

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Anak Usia Prasekolah

2.1.1 Pengertian Anak Usia Prasekolah

Menurut Andriani *et al.* (2024) usia prasekolah adalah anak yang berada antara usia 3 hingga 6 tahun dan berada di dalam masa emas (*golden age*) karena merupakan fase kritis dalam pertumbuhan dan tumbuh sangat cepat di setiap aspek perkembangannya. Prasekolah merupakan fase perkembangan dan pertumbuhan anak yang paling cepat, baik secara fisik maupun mental dan bersifat egosentris, anak melihat ke dunia luar dari perspektifnya sendiri serta pengetahuan atau pemahaman yang terbatas (Mahfudloh, 2025).

2.1.2 Karakteristik Perkembangan Anak Usia Prasekolah

Menurut Salsabila *et al.* (2023), masa prasekolah merupakan periode penting dalam tumbuh kembang anak, di mana anak masih tertarik dengan hal-hal baru untuk dipelajari sehingga anak usia prasekolah, mengalami perkembangan signifikan dalam berbagai aspek:

- a. Fisik dan Motorik: Pertumbuhan tinggi dan berat badan yang stabil, serta peningkatan keterampilan motorik halus dan kasar.
- b. Kognitif: Perkembangan kemampuan berpikir simbolik, imajinasi, dan pemecahan masalah sederhana.

- c. Bahasa: Peningkatan kosakata dan kemampuan berkomunikasi secara efektif.
- d. Sosial dan Emosional: Mulai memahami perasaan diri dan orang lain, serta belajar berbagi dan bekerja sama.

2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Anak Usia Prasekolah

Penelitian oleh Andriani *et al.* (2019) menunjukkan bahwa faktor lingkungan, seperti pendidikan ibu, memiliki pengaruh signifikan terhadap perkembangan anak usia prasekolah. Menurut penelitian (Febriani *et al.*, 2022) menyimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan anak usia prasekolah meliputi hubungan interpersonal, pola asuh orang tua, serta faktor sosial ekonomi, yang semuanya merupakan bagian dari lingkungan anak yang berperan penting dalam perkembangan optimal anak.

2.2 Konsep Kesulitan Makan

2.2.1 Pengertian Kesulitan Makan

Chilman *et al.* (2021) mendefinisikan kesulitan makan sebagai keengganan anak untuk makan makanan yang sudah dikenal atau baru, menunjukkan perilaku bermasalah saat makan yang cukup parah hingga mengganggu rutinitas harian dan hubungan antara orang tua dan anak. Definisi ini menunjukkan bahwa kesulitan makan dapat disebabkan oleh kombinasi faktor intrinsik seperti kepribadian dan fungsi tubuh anak

dan ekstrinsik seperti lingkungan dan interaksi sosial. Kesulitan makan adalah perilaku makan yang ditandai dengan penolakan terhadap makanan tertentu, keengganan mencoba makanan baru, dan konsumsi makanan yang terbatas. Perilaku ini banyak terjadi pada anak usia prasekolah dan bisa berdampak pada pertumbuhan serta status gizi anak (Romdiyani *et al.*, 2024)

Menurut Gerungan (2024) kesulitan makan merujuk pada masalah yang sering ditemui pada anak usia prasekolah karena diidentifikasi dengan perilaku menolak makanan dan membatasi diri pada beberapa jenis makanan tertentu, seperti sayur, buah, dan daging. Anak yang mengalami kesulitan makan cenderung tertarik pada makanan yang sudah dikenalnya dan sulit diarahkan saat dihadapkan pada menu baru.

2.2.2 Jenis Kesulitan Makan

Menurut penelitian oleh Ayu *et al.* (2023), jenis kesulitan makan pada anak meliputi:

- a. Makan dalam jumlah kecil: anak cenderung mengonsumsi porsi makanan yang lebih sedikit dari kebutuhan usianya.
- b. *Neophobia* makanan: menunjukkan ketakutan atau penolakan terhadap makanan baru yang belum pernah dicoba sebelumnya.
- c. Penolakan terhadap kelompok makanan tertentu: anak menolak mengonsumsi jenis makanan tertentu, seperti sayuran atau daging.
- d. Preferensi terhadap penyajian makanan: anak hanya mau makan jika makanan disajikan dengan cara atau dalam bentuk yang spesifik.

2.2.3 Ciri-ciri Anak Kesulitan Makan

Menurut penelitian oleh Samuel *et al.* (2018), anak-anak yang mengalami kesulitan makan cenderung lebih sensitif terhadap rasa dan tekstur makanan, serta lebih memilih makanan yang sudah dikenal. Menurut Steinsbekk *et al.* (2017) anak dengan perilaku kesulitan makan biasanya menunjukkan beberapa ciri-ciri berikut:

- a. Menolak makanan baru atau yang tidak familiar.
- b. Hanya mau mengonsumsi makanan tertentu dalam jumlah terbatas.
- c. Sering menolak makanan yang memiliki tekstur atau warna tertentu.
- d. Memiliki kebiasaan makan yang tidak teratur atau tidak konsisten.
- e. Terkadang menunjukkan kecemasan atau ketidaknyamanan saat diperkenalkan dengan makanan baru.
- f. Menunjukkan ketidaktertarikan terhadap waktu makan
- g. Membutuhkan waktu lama dalam menghabiskan makanan atau bahkan tidak menghabiskannya sama sekali.

2.2.4 Dampak Kesulitan Makan pada Anak Usia Prasekolah

Perilaku anak prasekolah yang dikategorikan sebagai kesulitan makan dapat mempengaruhi status gizi anak, yang berisiko menyebabkan kekurangan gizi jika tidak ditangani dengan baik (Heryanto *et al.*, 2023). Dampak kesulitan makan dapat berupa gangguan pertumbuhan fisik, risiko gizi buruk, dan potensi penyakit kronik (Ardilah & Sholihah, 2025).

Kesulitan makan menyebabkan kekurangan zat gizi mikro seperti magnesium dan zat besi yang penting untuk pertumbuhan anak (Sa'adah, 2025). Penelitian oleh Pebruanti & Rokhaidah (2022) kesulitan makan dapat berkontribusi pada risiko stunting akibat asupan gizi yang tidak memadai.

2.2.5 Strategi Mengatasi Kesulitan Makan pada Anak Usia Prasekolah

Menurut penelitian oleh (Heryanto *et al.*, 2023) metode intervensi yang mencakup pendekatan berbasis edukasi untuk orang tua, perubahan lingkungan makan, pengenalan makanan secara perlahan, pengaturan pola makan yang fleksibel dan menyenangkan, serta bantuan dari tenaga kesehatan dapat membantu secara efektif mengatasi masalah kesulitan makan pada anak usia prasekolah. Studi oleh (Munjidah & Rahayu, 2020) juga menekankan pentingnya penerapan *feeding rules* sebagai upaya mengatasi kesulitan makan pada anak, termasuk *selective eater*, *small eater*, dan *picky eater*. Selain itu, pendekatan berbasis psikologi anak dan pola makan yang sehat akan membantu dalam mengatasi perilaku kesulitan makan.

2.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesulitan Makan

2.3.1 Faktor Anak

1. Usia

Usia berperan dalam memengaruhi kemampuan kognitif dan cara berpikir seseorang. Semakin bertambah usia, kemampuan individu

dalam memahami informasi serta memproses pemikiran yang kompleks cenderung meningkat, sehingga berdampak positif terhadap kualitas pengetahuan yang dimiliki (Komari & Aslan, 2025). Usia turut memengaruhi perkembangan kemampuan kognitif dan cara berpikir anak. Pada masa prasekolah, peningkatan usia umumnya sejalan dengan bertambahnya kemampuan anak dalam memahami informasi baru, membentuk preferensi, serta merespons lingkungan (Anggraini, 2021).

2. Jenis Kelamin

Jenis kelamin merupakan karakteristik biologis yang secara alamiah dimiliki individu sejak lahir dan dibedakan menjadi dua kategori utama, yaitu laki-laki dan perempuan (Dalimoenthe, 2021). Jenis kelamin dapat memengaruhi berbagai aspek tumbuh kembang, termasuk aspek fisik, psikologis, perilaku, serta preferensi makanan. Misalnya, perbedaan jenis kelamin juga bisa memengaruhi pola makan dan respons terhadap makanan. Beberapa studi melaporkan bahwa anak laki-laki lebih menyukai makanan gurih dan bertekstur keras, sementara anak perempuan lebih memilih makanan manis dan lembut (Syahroni *et al.*, 2021).

3. Riwayat Kesehatan Anak

Riwayat kesehatan anak adalah catatan mengenai kondisi medis yang pernah dialami oleh seorang anak sejak masa prenatal (sebelum lahir) hingga saat ini, termasuk informasi tentang penyakit yang pernah diderita, kelainan bawaan, riwayat imunisasi, alergi, rawat inap, pengobatan jangka panjang, gangguan tumbuh kembang, serta kondisi

kesehatan mental dan perilaku (Kliegman *et al.*, 2020). Riwayat kesehatan sangat penting karena dapat mempengaruhi status gizi, pola makan, serta kemampuan anak untuk menerima dan merespons makanan secara normal. Anak dengan riwayat gangguan pencernaan, alergi makanan, atau keterlambatan tumbuh kembang, misalnya, lebih berisiko mengalami kesulitan makan (Saidah & Dewi, 2020).

4. Sensitivitas Sensorik

Sensitivitas sensorik adalah tingkat kepekaan individu terhadap rangsangan sensorik dari lingkungan, seperti tekstur makanan, rasa, aroma, suara, cahaya, dan suhu (Priandini *et al.*, 2023). Pengukuran sensitivitas sensorik pada anak usia prasekolah dilakukan menggunakan instrumen *Short Sensory Profile* (SSP) yang disusun oleh Winnie Dunn (1999) (Williams, 2020).

5. Temperamen Anak

Temperamen anak adalah ciri bawaan atau pola perilaku individual yang muncul sejak usia dini, dan relatif stabil dari waktu ke waktu. Temperamen mencerminkan cara anak merespons lingkungan, seperti dalam hal emosi, aktivitas, perhatian, dan pengendalian diri (Kusramadhanty *et al.*, 2019). Pengukuran temperamen anak usia prasekolah dilakukan menggunakan instrumen yang dikembangkan oleh Rothbart *et al.* (2001) yaitu *Children's Behavior Questionnaire* (CBQ) (Sasmita, 2018).

2.3.2 Faktor Orang Tua

1. Pendidikan Ibu

Pendidikan ibu merupakan tingkat pendidikan formal terakhir yang telah diselesaikan oleh ibu, yang berpengaruh terhadap pengetahuan dan praktik pengasuhan, termasuk pola pemberian makan dan kesehatan anak. Orang tua yang memiliki pendidikan lebih tinggi cenderung memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai nutrisi dan perkembangan anak, sehingga dapat mencegah masalah seperti kesulitan makan (Warkentin *et al.*, 2018).

2. Keterlibatan Orang Tua

Keterlibatan orang tua adalah tingkat partisipasi aktif orang tua dalam berbagai aspek perkembangan anak, termasuk pemantauan pola makan, dukungan emosional, dan keterlibatan dalam aktivitas makan sehari-hari. Dalam konteks kesulitan makan anak usia prasekolah, keterlibatan orang tua berperan penting dalam membentuk kebiasaan makan sehat serta mencegah dan menangani masalah makan yang muncul (Ersila *et al.*, 2025). Pengukuran keterlibatan orang tua dilakukan menggunakan instrumen oleh Hendy, *et al* (2016) yaitu *Parent Mealtime Action Scale* (PMAS) (Van De Kolk *et al.*, 2019).

3. Lingkungan Makan

Lingkungan makan adalah kondisi fisik, sosial, dan emosional di sekitar anak saat proses makan berlangsung, termasuk keteraturan waktu makan, suasana makan, serta gangguan (seperti TV/*gadget*). Lingkungan makan yang positif dapat mendukung kebiasaan makan

yang sehat, sementara lingkungan makan yang tidak kondusif dapat memperburuk perilaku makan seperti menolak makanan atau makan dalam jumlah sedikit (Noya & Adab, 2023). Pengukuran lingkungan makan dilakukan menggunakan instrumen yang disusun oleh M. Swindle, *et al* (2012) yaitu *Mealtime Satisfaction Questionnaire* (MSQ) (Anderson *et al.*, 2012).

2.4 Research Gap

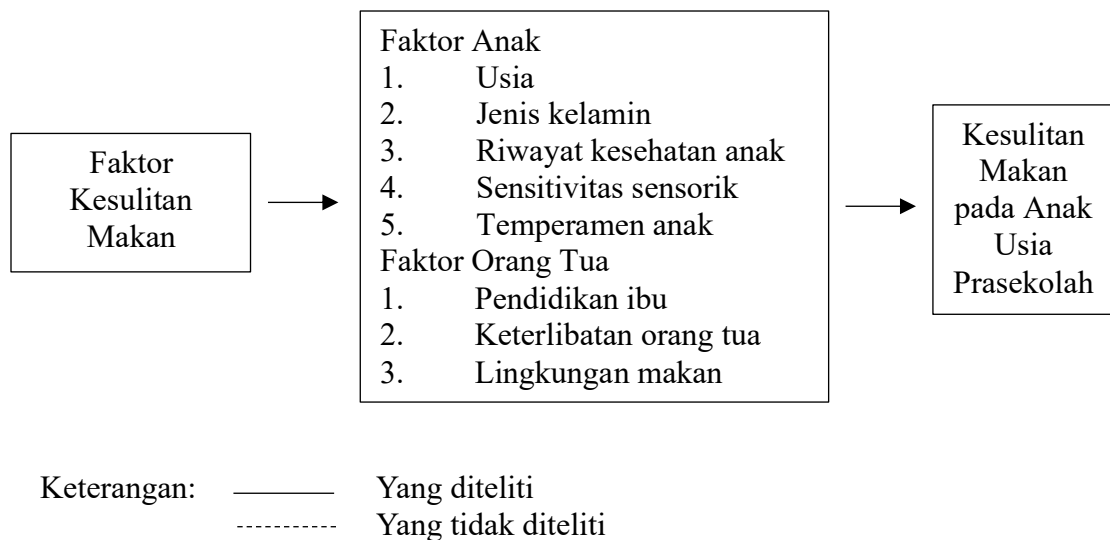
Tabel 2. 1 *Research Gap* Analisis Faktor yang Berhubungan Dengan Kesulitan Makan pada Anak Usia Prasekolah di PAUD Kasih Bunda Kota Malang

No	Penulis	Judul	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
1.	(Anderson <i>et al.</i> , 2012)	<i>Relationships between parent feeding behaviors and parent and child characteristics in Brazilian preschoolers</i>	Desain: <i>Cross-sectional</i> Sampel: 402 ibu dari anak prasekolah Variabel: Tekanan makan, pengawasan, kontrol emosional. Instrumen: CFQ Analisis: Regresi logistik berganda	Tekanan makan terkait rendahnya pendidikan ibu ($OR \approx 2,3$); pengawasan rendah terkait konsumsi junk food anak ($OR \approx 1,9$).
2.	(Zhang <i>et al.</i> , 2023)	<i>Association between Parents' Perceptions of Preschool Children's Weight, Feeding Practices and Children's Dietary Patterns: A Cross-Sectional Study in China</i>	Desain: <i>Cross-sectional</i> Sampel: 542 orang tua Variabel: Praktik pemberian makan (CFQ): restriction, reward, pressure, monitorin Instrumen: CFQ Analisis: Regresi linear berganda	Pressure & reward berpengaruh terhadap pola konsumsi tidak sehat; monitoring berpengaruh terhadap pola lebih sehat.

No	Penulis	Judul	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
3.	(Yulianto <i>et al.</i> , 2022)	Faktor-faktor yang berhubungan dengan kesulitan makan persisten pada anak usia prasekolah	Desain: observasional analitik dengan desain <i>cross-sectional</i> Sampel: 40 ibu Variabel: Kesulitan makan persisten, Pendidikan ibu, status ekonomi keluarga. Instrumen: kuesioner kesulitan makan, kuesioner pendidikan ibu dan status ekonomi Analisis: Chi-square	Pendidikan ibu tidak signifikan ($p = 0,159 > 0,05$). Status ekonomi keluarga signifikan ($p = 0,017 < 0,05$); $OR \approx 0,194$, artinya anak dari keluarga dengan pendapatan $< UMR$ memiliki risiko berbeda dibanding $> UMR$
4.	(Mazza <i>et al.</i> , 2022)	<i>Association between parental feeding practices and children's dietary intake: a cross-sectional study in the Gardermoen Region, Norway</i>	Desain: <i>cross-sectional</i> Sampel: 111 orang tua Variabel: CFPQ 12 dimensi termasuk monitoring, restriction Instrumen: CFQ dan FFQ Analisis: Uji Paired Sample T-Test	Regresi logistik: monitoring dan lingkungan terhadap konsumsi sayur & buah tinggi; restriction berat terhadap konsumsi <i>Sugar Sweetened Beverages</i> (SSB) rendah
5.	(Adrianto <i>et al.</i> , 2023)	<i>Controlling and less controlling feeding practices are differentially associated with child food intake and appetitive behaviors assessed in a school environment</i>	Desain: <i>cross-sectional</i> Sampel: 149 usia 3-5 tahun Variabel: CFQ-Restriction, CFQ-Pressure, CFPQ-Prompt and Monitoring Instrumen: FQ + PFSQ Analisis: Chi-square	Dalam pengukuran <i>COMPX test</i> , skor median adalah 67,1% untuk Tes A, 52,4% untuk Tes B, dan 60,4% untuk nilai rata-rata keduanya. Laju makan anak (eating rate) median adalah 0,3 kkal/menit, dan pada uji <i>Eating in the Absence of Hunger (EAH)</i> , asupan energi berkisar antara 0 hingga 95,8 kkal, dengan median 57,7 kkal.

No	Penulis	Judul	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
6.	(Elrakai by et al., 2022)	<i>Read for Nutrition Programme Improves Preschool Children's Liking and Consumption of Target Vegetable</i>	Desain: <i>Pre-post pilot study</i> Sampel: 69 anak prasekolah dan 16 guru di 5 kelas prasekolah di Lincoln, Nebraska Variabel: Program "Read for Nutrition" melalui pembacaan buku <i>Monsters Don't Eat Broccoli</i> , konsumsi dan kesukaan anak terhadap brokoli Instrumen: Food Selection Task dan Food Liking Tool Analisis: Uji <i>Paired T-Test</i> dan <i>Regresi Linear</i>	Konsumsi brokoli meningkat sebesar 35% setelah intervensi ($t = 2,66$; $P = 0,01$). Anak-anak yang mendapatkan ≥ 5 kali paparan menunjukkan peningkatan konsumsi yang signifikan ($t = 2,77$; $P = 0,008$). Kesukaan terhadap brokoli meningkat secara signifikan ($W = 2,2$; $P = 0,03$).

2.5 Kerangka Konsep



Gambar 2.1 Kerangka Konsep Analisis Faktor yang Berhubungan Dengan Kesulitan Makan pada Anak Usia Prasekolah di PAUD Kasih Bunda Kota Malang

Menurut Chilman *et al.* (2021) faktor kesulitan makan terbagi menjadi dua faktor yaitu faktor anak dan orang tua. Menurut Notoatmodjo (2010) kerangka konsep adalah visualisasi hubungan antara satu variabel dengan variabel lainnya. Kerangka konsep dalam penelitian ini dikembangkan berdasarkan faktor-faktor yang mempengaruhi kesulitan makan pada anak usia prasekolah yang terdiri dari faktor anak (usia, jenis kelamin, riwayat kesehatan anak, sensitivitas sensorik, temperamen anak) dan faktor orang tua (pendidikan ibu, keterlibatan orang tua, lingkungan makan).

2.6 Hipotesis

1. Ada hubungan faktor usia dengan kesulitan makan pada anak usia prasekolah di PAUD Kasih Bunda Kota Malang.
2. Ada hubungan faktor jenis kelamin dengan kesulitan makan pada anak usia prasekolah di PAUD Kasih Bunda Kota Malang.
3. Ada hubungan faktor riwayat kesehatan dengan kesulitan makan pada anak usia prasekolah di PAUD Kasih Bunda Kota Malang.
4. Ada hubungan faktor sensitivitas sensorik dengan kesulitan makan pada anak usia prasekolah di PAUD Kasih Bunda Kota Malang.
5. Ada hubungan faktor temperamen dengan kesulitan makan pada anak usia prasekolah di PAUD Kasih Bunda Kota Malang.
6. Ada hubungan faktor pendidikan ibu dengan kesulitan makan pada anak usia prasekolah di PAUD Kasih Bunda Kota Malang.
7. Ada hubungan faktor keterlibatan orang tua dengan kesulitan makan pada anak usia prasekolah di PAUD Kasih Bunda Kota Malang.

8. Ada hubungan faktor lingkungan makan dengan kesulitan makan pada anak usia prasekolah di PAUD Kasih Bunda Kota Malang.
9. Ada faktor dominan kesulitan makan pada anak usia prasekolah di PAUD Kasih Bunda Kota Malang.