahuan orang tua tentang gizi, kebiasaan makan orang tua, pola asuh yang diterapkan, riwayat pemberian ASI eksklusif, riwayat pemberian MP-ASI, serta kondisi sosial ekonomi seperti tingkat pendapatan orang tua serta akses terhadap layanan kesehatan dan pendidikan, lingkungan sosial budaya, serta dukungan keluarga dalam

pemenuhan kebutuhan anak (Salsabila et al., 2025).

Meskipun beberapa penelitian telah meneliti hubungan pola asuh, pendidikan ibu, atau pekerjaan ibu secara terpisah dengan perilaku *picky eater*, masih terbatas penelitian yang menganalisis ketiga faktor tersebut secara simultan dalam satu model analisis, khususnya pada anak prasekolah di TAUD Khaira Ummah Koto Panjang Ikua Koto Kota Padang. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang komprehensif untuk mengidentifikasi faktor-faktor dominan yang berhubungan dengan perilaku *picky eater* agar dapat menjadi dasar intervensi preventif berbasis keluarga.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku *picky eater* pada anak prasekolah di TAUD Khaira Ummah Koto Panjang Ikua Koto Tahun 2026.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu: “Faktor apakah yang paling berhubungan dengan perilaku *picky eater* pada anak prasekolah di TAUD Khaira Ummah Koto Panjang Ikua Koto Kota Padang Tahun 2026?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku *picky eater* anak prasekolah di TAUD Khaira Ummah Koto Panjang Ikua Koto Kota Padang Tahun 2026.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui distribusi frekuensi perilaku *picky eater* pada anak prasekolah di TAUD Khaira Ummah Koto Panjang Ikua Koto Kota Padang Tahun 2026.
- b. Diketahui distribusi frekuensi pola asuh orang tua pada anak prasekolah di TAUD Khaira Ummah Koto Panjang Ikua Koto Kota Padang Tahun 2026.
- c. Diketahui distribusi frekuensi pendidikan orang tua pada anak prasekolah di TAUD Khaira Ummah Koto Panjang Ikua Koto Kota Padang Tahun 2026.
- d. Diketahui distribusi frekuensi pekerjaan orang tua pada anak prasekolah di TAUD Khaira Ummah Koto Panjang Ikua Koto Kota Padang Tahun 2026.
- e. Diketahui hubungan antara pola asuh orang tua dengan perilaku *picky eater* pada anak prasekolah di TAUD Khaira Ummah Koto Panjang Ikua Koto Kota Padang Tahun 2026.
- f. Diketahui hubungan antara pendidikan orang tua dengan perilaku *picky eater* pada anak prasekolah di TAUD Khaira Ummah Koto Panjang Ikua Koto Kota Padang Tahun 2026.
- g. Diketahui hubungan antara pekerjaan orang tua dengan perilaku *picky eater* pada anak prasekolah di TAUD Khaira Ummah Koto Panjang Ikua Koto Kota Padang Tahun 2026.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

a. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan, pengetahuan, dan pemahaman peneliti mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku *picky eater* pada anak prasekolah, serta menjadi sarana dalam mengaplikasikan ilmu yang telah diperoleh selama perkuliahan, khususnya di bidang gizi dan kesehatan anak.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan bahan rujukan ilmiah bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengembangkan penelitian terkait perilaku *picky eater*, pola makan anak, maupun faktor-faktor yang memengaruhinya, serta dapat menjadi dasar untuk penelitian lanjutan dengan variabel atau metode yang lebih luas.

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat Bagi Instansi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan dapat menjadi bahan masukan dan informasi bagi instansi pelayanan kesehatan, seperti puskesmas atau tenaga kesehatan, dalam upaya penyusunan program edukasi gizi dan promosi kesehatan terkait pencegahan serta penanganan perilaku *picky eater* pada anak prasekolah. Selain itu, hasil penelitian ini

dapat digunakan sebagai dasar dalam memberikan penyuluhan kepada orang tua mengenai pola asuh makan yang tepat.

b. Manfaat Bagi Institusi Tempat Penelitian

Diharapkan dapat memberikan informasi kepada pihak TAUD mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku *picky eater* pada anak didik, sehingga dapat menjadi dasar dalam merancang kegiatan edukasi gizi, pembiasaan makan sehat, serta kerja sama dengan orang tua dalam membentuk kebiasaan makan yang baik pada anak.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku *picky eater* pada anak prasekolah. Subjek penelitian adalah orang tua dari anak prasekolah. Penelitian dilaksanakan di TAUD Khaira Ummah Koto Panjang Ikua Koto, Kota Padang, pada bulan Maret sampai Agustus 2026. Penelitian dilakukan karena perilaku *picky eater* berpotensi memengaruhi kecukupan asupan gizi anak pada masa prasekolah. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain analitik observasional melalui pendekatan *cross sectional*. Variabel independen yang diteliti meliputi pola asuh orang tua, pendidikan orang tua, dan pekerjaan orang tua, sedangkan variabel dependen adalah perilaku *picky eater*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan dianalisis melalui analisis univariat dan bivariat untuk mengetahui hubungan antarvariabel.