



**HUBUNGAN PERILAKU MAKAN ORANG TUA DENGAN KEJADIAN
PICKY EATER PADA ANAK PRASEKOLAH (3-5 TAHUN)
DI TK WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS LEYANGAN
KABUPATEN SEMARANG**

ARTIKEL

**OLEH :
AYU MARIA ASIH MAHARANI
010115A020**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
2019**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul :

**HUBUNGAN PERILAKU MAKAN ORANG TUA DENGAN KEJADIAN
PICKY EATER PADA ANAK PRASEKOLAH (3-5 TAHUN)
DI TK WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS LEYANGAN
KABUPATEN SEMARANG**

OLEH :

AYU MARIA ASIH MAHARANI

010115A020

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO UNGARAN**

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing dan telah diperkenankan untuk diujikan

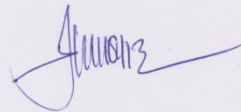
Ungaran, Juni 2019

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping



Ns. Mona Saparwati, S.Kp., M.Kep.
NIDN. 0628127901



Ns. Fiki Wijayanti, S.Kep., M.Kep
NIDN : 0609018805

HALAMAN PENGESAHAN


Skripsi berjudul :
**HUBUNGAN PERILAKU MAKAN ORANG TUA DENGAN KEJADIAN
PICKY EATER PADA ANAK PRASEKOLAH (3-5 TAHUN)
DI TK WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS LEYANGAN
KABUPATEN SEMARANG**

OLEH :
AYU MARIA ASIH MAHARANI
010115A020

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi Keperawatan
Fakultas Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo, pada :

Hari : Selasa
Tanggal : 16 Juli 2019


Tim Penguji :
Ketua/Penguji I


Ns. Mona Saparwati, S.Kp., M.Kep.
NIDN. 0628127901

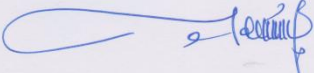
Anggota/Penguji II

Anggota/Penguji III


Ns. Umi Aniroh, S.Kep., M.Kes
NIDN. 0614087402


Ns. Fiki Wijayanti, S.Kep., M.Kep
NIDN : 0609018805

Ketua Program Studi Keperawatan


Ns. Faridah Aini, S.Kep., M.Kep, Sp.KMB
NIDN. 0629037605

LEMBAR PENGESAHAN

Artikel Berjudul :

**HUBUNGAN PERILAKU MAKAN ORANG TUA DENGAN KEJADIAN
PICKY EATER PADA ANAK PRASEKOLAH (3-5 TAHUN)
DI TK WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS LEYANGAN
KABUPATEN SEMARANG**

Disusun oleh :

AYU MARIA ASIH MAHARANI

010115A020

Telah diperiksa dan disetujui oleh Pembimbing Skripsi Program Studi S1 Keperawatan
Fakultas Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo

Ungaran, Juli 2019

Pembimbing Utama

Ns. Mona Saparwati, S.Kp., M.Kep.

NIDN. 0628127901

LEMBAR PENGESAHAN

Artikel Berjudul :

**HUBUNGAN PERILAKU MAKAN ORANG TUA DENGAN KEJADIAN
PICKY EATER PADA ANAK PRASEKOLAH (3-5 TAHUN)
DI TK WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS LEYANGAN
KABUPATEN SEMARANG**

Disusun oleh :

AYU MARIA ASIH MAHARANI

010115A020

Telah diperiksa dan disetujui oleh Pembimbing Skripsi Program Studi S1 Keperawatan
Fakultas Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo

Ungaran, Juli 2019

Pembimbing Utama

Ns. Mona Saparwati, S.Kp., M.Kep.

NIDN. 0628127901

**HUBUNGAN PERILAKU MAKAN ORANG TUA DENGAN KEJADIAN
PICKY EATER PADA ANAK PRASEKOLAH (3-5 TAHUN)
DI TK WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS LEYANGAN
KABUPATEN SEMARANG**

Ayu Maria Asih Maharani
Fakultas Keperawatan, Universitas Ngudi Waluyo
Jln. Diponegoro No. 186 Ungaran Timur Kab. Semarang-50512
ayumwinarno19@gmail.com

ABSTRAK

Picky eater merupakan masalah makan yang umum terjadi pada anak prasekolah. Perilaku makan orang tua merupakan faktor yang mempengaruhi *picky eater*. Sehingga peran orang tua dalam memberikan role model perilaku makan sangat penting. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui hubungan perilaku makan orang tua dengan kejadian *picky eater* pada anak prasekolah (3-5 tahun) di TK wilayah kerja UPTD Puskesmas Leyangan Kabupaten Semarang.

Rancangan penelitian menggunakan deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian sebanyak 251 dengan jumlah sampel 155 responden. Perilaku makan orang tua diukur menggunakan kuesioner. Perilaku *picky eater* pada anak prasekolah diukur menggunakan kuesioner *Child Eating Behaviour Questionnaire* (CEBQ). Data dianalisis menggunakan uji Chi Square.

Hasil penelitian 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 *p-value* $0,000 < \alpha$ (0,05).

Orang tua di harapkan memperhatikan perilaku makan berupa variasi makanan, pemilihan makanan dan cara makan orang tua sendiri agar anak tidak menjadi *picky eater*.

Kata Kunci : Perilaku Makan Orang Tua, *Picky Eater*.

THE CORRELATION BETWEEN PARENT'S EATING BEHAVIOR AND PICKY EATER ON PRESCHOOL CHILDREN (3-5 YEARS OLD) OF KINDEGARTEN AT LEYANGAN HEALTH CENTRE WORKING AREA SEMARANG REGENCY

ABSTRACT

Picky eater is an eating problem that is common in preschool children. Parent's eating behavior is a factor that affects picky eater. So the role of parent's in providing role models for eating behavior is very important. The purpose of this study is know the correlation between parent's eating behavior and picky eater on preschool children (3-5 years old) of kindegarten at Leyangan Health Centre Working Area Semarang Regency.

Research design used descriptive corelational with cross sectional approach. The population were 251 with 155 respondent. Parent's eating behavior was measured by using Adults Eating Behaviour. The picky eater behaviour on preschool children was measured using Child Eating Behavior Questionnaire. The data were analyzed by using Chi square test.

The results research parent's with good eating behavior with are 90 respondent (60%). Non picky eater children many as 90 respondent (58,9%). There is significant correlation between parent's eating behavior and picky eater no preschool children (3-5 years old) of kindegarten at Leyangan health centre working area Semarang Regency with p-value $0,000 < \alpha (0,05)$.

Parents are expected to pay attention on eating behaviour in the form of variations food, food choices and parent's eating habit so that children do not become picky eater.

Keywords : Parents Eating Behaviour, Picky Eater

PENDAHULUAN

Anak usia prasekolah adalah periode antara usia 3 sampai 6 tahun. Ini adalah waktu kelanjutan pertumbuhan dan perkembangan. Anak usia prasekolah akan mengalami proses perubahan baik dalam pola makan, proses eliminasi dan perkembangan kognitif menunjukkan proses kemandirian (Hidayat, 2008). Anak berusia 3 atau 4 tahun dapat menunjukkan kegemaran makanan, hanya mengkonsumsi makanan tertentu selama periode waktu beberapa hari (Kyle & Carman, 2015). Makan merupakan proses penting dalam tumbuh kembang anak. Pada saat makan terjadi interaksi antara anak dengan orang tua.

Anak usia prasekolah memasuki periode *finicky eating* (rewel saat makan dan menjadi pemilih dalam memakan sesuatu). Fenomena penyebab masalah

mengonsumsi makanan tertentu pada anak sangat bervariasi sehingga memunculkan berbagai klasifikasi masalah makan dengan kelebihan dan keterbatasan masing-masing (Sjarif, 2014). Masalah makan anak paling jelas salah satunya *picky eater* atau pilih-pilih makan.

Berdasarkan penelitian Saraswati, (2012) prevalensi balita di Indonesia mengalami sulit makan sebesar 23,9% yang 45,5% diantaranya adalah *picky eater* pada usia prasekolah. Sementara, penelitian Kesuma (2014) menunjukkan bahwa anak prasekolah yang mengalami perilaku *picky eaters* sebanyak (35,4%). Hasil penelitian ini terdapat (67,1%) anak menghabiskan makanan dalam waktu lama (lebih dari 30 menit), (49,4%) tidak tertarik mencoba makanan baru, (48,1%) menyukai makanan tertentu saja.

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. (Wildest Zucker, 2012). 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 (Sjarif, 2014).

Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya *picky eater* adalah nafsu makan, kondisi psikologis, kondisi fisik, perilaku makan orangtua, dan interaksi orangtua-anak (Judarwanto, 2009). Perilaku anak dipengaruhi oleh contoh perilaku orang dewasa disekitarnya. Peran orang tua untuk selalu memberikan contoh baik bagi anak sangat diperlukan untuk membentuk perilaku anak, termasuk perilaku makan. Sebagaimana pendapat Anggraini (2014) 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 kata-kata atau ucapan semata. Menurut Snooks (2009), peran orang tua terhadap perilaku makan anak sangat penting, salah satunya dengan memberikan model perilaku makan positif pada anak.

Orang tua masih tetap memegang peranan penting sebagai model atau contoh bagi anak-anaknya dalam hal perilaku makan yang sehat. Orang tua bertanggungjawab terhadap masalah makanan di rumah, jenis-jenis makanan yang tersedia dan kapan makanan tersebut disajikan juga harus memberikan petunjuk mengenai hal-hal yang penting kepada anak-anak sehingga mereka mampu menentukan makanan yang sehat.

Menurut Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah tahun 2017, didapatkan bahwa kasus gizi kurang di Kabupaten Semarang sebanyak 12 kasus, termasuk di Puskesmas Leyangan ada 2 kasus (Dinkes, 2017). Penelitian oleh Nafratilawati (2014) terdapat 34 anak di TK Harapan Leyangan yang mengalami kesulitan makan sebesar 56,7% dari 60 anak prasekolah.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada 15 orang tua didapatkan hasil bahwa 8 orang tua mengatakan berperilaku makan kurang baik dengan anak *picky eater* dan 7 orang tua perilaku makan kurang baik dengan anak tidak *picky eater*. Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka peneliti merumuskan masalah sebagai berikut: “adakah hubungan perilaku makan orang tua dengan kejadian *picky eater* pada anak prasekolah (3-5 tahun) di TK wilayah kerja UPTD Puskesmas Leyangan Kabupaten Semarang?”

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 25 April – 4 Mei 2019 di TK wilayah kerja UPTD Puskesmas Leyangan Kabupaten Semarang diantaranya yaitu RA Al-Hikmah Gedanganak, TK Islam Al-Qobul Sidomulyo, TK Islam Nurul Huda Leyangan, TK Harapan Kalirejo. Penelitian ini menggunakan desain *deskriptif korelasi* dengan pendekatan *cross sectional*.

Populasi dalam penelitian ini adalah orang tua dengan anak usia prasekolah berjumlah 251. Sampel dalam penelitian berjumlah 155 responden. Teknik pengampilan sampel menggunakan proporsional random sampling (Notoadmojo, 2012).

Dalam penelitian ini ada 2 variabel yang diukur yaitu variabel perilaku makan orang tua dan *picky eater*. Variabel perilaku makan orang tua diukur menggunakan modifikasi Adult Eating Behaviour. Sedangkan variabel

picky eater diukur menggunakan *Child Eating Behaviour Questionnaire* (CEBQ). Data yang diambil dengan cara orang tua mengisi kuesioner langsung di TK. Uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *chi square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan perilaku makan orang tua

Perilaku Makan Orang Tua	N	%
Kurang Baik	62	40
Baik	93	60
Total	155	100

Berdasarkan tabel 1 distribusi frekuensi responden berdasarkan perilaku makan orang tua didapatkan bahwa sebagian besar perilaku makan orang tua sebanyak 93 responden (60%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan *picky eater* pada anak prasekolah TK wilayah kerja UPTD Puskesmas Leyangan

<i>Picky Eater</i>	n	%
Ya	65	41,9
Tidak	90	58,1
Total	155	100

Berdasarkan tabel 2 distribusi frekuensi responden berdasarkan *picky eater* orang tua pada anak prasekolah di TK wilayah kerja UPTD Puskesmas Leyangan didapatkan bahwa sebagian besar perilaku makan anak tidak *picky eater* sebanyak 90 responden (58,1%).

Tabel 3 Hubungan Perilaku Makan Orang Tua dengan *Picky Eater* pada anak prasekolah di TK wilayah kerja UPTD Puskesmas Leyangan

Perilaku Makan Orang Tua	<i>Picky Eater</i>				Total	χ^2	P-value	
	Ya <i>picky eater</i>		Tidak <i>Picky Eater</i>					
	N	%	N	%				
Kurang Baik	26	41,9	36	58,1	62	100	28,262	0,000
Baik	39	41,9	54	58,1	93	100		
Total	65	41,9	90	58,1	155	100		

Berdasarkan hasil tabel 3 yang menunjukkan hubungan perilaku makan orang tua dengan kejadian *picky eater* pada anak TK di wilayah kerja Puskesmas Leyangan terdapat perilaku makan orang tua kurang baik sebagian

besar dengan anak *picky eater* sebanyak 26 responden (41,9%) dan responden yang perilaku makan orang tua baik dengan anak tidak *picky eater* sebanyak 54 orang (58,1%). Dapat dikatakan bahwa perilaku makan orang tua di wilayah kerja puskesmas Leyangan baik.

Hasil uji *chi-square* diperoleh *p-value* sebesar $0,000 < \alpha (0,05)$ dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan antara perilaku makan orang tua dengan kejadian *picky eater* pada anak prasekolah (3-5 tahun) di TK wilayah kerja UPTD Puskesmas Leyangan.

PEMBAHASAN

1. Perilaku Makan Orang Tua

Perilaku makan adalah cara seseorang berfikir, berpengetahuan dan berpandangan tentang makanan yang dinyatakan dalam bentuk perilaku tindakan makan, memilih makanan dan kebiasaan makan (Fadhilah, 2018). Perilaku makan orang tua adalah suatu tingkah laku *observable* yang dapat dilihat dan diamati dalam rangka merespon atau menganggapi rangsangan terhadap makanan, memenuhi kebutuhan makanan, serta pandangan terhadap makanan tersebut yang dilakukan oleh orang tua (Wirawan, 2013).

Hasil penelitian menunjukkan lebih banyak orang tua yang mengalami perilaku makan baik sebanyak 93 responden (60%). Hal ini menunjukkan orang tua sudah baik menerapkan perilaku makan serta pola makan sehari-hari. Hal ini dapat di perjelas dari jawaban kuesioner mengenai kebiasaan makan yaitu perilaku makan orang tua selalu berbagai ragam variasi, jenis makanan, dan selalu mencoba jenis makanan baru, tidak pilih-pilih makanan untuk di konsumsi atau makan. Menurut Snooks (2009), peran orang tua terhadap perilaku makan anak sangat penting, salah

satunya dengan memberikan model perilaku makan positif pada anak.

Modeling merupakan proses belajar pada organisme melalui observasi dan imitasi terhadap perilaku orang lain dan konsekuensi yang ditimbulkan oleh perilaku tersebut. Model dapat memiliki efek yang kuat pada pilihan makanan, terutama ketika model dianggap mirip dengannya atau dipandang sebagai orang yang memiliki kekuatan (Snooks, 2009).

Hasil penelitian masih ada responden yang mengalami perilaku makan kurang baik sebanyak 62 responden (40%). Menurut Fadhilah (2018) mayoritas kriteria perilaku makan kurang baik seperti mengonsumsi makanan asin, mengonsumsi makanan manis, dan kurangnya mengonsumsi sayur buah-buahan serta melewatkan sarapan. Sebagaimana pendapat Setyawati (2015) kebiasaan makan yang kurang baik seringkali menimbulkan gangguan pola makan.

Sebagaimana pendapat Putri (2014) yaitu perubahan pola kebiasaan hidup sebagai dampak perbaikan tingkat hidup dan kemajuan teknologi juga mendorong terjadinya perubahan pola makan dan kebiasaan makan bagi kesehatan. Menurut jawaban yang terdapat dalam kuesioner perilaku makan orang tua, pola konsumsi makanan sehari-hari orang tua menyatakan menjadi kenyang dengan mudah sebelum makanan habis, lebih mengutamakan pemilihan makanan yang instant dan mudah diolah seperti junk food atau fast food yang menghemat waktu

2. *Picky eater* pada Anak Prasekolah

Hasil penelitian menunjukkan anak yang mengalami *picky eater* sebanyak 65 responden (41,9%). Anak usia prasekolah juga memasuki periode *finicky eating* (anak menjadi rewel dan pemilih dalam hal

konsumsi makanan). Masalah makan anak paling jelas salah satunya *picky eater* atau pilih-pilih makan.

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 (Wildes, Zucker, 2012). Anak *picky eater* menolak mengonsumsi pangan yang beragam, khususnya pangan sumber zat gizi mikro seperti buah, sayur, dan daging (Uwaezuoke, Iloh, Nwolis, Ndu, & Eneh, 2016). *Picky eater* dalam tolok ukur kuesioner dalam penelitian ini adalah anak yang kenyang sebelum makannya dihabiskan, serta anak tidak mau atau menolak mencoba makanan baru khususnya mengonsumsi sayuran.

Faktor-faktor lain yang mempengaruhi perilaku makan anak menjadi *picky eater* yaitu interaksi orang tua-anak nafsu makan. Sebagaimana terdapat dalam kuesioner yang di gunakan, interaksi orang tua memberikan makanan dapat dilihat dari orang tua membiarkan anak tidak makan saat marah, orang tua selalu menginginkan yang lebih praktis atau instant agar anaknya mau makan, salah satunya orang tua menyediakan makanan cepat saji yang lebih disukai oleh anak.

Dampak yang ditimbulkan perilaku *picky eater* pada anak dapat mempengaruhi pertumbuhan pada anak. Kekurangan energi terjadi bila konsumsi energi kurang dari energi yang dikeluarkan tubuh akibatnya akan menghambat pertumbuhan bayi dan anak-anak. Jika tidak segera ditangani sejak dini dan tepat, *picky eater* akan berdampak panjang dan berulang hingga mereka dewasa, mengalami kerusakan fisik, mental dan perilaku, resiko kematian lebih tinggi, dan apabila semakin parah

akan mengakibatkan anoreksia dan bulimia (Utami, 2016)

Hasil penelitian menunjukan anak tidak *picky eater* sebanyak 90 responden (58,1%) yang disebabkan berbagai faktor salah satunya faktor perilaku makan orang tua yang berdampak pada psikologi anak terhadap kenikmatan makan dan respon negatif maupun positif terhadap makanan, sebelum makanan di coba oleh anak (Snooks, 2009). Anak prasekolah memiliki rasa ingin tahu yang tinggi dan mereka tertarik untuk memenuhi banyak hal dengan rasa ingin tahunya. Usia prasekolah juga sibuk mengeksplorasi dunia disekitarnya. Karena kesibukannya mengeksplorasi lingkungannya terkadang mengalihkan anak dari makanannya (Sutardjo, 2011).

Usia prasekolah merupakan masa-masa penting dalam membentuk kebiasaan makan sehat pada anak. Tahapan ini, anak mulai belajar untuk bisa makan sendiri, sehingga diperlukan contoh yang dapat menunjukkan dan mengarahkan perilaku makan yang baik bagi anak (Brown, 2012).

3. Bivariat

Berdasarkan hasil uji Chi Square diperoleh $p\text{-value } 0,000 < \alpha (0,05)$. Hal ini disimpulkan bahwa adanya hubungan antara perilaku makan orang tua dengan kejadian *picky eater* pada anak prasekolah (3-5 tahun) di TK wilayah kerja UPTD Puskesmas Leyangan. Diusia prasekolah, anak mulai membangun karakter dirinya, salah satunya dengan meniru contoh perilaku lingkungan sekitarnya. Pengaruh lingkungan, terutama orang tua dan keluarga dapat membentuk perilaku makan anak (Wiramihardja, 2011). Sama halnya dengan jawaban dalam pernyataan kuesioner yang mencakup jawaban orang tua tidak ada larangan khusus di lingkungan budaya

bermsyarakat dalam konsumsi makanan. Perilaku makan baik adalah perilaku konsumsi makan sehari-hari yang sesuai dengan kebutuhan gizi setiap individu untuk hidup sehat dan produktif.

Anak sebagai peniru, akan lebih menikmati makanan yang bervariasi jika melihat orang tuanya juga menikmati makanan yang bervariasi (Wardlaw, 2009). 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. (Snooks, 2009).

Orang tua memiliki pengaruh paling besar terhadap perilaku anak yang berhubungan dengan makanan dan pilihan makanan pada anak. Banyak penelitian mengenai pola makan dan pilih-pilih makanan pada anak-anak membahas pengaruh keluarga, khususnya orang tua. Konsep orang tua sebagai model peran tidak dapat diabaikan dalam diskusi fenomena pilih-pilih makanan (Priyanti, 2013). Perilaku dan kebiasaan orang tua dalam memilih makanan yang dipengaruhi oleh faktor budaya akan mempengaruhi sikap suka dan tidak suka seorang anak terhadap makanan. Orang tua dan saudara kandung yang lebih tua memiliki pengaruh besar terhadap perilaku makan anak (Sulistyoningsih, 2016)

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan pada bab sebelumnya, maka dapat diperoleh beberapa kesimpulan dari penelitian ini, yaitu:

1. Gambaran perilaku makan orang tua menunjukkan sebagian besar memiliki perilaku makan baik sebanyak 93 responden (60%) dan

- responden yang memiliki perilaku makan orang tua kurang baik sebanyak 62 responden (40%).
- Gambaran kejadian *picky eater* pada anak prasekolah (3-5 tahun) menunjukkan bahwa mayoritas anak tidak mengalami *picky eater* sebanyak 90 responden (58,1%) dari 155 responden.
 - 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 $p\text{-value } 0,000 < \alpha (0,05)$

Berdasarkan kesimpulan dari penelitian yang ada, maka penulis memberikan beberapa rekomendasi berupa saran-saran sebagai berikut:

- Orang tua di harapkan memperhatikan perilaku makan berupa variasi makanan, pemilihan makanan dan cara makan orang tua sendiri agar anak tidak menjadi *picky eater*
- Diharapkan nantinya orangtua tidak memaksa anak untuk hanya memakan makanan yang diinginkan karena justru dapat berdampak pada tingginya perilaku *picky eater*. Orangtua sebaiknya melakukan inovasi terhadap makanan yang sehat, agar anak ingin memakannya tanpa dipaksa.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, Reni & Hawadi. 2010. *Menguatkan Bakat Anak*. Jakarta: Grasindo
- Anggraini, I. R. (2014). Perilaku Makan Orang Tua Dengan Kejadian Picky Eater Pada Anak Usia Toddler, 154–162.
- Brown, S. D., Harris, G., Bell, L., & Lines, L. M. (2012). Disliked food acting as a contaminant in a sample of young children q. *APPETITE*, 58(3), 991–996. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2012.02.047>
- Dinkes, J. (2017). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah*. Semarang: Dinkes Jateng.
- Dorfman, K. (2011). *What's Eating Your Child*. USA: Workman Publishing.
- Durand, V. M., & Barlow, D. H. (2016). Psikologi abnormal. Terjemahan oleh Helly Prajitno Soetjipto dan Sri Mulyantini Soetjipto. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Fadhilah, F. H., Widjanarko, B., Shaluhiah, Z., Pendidikan, B., & Perilaku, I. (2018). FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERILAKU MAKAN PADA ANAK GIZI LEBIH DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA WILAYAH KERJA PUSKESMAS PONCOL KOTA SEMARANG, 6, 734–744.
- Goh, D. YT., & Jacob, A. (2012). Perception of picky eating among children in Singapore and its impact on caregivers: A questionnaire survey. *Asia Pacific Family Medicine*, 11(5), 1-8.
- Gregory, J. E., Paxton, S. J., & Brozovic, A. M. (2010). Maternal feeding practices, child eating behaviour and body mass index in preschool-aged children: A prospective analysis. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 7(55), 1-10.
- Hidayat, A. Aziz. (2008). *Pengantar Ilmu Kesehatan Anak untuk Pendidikan Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kesuma, A. (2015). Faktor Faktor Yang Berhubungan dengan Perilaku Kesulitan Makan Anak Prasekolah, 2(2).

- Kyle, Terry., & Carman, S. (2015). *Buku Praktik Keperawatan Pediatri* (2nd ed.). Jakarta: EGC.
- Judarwanto, W. (2009). *Gangguan Proses Makan pada Anak*. Jakarta: Picky Eater Clinic.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Palfreyman, Z., Haycraft, E., & Meyer, C. (2013). Unintentional role models: Links between maternal eating psychopathology and the modelling of eating behaviours. *European Eating Disorders Review*, 21, 195-201.
- _____. (2014). Development of the parental modelling of eating behaviours scale (PARM): Links with food intake among children and their mothers. *Maternal and Child Nutrition*, 10(4), 617-629.
- Priyanti, S. (2013). Pengaruh perilaku makan orangtua terhadap kejadian picky eater (pilih-pilih makanan) pada anak toddler di Desa Karang Jeruk Kecamatan Jatirejo Mojokerto. *Medica Majapahit*, 5(2), 43-55.
- Putri, D. Y. (2014). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Makan Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 10 Padang Tahun 2013 Penelitian Keperawatan Komunitas DILA YUDITA PUTRI.
- Saraswati, D. P. M. (2012). Gambaran perilaku picky eater dan faktor yang melatar belakanginya pada siswa PAUD Kasih Ananda Bekasi tahun 2012. Skripsi. Depok: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- Setyawati, V. A. V. (2015). Jurnal Kesehatan Masyarakat Young Women Nutritional Characters At Urban And Rural In, 11(1), 43–52.
- Sjarif, D. R. (2014). *Pendekatan Diagnosis dan Tata Laksana Masalah Makan pada Batita di Indonesia*. Jakarta: IDAI
- Snooks, M. K. (2009). Health psychology: Biological, psychological, and sociocultural perspective. USA: Jones and Bartlett Publisher.
- Soetardjo, S.S.M (2011). *Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Sudjatmoko. (2011). Masalah makan pada anak. *Journal of Medicine*, 10(1), 36-41.
- Sulistyoningsih, H. (2016). *Gizi Untuk Kesehatan Ibu Dan Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Utami, F. B. (2016). Picky Eater Pada Anak Kota : Studi Kasus Anak Usia 3-4 Tahun, 14(September), 79–86
- Uwaezuoke, S. N., Iloh, K. K., Nwolisa, C. E., Ndu, I. K., & Eneh, C. I. (2016). Picky eating in preschool-aged children: Prevalence and mothers' perceptions in South-East Nigeria. *Curr Pediatr Res*, 20(1&2), 156-163.
- Wardlaw, G.M., & Hampl, J.S. (2009). *Perspectives in Nutrition* ed. New york: Mc Graw Hill.
- Wildes, J. E., Zucker, N. L., & Marcus, M. D. (2012). Picky eating in adults: Results of a web-based survey. *International Journal of Eating Disorder*, 45, 575-582.
- Wirawan, N. A. (2013). Hubungan Perilaku Makan Orangtua Dengan Perilaku Picky Eater Pada Anak Usia Prasekolah (4-6 Tahun).