



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

HEALTH SCIENCES JOURNAL

<http://studentjournal.umpo.ac.id/index.php/HSJ>

**HUBUNGAN PICKY EATER DENGAN STATUS GIZI PADA ANAK USIA
PRESCHOOL DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS NGANTANG**

Apriyani Puji Hastuti*, Tria Agustin Nova Berliana, Juliati Koesrini, Ardholes Wahyu Kurniawan

Fakultas Ilmu Kesehatan, Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr Soepraoen Malang

E-mail Korespondensi: ns.apriyani@gmail.com

Sejarah Artikel

Diterima : Februari 2025 Disetujui : Maret 2025 Dipublikasikan: April 2025

Abstract

Picky eater is a common problem in children, where children have difficulty or are very selective in terms of food so that this results in inadequate food intake. Difficulty eating in early childhood is at high risk of malnutrition as they get older. The purpose of this study was to determine the relationship between picky eaters and nutritional status in preschool children.

This study design uses analytical with a cross-sectional approach. The population in this study were mothers who have preschool children who participate in integrated health service posts (posyandu) activities in the Ngantang Health Center Area, Malang Regency. The research instrument used the Child Eating Behavior Questionnaire (CEBQ) questionnaire and nutritional status with measurements of BB/U, PB/U and BB/TB. Data analysis used the contingency coefficient. The results of this study showed that 75% of children experienced picky eaters and the nutritional status of children with BB/U indicators was mostly normal 71.2%, the TB/U indicator showed that most were very short 37%, while the BB/TB nutritional status was mostly 91% good nutrition. In addition, there is a relationship between picky eaters and nutritional status (H/W) (p -value = 0.008) and there is no relationship between picky eaters and nutritional status (H/W) and H/W. Parents are expected to be able to apply the right diet to pre-school children so that they can improve the nutritional status of early childhood which is very important for the growth and development of children.

Keywords: *Picky eater, Nutritional status, pre- school*

Abstrak

Picky eater merupakan masalah yang sering terjadi pada anak, dimana anak sulit atau sangat memilih dalam hal makanan sehingga hal ini berdampak asupan makanan yang dikonsumsi tidak adekuat. Kesulitan makan pada anak usia dini beresiko tinggi menjadi malnutrisi seiring dengan penambahan usia. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan picky eater dengan status gizi pada anak usia pre- school.

Desain penelitian ini menggunakan analitik dengan pendekatan cross-sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak pre- school yang mengikuti kegiatan posyandu yang berada di Wilayah Puskesmas Ngantang Kabupaten Malang. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner Child Eating Behavior Questionnaire (CEBQ) dan status gizi dengan pengukuran BB/U, PB/U dan BB/TB. Analisa data menggunakan coefficient contingency

Hasil penelitian ini didapatkan bahwa 75% anak mengalami picky eater dan status gizi anak dengan indikator BB/U sebagian besar normal 71.2%, indikator TB/U menunjukan sebagian besar sangat pendek 37%, sedangkan status gizi BB/TB sebagian besar 91% merupakan gizi baik. Selain itu ada hubungan picky eater dengan status gizi (TB/U) (p -value= 0.008) dan tidak ada hubungan picky eater dengan status gizi BB/U dan BB/TB. Orang tua diharapkan mampu menerapkan pola makan yang tepat pada anak usia pre- school sehingga dapat memperbaiki status gizi pada anak usia dini yang sangat penting diperlukan bagi masa pertumbuhan dan perkembangan anak

Kata Kunci: picky eater, status gizi, pre-school

How to Cite: Hastuti, Apriyani Puji (2024). Hubungan Picky Eater Dengan Status Gizi Anak Usia Pre-School. Penerbitan Artikel Ilmiah Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Ponorogo, Vol. 9 (No.1)

PENDAHULUAN

Picky eater merupakan perilaku sulit atau tidak menerima makanan (Yen et al., 2019). *Picky eater* merupakan kondisi dimana anak sangat memilih dalam hal makanan tidak mengonsumsi asupan makanan dalam jumlah yang adekuat dengan menolak untuk mengonsumsi makanan tertentu. Kesulitan makan pada anak berisiko tinggi menjadi malnutrisi seiring dengan bertambahnya usia. Perilaku ini bisa jadi tidak menguntungkan untuk pertumbuhan anak sehingga memberi efek buruk bagi kesehatan seperti defisiensi nutrisi dan gangguan pertumbuhan yang mempengaruhi status gizi anak. Status gizi merupakan salah satu dampak terjadinya *picky eater* dikarenakan variasi makanan pada anak menjadi terbatas, terutama pada makanan kaya mikronutrien, seperti buah-buahan, sayuran, dan daging yang sering berefek pada kurangnya kadar zinc dan zat besi (Pramesty et al., 2021).

Faktor yang mempengaruhi status gizi pada anak usia pra sekolah yaitu faktor langsung dan faktor tidak langsung. Faktor langsung diantaranya termasuk riwayat sakit satu bulan terakhir, riwayat lahir atau berat badan lahir, dan jenis makanan yang dikonsumsi secara dengan mutu maupun kuantitas yang baik. Konsumsi makanan berpengaruh terhadap status gizi anak. Status gizi kurang terjadi bila tubuh mengalami kekurangan satu atau lebih zat gizi esensial.

Sedangkan faktor tidak langsung diantaranya termasuk aktivitas fisik, sosial ekonomi, tingkat pengetahuan ibu dan pola asuh yang kurang memadai (Subecca et al., 2024).

Menurut *World Population Review* (2024) di Indonesia prevalensi terjadinya malnutrisi sekitar 5,9% atau 16,20 juta jiwa menduduki 10 besar negara dengan balita terbanyak yang terkena gizi buruk. Menurut Badan Pusat Statistik Indonesia (BPSI, 2018) di daerah Jawa Timur terdapat anak usia preschool yang mengalami gizi buruk sebanyak 13,40 ribu jiwa, sedangkan di kabupaten Malang sendiri terdapat 2,3% atau 912 balita mengalami gizi buruk. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada anak usia pra sekolah di Dusun Simo didapatkan hasil 12 dari 60 anak (20.5%) mengalami gizi buruk, data didapatkan dari posyandu, sebagian besar anak tersebut mengalami *picky eater*.

Permasalahan perilaku makan seringkali dijumpai pada anak usia 1 tahun keatas. Karakteristik balita yang sudah mulai ingin ikut andil dalam menentukan pilihan, mendorong hal tersebut terjadi pada anak usia balita. Semakin bertambahnya usia, semakin bertambah pula keinginannya dalam mengambil keputusan. Oleh karena itu, permasalahan perilaku makan masih sering dijumpai pada anak usia preschool. Permasalahan

perilaku makan pada anak akan berdampak pada asupan gizi yang dikonsumsi. Hal ini menjadi salah satu faktor risiko yang menyebabkan terjadinya permasalahan gizi (Ramadhani & Muniroh, 2023).

Pada anak usia preschool diperlukan kondisi dan stimulasi yang sesuai dengan kondisi anak. Stimulasi yang dapat dilakukan orang tua untuk mendukung tumbuh kembang anak antara lain dengan memerhatikan nutrisi dan gizi yang cukup dalam makanan anak. Seperti menyediakan makanan yang menarik agar anak memiliki rasa penasaran dan ingin mencoba makanan baru. Pola makan yang sesuai dengan kebutuhan anak harus diperhatikan agar asupan makanan yang diberikan memiliki manfaat yang optimal bagi tumbuh kembang anak. Sikap orang tua yang hangat, ramah juga menciptakan suasana yang nyaman, tenang, mengungkapkan kasih sayang dengan senyuman dan pelukan, dapat menimbulkan nafsu makan anak (Mayar dan Astuti, 2021).

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini menggunakan analitik dengan pendekatan cross-sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu dari anak *pre-school* di Posyandu Simo dan Posyandu Salam Wilayah Kerja Puskesmas Ngantang sejumlah 60 anak. Teknik sampling dalam penelitian ini adalah simple random sampling. Sampel dalam

penelitian ini yang diukur dengan menggunakan rumus Slovin anak preschool sejumlah 52 ibu anak preschool. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner *Child Eating Behavior Questionnaire* (CEBQ) dengan parameter responsive terhadap makanan, makan berlebih secara emosional, kenikmatan saat makan, keinginan untuk minum, respon kenyang, lambatnya makan, kurangnya makan secara emosional dengan skor jawaban tidak pernah (1), jarang (2), kadang-kadang (3), sering (4), selalu (5) dengan hasil penyuka makanan (skor= 106-175) dan penghindar makanan (skor= 35- 105). Variabel dependen dalam penelitian ini status gizi dengan indikator BB/U, TB/ U dan BB/ TB. Interpretasi BB/U berat badan sangat kurang (*severely underweight*) <-3 SD, berat badan kurang (*underweight*) <-3 SD sampai dengan <-2 SD, berat badan normal -2 SD sampai dengan $+1$ SD, resiko berat badan lebih $>+1$ SD. Interpretasi TB/U sangat pendek (*severely stunted*) <-3 SD, pendek (*stunted*) -3 SD sampai dengan <-2 SD, normal -2 SD sampai dengan $+3$ SD dan tinggi $>+3$ SD.

Interpretasi BB/TB gizi buruk (*severely stunted*) <-3 SD, gizi kurang (*wasted*) -3 SD sampai dengan <-2 SD, gizi baik (normal) -2 SD sampai dengan $+1$ SD, beresiko gizi lebih (*possible risk of overweight*) $>+1$ SD sampai dengan $+2$ SD, gizi lebih

(*overweight*) $>+2$ SD sampai dengan $+3$ SD, obesitas $>+3$ SD.

Selanjutnya data dianalisis menggunakan Spearman Rank dengan aplikasi SPSS 30 for mac untuk mengetahui adanya hubungan *picky eater* dengan status gizi. Penelitian ini telah mendapatkan uji kelayakan Etik dari Komisi Etik Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr Soepraoen Malang dengan nomor 015/028/II/EC/KEPK/2024.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Puskesmas Ngantang terletak di Kecamatan Ngantang Kabupaten Malang. Kecamatan Ngantang merupakan satu dari 33 Kecamatan di wilayah Kabupaten Malang dengan ketinggian antara 500-700 M di atas permukaan laut dan berada di sebelah barat Kabupaten Malang. Penelitian yang dilaksanakan bulan November- Desember 2024. Hasil penelitian didapatkan karakteristik responden sebagai berikut:

Tabel 1 Karakteristik Responden

No	Indikator	Frekuensi (orang)	Persentase (%)
1	Jenis Kelamin		
	Laki- laki	21	40.4
	Perempuan	31	59.6
2	Usia		
	3 tahun	28	53.8
	4 tahun	20	38.5
	5 tahun	4	7.7
3	Anak Ke-		
	Pertama	25	48.1
	Kedua	24	46.2
	Ketiga	3	5.8
4	Riwayat Persalinan		
	Normal	42	80.8

No	Indikator	Frekuensi (orang)	Persentase (%)
	Section Secarea	10	19.2
5	Keaktifan Posyandu		
	Aktif	52	100
	Tidak Aktif	0	0

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan bahwa dari 52 responden terdapat 21 anak (40.4%) berjenis kelamin laki-laki, sedangkan 31 anak (59.6%) berjenis kelamin perempuan. Anak terbanyak berada pada usia 3 tahun sebanyak 28 anak (53.8%) dan terendah yaitu 4 anak (7.7%) berusia 4 tahun. sebagian besar anak (48.1%) merupakan anak pertama yaitu 25 anak, sedangkan yang terendah yaitu (5.8%) yaitu anak ketiga yang berjumlah 3 anak. 42 anak(80.8%) dengan riwayat persalinan normal sedangkan 10 anak lainnya (19.2%) secara SC. 52 responden (100%) aktif mengikuti posyandu setiap bulan.

Tabel 2 Riwayat Anak

No	Indikator	Mean	SD
1	Berat badan lahir	3.050	0.3978
2	Panjang badan lahir	48.208	6.4022

Rata-rata mean pada bayi baru lahir (BBL) yaitu 3.050 sedangkan pada panjang badan lahir (PBL) yaitu 48.208.

Tabel 3 Status Gizi

No	Indikator	Frekuensi (orang)	Persentase (%)
1	Picky Eater		
	Penghindar makanan	39	75
	Penyuka makanan	13	25
2	BB/U		
	BB sangat kurang	1	1.9
	BB kurang	13	25
	BB kurang	37	71.2
	BB normal	1	1.9
	Resiko BB lebih		
3	TB/U		
	Sangat pendek	19	37
	Pendek	16	31
	Normal	16	31
	Tinggi	1	1
4	BB/TB		
	Gizi kurang	2	4
	Gizi baik	47	91
	Beresiko gizi lebih	2	4
	Gizi lebih	1	1

Berdasarkan tabel diatas, dari 52 responden sebagian besar anak 75% merupakan *picky eater* atau penghindar makanan, dan 25% lainnya merupakan *non-picky eater* atau penyuka makanan. Status gizi 71.2% merupakan BB normal, 25% merupakan BB kurang, sedangkan 2 lainnya merupakan BB sangat kurang dan Resiko BB lebih.

Tabel 4 Analisis Hubungan Picky Eater dengan Status Gizi

No	Indikator	p- value
1	Hubungan picky eater dengan status gizi (BB/U)	0.338
2	Hubungan picky eater dengan status gizi (TB/U)	0.008
3	Hubungan picky eater dengan status gizi (BB/TB)	0.222

Dari tabel diatas didapatkan bahwa tidak ada hubungan *picky eater* dengan status gizi (BB/U) dengan p- value= 0.338 (> 0.05), tidak ada hubungan picky eater dengan status gizi (TB/U) dengan p-value= 0.222 (>0.05), ada hubungan picky eater dengan status gizi (BB/TB) dengan p-value= 0.008 (<0.05).

Perilaku picky eater adalah perilaku yang cenderung menolak makanan baru atau tidak familiar serta memiliki prefensi makan yang menyebabkan asupan makan kurang bervariasi. Ketidacukupan variasi dan jumlah asupan makan jika dibiarkan dapat mengganggu pertumbuhan anak.

Seorang anak dapat diidentifikasi sebagai picky eater apabila menunjukkan karakteristik yang khas. Perilaku picky eater seperti mengonsumsi variasi makan terbatas, jumlah asupan terbatas, makan lama, menolak mencoba makanan baru, menunjukkan prefensi makanan yang kuat baik makanan kesukaan ataupun tidak, dan menunjukkan sedikit ketertarikan terhadap makanan. Karakteristik tersebut mirip dengan subjek pada penelitian ini yang memiliki kategori menolak mencoba makanan baru, mempunyai prefensi kuat terhadap makanan, dan makan lebih dari 30 menit.

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh bahwa anak usia preschool di Wilayah kerja Puskesmas yang memiliki

non perilaku picky eater yaitu sebanyak 13 anak (25%), sedangkan 39 anak (75%) termasuk memiliki perilaku picky eater. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nisa dkk (2021) yang menyatakan bahwa anak pcky eater cenderung memiliki perilaku picky eater sebanyak 25 anak (80,6%), dibandingkan dengan non picky eater sebanyak 6 anak (19,3%).

Hasil penelitian dapat diasumsikan bahwa penyebab status gizi kurang disebabkan oleh pola makan yang tidak baik, hal ini dapat dilihat dari anak yang jarang menghabiskan porsi makannya, tidak pernah mengonsumsi sayuran, anak tidak mau mencoba makanan baru dan anak memakan makanan yang disukai saja.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nisa dkk (2021) di Kelurahan Pancoran Mas Kota Depok dari uji chi-square didapatkan $p = 0,855 > 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara perilaku picky eater terhadap status gizi pada anak usia prasekolah di wilayah RW 04 Kelurahan Pancoran Mas Kota Depok. Berdasarkan hasil dari penelitian ini, anak yang ditemukan dengan picky eater sebagian besar.

Penelitian ini berbanding terbalik dengan penelitian yang dilakukan oleh Intan dan Sri (2018) Analisa data menggunakan Analisa univariat dan bivariat menggunakan uji chi-square dengan nilai $p = 0,000 < 0,05$,

yang berarti ada hubungan perilaku picky eater dengan status gizi pada anak usia prasekolah.

Status gizi yang tidak normal, tidak hanya dipengaruhi oleh asupan makan atau perilaku makan anak semata, tetapi diduga juga dipengaruhi oleh faktor lain seperti aktivitas fisik, pendapatan, pengetahuan orang tua, penyakit infeksi, hygiene sanitasi makanan dimana pada penelitian ini tidak diteliti.

KESIMPULAN DAN SARAN

Anak usia preschool yang memiliki picky eater sebanyak 75%. Dari penelitian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan picky eater dengan status gizi(TB/U), dan tidak ada hubungan picky eater dengan status gizi (BB/TB) dan (BB/U) sehingga dari penelitian ini dapat sebagai bahan masukan untuk dapat mengelola pola makan pada anak dengan usia dini dengan baik sehingga dapat memperbaiki status gizi pada anak usia dini.

DAFTAR PUSTAKA

- Cerdasari, C., Hadisuyitno, J., Sutjiati, E., & Adelina, R. (2022). Picky Eater, Asupan Makan, Dan Status Gizi Pada Anak Prasekolah. *Medika Respati : Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 17(2), 75–82.
<https://medika.respati.ac.id/index.php/Medika/article/view/645%0Ahttps://medika.respati.ac.id/index.php/Medika/article/view/645>
Faidah, N., & Marchelina, T. (2022).

- Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Yang Dirawat Di Rumah Sakit Mardi Rahayu Kudus. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 11(3), 218.
<https://doi.org/10.31596/jcu.v11i3.1207>
- Kontrasepsi, A., Terhadap, S., & Menstruasi, S. (2019). *Avesina* Vol.13 No.1/Juni 2019 <http://e-journal.unizar.ac.id>. 13(1).
- Perilaku Picky Eater Dengan Status Gizi Pada Anak Usia Pra Sekolah Di Taman Kanak-Kanak, H., Nadhirah, F., Taufiq, S., Studi Ilmu Kesehatan, P., Darussalam Lhokseumawe, S., Studi Keperawatan Aceh Utara, P., & Kemenkes Aceh, P. (2021). HUBUNGAN PERILAKU PICKY EATER DENGAN STATUS GIZI PADA ANAK USIA PRA SEKOLAH DI TAMAN KANAK-KANAK. In *Darussalam Indonesian Journal of Nursing and Midwifery* (Vol. 1, Issue 1). <http://jurnal.sdl.ac.id/index.php/dij/>
- Pramesty, R. A., Yunitasari, E., & Puspitasari, D. (2021). RELATIONSHIP BETWEEN PICKY EATING AND NUTRITIONAL STATUS IN PRESCHOOL CHILDREN. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 4(3), 201–209.
<https://doi.org/10.20473/imhsj.v4i3.2020.201-209>
- Putri, M. K., Isfanda, Evand, H., Supandi, A., & Utami, F. M. (2022). Evaluasi Status Gizi Pada Anak Usia Sekolah Dasar Di Kota Sigli. *Prosiding Seminar Nasional Biotik2022*, 10(2), 180–182.
<https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/PBiotik/index>
- Ramadhani, T. A., & Muniroh, L. (2023). Hubungan Perilaku Makan dan Status Gizi Anak Usia Prasekolah. *Media Gizi Kesmas*, 12(2), 753–757.
<https://doi.org/10.20473/mgk.v12i2.2023.753-757>
- Saleh, H., Faisal, M., & Musa, R. I. (2019). Klasifikasi Status Gizi Balita Menggunakan Metode K-Nearest Neighbor. *Simtek : Jurnal Sistem Informasi Dan Teknik Komputer*, 4(2), 120–126.
<https://doi.org/10.51876/simtek.v4i2.60>
- Sianturi, R. (2014). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kekambuhan TB Paru (Studi Kasus di BKPM Semarang Tahun 2013). *Unnes Journal of Public Health*, 3(1), 1–10.
- Slamet, R., & Wahyuningsih, S. (2022). Validitas Dan Reliabilitas Terhadap Instrumen Kepuasan Ker. Aliansi : *Jurnal Manajemen Dan Bisnis*, 17(2), 51–58.
<https://doi.org/10.46975/aliansi.v17i2.428>
- Sukma Senjaya, Aat Sriati, Indra Maulana, & Kurniawan, K. (2022). Dukungan Keluarga Pada Odha Yang Sudah Open Status Di Kabupaten Garut. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(3), 1003–1010.
<https://doi.org/10.53625/jcijurnalcakrawalailmiah.v2i3.4037>
- Yuniars Renowening, & Mohammad Zainul Ma'arif. (2023). Peningkatan Pengetahuan Tentang Mpasi Dan Picky Eater Pada Ibu Bayi Dan Balita Di Desa Madegondo. *J-ABDI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(9), 6361–6366.
<https://doi.org/10.53625/jabdi.v2i9.4866>