



HUBUNGAN PERILAKU MAKAN ORANG TUA DENGAN PERILAKU *PICKY EATER* PADA BALITA

Leli Anna Dewi Siregar, Tiarnida Nababan*, Junita T. Lumban Toruan, Syahrina Siregar, Tapiomas Nungnunga

PUI-PT Palliative Care, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Prima Indonesia, Jl. Sampul No.3, Sei Putih Barat, Medan, Sumatera Utara 20118, Indonesia

*tiarnidan@yahoo.com

ABSTRAK

Anak balita memasuki periode *finicky eating* (rewel saat makan dan menjadi pemilih dalam memakan sesuatu). Perilaku *picky eater* dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu biologis, psikologis, sosial, perilaku makan orang tua. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan perilaku makan orang tua dengan perilaku *picky eater* pada balita di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Langsa Baro. Desain penelitian menggunakan observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh balita dengan ibu yang mewakili anak sebagai sampel di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Langsa Baro sebanyak 61 orang dengan teknik *purposive sampling* penelitian ini di kumpulkan dengan datalangsung dari hasil wawancara kepada responden menggunakan kuesioner perilaku makan orang tua dan kuesioner *Child Eating Behavior Questionnaire* (CEBQ). Analisa data dilakukan dengan menggunakan analisis univariat dan bivariat menggunakan uji *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar perilaku makan orang tua kurang baik sebanyak 34 responden (55,7%). Sebagian besar balita memiliki perilaku *picky eater* sebanyak 33 responden (54,1%). Ada hubungan perilaku makan orang tua dengan perilaku *picky eater* pada balita dengan *p-value* 0,000 ($p < 0,05$).

Kata kunci: balita; perilaku makan orang tua; *picky eater*

THE RELATIONSHIP OF PARENTS' EATING BEHAVIOR WITH PICKY EATER BEHAVIOR IN TODDLER

ABSTRACT

Toddlers are entering a period of finicky eating (fussy eating and becoming picky about what they eat). Picky eater behavior is influenced by several factors, namely biological, psychological, social, and parental eating behavior. This study aims to determine the relationship between parental eating behavior and picky eater behavior in toddlers in the Langsa Baro Community Health Center UPTD Working Area. The research design used analytical observational with a cross sectional approach. The sample in this study was all toddlers with mothers representing the children as samples in the Langsa Baro Health Center UPTD Working Area as many as 61 people with a purposive sampling technique. This research was collected using direct data from interviews with respondents using the parent's eating behavior questionnaire and the Child Eating Behavior Questionnaire (CEBQ). Data analysis was carried out using univariate and bivariate analysis using the chi-square test. The research results showed that the majority of parents' eating behavior was not good, 34 respondents (55.7%). Most toddlers had picky eater behavior, 33 respondents (54.1%). There was a relationship between parents' eating behavior and toddlers' picky eater behavior with a p-value of 0.000 ($p < 0.05$).

Keywords: parental eating behavior; picky eater; toddler

PENDAHULUAN

Anak prasekolah merupakan balita berusia sekitar 3-5 tahun. Saat ini, pertumbuhan dan perkembangan anak dipengaruhi oleh kebiasaan makan anak sehari-hari menyantap makanan yang tidak seimbang karena itu mempengaruhi status gizi anak. Seorang anak sudah memiliki

kemampuan untuk menentukan makanan yang ingin dimakan. Orang tua, terutama ibu sangat berpengaruh dalam mengajarkan dan membimbing cara makan anak prasekolah. Orang tua biasanya terlibat dalam keputusan tentang makanan yang dimakan anak-anak mereka (Harlistyarintica dan Fauziah, 2020). Anak usia prasekolah memasuki periode *finicky eating* (rewel saat makan dan menjadi pemilih dalam memakan sesuatu). Fenomena penyebab masalah mengkonsumsi makanan tertentu pada anak sangat bervariasi sehingga memunculkan berbagai klasifikasi masalah makan dengan kelebihan dan keterbatasan masing-masing. Masalah makan anak paling jelas salah satunya *picky eater* atau pilih-pilih makan (Maharani, 2019).

Picky eater merupakan gangguan makan atau perilaku anak yang memilih-milih dalam hal makanan, biasanya anak yang memiliki perilaku ini ditandai dengan mengkonsumsi jenis makanan yang hampir sama ketika makan, menolak makanan, enggan mencoba makanan yang baru atau tidak familiar, dan memiliki makanan yang disukai, akibatnya anak akan mengalami kekurangan energi dan zat gizi yang akan mengganggu pertumbuhan perkembangan anak. Asupan gizi yang tidak terpenuhi dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan pada anak, sehingga anak yang mengalami *picky eater* akan cenderung memiliki berat badan yang kurang dibandingkan dengan anak yang bukan *picky eater* (Ramadani dan Sembiring, 2023).

Sensus yang dilakukan Badan Kesehatan Dunia yaitu *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. 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 (Azzahrah dkk, 2023). Menurut *United Nations Children's Fund* (UNICEF) tahun 2020 persentase anak memilih-milih makanan di Indonesia termasuk sangat tinggi pada anak usia dini yaitu 60,3%. Perilaku *picky eater* dapat membuat anak kekurangan asupan yang menyebabkan gizi buruk (Putri dkk, 2024). Perilaku *picky eater* dapat menyebabkan anak mengalami gizi kurang dan gangguan pencernaan. Kekurangan gizi dapat menghambat pertumbuhan, menyebabkan berat dan tinggi badan tidak sesuai standar, meningkatkan risiko gizi tidak optimal, serta memperlambat perkembangan motorik (Santi, 2024).

Dampak anak yang mengalami *picky eater* terdapat beberapa macam yaitu apabila anak memiliki jenis makanan tertentu maka kemungkinan untuk obesitas, karena anak cenderung akan memilih makanan yang memiliki lemak tinggi dan tidak bergizi. Anak *picky eater* memiliki kemungkinan perkembangan mental yang lebih rendah dari yang memiliki cakupan gizi baik. Gangguan lain ditandai dengan adanya gangguan selama masa pertumbuhan dengan memperhatikan berat badan, tinggi badan yang kurang, serta memiliki kesulitan dalam menaikkan berat badan (Idhayanti dkk, 2022).

Data Studi Status Gizi Indonesia pada tahun 2022 menyatakan bahwa capaian status gizi balita berdasarkan indikator berat badan dan tinggi badan yaitu anak dengan status *underweight* sebanyak 17,1% dan *overweight* sebanyak 3,5%. Sedangkan di Provinsi Aceh didapatkan persentase *underweight* di Aceh sebanyak 24,3% dan *overweight* sebanyak 1,9% dan Kabupaten Aceh Timur diperoleh persentase anak dengan status *underweight* sebanyak 27,1% dan *overweight* sebanyak 0,9% (Kemenkes, 2022).

Perilaku *picky eater* ditandai dengan adanya *neophobia* pada makanan (menghindari makanan baru), serta adanya penolakan terhadap makanan, biasanya didasarkan pada rasa, tekstur atau kualitas sensorik makanan. Secara khusus *picky eater* didefinisikan sebagai anak yang

menolak makanan tertentu atau pilih-pilih makan, namun masih mengonsumsi minimal satu macam dari setiap kelompok makanan, yaitu karbohidrat, protein, sayur/buah, dan susu (Maharani, 2019). Oleh karena itu, peran orang tua disini sangat penting untuk memberikan pola makan yang baik kepada anak agar dapat memberikan dampak baik dikemudian hari (Prasetyo dkk, 2020).

Perilaku *picky eater* dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu biologis, psikologis, sosial, perilaku makan orang tua. Kemampuan anak dalam mencontoh orang dewasa di sekitarnya, menyebabkan perilaku makan orang tua menjadi salah satu faktor berpengaruh dalam kejadian *picky eater* pada anak. Semakin baik perilaku makan orang tua maka perilaku makan anak baik dan jauh dari perilaku *picky eater*. Model perilaku makan orang tua adalah perilaku atau sikap (baik verbal ataupun fisik) yang ditunjukkan orang tua (secara langsung atau tidak langsung) di hadapan anak (Sari dkk, 2023).

Peran orang tua untuk selalu memberikan contoh baik bagi anak sangat diperlukan untuk membentuk perilaku anak, termasuk perilaku makan. Orang tua yang kurang memperhatikan jadwal makan dan kecukupan gizi yang terkandung dalam makanan, secara tidak langsung akan terbentuk pola makan anak melalui kebiasaan makan orang tua sehari-hari karena contoh yang baik datangnya dari orang tua dalam wujud yang nyata, tidak dalam bentuk ucapan semata. Orang tua bertanggungjawab terhadap masalah makanan di rumah, jenis-jenis makanan yang tersedia dan kapan makanan tersebut disajikan dan memberikan petunjuk mengenai hal-hal yang penting kepada anak sehingga mereka mampu menentukan makanan yang sehat (Maharani, 2019).

Perilaku makan orang tua baik secara langsung maupun tidak langsung mempengaruhi perilaku makan baik secara preferensi jenis makanan maupun pola perilaku pada anak. Semakin positif perilaku makan orangtua, semakin tinggi pula perilaku pilih-pilih makanan pada anak usia balita. Orangtua yang memiliki perilaku makan sehat jelas akan cenderung untuk mendorong anaknya mengikuti perilakunya tersebut, sehingga melarang anak untuk makan makanan tertentu, hal tersebut justru dapat berdampak negatif pada perilaku makan anak (Sari dkk, 2023).

Penelitian terkait yang dilakukan oleh Ramadani dan Sembiring (2022) mengenai hubungan perilaku makan orang tua terhadap kejadian *picky eater* pada balita. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku makan orang tua didapatkan 53,3% ibu memiliki perilaku makan kurang baik dan kejadian *picky eater* didapatkan mayoritas anak mengalami *picky eater* sebesar 77,8%. Hasil uji *chi-square* diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,029 yang berarti terdapat hubungan antara perilaku makan orang tua terhadap kejadian *picky eater* pada anak prasekolah. Sedangkan penelitian Azzahrah dkk (2023), mengenai hubungan perilaku makan orang tua dengan perilaku *picky eating* pada balita di posyandu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak yang memiliki perilaku *picky eating* sebanyak 66 orang (84.6%) dan anak yang memiliki perilaku makan orang tua yang baik sebanyak 50 orang (64.1%). Hasil uji statistik *chi-square* diperoleh $p\ value = 0.521 > 0,05$, artinya bahwa tidak ada hubungan antara perilaku makan orang tua dengan perilaku *picky eating* pada balita usia 24-59 bulan.

UPTD Puskesmas Langsa Baro merupakan salah satu Puskesmas yang ada di Kota Langsa yang memiliki jumlah balita pada periode Januari-Juni 2025 sebanyak 165 orang. Sementara itu, hasil survey awal yang penulis lakukan pada tanggal Juni 2025 dengan melakukan wawancara kepada 10 orang tua balita di Puskesmas Langsa Baro ditemukan sebanyak 8 (80%) orang tua mengatakan anaknya memiliki *picky eater* yang suka memilih-milih makanan, sulit untuk diajak makan dan suka mengonsumsi jajanan. Tujuan Penelitian ini

untuk mengetahui ada hubungan perilaku makan orang tua dengan perilaku *picky eater* pada balita di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Langsa Baro Kota Langsa.

METODE

Metode pada penelitian menggunakan observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh balita dengan ibu yang mewakili anak sebagai sampel di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Langsa Baro sebanyak 61 orang dengan teknik *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan kuesioner *Child Eating Behavior Questionnaire* (CEBQ) dengan hasil uji nilai validitas $\geq 0,25$ dan nilai Alpha Cronbach yaitu $\geq 0,7$. Penelitian ini dilakukan secara Analisis univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi-Square*.

HASIL

Tabel 1.
Distribusi Frekuensi Karakteristik Orang Tua Balita

Karakteristik	f	%
Usia		
Dewasa Awal (20-35 Tahun)	51	83,6
Dewasa Akhir (36-45 Tahun)	10	16,4
Pendidikan		
Tinggi (S1)	19	31,1
Menengah (SMA/Sederajat)	40	65,6
Rendah (SD/SMP/Sederajat)	2	3,3
Pekerjaan		
PNS	7	11,5
PPPK	3	4,9
Honorer	1	1,6
IRT	50	82

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 61 responden karakteristik berdasarkan usia sebagian besar berusia dewasa awal (20-35 tahun) sebanyak 51 responden (83,6%), berdasarkan pendidikan sebagian besar menengah (SMA/ sederajat) sebanyak 40 responden (65,6%) dan berdasarkan pekerjaan sebagian besar IRT sebanyak 50 responden (82%).

Tabel 2.
Distribusi Frekuensi Pola Makan Orang Tua Balita

Perilaku Makan Orang Tua	f	%
Baik	27	44,3
Kurang Baik	34	55,7

Tabel 2 hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 61 responden sebagian besar menerapkan perilaku makan yang kurang baik sebanyak 34 responden (55,7%).

Tabel 3.
Distribusi Frekuensi Perilaku *Picky Eater* pada Balita

Kejadian <i>Picky Eater</i>	f	%
<i>Picky Eater</i>	33	54,1
Tidak <i>Picky Eater</i>	28	45,9

Tabel 3 hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 61 responden sebagian besar memiliki balita dengan perilaku *picky eater* sebanyak 33 responden (54,1%).

Tabel 4.
Hubungan Perilaku Makan Orang Tua dengan Perilaku *Picky Eater* pada Balita

Perilaku Makan Orang Tua	Perilaku <i>Picky Eater</i>				Jumlah		<i>p-Value</i>
	<i>Picky Eater</i>		Tidak <i>Picky Eater</i>				
	f	%	f	%	f	%	
Baik	5	18,5	22	81,5	27	100	0,000
Kurang Baik	28	82,4	6	17,6	34	100	

Berdasarkan tabel .4 menunjukkan bahwa dari 61 responden terdapat 27 responden yang menerapkan perilaku makan baik sebagian besar memiliki balita yang tidak *picky eater* sebanyak 22 responden (81,5%) sedangkan dari 34 responden yang menerapkan perilaku makan kurang baik sebagian besar memiliki balita yang *picky eater* sebanyak 28 responden (82,4%). Hasil uji statistic *Chi-Square (Continuity Correction)* pada derajat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) diperoleh nilai *p Value* = 0,000 ($p>0,05$) yang berarti H_0 diterima dan H_1 ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan perilaku makan orang tua dengan perilaku *picky eater* pada balita.

PEMBAHASAN

Perilaku Makan Orang Tua

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 61 responden sebagian besar memiliki perilaku makan yang kurang baik sebanyak 34 responden (55,7%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ramadani dan Sembiring (2023), mengenai hubungan perilaku makan orang tua terhadap kejadian *picky eater* pada anak prasekolah TK Kartika 1-50 Pekanbaru. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku makan ibu sebagian besar kurang baik sebesar 53,3%. Penelitian Sari dkk (2023), mengenai hubungan perilaku makan dan karakteristik orang tua dengan perilaku pilih-pilih makanan pada anak balita juga menyatakan hal yang sama dimana lebih dari setengah responden (59,1%) memiliki perilaku makan yang kurang baik.

Perilaku orang tua sangat penting terhadap pembentukan karakter dan perilaku anak, karena anak seringkali menirukan kebiasaan serta perilaku orang tua termasuk menirukan perilaku makan orang tua. Perilaku makan orang tua merupakan suatu tingkah laku yang dapat dilihat dan diamati dalam rangka merespon rangsangan terhadap makanan, memenuhi kebutuhan makan, dan pandangan makanan yang dilakukan orang tua. Orang tua serta keluarga juga mempunyai pengaruh besar terhadap perilaku makan pada anak. Perilaku makan orang tua mempunyai dampak terhadap asupan gizi pada anak prasekolah (Ariyanti dkk, 2023).

Kesulitan makan (pilih-pilih makan) sebagai situasi di mana seorang anak menerima makanan lebih sedikit dari yang diharapkan, yang tergantung pada durasi, intensitas, waktu diagnosis, dan tindakan profesional kesehatan dan keluarga, dapat mengakibatkan gangguan fisik, mental, keluarga, pertumbuhan dan perkembangan. Dengan maraknya makan pilih-pilih dan neofobia di antara anak-anak prasekolah, banyak orang tua merasa kesulitan untuk mengajarkan kebiasaan makan yang sehat kepada anak-anak mereka. *Picky eater* dikatakan berbahaya jika anak menolak sebuah kelompok makanan, misalnya sayuran. Hal ini menyebabkan anak mengalami gizi kurang (Mauludi dkk, 2024).

Peneliti berasumsi bahwa sebagian besar perilaku makan orang tua dalam penelitian ini kurang baik dimana orang tua masih sering memilih-milih makanan tertentu saat makan bersama keluarga. Selain itu, makanan yang disediakan terkadang kurang bervariasi seperti jarang mengkonsumsi sayur dan buah-buahan. Beberapa orang tua terkadang kurang memperhatikan jadwal makan dan kecukupan gizi yang terkandung dalam makanan. Hal tersebut secara tidak langsung akan terbentuk pola makan anak melalui kebiasaan makan orang tua sehari-hari karena contoh yang baik datangnya dari orang tua dalam wujud yang

nyata tidak dalam bentuk kata-kata atau ucapan semata. Perilaku makan orang tua yang kurang baik tergambar dari hasil jawaban pada kuesioner dimana para ibu yaitu sering mengacuhkan perut saya keroncongan selain itu para ibu sering acuh dengan makanan anak saya.

Perilaku *Picky Eater* Pada Balita

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 61 responden sebagian besar memiliki balita dengan perilaku *picky eater* sebanyak 33 responden (54,1%). Penelitian ini sejalan dengan Idhayanti dkk (2022), mengenai pola asuh orang tua mempengaruhi perilaku *picky eater* pada anak prasekolah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku *picky eater* anak prasekolah di Desa Manggis Kecamatan Leksono mayoritas memiliki perilaku *picky eater* sebanyak 21 responden atau 53,8%. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Azzahrah dkk (2023), mengenai hubungan perilaku makan orang tua dengan perilaku *picky eating* pada balita di posyandu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar anak memiliki perilaku *picky eating* sebanyak 66 orang (84,6%).

Anak usia prasekolah juga memasuki periode *picky eating* (anak menjadi rewel dan pemilih dalam hal konsumsi makanan). Masalah makan anak paling jelas salah satunya *picky eater*. Perilaku *picky eater* ditandai dengan adanya neophobia pada makanan (menghindari makanan baru), serta adanya penolakan terhadap makanan, biasanya didasarkan pada rasa, tekstur atau kualitas sensorik makanan. Anak *picky eater* menolak mengkonsumsi pangan yang beragam, khususnya pangan sumber zat gizi mikro seperti buah, sayur, dan daging (Maharani, 2019).

Picky eater pada anak dapat terjadi karena kurangnya variasi makan yang diberikan orang tua sehingga kebutuhan gizi tidak terpenuhi yang dapat menimbulkan suatu permasalahan gizi yang tidak hanya status gizi kurang tetapi juga dapat mengakibatkan anak menjadi pendek. Perilaku *picky eater* yang tidak segera diatasi dapat menyebabkan anak terbiasa untuk pilih-pilih makanan dan mengalami kekurangan asupan nutrisi sehingga dapat mempengaruhi status gizi serta dapat menimbulkan komplikasi dan gangguan tumbuh kembang lainnya (Subecca dkk, 2024)

Peneliti berasumsi bahwa sebagian besar anak dalam penelitian ini memiliki perilaku *picky eater*. Anak *picky eater* memiliki preferensi terhadap makanan dan enggan terhadap makanan yang baru ia lihat, jika hal ini jika terjadi dalam waktu lama akan menimbulkan permasalahan gizi dan menghambat pertumbuhan dan perkembangan anak. Berdasarkan penelitian ini sebagian besar anak dalam penelitian ini merupakan *picky eater* terhadap makanan seperti menolak jenis makanan yang baru, makan yang itu-itu saja atau tidak beragam dan enggan untuk mencoba makanan baru sehingga hal ini sesuai dengan karakteristik *picky eater*. Perilaku *picky eater* yang paling banyak dilakukan oleh anak prasekolah yang terlihat pada kuesioner pernyataan nomor 9 yaitu porsi makan anak berkurang saat marah (anak akan mengeluarkan tantrum, ngambek, berteriak) serta perilaku yang jarang dilakukan adalah pernyataan nomor 16 dimana anak saya suka/menikmati berbagai jenis makanan.

Hubungan Perilaku Makan Orang Tua Dengan Kejadian *Picky Eater* Pada Anak Prasekolah

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 61 responden terdapat 27 responden yang menerapkan perilaku makan baik sebagian besar memiliki balita yang tidak *picky eater* sebanyak 22 responden (81,5%) sedangkan dari 34 responden yang menerapkan perilaku makan kurang baik sebagian besar memiliki balita yang *picky eater* sebanyak 28 responden (82,4%). Hasil uji statistik *Chi-Square (Continuity Correction)* pada derajat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) diperoleh nilai *p Value* = 0,000 ($p>0,05$) yang berarti H_0 diterima dan H_a ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan perilaku makan orang tua dengan

perilaku *picky eater* pada balita. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Maharani (2019) mengenai hubungan perilaku makan orang tua dengan kejadian *picky eater* pada anak prasekolah (3-5 tahun) di TK Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Leyangan Kabupaten Semarang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara perilaku makan orang tua dengan kejadian *picky eater* pada anak prasekolah (3-5 tahun) dengan $p\text{-value } 0,000 < \alpha (0,05)$. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ariyanti dkk (2023), mengenai faktor yang berhubungan dengan *picky eating* pada anak usia prasekolah. Hasil penelitian diperoleh hasil $p\text{-value } 0,006 < \alpha 0,05$ yang artinya ada hubungan perilaku makan orang tua dengan *picky eating* pada anak usia prasekolah.

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. Ibu memiliki peran penentu kebijakan yang dominan dalam menyiapkan dan menyediakan makanan keseharian keluarga. Tanggung jawab ibu terhadap menu, variasi makanan untuk anak akan berpengaruh terhadap pola konsumsi anak (Widyaningsih dkk, 2024). Anak sebagai peniru, akan lebih menikmati makanan yang bervariasi jika melihat orang tuanya juga menikmati makanan yang bervariasi. Orang tua banyak mempengaruhi perkembangan pola makan pada anak. Sehingga peran orang tua terhadap perilaku makan anak sangat penting, salah satunya dengan memberikan model perilaku makan positif pada anak. Orang tua memiliki pengaruh paling besar terhadap perilaku yang berhubungan dengan pilihan makanan pada anak (Maharani, 2019).

Peneliti berasumsi bahwa ada hubungan perilaku makan orang tua dengan perilaku *picky eater* pada balita. Perilaku makan orang tua yang kurang baik dapat berkontribusi pada kebiasaan *picky eating* pada anak karena anak cenderung meniru perilaku makan orang tua mereka. Jika orang tua sering menunjukkan ketidaksukaan terhadap makanan tertentu, seperti sayur atau makanan sehat lainnya, anak mungkin akan meniru dan menghindari makanan tersebut. Selain itu, jika orang tua tidak memberikan variasi makanan sejak dini atau cenderung memaksa anak untuk makan tanpa pendekatan yang positif, anak bisa semakin menolak makanan baru. Kebiasaan seperti memberikan makanan cepat saji sebagai solusi ketika anak menolak makan juga dapat memperkuat perilaku *picky eating*, karena anak belajar bahwa mereka bisa mendapatkan makanan favoritnya dengan menolak makanan lain.

SIMPULAN

Adapun beberapa kesimpulan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: Perilaku makan orangtua sebagian besar menerapkan perilaku makan yang kurang baik sebanyak 34 responden (55,7%). Perilaku *picky eater* pada balita sebanyak 33 responden (54,1%). Ada hubungan perilaku makan orang tua dengan perilaku *picky eater* pada balita dengan $p\text{-value } 0,000 (p < 0,05)$.

DAFTAR PUSTAKA

- Almira. (2018). *Gizi Kesehatan Masyarakat*. Padang: Get Press.
- Ariyanti, Fatmawati dan Sari. (2023). Faktor yang Berhubungan dengan Picky Eating pada Anak Usia Prasekolah. *Amerta Nutrition*. 7 (1), ISSN : 2580-9776.
- Azzahrah, Nurlinda, Yusuf dan Multazam. (2023). Hubungan Perilaku Makan Orang Tua Dengan Perilaku *Picky Eating* Pada Balita Di Posyandu. *Window Of Public Health Journal*. 4 (3), 411-416.
- Fatmawati. (2023). *Asuhan Neonatus Bayi Balita Dan Anak Pra Sekolah*. Jakarta: CV. Eureka Media Aksara.
- Festy, W. (2018). *Buku Ajar Gizi dan Diet*. Surabaya: UMS Publishing.

- Hidayat. (2018). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika
- Harlistyarintica dan Fauziah. (2020). Pola Asuh Autoritatif dan Kebiasaan Makan Anak Prasekolah. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*. 5 (1), Pages 869-878.
- Hastono. (2018). *Analisis Data Pada Bidang Kesehatan*. Jakarta: FKM UI
- Idhayanti, Puspitaningrum dan Mundarti. (2022). Pola Asuh Orang Tua Mempengaruhi Perilaku Picky Eater Pada Anak Prasekolah. *Midwefery Care Journal*. 3 (4).
- Indrawan dan Wijoyo. (2020). *Pendidikan Anak Pra Sekolah*. Purwokerto: CV. Pena Persada.
- Maharani. (2019). Hubungan Perilaku Makan Orang Tua Dengan Kejadian *Picky Eater* Pada Anak Prasekolah (3-5Tahun) Di Tk Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Leyangan Kabupaten Semarang. *Skripsi*. Universitas Ngudi Waluyo.
- Mardalena, I. (2021). *Dasar-Dasar Ilmu Gizi Dalam Keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka baru Press.
- Muhuwani. (2019). Perilaku Makan dan Status Gizi Mahasiswa Asal Tolikara dalam Perubahan Lingkungan Budaya. *Skripsi*. Unoversitas Kristen Satya Wacana.
- Muthohiroh. (2021). *Gangguan Perilaku Makan Picky Eaters Pengetahuan Orang Tua Tentan Gizi dan Pola Asuh Gizi Anak Kebutuhan Khusus*. Surabaya: Strada Press.
- Novika, Jalilah, Raswanty, Indriani dan Sendra. (2024). Perilaku Picky Eater Dan Status Gizi Pada Anak Usia Prasekolah. *Ensiklopedia of Journal*. 6 (2).
- Prasetyo, Ilham dan Rio. (2020). *Odel Pengasuhan Yang Tepat Pada Anak Susah Makan*. Malang: UMM Press.
- Putri, B.F dkk. (2024). Gambaran Pengetahuan Ibu Dalam Pemberian Makan dan Perilaku *Picky Eater* Pada Anak Prasekolah. *JMSWH Journal of Midwifery Science and Women's Health*, 5(1), 55-62
- Ramadani dan Sembiring. (2023). Hubungan Perilaku Makan Orang Tua Terhadap Kejadian *Picky Eater* Pada Anak Prasekolah Tk Kartika 1-50 Pekanbaru. *Prosiding*. Vol 1 : 40-47: ISSN 3032-3568.
- Santi, T.R. (2024) *Hubungan Perilaku Picky Eater Dengan Status Gizi Dan Kecukupan Zat Gizi Makro Pada Anak di TK Kartini Jember*. *Skripsi*. Politeknik Negeri Jember.
- Sari, Solehati Setyorini. (2023). Hubungan Perilaku Makan Dan Karakteristik Orang Tua Dengan Perilaku Perilaku Pilih-Pilih Makanan Pada Anak Balita. *Jurnal Keperawatan*. 15 (3).
- WHO. (2020). *Stunting Global Nutrition Targets*. <https://www.who.int/news/item/19-11-2015-stunting-in-a-nutshel>.
- Zulaihah, Mujiati, Kartiningrum dan Wahyuni. (2019). *Modul Stimulasi Kreativitas Anak Pra Sekolah*. Penerbit: STIKes Majapahit Mojokerto.