

## Pengaruh Perilaku Makan Ibu terhadap Perilaku Picky Eater Anak Usia Prasekolah

Budi Widyaningsih<sup>1</sup>, Liftiah Liftiah<sup>2\*</sup>, Widya Hary Cahyati<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Magister PAUD UNNES Semarang

<sup>2</sup> Prodi Psikologi FIPP UNNES Semarang

<sup>3</sup> Prodi Kesehatan Masyarakat FK UNNES Semarang

[liftiah@mail.unnes.ac.id](mailto:liftiah@mail.unnes.ac.id)

### Abstract

One of the problems with the nutritional status of toddlers in Indonesia is the picky eater behavior of preschool children, during their growth and development period they require good nutrition. Picky eater behavior is a problem for mothers when accompanying their children to eat Picky eater behavior is a problem for mothers in accompanying their children's eating activities. This study aims to determine the influence of mothers' eating behavior on the picky eater behavior of preschool children. The research method used was quantitative research, the research location was a kindergarten in Candimulyo subdistrict, Magelang district, the number of respondents was 95 mothers. The measuring instruments used were CEBQ as a tool for measuring picky eater behavior, DEBQ as a tool for measuring maternal eating behavior, and CPRS – SF as a tool for measuring mother-child interactions. In this study, data were analyzed using bivariate tests with chi-square. The research results show that there is an influence of mother's eating behavior on picky eater behavior with a p value of 0.006. The conclusion is that mothers' eating behavior influences the picky eater behavior of preschool children. Mothers try to have good eating behavior to be a role model for their children by consuming healthy food.

**Key words:** Picky eater behavior; maternal eating behavior; preschool age children

### Abstrak

Salah satu permasalahan status gizi balita di Indonesia adalah perilaku *picky eater* anak usia prasekolah, di masa pertumbuhan dan perkembangannya membutuhkan pemenuhan gizi yang baik. Perilaku *picky eater* menjadi permasalahan ibu dalam mendampingi aktivitas makan anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh perilaku makan ibu terhadap perilaku *picky eater* anak usia prasekolah. Metode penelitian yang digunakan dengan penelitian kuantitatif, lokasi penelitian di TK di kecamatan Candimulyo kabupaten Magelang, jumlah responden 95 ibu. Alat ukur yang digunakan menggunakan CEBQ sebagai alat ukur perilaku picky eater, DEBQ sebagai alat ukur perilaku makan ibu, dan CPRS – SF sebagai alat ukur interaksi ibu anak. Dalam penelitian ini data dianalisis dengan uji bivariat dengan chi-square. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh perilaku makan ibu terhadap perilaku *picky eater* dengan p value 0,006. Kesimpulannya adalah perilaku makan ibu mempengaruhi perilaku *picky eater* anak usia prasekolah. Ibu berupaya untuk memiliki perilaku makan yang baik agar jadi teladan bagi anaknya dengan mengkonsumsi makanan yang sehat.

**Kata kunci:** Perilaku picky eater; perilaku makan ibu; anak usia prasekolah.

---

### History

Received 2024-01-08, Revised 2024-02-16, Accepted 2024-3-19

---

## PENDAHULUAN

Pada usia prasekolah membutuhkan gizi yang baik untuk pertumbuhan dan perkembangannya karena pada masa ini anak mendapatkan permasalahan dalam aktivitas makan (Purnamasari & Adriani, 2020). Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kesehatan fisik, kecerdasan otak anak usia prasekolah dengan memberikan makanan yang bergizi dan lingkungan yang sehat. Anak usia prasekolah

merupakan kelompok usia yang rentan yang dalam proses perkembangannya mulai menunjukkan perilaku dan keinginan untuk belajar memilih apa aktivitas atau barang yang disukai termasuk masalah pemilihan makanan (Almatsier, 2009). Kejadian kurang asupan gizi salah satunya diakibatkan karena masalah perilaku makan anak yang suka memilih-milih makanan yang disukai atau *picky eater*, asupan energi, karbohidrat, vitamin, mineral, protein, dan zat gizi lain yang dibutuhkan tubuh anak perilaku *picky eater* cenderung kurang dibandingkan dengan anak *non picky eater* (Xue Y, Zhao A, Cai L, Yang B, Szeto IM, Ma D, Zhang Y, 2015; )Hidayat, 2012).

*Picky eater* adalah salah satu dari masalah gangguan makan dan perilaku dari kesulitan aktivitas makan. Anak dengan perilaku *picky eater* dicirikan dengan tidak suka dengan makanan yang baru dikenal, memiliki kesukaan yang kuat terhadap makanan tertentu, atau suka dengan makanan yang dipilih (Taylor et al., 2015). Dampak buruk dari *picky eater* pada kesehatan anak membuat mereka menjadi jarang pergi ke sekolah karena sakit. Jika anak yang mengalami *picky eater* tidak ditangani sejak dini dan secara tepat, maka perilaku akan bertahan lama dan berlanjut sampai dewasa, dan bisa menyebabkan penyakit kronis (Utami, 2016). Suplemen nutrisi untuk anak yang memiliki perilaku *picky eater* berkurang sehingga pertumbuhan berkurang, anak mudah terserang penyakit (Alarcon, P. et al., 2003).

Perilaku *picky eater* banyak terjadi pada anak usia prasekolah (Cahyani, 2019). Prevalensi *picky eater* terjadi pada anak usia 24-35 bulan sebesar 36 % lebih tinggi dibandingkan pada usia 6-11 bulan sebesar 12 % di negara Cina (Li et al., 2017). Kejadian *picky eater* yang terjadi di Gamping Kidul Ambarketawang Gamping Sleman Yogyakarta sebesar 25,81 % pada usia 12-36 bulan menurut (Arifah et al., 2016). Penelitian yang dilakukan tahun 2016 anak usia 12-36 bulan yang mengalami perilaku *picky eater* sebesar 46,2 % di kabupaten Jember (Yulis, Z. E. & Hamid, 2016).

Anak yang memiliki perilaku pilih-pilih sayuran memiliki ibu yang pemilih terhadap sayur-sayuran, anak yang sedikit konsumsi sayuran, ibunya pemilih sayuran pula (Galloway, A. T., Lee, Y., & Birch, 2003). Menurut Dubois et al. (2007) perilaku pilih-pilih makanan disebabkan oleh latar belakang sosial ibu seperti pendidikan, pengetahuan ibu, dan persepsi ibu tentang perilaku makan anaknya. Penyebab dari perilaku *picky eater* adalah perilaku makan orang tua atau pengasuh, interaksi ibu dan anak sebagai penyedia makan anak, serta suasana makan keluarga (Kusumawardhani, N., dkk., 2013). Hilangnya nafsu makan anak, adanya gangguan proses makan di mulut, pengaruh psikologis yaitu kondisi kecemasan, ketakutan, sedih, depresi atau trauma, kondisi fisik karena adanya keterbatasan pada anak terutama pada organ pencernaan makanan merupakan penyebab dari perilaku *picky eater* (Judarwanto, 2011).

Menurut Bernard-Bonnin (2006) proses makan anak memerlukan interaksi antara ibu dan anak. Proses makan sebagai proses yang kompleks, dinamis, interaksi yang efektif antara ibu anak dan lingkungan bisa menjadi permasalahan interaksi ibu dan anak karena adanya indikasi kesulitan emosi

antara ibu dengan anak (Saraswati, D., P., 2012). Asupan gizi yang kuat karena adanya interaksi yang kuat antara ibu dengan anak dalam kegiatan proses makan di rumah, kebiasaan makan ibu memberikan pengaruh pada asupan nutrisi anak usia prasekolah (Oliveria, S. A., et al., 1992).

Pendampingan saat makan dengan suasana makan yang kondusif dan positif, perilaku makan orang tua merupakan lingkungan sosial emosional yang berkaitan dengan kuantitas dan kualitas makan anak (Soetardjo, 2011). Anak mendapatkan kepuasan karena terpenuhinya segala kebutuhan fisik dan emosional oleh orang tua terutama dari ibunya yang memberikan rasa aman saat melakukan hubungan interaksi makan ibu dengan anak (Izzaty, 2005).

Perilaku makan anak terbentuk karena perilaku makan orang tua baik melihat secara langsung kesehariannya maupun tidak langsung dengan mengetahui makanan kesukaan atau yang tidak disukai orang tuanya. Anak akan meniru apa yang dilakukan orang tua termasuk dalam hal perilaku makan orang tua. Orang tua tidak menyadari bahwa perilaku makannya akan berpengaruh terhadap perilaku makan anak (Anggraini, 2014). Anak melihat dan belajar dari aktivitas makan orang tua dan jenis makanan apa yang dikonsumsi orang tua (Dewi, M.R. & Gusti, 2013).

Orang tua dalam hal ini ibu memiliki peran sebagai pendidik, motivator, dan pembimbing, pembentukan perilaku anak diawali dari peranan seorang ibu (Hamsa et al., 2022). Ibu sebagai orang tua bisa memberikan contoh keteladanan dalam perilaku dan mendampingi anak dalam aktivitasnya (Kurniawati & Widiastuti, 2022). Tumbuh kembang anak akan terstimulasi dan dukungan belajar anak muncul jika ibu memberikan pendampingan, memberikan kasih sayang, memberikan perlindungan dan hak kepada anak, membina perilaku positif, membangun keterikatan emosional, memberikan pendidikan moral agama, memberikan perhatian, mengajarkan kemandirian, memberikan kebutuhan primer, agar anak bisa meniru pada lingkungannya (Widyanti et al., 2023).

Peran pembentukan karakter anak usia prasekolah didominasi dari peran ibu salah satunya pada pemberian asupan gizi dan penentuan makan. Kebiasaan makan ibu merupakan perilaku yang dapat mempengaruhi pola makan anak (Priyanah, 2008) dan pengetahuan tentang gizi oleh ibu (Rysdale L, 2008). Anak usia prasekolah senang meniru perilaku makan orang dewasa di sekitarnya terutama ibu, sehingga muncul perbedaan antara keinginan anak dan ibu mengenai jumlah dan jenis makanan, perbedaan keinginan ini dapat menimbulkan konflik yang berpengaruh terhadap perilaku makan anak, anak menjadi neofobia, pemilih (Carruth, B. R., & Skinner, 2000). Anak yang memiliki perilaku *picky eater* merupakan hasil dari meniru pola makan orang tuanya, hal tersebut dengan meniru pola makan orang yang berada di sekitarnya yang juga memilih-milih makanan (Judarwanto, 2011) Menurut Judarwanto (2006). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Priyanti, 2013) bahwa perilaku *picky eater* usia 1-3 tahun dipengaruhi oleh perilaku makan ibu dalam memilih-milih makanan.

Ibu dengan perilaku makan buruk akan ditiru oleh anaknya, karena anak melihat dan meniru apa yang dilakukan oleh ibunya. Sikap orang tua yang abai terhadap penyajian makan bagi anaknya,

menjadikan anak tidak akan tertarik untuk makan makanan yang disajikan ibunya (Fauziah,dkk. 2022)

Riwayat keluarga yang pemilih dalam makanan akan cenderung memberikan pengaruh kepada anak dalam memilih-milih makanan. Ibu yang suka memilih -milih makanan akan mempengaruhi perilaku makan anak yang meniru ibunya. Anak takut mencoba makanan baru jika ibunya belum pernah mencoba makanan baru tersebut, anak akan tidak menerima makanan asing jika ibunya belum pernah merasakan makanan baru (Carruth, B. R., & Skinner, 2000). Penelitian yang dilakukan (Galloway, A. T., Lee, Y., & Birch, 2003) menyatakan bahwa ibu yang makan dengan variasi asupan sayuran yang rendah akan mempengaruhi anak berperilaku *picky eater*.

Ibu yang bekerja sebagian waktunya digunakan untuk berinteraksi bersama anak dengan bermain bersama, memberi makan anak akan tetap mempengaruhi kualitas kebersamaan antara ibu dan anak (Kusumawardhani, N., dkk., 2013). Aktivitas makan anak memerlukan kualitas interaksi positif ibu dan anak (Bernard-Bonnin, 2006). Interaksi yang positif akan mempengaruhi psikologis anak dalam perilaku makan. Interaksi ibu dan anak berhubungan dengan perkembangan mental anak (Chatoor,dkk., 2004).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di kabupaten Magelang dengan menggunakan instrumen kuesioner didapatkan jumlah responden 176 dari orang tua anak usia prasekolah didapatkan sebanyak 66 % anak mengalami *picky eater* dan 34 % anak mengalami non *picky eater*. Hal ini menunjukkan prevalensi perilaku *picky eater* anak usia prasekolah di kabupaten Magelang cukup tinggi. Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang perilaku *picky eater* pada anak usia prasekolah.. Penelitian tentang perilaku *picky eater* masih sedikit terutama di kabupaten Magelang. Ibu sebagai pemegang kebijakan makan keluarga menjadi subjek dalam penelitian ini. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh perilaku makan ibu terhadap perilaku *picky eater* anak usia prasekolah di lembaga TK di wilayah kecamatan Candimulyo kabupaten Magelang. Penelitian bermanfaat bagi para ibu yang memiliki anak yang berperilaku *picky eater* atau yang tidak *picky eater* untuk bisa memperbaiki pola makan, kebiasaan makan yang baik ibu sehingga bisa menjadi teladan bagi anak dalam kegiatan makannya. Ibu sebagai pemegang kendali makan keluarga bisa membuatkan makan yang variatif tetapi tetap bergizi dan melibatkan anak dalam menentukan menu makan.

## **METODE**

Desain penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif desain cross sectional. Menganalisis hubungan variabel independen yaitu perilaku makan ibu, dan variabel dependen yaitu perilaku *picky eaer* pada objek penelitian yang di ukur dalam waktu yang bersamaan atau sekaligus. Populasi penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak usia prasekolah yang sekolah di taman kanak-kanak (TK) di kecamatan Candimulyo kabupaten Magelang. Teknik sampling yang digunakan adalah teknik purposive sampling. Sampel penelitian memenuhi kriteria inklusi yaitu ibu yang memiliki anak

usia prasekolah yang sekolah di TK wilayah kecamatan Candimulyo, ibu yang hadir di lembaga sekolah yang diteliti, adalah ibu dari wali murid TK Pertiwi Candimulyo dan TKIT Nurul Ilmi yang bersedia menjadi responden.

Teknik pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner yang diberikan kepada responden ibu yang memiliki anak usia prasekolah di TK di kecamatan Candimulyo. Kuesioner yang digunakan mengadaptasi dari penelitian-penelitian sebelumnya. Data diperoleh dengan membagikan angket diberikan kepada ibu yang memenuhi kriteria inklusi dengan mengisi kuesioner yang dibagikan sesuai dengan keadaan yang sebenarnya, lokasi penelitian dilakukan TK Pertiwi Candimulyo dan TKIT Nurul Ilmi dengan jumlah sampel adalah 100 responden dan angket yang masuk kriteria inklusi sejumlah 95 responden.

Perilaku *picky eater* menggunakan kuesioner dari Child Eating Behavior Questionnaire (CEBQ) Wardle, J., Guthrie, C. A., Sanderson, S., & Rapoport (2001) dengan menggunakan kategori sub skala FF (*food fussiness*). Perilaku makan ibu menggunakan kuesioner *Dutch Eating Behavior Questionnaire* (DEBQ) (Strien TV, Frijters JER, Bergers GPA & PB, 1986) dengan menggunakan kategori sub skala *restrained eating*. Kuesioner sudah mengalami adaptasi, uji validitas menggunakan *uji pearson product moment* dinyatakan valid karena hasil t-hitung lebih besar dari t-tabel (0,316) dan uji reliabilitas menggunakan *Alpha Cronbach* sebesar 0,771. Perilaku makan ibu diuji validitasnya didapatkan hasil *r* hitung lebih besar dari *r* table (0,316) dan uji reliabilitas untuk perilaku makan ibu dihasilkan *Alpha Cronbach* sebesar 0,909.

Teknik analisis data dengan analisis deskriptif dan analisis bivariat menggunakan uji analisis *chi square*. Analisis deskriptif merupakan analisi yang menggambarkan daya yang akan dibuat baik sendiri maupun secara berkelompok. Tujuan dilakukan analisis deskripsi ini untuk mengetahui deskripsi masing-masing variabel yang diteliti Tujuan dilakukan analisis ini adalah untuk mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel yang diteliti (Dahlan, 2020). Analisis bivariat dilakukan terhadap dua variable yang diduga berhubungan. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan variabel dependen (perilaku *picky eater*) dan perilaku makan ibu dengan uji statistik *chi-square* yaitu menguji kemaknaan hubungan atau perbedaan dengan tingkat kepercayaan 95%.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Hasil pengambilan data menunjukkan data yang terkumpul sesuai kriteria inklusi sebesar 95 responden. Responden adalah ibu dari anak usia 4-6 tahun yang sekolah di TKIT Nurul Ilmi dan TK Pertiwi Candimulyo. TKIT Nurul Ilmi dan TK Pertiwi Candimulyo berada di wilayah kecamatan Candimulyo kabupaten Magelang. Jumlah murid dari TKIT Nurul Ilmi ada 79 anak sedangkan jumlah murid TK Pertiwi Candimulyo ada 61 anak. Analisis univariat dari karakteristik responden terlihat pada tabel. 1 di bawah ini:

Tabel 1

*Karakteristik responden*

<i>Variabel</i>	<i>Kategori</i>	<i>Frekuensi</i>	<i>Persentase</i>
Usia ibu	17-25	5	5.0
	26-35	59	62.0
	36-45	31	33.0
Pendidikan	SD	5	5.3
	SMP	26	27.4
	SMA	44	46.3
	D1/D2/D3	7	7.4
	S1	13	13.7
Pekerjaan	PNS	5	5.3
	Wiraswasta	25	26.3
	Swasta	14	14.7
	Tidak Bekerja	46	48.4
	Petani	5	5,3
Usia Anak	4 Tahun	21	22.1
	5 Tahun	58	61.1
	6 Tahun	16	16.8
Jenis Kelamin	Laki-laki	42	44.2
	Perempuan	53	55.8
Urutan Kelahiran	Pertama	46	48.4
	Kedua	36	37.9
	Ketiga	8	8.4
	Keempat	4	4.2
	Kelima	1	1.1

Kategorisasi usia yang digunakan di atas berdasarkan pada Depkes RI tahun 2009 yaitu : masa balita = 0-5 tahun, masa kanak-kanak = 5-11 tahun, masa remaja awal = 12-16 tahun, masa remaja akhir = 17-25 tahun, masa dewasa awal = 26-35 tahun, masa dewasa akhir = 36-45 tahun, masa lansia awal = 46-55 tahun, masa lansia akhir = 56-65 tahun, dan masa manula = 65 tahun ke atas. Pada penelitian ini, hanya ada 3 kategorisasi usia yaitu masa remaja akhir = 17-25 tahun, masa dewasa awal = 26-35 tahun dan masa dewasa akhir = 36-45 tahun. Hal tersebut karena responden paling rendah usianya 23 tahun dan paling tinggi usianya 45 tahun. Berdasarkan tabel diatas, frekuensi munculnya usia ibu pada rentang usia 17-25 tahun berjumlah 5 orang dengan presentase 5%, pada rentang usia 26-35 tahun sebanyak 59 orang dengan presentase 62%, dan pada rentang usia 36-45 tahun sebanyak 31 orang dengan presentase 33%. Hasil karakteristik responden menunjukkan untuk usia ibu yang paling banyak pada rentang usia 26-35 tahun sebesar 62 % , jumlah ibu yang usianya 17-15 tahun paling sedikit yaitu 5 %.

Frekuensi responden yang berpendidikan terakhir SD sebanyak 5 orang dengan presentase 5 % , berpendidikan terakhir SMP sebanyak 26 orang dengan presentase 28%, berpendidikan terakhir SMA sebanyak 44 orang dengan presentase 46%, berpendidikan terakhir D1-D3 sebanyak 7 orang dengan presentase 7%, dan berpendidikan terakhir S1 sebanyak 13 orang dengan presentase 14%. Pendidikan

ibu paling rendah pada tingkatan SD sebesar 5,3 %, sedangkan tingkat pendidikan ibu dari responden yang jumlah paling banyak pada tingkat SMA yaitu sebesar 46,3 %.

Frekuensi responden yang bekerja sebagai PNS berjumlah 5 orang dengan prosentase 5 %, responden yang bekerja sebagai wiraswasta berjumlah 25 dengan prosentase 26 %, responden yang bekerja di sektor swasta berjumlah 14 orang dengan prosentase 15 %, responden yang tidak bekerja berjumlah 46 orang dengan prosentase 49 %, dan responden yang bekerja sebagai petani berjumlah 5 orang dengan presentase 5%. Hasil pengumpulan data ini ibu yang tidak bekerja lebih banyak dibandingkan dengan ibu yang bekerja dari berbagai sektor pekerjaan, ibu yang tidak bekerja sebesar 48,4 %.

Responden yang mempunyai anak usia 4 tahun sebanyak 21 anak dengan prosentase 22%, responden yang mempunyai anak usia 5 tahun sebanyak 58 anak dengan prosentase 61%, dan responden yang mempunyai anak usia 6 tahun sebanyak 16 anak dengan prosentase 17%.

Responden yang mempunyai anak berjenis kelamin laki-laki sebanyak 42 orang dengan presentase sebesar 44% dan responden yang mempunyai anak berjenis kelamin perempuan sebanyak 53 orang dengan presentase sebesar 56%.

Responden yang mempunyai anak dengan urutan kelahiran anak pertama sebanyak 46 dengan presentase 48%, responden yang mempunyai anak dengan urutan kelahiran anak kedua sebanyak 36 dengan presentase 38%, responden yang mempunyai anak dengan urutan kelahiran anak ketiga sebanyak 8 dengan presentase 9%, responden yang mempunyai anak dengan urutan kelahiran anak keempat sebanyak 4 dengan presentase 4%, dan responden yang mempunyai anak dengan urutan kelahiran anak kelima sebanyak 1 dengan presentase 1%.

Uji analisis yang dilakukan untuk mengetahui pengaruh perilaku makan ibu terhadap perilaku *picky eater* anak usia prasekolah dilakukan uji bivariat menggunakan uji statistic *chi square*. Hasil uji statistik bivariat menggunakan *Chi – Square Test* didapatkan hasil nilai signifikansi atau p-value sebesar  $0.006 < \alpha 0.05$ . Hal tersebut bisa diambil kesimpulan bahwa variabel perilaku makan ibu (independen) memengaruhi variabel perilaku *picky eater* (dependen) secara signifikan. Hasil uji bivariat menggunakan *chi-square test* ditunjukkan pada tabel 2 di bawah ini :

Tabel 2.

*Hasil uji chi square*

<i>Variabel</i>	<i>p-value</i>	<i>OR</i>	<i>95% (Confident Interval)</i>	
			<i>Lower</i>	<i>Upper</i>
Perilaku Makan Ibu	0.006	12.21	1.383	107.865

## **Pembahasan**

Perilaku makan ibu adalah perilaku individu (ibu) untuk menjaga pola makan dengan mengatur makanan yang masuk kedalam tubuh. Mengatur makanan dan menjaga pola makan yang masuk ke dalam tubuh pada penelitian ini yang diukur adalah pengendalian konsumsi makanan untuk menjaga berat badan atau bentuk tubuh yang baik (Van Strien, T., Frijters, JE, Bergers, GP, & Defares, 1986)

Perilaku makan ibu dalam penelitian ini dikategorikan perilaku makan ibu yang baik dan perilaku makan ibu yang buruk. Ibu mengkonsumsi berbagai variasi makanan, makan makanan yang baru, mengkonsumsi buah-buahan dan sayuran. Perilaku makan ibu yang baik adalah menjaga pola makan dengan makan makanan yang sehat agar terbentuk tubuh yang baik atau ideal. Kebiasaan menjaga bentuk tubuh agar sehat dengan berperilaku makan yang baik (Van Strien, T., Frijters, JE, Bergers, GP, & Defares, 1986). Ibu menghindari makanan yang menjadikan tidak sehat, obesitas atau kegemukan seperti makanan cepat saji, camilan tidak sehat. Makanan yang kelihatan lezat tapi tidak memiliki kandungan gizi yang baik akan dihindari agar bentuk tubuh tetap terjaga. Hasil dari *chi-square* diperoleh ( $p\text{-value} < \alpha$ )  $0,006 < 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa perilaku makan ibu akan mempengaruhi perilaku *picky eater* pada anak usia prasekolah. Penelitian yang dilakukan oleh Maharani et al. (2019) sejalan dengan hasil penelitian ini yang menyebutkan bahwa perilaku makan ibu yang baik sebanyak 93 responden (60 %) didapatkan anak tidak mengalami perilaku *picky eater* sebanyak 90 anak (58,1 %), dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara perilaku makan ibu dengan kejadian *picky eater* anak usia prasekolah dengan  $p\text{ value } 0,000 < \alpha 0,05$ . Penelitian yang dilakukan oleh Ajizah, R. & Aprilawati (2021) juga mendapatkan kesimpulan yang sama bahwa perilaku makan ibu berhubungan dengan kejadian *picky eating* pada anak usia prasekolah di TK AR-Rizki Cileungsi Bogor dengan  $p\text{-value } 0,003 < \alpha 0,05$ . Penelitian lain yang sejalan dengan penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Samsiyah & Setiarini, (2013) menunjukkan adanya hubungan antara perilaku makan ibu dengan perilaku *picky eater pada anak*, ibu yang berperilaku *picky eater* mempunyai peluang 2,244 kali lebih besar dari ibu yang tidak *picky eater* untuk membentuk perilaku *picky eater* pada anak. Fauziah (2022) melakukan penelitian perilaku makan ibu berpengaruh terhadap perilaku *picky eater* anak usia prasekolah dengan menggunakan uji *chi-square* hasil  $p\text{-value } 0,034$ .

Orang tua mempunyai tanggung jawab dan pengaruh terhadap perilaku makan anak baik yang dipilih anak atau yang disediakan oleh orang tua. Dalam perilaku makan anak yang memilih-milih makanan, orang tua menjadi orang terdekat yang menjadi model perilaku makan yang tidak bisa diabaikan (Priyanti, 2013). Ibu memiliki peran penentu kebijakan yang dominan dalam menyiapkan dan menyediakan makanan keseharian keluarga. Pangestuti, F.Y. (2021)(Pangestuti, F.Y., 2021). Tanggung jawab ibu terhadap menu, variasi makanan untuk anak akan berpengaruh terhadap pola perilaku konsumsi anak.

Menurut Wirawan (2017) usia prasekolah adalah masa pembekalan awal yang bermakna karena terjadinya pembentukan pola makan yang positif terhadap anak. Pada usia prasekolah anak mulai berlatih untuk makan sendiri tanpa bantuan orang lain dan mulai membentuk karakter yang kuat bagi dirinya, anak mulai mencontoh perilaku yang terjadi di lingkungan sekitarnya termasuk ibunya, sehingga ibu memberi peran yang utama dalam keteladanan perilaku positif.

Anggraini (2014) menyebutkan bahwa selera makan anak di usia ini mengalami perubahan yang cukup dinamis. Anak akan makan makanan tertentu Ketika mereka menyukainya dan menolak makanan Ketika nafsu makan hilang. Tentunya kebiasaan mengkonsumsi makanan tertentu bisa membuat anak kekurangan gizi akibat makan makanan yang tidak variative, apabila kondisi ini terus berlanjut bisa sampai anak dewasa.

Ibu sebagai orang tua yang bertanggung jawab terkait ketersediaan makan di rumah, ketersediaan makanan bisa berupa menyiapkan makanan sehat dan memberikan contoh bagaimana untuk mengkonsumsi makanan yang sehat. Ibu harus menyukai sayuran, buah dan makanan yang bergizi, karena dengan makan bersama melihat langsung ibu makan makanan sehat maka anak akan meniru perilaku makan dari ibunya (Cathey & Gaylord 2004: Peck 2004 alam Anggraini, 2014).

Anak usia prasekolah mulai diperkenalkan dengan makanan yang bergizi seperti sayur-sayuran dan buah-buahan, makanan sumber hewani karena bisa berpengaruh terhadap kesiapan penerimaan berbagai jenis makanan yang bermanfaat pada masa kanak-kanak, remaja maupun dewasa. Hal tersebut dapat dicontohkan dengan perilaku ibu yang baik sehingga anak dapat mengikuti pola makan dan gaya hidup yang sehat yang diterapkan di keluarga (Hapzah, 2022).

## KESIMPULAN

Kesimpulan yang didapatkan dari penelitian ini adalah ada pengaruh perilaku makan ibu terhadap *picky eater* pada anak usia prasekolah. Hasil analisis bivariat menggunakan *chi-square test* didapatkan hasil nilai signifikansi sebesar  $p\text{-value } 0.006 < \alpha 0.05$ .

Saran yang bisa peneliti bagikan adalah ibu bisa memberikan menu makanan sehat yang variatif dan menarik dalam penyajian sehingga anak akan tertarik untuk makan makanan yang disediakan. Ibu bisa memberikan contoh yang baik pada saat makan dengan mengkonsumsi makanan yang sehat sehingga anak bisa meniru perilaku makan yang baik dari ibunya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ajizah, R. & Apriliawati, A. (2021). *Hubungan Antara Pengetahuan Dan Perilaku Makan Ibu Dengan Kejadian Picky Eating Pada Anak Usia Prasekolah Di Tk Ar-Rizki Cileungsi Bogor*. Universitas Muhammadiyah Jakarta.
- Alarcon, P. A., Lin, L. H., Noche, M., Jr, Hernandez, V. C., Cimafranca, L., Lam, W., & Comer, G. M. (2003). Effect of oral supplementation on catch-up growth in picky eaters. *Clinical Pediatrics*, 42(3), 209–217. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/000992280304200304>
- Almatsier. (2009). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. PT Gramedia Pustaka Utama.
- Anggraini, I. R. (2014). Parents' eating behavior and picky eater case in toddler-aged children. *Jurnal Keperawatan*, 5(2), 154–162. <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/2344>
- Arifah, U., Lestari, D., & Ayusari, A. A. (2016). Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Picky Eater pada Anak Usia 1-3 Tahun di Puskesmas Kratonan Surakarta Association between Exclusive breastfeeding and Picky Eater in Children Aged 1-3 Years Old at Puskesmas Kratonan Surakarta. *Nexus Kedokteran Komunitas*, 5(2), 23–30.
- Bernard-Bonnin, A. C. (2006). Feeding problems of infants and toddlers. *Canadian Family Physician*, 52(10), 1247–1251.
- Cahyani, A. S. D. (2019). Hubungan Riwayat Pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) dengan Persepsi Perilaku Picky Eater pada Anak Usia 12-36 Bulan (Studi di Wilayah Kerja Sidotopo Surabaya). *Amerta Nutrition*, 3(3), 171. <https://doi.org/10.20473/amnt.v3i3.2019.171-175>
- Carruth, B. R., & Skinner, J. D. (2000). Revisiting The Picky Eater Phenomenon: Neophobic Behaviors of Young Children. *Journal of the American College of Nutrition*, 19(6), 771–780. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/07315724.2000.10718077>
- Dahlan, S. (2020). *BUKU STATISTIK UNTUK KEDOKTERAN DAN KESEHATAN*. Epidemiologi Indonesia.
- Dewi, M.R., Gusti, L. . (2013). Prevalensi dan Faktor Resiko Obesitas Anak Sekolah Dasar di Daerah Urban dan Rural. *Jurnal Ilmiah Kedokteran*, 44(4).
- Dubois, L., Farmer, A., Girard, M., Peterson, K., & Tatone-tokuda, F. (2007). International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 10, 1–10. <https://doi.org/10.1186/1479-Received>
- Fauziah, D. (2022). *Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Picky Eater Pada Anak Usia Prasekolah Di Desa Sukarasa Kecamatan Darma Kabupaten Kuningan Tahun 2022*. STIKKU.
- Frizma Yuanita Pangestuti, G. N. P. (2021). Hubungan Status Ibu Bekerja, Pola Asuh Makan, Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian Picky Eater pada Anak Usia Prasekolah. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 1(3). <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/ijphn.v1i3.49163>
- Galloway, A. T., Lee, Y., & Birch, L. L. (2003). Predictors and consequences of food neophobia and pickiness in young girls. *Journal of the American Dietetic Association*, 103(6), 692–698. <https://doi.org/https://doi.org/10.1053/jada.2003.50134>
- Hamsa, A., Arniyanti, A., Kasim, E., & Nurbaiti, N. (2022). Peran Orang Tua Dalam Mendampingi Anak Di Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 96–101. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.713>

- Hapzah. (2022). *Pemenuhan Gizi Bagi Anak Balita*. Syiah Kuala University Press.
- Hidayat. (2012). *Pengantar Ilmu Kesehatan Anak untuk Pendidikan Kebidanan*. Salemba Medika.
- Izzaty, R. . (2005). *Mengenal Permasalahan Perkembangan Anak Usia TK*. Departemen Pendidikan.
- Judarwanto. (2011). *Perilaku Makan Anak Sekolah*. Direktorat Bina Gizi.
- Kurniawati, F., & Widiastuti, A. A. (2022). Peran Orang Tua Dalam Mengenalkan Pendidikan Seks Pada Anak Di Tk Tunas Rimba Kota Salatiga. *PAUDIA : Jurnal Penelitian Dalam Bidang Pendidikan Anak Usia Dini*, 11(2), 548–561. <https://doi.org/10.26877/paudia.v11i2.12277>
- Kusumawardhani, N, Windhu Purnomo, Rachmat Hargono, Siti Nurul Hidayati, MartonoTri Utomo, S. A. (2013). DETERMINAN “PICKY EATER” (PILIH-PILIH MAKANAN) PADA ANAK USIA 1-3 TAHUN (Studi di Wilayah Kerja Puskesmas Jabon Sidoarjo). *Hospital Majapahit*, 5(2). <https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.55316/hm.v5i2.83>
- L, R. (2008). Evaluation of a nutrition education component nested in the NutriSTEP Project. *Canadian Journal of Dietetic Practice and Research : A Publication of Dietitians of Canada = Revue Canadienne de La Pratique et de La Recherche En Dietetique : Une Publication Des Dietetistes Du Canada*, 69(1), 38–42. <https://doi.org/https://doi.org/10.3148/69.1.2008.38>
- Li, Z., van der Horst, K., Edelson-Fries, L. R., Yu, K., You, L., Zhang, Y., Vinyes-Pares, G., Wang, P., Ma, D., Yang, X., Qin, L., & 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. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2016.11.009>
- Maharani, M., Wahyuni, S., & Fitrianti, D. (2019). Tingkat pengetahuan dan sikap ibu terkait makanan tambahan dengan status gizi balita di Kecamatan Woyla Barat. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 4(2), 81. <https://doi.org/10.30867/action.v4i2.78>
- Oliveria, S. A., Ellison, R. C., Moore, L. L., Gillman, M. W., Garrahe, E. J., & Singer, M. R. (1992). Parent-child relationships in nutrient intake: the Framingham Children’s Study. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 56(3), 593–598. <https://doi.org/https://doi.org/10.1093/ajcn/56.3.593>
- Priyanah. (2008). *Gambaran Karakteristik Anak Picky Eater yang Pernah Memeriksa Diri di Klinik Picky Eater Jakarta Tahun 2008*. UI DEPOK.
- Priyanti, S. (2013). Pengaruh perilaku makan orang tua terhadap kejadian picky eater (pilih-pilih makanan pada anak toddler di Desa Karang Jeruk Kecamatan Jatirejo Mojokerto. *Medica Majapahit*, 5(2), 43–55.
- Purnamasari, A. R., & Adriani, M. (2020). *Hubungan Perilaku Picky Eater dengan Tingkat Kecukupan Protein dan Lemak pada Anak Prasekolah*. 15(1), 31–37. <https://doi.org/https://doi.org/10.204736/mgi.v15i1.31-37>
- Samsiyah & Setiarini, A. (2013). *Hubungan perilaku makan ibu dan faktor lainnya dengan perilaku picky eating pada anak usia Pra-Sekolah di sekolah Islam Al-Azhar 10 dan Evfia Land School di Kota serang tahun 2013*. UI.
- Saraswati, D., P., M. (2012). *Gambaran Perilaku Picky Eater dan Faktor yang Melatar Belakanginya Pada Siswa PAUD Kasih Ananda Bekasi Tahun 2012*. UI.
- Soetardjo. (2011). *Gizi Seimbang dalam Daur Kehidupan*. Gramedia Pustaka Utama.
- Strien TV, Frijters JER, Bergers GPA, D., & PB. (1986). The dutch eating behaviour questionnaire (DEBQ) for assessment of restrained, emotional, and external eating behaviour. *Int J Eat Disord*,

- 5(2), 295–315. [https://doi.org/10.1002/1098-108X\(198602\)5:2<295::AIDEAT2260050209>3.0.CO;2-T](https://doi.org/10.1002/1098-108X(198602)5:2<295::AIDEAT2260050209>3.0.CO;2-T)
- Taylor, C. M., Wernimont, S. M., Northstone, K., & Emmett, P. M. (2015). Picky/fussy eating in children: Review of definitions, assessment, prevalence and dietary intakes. *Appetite*, 95(July), 349–359. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2015.07.026>
- Utami, F. (2016). Picky Eater Pada Anak Kota: Studi Kasus Anak Usia 3-4 Tahun. *Sosio Religi: Jurnal Kajian Pendidikan Umum*, 14(2), 79–86. <https://ejournal.upi.edu/index.php/SosioReligi/article/view/5613/3813>
- Van Strien, T., Frijters, JE, Bergers, GP, & Defares, P. (1986). The Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ) for assessment of restrained, emotional, and external eating behavior. *International Journal of Eating Disorders*, 5(2), 295–315. [https://doi.org/10.1002/1098-108X\(198602\)5:2<295::AIDEAT2260050209>3.0.CO;2-T](https://doi.org/10.1002/1098-108X(198602)5:2<295::AIDEAT2260050209>3.0.CO;2-T)
- Wardle, J., Guthrie, C. A., Sanderson, S., & Rapoport, L. (2001). Development of the Children's Eating Behaviour Questionnaire. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, and Allied Disciplines*, 42(7), 963–970. <https://doi.org/10.1111/1469-7610.00792>
- Widyanti, J. D., Khasanah, I., & Kusumaningtyas, N. (2023). Implementasi Pengasuhan Positif Pada Anak Usia 5-6 Tahun Selama Pembelajaran Daring TK IT Ribathul Quran Semarang. *PAUDIA : Jurnal Penelitian Dalam Bidang Pendidikan Anak Usia Dini*, 12(2), 340–350. <https://doi.org/10.26877/paudia.v12i2.17326>
- Wirawan, N. A. (2017). *Hubungan Perilaku Makan Orangtua dengan Perilaku Picky Eater pada Anak Usia Prasekolah (4-6 Tahun)* [Universitas Negeri Makasar]. file:///C:/Users/user/Downloads/2.+ENG\_RS\_43055\_Fitria+Wahyu+A+(8-11)+FIX (1).pdf
- Xue Y, Zhao A, Cai L, Yang B, Szeto IM, Ma D, Zhang Y, W. P. (2015). Growth and Development in Chinese Pre-Schoolers with Picky Eating Behaviour: a Cross-Sectional Study. *PLoS One*, 10(4). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0123664>
- Yulis, Z. E. & Hamid, M. A. (2016). Analisis Pilih Pilih Makan pada Anak Usia 1 Sampai 3 Tahun di Desa Suci Kabupaten Jember. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 82–89. [https://doi.org/10.32528/PENGABDIAN\\_IPTEK.V2I2.987](https://doi.org/10.32528/PENGABDIAN_IPTEK.V2I2.987)