

HUBUNGAN PERILAKU MAKAN ORANG TUA TERHADAP KEJADIAN PICKY EATER PADA ANAK PRASEKOLAH TK KARTIKA 1-50 PEKANBARU

Elvy Ramadani, & Nur Pelita Sembiring*

Program Studi Gizi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Pekanbaru, Riau, Indonesia

*Email korespondensi: nurpelita.sembiring@uin-suska.ac.id

ABSTRACT

Picky Eater is an eating disorder in preschoolers characterized by refusal to eat new foods, so they do not get a variety of food menu. Parents eating behavior is certainly very influential on the incident of picky eaters. The aim of this study was to determine the correlation between parents' eating behavior and picky eater on preschooler of Kindergarten Kartika 1-50 Pekanbaru. The design of this research was a cross sectional study. The sampling technique in this study was total sampling so that the total sample was 45 preschooler. Parents' eating behavior was measured by a questionnaire Adult Eating Behavior Questionnaire (AEBQ) and the picky eater behavior was measured by ChiLd Eating Behavior Questionnaire (CEBQ). The results of the research found that mothers who had poor eating behavior were 53.3% and children who picky eater by 77.8%. Test results statistical chi square showed a correlation between parental eating behavior and picky eater in preschool children of Kindergarten Kartika 1-50 Pekanbaru with p-value ($p < 0.05$). Mothers who have poor eating habits are at risk of having children picky eater 6.7 times compared to those who eat well. The conclusion of this study is there is a correlation between parents' eating behavior and picky eaters in preschoolers.

Keywords: eating behavior, preschool children, picky eater

PENDAHULUAN

Picky eater adalah gangguan makan atau perilaku anak yang memilih-milih dalam hal makanan, biasanya anak yang memiliki perilaku ini ditandai dengan mengkonsumsi jenis makanan yang hampir sama ketika makan, menolak makanan, enggan mencoba makanan yang baru atau tidak familiar, dan memiliki makanan yang disukai, akibatnya anak akan mengalami kekurangan energi dan zat gizi yang akan mengganggu pertumbuhan perkembangan anak (Wijayanti et al., 2020). Asupan gizi yang tidak terpenuhi dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan pada anak, sehingga anak yang mengalami picky eater akan cenderung memiliki berat badan yang kurang dibandingkan dengan anak yang bukan picky eater (Antoniou et al., 2016).

Penelitian picky eater di Pekanbaru pada tahun 2019 didapatkan anak yang mengalami picky eater sebesar 43,4% (Marlina et al., 2020). Berdasarkan penelitian Kesuma dkk. (2015) yang dilakukan di Pekanbaru menyatakan anak yang mengalami perilaku kesulitan makan sebanyak 35,4%, dengan anak yang menghabiskan makan dalam waktu lama (lebih dari 30 menit) 67,1%, tidak tertarik mencoba makanan baru 49,4%, menyukai makanan tertentu saja 48,1%, menggelengkan kepala saat diberikan makan 34,2%, anak menutup mulut saat diberikan makan 21,5%, dan anak yang membuang makanan 15,2% (Kesuma et al., 2015). Perilaku picky eater dapat membuat anak kekurangan asupan yang menyebabkan gizi buruk, stunting hingga keterlambatan dalam berfikir (Utami, 2016). Prevalensi gizi kurang berdasarkan BB/U di Indonesia pada tahun

2021 yaitu sebanyak 1,2% balita dan prevalensi balita berstatus gizi buruk berdasarkan BB/U sebanyak 6,1% (Kemenkes, 2022). Berdasarkan Dinkes Riau 2020, didapatkan di Pekanbaru gizi buruk 1,38% dan gizi kurang 5,1% (Dinkes RI, 2020).

Menurut penelitian Marlina dkk. (2020) terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku makan ibu dengan perilaku picky eater pada anak. Ibu yang pemilih makanan dapat 2,7 kali menyebabkan perilaku picky eater pada anak dibandingkan ibu yang tidak pemilih dalam makanan (Marlina et al., 2020). Peran orang tua dalam memberikan contoh yang baik dalam hal makanan sangat dibutuhkan (Kesuma dkk., 2015). Anak merupakan sosok peniru sehingga ia akan meniru orang terdekatnya. Perilaku makan orang tua yang baik dapat menjadikan hal positif dalam menggambarkan makan sehingga dapat menghindari perilaku picky eater pada anak (Anggraini, 2014).

METODE

Waktu dan Tempat

Penelitian dilaksanakan di TK Kartika 1-50 Jl. Hangtuah No. 63A, Kel. Suka Mulia, Kec. Sail, Kota Pekanbaru pada bulan Januari 2023.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain Cross Sectional. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh anak usia prasekolah di Taman Kanak-kanak (TK) Kartika 1-50 yang berjumlah 45 siswa. Sampel pada penelitian ini adalah anak usia prasekolah dengan ibu yang mewakili anak sebagai sampel di TK Kartika 1-50. Sampel pada penelitian ini adalah seluruh populasi (total sampling) yang berjumlah 45 sampel dengan kriteria Inklusi yaitu anak yang orang tuanya bersedia menandatangani persetujuan, anak umur 3-6 tahun di TK Kartika 1-50 Pekanbaru. Kriteria Eksklusi pada penelitian ini adalah anak yang sedang menderita penyakit seperti, diare kronis, anorexia dan penyakit infeksi lainnya yang mengganggu asupan makanan.

Jenis data yang dikumpulkan dari kuesioner dan wawancara yang berupa karakteristik sampel (umur ibu, pendidikan ibu, pekerjaan ibu, umur anak, dan jenis kelamin anak), perilaku makan orang tua (variabel independen), dan kejadian picky eater (variabel dependen). Perilaku makan orang tua diperoleh menggunakan AEBQ, dan kejadian picky eater diperoleh dari CEBQ. Kuesioner untuk menilai perilaku makan orang tua menggunakan Adult Eating Behaviour Questionnaire (AEBQ). Kuesioner ini telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas dengan Cronbach's Alpha 0,806 dari 35 item, Kuesioner AEBQ ini diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia. Terdiri dari 5 subskala yang dibagi menjadi 2 kategori yaitu subskala dari pendekatan makanan dan subskala dari penghindar makanan. Kuesioner yang digunakan untuk mengukur perilaku picky eater menggunakan Child Eating Behaviour Questionnaire (CEBQ). Kuesioner ini dapat mengenali perilaku picky eater dan kebiasaan makan anak karena adanya komponen penghindar makanan dan pendekatan makanan. Kuesioner ini sudah diuji validitas dan reliabilitasnya dengan Cronbach's Alpha 0,943. Kuesioner CEBQ ini diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia dan terdiri dari 2 subskala pendekatan makan dan penghindar makan.

Analisis Data

Data pada penelitian ini diolah serta dianalisa dengan menggunakan Microsoft Excell 2010 dan program SPSS 26 for Windows 10. Analisis data yang digunakan dalam penelitian adalah analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk mengidentifikasi perilaku variabel independen yaitu perilaku makan orang tua dan variabel dependen yaitu kejadian picky eater. Analisis bivariat yang digunakan adalah uji chi square untuk menganalisis hubungan perilaku makan orang tua terhadap kejadian picky eater.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

1. Karakteristik Anak Prasekolah

Berdasarkan penelitian diperoleh karakteristik Anak diperoleh karakteristik meliputi usia dan jenis kelamin anak prasekolah. Karakteristik anak dapat dilihat pada Tabel 1. berikut:

Tabel 1. Karakteristik Anak Prasekolah

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia Anak (bulan)		
61-66	16	35,6
67-72	29	64,4
Total	45	100
Jenis Kelamin		
Laki-laki	26	57,8
Perempuan	19	42,2
Total	45	100

Berdasarkan Tabel 1. diketahui bahwa sebagian besar anak berusia 67-72 (5 tahun 5 bulan – 6 tahun) yaitu sebanyak 29 (64,4%). Usia prasekolah merupakan masa keemasan, pada usia ini kebutuhan gizi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangannya harus sangat diperhatikan (Yuliani, 2013). Masa ini anak prasekolah sudah dapat makan sendiri dan dapat memilih makanan yang diinginkan, sehingga menjadi makanan sehari-harinya (Bahagia, 2018). Perilaku anak prasekolah bersifat peniru, mereka akan melakukan apa yang dilihat pada lingkungannya dan tidak bisa membedakan benar dan salah, pantas dan tidak pantas apa yang diikutinya (Gunarti et al., 2017).

Berdasarkan jenis kelamin anak prasekolah di TK Kartika pada penelitian ini adalah lebih dari separuh anak prasekolah berjenis kelamin laki-laki sebesar 57,8%. Berdasarkan penelitian Li et al. (2017) mengatakan bahwa perilaku picky eater tidak dipengaruhi oleh jenis kelamin (Li et al., 2017). Perilaku pilih-pilih makan ini dapat dialami oleh anak laki-laki maupun perempuan (Kusuma et al., 2016).

2. Karakteristik Ibu

Berdasarkan penelitian ini diperoleh Karakteristik Ibu meliputi usia Ibu, pendidikan dan pekerjaan Ibu. Karakteristik ibu dapat dilihat pada Tabel 2. berikut :

Tabel 2. Karakteristik Ibu

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia ibu (tahun)		
28-33	25	55,6
34-39	20	44,4
Total	45	100
Pendidikan		
SMA	26	57,8
Perempuan	19	42,2
Total	45	100
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	25	55,6
Bekerja	20	44,4
Total	45	100

Berdasarkan Tabel 2. didapatkan distribusi frekuensi bahwa sebagian besar ibu yaitu 55,6% ibu berusia antara 28-33 tahun, pada usia ini disebut dengan dewasa awal, masa ini ibu dapat menyelesaikan masalah yang terjadi, termasuk mengasuh, memperhatikan asupan nutrisi untuk anak dan dapat memberikan contoh yang baik untuk anaknya (Putri, 2019).

Berdasarkan frekuensi pendidikan ibu, lebih dari separuh yaitu 57,8% ibu berpendidikan terakhir yaitu SMA. Berdasarkan penelitian Jauhari dkk. (2020) Pendidikan orang tua memiliki hubungan yang signifikan terhadap perilaku makan anaknya, orang tua khususnya ibu yang memiliki pendidikan yang tinggi akan memiliki pengetahuan yang tinggi juga (Jauhari et al., 2020). Ibu yang berpendidikan tinggi lebih terampil dalam memberikan makanan pada anak, selain itu ibu yang berpendidikan tinggi sangat mudah menerima informasi informasi mengenai nutrisi dan menerapkan pada anaknya (Muthohiroh, 2021).

Berdasarkan Pekerjaan ibu didapatkan 55,6% ibu tidak bekerja. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi perilaku makan anak adalah status pekerjaan ibu, ibu yang bekerja memiliki waktu yang sedikit untuk dapat makan bersama dan memperhatikan perilaku makan anaknya (Fatmawati & Winarsih, 2020). Hidayah& Setyaningrum, (2018) berpendapat ibu yang bekerja memiliki waktu lebih sedikit dari yang tidak bekerja, namun dengan ibu yang bekerja maka akan meningkatkan kualitas bahan makanan yang lebih baik dikarenakan penghasilan keluarga yang tinggi (Fertycia et al., 2022).

Perilaku Makan Orang Tua

Perilaku makan merupakan suatu interaksi manusia dan makanan yang mempengaruhi waktu makan, kuantitas asupan makanan dan preferensi dalam pemilihan makanan (Grimm & Steinle, 2011). Frekuensi perilaku makan orang tua pada penelitian ini dapat dilihat dari Tabel 3. berikut:

Tabel 3. Perilaku Makan Orang Tua

Perilaku Makan Orang Tua	Frekuensi (n)	Persentase %
Kurang Baik	24	53,3
Baik	21	46,7
Total	45	100

Berdasarkan Tabel 3. dapat diketahui perilaku makan ibu kurang baik yaitu memiliki skor sebesar 53,3%, dan perilaku makan ibu yang baik sebesar 46,7%. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Fertycia dkk. (2022) yang menunjukkan sebagian besar orang tua mengalami perilaku makan kurang baik sebanyak 68% dan hal ini dapat menimbulkan gangguan pola makan pada anaknya (Fertycia, 2022). Berdasarkan penelitian Taylor et al. (2015) orang tua terutama ibu memiliki pengaruh paling besar terhadap perilaku anaknya, termasuk perilaku makan anak. Orang tua yang memiliki perilaku makan yang pilih-pilih makanan, makan tidak bervariasi dan kurang makan sayur dan buah maka kemungkinan akan memiliki anak yang berperilaku picky eater (Taylor et al., 2015).

Perilaku Makan Anak Prasekolah

Picky eater merupakan perilaku kesulitan makan yang berkaitan dengan anak sangat pemilih dalam hal makanan, menolak makanan baru, hanya makan makanan yang disukai saja sehingga tidak mendapatkan menu makan yang seimbang dan bervariasi (Dorfman, 2011). Frekuensi picky eater pada anak prasekolah TK Kartika 1-50 Pekanbaru dapat dilihat pada Tabel 4. berikut:

Tabel 4. Perilaku Makan Anak Prasekolah

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase %
Tidak <i>Picky Eater</i>	10	22,2
<i>Picky Eater</i>	35	77,8
Total	45	100

Berdasarkan Tabel 4. dapat diketahui perilaku makan anak yang picky eater pada anak prasekolah di TK Kartika 1-50 sebesar 77,8% dan anak prasekolah yang tidak mengalami picky eater sebesar 22,2%. penelitian Indriyani, (2015) yang mengatakan bahwa anak picky eater memiliki preferensi terhadap makanan dan enggan terhadap makanan yang baru ia lihat, jika hal ini jika terjadi dalam waktu lama akan menimbulkan permasalahan gizi dan menghambat pertumbuhan dan perkembangan anak (Indriyani, 2015). Berdasarkan penelitian ini mayoritas perilaku makan anak prasekolah pada kategori rewel terhadap makanan seperti menolak jenis makanan yang baru, makan yang itu-itu saja atau tidak beragam dan enggan untuk mencoba makanan baru sehingga hal ini sesuai dengan karakteristik picky eater.

Karakteristik picky eater berperilaku membatasi makanan, rewel, menolak makanan (terutama pada sayur dan buah), tidak mau mencoba jenis makanan baru dan hanya mau makan makanan kesukaannya saja (Ong et al., 2014). Perilaku anak yang picky eater tentunya diakibatkan oleh kebiasaan makan yang diterapkan ibu dalam sehari-hari (Haszard et al., 2014). Menurut Hoang et al. (2019) selain perilaku menolak makanan dan enggan mencoba makanan baru pada perilaku picky eater yaitu anak makan secara perlahan dengan porsi yang sedikit sehingga memerlukan waktu yang lama untuk makan (Hoang et al., 2019).

Hubungan Perilaku Makan Orang Tua Terhadap Kejadian Picky Eater

Hubungan perilaku makan orang tua dengan kejadian picky eater dapat dilihat pada Tabel 5. berikut :

Tabel 5. Hubungan Perilaku Makan Orang Tua Terhadap Kejadian Picky Eater

Perilaku makan orang tua	Kejadian <i>Picky Eater</i>				Total		<i>P-value</i>
	Picky		Tidak				
	(n)	%	(n)	%	(n)	%	
Kurang Baik	22	91,7	2	8,3	24	53,3	0,029
Baik	13	61,9	8	38,1	21	46,7	
Total	35	77,8	10	22,2	45	100	

Berdasarkan Tabel 5. didapatkan dari 45 sampel penelitian disimpulkan bahwa dari 24 ibu yang berperilaku makan kurang baik memiliki anak picky eater lebih tinggi sebesar 91,7% dibandingkan dengan 21 ibu yang berperilaku makan baik, hanya memiliki anak picky eater sebesar 61,9%. Berdasarkan hasil analisis didapatkan nilai p-value sebesar $0,029 < \alpha (0,05)$ maka H_a diterima yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku makan orang tua terhadap kejadian picky eater pada anak prasekolah di TK Kartika 1-50 Pekanbaru. Ibu yang memiliki perilaku makan kurang baik akan beresiko memiliki anak picky eater 6,7 kali dibandingkan yang berperilaku makan baik.

KESIMPULAN

Kesimpulan pada penelitian yang telah dilakukan tentang hubungan perilaku makan orang tua terhadap kejadian picky eater pada anak prasekolah TK Kartika 1-50 Pekanbaru, berdasarkan perilaku makan orang tua didapatkan 53,3% ibu memiliki perilaku makan kurang baik dan 46,7% berperilaku makan baik. Berdasarkan kejadian picky eater didapatkan mayoritas anak mengalami picky eater sebesar 77,8% dan 22,2% tidak mengalami picky eater. Hasil uji Chi Square diperoleh nilai p-value sebesar $0,029 < \alpha (0,05)$ yang berarti terdapat hubungan antara perilaku makan orang tua terhadap kejadian picky eater pada anak prasekolah TK Kartika 1-50 Pekanbaru. Ibu yang memiliki perilaku makan kurang baik akan beresiko memiliki anak picky eater 6,7 kali dibandingkan yang berperilaku makan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, I. R. (2014). Perilaku Makan Orang Tua Dengan Kejadian Makan Picky Eating pada Anak Usia Toddler. *Jurnal Keperawatan*, 5(2): 154-162. <https://doi.org/10.22219/jk.v5i2.2344>.
- Antoniou, E. E., Roefs, A., Kremers, S. P. J., Jansen, A., Gubbels, J. S., Sleddens, E. F. C., & C. Thijs. (2016). Picky Eating and Child Weight Status Development: A longitudinal study. *Jurnal Human Nutrition Diet*, 29: 298–307. DOI:10.1111/jhn.12322.
- Bahagia, I. P. (2018). Hubungan Perilaku dengan Status Gizi pada Anak Usia Prasekolah di Wilayah Kerja Puskesmas Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar. Skripsi. Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala.
- Dinas Kesehatan Provinsi Riau. (2020). Profil Kesehatan Provinsi Riau 2020. Dorfman, K. (2011). *What's Eating Your Child*. USA: Work Publishing
- Fatmawati, Y., & Winarsih, B. D. (2020). Analisis Hubungan Dukungan Keluarga dengan Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Bekerja di Wilayah Kerja Puskesmas Ngemplak Undaan

- Kudus. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 9(3):260-267.
<https://doi.org/10.31596/jcu.v9i3.629>.
- Fertycia, F. P., Novayelinda, R., & Nopriandi. (2022). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Picky Eater pada Anak Usia Toddler. *Indonesian Scientific Health Journal*, 7(2), 45-51.
- Grimm, E. R., & Steinle, N. I. (2011). Genetics of Eating Behavior : Established and Emerging Concepts. *Nutrition Reviews*, 69(1), 52–60. <https://doi.org/10.1111%2Fj.1753-4887.2010.00361.x>
- Gunarti, W., Suryani, L., & Muis, A. (2017). *Metode Pengembangan Perilaku dan Kemampuan Dasar Anak Usia Dini*. Universitas Terbuka.
- Haszard, J. J., Skidmore, P. M., Williams, S. M., & Taylor, R. W. (2014). Associations Between Parental Feeding Practices, Problem Food Behaviours and Dietary Intake in New Zealand Overweight Children Aged 4-8 Years. *Public Health Nutrition*, 18(6): 1036–1043. Doi:10.1017/S1368980014001256.
- Hidayah, L., & Setyaningrum, U. (2018). Hubungan Pengetahuan Ibu Bekerja Tentang ASI Perah dengan Sikap Terhadap ASI Perah. *Jurnal Ilmiah Bidan.*, 3(1), 1-8.
- Hoang, T. B. Y., Le, T. H. & Vo, V. T. Picky Eating and Nutritional Status in Children Aged 1 To 5 Years in a City of Central Region, Vietnam. *Journal of Medicine and Pharmacy*. 9(3), 17–21. <https://www.doi.org/10.34071/jmp.2019.3.3>.
- Indriyani, R. A. (2015). Hubungan Pola Asuh Makan dengan Status Gizi Usia Anak Sekolah di SDN Teluk Pucung VI Bekasi. *Jurnal Kesejahteraan Keluarga dan Pendidikan*, 2(2), 77-83. <https://doi.org/10.21009/JKKP.022.03>.
- Jauhari, M. T., Rahmiati, B. F., Ardian, J., Al-Fariky, Z., Hidayah, N., & Yunika, R. P. (2020). Karakteristik Orang Tua dan Pola Makan Anak Usia Sekolah Dasar Negeri. *Journal of Public Health*, 3(2), 162-174.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021*.
- Kesuma A., Novayelinda, R., & Sabrian, F. (2015). Faktor Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Kesulitan Makan Anak Prasekolah. *JOM*, 2(2), 953- 961.
- Kusuma, H. S., Bintanah, S., & Handarsari, E. (2016). Tingkat Kecukupan Energi dan Protein pada Status Balita Pemilih Makan di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu Semarang. 557-564.
- Li, Z., Horst, K. V. D., Edelson-fries, L. R., Yu, K., & Wang, J. (2017). Perceptions of Food Intake and Weight Status Among Parents of Picky Eating Infants and Toddlers in China: A Cross-Sectional Study. *Appetite*, 108, 456–463. <http://dx.doi.org/10.1016/j.appet.2016.11.009>.
- Marlina, H., Rany, N., Rosalina, L., Faridah, A., & Permaisuri, I. (2020). Risk Factors for Picky Eater in Preschool Children in An-Namiroh Kindergarten, Pekanbaru City. *International Journal of Scientific & Technology Researc*, 9(4), 170-174.
- Muthohiroh, M. (2021). *Gangguan Perilaku Makan (picky eaters), Pengetahuan Orang Tua Tentang Gizi dan Pola Asuh Gizi Anak Kebutuhan Khusus*. Jawa Timur: Strada Press.
- Ong, C., Phuah, K.Y., Salazar, E., & How, C. H. (2014). *Managing The Picky Eater Dilemma*.

- Singapore Media Journal, 55(4), 184-190. DOI: 10.11622/smedj.2014049.
- Putri, A. F. (2019) Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *Journal of School Conseling*, 3(2), 35-40. DOI: 10.23916/08430011.
- Taylor C. M., Wernimont, S. M., Northstone, K., & Emmet, P. M. (2015). Review Of Definitions, Assessment, Prevalence And Dietary Intakes. *Appetite*, 95(1), 349–359. DOI: 10.1016/j.appet.2015.07.026.
- Utami, F. B. (2016). Picky Eater pada Anak Kota: Studi Kasus Anak Usia 3-4 Tahun. *Journal Sosioreligi*, 14(2), 79-86.
- Wijayanti, I. B., Astuti, H. P., & Riawati, D. (2020). Gambaran Perilaku Picky Eater dan Faktor Yang Melatar Belakanginya Pada Anak Usia 2-4 Tahun di RW Xii Kelompok Bermain dan Raudhatul Athfal Alam terpadu Uwais Al Qorni Surakarta. *Jurnal Gizi Prima*, 5 (1), 39-48. <https://doi.org/10.32807/jgp.v5i1.174>.
- Yuliani, S. (2013). Hubungan Karakteristik Anak Usia Prasekolah dengan Kecerdasan Emosi Di Paud Kecamatan Sigaluh Kabupaten Banjarnegara. Bachelor Thesis, Universitas Muhammadiyah Purwokerto.