

HUBUNGAN PERILAKU *PICKY EATER* DENGAN STATUS GIZI PADA ANAK USIA PRA SEKOLAH

SRI WAHYUNINGSIH¹, MARISA LIA ANGGRAIN², AUDREY FAIZA ROSA³

¹Program Studi Keperawatan, Universitas Syedza Saintika

²Program Studi Kebidanan, Universitas Syedza Saintika

Email: sriwahyuningsih16@gmail.com

Abstrak: Prevalensi pemantauan status gizi balita di kota Padang tahun 2017 menyebutkan Kecamatan Pauh memiliki angka gizi kurang tertinggi sebanyak 300 orang. Diketahui data status gizi berdasarkan kategori BB/U yaitu balita gizi kurang sebanyak 60 (20%). Status gizi kurang disebabkan karna pola makan salah satunya yaitu perilaku picky eater. Picky eater terjadi pada usia pra sekolah mengalami perubahan pola makan anak umumnya memilih-milih makanan. Perilaku picky eater merupakan risiko anak dapat mengalami masalah status gizi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Perilaku Picky Eater dengan Status Gizi pada Anak Usia Prasekolah di TK Al Hidayah Kelurahan Cupak Tengah Kecamatan Pauh Padang Tahun 2019. Jenis penelitian ini survey analitik dengan pendekatan cross sectional study. Teknik pengambilan sampel yaitu "Total Sampling" dengan jumlah sampel 48 orang tua atau pengasuh yang memiliki anak pra sekolah di TK Al Hidayah. Instrumen penelitian menggunakan penimbangan BB/U dan kuesioner Child Eating Behaviour Questionnaire (CEBQ). Analisa univariat ditampilkan pada tabel distribusi frekuensi dan bivariat dengan menggunakan uji chi square. Hasil penelitian menunjukkan kurang dari separoh (25%) anak memiliki status gizi baik, lebih dari separoh (52,1%) anak memiliki perilaku picky eater dan terdapat hubungan antara perilaku picky eater dengan status gizi pada anak usia pra sekolah di TK Al Hidayah Kelurahan Cupak Tengah Kecamatan Pauh Padang 2019 p value = 0,001 ($p < 0,05$). Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa status gizi berkaitan dengan perilaku pilih-pilih makan (picky eater). Saran untuk pihak TK lebih aktif mensosialisasikan program-program status gizi anak dengan cara memberikan penyuluhan terutama pada orang tua tentang perilaku picky eater dengan status gizi pada anak pra sekolah.

Kata Kunci: Anak Pra Sekolah, Picky Eater, dan Status Gizi

Abstract: The prevalence of monitoring the nutritional status of children in the city of Padang in 2017 states that the District Pauh has the highest number of 300 undernourished people. Known nutritional status data by category BB / U is a toddler with undernourishment by 60 (20%). Malnutrition caused because eating one of which is the behavior of a picky eater. Picky eater occurs in pre-school age children experience changes in eating patterns generally picky eating. Behavior picky eater is a risk of the child may experience problems nutritional status. The purpose of this study was to determine the behavior of Picky Eater Relationship with Nutritional Status on Preschooler in kindergarten Al Hidayah Village Padang Pauh Subdistrict Cupak Tengah 2019. This type of research analytic survey with cross sectional study. The sampling technique is "Total Sampling" with a sample of 48 parents or caregivers who have pre-school children in kindergarten Al Hidayah. This study used the weighing instrument BB / U and questionnaires Child Eating Behaviour Questionnaire (CEBQ). Univariate analysis shown in the table of frequency distribution and bivariate using Chi-square test. The results showed less than half (25.0%) children had good nutritional status, more than half (52.1%) children had behavioral picky eater and there is a relationship between the behavior of a picky eater with nutritional status among preschool children in kindergarten Al Hidayah Village Padang Pauh Subdistrict Cupak Tengah 2019 p value = 0.001 ($p < 0.05$). From the results of this study it can be concluded that nutritional status is related to picky eating behavior. Suggested for kindergarten to be more active Hidayah

socialize programs nutritional status of children by providing counseling, especially parents about the behavior of a picky eater with nutritional status of pre- school children.

Keywords: *Work Fatigue, Workload, Working Period*

A. Pendahuluan

Secara umum masalah gizi merupakan keadaan kurangnya asupan makanan bergizi atau ketidakseimbangan zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan disebabkan oleh rendahnya asupan nutrisi ditandai penurunan berat badan (Handayani, 2017). Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2016, terdapat sekitar 45% kematian anak diseluruh dunia diantaranya anak-anak dibawah usia 5 tahun akibat mengalami masalah gizi. Angka kejadian gizi kurang banyak terjadi di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah seperti, Asia Selatan yang memiliki prevalensi gizi kurang terbesar di dunia yaitu sebesar 46%, disusul Sub Sahara Afrika 28%, dan yang paling rendah di Eropa Tengah dan Timur. Kejadian gizi kurang juga dapat ditemui di Negara berkembang seperti Indonesia (WHO, 2016).

Berdasarkan data Riskesdas tahun 2013 dan 2018, proporsi status gizi kurang pada balita diketahui presentase tahun 2013 sebanyak 13,9% dan pada tahun 2018 sebanyak 13,8%. Provinsi tertinggi yang mengalami gizi kurang terdapat di Nusa Tenggara Timur (NTT) sebanyak (29,5%), sedangkan Provinsi Sumatera Barat berada pada urutan ke 16 dari 34 Provinsi di Indonesia dengan jumlah balita yang mengalami gizi kurang sebanyak (18%) (Riskesdas, 2018).

Berdasarkan data prevalensi pemantauan status gizi balita di kota Padang tahun 2017 menyebutkan bahwa Kecamatan Pauh memiliki angka gizi kurang tertinggi sebanyak 300 orang. Diketahui data status gizi berdasarkan kategori BB/U yaitu balita dengan gizi kurang sebanyak 60 (20,00%) (Dinas Kesehatan Kota Padang, 2017).

Status gizi adalah ekspresi dari keadaan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu. Ini dijadikan sebagai indikator baik atau buruknya penyediaan makanan sehari-hari (Irianto, 2017). Menurut Handayani (2017), status gizi pada balita di pengaruhi oleh beberapa faktor seperti riwayat penyakit infeksi dan pola asuh ibu. Sedangkan menurut Besari (2014), faktor-faktor lain yang mempengaruhi terjadinya gizi adalah praktek pengasuhan anak dan asupan makanan (kontribusi protein). Disisi lain menurut Putra (2014), faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi terdiri dari faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi pendapatan, pendidikan, pekerjaan, budaya, pola makan. Sedangkan faktor eksternal meliputi usia, kondisi fisik, dan infeksi. Salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi yaitu pola makan termasuk didalamnya *picky eater* anak akan memilih-milih makanan dan mengakibatkan status gizi kurang pada anak.

Menurut penelitian Damanik (2015), hubungan pola makan dengan kejadian status gizi pada balita di Medan berdasarkan porsi jenis makanan mayoritas responden memiliki jenis makanan yang baik yaitu 19 orang (59,38%) dan yang kurang baik ada 13 orang (40,62%). Berdasarkan status gizi mayoritas responden memiliki status gizi baik yaitu 24 orang (75,00%), status gizi buruk yaitu 8 orang (25,00%). Dari 32 responden dengan frekuensi makan baik mayoritas memiliki status gizi baik yaitu 21 orang (65,62%). Dari 7 responden yang frekuensi makan kurang baik mayoritas mengalami status gizi buruk yaitu 4 orang (12,50%) didapatkan hasil adanya hubungan pola makan dengan kejadian status gizi pada balita.

Pola makan adalah cara seseorang memanfaatkan makanan yang tersedia sebagai reaksi dari tekanan ekonomi dan sosial budaya yang dialaminya sebagai bagian dari masa perkembangan dan terbentuk dari pola perilaku makan yang berulang. Pola makan dikeluarga dikaitkan dengan terjadinya perilaku pilih – pilih makan karena ibu terbiasa menyediakan makanan yang sama setiap harinya (Ramadhanu, 2017).

Anak akan mengalami masalah dengan gizi dan memiliki dampak pada tumbuh kembang anak. Dampak status gizi yaitu berat badan berkurang atau berlebih, adanya masalah gizi yang tidak seimbang, dan bisa menyebabkan penyakit seperti anemia defisiensi besi, karies dentis, kelainan pola makan yang tidak wajar (*pica*), dan sampai alergi (Mardalena, 2017). Menurut Oktafia (2017), dampak jangka pendek dari kasus gizi adalah anak menjadi apatis, mengalami gangguan bicara serta gangguan perkembangan yang lain, sedangkan dampak jangka panjang dan kasus gizi adalah penurunan IQ, penurunan perkembangan kognitif gangguan pemusatan perhatian serta gangguan penurunan rasa percaya diri. Oleh karena itu kasus gizi apabila tidak ditangani dengan baik akan mengancam jiwa dan pada jangka panjang akan mengancam hilangnya generasi penerus bangsa. Dilihat dari dampak gizi jadi perlu diberikan perhatian lebih oleh orang tua terhadap pola makan pada anak.

Perilaku anak yang memiliki kebiasaan memilih-milih makanan ini disebut *picky eater*. *Picky eater* merupakan kebiasaan anak yang memiliki perilaku yang menolak untuk makan, mengalami kesulitan mengkonsumsi makanan atau minuman dan anak hanya makan beberapa jenis makanan saja dan sulit menerima makanan atau minuman baru (Hariani, 2015).

Picky eater ini dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti peran orang tua, lingkungan, jenis makanan, dan psikologis pada anak (Hariani, 2015). Sedangkan menurut Soetjningsih (2013), faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya *picky eater* yaitu kelainan kebiasaan makan, kelainan psikologis, kelainan fisik, interkasi ibu dan anak, kelainan organik, perilaku makan orang tua, dan pemberian ASI eksklusif.

Picky eater merupakan masalah anak yang perlu diperhatikan oleh orang tua dan tenaga kesehatan, karena *picky eater* pada anak memiliki efek yang merugikan bagi anak itu sendiri (Rufaida, 2018). Anak hanya cenderung menyukai makanan jajanan di sekolah saja dan hanya memilih makanan yang memiliki rasa manis, lezat, dan bentuk yang unik tanpa melihat status gizinya (Hariani, 2015).

Picky eater memiliki dampak bagi kesehatan dan pendidikan anak. anak akan mengalami gizi kurang, sering sakit, dan akan berdampak panjang dan berulang jika tidak segera ditangani, mengakibatkan terjadinya kerusakan fisik, mental dan perilaku serta risiko kematian tinggi dan jika semakin parah akan mengakibatkan anoreksia dan bulimia (Utami, 2016). Dampak lain dari *picky eater* menurut Soetjningsih (2013), dampak jangka pendek meliputi motilitas gastrointestinal yang lambat dan konstipasi, gambaran fungsi hati yang abnormal, peningkatan kadar urea darah, serta peningkatan risiko terbentuknya batu ginjal, lekopeni, anemia defisiensi besi, dan trombositopeni. Dampak jangka panjang meliputi pubertas terlambat, pertumbuhan terlambat dan perawakan pendek, kekurangan gizi atau malnutrisi, gangguan pembentukan mineral tulang, dan gangguan psikologis (cermas dan depresi).

Menurut Hardianti (2018), perilaku *picky eater* merupakan salah satu risiko anak dapat mengalami gizi kurang, karena *picky eater* cenderung memiliki asupan energi, protein, karbohidrat, vitamin, dan mineral lebih rendah. Kebiasaan pilih-pilih makanan merupakan hal yang lazim dan terus berlanjut pada masa kanak-kanak. *Picky eater* biasanya terjadi pada usia 2 sampai 6 tahun yang tergolong pada anak usia pra sekolah. Anak usia pra sekolah dari kecil terbiasa diberi makanan dengan orang tua yang itu saja sehingga terjadilah pilih-pilih makanan (Taylor, 2015). Anak usia pra sekolah membutuhkan status gizi baik untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan baik fisik, emosional, dan kecerdasan. Namun, kejadian kurang gizi masih menjadi masalah yang dapat mempengaruhi tumbuh kembang anak (Hardianti, 2018).

Anak usia pra sekolah memiliki karakteristik yang termasuk golongan rentan gizi, yaitu kelompok yang paling mudah menderita kelainan gizi. Sedangkan pada saat ini mereka sedang mengalami proses pertumbuhan yang relatif pesat, dan memerlukan zat gizi yang relatif besar. Belajar mandiri, berperilaku menyesuaikan dengan lingkungan, peningkatan berbagai

kemampuan yang membutuhkan fisik yang sehat, konsumen pasif, adanya perilaku memilih-milih makanan dan penolakan terhadap makanan (Santoso, 2009).

Usia pra sekolah mengalami proses perubahan pola makan dimana anak pada umumnya mengalami kesulitan untuk makan, memilih-milih makanan menolak untuk makan, dan hanya makan makanan tertentu saja. Fenomena pilih-pilih makanan pada anak prasekolah bisa terjadi sebagai efek perkembangan teknologi yang mudah didapat seperti iklan-iklan dan internet yang sangat gencar mempromosikan makanan cepat saji (*fast food*) yang tampilannya menarik namun belum tentu dapat diyakini kandungan nilai gizinya dan dapat berpengaruh terhadap perilaku akan memilih makanan yang lebih menarik ketimbang komposisi gizinya (Riyanto, 2017).

Fenomena pilih-pilih makanan pada anak prasekolah sering menjadi masalah bagi orang tua karna anaknya hanya mau makanan itu-itu saja dan tidak bergizi. Anak cenderung memilih makanan siap saji, kemasannya menarik, warna, bau, dan teksturnya menarik, dan makanan yang mengandung pengawet yang tidak sehat (Suryadi, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Wijayanti (2018) tentang hubungan perilaku *picky eater* dengan status gizi pada anak pra sekolah di TK Islam Nurul Izzah Kecamatan Unggaran Barat Semarang didapatkan hasil tidak mengalami perilaku *picky eater* sebanyak 53 anak (53,5%), status gizi lebih sebanyak 61 anak (61,6%) dari 207 responden. Menurut Ramadhanu (2017), tentang hubungan perilaku anak *picky eater* dengan nilai status gizi pada balita pada anak usia 4-6 tahun di TK PWP 1 Plaju Palembang didapatkan hasil anak tidak *picky eater* sebanyak 71 anak (65,7%), gizi baik sebanyak 51 anak (47,2%), dari 108 responden yang dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan perilaku *picky eater* dengan status gizi pada anak dengan nilai *p* value sebesar 0,142.

B. Metodologi Penelitian

Jenis penelitian ini survey analitik dengan pendekatan *cross sectional study*. Teknik pengambilan sampel yaitu "Total Sampling" dengan jumlah sampel 48 orang tua atau pengasuh yang memiliki anak pra sekolah di TK Al Hidayah. Instrumen penelitian menggunakan penimbangan BB/U dan kuesioner Child Eating Behaviour Questionnaire (CEBQ). Analisa univariat ditampilkan pada tabel distribusi frekuensi dan bivariat dengan menggunakan uji chi square. Hasil penelitian menunjukkan kurang dari separoh (25%) anak memiliki status gizi baik, lebih dari separoh (52,1%) anak memiliki perilaku *picky eater* dan terdapat hubungan antara perilaku *picky eater* dengan status gizi pada anak usia pra sekolah di TK Al Hidayah Kelurahan Cupak Tengah Kecamatan Pauh Padang 2019 *p* value = 0,001 (*p* < 0,05)

Kriteria Inklusi : 1) Orang tua atau pengasuh (nenek, kakek, *baby sitter*) yang memiliki anak prasekolah di TK Al Hidayah yang telah bersedia menjadi responden dan menyetujui mengikuti prosedur penelitian dan menandatangani *inform consent* sebagai bukti penelitian. 2) Orang tua atau pengasuh (nenek, kakek, *baby sitter*) yang memiliki anak prasekolah yang berada di tempat pada saat dilakukan penelitian. 3) Responden yang mengikuti prosedur penelitian sampai tahap akhir.

Variabel independen pada penelitian ini adalah perilaku *Picky Eater*, sedangkan variabel dependen adalah status gizi pada anak usia pra-sekolah.

C. Pembahasan dan Analisa

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada bulan September 2023 di di Po. Ayu Transport Kota Padang tentang dampak beban kerja dan masa kerja terhadap kelelahan kerja dengan jumlah sampel sebanyak 50 responden diperoleh hasil sebagai berikut:

1. Analisa Univariat

Distribusi Frekuensi Status Gizi pada Anak Usia Pra Sekolah di TK Al Hidayah Kelurahan Cupak Tengah Kecamatan Pauh Padang Tahun 2023

Dari analisis data dapat dikemukakan deskripsi variabel Status Gizi pada Anak Usia Pra Sekolah di TK Al Hidayah seperti pada tabel 1.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Status Gizi pada Anak Usia Pra Sekolah di TK Al Hidayah Kelurahan Cupak Tengah Kecamatan Pauh Padang Tahun 2023 (n=48)

No	Status Gizi	<i>f</i>	%
1.	Buruk	11	22,9
2.	Kurang	14	29,2
3.	Baik	12	25,0
4.	Lebih	11	22,9
Total		48	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa kurang dari separoh (25,0%) memiliki status gizi baik pada anak usia pra sekolah di TK Al Hidayah.

Distribusi Frekuensi Perilaku Picky Eater pada Anak Usia Pra Sekolah di TK Al Hidayah Kelurahan Cupak Tengah Kecamatan Pauh Padang Tahun 2023

Dari analisis data dapat dikemukakan deskripsi variabel Perilaku Picky Eater pada Anak Usia Pra Sekolah di TK Al Hidayah seperti pada tabel 2.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Perilaku Picky Eater pada Anak Usia Pra Sekolah di TK Al Hidayah Kelurahan Cupak Tengah Kecamatan Pauh Padang Tahun 2023 (n=48)

No	Perilaku <i>Picky Eater</i>	<i>f</i>	%
1.	Tidak <i>Picky Eater</i>	23	47,9
2.	<i>Picky Eater</i>	25	52,1
Total		48	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa lebih dari separoh (52,1%) anak usia pra sekolah di TK Al Hidayah memiliki perilaku *picky eater*.

2. Analisis Bivariat

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Hubungan Perilaku *Picky Eater* dengan Status Gizi pada Anak Usia Pra Sekolah di TK Al Hidayah Kelurahan Cupak Tangah Kecamatan Pauh Padang Tahun 2023 (n=48)

No	<i>Picky Eater</i>	Status Gizi								Total	<i>p value</i>	
		Buruk		Kurang		Baik		Lebih				
		<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%			
1	Tidak <i>Picky Eater</i>	5	21,8	2	8,6	11	47,8	5	21,8	23	47,9	
2	<i>Picky Eater</i>	6	24,0	12	48,0	1	4,0	6	24,0	25	52,1	0,001
Total		11	22,9	14	29,2	12	25	11	22,9	48	100	

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa proporsi responden yang memiliki perilaku *picky eater* lebih banyak ditemukan pada responden yang memiliki status gizi kurang sebanyak 12 responden (48%), dibandingkan gizi buruk 6 responden (24%), gizi lebih 6 responden (24%), dan gizi baik 1 responden (4%). Hasil uji statistik *chi-square* diperoleh nilai *p value* = 0,001 ($p \leq 0,05$), maka didapatkan ada hubungan antara perilaku dengan status gizi pada anak usia pra sekolah di TK Al Hidayah Kelurahan Cupak Tangah Kecamatan Pauh Padang Tahun 2023.

Status Gizi pada Anak Usia Pra Sekolah

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan kurang dari separoh 25% responden memiliki status gizi baik pada anak usia pra sekolah di TK Al Hidayah Kelurahan Cupak Tangah Kecamatan Pauh Padang Tahun 2023.

Dari hasil penelitian didapatkan status gizi buruk 22,9 % ditandai dengan berat badan anak jauh dibawah rata-rata dan mengalami kekurangan berbagai zat gizi dan disebabkan karena pola perilaku makan, kekurangan asupan energi dan akan berdampak terganggunya pertumbuhan dan perkembangan. Menurut Galgamuwa (2017), status gizi buruk merupakan kondisi yang ditandai dengan berat badan anak jauh dibawah rata-rata dan mengalami kekurangan berbagai zat gizi . Ditandai dengan anak lemas, pucat, berat badan rendah, dan kurang nafsu makan. Menurut Mardalena (2017), status gizi buruk adalah keadaan kurang gizi yang disebabkan karena kekurangan asupan energi dan protein juga mikronutrien dalam jangka waktu lama dapat dan dilihat dari asupan nutrisi kurang, berat badan dibandingkan umur tidak sesuai dan orang tua kurang memperhatikan makanan pada anak sehingga gizi yang tidak terpenuhi dan akan berdampak terhadap perkembangan dan pertumbuhan anak akan terganggu sehingga mengakibatkan status gizi buruk pada anak.

Dari hasil penelitian didapatkan status gizi kurang 29,2 % ditandai dengan berat badan anak dibawah rata-rata, kekurangan asupan energi dan akan berdampak terganggunya pertumbuhan dan perkembangan. Menurut Galgamuwa (2017), status gizi kurang merupakan keadaan bila tubuh mengalami kekurangan satu atau lebih zat-zat esensial dan ditandai berat badan kurang dari batas normal. Menurut Handayani (2017) status gizi kurang adalah kekurangan bahan-bahan nutrisi seperti protein, karbohidrat, lemak, dan vitamin yang dibutuhkan oleh tubuh. Pada anak dapat dilihat dari asupan nutrisi yang tidak bergizi, asupan nutrisi yang tidak terpenuhi dan tidak seimbang dan anak akan mengalami kurang energi, lemah, lesu, dan kurang nafsu makan menyebabkan status gizi yang kurang dan akan berdampak terganggunya perkembangan dan pertumbuhan anak.

Dari hasil penelitian didapatkan status gizi lebih 22,9 % ditandai dengan mengalami berat berlebih karena kelebihan jumlah asupan makanan dan makan makanan siap saji dan *snack* akan berdampak terganggunya perkembangan dan pertumbuhan anak. Menurut Almetsier (2013), status gizi lebih merupakan keadaan tubuh yang mengalami berat berlebih karena kelebihan jumlah asupan makanan dan energi yang disimpan. Menurut Mardalena (2017), status gizi lebih terjadi jika terdapat ketidakseimbangan antara konsumsi energi dan pengeluaran. Asupan energi yang berlebihan secara kronis akan menimbulkan kenaikan berat badan, berat badan berlebih ditandai memiliki kelebihan asupan energi yang disimpan, berat badan anak melebihi batas normal, anak kurang beraktivitas karena bobot badannya yang berlebih. Asupan gizi anak berlebihan akan berdampak terganggunya perkembangan pertumbuhan anak, aktivitas, dan motorik terganggu. Hanya seperempat atau 25% gizi baik karena pola makan dan gizi tidak terpenuhi dan akan berdampak terganggunya perkembangan dan pertumbuhan

Menurut analisa peneliti terhadap hasil penelitian bahwa mengingat anak dalam masa pertumbuhan, anak membutuhkan asupan nutrisi dan gizi seimbang yang cukup untuk tubuhnya. Jika tidak terpenuhi akan menyebabkan anak memiliki berat badan rendah, lemah, lesu, kurang nafsu makan, aktivitas terganggu, dan memiliki berat badan berlebih dan akan berdampak pada perkembangan dan pertumbuhan terganggu sehingga mengakibatkan perubahan status gizi anak dan tumbuh kembang anak. Asupan nutrisi dan gizi anak sangat besar pengaruhnya sehingga membutuhkan status gizi baik untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan karena saat ini anak masih dalam pertumbuhan yang sangat pesat.

Perilaku *Picky Eater* pada Anak Usia Pra Sekolah

Hasil penelitian ini berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kurnia (2018) menunjukkan hasil 34,2% memiliki perilaku *picky eater*. Perbedaan lainnya adalah jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian Kurnia (2017) yaitu sebanyak 38 orang anak, sedangkan dalam penelitian ini jumlah sampel sebanyak 48 orang tua atau pengasuh (nenek, kakek, *baby sitter*) yang memiliki anak pra sekolah. Untuk metode penelitian peneliti menggunakan *cross sectional study* yang bertujuan untuk untuk melihat hubungan variabel independen dan dependen, sedangkan Kurnia (2018) menggunakan teknik sampel *random sampling*. Dari hasil penelitian didapatkan 52,1% pada anak pra sekolah memiliki perilaku *picky eater*.

Menurut Taylor (2015), *picky eater* memiliki karakteristik makan lama, makan perlahan-lahan atau lama menolak makanan yang konsisten terhadap rasa, tekstur, suhu, atau bau tertentu, menolak makanan yang baru pertama dikenalnya, menunjukkan preferensi makanan yang kuat baik makanan kesukaan ataupun tidak, tidak menyantap makanannya, dan sulit makan.

Menurut analisa peneliti, didapatkan 48 responden diantara 25 (52,1%) mengalami *picky eater*. Hal ini dikarenakan anak usia pra sekolah mengalami proses perubahan pola makan dimana anak pada umumnya mengalami kesulitan untuk makan, memilih-milih makanan seperti makanan ringan (*snack*) dan makanan siap saji (*fast food*), menolak untuk makan, dan hanya makan makanan tertentu saja. Hal ini dibuktikan dari analisis kuesioner dimana 47,9% responden sering menolak makanan yang baru pertama dikenalnya, 43,8% responden sering tidak menyantap makanannya, 58,3% responden sering makan perlahan-lahan atau lama, 45,8% responden sering sulit makan, 60,4% responden sering tidak bisa makan jika suda makan *snack*. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku *picky eater* sangat berpengaruh kepada pola makan anak yang bisa berakibat buruk, karena *picky eater* bisa mengubah pola perilaku makan anak.

Hubungan Perilaku *Picky Eater* dengan Status Gizi pada Anak Usia Pra Sekolah

Berdasarkan penelitian diperoleh hasil 25 responden memiliki perilaku *picky eater*, ditemukan 12 responden (48%) memiliki status gizi kurang dibandingkan 6 responden (24%) memiliki status gizi buruk, 6 responden (24%) memiliki status gizi lebih, dan 1 responden

(4%) memiliki status gizi baik. Hasil uji statistik *chi-square* diperoleh nilai *p value* = 0,001 ($p \leq 0,05$), maka didapatkan bahwa terdapat hubungan antara perilaku *picky eater* dengan status gizi pada anak usia pra sekolah di TK Al Hidayah Kelurahan Cupak Tengah Kecamatan Pauh Padang Tahun 2023.

Hasil penelitian ini hampir sama dengan penelitian Intan (2018) tentang hubungan perilaku *picky eater* dengan status gizi pada anak pra sekolah di TK di Wilayah Kerja Puskesmas Darul Umarah Kabupaten Aceh Besar diperoleh hasil terdapat hubungan perilaku *picky eater* dengan status gizi pada anak pra sekolah dengan *p value* 0,002. Dan hampir sama Penelitian yang dilakukan oleh Wijayanti (2018) tentang hubungan perilaku *picky eater* dengan status gizi pada anak pra sekolah di TK Islam Nurul Izzah Kecamatan Unggaran Barat Semarang diperoleh hasil terdapat hubungan perilaku *picky eater* dengan status gizi pada anak TK dengan *p value* 0,002.

Kesamaan hasil penelitian ini dengan penelitian sebelumnya dikarenakan variabel yang diteliti alat ukur, dan metode *cross sectional study* yang digunakan sama. Hal ini dapat terjadi karena pada penelitian yang dilakukan menggunakan variabel dependen status gizi dan independen perilaku *picky eater* pada anak TK dengan memakai indikator *z-score* menggunakan BB/U dimana dengan memakai *z score* bisa mengetahui status gizi yang dialami anak dan menggunakan kuesioner perilaku *picky eater* yaitu *CEBQ* dan sampelnya anak TK. Kesamaan lainnya dikarenakan cara pelaksanaan *picky eater* dengan status gizi sesuai dengan seharusnya serta mampu diaplikasikan untuk mengontrol perilaku *picky eater* dan status gizi anak. Sehingga dapat membawa perubahan baik terhadap perilaku *picky eater* dan status gizi anak.

Perbedaan dalam penelitian ini adalah jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian Intan (2018) yaitu sebanyak 101 responden di TK di Wilayah Kerja Puskesmas Darul Umarah Kabupaten Aceh Besar dan sedangkan dalam penelitian Wijayanti (2018) yaitu sebanyak 99 responden di TK Islam Nurul Izzah Kecamatan Unggaran Barat Semarang. Sedangkan dalam penelitian ini sampel sebanyak 48 responden dan belum ada yang meneliti di Sumatera Barat.

Menurut analisa peneliti didapatkan hasil penelitian bahwa ada hubungan perilaku *picky eater* dengan status gizi pada anak usia pra sekolah di TK Al Hidayah Kelurahan Cupak Tengah Kecamatan Pauh. Hal ini disebabkan karena anak sering memilih makanan seperti makanan ringan (*snack*), makan yang lama, dan kesulitan makan. Dibuktikan dari analisis kuesioner (60,4%) responden sering tidak bisa makan jika sudah makan *snack*, 58,3% responden sering makan perlahan-lahan atau lama, dan 45,8% responden sering sulit makan. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku *picky eater* sangat berpengaruh pada gizi anak karena *picky eater* bisa mengubah pola perilaku anak terhadap pemenuhan gizi dan akan berdampak masalah pada gizi anak, aktivitas motorik, perkembangan dan pertumbuhan terganggu. Oleh sebab itu perlunya peran orang tua dalam memantau pola makan anak agar tidak terjadi malnutrisi pada anak sehingga asupan makanan anak bisa terpenuhi dengan baik. Dengan cara berikan makanan dalam porsi secukupnya. Beri pujian apabila anak mampu menghabiskan makanannya.

D. Penutup

Pada penelitian dapat disimpulkan bahwa ditemukan ada Terdapat ada hubungan antara perilaku *picky eater* dengan status gizi pada anak usia pra sekolah di TK Al Hidayah Kelurahan Cupak Tengah Kecamatan Pauh Padang Tahun 2023 *p value* = 0,001 ($p < 0,05$). Diharapkan kepada pihak TK Al Hidayah untuk lebih aktif meningkatkan status gizi pada anak dan diharapkan orang tua dapat menanamkan pengetahuan dan keterampilan pola makan yang baik dan mensosialisasikan program-program tentang status gizi anak dengan cara memberikan penyuluhan terutama pada orang tua tentang perilaku *picky eater* dengan status gizi pada anak pra sekolah.

Daftar Pustaka

- Almatsier, S. (2013). *Prinsip dasar ilmu gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik edisi revisi VI*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Besari, D. A. (2014). Determinan faktor yang mempengaruhi status gizi kurang pada balita di desa branta pesisir dan desa tlanakan kecamatan tlanakan kabupaten pemekasan, *Ejurnal Boga Vol 3 (3)*
- Damanik. (2015). Hubungan pola makan dengan kejadian status gizi pada balita di Medan, *Jurnal Ilmiah Keperawatan IMELDA Vol. 1, No. 1, Februari 2015*
- Dinas Kesehatan Kota Padang. (2017). *Profil kesehatan kota padang tahun 2017*
- Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat. (2017). *Profil kesehatan provinsi sumatera barat 2016*
- Fadila. (2017) Hubungan pengetahuan dan perilaku ibu tentang gizi seimbang dengan status gizi pada anak TK di Desa Yosowilangun Lor Kabupaten Lumajang, *Jurnal Kesehatan Vol. 5. No. 1, ISSN : 2354-5852 e-ISSN : 2579-5783*
- Galgamuwa et al. (2017). Nutritional status and correlated socio-economic factors among preschool and school children in plantation communities Sri Lanka, *BMC Public Health 17:377 DOI 10.1186/s12889-017-4311-y*
- Hardianti, dkk. (2018). Picky eating dan status gizi pada anak prasekolah, *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 6 (2), 2018 e-ISSN : 2338-3119, p-ISSN: 1858-4942
- Handayani, Reska. (2017). Faktor – faktor yang berhubungan dengan status gizi pada anak balita., *Journal Endurance 2(2) June 2017 (217-224)*
- Hariani., Mangsur, M.M., & Nurhidayah. (2015). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kesulitan makan pada anak usia 3-5 tahun di tk gowata desa taeng kec palangga kab gowa, *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis Vol 5 (6) ISSN 2302- 1721*
- Irianto, D. P. (2017). *Pedoman gizi lengkap: keluarga dan olahragawan* , Yogyakarta: Andi
- Kemenkes RI. (2010). *Standar antropometri penilaian status gizi anak*. Jakarta
- Kurnia. (2018). hubungan perilaku *picky eater* dengan tingkat kecukupan zat gizi pada anak ASD, *Media Gizi Indonesia, Vol. 13, No. 2 Juli–Desember 2018: hlm. 151–158*
- Mardalena, I. (2017). Dasar-dasar ilmu gizi, Yogyakarta: Pustaka Baru Press Nursalam. (2017). *Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan pedoman skripsi thesis dan instrumen*. Edisi 4. Jakarta: Salemba Medika
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2017). *Metodologi penelitian kesehatan.*, Jakarta: Rineka Cipta
- Oktafia, O. (2017). Karakteristik balita yang menderita gizi kurang di desa slarang kecamatan kesugihan kabupaten cilacap, *Jurnal Skripsi*
- Putra, H, dkk. (2014). *Keperawatan anak dan tumbuh kembang*. Yogyakarta
- Putri, Intan (2018) Hubungan perilaku *picky eater* dengan status gizi pada anak pra sekolah di TK di Wilayah Kerja Puskesmas Darul Umarah Kabupaten Aceh Besar *Jurnal Skripsi*
- Ramadhanu. (2017). Hubungan perilaku anak *picky eater* dengan nilai status gizi pada balita pada anak usia 4-6 tahun di TK PWP 1 Plaju Palembang, *Jurnal Skripsi*
- Rufaida, Z., & Lestari, S.W.P. (2018). Pola asuh dengan terjadinya *picky eater* (pilih- pilih makanan) pada anak usia 3-6 tahun di dusun sumberaji desa karang jeruk kecamatan jatirejo kabupaten mojosuro, *Journal Of Issues Midwifery*
- Ratufelan, E., & Zainuddin, A. (2018) . Hubungan pola makan, ekonomi keluarga dan riwayat infeksi dengan kejadian gizi kurang pada balita di wilayah puskesmas benua-benu, *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Vol 3 (2) ISSN 2502-731X*
- Riset Kesehatan Dasar. (2013). *Hasil RISKESDAS 2013. Departemen Kesehatan Republik Indonesia.*

- Riset Kesehatan Dasar. (2018). *Hasil RISKESDAS 2018. Departemen Kesehatan Republik Indonesia*
- Riyanto. (2017). Hubungan pola asuh orang tua dengan perilaku sulit makan pada anak prasekolah di tk karta rini godean sleman yogyakarta, *Jurnal Skripsi*