

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Semua makhluk hidup membutuhkan makanan untuk memenuhi kebutuhan harian agar tetap mempunyai tenaga. Makanan sangat diperlukan untuk pertumbuhan dan merupakan fungsi biologis yang paling fundamental untuk kelangsungan hidup. Seperti dikemukakan oleh Rozin (1990, h.555) makan merupakan aktivitas individu yang luar biasa, hal ini terjadi di dalam diri individu yang mencakup pengumpulan bahan makanan dari luar individu dan memasukkan kedalam diri individu.

Makan merupakan bagian yang begitu mendasar dari hidup kita dan berada pada pusat dari sebagian besar kehidupan sosial kita; sehingga tidaklah mengherankan bila makan dapat dikatakan sumber kenikmatan yang besar disamping sumber kecemasan, persaingan dan harga diri. Selanjutnya kita ketahui bahwa makan merupakan salah satu kebutuhan faal yang mempunyai hubungan erat dengan pertumbuhan dan perkembangan anak baik secara fisiologis maupun psikologis. Oleh karena itu, tumbuh kembangnya seorang anak sangat tergantung kepada perlakuan orang dewasa dalam pemberian makanan.

Anak merupakan modal dasar bagi penerus pembangunan bangsa, oleh karena itu tanggung jawab pertumbuhan dan perkembangan pribadi anak adalah tugas semua pihak, khususnya orangtua. Setiap orangtua selalu berharap agar anak-anaknya dapat tumbuh dan berkembang sesuai dengan tahap-tahap

perkembangannya, untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan secara baik seorang anak membutuhkan makan. Seperti dijelaskan oleh Wiwied dalam Panasea (1996, h.34-35) pemberian makan harus dilakukan sejak bayi baru dilahirkan. Lebih lanjut dijelaskan bahwa makan dibutuhkan untuk mempertahankan metabolisme dan pertumbuhan normal selama masa peralihan dari kehidupan janin ke kehidupan diluar kandungan. Disamping itu, pemberian makan pada anak selain agar proses tumbuh kembang anak berlangsung wajar juga untuk mempererat dan mengembangkan ikatan ibu dan bayi atau anak. Pada kenyataannya, proses pemberian makan sangat bernilai dan merupakan bagian dari hubungan kasih sayang antara ibu dan anak. Oleh karena itu, kegiatan pemberian makan pada anak merupakan salah satu aspek terpenting dalam hubungan antara ibu dengan anak. Menurut Nelson dkk (1994, h.262) pemberian makan dapat berhasil dengan baik apabila terjadi fungsi koordinatif yang serasi antara ibu dengan anak, hal ini seharusnya dimulai sejak anak mendapatkan pengalaman makan untuk pertama kalinya dan akan berlanjut terus selama masa ketergantungan anak yang bersangkutan.

Usia balita merupakan usia yang rawan karena pada masa-masa balita, anak membutuhkan makanan yang seimbang untuk pertumbuhan (Karyadi, 1999, h.111). Pertumbuhan sel otak berlangsung sangat cepat pada usia 3 tahun; di usia 4-5 tahun pertumbuhan telah menjadi sempurna, tidak seperti pertumbuhan fisik. Ketidaksempurnaan pertumbuhan sel otak pada usia ini tidak bisa dikejar dikemudian hari, oleh karena itu perlu sekali memberikan makanan yang sehat. Anak yang memasuki usia 2 tahun, makanannya diusahakan sama dengan orang dewasa artinya variasi jenis makanannya mengandung sumber tenaga

(karbohidrat), sumber zat pembangun baik itu nabati maupun hewani (protein) dan zat pengatur (vitamin dan mineral).

Hurlock mengemukakan (1994, h.125) bahwa pertumbuhan pada masa anak memasuki usia prasekolah berlangsung lambat dibandingkan dengan tingkat pertumbuhan masa bayi. Pertumbuhan pada anak usia prasekolah merupakan masa yang relatif seimbang, nafsu makan anak-anak tidak sebesar seperti pada masa bayi. Hal ini sebagian disebabkan karena tingkat pertumbuhan telah menurun dan sebagian karena anak mulai mengembangkan jenis makanan yang disukai.

Setiap orangtua dapat dipastikan akan mengusahakan gizi anak yang baik secara terus menerus. Namun perhatian para orangtua yang demikian terpusat pada pemberian makan yang bergizi baik terkadang kurang disesuaikan dengan keinginan dan kesanggupan anak dalam menerima makanan tersebut.

Kesulitan makan banyak dijumpai pada anak-anak yang masih berinteraksi dengan ibu dalam kehidupan sehari-hari (Kusumadewi, 1998, h.310). Penyedia atau pemberian makan yang pertamakali pada anak adalah ibu, walaupun kita ketahui sekarang ini adanya partisipasi ayah dan juga substitusi lainnya, misalnya saudara, pembantu ataupun *baby sitter*, akan tetapi ibu tetaplah merupakan tokoh paling utama dalam pemberian makan dan membesarkan anak (*feeding and nurturing*). Lebih lanjut dijelaskan bahwa keadaan ini merupakan fenomena yang merepotkan dalam membesarkan anak yang berada pada masa pertumbuhan.

Masalah anak sulit makan sering dikeluhkan oleh para ibu yang membawa anaknya berobat ke dokter. Dalam seminar *Anak Sulit Makan*;

sedang berkembang menuju proses kemandirian. Lebih lanjut dijelaskan oleh Hurlock (1994, h.108) bahwa sebagian orangtua melarang anak mereka yang masih kecil untuk makan sendiri dengan alasan tidak ingin makanan tercecer atau tabu membuang-buang makanan. Orangtua seringkali kurang menyadari bahwa anak pada usia ini sering menunjukkan sikap ingin menang sendiri dan ingin bebas. Pada usia ini anak mulai menyadari kalau dirinya adalah individu yang lepas dari orang lain yang memiliki kehendak sendiri sehingga terkadang anak menunjukkan sikap kalau dia juga memiliki kekuasaan didalam keluarga.

Hasil kesimpulan penelitian *AAF Committtee on Nutrition* yang dipublikasikan melalui *On Feeding Supplemental Foods to Infants* yang dikutip oleh Wiwied (dalam Panasea,1996, h.35) mengemukakan bahwa masalah makan pada anak merupakan masalah yang kompleks dan bukan hanya kegiatan memberikan makan semata. Emosi ibu sebagai penyedia dan pemberi makan sering terlibat dan banyak mempengaruhi nafsu makan anak; hal ini sering terjadi pada usia anak yang lebih kecil. Kedekatan hubungan emosi antara ibu dan anak merupakan faktor yang tidak boleh diabaikan begitu saja. Adaptasi dan koordinasi seharusnya mulai dijalin sejak pengalaman pertama memberi makan pada anak. Ibu yang sedang mengalami ketegangan, kecemasan atau secara emosional labil, besar kemungkinannya akan mengalami kesulitan dalam proses pemberian makan pada anaknya. Hal ini disebabkan karena latar belakang emosional dan suasana batin ibu berperan penting bagi keberhasilan proses pemberian makan pada anak.

Para ibu memang akan cemas jika mengetahui anaknya tidak mau makan. Menurut Suryabudhi (1999, h.169) para ibu akan cemas jika problem

makan ini berlarut-larut. Mereka takut anak akan sakit karena tidak cukup mendapatkan bahan makanan untuk pertumbuhannya. Lebih lanjut dijelaskan bahwa sekali anak mulai membangkang dan ibu mulai bersikeras ingin memaksakan kehendaknya, kesulitan makan akan muncul selamanya. Makin rewel anak dalam makan dan makin keras tekanan pada anak maka akan sedikit anak makan. Apabila anak makan hanya dalam porsi yang sedikit maka makin cemas ibu kalau-kalau pemenuhan gizi anak tidak mencukupi.

Menurut Jolly (1981, h.45) salah satu alasan untuk mempelajari lebih banyak tentang perkembangan anak ialah untuk mengurangi adanya kecemasan orangtua yang sebenarnya tidak perlu. Seringkali anak yang dibawa untuk diperiksakan ke dokter ternyata tidak menderita suatu penyakit tertentu melainkan hanya suatu unsur perkembangan normal. Hal ini sangat dimungkinkan karena sebelumnya anak merasakan kecemasan orangtuanya. Anak-anak pada kenyataannya dapat merasakan sebagian besar kecemasan orangtuanya dikarenakan kecemasan merupakan suatu unsur perilaku yang dapat berdampak menular.

Kecemasan merupakan salah satu masalah yang sering dialami oleh manusia didalam kehidupnya. Kecemasan dapat bersifat negatif, jika timbul dengan sendirinya dan berlangsung terus menerus, namun kecemasan dapat pula berdampak positif yaitu kecemasan yang bertujuan menjaga kewaspadaan manusia dalam mempertahankan hidup. Dalam hal ini, kecemasan hanya sampai pada tingkat tertentu. Tallis (1991, h.5) mengungkapkan kecemasan sebagai tanggapan terhadap suatu situasi yang mengandung suatu masalah, artinya rasa cemas dapat bertindak sebagai alarm yang mempersiapkan individu dalam

menghadapi suatu masalah yang berakhir dengan situasi yang tidak menyenangkan.

Kecemasan dapat didefinisikan sebagai suatu karakteristik emosi yang tidak menyenangkan dan hampir sama dengan istilah “kekhawatiran” (Suardiman, 1986, h.50). Selanjutnya Kartono (1981, h.110) mengungkapkan bahwa kecemasan adalah semacam kegelisahan, kekhawatiran dan ketakutan terhadap suatu yang tidak jelas. Tidak ada orang yang tidak pernah mengalami rasa cemas sebab menurut Gibson (1985, h.40) kecemasan merupakan tanggapan yang normal terhadap suatu tekanan, artinya orang dapat memberikan reaksi yang berbeda-beda dalam situasi tertentu tergantung bagaimana cara masing-masing individu didalam menghadapi dan menanggapi suatu keadaan yang tidak menyenangkan karena setiap orang memiliki harapan dan keyakinan yang berbeda-beda.

Proses pemberian makan pada anak yang masih berada pada masa pertumbuhan sangat penting artinya karena selain untuk pemenuhan bagi kebutuhan hidup anak, juga terdapat interaksi antara ibu dengan anak. Orang tua akan selalu menyediakan makanan yang bergizi untuk anak dan bila anak makan sesuai dengan apa yang disediakan oleh orangtuanya maka tidak akan menimbulkan suatu masalah, tetapi apa yang akan terjadi jika anak mengalami kesulitan makan. Kesulitan makan cenderung muncul pada anak usia prasekolah dikarenakan berbagai alasan, salah satunya dikarenakan kecemasan ibu terhadap gizi anak. Dari latar belakang permasalahan inilah maka peneliti ingin mengetahui kesulitan makan pada anak usia prasekolah ditinjau dari kecemasan ibu terhadap gizi anak.

B. Tujuan Penelitian

Oleh karena latar belakang masalah yang dikemukakan diatas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecemasan ibu terhadap gizi anak dengan kesulitan makan pada anak usia prasekolah.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat membantu kemajuan ilmu pengetahuan dan memberikan sumbangan dibidang Psikologi Perkembangan dan Psikologi Kesehatan.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi para orangtua yang memiliki anak balita yang mengalami kesulitan makan.

