

# ANALISIS POLA ASUH ORANG TUA DENGAN PERILAKU PICKY EATER PADA ANAK PRASEKOLAH

## ANALYSIS OF PARENTING PATTERNS WITH PICKY EATER BEHAVIOR IN PRESCHOOL CHILDREN

Susani Hayati<sup>1</sup>, Husna Farianti Amran<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi S1 Kebidanan dan Profesi Bidan STIKes Payung  
Negeri Pekanbaru

Corresponding Author:

hayatisusani@gmail.com  
na.farianti@gmail.com

### How to Cite :

Hayati, Susani dan Husna Farianti. (2022). *Analysis Of Parenting Patterns With Picky Eater Behavior In Preschool Children* .. ANJANI Journal: Health Sciences Study

### Kata kunci :

Picky Eater, Pola Asuh

### ABSTRAK

**Latar belakang:** *Picky eater* adalah perilaku dalam memilih-milih makanan dengan terbatasnya jumlah makanan, tidak memiliki keinginan mencoba makanan baru, menghindari beberapa jenis makanan dan memiliki pilihan makanan tertentu. Dampak kesulitan makan termasuk *picky eater* ini akan mempengaruhi asupan gizi yang mempengaruhi beberapa hal antara lain kekurangan gizi, menurunkan daya ketahanan anak, kegagalan pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga meningkatkan resiko angka kesakitan. Untuk mengetahui hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Perilaku *Picky Eater* Pada Anak Prasekolah

**Metode:** Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, dengan menggunakan metode pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh orang tua yang ada di TK Aisyiah 7 Pekanbaru sebanyak 48 orang. Instrumen penelitian menggunakan Kuesioner PSQ dan CEBQ. Pengumpulan data dilakukan dari bulan februari hingga April 2022

**Hasil dan Pembahasan:** Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di TK AISIYAH 7 Pekanbaru tentang hubungan pola asuh orang tua dengan perilaku *picky eater* pada anak usia prasekolah dapat di simpulkan bahwa, Sebagian besar orang tua di TK Aisyiah 7 pekanbaru menerapkan pola asuh permisif. Sebagian anak dijumpai berperilaku *picky eater* di TK Aisyiah 7 Pekanbaru. Hasil perhitungan p-value 0,029 lebih kecil dari nilai  $\alpha$  ( $\alpha=0,05$ ) artinya terdapat hubungan pola asuh orang tua dengan perilaku *picky eater* pada anak prasekolah.

**Kesimpulan :** Ada hubungan pola asuh orang tua dengan perilaku *picky eater* pada anak prasekolah.

### Keywords:

Picky Eater, Parenting

### ABSTRACT

**Background:** *Picky eater* is a picky eating behavior with a limited amount of food, not having the desire to try new foods, avoiding certain types of food and having certain food choices. The impact of eating difficulties, including picky eaters, will affect nutritional intake which affects several things, including malnutrition, reducing children's resilience, failure to grow and develop children, thereby increasing the risk of morbidity. To find out the relationship between Parenting Patterns and Picky Eater Behavior in Preschool Children

**Methods:** This type of research is quantitative research, using a cross sectional a(Saidah et al., 2020)pproach. The population in this study were all parents in TK Aisyiah 7 Pekanbaru as many as 48 people. The research instrument used the PSQ and CEBQ Questionnaires. Data collection was carried out from February to April 2022

**Results and discussion:** Based on the results of research conducted at TK AISIYAH 7 Pekanbaru regarding the relationship between parenting patterns and picky eater behavior in preschool age children, it can be concluded that, most parents at TK Aisyiah 7 Pekanbaru apply permissive parenting. Some of the children were found to be picky eaters at Aisyiah 7 Kindergarten, Pekanbaru. The result of the calculation of p-value 0.029 is smaller than the value of ( $\alpha = 0.05$ ) meaning that there is a relationship between parenting patterns and picky eater behavior in preschool children

**Conclusion:** There is a relationship between parenting and picky eater behavior in preschool children.

## PENDAHULUAN

Kesulitan makan disebut juga *picky eater* adalah anak yang mengalami kesulitan makan dikarenakan hanya menyukai makanan jenis tertentu saja. *Picky eater* adalah perilaku dalam memilih-milih makanan dengan terbatasnya jumlah makanan, tidak memiliki keinginan mencoba makanan baru, menghindari beberapa jenis makanan dan memiliki pilihan makanan tertentu. Anak mengalami peralihan bentuk makanan dari lunak ke makanan biasa sehingga anak harus mulai belajar mengunyah bukan lagi menelan makanan. Hal ini yang menyebabkan anak cenderung malas makan dan memilih-milih makanan (Hidayat, 2012)

Dampak kesulitan makan termasuk *picky eater* ini akan mempengaruhi asupan gizi yang mempengaruhi beberapa hal antara lain kekurangan gizi, menurunkan daya ketahanan anak, kegagalan pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga meningkatkan resiko angka kesakitan (Saidah et al., 2020). Perilaku *picky eater* memiliki beberapa dampak negatif berupa gangguan perkembangan baik fisik maupun psikologis. gangguan perkembangan fisik digambarkan dengan meningkatnya kemungkinan anak mengalami gangguan berat badan khususnya *under-weight* karena kurangnya asupan nutrisi (Maharani, 2019)

Pada penelitian yang dilakukan oleh (Uwaezuoke et al., 2016) di Nigeria menyebutkan 17,5% ibu mengeluhkan anaknya pemilih dalam makan (*picky eater*). Selain itu, menurut (Soetjiningsih, 2013) di Indonesia prevalensi *picky eater* pada anak ini dialami oleh sekitar 25% anak sehat dan akan meningkat pada anak dengan keterlambatan perkembangan yaitu mencapai 80%. Berdasarkan laporan Riskesdas (Kemenkes RI, 2018) didapatkan bahwa angka prevalensi kekurangan gizi pada anak di Indonesia mencapai angka 17,7%. Hal tersebut mengalami perubahan yang cukup signifikan jika dibandingkan pada tahun 2013 dengan prevalensi sebesar 19,6%. Prevalensi *picky eater* di Indonesia terjadi pada anak sekitar 20%, dari anak *picky eater* 44,5% mengalami malnutrisi ringan sampai sedang

Menurut (Saraswati, 2012) beberapa faktor yang mempengaruhi *picky eater* ini adalah faktor anak dimana keengganan untuk makan jenis makanan tertentu yang dikenal atau tidak dikenal, yang dikenal sebagai *picky eating* paling umum terjadi pada anak usia dini, dengan tingkat berkisar antara 5,6 hingga 59,3% (Steinsbekk et al., 2017). Kemudian factor orang tua baik dari pengetahuan dan pola asuh orang tua. Sedangkan menurut (Irmawati, 2015) penyebab *picky eater* adalah balita dengan penyakit tertentu, gangguan sensori, balita terlalu aktif, trauma makan, masalah psikologis serta pola asuh orang tua.

Pemberian makanan pada anak harus disiasati dengan pola makan dan pola asuh orang tua yang tepat agar mengurangi perilaku *picky eater* pada anak. Bila anak tidak diajarkan makanan yang baik ataupun dipaksa hanya akan mengganggu persepsi anak terhadap proses makan dan makanan. Pengetahuan orang tua dan factor lain juga saling mempengaruhi perilaku makan anak (Helmyati et al., 2020)

Dari survey awal yang dilakukan di PAUD dan TK AISYAH 7 Pekanbaru kepada 10 orang tua masih didapatkan 6 orang tua mengatakan jika anaknya mengalami perilaku memilih makanan yang disukai saja sehingga mempengaruhi pola makan anak. Maka dari fenomena tersebut peneliti ingin melakukan penelitian terkait "Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Perilaku *Picky Eater* Pada Anak Prasekolah

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, dengan menggunakan metode pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh orang tua yang ada di PAUD dan TK Aisyah 7 Pekanbaru sebanyak 48 orang. Instrument penelitian menggunakan Kuesioner PSQ dan CEBQ. Pengumpulan data dilakukan dari bulan februari hingga April 2022

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Karakteristik Responden

Data umum yang dilihat dari identitas karakter responden yang meliputi jenis kelamin, umur, status perkawinan, Pendidikan dan pekerjaan.

**Tabel 1**  
**Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden**

| Karakteristik        | N  | Frekuensi (%) |
|----------------------|----|---------------|
| <b>UMUR KELUARGA</b> |    |               |
| Dewasa awal          | 28 | 58,4          |
| Dewasa akhir         | 20 | 41,6          |
| <b>PENDIDIKAN</b>    |    |               |
| Pendidikan Dasar     | 7  | 14,6          |
| Pendidikan Menengah  | 13 | 27,1          |
| Pendidikan Tinggi    | 28 | 58,3          |
| <b>PEKERJAAN</b>     |    |               |
| Bekerja tetap        | 27 | 56,2          |
| Tidak Bekerja tetap  | 21 | 43,8          |
| <b>UMUR ANAK</b>     |    |               |
| 4 tahun              | 20 | 41,6          |
| 5 tahun              | 28 | 58,4          |
| Total                | 48 | 100           |

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa mayoritas umur responden adalah dewasa awal (20-35 tahun) sebanyak 58,4%. Dilihat dari Pendidikan responden mayoritas adalah pendidikan tinggi sebanyak 58,3%. Dari

jenis pekerjaan responden mayoritas adalah bekerja sebanyak 56,2% dan berdasarkan umur mayoritas berumur 5 tahun sebanyak 58,4%

## 2. Analisis Univariat

**Tabel 2**  
**Distribusi Frekuensi Pola Asuh dan Kecerdasan Intelektual**

| Variabel             | Frekuensi       |    |      |
|----------------------|-----------------|----|------|
|                      |                 | N  | %    |
| Pola Asuh            | Demokratis      | 10 | 64,6 |
|                      | Permissive      | 31 | 20,8 |
|                      | Otoriter        | 7  | 14,6 |
| Perilaku Picky Eater | Picky Eater     | 32 | 66,7 |
|                      | Non Picky Eater | 16 | 33,3 |
| Total                |                 | 48 | 100  |

Berdasarkan Tabel diatas dapat diketahui bahwa mayoritas pola asuh responden adalah permissive yaitu sebanyak 64,6%, sedangkan mayoritas dari Perilaku *Picky Eater* responden adalah berperilaku picky eater sebanyak 66,7%.

## 3. Analisis Bivariat

**Tabel 3**  
**Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Perilaku *Picky Eater* Pada Anak Usia Prasekolah**

| Pola Asuh Orang Tua | Perilaku           |      |                        |      | Total |      | p-value |
|---------------------|--------------------|------|------------------------|------|-------|------|---------|
|                     | <i>Picky Eater</i> |      | <i>Non Picky Eater</i> |      |       |      |         |
|                     | N                  | %    | N                      | %    | N     | %    |         |
| Demokratis          | 3                  | 6,3  | 4                      | 8,3  | 31    | 64,6 | 0,029   |
| Permisif            | 27                 | 56,2 | 7                      | 14,6 | 10    | 20,8 |         |
| Otoriter            | 2                  | 4,2  | 5                      | 10,4 | 7     | 14,6 |         |
| Total               | 32                 | 66,7 | 16                     | 33,3 | 48    | 100  |         |

Berdasarkan tabel diatas didapatkan bahwa hasil menunjukkan bahwa p-value 0,029 lebih kecil dari nilai  $\alpha$  ( $\alpha=0,05$ ). Hal ini berarti menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara pola asuh dengan perilaku *picky eater* pada anak usia pra sekolah

## Pembahasan

### Pola Asuh Orang Tua

Berdasarkan hasil penelitian bahwa mayoritas responden menunjukkan pola asuh permisif sebanyak 64,4 %. Pola asuh permisif adalah merupakan gaya pengasuhan yang mana orang tua sangat terlibat dalam kehidupan anak khususnya dalam pemberian makanan, tetapi menetapkan sedikit batas, tidak terlalu menuntut, dan tidak mengontrol anak. Dilihat dari factor faktor yang mempengaruhi pola asuh orang tua dari sisi perekonomian orang tua yang perekonomiannya menengah keatas dalam pengasuhannya biasanya orang tua memanjakan anaknya. Perhatian dan kasih sayang orang tua diwujudkan dalam materi ataupun pemenuhan kebutuhan anak termasuk kebutuhan makanan. Anak yang terbiasa dengan asuhan yang demikian akan membentuk kepribadian yang manja yang bebas memilih dalam makanan hal ini sesuai dengan hasil penelitian dimana dari sisi pekerjaan mayoritas orang tua adalah bekerja tetap sebanyak 56,2 % ini menunjukkan kalau perekonomian orang tua menengah keatas.

Peneliti berpendapat bahwa lebih dari separuh orang tua yang menerapkan pola asuh demokratis karena disebabkan oleh beberapa factor yang mempengaruhi. Salah satunya adalah faktor usia orang tua. Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa terdapat 28 (58,4%) responden berusia 25 tahun sampai 35 tahun.

Dimana usia ini merupakan usia dewasa awal. Diusia ini orang tua akan cenderung mencari informasi tentang pola pengasuhan anak yang baik, akan lebih bertanggung jawab terhadap anaknya. Karena pada usia ini orang tua juga sudah mencapai kematangan psikologi atau pola berfikirnya. Pendapat peneliti ini didukung oleh pendapat Depkes (2009) yang mengatakan bahwa usia dewasa awal dimulai 25 sampai dengan 35 tahun dimana perubahan fisik dan psikologi telah mencapai kematangannya.

### **Perilaku Picky Eater**

*Picky eater* pada umumnya merupakan akibat dari gangguan pola makan yang terganggu. Oleh karena itu, bila kebiasaan pilih-pilih makan dibiarkan maka dapat dipastikan anak tersebut akan memiliki gangguan pada proses tumbuh kembangnya dimasa akan datang. Perilaku *picky eater* memiliki beberapa dampak negatif berupa gangguan perkembangan baik fisik maupun psikologis. gangguan perkembangan fisik digambarkan dengan meningkatnya kemungkinan anak mengalami gangguan berat badan khususnya *under-weight* karena kurangnya asupan nutrisi (Maharani, 2019)

Pada anak yang *picky eater* akan dijumpai inadeguasi asupan makanan, dimana anak akan cenderung memiliki intake buah dan sayur yang rendah. Anak *picky eater* akan mengonsumsi lebih sedikit kalori dan memiliki kemungkinan dua kali lebih besar untuk memiliki berat badan yang kurang dari pada anak tanpa *picky eater*. Perilaku *picky eater* pada masa anak-anak juga dapat menjadi prekursor untuk munculnya gangguan perilaku makan pada saat dewasa (Mascola et al., 2010)

Berdasarkan Hasil Penelitian didapatkan bahwa mayoritas anak berperilaku *picky eater* sebanyak 66,7 %. Asupan nutrisi anak dengan perilaku *picky eater* hampir sama dibandingkan dengan anak non-*picky eater*. Tetapi bagaimanapun juga terdapat perbedaan antara kedua kelompok ini. *Picky eater* mengonsumsi lebih sedikit makanan yang mengandung vitamin E, vitamin C, asam folat dan serat, disebabkan karena rendahnya tingkat konsumsi buah dan sayuran dibandingkan dengan anak non *picky eater*. Tingkat asupan nutrisi yang rendah ini dapat menyebabkan kerusakan sel, imunitas yang lemah dan masalah pencernaan. Masalah pencernaan ini dapat menyebabkan bertambah parahnya perilaku *picky eater* melalui asosiasi bahwa makanan yang dimakan oleh anak mengakibatkan masalah pencernaan tersebut (Ramadhanu, 2017). *Picky eater* juga dapat menyebabkan kurangnya mikro dan makronutrien yang pada akhirnya mengganggu perkembangan fisik yang dilihat dengan berat badan serta tinggi badan yang tidak mencukupi ataupun sulit untuk menambah berat badan serta masalah perkembangan kognitif.

### **Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Perilaku Picky Eater**

Dari hasil penelitian menunjukkan mayoritas orang tua menggunakan pola asuh permisif. Pola asuh ini, lebih dominan tanpa mereka sadari, karena orang tua terlalu sibuk bekerja sehingga waktu yang dimiliki Bersama anak terkadang terbatas. Dalam hal ini anak bisa menentukan apa yang mereka inginkan terutama dari sisi materi termasuk pemenuhan makanan. Ketika anak memiliki keinginan selalu dipenuhi dan saat anak melakukan kesalahanpun dianggap biasa karena anak masih belum paham dan mengerti (Subagia, 2021).

Penelitian tentang perilaku makan anak-anak telah meningkatkan pemahaman kita tentang hubungan positif antara kebiasaan makan pilih-pilih dan gangguan jenis perkembangan tertentu pada anak-anak. Data kami menunjukkan bahwa perilaku pilih-pilih makan pada masa kanak-kanak terkait dengan interaksi pengasuh-anak yang tidak tepat, dan intervensi pengasuh. Dokter anak dan praktisi perawatan primer perlu mendukung upaya kesehatan masyarakat dan masyarakat untuk mengurangi masalah pilih-pilih makan pada masa kanak-kanak. Orang tua membutuhkan informasi tentang cara meningkatkan jumlah makanan yang diterima anak-anak mereka. Orang tua juga mungkin memerlukan intervensi diet yang tepat untuk mengembangkan rencana makan yang baik untuk melawan perilaku pilih-pilih makan anak-anak mereka. Kami lebih jauh menekankan pentingnya identifikasi dini perkembangan kualitas rendah anak-anak, dan program intervensi makan yang lebih tepat untuk keluarga khusus ini didorong (Chao & Chang, 2017)

Penelitian lain menunjukkan bahwa kebiasaan pola makan anak dipengaruhi oleh pola asuh dalam pemberian makan, orang tua menggunakan pola otoriter dan pola permisif dengan adanya tekanan dalam pemberian makan yang non responsive dapat menyebabkan perilaku *picky eater*. Sebaliknya pola asuh demokratis lebih memiliki kebiasaan positif dengan menerima manfaat makanan sehingga mengembangkan pola makan anak yang sehat (Hardianti et al., 2018)

Menurut hasil penelitian (Podlesak et al., 2017). Korelasi positif ditemukan antara gaya pengasuhan otoritatif dan perilaku *Non picky eater*, serta strategi waktu makan orang tua yang mendorong kebiasaan makan yang positif. Pola pengasuhan otoriter dan permisif berkorelasi positif dengan perilaku anak yang terkait dengan pilih-pilih makan dan strategi waktu makan orang tua yang dapat memengaruhi pemberian makan anak secara

negatif.

## SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di PAUD dan TK AISIYAH 7 Pekanbaru tentang hubungan pola asuh orang tua dengan perilaku picky eater pada anak usia prasekolah dapat disimpulkan bahwa, Sebagian besar orang tua di TK Aisyiah 7 pekanbaru menerapkan pola asuh permisif. Sebagian anak dijumpai berperilaku picky eater di TK Aisyiah 7 Pekanbaru. Terdapat hubungan pola asuh orang tua dengan perilaku picky eater pada anak prasekolah. Diharapkan hasil penelitian ini dapat dikembangkan untuk penelitian selanjutnya, dengan menambahkan variabel lain yang dimungkinkan memiliki pengaruh terhadap pola asuh orang tua dan perilaku picky eater

## DAFTAR PUSTAKA

- Chao, H. C., & Chang, H. L. (2017). Picky Eating Behaviors Linked to Inappropriate Caregiver–Child Interaction, Caregiver Intervention, and Impaired General Development in Children. *Pediatrics and Neonatology*, 58(1), 22–28. <https://doi.org/10.1016/j.pedneo.2015.11.008>
- Hardianti, R., Dieny, F. F., & Wijayanti, H. S. (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>
- Helmyati, S., Atmaka, D. R., Wisnusanti, S. U., Wigati, M., & Press, U. G. M. (2020). *STUNTING: Permasalahan dan Penanganannya*. UGM PRESS. <https://books.google.co.id/books?id=PK3qDwAAQBAJ>
- Hidayat, A. H. (2012). *Pengantar Ilmu Keperawatan Anak*. Salemba Medika.
- Irmawati, S. (2015). *Bayi dan Balita Sehat & Cerdas*. Elex Media Komputindo. <https://books.google.co.id/books?id=ok5JDwAAQBAJ>
- Kemendes RI. (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*.
- 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*. 45(45), 95–98.
- Mascola, A. J., Bryson, S. W., & Agras, W. S. (2010). Eating Behaviors Picky Eating During Childhood : A Longitudinal Study To Age 11 years. *Eating Behaviors*, 11(4), 253–257. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2010.05.006>
- Podlesak, A. K. M., Mozer, M. E., Smith-Simpson, S., Lee, S. Y., & Donovan, S. M. (2017). Associations Between Parenting Style and Parent and Toddler Mealtime Behaviors. *Current Developments in Nutrition*, 1(6), 1–7. <https://doi.org/10.3945/cdn.117.000570>
- Ramadhanu, A. (2017). *Hubungan Perilaku Anak PICKY EATER Dengan Nilai Status Gizi Pada Anak Usia 4-6 Tahun Di TK PWP 1 PLAJU Palembang Sumatera Selatan*.
- Saidah, H., Dewi, R. K., & Press, A. (2020). *“FEEDING RULE” SEBAGAI PEDOMAN PENATALAKSANAAN KESULITAN MAKAN PADA BALITA*. Ahlimedia Book. <https://books.google.co.id/books?id=uNEPEAAQBAJ>
- Saraswati, D. P. M. (2012). *Gambaran Perilaku PICKY EATER Dan Faktor Yang Melatar Belakangnya Pada Siswa PAUD Kasih Ananda Bekasi*. Universitas Indonesia.
- Soetjiningsih. (2013). *Tumbuh Kembang Anak*. Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Steinsbekk, S., Bonneville-Roussy, A., Fildes, A., Llewellyn, C. H., & Wichstrøm, L. (2017). Child And Parent Predictors Of Picky Eating From Preschool To School Age. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 14(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s12966-017-0542-7>
- Subagia, I. N. (2021). *Pola Asuh Orang Tua: Faktor, Implikasi terhadap Perkembangan Karakter Anak*. Nilacakra. <https://books.google.co.id/books?id=G0A1EAAAQBAJ>
- Uwaezuoke, S. N., Iloh, K. K., Nwolisa, C. E., Ndu, I. K., & Eneh, C. I. (2016). *Picky Eating In Preschool-Aged Children : Prevalence And Mothers ' Perceptions*. 20(1), 156–163.