

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perilaku makan yang tidak sehat sudah meningkat sejak beberapa dekade terakhir. Makanan tidak sehat itu meliputi makanan yang mengandung tinggi lemak, gula, dan garam tapi rendah mikronutrien atau zat bergizi. Kebiasaan makan tidak sehat biasanya dimulai sejak kecil dan sering bertahan hingga dewasa. Orang tua memiliki peran penting dalam membentuk kebiasaan perilaku makan anak melalui pola asuh makan yang diterapkan orang tua (Wang dkk., 2017).

Keluarga adalah lingkungan sosial dimana anak dapat belajar dan meniru perilaku makan. Disini peran orang tua sebagai panutan, pendidik dan promotor kesehatan dalam kehidupan anak (Yee dkk., 2017). Menurut Rodenburg et al. dalam (Utari, 2017), orang tua memiliki peran dalam membentuk perilaku makan anak, salah satunya melalui pola asuh makan yang diterapkan orang tua kepada anak. Perlunya orang tua memahami bagaimana pilihan konsumsi makanan anak yang baik. Seperti halnya membatasi konsumsi minuman manis (SSB), dengan meningkatkan konsumsi makanan sehat seperti buah dan sayur memiliki manfaat yang baik bagi kesehatan anak. Namun, pada kenyataannya anak-anak di beberapa bagian dunia masih mengkonsumsi gula pada tingkat yang mengkhawatirkan, seperti anak-anak di Amerika Serikat, Inggris, Meksiko, bahkan Asia seperti Taiwan dan Singapura mengkonsumsi minuman manis (SSB) pada tingkat yang mengkhawatirkan (Yee dkk., 2017).

Untuk memperbaiki perilaku makan tidak sehat, konsumsi buah-buahan dan sayuran dikalangan anak-anak relatif rendah di seluruh dunia. Di Amerika Serikat 60% anak-anak tidak mengkonsumsi buah yang cukup untuk memenuhi yang disarankan pedoman harian, sedangkan 93% anak-anak tidak mengkonsumsi sayuran yang cukup. Seperti negara Amerika, anak-anak di Eropa juga mengkonsumsi buah-buahan dan sayuran dibawah pedoman yang disarankan (Yee dkk., 2017). Menurut data Riskesdas tahun 2013, perilaku kurang konsumsi buah/sayur dari yang disarankan pada kelompok usia > 10 tahun di Indonesia masih tinggi mencapai 93,5% dan di Jawa Tengah perilaku kurang konsumsi buah/sayur dari yang disarankan pada kelompok usia > 10 tahun mencapai 91%.

Pola asuh makan orangtua memiliki pengaruh yang kuat pada perilaku makan anak. Pengasuhan yang berbeda telah dihubungkan dengan bermacam perilaku makan anak dan berat badan anak (Blaine dkk., 2017). Dimana pola asuh otoritatif terkait dengan berat badan yang lebih normal dan perilaku makan anak yang sehat, sedangkan pola asuh otoriter dan permisif terkait dengan perilaku makan yang tidak sehat pada anak. Karena itu, evaluasi pola asuh makan orangtua penting untuk dipahami terkait asupan makanan anak-anak dan risiko obesitas selanjutnya (Lopez dkk., 2018).

Pentingnya menerapkan perilaku makan yang baik untuk kelompok anak sekolah menengah pertama karena kelompok ini adalah kelompok usia peralihan dari anak-anak menjadi remaja muda (Fadhilah dkk., 2018). Pada masa ini merupakan kelompok terpenting untuk membentuk perilaku makan karena perilaku makan akan menetap dan bertahan sampai dewasa (Sholeha, 2014).

Menurut data Riskesdas tahun 2018, perilaku kurang konsumsi sayur buah pada pada kelompok umur 10-14 tahun mencapai 96,8%. Perilaku makan tidak sehat lazim terjadi dikalangan anak sekolah dan dihubungkan dengan hasil kesehatan yang buruk. Faktor yang terlibat munculnya perilaku makan buruk, salah satunya pengaruh lingkungan keluarga dan interaksi orangtua-anak (Zubatsky dkk., 2015).

Perilaku makan anak biasanya mulai nampak setelah anak memasuki usia sekolah. Anak dapat memilih makanan sesuai keinginannya. Anak biasanya lebih memilih jajanan sekolah daripada sarapan di rumah sebelum berangkat sekolah. Hal ini membuat kontribusi jajanan terhadap total asupan gizi anak mencapai 20-30% dalam sehari. Menurut hasil penelitian University of Bristol, Inggris menunjukkan anak yang lebih banyak mengkonsumsi keripik, biskuit, dan pizza sebelum usia tiga tahun memiliki IQ lebih rendah lima tahun kemudian. Sedangkan anak yang lebih banyak mengkonsumsi makanan cepat saji dapat memiliki IQ lima poin lebih rendah dibandingkan dengan anak yang lebih banyak mengkonsumsi buah, sayur dan makanan yang dimasak sendiri dirumah (Utari, 2017).

Penelitian yang dilakukan oleh Martin *et al.* (1999) pada siswa sekolah ditemukan 292 siswa (46,3%) memiliki gangguan makan dan 259 siswa menunjukkan memiliki nafsu makan tinggi yang membuat anak menjadi sering makan diantara waktu makan sarapan, makan siang, dan makan malam. Makanan yang disukai kelompok anak usia sekolah (kalangan remaja) biasanya berupa makanan cepat saji (*fast food*) seperti mie instan, hamburger, pizza, *fried chicken*, *kentang goreng* hingga minuman bersoda (Sari, 2008). Perilaku makan tidak sehat memiliki dampak yang merugikan seperti obesitas, sindrom metabolik dan karies

gigi (Wang dkk., 2017). Obesitas merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi dan dapat menimbulkan risiko gangguan kesehatan. Obesitas terjadi dikarenakan konsumsi makanan dan minuman berlebihan yang mengandung energi, lemak jenuh, gula dan garam yang tinggi tetapi kekurangan asupan bergizi seperti sayuran dan buah-buahan (Sugihantono, 2014). Biasanya anak memiliki perilaku ngemil sehingga sering mengonsumsi energi lebih besar dan memiliki kualitas pola makan buruk (Blaine dkk., 2017).

Obesitas menjadi salah satu faktor risiko berkembangnya PTM (penyakit tidak menular) pada onset dewasa. Penyakit tidak menular yang sering ditemukan antara lain hipertensi, diabetes mellitus, dan penyakit kardiovaskular. Prevalensi penyakit tidak menular meningkat pada beberapa tahun terakhir. Menurut WHO, penyakit tidak menular merupakan 63% penyebab kematian diseluruh dunia. Di Indonesia, morbiditas dan mortalitas yang disebabkan oleh PTM mengalami peningkatan. Proporsi PTM di Jawa Tengah terbanyak ditempati Penyakit Hipertensi sebesar 57,10% dan urutan kedua ditempati Diabetes Mellitus sebesar 20,57% (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2019).

Al-qur'an telah mengatur tentang perilaku makan yang baik salah satunya terdapat pada surat Al-A'raf ayat 31 :

يٰۤاٰدَمُ خُذُوْا زِيْنَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوْا وَاشْرَبُوْا وَلَا تُسْرِفُوْا ۗ اِنَّهٗ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِيْنَ

Artinya : Hai anak Adam, pakailah pakaianmu yang indah di setiap (memasuki) masjid, makan dan minumlah, dan janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan.

Salah satu makna dari ayat tersebut adalah larangan makan dan minum berlebihan karena akan berdampak buruk bagi kesehatan.

Surat Al-Baqarah ayat 168 :

يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ

Artinya: Hai sekalian manusia, makanlah yang halal lagi baik dari apa yang terdapat di bumi, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah syaitan; karena sesungguhnya syaitan itu adalah musuh yang nyata bagimu.

Salah satu makna dari ayat tersebut adalah untuk konsumsi makanan dan minuman yang baik bagi tubuh dan tidak memberikan dampak buruk bagi kesehatan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan masalah diatas, rumusan masalah penelitian ini adalah apakah terdapat perbedaan pola asuh makan orang tua dengan perilaku makan anak ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum
untuk mengetahui perbedaan pola asuh makan orang tua dengan perilaku makan anak
2. Tujuan khusus
 - a. Mengetahui gambaran pola asuh makan orang tua
 - b. Mengetahui gambaran perilaku makan anak

- c. Mengetahui gambaran pola asuh makan pada perilaku makan anak yang tidak sehat
- d. Mengetahui perbedaan pola asuh makan orang tua dengan perilaku makan anak

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Dapat memberikan referensi pengetahuan dan pengembangan ilmu kedokteran mengenai perbedaan pola asuh makan pada anak yang memiliki perilaku makan tidak sehat.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengalaman dan menambah pengetahuan peneliti tentang perbedaan pola asuh makan pada anak yang memiliki perilaku makan tidak sehat.

b. Bagi Responden

Memberikan pengetahuan dan pemahaman kepada responden terkait perbedaan pola asuh makan orang tua dengan perilaku makan anak sehingga diharapkan responden dapat menerapkan perilaku makan yang sehat.

c. Bagi Orang Tua

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada orang tua terkait pentingnya pola asuh makan dalam

membentuk perilaku makan anak sehingga orang tua bisa lebih menghargai dan mengevaluasi pola asuh yang tepat.

d. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi dan pemahaman kepada pihak sekolah terkait hubungan pola asuh makan orang tua dengan perilaku makan anak.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

NO	Judul, (Penulis, Tahun)	Jenis penelitian	Hasil	Perbedaan	Persamaan
1.	Feeding styles, parenting styles and snacking behaviour in children attending primary schools in multiethnic neighbourhoods: a cross sectional study (Wang dkk., 2017)	Penelitian kuantitatif dengan desain penelitian cross sectional	Anak yang orang tuanya memiliki dimensi kontrol atas makan lebih tinggi memiliki peluang lebih rendah yang tidak sehat lebih dari sekali sehari. Kontrol atas makan dikaitkan dengan perilaku ngemil yang tidak sehat pada anak dengan etnis belanda, maroko atau turki. Dimensi dorongan untuk makan dikaitkan dengan peluang lebih rendah perilaku ngemil pada anak dengan etnis belanda. Dimensi pemberian	Tujuan penelitian ini untuk menyelidiki kaitan antara gaya pemberian makan dan gaya pengasuhan dengan perilaku ngemil, serta apakah hubungan tersebut berbeda sesuai etnis anak.	Beberapa dimensi gaya makan dan gaya pengasuhan yang digunakan pada penelitian ini

			makan instrumental dikaitkan dengan peluang yang lebih tinggi perilaku ngemil yang tidak sehat pada anak dengan etnis maroko / turki.		
2.	Hubungan Perilaku Makan Anak, Gaya Pemberian Makan oleh Orang Tua, dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi pada Anak Usia Sekolah Dasar di Kabupaten Maros (Utari, 2017)	Penelitian kuantitatif dengan desain penelitian cross sectional	Dari penelitian didapatkan 57 anak mengalami gizi kurang, 214 anak mengalami gizi normal, dan 46 anak mengalami gizi lebih. Ada hubungan perilaku makan anak dengan status gizi. Gaya pemberian makan orang tua mempengaruhi status gizi anak.	Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan perilaku makan anak, gaya pemberian makan oleh orang tua, dan aktifitas fisik dengan status gizi pada anak usia sekolah dasar.	Beberapa dimensi gaya pemberian makan oleh orang tua yang digunakan pada penelitian ini.
3.	Associations between parental feeding styles and childhood eating habits: a survey oh Hong Kong pre-school children (Lo, Cheung, Lee, Tam, & Keung, 2015)	Penelitian kuantitatif dengan desain penelitian cross sectional	Penelitian ini telah membuktikan hubungan gaya pemberian makan dengan perilaku makan anak pada populasi yang besar. Orang tua harus menghindari gaya makan instrumental dan gaya makan emosional, serta menerapkan gaya kontrol atas makan dan dorongan untuk makan.	Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan gaya makan orang tua dengan pola makan anak	Beberapa dimensi gaya pemberian makan oleh orang tua yang digunakan pada penelitian ini.

4.	Hubungan Pola Asuh Pemberian Makan dan Perilaku Makan dengan Kejadian Obesitas pada Anak Pra Sekolah di Kota Magelang (Astuti, 2014)	Jenis penelitian analitik dengan desain cross sectional dengan paralel grup.	Pola asuh yang paling dominan pada kelompok kasus adalah pola asuh tidak terlibat, dan pola asuh yang paling dominan pada kelompok kontrol adalah pola asuh demokrasi. Perilaku makan yang dominan pada kelompok kasus adalah enjoyment of food dan food responsiveness, dan perilaku makan yang dominan pada kelompok kontrol adalah emotional overeating dan desire to drink.	Terdapat kelompok kasus yaitu ibu dari anak obesitas dan kelompok kontrol yaitu ibu dari anak yang tidak obesitas dan memenuhi kriteria inklusi. Teknik sampling menggunakan purposive sampling. Jenis perilaku makan yang ada pada penelitian ini.	Penelitian menggunakan analisis univariat untuk melihat distribusi frekuensi suatu variabel. Tipe pola asuh pemberian makan yang digunakan pada penelitian ini.
5.	Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Perilaku Jajan Anak Usia Sekolah (9-12 tahun) di SD GMIM Sendangan Sonder (Lonto, Umboh, & Babakal, 2019)	Penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional	Analisis menggunakan uji chi-square diperoleh nilai signifikan 0.007, berarti lebih kecil dari 0.05 maka dapat disimpulkan terdapat hubungan pola asuh orang tua dengan perilaku jajan anak usia sekolah 9-12 tahun di SD GMIM Sendangan Sonder	Teknik sampling menggunakan sampling jenuh. Perilaku jajan yang diteliti tidak hanya perilaku jajan yang buruk saja tetapi perilaku jajan yang baik juga diteliti.	Hasil penelitian diolah menggunakan analisis univariat dan bivariat. Tipe-tipe pola asuh yang digunakan pada penelitian ini.