

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masalah nafsu makan masih ditemukan terjadi pada anak usia prasekolah, banyak orang tua yang mengeluhkan anaknya mengalami masalah kesulitan makan pada saat diberi makan (Esty, 2021). Meskipun makanan yang disajikan sudah berbeda-beda jenis penyajian makanannya, tetapi anak tetap tidak mau makan dan memilih-milih makanan yang ingin dimakan, misalnya anak lebih menyukai makanan ringan sehingga menjadi kenyang dan menolak makan saat jam makan (Annif, 2020). Anak juga sering rewel dan memilih bermain saat orang tuanya menyuapi makanan. Kurangnya edukasi *feeding rules* yang diberikan kepada orang tua menjadi masalah penting yang tentunya harus diperhatikan oleh tenaga kesehatan sehingga tumbuh kembang balita dapat optimal (Deby, 2023). Oleh karena penerapan *feeding rules* atau aturan makan untuk anak guna mengatasi pemicu mengapa mereka susah makan (Adetya, 2023).

World Health Organization (WHO) (2022), melaporkan angka kejadian masalah yang berhubungan dengan nafsu makan di beberapa negara termasuk cukup tinggi. Sebuah penelitian oleh *The Gateshead Millenium Baby Study* pada tahun 2022 di Inggris menyebutkan 20% orang tua mengatakan anaknya mengalami masalah makan, dengan prevalensi tertinggi anak hanya mau makan makanan tertentu. Survei lain di Amerika Serikat tahun 2022 menyebutkan 19%-50% orang tua mengeluhkan anaknya sangat pemilih dalam makan sehingga terjadi defisiensi zat gizi tertentu (WHO, 2022). DepKes (2022), mengatakan bahwa faktor nafsu makan pada anak sering dialami sekitar 25% usia anak, dan jumlah akan meningkat sekitar 40%-70% pada anak yang lahir prematur atau dengan penyakit kronik.

World Health Organization (WHO) (2022), juga menganjurkan beberapa *feeding rules*, seperti inisiasi menyusui dini dalam waktu 1 jam setelah lahir, pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan, hingga pemberian makanan pendamping ASI yang aman dan bernutrisi. Di samping itu, *Ikatan Dokter Anak Indonesia* juga merekomendasikan beberapa *feeding rules*, di antaranya adalah jadwal makan dimana orang tua harus memberi makan sesuai jadwal anak makan. Ada jadwal makan utama dan makanan selingan (snack) yang teratur, yaitu tiga kali makanan utama dan dua kali makanan kecil di antaranya. Susu dapat diberikan dua sampai tiga kali sehari. Selain itu lingkungan dimana ciptakan suasana makan bersama dan menyenangkan. Beri contoh kepada anak bahwa makanan yang disajikan enak. Dan beri pendekatan yang netral bukan membujuk atau memaksa. Jauhkan distraksi saat anak dalam proses makan, seperti mainan, televisi, gadget dan lain-lain. Yang terakhir adalah prosedur, dorong anak untuk makan sendiri. Bila anak menunjukkan tanda tidak mau makan (mengatupkan mulut, memalingkan kepala, menangis) beri jeda 15 menit dan tawarkan kembali makanan secara netral yaitu tanpa membujuk atau memaksa (IDAI, 2022).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 23-25 September 2022 di Posyandu Nusa Indah Kota Kediri dengan observasi dan wawancara kepada 10 orang tua yang memiliki anak balita, diketahui bahwa 5 (50%) orang tua mengatakan bahwa anaknya susah makan jika makanan yang disajikan tidak bervariasi. Salah satu ibu mengatakan bahwa anaknya menolak makanan, menolak variasi jenis makanan, menolak sama sekali makanan yang tidak disukai, dan hanya ingin makan yang disukai saja sejumlah 3 (30%) orang tua mengatakan anaknya terkadang juga susah makan jika makanan yang disajikan tidak bervariasi. Salah satu ibu mengatakan bahwa belum memahami benar penyebab timbulnya sulit makan tersebut dan bagaimana cara mengatasinya. Sedangkan sejumlah 2 (20%) orang tua mengatakan anaknya tidak akan makan jika makanan yang disajikan tidak bervariasi (hasil studi pendahuluan dengan wawancara dengan responden di Posyandu Nusa Indah Tosaren, 2022).

Salah satu metode yang efektif untuk dapat meningkatkan nafsu makan anak adalah edukasi *feeding rules*. Pendidikan kesehatan adalah proses perubahan perilaku yang dinamis, dimana perubahan tersebut bukan sekedar proses transfer materi/teori dari seseorang ke orang lain dan bukan pula seperangkat prosedur, akan tetapi perubahan tersebut terjadi karena adanya kesadaran dari dalam diri individu, kelompok, atau masyarakat sendiri (Notoatmodjo, 2019). Asupan makanan sangat penting untuk menjamin tumbuh kembang anak, terutama di fase *golden age* (1.000 hari pertama). Karena itu *feeding rules* perlu diterapkan agar hubungan antara anak dengan makanan jadi baik. Sehingga balita tidak menolak makanan dan bisa makan dengan teratur. Edukasi *feeding rules* yang perlu diketahui orang tua antara lain jadwal makanan, lingkungan dan prosedur pemberian makanan. Oleh karena dengan adanya edukasi *feeding ruler* maka dapat meningkatkan pengetahuan orang tua tentang aturan yang diterapkan untuk mengatur pemberian makan pada anak, baik dari waktu, pola, hingga besaran porsi yang diberikan (IDAI, 2022).

Saputri (2019), mengatakan bahwa peningkatan nafsu makan anak harus selalu diperhatikan orang tua. Hal ini dikarenakan pada usia tersebut anak lebih suka atau tertarik pada dunia permainan, selain itu anak usia 3-6 tahun memiliki kapasitas perut yang tidak terlalu besar, terkadang menyebabkan anak susah makan, dan setiap harinya diikuti dengan makanan ringan atau snack yang dapat mempengaruhi indera perasa anak. Setelah melewati usia dua tahun, laju pertumbuhan manusia mulai melandai. Hal ini berkaitan erat dengan penurunan nafsu makan pada anak, sehingga kuantitas dan asupan makan anak cenderung menurun (Pujiastuti, 2019). Selain itu, penurunan kebutuhan zat gizi pada anak juga menyebabkan ketertarikan anak terhadap makanan cenderung menurun. Hal ini perlu diperhatikan karena dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan pada anak (Julianti, 2022).

Solusi untuk dapat mengatasi masalah diatas dimana orang tua dapat mengetahui tentang aturan yang diterapkan untuk mengatur pemberian makan pada anak, baik dari waktu, pola, hingga besaran porsi yang diberikan. Makanan anak balita banyak tergantung pada orang tua atau pengasuhnya, karena hal itu orang tualah yang harus menjadi momok utama/faktor utama untuk meningkatkan nafsu makan pada anak itu sendiri. Jadi, dapat dikatakan bahwa tumbuh kembang anak balita sangat tergantung pada bagaimana orang tuanya mengatur makanan anaknya. Sehingga dengan menerapkan feeding rules diharapkan masalah sulit makan pada bayi dapat teratasi sehingga tumbuh kembang menjadi lebih optimal. Namun, apabila anak tetap sulit makan, maka disarankan untuk berkonsultasi langsung kepada ahli gizi atau dokter spesialis anak terdekat.

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Edukasi *Feeding Ruler* terhadap Peningkatan Nafsu Makan Balita di Posyandu Nusa Indah Tosaren Kota Kediri”.

B. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh “edukasi *feeding ruler* terhadap peningkatan nafsu makan balita di Posyandu Nusa Indah Tosaren Kota Kediri”.

2. Tujuan Khusus

- a) Mengidentifikasi peningkatan nafsu makan balita sebelum edukasi *feeding ruler* di Posyandu Nusa Indah Tosaren Kota Kediri.
- b) Mengidentifikasi peningkatan nafsu makan balita setelah edukasi *feeding ruler* di Posyandu Nusa Indah Tosaren Kota Kediri.
- c) Menganalisis pengaruh edukasi *feeding ruler* terhadap peningkatan nafsu makan balita di Posyandu Nusa Indah Tosaren Kota Kediri.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan agar dapat memperkaya konsep atau teori yang menyokong perkembangan pengetahuan dibidang ilmu Keperawatan, khususnya pengetahuan yang terkait “edukasi *feeding ruler* terhadap peningkatan nafsu makan balita di Posyandu Nusa Indah Tosaren Kota Kediri”.

2. Manfaat Praktis

a) Bagi Peneliti

Diharapkan agar dapat memberikan dan menambah wawasan bagi peneliti dan menerapkan ilmu dan memberikan solusi “edukasi *feeding ruler* terhadap peningkatan nafsu makan balita di Posyandu Nusa Indah Tosaren Kota Kediri”.

b) Bagi Responden

Diharapkan agar orang tua dapat melakukan pendekatan dengan cara penyajian makanan yang menarik, bermacam-macam warna dan beraneka bentuk kartun yang disukai anak sehingga dapat meningkatkan nafsu makan pada anak. Selain itu orang tua dapat mengakses berbagai informasi terkait peningkatan nafsu makan balita melalui media elektronik, media massa, media cetak bahkan tenaga kesehatan sehingga dapat meningkatkan pengetahuan dan informasi terkait peningkatan nafsu makan pada balita.

c) Bagi Tenaga Kesehatan

Diharapkan agar tenaga kesehatan selalu memberikan edukasi pemberian makanan melalui penyuluhan kepada orang tua balita sehingga dapat meningkatkan pengetahuan orang tua tentang pentingnya varian makanan pada balita sehingga dapat meningkatkan nutrisi balita.

d) Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan agar dapat dijadikan sebagai masukan dan data dasar bagi penelitian selanjutnya dan dapat meneliti faktor lain yang mempengaruhi peningkatan nafsu makan balita.

D. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian : “Edukasi *Feeding Ruler* terhadap Peningkatan Nafsu Makan Balita di Posyandu Nusa Indah Tosaren Kota Kediri”

No	Author	Nama Jurnal Vol, No, Tahun	Judul	Metode (Desain, sample, Variable, Instrumen, Analisis)	Hasil Penelitian	Perbedaan Penelitian	Link Jurnal
1	Annif Munjidah, Esty Puji Rahayu, 2020	<i>JKM Jurnal Kesehatan Masyarakat STIKES Cendekia Utama Kudus, P-ISSN 2338-6347 E-ISSN 2580-992X Vol. 8, No. 1, Agustus 2020</i>	Pengaruh Penerapan Feeding Rules Sebagai Upaya Mengatasi Kesulitan Makan Pada Anak (Picky Eater, Selective Eater Dan Small Eater)	D : Analitik <i>quasi eksperimental one group pre post test desain</i> S : 62 orang V : Independen : Penerapan Feeding Rules Dependen : Upaya Mengatasi Kesulitan Makan Pada Anak (Picky Eater, Selective Eater Dan Small Eater) A : uji <i>paired t-test</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa Terdapat pengaruh yang signifikan antara penerapan <i>feeding rules</i> terhadap kesulitan makan kelompok <i>picky eater</i> dan <i>small eater</i> . Dan tidak ada pengaruh yang signifikan antara penerapan <i>feeding rules</i> terhadap kesulitan makan kelompok <i>selective eater</i>	Perbedaan penelitian terletak pada : variabel, metode penelitian, populasi, sampel, teknik sampling, tempat penelitian dan uji statistik yang digunakan	https://scholar.google.com/scolar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=Pengaruh+Penerapan+Feeding+Rules+Sebagai+Upaya+Mengatasi+Kesulitan+Makan+Pada+Anak+%28Picky+Eater+Selective+Eater+Dan+Small+Eater%29&btnG
2	Esty dkk, 2021	<i>JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri) http://journal.ummat.ac.id/index.php/jmm Vol. 5, No. 6, Desember 2021, Hal. 3193-3202 e-ISSN 2614-5758 p-ISSN 2598-8158</i>	Edukasi Feeding Rules Dan Distribusi Flashcard Affirmation Sebagai Upaya Mengatasi Masalah Makan Pada Balita	D : pengabdian masyarakat S : 41 orang V : Independen : Feeding Rules Dan Distribusi Flashcard Affirmation Dependen : Mengatasi Masalah Makan Pada Balita A : monitoring dan evaluasi	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan tentang macam masalah makan dari 34,15% menjadi 87,8%. Sedangkan pengetahuan tentang cara mengatasi masalah makan pada anak meningkat dari 31,7% menjadi 92,68%. Picky eater menurun dari	Perbedaan penelitian terletak pada : variabel, metode penelitian, populasi, sampel, teknik sampling, tempat penelitian dan uji statistik yang digunakan	https://scholar.google.com/scolar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=Edukasi+Feeding+Rules+Dan+Distribusi+Flashcard+Affirmation+Sebagai+Upaya+Mengatasi+Masalah+Makan+Pada+Balita&btnG

		: https://doi.org/10.31764/jmm.v5i6.5580		48,78% menjadi 26,83 %. Begitu juga pada small eater, terdapat penurunan dari 24,39% menjadi 19,51%.			
3	Deby Anggraini, Devi Trianingsih, 2023	<i>Journal of Nursing and Health Science</i> DOI:www.ejournal.stikes-pertamedika.ac.id/index.php/jnhs ISSN : 1234-5678 Volume 2, Nomor 2, Edisi Februari 2023	Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Feeding Rules Dan Distribusi Flashcard Affirmation Terhadap Status Gizi Anak Prasekolah Di Tk Albirru Bandar Lampung	D : desain <i>quasy eksperiment</i> dengan rancangan <i>one group pretest and posttest without control</i> S : 14 orang V : Independen : Pendidikan Kesehatan Tentang Feeding Rules Dan Distribusi Flashcard Affirmation Dependen : Status Gizi Anak Prasekolah A : uji <i>paired t-test</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan status gizi anak berdasarkan bb/u sesudah intervensi pendidikan kesehatan tentang feeding rules dan distribusi flashcard affirmation dengan hasil p value= 0,000.	Perbedaan penelitian terletak pada : variabel, metode penelitian, populasi, sampel, teknik sampling, tempat penelitian dan uji statistik yang digunakan	https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=Pengaruh+Pendidikan+Kesehatan+Tentang+Feeding+Rules+Dan+Distribusi+Flashcard+Affirmation+Terhadap+Stat us+Gizi+Anak +Prasekolah+Di+Tk+Albirru+Bandar+Lampung&btnG
4	Adetya dkk, 2023	<i>Jurnal Bidan Pintar</i> Vol 4, No 1, Bulan April Tahun 2023 P – ISSN :2721-3536; e – ISSN :2721-3544 DOI :	Pengaruh Video Feeding Rules Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Perilaku Picky Eating Pada Anak	D : desain penelitian <i>Quasi Eksperiment</i> dengan <i>One Group pretest and posttest</i> S : 20 orang V : Independen : Video Feeding Rules Dependen : Pengetahuan Ibu Tentang Perilaku Picky Eating Pada Anak A : uji <i>paired t-test</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh video feeding rules terhadap pengetahuan ibu tentang perilaku picky eating (p-value=0,005).	Perbedaan penelitian terletak pada : variabel, metode penelitian, populasi, sampel, teknik sampling, tempat penelitian dan uji statistik yang digunakan	https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=Pengaruh+Video+Feeding+Rules+Terhadap+Pengetahuan+Ibu+Tentang+Perilaku+Picky+Eating+Pada+Anak&btnG