BAB I

LATAR BELAKANG

Masa prasekolah merupakan tahap penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak, sehingga kebiasaan makan pada periode ini perlu diperhatikan. Pada usia tersebut anak mulai memiliki pilihan terhadap makanan yang dikonsumsi dan dapat menunjukkan berbagai perilaku makan, seperti menolak makanan tertentu, memilih-milih makanan, lebih menyukai makanan tertentu, serta kurang tertarik mengonsumsi sayur dan buah. Apabila kebiasaan tersebut berlangsung secara terus-menerus, anak berisiko memiliki pola makan yang kurang beragam sehingga kebutuhan gizinya tidak terpenuhi secara optimal. Oleh karena itu, pembentukan kebiasaan makan yang baik sejak usia prasekolah menjadi hal yang penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak (Shloim et al., 2020).

Permasalahan kebiasaan makan anak juga masih menjadi perhatian karena berkaitan dengan masalah gizi. Di Indonesia, berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, prevalensi stunting pada balita mencapai 21,6%, wasting sebesar 7,7%, dan overweight sebesar 3,5% (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa permasalahan gizi anak tidak hanya berkaitan dengan kekurangan gizi, tetapi juga pola konsumsi yang kurang tepat. Salah satu lingkungan yang berperan dalam pembentukan kebiasaan makan anak adalah keluarga, karena orang tua dan anggota keluarga terlibat langsung dalam menyediakan makanan, menentukan aturan makan, serta memberikan contoh perilaku makan kepada anak (Scaglioni et al., 2018).

Berdasarkan observasi pendahuluan yang dilakukan peneliti di TK Pertiwi Kedungpucang Bener Purworejo, ditemukan beberapa permasalahan kebiasaan makan pada anak. Beberapa anak menunjukkan perilaku picky eating atau memilih-milih makanan, terdapat anak yang menolak mengonsumsi makanan tertentu seperti sayur dan buah, serta terdapat anak yang memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan ringan (*snack*) secara berlebihan. Peneliti juga menemukan adanya perbedaan kebiasaan makan antara anak yang satu dengan anak lainnya. Kondisi tersebut terlihat dalam kegiatan makan anak di lingkungan sekolah dan menunjukkan bahwa kebiasaan makan anak belum terbentuk secara sama. Temuan tersebut kemudian menjadi dasar bagi peneliti untuk mengetahui lebih lanjut bagaimana kebiasaan makan anak dibentuk di lingkungan keluarga.

Untuk memperdalam temuan tersebut, peneliti melakukan studi pendahuluan melalui wawancara dengan lima orang tua. Hasil wawancara menunjukkan adanya perbedaan cara keluarga dalam menghadapi dan membentuk kebiasaan makan anak. Ibu A memberikan variasi menu dan tidak memaksa anak sehingga anak memiliki kebiasaan makan yang lebih teratur dan bersedia mengonsumsi sayur. Sebaliknya, Ibu B cenderung menuruti keinginan anak karena merasa lelah menghadapi anak ketika makan sehingga anak menjadi pemilih makanan dan terbiasa menggunakan gadget saat makan. Pada Ibu C ditemukan bahwa pemberian makan yang dilakukan secara kaku dan memaksa menyebabkan anak menangis dan menimbun makanan di dalam mulut (*food pocketing*). Sementara itu, pada Ibu D ditemukan adanya ketidakkonsistenan aturan makan karena pengasuhan anak juga dilakukan oleh nenek, sedangkan pada Bapak E ditemukan bahwa anak cenderung meniru kebiasaan mengonsumsi makanan siap saji ketika bersama ayah pada akhir pekan.

Hasil observasi dan studi pendahuluan tersebut menunjukkan bahwa permasalahan kebiasaan makan anak di TK Pertiwi Kedungpucang tidak hanya berkaitan dengan jenis makanan yang disukai atau ditolak anak, tetapi juga berkaitan dengan cara keluarga menjalankan perannya dalam proses makan. Terdapat perbedaan dalam cara orang tua memberikan makanan, menghadapi penolakan anak, menerapkan aturan makan, memberikan contoh, serta melibatkan anggota keluarga lain dalam pengasuhan. Perbedaan tersebut dapat terlihat dari munculnya perilaku picky eating, ketergantungan gadget saat makan, *food pocketing*, ketidakkonsistenan aturan makan, dan kecenderungan anak meniru konsumsi makanan siap saji. Kondisi ini menunjukkan pentingnya memahami secara lebih mendalam peran keluarga dalam membentuk kebiasaan makan anak prasekolah.

Penelitian mengenai kebiasaan makan anak telah banyak membahas pengaruh pola asuh, praktik pemberian makan, dan pengetahuan orang tua. Namun, berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti, ditemukan berbagai bentuk peran keluarga yang berbeda pada anak-anak di TK Pertiwi Kedungpucang. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menggali secara mendalam bagaimana peran keluarga dalam membentuk kebiasaan makan anak prasekolah di TK Pertiwi Kedungpucang Bener Purworejo. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai praktik keluarga dalam membentuk kebiasaan makan anak serta permasalahan yang dihadapi orang tua dalam proses tersebut.

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana peran keluarga dalam membentuk kebiasaan makan pada anak prasekolah di TK Pertiwi Kedungpucang Bener Purworejo?
2. Faktor-faktor apa saja dalam keluarga yang mempengaruhi kebiasaan makan pada anak prasekolah di TK Pertiwi Kedungpucang Bener Purworejo?
3. Bagaimana gambaran kebiasaan makan pada anak prasekolah di TK Pertiwi Kedungpucang Bener Purworejo?

Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

   Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk menganalisis peran keluarga dalam membentuk kebiasaan makan pada anak prasekolah di TK Pertiwi Kedungpucang Bener Purworejo.

2. Tujuan Khusus

   Tujuan khusus dari penelitian ini adalah:

   a. Mengidentifikasi peran orang tua dalam pemberian makan anak di TK Pertiwi Kedungpucang Bener Purworejo.
   b. Menganalisis faktor keluarga yang mempengaruhi kebiasaan makan anak di TK Pertiwi Kedungpucang Bener Purworejo.
   c. Mendeskripsikan kebiasaan makan pada anak prasekolah di TK Pertiwi Kedungpucang Bener Purworejo.

Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang kebidanan dan gizi anak. Penelitian ini dapat menambah bukti empiris tentang peran keluarga dalam pembentukan kebiasaan makan anak prasekolah dalam konteks Indonesia, khususnya di wilayah pedesaan. Selain itu,

penelitian ini juga dapat menjadi referensi atau bahan kajian bagi peneliti lain yang tertarik untuk mengkaji topik serupa dengan pendekatan atau konteks yang berbeda.

Secara khusus, penelitian ini berkontribusi dalam mengisi research gap atau celah penelitian terkait masih minimnya penelitian tentang peran keluarga dalam kebiasaan makan anak prasekolah di daerah pedesaan Jawa Tengah. Temuan penelitian ini diharapkan dapat memperkaya literatur mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan anak dalam konteks sosial dan budaya Indonesia yang beragam.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Keluarga

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan pengetahuan keluarga mengenai pentingnya peran mereka dalam membentuk kebiasaan makan anak. Keluarga dapat memanfaatkan informasi yang dihasilkan dari penelitian ini untuk mengevaluasi dan memperbaiki praktik pemberian makan yang selama ini telah dilakukan. Selain itu, keluarga juga dapat menciptakan lingkungan yang lebih kondusif mendukung pembentukan kebiasaan makan sehat pada anak.

b. Bagi Institusi Pendidikan (TK Pertiwi Kedungpucang Bener Purworejo)

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan masukan bagi pihak sekolah dalam mengembangkan program edukasi gizi yang melibatkan orang tua dan keluarga siswa. Sekolah dapat memanfaatkan temuan dari penelitian ini untuk merancang berbagai kegiatan yang mendukung pembentukan kebiasaan makan sehat pada anak. Beberapa contoh kegiatan tersebut antara lain program makan bersama, edukasi gizi untuk orang tua, atau pemantauan status gizi siswa secara berkala.

c. Bagi Tenaga Kesehatan dan Bidan

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi yang bermanfaat bagi tenaga kesehatan, terutama bidan, dalam memberikan konsultasi atau penyuluhan tentang gizi kepada keluarga yang memiliki anak usia pra-sekolah. Pengetahuan mengenai berbagai aspek atau dimensi peran keluarga dapat membantu bidan dalam memberikan edukasi yang lebih menyeluruh dan sesuai dengan kebutuhan masing-masing keluarga.

d. Bagi Peneliti

Penelitian ini memberikan pengalaman berharga bagi peneliti dalam melakukan penelitian ilmiah di bidang kesehatan. Bagi peneliti selanjutanya diharapkan dapat menjadi referensi untuk penelitian lanjutan terkait topik serupa.