

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Stunting adalah masalah gizi yang masih menjadi perhatian utama di banyak negara, termasuk Indonesia. Stunting adalah kondisi di mana pertumbuhan anak terhambat akibat kekurangan gizi kronis selama 1.000 hari pertama kehidupannya, yang menyebabkan tinggi badan anak menjadi lebih rendah dibandingkan usia sebayanya. Stunting bisa mempengaruhi perkembangan fisik, kognitif, serta kemampuan sosial dan emosional anak di masa mendatang (Kemenkes RI, 2022). Salah satu faktor yang dapat menghambat pertumbuhan anak adalah perilaku *picky eating*, yang ditandai dengan kebiasaan anak memilih-milih makanan, menolak makanan tertentu, dan hanya menyukai makanan yang dipilih sendiri (Pebruanti & Rokhaidah, 2022).

Meskipun terdapat banyak program intervensi gizi di Indonesia, prevalensi stunting tetap tinggi. Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, prevalensi stunting di Indonesia menurun dari 24,4% pada tahun 2021 menjadi 21,6% pada tahun 2022. Namun, angka tersebut masih jauh dari target pemerintah yang ingin mencapai penurunan stunting hingga 14% pada tahun 2024 (Kemenkes, 2023). Menurut data dari Portal Data Jawa Tengah, prevalensi stunting di Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2022 mencapai 20,9%. Data Prevalensi stunting di Kabupaten Klaten juga masih cukup tinggi. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Klaten, wilayah Puskesmas Polanharjo memiliki prevalensi balita pendek sebesar 16,8% dan balita dengan status gizi kurang sebesar 4,6%, yang menggambarkan masalah gizi dan pertumbuhan yang signifikan. Di antara wilayah kerja Puskesmas Polanharjo, Kranggan dan Sidoharjo menjadi daerah dengan kasus stunting terbanyak (dinkes, 2023). Oleh karena itu, penelitian ini berfokus pada analisis hubungan antara kebiasaan *picky eating* dan kejadian stunting pada balita, khususnya di wilayah Puskesmas Polanharjo.

Faktor-faktor yang menyebabkan tingginya prevalensi stunting antara lain kekurangan gizi pada 1.000 hari pertama kehidupan anak, kualitas pelayanan kesehatan yang kurang memadai, serta keterbatasan akses terhadap pangan sehat (Husain, 2024). (Nurmalasari, 2020) mengungkapkan bahwa anak-anak dengan perilaku *picky eating* memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami stunting dibandingkan dengan anak-anak yang tidak menunjukkan

perilaku tersebut. Hasil temuan ini menegaskan pentingnya memberikan perhatian khusus terhadap pola makan anak sejak usia dini sebagai langkah preventif dalam mencegah stunting. Dengan mengidentifikasi dan mengelola perilaku *picky eating* lebih awal, diharapkan status gizi anak dapat ditingkatkan sehingga mereka tumbuh dan berkembang secara optimal tanpa terhambat oleh stunting. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi dini yang mencakup edukasi gizi dan pola makan seimbang sangat penting dalam upaya mengurangi prevalensi stunting di kalangan anak-anak.

Masalah pola makan yang sering terjadi pada anak balita, seperti *picky eating*, dan penanganan yang tidak tepat oleh orang tua, merupakan salah satu faktor yang berkontribusi terhadap peningkatan status gizi kurang dan gizi buruk pada anak-anak di Indonesia (Mulyani et al., 2023). Asupan gizi yang meliputi jenis, jumlah dan jadwal makan dalam memenuhi kebutuhan nutrisi pada anak disebut sebagai pola pemberian makan. Perilaku pemberian makan yang baik berpedoman pada program gizi seimbang. Perilaku pemberian pola makan yang tidak baik sangat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan pada anak, dan nantinya akan timbul salah satu dampaknya yaitu stunting (Purwasari, 2020)

Kurangnya edukasi nutrisi bagi orang tua dan masyarakat juga menjadi penyebab tingginya angka stunting. Pemerintah telah melakukan berbagai upaya untuk menurunkan angka stunting, termasuk melalui program Percepatan Penurunan Stunting yang diatur dalam Perpres No. 72 Tahun 2021. Program ini mencakup intervensi gizi pada ibu sebelum dan saat hamil, serta intervensi pada anak usia 6 hingga 23 bulan (Kemenkes, 2022). Meskipun telah terjadi penurunan, masih diperlukan upaya besar dan kolaborasi lintas sektoral untuk mencapai target penurunan stunting yang diharapkan (Ahmad, 2024).

Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap masalah ini adalah kebiasaan *picky eating* yang berdampak langsung pada asupan gizi anak. *Picky eating* atau kebiasaan makan yang selektif telah menjadi topik yang sering dibahas di media sosial. Banyak orang berbagi pengalaman mereka tentang *picky eating*, baik dari sudut pandang pribadi maupun sebagai orang tua yang menghadapi tantangan ini pada anak-anak mereka. Beberapa artikel menyebutkan bahwa *picky eating* dapat dipengaruhi oleh faktor psikologis, seperti ketakutan mencoba makanan baru atau preferensi terhadap tekstur tertentu. Fenomena ini menunjukkan pentingnya pemahaman yang lebih mendalam tentang *picky eating*, terutama dalam konteks kesehatan dan perkembangan anak (Kompasiana, 2024).

Masalah *picky eating* dapat memperburuk risiko stunting dan memiliki dampak jangka panjang pada kualitas hidup anak, serta meningkatkan beban kesehatan di masa depan (Selvany et al., 2024). Anak-anak yang mengalami *picky eating* sering kali tidak mendapatkan asupan gizi yang cukup untuk pertumbuhan optimal. Kekurangan nutrisi ini dapat memperburuk risiko stunting pada anak. Kebiasaan *picky eating* berhubungan erat dengan rendahnya asupan kalori, protein, vitamin, dan mineral. Nutrisi tersebut sangat penting untuk mendukung perkembangan fisik dan kognitif anak. Studi menunjukkan bahwa *picky eating* dapat berdampak negatif pada status gizi anak, yang selanjutnya berkontribusi pada kejadian stunting (Astuti et al., 2023).

Picky eating atau pilih-pilih makan adalah gangguan makan pada anak yang membutuhkan perhatian dari keluarga dan tenaga kesehatan, karena efeknya bisa merugikan anak. *Picky eating* merupakan kesulitan makan (*feeding difficulties*) di mana anak-anak sering kali menolak makanan baru atau hanya mau makan jenis makanan tertentu saja. Memilih-milih makanan ini adalah masalah yang harus diperhatikan oleh orang tua dan praktisi kesehatan, sebab perilaku *picky eating* bisa berdampak negatif baik bagi anak maupun pengasuhnya (Azzahrah et al., 2023). Anak *picky eating* seringkali menunjukkan resistensi terhadap jenis makanan tertentu, seperti sayuran dan buah-buahan, yang mengandung nutrisi esensial untuk pertumbuhan dan perkembangan mereka. Dampaknya dapat meliputi kekurangan zat gizi, kurangnya energi, dan ketidakseimbangan nutrisi yang berpotensi menghambat proses pertumbuhan optimal (Pebruanti, 2022).

Picky eating pada anak dapat disebabkan oleh berbagai faktor. *Picky eating* dapat menyebabkan kekurangan zat gizi, terutama gizi mikro. Kekurangan zat gizi ini dapat memberikan efek pada status gizi anak. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kejadian *picky eating* pada anak adalah faktor genetik, pengaruh prenatal, pemberian makanan dini postnatal, pola makan orangtua, dan lingkungan keluarga, kebiasaan orang tua dalam memberikan makanan, seperti sering memaksa anak makan atau kurang variatif dalam hidangan, dapat memicu perilaku *picky eating*. Status ibu sebelum hamil, termasuk usia saat hamil, kebiasaan merokok, dan kelas sosial, juga mempengaruhi kebiasaan makan anak (Arisandi, 2019)

Ciri-ciri *picky eating* pada anak termasuk kebiasaan memilih-milih makanan dan menolak makanan baru. Anak yang *picky eating* biasanya nafsu makan berkurang dan hanya mau makan kurang dari 10 jenis makanan dari kelompok yang berbeda dan menolak makanan yang sebelumnya disukai. Mereka cenderung lebih memilih minum susu dan

menolak makanan padat, serta menunjukkan reaksi sensitivitas sensorik seperti menolak makanan bertekstur kasar atau tidak suka menyentuh makanan lembek (Febriyana, 2024). Anak *picky eating* sering kali makan dalam jumlah yang sedikit dan membutuhkan waktu lama untuk menyelesaikan makanannya. Selain itu, anak-anak *picky eating* sering kali menolak makanan berdasarkan tekstur, warna, atau bau yang tidak mereka sukai, seperti menolak sayuran yang bertekstur lembut atau makanan dengan warna tertentu (Mulianah et al., 2024).

Penelitian (Azzahrah et al., 2023) menunjukkan bahwa anak-anak sering kali menolak untuk mengonsumsi buah dan sayuran. Namun, perilaku *picky eating* ini cenderung bersifat sementara, di mana anak menolak makanan tertentu pada satu waktu tetapi mau memakannya di lain waktu. Akibatnya, meskipun tidak mengonsumsi semua nutrisi setiap hari, kebutuhan gizi anak tetap dapat seimbang. Banyak faktor yang memengaruhi kejadian stunting pada balita, termasuk pengetahuan ibu tentang gizi dan cara pemberian makan yang tepat. Ibu yang memiliki pemahaman baik tentang pola makan anak cenderung lebih mampu menyediakan nutrisi yang cukup, sehingga dapat mencegah stunting (Trisdeaty et al., 2024).

Pandangan bahwa ibu memiliki peran besar dalam mengatasi *picky eating* pada anak biasanya terkait dengan beberapa faktor yang mencerminkan kedekatan emosional dan peran tradisional dalam keluarga. Ibu sering kali memiliki hubungan emosional yang lebih dekat dengan anak-anak mereka. Hubungan ini membuat anak merasa lebih nyaman dan terbuka terhadap pengaruh serta bimbingan ibu terkait makanan. Peran Ibu yang dapat memberikan contoh yang baik dengan mengonsumsi berbagai jenis makanan, termasuk buah dan sayuran. Selain itu, ibu juga dapat menciptakan lingkungan makan yang positif dengan menetapkan waktu makan yang teratur dan menghindari distraksi seperti gadget. Menyediakan makanan yang beragam dan menarik mendorong anak mencoba makanan baru. Edukasi tentang pentingnya nutrisi membantu anak memahami manfaat berbagai jenis makanan untuk kesehatan mereka, sehingga peran ibu dalam pola makan anak dapat mencegah *picky eating* dan stunting (Hardjito, 2024).

Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa *picky eating* berhubungan erat dengan terjadinya stunting pada anak. Sebuah studi oleh (Fathiya, 2024) perilaku *picky eating* memengaruhi terjadinya stunting pada anak, perilaku memilih-milih makanan menyebabkan terbatasnya dan rendahnya asupan nutrisi yang diterima ke dalam tubuh si anak sehingga dapat mengganggu proses tumbuh kembangnya, dan nantinya akan berdampak ke pertumbuhannya dan berisiko mengalami stunting. Penelitian oleh (Hakiki,

2024) menemukan bahwa kebiasaan makan selektif pada anak-anak dapat menyebabkan mereka tidak mendapatkan nutrisi yang cukup untuk mendukung pertumbuhan optimal mereka, yang pada akhirnya meningkatkan risiko kondisi stunting.

Dalam lingkup keluarga penelitian (Jatmikowati et al., 2023) menyoroti peran penting ibu dalam menciptakan lingkungan makan yang positif dan menyenangkan. Dengan menetapkan waktu makan yang teratur, menghindari gangguan seperti penggunaan gadget, dan menyajikan makanan dengan cara yang menarik, ibu dapat meningkatkan keterlibatan anak dalam proses makan. Langkah-langkah seperti ini membantu memperkenalkan keragaman makanan kepada anak sejak dini, yang mendukung kesadaran dan kesehatan nutrisi mereka.

Penelitian oleh (Frederika, 2023) menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara perilaku *picky eating* dengan kejadian stunting pada anak usia prasekolah. Penelitiannya di Kecamatan Lau, Kabupaten Maros, mengungkapkan bahwa anak-anak dengan perilaku *picky eating* cenderung memiliki status gizi yang lebih rendah dan risiko lebih tinggi mengalami stunting dibandingkan dengan anak-anak yang tidak *picky eater*. Hasil ini menggarisbawahi pentingnya intervensi dini, termasuk edukasi gizi kepada orang tua, untuk mencegah dampak buruk *picky eating*.

Penelitian oleh (Widianita, 2023) menemukan adanya hubungan signifikan antara parental feeding style dan perilaku *picky eating* dengan kejadian stunting. Studi ini menyoroti bahwa pendekatan pola asuh makan yang tepat dapat menjadi langkah preventif penting dalam mencegah stunting pada anak usia prasekolah.

Berbagai penelitian ini menunjukkan bahwa *picky eating* bukan hanya perilaku yang berdampak pada pola makan sehari-hari, tetapi juga memiliki implikasi yang serius terhadap kesehatan jangka panjang, seperti stunting. Oleh karena itu, penelitian tentang hubungan *picky eating* dan stunting pada balita menjadi penting untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam dan sebagai dasar untuk intervensi yang lebih efektif dalam rangka meningkatkan kesehatan anak-anak Indonesia.

Studi pendahuluan di puskesmas pada 26 Februari 2025 dengan 5 balita menunjukkan bahwa pola makan tidak sehat menjadi masalah umum pada balita. Anak-anak *picky eating* cenderung menghindari sayuran dan buah, lebih menyukai jajanan ringan, makanan cepat saji, dan 3 anak senang mengkonsumsi nasi dengan lauk kerupuk dan kecap, serta minuman manis. Kebiasaan ini diperburuk dengan rendahnya konsumsi air putih dan preferensi makanan terbatas, seperti hanya menyukai ayam goreng atau telur dalam jumlah kecil.

Orang tua cenderung mengikuti keinginan anak, yang berpotensi meningkatkan risiko stunting akibat kekurangan gizi.

Urgensi penelitian ini semakin meningkat karena adanya kebutuhan untuk memahami faktor-faktor yang mempengaruhi *picky eating* dan stunting, serta bagaimana bagaimana peran ibu dapat membantu mencegah kondisi tersebut. Dengan penelitian ini, diharapkan dapat ditemukan strategi-strategi intervensi yang lebih efektif dalam mengatasi *picky eating* dan mengurangi angka stunting di Indonesia, sehingga mendukung tercapainya target-target kesehatan global dan nasional, seperti yang tercantum dalam Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs)

B. Rumusan Masalah

Dari Prevalensi stunting di Kabupaten Klaten masih cukup tinggi, mencapai 13,52%. Pola makan tidak sehat, seperti *picky eating*, dan penanganan orang tua yang kurang tepat berkontribusi pada gizi kurang dan gizi buruk pada balita. Dampaknya meliputi terhambatnya pertumbuhan fisik serta gangguan perkembangan otak yang memengaruhi kognitif dan motorik anak. Kurangnya edukasi nutrisi bagi orang tua juga menjadi faktor utama tingginya angka stunting. Berdasarkan hal ini, dirumuskan pertanyaan penelitian.

“ Bagaimanakah hubungan *picky eating* dengan kejadian stunting pada usia 12-24 bulan di puskesmas polanharjo”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *picky eating* dengan kejadian stunting pada usia 12-24 bulan di puskesmas Polanharjo.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden pada anak (usia, jenis kelamin) dan orang tua (pendidikan, pekerjaan)
- b. Mengidentifikasi *Picky eating* pada balita
- c. Mengidentifikasi Status stunting
- d. Menganalisis hubungan *picky eating* dengan kejadian stunting pada balita.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Secara teoritis penelitian mengenai hubungan *picky eating* dengan kejadian stunting pada anak usia 12-24 bulan diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam dan komprehensif dalam bidang keperawatan anak, serta mendukung upaya peningkatan status gizi anak secara umum.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi penelitian untuk mahasiswa lain dalam bidang ilmu keperawatan khususnya stase keperawatan anak.

b. Bagi puskesmas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran tentang beberapa faktor yang mempengaruhi kejadian Stunting, sehingga diharapkan pemangku kebijakan dapat memberikan dan melakukan intervensi untuk pencegahan dan mengatasi faktor-faktor penyebab tersebut.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai data dasar dalam penelitian yang akan mereka lakukan selanjutnya dan dapat menjadi pedoman bagi peneliti selanjutnya untuk menambah ranah pengetahuan dari sebuah penelitian di bidang keperawatan khususnya keperawatan anak terutama tentang faktor yang menyebabkan Stunting.

d. Bagi Responden

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai wawasan tentang dampak *picky eating* terhadap stunting dan agar orang tua dapat mengetahui status gizi anak dan juga faktor-faktor yang mempengaruhi, seperti perilaku pola makan *Picky eating* yang sering kali terjadi pada anak

E. Keaslian Peneltitian

Tabel 1.1 Keaslian penelitian

No	Nama peneliti	Judul	Metode	Hasil	Perbedaan
1.	Pebruanti, Parida Rokhaidah 2022	Hubungan <i>Picky eating</i> Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Prasekolah Di Tka Nurul Huda Tumaritis Kabupaten Bogor	Metode yang digunakan yaitu deskriptif kuantitatif dengan desain <i>cross sectional</i> . Pengambilan sampel penelitian menggunakan total sampling yaitu berjumlah 73 ibu dan anaknya.	Hasil analisis dengan uji chi-square didapatkan nilai $p = 0,023$ ($p < 0,05$) yang artinya ada hubungan antara <i>picky eating</i> dengan kejadian stunting pada anak prasekolah di TKA Nurul Huda Tumaritis Kabupaten Bogor.	Variabel bebas: <i>Picky eating</i> Variabel teriket: stunting pada balita Metode: kuanitatif dengan desain case control Teknik sampling : total sampling Uji statistik: Uji Chi-Square
2.	Yesi Nurmalasari 2020	<i>Picky eating</i> And Stunting In Children Aged 2 to 5 Years In Central Lampung, Indonesia	Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain case control. Teknik pengambilan sampel menggunakan rumus slovin. Analisis data menggunakan uji chi square. Sampel 52 responden, Dianalisis dengan uji chi square.	Hasilnya menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara perilaku <i>picky eating</i> dan kejadian stunting pada anak usia 2 hingga 5 tahun di Central Lampung. Anak-anak yang memiliki perilaku <i>picky eating</i> cenderung lebih berisiko mengalami stunting dibandingkan anak-anak yang tidak <i>picky eater</i> .	Variabel bebas: <i>Picky eating</i> Variabel teriket: stunting pada balita Metode: kuanitatif dengan desain case control Teknik sampling : total sampling Uji statistik: Uji Chi-Square
3.	Roza Mulyani 2023	Hubungan <i>picky eating</i> dengan statu gizi anak usia prasekolah di desa lokus stunting	Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan <i>cross sectional study</i> . Sampel dalam penelitian ini adalah 34 anak usia 3-5	Hasil menunjukkan bahwa 23,5% anak mengalami <i>picky eating</i> , namun mayoritas memiliki status gizi yang baik. Hasil uji statistik menunjukkan tidak ada hubungan signifikan antara perilaku <i>picky eating</i> dengan status gizi, dengan nilai p sebesar 0,655	Variabel bebas: <i>Picky eating</i> Variabel teriket: stunting pada balita Metode: kuanitatif dengan desain case control Teknik sampling : total sampling Uji statistik: Uji Chi-Square
4,	Muthia Trisdeaty 2024	Hubungan pengetahuan ibu dan perilaku <i>picky eating</i> dengan kejadian stunting pada balita studi wilayah kerja puskesmas purnama kota dumai	Penelitian menggunakan desain cross-sectional dengan melibatkan 151 sampel yang dipilih secara acak sederhana. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan pengukuran antropometri, serta dianalisis menggunakan uji Chi-square	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu dan kejadian stunting, serta hubungan antara perilaku <i>picky eating</i> dengan kejadian stunting ($pvalue < 0,05$).	Variabel bebas: <i>Picky eating</i> Variabel teriket: stunting pada balita Metode: kuanitatif dengan desain case control Teknik sampling : total sampling Uji statistik: Uji Chi-Square