

HUBUNGAN PRAKTIK PEMBERIAN MAKAN DENGAN KEJADIAN PICKY EATER PADA ANAK USIA TODDLER

Nurul Hijja¹, Agrina², Didi Kurniawan³
Universitas Riau¹, Universitas Riau², Universitas Riau³

Email: nurul.hijja6303@student.unri.ac.id
DOI : 10.33369/jvk.v5i2.24177

Abstract

Picky eater is an eating behavior disorder that occurs in toddlers appetite , refusing to be fed, picky eating and refusing to eat a varied menu behavior Picky eater that continues in the long term will cause growth and development disorders. Objective: To analyze the relationship between feeding practices and the incidence of picky eaters in toddlers. Methods: The research design used was descriptive correlation, with a cross sectional approach. The sample in this study amounted to 72 mothers who have toddler age children, which were taken using accidental sampling technique. The measuring instrument used is a questionnaire on maternal feeding practices and a questionnaire on picky eater that have been valid and reliable. Data were analyzed using chi-square test. Results: Chi-square showed that there was a significant relationship between feeding practices and the incidence of picky eaters age children toddler with p value $(0.000) < (0.05)$. The majority of mothers with inappropriate feeding practices resulted in children experiencing picky eater (91.3%). So that the more inappropriate the mother's feeding practices are, the higher the risk of the child becoming a picky eater. Conclusion: Mothers who show inappropriate feeding practices in toddlers will behavior picky eater.

Keywords: Picky eater, Praktik pemberian makan, Toddler

PENDAHULUAN

Picky eater atau dikenal dengan istilah perilaku pilih-pilih makanan, sering dijumpai pada masa perkembangan anak namun biasanya tidak berlangsung lama. Picky eater merupakan salah satu gangguan perilaku makan yang biasanya terjadi pada anak-anak dengan rentang usia 6-59 bulan yang ditandai dengan nafsu makan anak berkurang, menolak jika disuapi makan, memilih makanan tertentu dan enggan mengkonsumsi menu yang bervariasi (Rufaida, 2018). Menurut Ekstein dkk (2010), perilaku picky eater pada anak yang terus berlanjut dalam jangka panjang akan menimbulkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan. Selanjutnya, asupan gizi yang diterima oleh anak menjadi tidak maksimal sehingga anak rentan mengalami gizi kurang dan ini lebih beresiko terjadi pada anak berusia dibawah 3 tahun. Penelitian yang dilakukan di Cina melaporkan prevalensi picky eater sebesar 59,3% (Xue et al., 2015). Sedangkan Di Arab Saudi, prevalensi picky eater diperkirakan 89,8% (Kutbi et al., 2019). Selain itu, sebuah

tinjauan pustaka menunjukkan bahwa 50% dari anak berusia 18-23 bulan diidentifikasi sebagai picky eater. Didapatkan prevalensi kesulitan makan sebesar 33,6% pada anak usia toddler. Sebagian besar 79,2% telah berlangsung lebih dari 3 bulan dan berlangsung lama (Mascola dalam Eka Yulis & Ali Hamid, 2016). Praktik pemberian makan merupakan upaya yang ibu berikan dalam menumbuhkan nafsu makan, menciptakan situasi makan, mengajarkan kebiasaan makan, mengatur jadwal untuk makan, porsi makan serta memantau berat badan anak. Keinginan orang tua untuk memenuhi kebutuhan nutrisi anaknya sering kali melatarbelakangi praktik pemberian makan yang kurang tepat diantaranya selalu memenuhi kemauan anak untuk mengkonsumsi makanan yang ia inginkan, bahkan melakukan pemaksaan pada anak untuk mau mengkonsumsi makanan tertentu (Musher-Eizman & Holub, dalam Perdani et al., 2017). Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti di Wilayah Kerja Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru pada bulan Desember 2021, didapatkan dari 20 ibu yang memiliki anak usia toddler, 16 diantaranya menyebutkan bahwa anaknya menunjukkan perilaku sulit makan (picky eaters). Ibu yang memiliki anak dengan perilaku picky eater biasanya merasa khawatir, lalu memikirkan berbagai cara agar anaknya mau makan lagi dengan baik salah satunya yaitu membuat perubahan pada praktik pemberian makannya yang disertai dengan tekanan seperti memaksa, memarahi anak, menambah porsi makan anak dan sebagainya.

METODE

Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kuantitatif. Desain penelitian ini adalah penelitian korelasi dengan pendekatan cross sectional. Lokasi penelitian ini dilaksanakan di Posyandu RW 06, RW 07 dan RW 12 Kelurahan Labuh Baru Timur, Kecamatan Payung Sekaki Kota Pekanbaru. Sampel penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak usia toddler. Sampel penelitian ini berjumlah 72 orang yang ditentukan menggunakan teknik accidental sampling. Instrumen pada penelitian ini menggunakan kuesioner praktik pemberian makan dan kuesioner perilaku picky eater. Kuesioner praktik pemberian makan terdiri dari 15 pernyataan yang telah dinyatakan valid dan reliabel oleh peneliti (rhitung 0,380-0,904; Alpha Cronbach 0,907). Sedangkan kuesioner perilaku picky eater terdiri dari 15 pernyataan yang juga telah dinyatakan valid dan reliabel oleh peneliti (rhitung 0,383-0,935; Alpha Cronbach 0,954). Analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat dilakukan untuk mendapatkan gambaran dari setiap variabel, dan distribusi frekuensi berbagai variabel yang diteliti. Sedangkan analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square untuk mengetahui hubungan praktik pemberian makan dengan kejadian picky eater pada anak usia toddler.

HASIL

Hasil penelitian pada tanggal 17 Juli - 27 Juli 2022 di Posyandu RW 06, RW 07 dan RW 12 Kelurahan Labuh Baru Timur, Kecamatan Payung Sekaki, diperoleh data-data sebagai berikut:

A. Analisa Univariat

1. Karakteristik responden

Tabel 1 Distribusi frekuensi karakteristik

No	Karakteristik Responden	Jumlah (n)	Persentase (%)
Karakteristik responden ibu			
1. Usia			
	Dewasa awal : 21 – 35 tahun	72	100
	Dewasa madya : > 35 – 50 tahun	-	-
	Dewasa akhir : > 50 – 65 tahun (Thalib, 2010)	-	-
2. Tingkat Pendidikan Ibu			
	SD	8	11,1
	SMP	9	12,5
	SMA/SMK	27	37,5
	Diploma	10	13,9
	Sarjana	18	25
3. Pekerjaan Ibu			
	Bekerja	12	16,7
	Tidak Bekerja	60	83,3
Karakteristik anak responden			
4. Jenis Kelamin Anak			
	Laki-laki	46	63,9
	Perempuan	26	36,1
5. Usia Anak			
	Rata-rata	1,72	-
6. Riwayat Persalinan Anak			
	Normal	49	68,1
	Sesar	23	31,9
7. Berat Badan Lahir			
	BBLR : < 2500 gram	4	5,6
	Normal : 2500 – 4000 gram	67	93,1
	BB Lahir Lebih : > 4000 gram (Kosim et al, 2009)	1	1,4
8. Panjang Badan Lahir			
	Rata-rata	48,58	-
9. Riwayat ASI Eksklusif			
	Iya	56	77,8
	Tidak	16	22,2
10. Riwayat Pemberian MP-ASI			
	Usia ke-3 bulan	1	1,4
	Usia ke-6 bulan	65	90,3
	Usia ke-7 bulan	4	5,6
	Usia ke-8 bulan	2	2,8
11. Riwayat Penyakit Anak			
	Iya	27	37,5
	Tidak	45	62,5

Tabel 1 menunjukkan bahwa keseluruhan responden dalam rentang usia 21 – 40 tahun. Selain itu, sebagian besar responden berpendidikan menengah yaitu tingkat SMA/SMK sebanyak 27 responden (37,5%). Responden yang tidak bekerja atau berstatus sebagai ibu rumah tangga sebanyak 60 responden (83,3%). Karakteristik anak responden

menunjukkan bahwa jumlah balita laki-laki lebih banyak dibandingkan balita perempuan. Jumlah balita laki-laki sebanyak 46 anak (63,9%) sedangkan jumlah balita perempuan sebanyak 26 anak (36,1%). Mayoritas anak responden lahir dengan riwayat persalinan normal sebanyak 49 anak (68,1%). Selain itu, sebagian besar anak responden lahir dengan berat badan normal 2500 – 4000 gram sebanyak 67 anak (93,1%) dan rata-rata mempunyai tinggi badan 48,58 cm. Anak responden yang mendapatkan ASI Eksklusif sebanyak 46 anak (63,9%) dan sebagian besar diberi MP-ASI pertama kali pada usia 6 bulan sebanyak 65 anak (90,3%). Selain itu, sebagian besar anak responden tidak memiliki riwayat penyakit sebanyak 45 anak (62,5%) dan terdapat 27 anak (37,5%) yang memiliki riwayat penyakit ringan sebelumnya.

2. Gambaran praktik pemberian makan ibu

Tabel 2 Distribusi frekuensi berdasarkan praktik pemberian makan ibu

No	Kategori Praktik Pemberian Makan Ibu	Jumlah (n)	Persentase (%)
1.	Tepat	26	36,1
2.	Tidak Tepat	46	63,9
	Total	72	100,0

Tabel 2 menunjukkan gambaran distribusi praktik pemberian makan responden yang didapatkan hasil bahwa responden dengan kategori praktik pemberian makan yang tepat sebanyak 26 responden (36,1%) dan responden dengan kategori praktik pemberian makan yang tidak tepat sebanyak 46 responden (63,9%).

3. Gambaran perilaku picky eater pada anak usia toddler

Tabel 3 Distribusi frekuensi berdasarkan perilaku picky eater

No	Kategori Perilaku Picky Eater	Jumlah (n)	Persentase (%)
1.	Picky eater	49	68,1
2.	Tidak Picky eater	23	31,9
	Total	72	100,0

Tabel 3 menunjukkan gambaran distribusi perilaku picky eater pada anak usia toddler yang didapatkan hasil bahwa anak responden dengan kategori picky eater sebanyak 49 anak (68,1%) dan anak responden yang tidak menunjukkan perilaku picky eater sebanyak 23 anak (31,9%).

B. Analisa Bivariat

Tabel 4 Hubungan praktik pemberian makan dengan kejadian picky eater pada anak usia toddler

Praktik Pemberian Makan Ibu	Perilaku Picky Eater				Total		P-value
	Picky eater		Tidak picky eater		N	%	
	N	%	N	%			
Tidak Tepat	42	91,3	4	8,7	46	100	0,000
Tepat	7	26,9	19	73,1	26	100	
Total	49	68,1	23	31,9	72	100	

Hasil uji statistik chi-square didapatkan nilai p-value $(0,000) < \alpha (0,05)$ yang berarti ada hubungan yang signifikan antara praktik pemberian makan dengan kejadian picky eater pada anak usia toddler. Hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak. Berdasarkan penyajian data tersebut, dapat disimpulkan bahwa mayoritas ibu dengan praktik pemberian makan yang tidak tepat, mengakibatkan anak mengalami perilaku picky eater (91,3%). Sehingga semakin tidak tepat praktik pemberian makan yang ibu terapkan, maka semakin tinggi resiko anak menjadi picky eater.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan keseluruhan responden dalam rentang usia 21 – 35 tahun. Selain itu, riwayat pendidikan responden sebagian besarnya berpendidikan sekolah menengah atas sebanyak 27 responden (37,5%). Ikhwansyah dalam Nuris (2012) menyebutkan bahwa meskipun ibu yang memiliki pendidikan tinggi memiliki daya terima dan pemahaman yang baik terhadap ilmu yang diperoleh, namun tidak menjamin ibu dengan pendidikan yang rendah memiliki pengetahuan yang cukup mengenai pola asuh pemberian makan anak. Hal ini juga ditentukan rasa ingin tahu yang tinggi pada ibu, yang akan mempengaruhi ibu dalam mendapatkan informasi mengenai praktik pemberian makan pada anak. Selain itu, mayoritas anak responden mendapatkan ASI Eksklusif sebanyak 46 anak (63,9%). Menurut Istiany (2014) menyebutkan rasa ASI merupakan pengalaman yang penting bagi bayi. Beragam pajanan rasa dari ASI akan membantu memperkenalkan penerimaan rasa pada anak sebelum anak dapat mengkonsumsi makanan padat. Penelitian Noviana (2019) menyebutkan bahwa setelah lahir bayi akan belajar mengetahui dan menerima rasa maupun selera. Maka dari itu, pengalaman pertama bayi terhadap rasa dan selera akan mempunyai dampak terhadap penerimaan rasa dan selera anak nantinya.

Mayoritas ibu menunjukkan praktik pemberian makan yang tidak tepat. Hal ini terlihat bahwa ibu dengan praktik pemberian makan yang tidak tepat sebanyak 46 responden (63,9%). Sedangkan responden dengan kategori praktik pemberian makan yang tidak tepat sebanyak 26 responden (36,1%). Menurut peneliti, hal ini disebabkan ketidaktepatan ibu pada aspek pengaturan jadwal makan anak, pengaturan suasana dan lingkungan makan dan prosedur makan anak. Pada aspek pengaturan jadwal makan anak, terdapat 33 ibu (45,8%) sering memberikan makan anaknya dengan frekuensi 3 kali sehari. Hal ini tidak sesuai dengan Waryono (2010), yang menyebutkan anak usia toddler perlu ditingkatkan frekuensi makannya sekitar 5-6x sehari. Selain itu, pada aspek pengaturan suasana dan lingkungan makan, terdapat 34 ibu (47,2%) sering mengizinkan adanya aktivitas lain saat proses makan berlangsung seperti bermain, menonton televisi, dan aktivitas lainnya. Hal ini tidak sesuai dengan aturan basic feeding rules menurut Kadar Hadi et al (2012) yang mengajarkan agar ibu menghindari adanya distraksi ketika makan anak. Pada aspek prosedur makan anak, terdapat 34 ibu (47,2%) jarang memvariasikan menu makan anak. Hal ini tidak sesuai dengan Widodo (2008) yang menyebutkan bahwa menu masakan yang disajikan secara berulang pada anak akan membuat anak merasa bosan dan dianjurkan untuk menyusun menu minimum 20 hari. Berdasarkan hasil pengamatan jawaban ibu pada ketiga aspek praktik pemberian makan, terlihat bahwa pengetahuan ibu mengenai aturan praktik pemberian makan pada anak usia toddler masih kurang. Hal ini dapat dilihat dari riwayat pendidikan responden sebagian

besarnya berpendidikan sekolah menengah atas sebanyak 27 responden (37,5%). Menurut Ikhwansyah dalam Nuris (2012) hal ini bisa saja disebabkan oleh pendidikan ibu yang menyebutkan bahwa ibu dengan pendidikan tinggi memiliki daya terima dan pemahaman yang lebih baik terhadap ilmu yang diperoleh.

Hasil penelitian didapatkan bahwa mayoritas anak responden menunjukkan perilaku picky eater. Hal ini terlihat bahwa anak responden yang mengalami picky eater sebanyak 49 anak (68,1%) dan anak responden yang tidak menunjukkan perilaku picky eater sebanyak 23 anak (31,9%). Berdasarkan pemaparan hasil tersebut, mayoritas anak usia toddler menunjukkan perilaku picky eater. Menurut peneliti, hal ini terjadi karena anak usia toddler cenderung aktif dan senang mengeksplorasi berbagai hal di sekitarnya sehingga fokus anak teralihkan dengan kegiatan bermainnya. Maka dari itu, perhatian anak terhadap makanan menjadi menurun dan anak bisa saja menjadi konsumen pasif. Hal ini sejalan dengan Suririnah (2010) yang menyebutkan anak usia toddler yang pilih-pilih makan merupakan fase yang normal dilalui oleh balita, anak juga mulai aktif dan berkembang rasa ingin tahunya sehingga hal itu membuat anak dapat menyatakan sikap suka atau tidak suka terhadap sesuatu. Hasil analisa lebih lanjut mengenai hubungan praktik pemberian makan dengan kejadian picky eater pada anak usia toddler menggunakan uji statistik chi-square diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara praktik pemberian makan ibu dengan kejadian picky eater pada anak usia toddler ($P\text{-value } 0,000 < \alpha 0,05$). Hal ini sejalan dengan penelitian Maharani (2019) yang menyebutkan bahwa praktik pemberian makan yang baik oleh ibu meliputi interaksi positif orang tua dan anak, terciptanya lingkungan sosial yang baik dalam membentuk emosional anak, pendampingan saat makan, suasana positif di rumah berkaitan dengan kuantitas dan kualitas asupan makan anak sehingga cenderung membentuk perilaku makan yang baik pada anak. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Puspitasari et al (2019) yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara praktik pemberian makan dengan perilaku picky eater. Penelitian tersebut menunjukkan anak dengan praktik pemberian makan kurang baik dapat beresiko mengalami picky eater 13 kali lebih tinggi dari pada ibu dengan praktik pemberian makan yang baik.

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Hasil penelitian ini memaparkan gambaran praktik pemberian makan responden dan perilaku picky eater yang didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden menunjukkan praktik pemberian makan yang tidak tepat sebanyak 46 responden (63,9%) sedangkan responden dengan praktik pemberian makan yang tepat hanya 26 responden (36,1%). Selain itu, terlihat bahwa sebagian besar anak responden mengalami picky eater sebanyak 49 anak (68,1%) dan anak responden yang tidak menunjukkan perilaku picky eater hanya 23 anak (31,9%). Sedangkan hasil uji statistik chi-square didapatkan nilai $p\text{-value } (0,000) < \alpha (0,05)$ yang berarti ada hubungan yang signifikan antara praktik pemberian makan dengan kejadian picky eater pada anak usia toddler. Sehingga dapat disimpulkan bahwa mayoritas ibu dengan praktik pemberian makan yang tidak tepat, mengakibatkan anak mengalami perilaku picky eater (91,3%). Sehingga semakin tidak tepat praktik pemberian makan yang ibu terapkan, maka semakin tinggi resiko anak menjadi picky eater.

B. Saran

Penelitian ini diharapkan agar menjadi tambahan informasi dalam pengembangan ilmu keperawatan dan perlu dikembangkan serta dikaji lebih lanjut terkait faktor-faktor yang melatarbelakangi kejadian picky eater pada anak usia toddler Selain itu, penelitian ini diharapkan agar peneliti selanjutnya dapat mengembangkan lebih lanjut terkait penelitian sejenis mengenai kejadian picky eater pada anak, tidak hanya dari praktik pemberian makan oleh ibu, namun dari faktor-faktor lainnya yang mempengaruhi dari keduanya sehingga diperoleh hasil penelitian yang lebih variatif.

DAFTAR RUJUKAN

- Eka Yulis, Z., & Ali Hamid, M. (2016). Analisis Pilih Pilih Makan Pada Anak Usia 1 Sampai 3 Tahun Di Desa Suci Kabupaten Jember. *2(2)*, 82–89.
- Ekstein S, Laniado D, Glick B. Does picky eating affect weight-for-length measurements in young children?. *Clin Pediatr (Phila)* 2010;49(3):217-20.
- Istiany, Ari. 2014. *Gizi Terapan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Kadarhadi, E., Pendidikan, P., Kedokteran, S., Kedokteran, F., & Diponegoro, U. (2012). Pengaruh Konseling Dengan “ Feeding Rules ” Terhadap Status Gizi Lembar Pengesahan Laporan Hasil Kti Pengaruh Konseling Dengan “ Feeding Rules “ Terhadap Status Gizi.
- Kutbi, H. A., Al Hatmi, A. A., Alsulami, M. H., Alghamdi, S. S., Albagar, S. M., Mumena, W. A., & Mosli, R. H. (2019). Food neophobia and pickiness among children and associations with socio environmental and cognitive factors. *Appetite*, 142, 104373. <https://doi.org/10.1016/J.APPET.2019.104373>
- Maharani, A. M. A. (2019). Hubungan Perilaku Makan Orang Tua Dengan Kejadian Picky Eater Pada Anak Prasekolah (3-5 Tahun) Di Tk Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Leyangan Kabupaten Semarang. *Artikel Penelitian Universitas Ngudi Waluyo*, 52(1), 1–5.
- Musher-eizenman D, Holub S. Comprehensive feeding practices questionnaire: validation of a new measure of parental feeding practices. *J Pediatr Psychol* 2007;32(8):960-72.
- Notoadmojo. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta: Jakarta.
- Noviana, U. (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>.
- Nuris Zuraida Rakhmawati, B. P. (2012). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dengan Perilaku Pemberian Makanan Anak Usia 12-24 Bulan. *Journal of Nutrition College*, 1, 43–50.
- Puspitasari, M. D., Martanti, L. E., & Astyandini, B. (2019). Hubungan Praktik Pemberian Makan Dan Pendidikan Ibu Terhadap Perilaku Picky Eater Pada Anak Pra Sekolah. *Midwifery Care Journal*, 44(12), 2–8.
- Rufaida. (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. *Journal of Issues in Midwifery*
- Suririnah. (2010). *Buku Pintar Mengasuh Batita*. PT Gramedia Pustaka Utama. <https://doi.org/978-979225737-3>.
- Waryono. (2010). *Gizi Reproduksi*, Yogyakarta : Pustaka Rihama.

- Widodo, R. (2009). *Pemberian Makanan, Suplemen, dan Obat Pada Anak*. Jakarta: EGC.
- Widyaningrum, R., Nurdiati, D. S., & Gamayanti, I. L. (2016). Perbedaan pengetahuan dan praktik pemberian makan serta perkembangan anak 6-24 bulan pada ibu usia remaja dan dewasa. *13*(1), 27–33.
- Xue, Y., Lee, E., Ning, K., Zheng, Y., Ma, D., Gao, H., Yang, B., Bai, Y., Wang, P., & Zhang, Y. (2015). Prevalence of picky eating behaviour in Chinese school-age children and associations with anthropometric parameters and intelligence quotient. A cross-sectional study. *Appetite*, *91*, 248–255. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2015.04.065>