

**HUBUNGAN PERAN ORANGTUA DENGAN PERILAKU *PICKY EATER*
PADA BALITA DI POSYANDU RW 1 NOTOPRAJAN
WILAYAH KERJA PUSKESMAS NGAMPILAN
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI



**Disusun Oleh :
Niken Damayanti
201410104063**

**PROGRAM STUDI BIDAN PENDIDIK JENJANG D IV
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
'AISYIAH YOGYAKARTA
TAHUN 2015**

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN PERAN ORANGTUA DENGAN PERILAKU *PICKY EATER*
PADA BALITA DI POSYANDU RW 1 NOTOPRAJAN
WILAYAH KERJA PUSKESMAS NGAMPILAN
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI



**Disusun Oleh :
Niken Damayanti
201410104063**

Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui Untuk Dipublikasikan Pada
Program Studi Bidan Pendidik Jenjang D IV Sekolah Tinggi Ilmu
Kesehatan 'Aisyiah Yogyakarta
Oleh :

Pembimbing : Tenti Kurniawati, S.Kep., Ns., M.Kep

Tanggal : 16-7-2015

TandaTangan :

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Niken Damayanti', written over a horizontal line.

**HUBUNGAN PERAN ORANGTUA DENGAN PERILAKU *PICKY EATER*
PADA BALITA DI POSYANDU RW 1 NOTOPRAJAN
WILAYAH KERJA PUSKESMAS NGAMPILAN
YOGYAKARTA TAHUN 2015¹**

Niken Damayanti², Tenti Kurniawati³

INTISARI

Latar Belakang : Peran orangtua terhadap anak merupakan hal penting dalam proses makan. Peran orangtua terutama ibu mendorong anaknya untuk makan mempunyai hubungan yang kuat pada perilaku makan pada balita.

Tujuan : Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan peran orangtua dengan perilaku *picky eater* pada balita di Posyandu RW 1 Notoprajan Wilayah kerja Puskesmas Ngampilan tahun 2015.

Metode : Penelitian ini menggunakan metode penelitian analitik deskriptif korelasi, dengan pendekatan waktu *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling* dengan jumlah responden 43. Analisis data penelitian ini adalah *Pearson Product Moment* dengan uji normalitas menggunakan *Shapiro-Wilk*.

Hasil : Hasil uji normalitas terdistribusi normal. Hasil hubungan menunjukkan bahwa antara peran orangtua dengan perilaku *picky eater* pada balita terdapat hubungan dengan nilai *p-value* 0,022 ($p < 0,05$).

Simpulan : Terdapat hubungan antara peran orangtua dengan perilaku *picky eater* pada balita di Posyandu RW 1 Notoprajan Wilayah Kerja Puskesmas Ngampilan Yogyakarta tahun 2015.

Saran : Bagi orangtua diharapkan dapat memberikan asuhan kepada balita pada aspek membentuk pola makan, menciptakan situasi yang menyenangkan dan pada aspek penyajian makan yang menarik.

Kata kunci : Peran orangtua, Perilaku *Picky eater*
Kepustakaan : 44 Buku, 2 KTI, 3 Skripsi, 1 Tesis, 14 e-jurnal, Al-Qur'an
Jumlah halaman : xiii halaman, 83 halaman, 7 tabel, 2 gambar, 12 lampiran

¹Judul Skripsi

²Mahasiswa Program Studi Bidan Pendidik Jenjang Diploma IV STIKES 'Aisyiah Yogyakarta

³Dosen Pembimbing STIKES 'Aisyiah Yogyakarta

**THE RELATIONSHIP BETWEEN PARENTS' ROLES WITH PICKY
EATER BEHAVIOR ON UNDER FIVE CHILDREN AT HEALTH POST
OF RW 1 NOTOPRAJAN OF NGAMPILAN PRIMARY HEALTH
CENTER WORKING AREA OF YOGYAKARTA¹**

Niken Damayanti², Tenti Kurniawati³

ABSTRACT

Research Background: The parents' roles to children are an important thing in eating process. The parent's role, particularly mother, encourage children to have a strong relationship on children's eating habit.

Research Objective: The purpose of this study was to investigate the relationship between parents' role with picky eater habit on under five children at health post of RW 1 Notoprajan of Ngampilan Primary Health center working area in 2015.

Research Method: This study employed the analytical descriptive correlation method with cross sectional approach. The research samples were 43 respondents taken through total sampling technique. The data were analyzed by using Pearson Product Moment with Shapiro-Wilk normality test.

Research Finding: The result of normality test was distributed normally. The results show that the relationship between parents' role with picky eater on under five children obtained p-value of 0.022 ($p < 0.05$).

Conclusion: There is a relationship between parent's role and picky eater habit on under five children at health post of RW 1 Notoprajan of Ngampilan Primary Health center working area in 2015.

Suggestion: Parents are expected to give care to under five children on aspects of eating pattern, creating fun situation, and serving interesting food.

Keywords : parents role, picky eater habit
Bibliography : 44 books, 2 scientific papers, 3 S1 theses, 1 S2 thesis, 14 e-journal, Al-Qur'an
Number of pages : xiii pages, 83 pages, 7 tables, 2 figures 12 appendices

¹Thesis title

²School of Midwifery Student of 'Aisyiyah Health Science College of Yogyakarta

³Lecturer of 'Aisyiyah Health Science College of Yogyakarta

PENDAHULUAN

Angka kejadian *picky eater* cukup tinggi pada kelompok anak usia pra-sekolah. Di New Zealand, dilaporkan sebanyak 24% responden menganggap anaknya memiliki problem kesulitan makan di usia 2 tahun dan 18% diantaranya berlanjut hingga usia 4 tahun. Di London, 17% anak digambarkan orangtuanya memiliki nafsu makan rendah, sedangkan 12% lainnya mengalami *picky eater* (Wright, *et al.* 2007).

Faktor – faktor yang mempengaruhi terjadinya *picky eater* adalah nafsu makan, kondisi psikologi, kondisi fisik, perilaku makan orangtua, dan peran orangtua-anak. Hilangnya nafsu makan dapat mempengaruhi *picky eater* pada balita mulai dari tingkat yang ringan hingga yang berat (Judarwanto, 2006). Ketika kondisi psikologi balita terganggu akan membuat makanan yang dikonsumsi balita menjadi berkurang dan kecenderungan terhadap rasa manis (Priyanah, 2008).

Kondisi fisik balita yang tidak normal pada sistem saluran cerna dapat menyebabkan anak merasa tidak nyaman dan menolak makanan (Dorfman, 2008). Perilaku makan orangtua juga mempengaruhi *picky eater* pada balita karena kebutuhan nutrisi balita masih bergantung pada orangtua (Soedibyo, 2008). Peran orangtua terhadap anak merupakan hal penting dalam proses makan. Peran orangtua terutama ibu mendorong anaknya untuk makan mempunyai hubungan yang kuat pada perilaku makan dan berat badan anak (Oliveria, *et al.* 2008).

Berdasarkan Al-Qur'an surat Al-Baqarah ayat 168 :

Artinya :

” Wahai manusia ! Makanlah dari (makanan) yang halal dan baik yang terdapat di bumi, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah setan. Sungguh, setan itu musuh yang nyata bagimu.

Ayat diatas memberikan pengertian kepada kita bahwa peran orangtua sangatlah penting terhadap tumbuh kembang anaknya terutama tentang pemberian gizi. Pemenuhan gizi pada usia balita sangat diperlukan, salah satunya adalah memberikan makanan yang halal dan baik kepada anak-anaknya. Maksud makanan yang baik adalah makanan yang menyehatkan, bergizi, dan beragam.

Kebijakan pemerintah dalam hal ini adalah pendidikan gizi tengah dipadukan ke dalam program pemerintah yang disebut dengan Program Keluarga Harapan (PKH), memfasilitasi makanan pendamping ASI dan juga meningkatkan program-program zat gizi mikro pada setiap posyandu (Kemenkes RI, 2011). Peran bidan dalam hal ini adalah melaksanakan penyuluhan pada orangtua balita terkait gizi balita dan peran orangtua dalam mengasuh balitanya sesuai kewenangan bidan berdasarkan kompetensi ke-7 bidan di Indonesia (Kepmenkes Nomor 369/Menkes/SK/III/2007). Bidan memberikan asuhan yang bermutu tinggi komprehensif pada bayi dan balita sehat 1 bulan – 5 tahun (Kepmenkes RI, 2007).

Hasil wawancara yang sudah dilakukan peneliti, menunjukkan 17 (85%) balita dari 20 balita mengalami *picky eater* yaitu dengan gejala pilih-pilih makanan, sulit makan, makan hanya sedikit, hanya mau makan makanan yang disukai, sedangkan 3 (15%) balita tidak mengalami *picky eater*. Data untuk berat badan dari 20 balita didapatkan 9 (45%) balita mengalami kenaikan berat badan dan 11 (55%) balita tidak mengalami kenaikan berat badan dibandingkan dengan bulan lalu. Berdasarkan fenomena masalah tersebut, maka penulis tertarik untuk meneliti hubungan peran orangtua dengan perilaku *picky eater* pada balita di Posyandu RW 1 Notoprajan Wilayah Kerja Puskesmas Ngampilan tahun 2015.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian non eksperimen. Metode yang digunakan adalah metode analitik deskriptif korelasi yaitu penelitian akan menganalisa hubungan peran orangtua dengan perilaku *picky eater* pada balita. Pendekatan yang digunakan adalah *cross sectional* dengan teknik *total sampling*, analisa data menggunakan uji *pearson product moment*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Teknik pengumpulan yaitu data primer.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dilakukan dari tanggal 15 April 2015 sampai dengan tanggal 17 April 2015 didapatkan hubungan peran orangtua dengan perilaku *picky eater* pada balita di Posyandu RW 1 Notoprajan Wilayah Kerja Puskesmas Ngampilan Yogyakarta sebanyak 43 responden. Hasil uji normalitas diketahui data

terdistribusi normal. Hasil analisis statistik menunjukkan nilai $p = 0,022 < \alpha (0,05)$, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan peran orangtua dengan perilaku *picky eater* pada balita di Posyandu RW 1 Notoprajan Wilayah Kerja Puskesmas Ngampilan Yogyakarta.

Menurut Ali (2002, dalam Wahyuni, 2011) peran adalah seperangkat tingkah laku yang diharapkan oleh orang lain terhadap kedudukan dalam suatu sistem. Sistem membutuhkan sentuhan atau tindakan seseorang yang dapat mengelola, menjaga, merubah, dan memperbaiki suatu sistem. Peran orangtua terutama seorang ibu sangat besar dalam proses kehidupan awal seorang anak.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti didapatkan bahwa peran orangtua dalam aspek membentuk pola makan masih belum dilaksanakan dengan baik. Dibuktikan pada pernyataan, ibu tidak pernah mengajari balita untuk makan sendiri. Hal tersebut apabila tidak pernah dilakukan orangtua akan menimbulkan dampak negatif pada balita yaitu rasa kemandirian pada balita tidak akan tumbuh.

Hasil tersebut tidak sesuai dengan teori Piaget dan Inhelder (2010) perkembangan organik yang dialami anak melalui makanan adalah pengalaman mendapatkan beberapa sensori, seperti rasa atau pengecap, penciuman, pergerakan dan perabaan. Dengan makanan anak akan dapat meningkatkan keterampilan, seperti memegang botol susu, memegang cangkir, sendok, dan keterampilan koordinasi gerak, seperti menyuap dan menyendok makanan.

Menurut Mueser (2007) biarkan anak aktif makan sendiri secepat mungkin. Doronglah anak untuk makan sendiri begitu dia menunjukkan keinginan untuk melakukannya. Jika ibu terus menyuapinya setelah anak sebenarnya bisa makan sendiri, kemungkinan ia akan terus bergantung pada ibu selama waktu makan, dan menjadi kebiasaan yang sulit dihentikan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti didapatkan bahwa peran orangtua dalam aspek menciptakan situasi yang menyenangkan masih belum dilaksanakan dengan baik. Dibuktikan pada pernyataan ibu tidak pernah menutup makanan balita ketika balita makan diluar, ibu tidak pernah mengajak balita ketaman ketika makan, ibu tidak pernah mengajak balita menonton televisi

ketika makan, ketika balita tidak menyukai makanan yang ibu berikan ibu selalu memaksa balita untuk makan.

Hasil penelitian tersebut tidak sesuai dengan teori Santoso (2009) suasana makan juga menentukan *mood* anak, jika di lingkungan rumah ada taman bermain tak ada salahnya jika mengajak anak main di sana. Suasana bertemu teman-teman sepermainannya akan membuat anak cenderung lebih bersemangat makan. Namun perlu diingat makanan yang dibawa harus ditutup dengan baik untuk menghindari debu dan kuman. Tidak benar memaksa anak untuk makan, biarkan anak makan atas inisiatif sendiri.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti didapatkan bahwa peran orangtua dalam aspek penyajian makan yang menarik kurang dilaksanakan dengan baik. Dibuktikan pada pernyataan ibu kadang-kadang menyajikan makanan kepada balita berbeda dengan menyajikan makan untuk orang dewasa, ibu tidak pernah menggunakan tempat makan yang warna-warni untuk balita.

Hal tersebut tidak sejalan Suhardjo (2009) selama ini yang terjadi di masyarakat ibu kurang memperhatikan pola makan balitanya, di mana jumlah, jenis dan frekuensi makan kurang diperhatikan dan tidak mengetahui kebutuhan makan yang seharusnya dicukupi untuk balitanya. Anak biasanya akan cepat bosan pada satu makanan, oleh karena itu orang tua harus pandai dalam memilih bahan makanan dan cara penyajian yang menarik agar anak mau menerima makanan yang diberikan sehingga kebutuhan akan gizi tetap terpenuhi.

Menurut Carruth *et al* (2007) perilaku *picky eater* adalah suatu tindakan yang dilakukan berulang-ulang pada waktu anak makan dengan gejala kesulitan makan, makan hanya sedikit, sulit untuk mencoba makanan baru, secara total menghindari beberapa jenis makanan, dan memiliki makanan yang sangat disukainya.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti didapatkan bahwa perilaku *picky eater* yang selalu muncul pada balita di RW 1 Notoprajan adalah balita hanya menerima beberapa jenis makanan dan balita selalu membuat ulah ketika makan. Hal tersebut didukung oleh penelitian Goh dan Jacob (2012) menyatakan bahwa kebiasaan balita hanya menerima beberapa jenis makanan dan

balita selalu membuat ulah ketika makan dengan nilai signifikan 0,009 dan 0,021. Hasil penelitian tersebut sejalan dengan hasil penelitian peneliti didapatkan hasil balita hanya selalu menerima beberapa jenis makanan dibuktikan dengan 20 responden menjawab selalu (47%) dan balita selalu membuat ulah ketika makan dibuktikan dengan 20 responden menjawab selalu (47%).

Peran orangtua merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku *picky eater* pada balita. Peran orangtua khususnya ibu merupakan seperangkat tingkah laku yang diharapkan oleh orang lain terhadap kedudukan dalam suatu sistem. Sistem membutuhkan sentuhan atau tindakan seseorang yang dapat mengelola, menjaga, merubah, dan memperbaiki suatu sistem. Suatu sistem membutuhkan peran dari seseorang. Peran dipengaruhi oleh keadaan sosial baik dari dalam maupun dari luar dan bersifat stabil (Ali 2002, dalam Wahyuni, 2011).

Menurut Akbar dan Hawadi (2010) ketika anak makan dan rewel, lalu direspon orangtua dengan tidak sabar dan memaksa anak, maka peristiwa makan menjadi hal yang tidak menyenangkan. Akibatnya, anak pun jadi susah makan. Dalam hal pola asuh, orangtua tidak mengajari anak untuk mengkonsumsi makanan yang bervariasi dengan kata lain hanya menyediakan makanan yang itu-itu saja. Ini membuat anak tidak belajar mengenal rasa dan jenis makanan yang beragam. Akibatnya, anak menjadi pilih-pilih makanan dan makan yang itu-itu saja.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti didapatkan bahwa peran orangtua dalam aspek membentuk pola makan masih belum dilaksanakan dengan baik. Dibuktikan pada pernyataan, ibu tidak pernah memperkenalkan makanan seperti sayuran kepada balita (35%) dan perilaku *picky eater* pada balita menunjukkan bahwa balita jarang makan sayur (70%). Hal tersebut apabila tidak pernah dilakukan orangtua dapat mengakibatkan kekurangan salah satu atau lebih vitamin dan mineral penting yang terkandung didalamnya sehingga berdampak pada kesehatan anak. Seperti menyebabkan terganggunya kesehatan mata, munculnya gejala anemia seperti rasa letih, lesu, malas dan kurang konsentrasi akibat menurunnya kadar sel darah merah.

Menurut Ekayanti (2007) anak-anak biasanya kurang menyukai buah dan sayur, hal ini dapat disebabkan oleh orangtua yang mungkin kurang terampil dalam penyajian menu makan, menu yang disajikan juga kurang bervariasi. Demi kepraktisan, makanan yang disajikan cenderung sama, rasa makanan yang kurang enak atau bisa dikarenakan perilaku makan orangtua yang ternyata salah. Sedangkan menurut Lawson (2008) apabila balita menolak sayur terutama sayur berwarna hijau, maka berikan sayuran lain dan coba berikan kembali setelah beberapa hari. Sajikan dengan menarik sehingga anak lebih berselera. Semangkuk kecil kol yang diiris halus dicampur parutan wortel dan apel dengan saus yang sedap, lebih menggoda daripada sayur yang direbus terlalu matang.

Menurut The Children's Hospital of Philadelphia (2010) peran orangtua dalam menangani balita dengan *picky eater* adalah orangtua harus menjadi model yang baik bagi anak-anaknya dengan cara makan bersama dengan anak, makan berbagai buah-buahan dan sayuran, menciptakan lingkungan yang kondusif untuk makan, menciptakan waktu makan yang menyenangkan.

SIMPULAN

Peran orangtua tentang perilaku *picky eater* pada balita masih kurang, dibuktikan pada aspek membentuk pola makan, para ibu tidak pernah mengajari balita untuk makan sendiri. Perilaku *picky eater* yang selalu ditunjukkan adalah balita hanya menerima beberapa jenis makanan dan balita selalu membuat ulah ketika makan. Terdapat hubungan antar peran orangtua dengan perilaku *picky eater* pada balita di Posyandu RW 1 Notoprajan Wilayah Kerja Puskesmas Ngampilan Yogyakarta tahun 2015 dengan nilai signifikansi *Pearson Product Moment* sebesar 0,022 ($p < 0,05$).

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, R & Hawadi. (2010). *Menguatkan Bakat Anak* : Jakarta : PT Grasindo
- Ali, Z. (2002). *Dasar – dasar Keperawatan Profesional*. Jakarta : Widya Medika
- Carruth, BR., Zieger, PJ., Gordon, A. & Barr, SI. (2007). *Prevalence of Picky Eaters among Infants and Toddlers and Their Caregiver's Decisions about Offering a New Food*. *Journl of the American Dietetic Association*, 104: S57-S64.

- Dorfmann, K. (2008). *The Picky Eater*. [http : // www.autism.org/picky eater.html](http://www.autism.org/picky eater.html) viewed on November, 2014
- Ekayanti, I. (2007). *Kebiasaan Minum dan Asupan Cairan di Perkotaa*. Jurnal Klinik Gizi Indonesia 2007 Vol.8 No.1: 36-41
- Goh, D & Jacob, A. (2012). *Perception of picky eating among children in Singapore and its impact on caregivers : a questionnaire survey*. Asian Pacific Family Medicine Journal, 11:5.
- Judarwanto, W. (2006). *Kesulitan Makan dan Alergi Makanan Pada Anak*. Jakarta : Picky Eaters Clinic.
- Kemenkes, RI. (2011). *Panduan Penyelenggaraan Pemberian Makanan Tambahan Pemulihan Bagi Balita Gizi Kurang (Bantuan Operasional Kesehatan)*. Jakarta : Dirjen Bina Gizi Kesehatan Ibu dan Anak.
- Lawson, M. (2008). *Healthy Food For Babies and Toddlers (Makanan Sehat Bayi dan Balita)*. Jakarta : Dian Rakyat
- Mueser, A. (2007). *Panduan Lengkap Perawatan Bayi dan Anak*. Yogyakarta : Diglossia Media
- Oliveria, S. (1998). *Parent-Child Relationship in Nutrient Intake : the Framingham Children Study*. The American Journal of Clinical Nutrition, 56:593-8.
- Priyanah. (2008). *Gambaran Karakteristik Anak Picky Eater yang Pernah Memeriksa Diri di Klinik Picky Eater Jakarta Tahun 2008*. Skripsi, FKM UI, Depok.
- Suhardjo. (2009). *Perencanaan Pangan dan Gizi*. Jakarta : Bumi Aksara
- Soedibyo, S. (2008). *Masalah makan pada bayi dan anak*. www.idai.org
- The Children's Hospital of Philadelphia. (2010). *Caring for your child Feeding Tips for Picky Eater*.
- Wright, CM., Parkinson, Kn., Shipton, D. & Drewett, RF. (2007). *How do Toddler Eating Problems Relate to Their Eating Behavior, Food Preferences, and Growth?*. American academy of pediatrics. E1069-e1075 pp