

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Penelitian

Masalah gizi masih merupakan masalah kesehatan di Indonesia. Apabila pada masa sebelumnya, pemerintah fokus pada upaya perbaikan gizi untuk masalah malnutrisi pada anak, saat ini Indonesia mengalami beban ganda malnutrisi (*double burden of malnutrition*). Beban ganda malnutrisi adalah manifestasi yang simultan konsisi kurang gizi dan berat lebih atau obesitas (Popkin dkk., 2020). Kondisi ini banyak terjadi di negara-negara yang memiliki penghasilan rendah dan menengah (*low and middle-income countries* atau LMIC's). Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022 menunjukkan bahwa meskipun prevalensi obesitas pada balita di Indonesia menurun dari 11,8 di tahun 2011 menjadi 3,5 di tahun 2022, prevalensi berat badan rendah yang sebelumnya menurun pada tahun 2022 kembali meningkat menjadi 7.7%.

Masalah gizi pada balita berpotensi menghambat tumbuh kembang balita. Status gizi yang buruk meliputi *stunting*, *wasting* dan *underweight* serta berat badan berlebih (*overweight*) dan obesitas (gemuk). *Stunting* atau tengkes didefinisikan sebagai gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat nutrisi buruk, infeksi yang berulang dan stimulus psikososial yang tidak adekuat (WHO, 2015). Anak dikategorikan tengkes apabila bertubuh sangat pendek dibandingkan kelompok usianya (WHO, 2015). Kondisi ini disebabkan oleh malnutrisi yang kronis. *Wasting* merupakan kondisi malnutrisi yang terjadi dalam waktu yang lebih singkat dibandingkan tengkes. Anak dengan *wasting* terlihat sangat kurus karena terjadi pengurangan berat tubuh anak akibat masalah infeksi. Anak dengan *wasting* berpotensi tiga kali lipat menjadi tengkes (UNICEF, 2023). *Underweight* merupakan kondisi dimana anak memiliki berat badan yang kurang dibandingkan berat badan ideal di kelompok usianya. Malnutrisi yang terjadi pada awal kehidupan anak berpotensi menghambat perkembangan kognitif, imunitas tubuh menjadi rendah sehingga rentan mengalami infeksi dan di masa dewasa beresiko menderita penyakit tidak menular (PTM) yang dapat memicu kematian (UNICEF, 2023).

Kegemukan pada anak yang seringkali lekat dengan citra positif, seperti kemakmuran dan menggemaskan sebenarnya mengandung masalah kesehatan tersendiri. Berat badan berlebih (*overweight*) dan obesitas merupakan kondisi penumpukan lemak yang abnormal atau berlebihan yang menimbulkan risiko bagi kesehatan, terutama PTM (Rachmawati dkk, 2022). Berat badan berlebih dan obesitas pada masa kanak-kanak pada umumnya akan bertahan

hingga masa dewasa dan membuatnya rentan terhadap masalah kesehatan, seperti penyakit kardiovaskular (hipertensi, masalah kesehatan jantung, stroke), penyakit metabolik (misal: diabetes, dislipidemia) dan beberapa jenis kanker yang dapat menyebabkan kematian di usia muda (WHO, 2020).

Pemenuhan gizi pada awal kehidupan anak selain dipengaruhi oleh kemiskinan sehingga akses pada makanan berkualitas menjadi sangat terbatas, juga dipengaruhi oleh pengalaman praktik pemberian makanan oleh orang tua kepada anak. Masalah terhadap gizi tidak hanya dialami oleh keluarga yang memiliki penghasilan rendah namun juga terjadi pada keluarga yang memiliki penghasilan memadai. Riskesdas (2018) menunjukkan bahwa masalah gizi buruk bukan hanya terjadi di pedesaan namun juga terjadi di perkotaan. Anak yang dibesarkan dalam keluarga dengan tingkat pendidikan tinggi dan penghasilan yang baik tidak luput dari ancaman gizi buruk. Selain status gizi kurang, prevalensi berat badan lebih dan obesitas juga menunjukkan peningkatan di semua kelompok usia baik di pedesaan dan perkotaan dalam empat dekade mulai tahun 1975 hingga 2016 (Kemenko PMK, 2023). Unicef (2024) menyatakan bahwa 1 dari 5 anak usia sekolah mengalami kegemukan dan 1,9 juta balita mengalami kegemukan (Unicef, 2023). Beban ganda masalah gizi ini menghambat terwujudnya generasi emas 2045 yang sehat, cerdas dan mampu bersaing di tingkat global. Masalah kesehatan yang ditimbulkan akibat kurang gizi dan berat berlebih dan/atau obesitas juga memberikan beban ekonomi yang besar bagi negara.

Penelitian yang dilakukan oleh Uwiringiyimana dkk (2019) mengungkapkan bahwa gizi kurang mulai bisa dilihat ketika anak berada pada usia 12-30 bulan atau pada tahap ketika anak sudah mulai mengonsumsi makanan secara aktif. Makanan sebagai sumber nutrisi utama pada anak diharapkan bisa membantu tumbuh kembang anak dengan sebaik mungkin. Oleh karena itu, diperlukan perhatian yang cukup terhadap kandungan gizi yang ada pada makanan yang akan dikonsumsi oleh anak. Peran orang tua dalam pemberian makan kepada anak akhirnya menjadi satu hal penting yang perlu diperhatikan untuk keberlangsungan kesehatan anak karena praktik pemberian makan yang diberikan kepada anak berpengaruh terhadap kebiasaan makan anak di kemudian hari (Puspa & Rahmawati, 2020). Ketika anak mulai masuk usia tersebut, anak mengalami perubahan secara emosi dimana anak diharapkan untuk lebih mandiri dan mampu untuk beradaptasi dengan lingkungan mereka yang akhirnya berpengaruh ke beberapa aspek, salah satunya adalah pola makan anak (Windiyani & Mukminin, 2021).

Bagaimana orang tua menerapkan praktik pemberian makan memiliki pengaruh terhadap anak ke depannya dalam hal makan. Regulasi diri anak dalam hal makan bisa disebabkan oleh praktik pemberian makan yang diterapkan oleh orang tua. Ketika anak memiliki regulasi diri yang baik dalam hal makan, maka orang tua cenderung tidak menerapkan praktik pemberian makan yang berfokus pada regulasi emosi anak dalam hal makan (Tan & Holub, 2015). Oleh karena itu, praktik pemberian makan yang diterapkan oleh orang tua harus diperhatikan sehingga anak nantinya dapat meregulasikan dirinya dalam hal makan dengan baik. Ketika orang tua memegang kendali penuh atas praktik pemberian makan maka anak cenderung akan memiliki regulasi diri yang rendah, sebaliknya apabila orang tua memberikan pemahaman mengenai makan kepada anak maka anak akan memiliki regulasi diri yang baik dalam hal makan (Tan & Holub, 2015).

Anak usia prasekolah juga memiliki risiko mengalami obesitas yang mana disebabkan oleh lingkungan dalam keluarga terhadap pemilihan makan yang akan berdampak pada status gizi anak. Oktaviani dkk (2023) menyatakan bahwa kemungkinan anak memiliki status gizi lebih atau bahkan obesitas dapat disebabkan oleh persepsi orang tua dalam pemberian makan. Selain itu, faktor lain yang dapat menyebabkan anak berisiko berada di status gizi lebih atau obesitas adalah kegiatan yang melibatkan fisik yang anak lakukan. Apabila anak secara aktif sering melakukan kegiatan yang melibatkan fisik maka risiko anak terkena obesitas akan berkurang, terlebih apabila anak juga sering mengonsumsi sayuran dan buah-buahan (Hadi dkk., 2020). Untuk mengonsumsi makanan sayur dan buah serta melakukan kegiatan fisik tentunya orang tua memiliki peran untuk membimbing anak melakukan hal tersebut. Orang tua perlu menerapkan pola asuh serta praktik pemberian makan yang sehat dan menyenangkan sehingga anak dapat menerapkan hal tersebut dengan baik.

Penerapan praktik pemberian makan yang dilakukan oleh orang tua dapat menjadi salah satu kesempatan orang tua untuk berinteraksi dan membangun hubungan dengan anak mereka. Hal tersebut harus dimanfaatkan sebaik mungkin agar dapat tercipta suasana makan yang baik sehingga anak dapat memberikan respon terhadap makanan dan juga terhadap pola makan yang diterapkan oleh orang tua dengan lebih baik (Liu & Stein, 2013). Orang tua memiliki peran yang penting untuk membentuk lingkungan makan dalam keluarga yang mana berkaitan dengan pengalaman anak dalam hal makanan (Birch dalam Mansur, 2019).

Kendala utama yang sering ditemui dalam pemberian makanan pada anak adalah penolakan yang sering kali diberikan oleh anak atau anak menjadi pemilih dalam hal makanan sehingga

orang tua mengkhawatirkan perkembangan anak (Daniels, 2019). Taylor dan Emmett (2019) menyatakan bahwa anak yang pemilih makanan (*picky eater*) merefleksikan pola asuh orangtua dan praktik pemberian makan oleh orangtua yang mana orangtua memberikan tekanan kepada anak dalam konsumsi makan. Bila anak mengonsumsi jenis makanan yang sama dalam jangka waktu lama, anak dapat beresiko mengalami defisiensi nutrisi sehingga dapat mengganggu fungsi fisiologis dan psikologis tumbuh kembang anak yang kemudian berhubungan terhadap kemampuan kognitif anak (Puspaningtyas dkk., 2012).

Orang tua perlu menciptakan suasana yang nyaman agar anak dengan senang hati mengonsumsi makanan yang sudah disiapkan, salah satunya dengan memberikan praktik pemberian makan yang responsif, meliputi pemberian makan sesuai dengan umur, menunjukkan contoh kebiasaan yang sehat, mendorong anak agar mau makan dan bagaimana merespon nafsu makan anak yang kurang, memberikan lingkungan makan yang aman, dan memanfaatkan interaksi yang positif dengan anak (Latifah dkk., 2020). Penerapan *responsive feeding* telah terbukti mampu meningkatkan berat badan anak setelah dua minggu (Rahmadiyah dkk., 2018). Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian Reisy dan Zuliawati (2022) yang menyatakan bahwa penerapan *responsive feeding* mampu memberikan pengaruh yang positif terhadap pola makan anak dan juga mampu mempengaruhi perkembangan anak secara positif.

Praktik pemberian makan yang diterapkan oleh orang tua merupakan salah satu penyebab tidak langsung dari perkembangan status gizi anak (UNICEF dalam Septikasari, 2018). Hasil penelitian Perdani dkk (2016) menyatakan bahwa anak yang kurang optimal dalam pemberian makan memiliki peluang lebih besar untuk memiliki status gizi kurus atau kurang dibandingkan dengan anak yang pemberian makannya optimal. Orang tua yang menerapkan praktik pemberian makan yang optimal, memegang kontrol terhadap anak, ikut berperan dalam pemberian makan, dan turut melibatkan anak dalam pemilihan makan dapat meningkatkan status gizi anak. Boots dkk (2015) juga mengatakan bahwa pemberian makanan sehat kepada anak dipengaruhi oleh pola pengasuhan oleh orang tua atau pengasuh.

Sejumlah studi telah menemukan hubungan antara praktik pemberian makan pada anak terhadap status gizi anak. Pada penelitian yang dilakukan oleh Purnama dkk (2015) yang melibatkan anak usia 2-5 tahun yang dilakukan di Surabaya menyatakan bahwa praktik pemberian makan yang diterapkan oleh orang tua berpengaruh terhadap status gizi anak. Penelitian tersebut menyatakan apabila orang tua menyediakan lingkungan makanan sehat di

rumah maka anak akan mengonsumsi makanan yang sehat pula sehingga status gizi anak cenderung akan berada pada status gizi baik. Penelitian lain dilakukan oleh Rasyidah dkk (2022) kepada anak usia 3-5 tahun menunjukkan bahwa praktik pemberian makan ketika orang tua turut mengikutsertakan anak dalam perencanaan makan juga berpengaruh terhadap status gizi anak.

Di Indonesia, mayoritas masyarakat menganut agama Islam sehingga berbagai macam pendekatan dalam Islam digunakan untuk melihat berbagai macam fenomena yang ada. Sebagai umat Islam, hal terkait dengan makan juga menjadi satu hal yang perlu diperhatikan. Hal ini dijelaskan dalam Surat Abasa ayat 24:

فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ إِلَى طَعَامِهِ ﴿٢٤﴾

Artinya: *Maka, hendaklah manusia itu memperhatikan makanannya.*

Menurut tafsir Kemenag (2019), ayat ini berisi mengenai perintah Allah kepada seluruh umat manusia untuk memperhatikan makanannya, yaitu makanan bergizi yang mengandung protein, karbohidrat, dan lain-lain sehingga memenuhi kebutuhan nutrisi. Dalam Islam, orang tua juga memiliki kewajiban untuk memberikan makanan dengan gizi yang baik serta halal. Orang tua juga memiliki kewajiban untuk mengajarkan anak mengenai makanan apa yang boleh dan tidak boleh untuk dikonsumsi serta menjelaskannya kepada anak sehingga anak paham akan hal tersebut. Oleh karena itu, orang tua perlu memperhatikan dan mencermati kandungan nutrisi atau gizi makanan yang dikonsumsi oleh anak (Mayar & Astuti, 2021).

Penelitian ini dilakukan untuk melihat seperti apa hubungan antara status gizi dan praktik pemberian makan terhadap anak usia prasekolah di Kabupaten Pandeglang, Banten yang merupakan salah satu daerah dengan masalah kesehatan yang perlu diperhatikan. Di Indonesia sendiri tidak banyak yang mempelajari praktik pemberian makan pada anak pra-sekolah, usia 4-6 tahun, meskipun tantangan pemberian makanan di usia ini lebih besar mengingat perkembangan fisik dan kognitif anak telah meningkat. Keberhasilan praktik pemberian makanan sehat di masa ini akan membentuk kebiasaan makan yang sehat dan mencegah obesitas maupun penyakit lain yang disebabkan karena kurang asupan gizi (Wang dkk., 2023). Oleh karena itu, penelitian dilakukan untuk melihat hubungan yang ada terhadap praktik pemberian makan dan status gizi anak usia prasekolah di Pandeglang, Banten.

1.2. Pertanyaan Penelitian

1. Apakah terdapat hubungan antara praktik pemberian makan dan status gizi pada anak usia prasekolah?
2. Bagaimana pandangan Islam mengenai praktik pemberian makan dan status gizi anak usia pra sekolah?

1.3. Tujuan Penelitian

1. Tujuan dari penelitian ini yaitu ingin mengetahui hubungan antara praktik pemberian makan dan status gizi anak usia prasekolah.
2. Mengetahui pandangan Islam mengenai praktik pemberian makan dan status gizi anak usia pra sekolah.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

1. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi tambahan untuk penelitian terkait dengan hubungan antara praktik pemberian makan dan status gizi anak usia prasekolah.
2. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi perkembangan ilmu psikologi khususnya ilmu psikologi kesehatan.

1.4.2. Manfaat Praktis

1. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada orangtua dalam menyediakan dan memberikan makanan kepada anak mereka. Dengan memahami praktik pemberian makan yang baik, maka orangtua berperan dalam membangun kebiasaan baik sehingga kesehatan anak terjaga dan terpelihara hingga dewasa kelak.
2. Hasil penelitian ini memberikan informasi kepada pihak-pihak terkait yang dapat membantu membentuk praktik pemberian makan yang baik pada anak seperti pihak sekolah, komunitas dan pemerintah.