



Hubungan Perilaku Orang Tua dalam Memenuhi Nutrisi dengan Angka Kejadian Picky Eater

Dewa Ayu Bella Riska Anggreni, Dwi Prima Hanis K, I Made Rio Dwijayanto

Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Triatma Mulya

ARTICLE INFO

Artikel Histori:

Received date: July/29/2023

Revised date: September/25/2023

Accepted date: November/30/2023

Keywords: Behavior, Parents, Nutrition, Picky eater

ABSTRACT

Introduction: The behavior of parents to fulfill nutrition is very influential on the growth and development of children. Factors that influence parents to have sufficient behavior in fulfilling nutritious food are knowledge, education, employment, income and support. Picky eater is a child who has difficulty consuming food or drink. The child will be said to be a picky eater if the child has characteristics such as refusing food that has just been introduced, closing his mouth, and vomiting food. Children will not become picky eaters if parents do not always comply with their children's requests for random snacks that will endanger their health. The purpose of this study was to determine whether or not there was a relationship between parental behavior in fulfilling nutrition with the incidence of picky eaters in Cemara Kasih Early Childhood Education. **Methods:** This study used a cross-sectional design. The population in this study were all preschool children aged 3-6 years as many as 92 people and their parents as many as 92 people. This research uses Probability Sampling with Simple Random Sampling technique. The analysis of this study used the Spearman rho test. **Results:** This study showed a correlation coefficient (r) of 0.557, where r count $>$ r table (0.000) and p value = 0.000 ($p <$ 0.05).

Kata Kunci: Perilaku, Orang Tua, Nutrisi, *Picky eater*

Latar Belakang: Perilaku orang tua untuk memenuhi nutrisi sangat berpengaruh pada tumbuh kembang anak. Faktor yang memengaruhi orang tua memiliki perilaku cukup dalam pemenuhan makanan bergizi yaitu pengetahuan, pendidikan, pekerjaan, pendapatan dan dukungan. *Picky eater* adalah anak sulit mengonsumsi makanan atau minuman. Anak akan dikatakan *picky eater* jika anak mempunyai karakteristik seperti, menolak makanan yang baru dikenalkan, menutup mulut, hingga memuntahkan makanan. Anak tidak akan menjadi *picky eater* jika orang tua tidak selalu menuruti permintaan anak untuk jajan sembarangan yang akan membahayakan kesehatannya. Adapun tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan perilaku orang tua dalam memenuhi nutrisi dengan angka kejadian *picky eater* di PAUD Cemara Kasih. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak prasekolah usia 3-6 tahun sebanyak 92 orang dan orang tuanya sebanyak 92 orang. Penelitian ini menggunakan Probability Sampling dengan teknik Simple Random Sampling. Analisis penelitian ini menggunakan uji Spearman rho. **Hasil:** Penelitian ini didapatkan hasil koefisien korelasi (r) sebesar 0,557, dimana r hitung $>$ r tabel (0,000) dan nilai p -value = 0,000 ($p <$ 0,05).

Copyright© 2023 Jurnal Kesehatan Primer
All rights reserved

Corresponding Author:

Dewa Ayu Bella Riska Anggreni
Program Studi S1Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Triatma Mulya
Email: 102091902@triatmamulya.ac.id

PENDAHULUAN

Kebutuhan nutrisi pada anak dipengaruhi oleh perilaku orang tua. Perilaku orang tua untuk memenuhi nutrisi sangat mendukung tumbuh kembang anak seperti memilih jajanan yang dimakan anak dan memberikan makanan yang bergizi. Faktor yang mempengaruhi orang tua memiliki perilaku cukup dalam pemenuhan makanan bergizi yaitu pengetahuan, pendidikan, pekerjaan, pendapatan dan dukungan (Syafarinoo *et al.*, 2020). Nutrisi pada anak sangat penting dalam optimalisasi tumbuh kembang pada anak. Nutrisi yang kurang akan menyebabkan kondisi kesehatan anak menjadi kurang baik, gangguan pertumbuhan dan perkembangan, serta dapat menyebabkan kematian pada anak (Gunawan *et al.*, 2016).

Picky eater adalah perilaku anak menolak makan (Lukitasari & Depi, 2020). *Picky eater* atau lebih dikenal dengan sulit makan, merupakan masalah dalam pemberian makanan dalam upaya memenuhi asupan gizi pada anak (Mustikasari, 2019). *Picky eater* atau perilaku memilih-milih makanan, sering dijumpai pada masa perkembangan anak, namun biasanya tidak berlangsung lama (Hijja *et al.*, 2022). *Picky eater* adalah anak sulit mengonsumsi makanan atau minuman. Anak akan dikatakan *picky eater* jika anak mempunyai karakteristik seperti, menolak makanan yang baru dikenalkan, menutup mulut, hingga memuntahkan makanan. Anak tidak akan menjadi *picky eater* jika orang tua tidak selalu menuruti permintaan anak untuk jajan sembarangan yang akan membahayakan kesehatannya (Rufaida *et al.*, 2018).

Berdasarkan penelitian di beberapa negara, dapat diketahui prevalensi *picky eater* atau kesulitan makan pada anak cukup tinggi. Penelitian di USA melaporkan bahwa 50% dari 3.022 balita mengalami kesulitan makan dan sekitar 20%-60% orang tua menyatakan bahwa balitanya makan dengan tidak optimal. Di London, 17% anak memiliki

nafsu makan rendah, sedangkan 12% lainnya mengalami *picky eater*. Prevalensi *picky eater* di Singapura dengan klasifikasi sering sebanyak 49,6% dari 407 responden. Prevalensi perilaku *picky eater* saat usia prasekolah cukup tinggi. Penelitian di Singapura menunjukkan proporsi *picky eater* paling tinggi pada usia 3-6 tahun sebesar 29,9%. Prevalensi *picky eater* pada anak di Taiwan usia 3-6 tahun sebesar 72% (Nadhirah *et al.*, 2021).

Kota Semarang memiliki balita kekurangan gizi yang terdiri dari 2,73% balita dengan gizi kurang dan 0,38% status gizi buruk (Hardianti *et al.*, 2018). Diketahui bahwa prevalensi di Provinsi Bali balita yang mengalami gizi kurang sebesar 10,2%, sedangkan yang mengalami gizi lebih mencapai 5,5% (Wiradnyani *et al.*, 2021). Di Kabupaten Jembrana prevalensi gizi buruk pada balita sebesar 12,2% menempati urutan ke-3 terbesar di Bali (Y. S. Pratiwi, 2017). Peneliti mengaitkan dengan prevalensi gizi kurang, karena *picky eater* merupakan salah satu resiko anak dapat mengalami kurang gizi, *picky eater* cenderung memiliki asupan energi, protein, karbohidrat, vitamin dan mineral lebih rendah dibandingkan anak yang tidak *picky eater* (Hardianti *et al.*, 2018).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Cemara Kasih, didapatkan jumlah anak berusia 3-6 tahun yaitu sebanyak 113 anak. Penulis melakukan wawancara dengan salah satu guru di PAUD Cemara Kasih, didapatkan anak susah makan dimana terdapat anak sering menyukai jajanan diluar seperti sosis, permen, dan makanan-makanan yang menarik seperti makan yang dilihat dari warna, bentuk dan tekstur. Terdapat anak yang kadang menolak untuk makan, anak sering tidak menyukai makanan yang dibuat oleh orang tuanya, anak sering memuntahkan makanan dan menyembur-nyemburkan makanan yang tidak disukai, menelan dan mengunyah makanan dalam waktu lama, tidak tertarik dengan menu baru, ketika bermain terkadang anak lupa untuk makan. Penulis juga melakukan

wawancara dengan 10 orang tua didapatkan perilaku orang tua yang memaksa anak untuk makan, kurang menyediakan variasi makanan, tidak memperkenalkan menu-menu baru pada anak, tidak melibatkan anak dalam mempersiapkan makanan dan tidak menawarkan makan setelah ditolak. Dari hasil wawancara terhadap 10 orang tua yang berada di Cemara Kasih Kelurahan Pendem tersebut, terdapat 8 anak prasekolah usia 3-6 tahun yang mempunyai perilaku memilih-milih makanan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan perilaku orang tua dalam memenuhi nutrisi dengan angka kejadian *picky eater* di PAUD Cemara Kasih.

METODE

Lokasi penelitian ini dilaksanakan di Kabupaten Jembrana tepatnya di Sekolah PAUD Cemara Kasih. Sekolah ini berada di Kelurahan Pendem, Kecamatan Jembrana, Kabupaten Jembrana, Jl Sudirman, No 1, Pendem, Kabupaten Jembrana, Provinsi Bali. Waktu pengambilan data 22 Mei - 20 Juli 2023.

Instrumen penelitian ini menggunakan 2 kuesioner yaitu kuesioner perilaku orang tua terdiri dari 2 bentuk pertanyaan positif dan negatif. Kuesioner ini terdiri dari 11 pertanyaan dengan skor maksimum 44 dan skor minimum 4, dengan pilihan jawaban positif selalu (SL) 4, sering (SR) 3, jarang (JR) 2, tidak pernah (TP) 1 dan jawaban negatif selalu (SL) 1, sering (SR) 2, jarang (JR) 3, tidak pernah (TP) 4. Kuesioner *picky eater* terdiri dari 15 pertanyaan. Terdapat 5 jawaban pertanyaan favorable skor 1 untuk jawaban tidak pernah (TP), skor 2 untuk jawaban jarang (JR), skor 3 untuk jawaban kadang-kadang (KD), skor 4 untuk jawaban sering (SR), skor 5 untuk jawaban selalu (SL). Sedangkan pertanyaan unfavorable yaitu skor 5 untuk jawaban tidak pernah (TP), skor 4 untuk jawaban jarang (JR), skor 3 untuk jawaban kadang-kadang (KD), skor 2 untuk jawaban sering (SR), skor 1 untuk jawaban selalu (SL).

Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak prasekolah usia 3-6 tahun sebanyak 92 orang dan orang tuanya sebanyak 92 orang. Penelitian ini menggunakan Probability Sampling dengan teknik Simple Random Sampling. Analisis penelitian ini menggunakan uji Spearman rho.

HASIL

Hasil Analisis Univariat

Tabel 1. Perilaku Orang Tua Dalam Memenuhi Nutrisi

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	78	84,8
Kurang Baik	14	15,2
Total	92	100%

Hasil penelitian distribusi berdasarkan perilaku orang tua dalam memenuhi nutrisi di PAUD Cemara Kasih, menunjukkan bahwa sebagian orang tua berperilaku baik sebanyak 78 orang dengan persentase 84,8% dan orang tua dengan perilaku kurang baik sebanyak 14 orang dengan persentase 15,2%.

Tabel 2. Angka Kejadian *Picky eater*

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	78	84,8
Sedang	14	15,2
Tinggi	10	10,9
Total	92	100%

Hasil distribusi frekuensi *picky eater* menunjukkan bahwa sebagian besar anak dalam kategori *picky eater* rendah sebanyak 78 orang dengan persentase 84,8 %, kategori sedang sebanyak 14 orang dengan persentase 10,9% dan Kategori tinggi sebanyak 10 orang dengan persentase 10,9%.

Hasil Analisis Bivariat

Tabel 3. Hubungan Perilaku Orang Tua Dalam Memenuhi Nutrisi Dengan Angka Kejadian *Picky eater* Di PAUD Cemara Kasih

Spearman Rho	Hasil
N	92
Koefisien Korelasi (r)	0,557
p-value	0,000

Hasil uji statistik Spearman's Rho dengan jumlah 92 orang responden, didapatkan hasil nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,557, dimana $r_{hitung} > r_{tabel}$ (0,000) dan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara perilaku orang tua dalam memenuhi nutrisi dengan angka kejadian *picky eater* di PAUD Cemara Kasih. Berdasarkan nilai koefisien korelasi (r) dengan nilai 0,557 menunjukkan bahwa tingkat hubungan yang kuat antara perilaku orang tua dalam memenuhi nutrisi dengan angka kejadian *picky eater* pada anak prasekolah di PAUD Cemara Kasih.

PEMBAHASAN

Perilaku Orang Tua

Orang tua memiliki peran dalam pembentukan pola makan, menciptakan situasi yang menyenangkan dan menyajikan makanan yang menarik agar dapat memenuhi gizi anak. Orang tua memiliki peran penting dalam hal yang berkaitan dengan makanan mulai dari penyusunan menu makanan, pemberian makan pada anak, membentuk pola makan anak dan frekuensi makan anak. Hasil penelitian ini (Tabel 1) menunjukkan bahwa hampir seluruh (84,8%) orang tua di PAUD Cemara Kasih berperilaku baik dalam memenuhi nutrisi anak.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Agustini (2015), menyatakan bahwa melibatkan anak dalam perencanaan dan persiapan makan berhubungan secara positif

terhadap status nutrisi anak. Melibatkan anak dalam perencanaan makan dapat meningkatkan asupan makanan sehingga mempengaruhi status nutrisi. Melibatkan anak dalam berbelanja atau merencanakan menu keluarga, anak diperbolehkan untuk membuat pilihan makanan mereka sendiri berdasarkan selera dan makanan yang diinginkan dengan menu seimbang sehingga asupannya juga sesuai dengan kebutuhan (Luh, *et al.*, 2015).

Penelitian yang dilakukan Nurdiana dan Rissa (2021), tidak sejalan dengan penelitian ini, Nurdiana dan Rissa menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara perilaku ibu dengan status nutrisi anak dikarenakan perilaku kurang baik pada ibu kurang kepedulian ibu terhadap asupan nutrisi anak. Ibu yang memiliki perilaku baik cenderung memperhatikan makanan yang dikonsumsi anak sesuai dengan kebutuhan dan lebih mengontrol makanan yang akan dikonsumsi anak (Nurdiana *et al.*, 2021).

Peneliti berasumsi bahwa orang tua yang memiliki perilaku baik mempengaruhi pemenuhan nutrisi anak. Orang tua yang mempunyai perilaku baik mengenai pemberian makanan yang tepat pada anak lebih memperhatikan makanan yang dikonsumsi anak dan orang tua melibatkan anak dalam perencanaan menu-menu makanan sehingga anak dapat memilih makanan yang disukai.

Kejadian *Picky eater*

Picky eater adalah perilaku sangat pemilih dalam makanan dan tidak mendapatkan menu makanan yang seimbang seperti sayuran, nasi buah-buahan dan hanya menginginkan makanan yang manis saja (Mustikasari, 2019). Terdapat faktor yang dapat mempengaruhi perilaku *picky eater* adalah perilaku orang tua dalam memenuhi nutrisi, dan interaksi orang tua pada anak (Noviana & Ulva, 2019). Hasil penelitian ini (Tabel 2) menunjukkan bahwa

kejadian *picky eater* pada anak prasekolah di PAUD Cemara Kasih rendah (78%).

Peneliti berasumsi bahwa, angka kejadian *picky eater* pada kategori rendah. Hasil observasi peneliti di Cemara Kasih terdapat anak yang suka memilih-milih makanan, anak sering tidak menyukai makanan yang dibuat oleh orang tuanya, terdapat anak yang suka menyembur-nyemburkan makan dan terdapat perilaku guru yang tidak melaporkan kepada orang tua anak bahwa anak tidak mau makan dan suka menyembur-nyemburkan makan. Orang tua yang memiliki anak dengan *picky eater* perlu memperhatikan asupan makanan yang dikonsumsi anak dan selalu melibatkan anak pada saat mempersiapkan makanan dan mengenalkan menu-menu baru pada anak.

Hubungan Perilaku Orang Tua dengan Perilaku *Picky eater*

Hasil uji analisis variat (Tabel 3) menunjukkan terdapat hubungan antara perilaku orang tua dalam memenuhi nutrisi dengan angka kejadian *picky eater* di PAUD Cemara Kasih, dengan $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$) dan nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,557, dimana r hitung $> r$ tabel (0,000).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Fiki Wijayanti (2018), menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku *picky eater* dengan status gizi pada anak prasekolah. Asupan zat gizi sangat berpengaruh besar terhadap perkembangan anak dari bayi hingga remaja. Nutrisi yang adekuat dapat memberikan lingkungan yang berharga untuk anak yang sedang berkembang sebaliknya kekurangan nutrisi dapat benar-benar mengganggu perkembangan otak dan fungsi lainnya. Kebutuhan nutrisi berubah selama kehidupan anak dan memiliki pengaruh besar pada pertumbuhan fisik dan perkembangan intelektual anak. Nutrisi memberikan kebutuhan yang diperlukan untuk mempertahankan kesehatan dan mencegah sakit (Wijayanti *et al.*, 2018).

Peneliti berasumsi Orang tua yang memiliki anak dengan *picky eater* perlu mengontrol asupan makanan yang dikonsumsi anak. Orang tua perlu mengajarkan anak pentingnya asupan nutrisi yang sehat dan makanan apa saja yang boleh dikonsumsi anak. Orang tua juga dirasa perlu untuk melibatkan anak pada saat mempersiapkan makanan dan memperkenalkan menu-menu baru pada anak.

KESIMPULAN

Perilaku orang tua dalam memenuhi kebutuhan nutrisi berhubungan dengan kejadian *picky eater* di PAUD Cemara Kasih. Oleh karena itu sebagai orang tua lebih memperhatikan kebutuhan nutrisi anak. Perilaku orang tua yang baik akan berpengaruh terhadap kebutuhan nutrisi anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Gunawan, Gladys, Fadlyana, Eddy, Rusmil, & Kusnandi. (2016). Hubungan Status Gizi dan Perkembangan Anak Usia 1 - 2 Tahun. *Sari Pediatri*, 13(2), 142. <https://doi.org/10.14238/sp13.2.2011.142-6>
- Hardianti, Rahma, Dieny, Fithra, F., Wijayanti, & Sandi, H. (2018). Picky eating dan status gizi pada anak prasekolah. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 6(2), 123–130. <https://doi.org/10.14710/jgi.6.2.123-130>
- Hijja, Nurul, Kurniawan, Didi, Riau, & Utami, F. (2022). Hubungan praktik pemberian makan dengan kejadian *picky eater* pada anak usia toddler. 5(2), 85–92.
- Luh, Ni, Purnama, & Agustini. (2015). *Jurnal Gizi Klinik Indonesia Perilaku orang tua dalam pemberian makan dan status gizi anak usia 2-5 tahun*. 11(03), 97–104.
- Lukitasari, & Depi. (2020). Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Perilaku *Picky eater* pada Anak Usia Prasekolah.

- Jurnal Sehat Masada*, 14(1), 73–80.
<https://doi.org/10.38037/jsm.v14i1.127>
- Munjidah, Annif, Rahayu, & Esty. (2020). Pengaruh Penerapan Feeding Rules Sebagai Upaya Mengatasi Kesulitan Makan Pada Anak (*Picky eater*, *Selective Eater* Dan *Small Eater*). *Jurnal Kesehatan Masyarakat (JKM)*, 8(1), 29–35.
- Mustikasari. (2019). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kebiasaan Memilih-milih Makan (*Picky eater*) Pada Anak Prasekolah Di TK Aisyiyah 1 Gombang Kabupaten Kebumen. *University Research Colloqium*, 1(1), 446–453.
<http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/675/658>
- Nadhirah, Taufiq, Faizatun, Said, & Hernita. (2021). Hubungan Perilaku *Picky eater* Dengan Status Gizi pada Anak Usia Pra Sekolah Di Taman Kanak-Kanak. *Darussalam Indonesian Journal of Nursing and Midwifery*, 1(1), 30–38.
- Nurdiana, Rissa, Wisanti, Eka, Utami, & Agnita. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dengan Status Gizi Pada Anak Balita. *Jurnal Medika Utama*, 2(3), 892–899.
<http://jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/view/184>
- Noviana, & Ulva. (2019). Hubungan Asi Eksklusif, Pola Makan, Dan Varian Makanan Dengan *Picky eaters* Pada Anak Usia 1-3 Tahun. *NURSING UPDATE: Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan P-ISSN: 2085-5931 e-ISSN: 2623-2871*, 1(1), 15–26.
<https://doi.org/10.36089/nu.v1i1.32>
- Pratiwi, Y. S. (2017). Perbedaan Pengaruh Pemberian Entrakid dan Biskuit MP-ASI Terhadap Peningkatan Status Gizi Pada Balita Gizi Kurang Usia 12-24 Bulan, Di Kabupaten Jembrana, Bali. *The Indonesian Journal Of Health Science*, 8(2), 15–28.
- Rufaida, Wardini, Zulfa, Lestari, Sri, & Puji. (2018). *Pola Asuh Dengan Terjadinya Picky eater (Pilih-Pilih Makanan) Pada Anak Usia 3-6 Tahun Di Dusun Sumberaji Desa Karangjeruk Kecamatan Jatirejo Kabupaten Mojokerto*. 2(1), 56–64.
- Syafarino, Al, Maria, Lilla, Maulidia, & Rahmawati. (2020). Hubungan Perilaku Orang Tua Dalam Pemilihan Makanan Bergizi Dengan Status Gizi anak Pada Anak Usia Pra Sekolah. *Professional Health Journal*, 1(2), 84–93.
<https://doi.org/10.54832/phj.v1i2.101>
- Wijayanti, Fiki, Rosalina, & Rosalina. (2018). Hubungan Perilaku *Picky eater* Dengan Status Gizi Pada Anak Pra Sekolah Tk Islam Nurul Izzah Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 7(2), 175.
<https://doi.org/10.31596/jcu.v7i2.262>