



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/woph/article/view/woph4308>

HUBUNGAN PERILAKU MAKAN ORANG TUA DENGAN PERILAKU *PICKY EATING* PADA BALITA DI POSYANDU

<sup>K</sup>Iradhah Azzahrah<sup>1</sup>, Andi Nurlinda<sup>2</sup>, Rezky Aulia Yusuf<sup>3</sup>, Sumiaty<sup>4</sup>, A.M. Multazam<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Peminatan Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

<sup>5</sup>Peminatan Epidemiologi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

Email Penulis Korespondensi (<sup>K</sup>): [iradhah.azzhrh@gmail.com](mailto:iradhah.azzhrh@gmail.com)

[iradhah.azzhrh@gmail.com](mailto:iradhah.azzhrh@gmail.com)<sup>1</sup>, [andinurlinda1210@gmail.com](mailto:andinurlinda1210@gmail.com)<sup>2</sup>, [rezkyauliyusuf@umi.ac.id](mailto:rezkyauliyusuf@umi.ac.id)<sup>3</sup>,

[sumiatysudirman@gmail.com](mailto:sumiatysudirman@gmail.com)<sup>4</sup>, [multazam.mustari@yahoo.com](mailto:multazam.mustari@yahoo.com)<sup>5</sup>

ABSTRAK

Masalah gizi anak merupakan masalah yang sering terjadi di masyarakat dan memerlukan penanganan segera. *Picky eating* didefinisikan sebagai perilaku anak yang mengkonsumsi makanan dengan variasi makanan yang tidak cukup dan menolak sejumlah makanan tertentu, baik makanan baru maupun makanan yang telah dikenal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan perilaku makan orang tua dengan perilaku *picky eating* (pilih-pilih makanan) pada balita usia 24-59 bulan di Posyandu Desa Murante Kabupaten Luwu. Penelitian ini adalah penelitian *cross – sectional study*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh balita di Posyandu Desa Murante berjumlah 114 balita. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 78 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *total sampling*. Analisis data menggunakan univariat dan bivariat dengan uji *Chi-Square* menggunakan SPSS. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara perilaku makan orang tua ( $p = 0.521$   $\alpha > 0.05$ ) dengan perilaku *picky eating*. Kesimpulan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara perilaku makan orang tua dengan perilaku *picky eating*. Penelitian ini menyarankan agar orang tua memberikan contoh perilaku makan yang baik kepada anak, meluangkan waktu makan bersama, menghindari perilaku memaksa dan meningkatkan variasi makanan anak.

Kata kunci : *picky eating*, perilaku makan, balita

PUBLISHED BY :

Pusat Kajian dan Pengelola Jurnal  
Fakultas Kesehatan Masyarakat UMI

Address :

Jl. Urip Sumoharjo Km. 5 (Kampus II UMI)  
Makassar, Sulawesi Selatan.

Email :

[jurnal.woph@umi.ac.id](mailto:jurnal.woph@umi.ac.id)

Article history :

Received : 23 September 2022

Received in revised form : 5 Oktober 2022

Accepted : 19 Mei 2023

Available online : 30 Juni 2023

licensed by [Creative Commons Attribution-ShareAlike4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



---

**ABSTRACT**

Child nutrition problems are problems that often occur in society and require immediate treatment. Picky eating is defined as the behavior of children who consume foods with an insufficient variety of foods and refuse certain foods, both new and familiar foods. This study aims to determine the relationship between parents' eating behavior and picky eating behavior in toddlers aged 24-59 months at Posyandu, Murante Village, Luwu Regency. This research is a cross-sectional study. The population in this study were all toddlers in the Posyandu of Murante Village, totaling 114 toddlers. The sample in this study amounted to 78 people. The sampling technique in this study is total sampling. Data analysis used univariate and bivariate with the Chi-Square test using SPSS. The results of this study indicate that there is no relationship between parental eating behavior ( $p = 0.521$   $\alpha > 0.05$ ) and picky eating behavior. In conclusion, there is no significant relationship between parental eating behavior and picky eating behavior. This study suggests that parents provide examples of good eating behavior to their children, spend time eating together, avoid pushy behavior and increase the variety of children's food.

*Keywords: picky eating, eating behavior, toddlers*

---

**PENDAHULUAN**

Masa balita merupakan masa kritis dalam menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas. Periode ini disebut masa keemasan (*golden age*) dimana sel-sel otak mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang optimal.<sup>1</sup> Pada anak yang berusia 2-3 tahun, konsep otonomi, konsep-diri, kompetensi sosial, dan proses pengaturan diri mulai nampak. Pada tahap ini pula lah masalah pola makan pada anak sering terjadi, yang disebut sebagai *picky eating*.<sup>2</sup>

*Picky eating* atau pilih-pilih makan adalah salah satu gangguan makan pada anak yang harus di perhatikan oleh keluarga ataupun oleh tenaga kesehatan, dikarenakan *picky eating* memiliki efek yang merugikan bagi anak.<sup>3</sup> *Picky eating* termasuk kedalam spektrum kesulitan makan (*feeding difficulties*) dimana anak menolak untuk mencoba makanan baru, atau hanya mau makan makanan tertentu.<sup>4</sup>

Memilih-milih makanan (*picky eater*) merupakan masalah pada anak yang perlu diperhatikan baik oleh orang tua maupun praktisi kesehatan, karena *picky eater* pada anak memiliki efek yang merugikan, baik bagi pengasuh ataupun anak itu sendiri.<sup>5</sup> Kesulitan makan pada anak berisiko tinggi menjadi malnutrisi seiring dengan bertambahnya usia. Hal ini dapat diidentifikasi dan ditindaklanjuti secara dini melalui pengukuran status gizi pada anak dengan kesulitan makan agar terhindar dari salah satu komplikasinya yaitu malnutrisi.<sup>6</sup> Pada anak yang mempunyai perilaku *picky eating* cenderung memiliki berat badan yang kurang dikarenakan konsumsi makanan yang tidak bervariasi sehingga asupan cenderung inadekuat.<sup>7</sup> Sementara anak yang pilih-pilih makanan mengkonsumsi lebih sedikit sayuran dibandingkan dengan pemakan yang tidak pilih-pilih makanan.<sup>8</sup> Apabila pola konsumsi ini berlangsung lama, maka status gizi anak akan semakin terganggu, menyebabkan pertumbuhan dan perkembangan yang tidak optimal, menurunkan imunitas dan dapat meningkatkan morbiditas.<sup>9</sup>

Di Indonesia yang terjadi *picky eating* pada anak sekitar 20%, dari anak *picky eating* sekitar 44,5% yang mengalami malnutrisi ringan sampai sedang, dan sekitar 79,2% telah mengalami *picky eating* lebih dari 3 bulan.<sup>10</sup> Sensus yang dilakukan *World Health Organization (2020)* menyebut bahwa, secara global, 149,2 juta anak di bawah usia 5 tahun mengalami stunting, 45,4 juta kurus, dan 38,9 juta kelebihan berat badan.<sup>11</sup> Angka kejadian masalah *picky eating* di beberapa negara sangat bervariasi. Di India Sekitar 58,9% dari anak-anak ditemukan menjadi pemilih makanan. Prevalensinya meningkat seiring bertambahnya usia

dan semakin tinggi pada usia 6 tahun.<sup>12</sup>

Prevalensi *picky eating* di Indonesia yaitu sebanyak 45,5% (2010), meningkat 77% pada tahun 2012 dan 35,4% pada tahun 2016.<sup>13</sup> Penelitian dilakukan di Kabupaten Mojokerto tahun 2018 pada anak usia 3-6 tahun terdapat 64.7% mengalami *picky eating*.<sup>14</sup> Studi lain yang dilakukan di Serang Banten pada balita terdapat 59% mengalami *picky eating*.<sup>15</sup> Berdasarkan laporan Riskesdas tahun 2018, Prevalensi Gizi buruk pada balita di Indonesia pada tahun 2018 sebesar 3.9%, sedangkan gizi kurang sebesar 13.8%. Berdasarkan Laporan riskedas Sulawesi Selatan tahun 2018, Prevalensi gizi buruk di Sulawesi Selatan sebesar 4.57%, Gizi kurang sebesar 18.36%, Gizi lebih sebesar 2.88%. Sedangkan di Kabupaten Luwu prevalensi gizi buruk sebesar 7.85%, gizi kurang sebesar 12.68%, gizi lebih sebesar 1.89%.<sup>16</sup>

Berdasarkan data awal yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Luwu, jumlah balita di Kabupaten Luwu pada bulan Oktober tahun 2021 yaitu 29.256. Sedangkan di Kecamatan Suli sebanyak 1.911 balita. Data yang diperoleh pada bulan Desember tahun 2021, di Kecamatan Suli prevalensi balita gizi kurang sebesar 2,5%, gizi buruk sebesar 0,21%, dan gizi lebih sebesar 14,6%.<sup>17</sup>

Berdasarkan berbagai pemaparan kasus yang telah dijelaskan diatas, untuk itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai faktor yang berhubungan dengan perilaku *picky eating* (pilih-pilih makanan) pada balita usia 24-59 bulan di Posyandu Desa Murante Kabupaten Luwu Tahun 2022.

## METODE

Penelitian ini adalah penelitian *cross – sectional study*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh balita di Posyandu Desa Murante Kabupaten Luwu yang berjumlah 114 balita. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 78 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *total sampling*. Cara pengambilan data menggunakan kuesioner melalui teknik wawancara. Analisis data menggunakan univariat dan bivariate dengan uji *Chi-Square* menggunakan SPSS.

## HASIL

**Tabel 1.** Karakteristik ibu dan anak

Variabel	Frekuensi (n=78)	Persentase (%)
<b>Umur (Tahun)</b>		
15-25	7	9,0
26-30	35	44,9
31-40	27	34,6
41-50	9	11,5
<b>Pendidikan</b>		
SMP	7	9.0
SMA	39	50.0
D3	2	2.6
S1	30	38.5
<b>Pekerjaan</b>		
Ibu Rumah Tangga	33	42.3
Guru	14	17.9
Wiraswasta	20	25.6
Bidan	1	1.3
Perawat	5	6.4
Lain-lain	5	6.4

<b>Umur (Bulan)</b>		
24	28	35.9
36	21	26.9
48	23	29.5
60	6	7.7
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	40	51.3
Perempuan	38	48.7
<b>Berat Badan</b>		
Normal	2	2.6
Berat badan lebih	16	20.5
Berat badan kurang	60	76.9
<b>Tinggi badan</b>		
Tinggi	22	28.2
Pendek	56	71.8
<b>Picky eating</b>		
<i>Picky eating</i>	66	84.6
<i>Non picky eating</i>	12	15.4
<b>Perilaku makan orang tua</b>		
Baik	50	64.1
Kurang Baik	28	35.9

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa umur yang terbanyak adalah kelompok umur 26-30 tahun yang sebanyak 35 orang (44,9%). Pekerjaan responden yang terbanyak adalah Ibu Rumah Tangga sebanyak 33 orang (42,3%). Umur anak responden yang terbanyak adalah 24 bulan sebanyak 28 orang (35,9%). Pendidikan responden yang terbanyak adalah SMA sebanyak 26 orang (50,0%). Pekerjaan responden yang terbanyak adalah Ibu Rumah Tangga sebanyak 33 orang (42,3%). Umur anak responden yang terbanyak adalah 24 bulan sebanyak 28 orang (35,9%). Jenis kelamin responden yang terbanyak adalah laki-laki sebanyak 40 orang (51,3%). Berat badan responden yang terbanyak adalah kurus sebanyak 60 orang (76,9%). Tinggi badan responden yang terbanyak adalah pendek sebanyak 56 orang (71,8%). Anak yang memiliki perilaku *picky eating* sebanyak 66 orang (84,6%). Anak yang memiliki perilaku makan orang tua yang baik sebanyak 50 orang (64,1%).

**Tabel 2.** Hubungan perilaku makan orang tua dengan perilaku *picky eating*

Variabel	Perilaku <i>picky eating</i>				Total		$\rho$ value
	<i>Picky eating</i>		<i>Non picky eating</i>				
	n	%	n	%	n	%	
<b>Perilaku makan orang tua</b>							
Baik	41	82.0	9	18.0	50	100	0.521
Kurang Baik	25	89.3	3	10.7	28	100	
Total	66	84.6	12	15.4	78	100	

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa perilaku makan orang tua dalam kategori baik dengan anak *picky eating* sebanyak 41 orang (82.0%), dan perilaku makan orang tua dalam kategori kurang baik dengan anak *picky eating* sebanyak 25 orang (89.3%). Hasil uji statistik *chi-square* diperoleh  $\rho$  value = 0.521 > 0,05 maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak, artinya bahwa tidak ada hubungan antara perilaku makan orang tua dengan perilaku *picky eating* pada balita usia 24-59 bulan di Posyandu Desa Murante Kabupaten Luwu.

## PEMBAHASAN

Fenomena sulit makan pada anak sering menjadi masalah bagi orangtua, faktor kesulitan makan pada anak inilah yang sering di alami oleh sekitar 25% pada usia anak.<sup>18</sup> Orang tua terutama ibu memiliki peran penting dalam menyiapkan dan menyediakan makanan kepada anaknya.<sup>19</sup>

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Maharani (2019) menyebutkan bahwa perilaku makan orang tua baik sebanyak 93 responden (60%). Anak yang tidak mengalami *picky eater* sebanyak 90 responden (58,1%). Ada hubungan yang signifikan antara perilaku makan orang tua dengan kejadian *picky eater* pada anak prasekolah (3-5 tahun) di TK Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Leyangan Kabupaten Semarang dengan  $\rho$  value  $0,000 < \alpha$  (0,05).<sup>20</sup>

Tidak adanya hubungan antara perilaku makan orang tua dengan *picky eating* pada anak usia 24-59 bulan di Posyandu Desa Murante Kabupaten Luwu dimungkinkan karena perilaku makan orang tua sebagian besar dalam kategori baik, sebagian besar responden mengonsumsi makanan pokok 3x sehari, sering mengonsumsi sayur dan buah serta mengonsumsi makanan yang bervariasi. Sehingga dapat disimpulkan perilaku makan orang tua tidak berhubungan dengan perilaku *picky eating* pada balita.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Suli mengenai hubungan perilaku makan orang tua dengan perilaku *picky eating* (pilih-pilih makanan) pada balita usia 24-59 bulan di Posyandu Desa Murante Kabupaten Luwu dapat disimpulkan bahwa :

Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara perilaku makan orang tua dengan perilaku *picky eating*. Penelitian ini menyarankan agar orang tua memberikan contoh perilaku makan yang baik kepada anak, meluangkan waktu makan bersama, menghindari perilaku memaksa dan meningkatkan variasi makanan anak.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Petralina B. Pola Konsumsi Berhubungan Dengan Status Gizi Balita. J Kebidanan [Internet]. 2020;6(2):272–6. Available from: <https://repository.binawan.ac.id/821/>
2. Viljakainen HT, Figueiredo RAO, Rounge TB, Weiderpass E. Picky eating – A risk factor for underweight in Finnish preadolescents. Appetite [Internet]. 2019;133(August 2018):107–14. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.appet.2018.10.025>
3. Farwati L, Amar MI. Hubungan Pengasuhan, Asi Eksklusif, Dan Pengetahuan Ibu Dengan Picky Eating Anak Pra-Sekolah. J Heal Dev [Internet]. 2020;2(3):145–53. Available from: <https://ijhd.upnvj.ac.id/index.php/ijhd/article/view/68>
4. Arisandi R. Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Picky Eating Pada Anak. Jiksh [Internet]. 2019;10(2):238–41. Available from: <https://akper-sandikarsa.e-journal.id/JIKSH>
5. Rufaida Z, Lestari SWP. Pola Asuh Dengan Terjadinya Picky Eater (Pilih-Pilih Makanan) Pada Anak Usia 3-6 Tahun Di Dusun Sumberaji Desa Karangjeruk Kecamatan Jatirejo Kabupaten Mojokerto. J Issues Midwifery [Internet]. 2018;2(1):56–64. Available from: <https://joim.ub.ac.id/index.php/joim/article/view/58>

6. Astuti EP, Ayuningtyas IF. Perilaku Picky Eater Dan Status Gizi Pada Anak Toddler. Midwifery J J Kebidanan UM Mataram [Internet]. 2018;3(1):81. Available from: <http://journal.ummat.ac.id/index.php/MJ/article/view/155/126>
7. Yani Sagihira. Hubungan Perilaku Picky Eater Dengan Status Gizi Pada Anak Prasekolah di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaraya Baturaja. 2021;6. Available from: <https://repository.unsri.ac.id/61129/>
8. Samuel TM, Musa-Veloso K, Ho M, Venditti C, Shahkhalili-Dulloo Y. A narrative review of childhood picky eating and its relationship to food intakes, nutritional status, and growth. Nutrients [Internet]. 2018;10(12):1–30. Available from: <https://doi.org/10.3390/nu10121992>
9. Taylor CM, Emmett PM. Picky eating in children: Causes and consequences. Proc Nutr Soc [Internet]. 2019;78(2):161–9. Available from: <https://doi.org/10.1017/S0029665118002586>
10. Mustikasari. Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kebiasaan Memilik-milih Makan (Picky Eater) Pada Anak Prasekolah Di TK Aisyiyah 1 Gombong Kabupaten Kebumen. Univ Res Colloquium [Internet]. 2019;1(1):446–53. Available from: <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/675/658>
11. UNICEF/WHO/WORLD BANK. Levels and trends in child malnutrition UNICEF / WHO / World Bank Group Joint Child Malnutrition Estimates Key findings of the 2021 edition. World Heal Organ [Internet]. 2021;1–32. Available from: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240025257>
12. Kumar KP, Srikrishna S, Pavan I, Chary E. Prevalence of picky eating behavior and its impact on growth in preschool children. Int J Contemp Pediatr [Internet]. 2018;5(3):714–9. Available from: <https://doi.org/10.18203/2349-3291.ijcp20181036>
13. Noviana U. Hubungan Asi Eksklusif, Pola Makan, Dan Varian Makanan Dengan Picky Eaters Pada Anak Usia 1-3 Tahun. Nurs Updat J Ilm Ilmu Keperawatan P-ISSN 2085-5931 e-ISSN 2623-2871 [Internet]. 2019;1(1):15–26. Available from: <https://stikes-nhm.e-journal.id/NU/article/view/32/27>
14. Noviana U. Hubungan Asi Eksklusif, Pola Makan, Dan Varian Makanan Dengan Picky Eaters Pada Anak Usia 1-3 Tahun. Nurs Updat J Ilm Ilmu Keperawatan P-ISSN 2085-5931 e-ISSN 2623-2871 [Internet]. 2019;1(1):15–26. Available from: <https://stikes-nhm.e-journal.id/NU/article/view/32>
15. Sadeli EV. Association between exclusively breast fed infant and picky eating behavior in children below five years old: a cross-sectional study. World Nutr J [Internet]. 2019;3(1):31. Available from: <https://worldnutrijournal.org/OJS/index.php/WNJ/article/view/V03.i1.0012/62>
16. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf [Internet]. 2019. p. 674. Available from: <http://repository.litbang.kemkes.go.id/3514/>
17. Dinas Kesehatan Kabupaten Luwu. Laporan Tahunan Dinas Kesehatan Kabupaten Luwu Tahun 2021. 2021.Luwu.
18. Nadya A. Hubungan Kebiasaan Makan Orangtua, Kejadian Picky Eating Terhadap Status Gizi Anak Prasekolah di TK Islam Al-Azhar Padang 2019. Poltekkes Kemenkes Medan [Internet]. 2019;(1613411002):1–89. Available from: <http://repo.stikesperintis.ac.id/id/eprint/444>
19. Frizma Yuanita Pangestuti GNP. Hubungan Status Ibu Bekerja, Pola Asuh Makan, Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian Picky Eater pada Anak Usia Prasekolah. Indones J Public Heal Nutr [Internet]. 2021;1(1):101–13. Available from: <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/IJPHN>
20. Maharani AMA. Hubungan Perilaku Makan Orang Tua Dengan Kejadian Picky Eater Pada Anak Prasekolah (3-5 Tahun) Di Tk Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Leyangan Kabupaten Semarang. 2019;8(5):55. Available from: <https://rama.kemdikbud.go.id/document/detail/oai:repository2.unw.ac.id:42-169>