



Pengetahuan, Pola Asuh dan Kebiasaan Makan Orang Tua terhadap Kesulitan Makan Usia 4-6 Tahun

Knowledge, Parenting and Eating Habits of Parents on Eating Difficulties Aged 4-6 Years

Samiah^{1*}, Mahpolah², Niken Widayastuti Hariati³

¹ Prodi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Banjarmasin

^{2,3} Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Banjarmasin

ABSTRAK

Article Info

Article History

Received Date: 12 Januari 2023

Revised Date: 19 Januari 2023

Accepted Date: 10 Februari 2023

Kata kunci:

*Pengetahuan, Pola Asuh,
Kebiasaan Makan, Kesulitan
Makan.*

Kesulitan makan yang biasa terjadi pada anak masih menjadi perhatian banyak orang tua. Faktor yang berpengaruh terhadap gizi seseorang adalah pola makan. Pola makan erat kaitannya dengan macam, jumlah dan komposisi makanan yang dikonsumsi setiap hari. Pemenuhan makanan yang baik bagi anak akan mempengaruhi status gizi pada anak. Menurut data World Health Organization (WHO) tahun 2019 menyatakan bahwa prevalensi kasus anak usia prasekolah underweight di dunia sebesar 15,7% dan anak usia prasekolah overweight sebanyak 6,6%. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengetahuan, pola asuh dan kebiasaan makan orang tua terhadap kesulitan makan usia 4-6 tahun di PAUD Aba Rahmaniah Kecamatan Banjarbaru Utara. Jenis penelitian ini adalah observasional analitik dengan desain cross-sectional. Populasi dalam penelitian adalah semua ibu yang memiliki anak di PAUD Aba Rahmaniah Kecamatan Banjarbaru Utara dengan sampel 70 ibu yang diambil dengan teknik total sampling. Pengumpulan data dengan wawancara menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan uji korelasi Rank Spearman. Hasil penelitian menunjukkan tingkat pengetahuan ibu cukup (41,4%), pola asuh kurang (64,3%), kebiasaan makan orang tua kurang (58,6%). Analisis hasil uji korelasi Rank Spearman didapatkan ada hubungan pengetahuan ($p < 0,05$), pola asuh ($p < 0,05$) dan kebiasaan makan orang tua ($p < 0,05$) terhadap kesulitan makan usia 4-6 tahun di PAUD Aba Rahmaniah Kecamatan Banjarbaru Utara. Disarankan kepada Puskesmas perlu peningkatan pendidikan gizi bagi para orang tua untuk perbaikan pola asuh anak.

Keywords:

*Knowledge, Parenting, Eating
Habit, Difficulty Eating.*

Eating difficulties that are common in children are still a concern for many parents. Diet is closely related to the type, amount and composition of food consumed each day. Fulfillment of good food for children will affect the nutritional status. According to data from the World Health Organization (WHO) in 2019, the prevalence of cases of underweight preschool-age children in the world was 15.7% and 6.6% of overweight pre-school-aged children. This study aims to determine the knowledge, parenting and eating habits of parents on eating difficulties aged 4-6 years at PAUD Aba Rahmaniah, North Banjarbaru District. This type of research is analytic observational with cross-sectional design. Population of all mothers who had children at PAUD Aba Rahmaniah, North Banjarbaru District, with a sample of 70 mothers taken by total sampling technique. Data collecting by interview using a questionnaire. Data analysis used the Rank Spearman correlation. The results showed knowledge sufficient (41.4%), parenting poor (64.3%), parents' eating habits poor (58.6%). Analysis of the results of the Spearman Rank correlation found that there was a relationship between knowledge ($p < 0.005$), parenting ($p < 0.005$) and eating habits of parents ($p < 0.005$) to eating difficulties aged 4-6 years in PAUD Aba Rahmaniah, North Banjarbaru District. It is recommended

that parents add insight and reading about nutrition and better understand the parenting provided. Early childhood education can collaborate with the health sector, namely the puskesmas in the form of counseling on nutrition. In other researchers can make the results of this study as a reference material for further study.

*Copyright © 2023 Jurnal Riset Pangan dan Gizi.
All rights reserved*

Korespondensi Penulis:

Samiah

Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Banjarmasin

Jl. Mistar Cokrokusumo No. 1A Banjarbaru Kalimantan Selatan Indonesia-e-mail: samiahmiah25@gmail.com

PENDAHULUAN

Latar belakang

Pembangunan kesehatan adalah upaya yang dilaksanakan oleh semua komponen bangsa Indonesia yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan kemauan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya. Pembangunan sumber daya manusia (SDM) yang produktif, secara sosial dan ekonomis [1]. Anak usia prasekolah merupakan sumber daya manusia yang berkualitas dan harus dibangun sejak dini. Pada usia anak prasekolah mudah mengalami proses perubahan perilaku salah satunya kesulitan makan [2].

Kesulitan makan memang sering menjadi masalah bagi semua orang tua. Fenomena yang ada dimasyarakat saat ini masih ditemukan anak usia prasekolah yang mengalami kesulitan makan, jika dibiarkan berlangsung lama dapat menyebabkan asupan makan yang buruk, rentan terhadap penyakit serta gangguan tumbuh kembang anak [3][4]. Prevalensi kasus anak usia prasekolah underweight di dunia sebesar 15,7% dan overweight sebanyak 6,6% [5]. Status gizi anak usia prasekolah menurut (IMT/U) di Indonesia, yaitu prevalensi kurus adalah 11,2%, terdiri dari 4,0% sangat kurus dan 7,2% kurus. Sedangkan prevalensi pendek pada anak usia prasekolah adalah 30,7% terdiri dari 12,3% sangat pendek dan 18,4% pendek [6].

Rekapitulasi data Dinas Kesehatan Kota Banjarbaru tahun 2021, hasil prevalensi kurus dan berat badan anak usia prasekolah, laki-laki tergolong kurus sebanyak 11,6%, berat badan lebih sebanyak 1,3% dan perempuan tergolong kurus sebanyak 14,7% dan berat badan lebih sebanyak 1,1% [7]. Hasil laporan status gizi anak usia Prasekolah menurut BB/TB bulan Juni tahun 2022 dari Puskesmas Sungai Ulin terdapat sebanyak 25,52% gizi kurang, sebanyak 36,14% pendek, sebanyak 0,45% sangat kurus dan sebanyak 36,14% kurus disebabkan karena anak usia prasekolah memiliki perilaku yang suka pilih-pilih dalam makanannya. Kesulitan makan disebabkan oleh faktor yang meliputi kebiasaan makan pada orang tua seperti orang tua yang malas makan maka anaknya pun juga akan malas untuk makan [8]. Selain itu kesulitan makan bisa disebabkan oleh berbagai macam faktor diantaranya pendidikan ibu, pengetahuan ibu terhadap kebutuhan gizi, pekerjaan ibu, pola asuh dan sikap ibu [9]. Ibu dari anak yang bergizi, merupakan ibu yang terampil mengurus anak, sabar, dan tampak dewasa dibandingkan ibu dari kelompok dengan anak bergizi rendah [10].

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 28 Juli tahun 2022 di PAUD Aba Rahmaniah didapatkan sebanyak 80,2% mengalami kesulitan makan dan 19,8% tidak mengalami kesulitan makan. Dari hasil data laporan UKM status gizi anak menurut BB/TB di PAUD Aba Rahmaniah didapatkan berstatus gizi kurang 60,3%, gizi normal 30,5% dan gizi lebih 9,2%. Anak yang mengalami kesulitan makan memiliki status gizi yang kurang dibandingkan anak yang tidak mengalami kesulitan makan.

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa orang tua yang memiliki anak di PAUD Aba Rahmaniah, mayoritas mengeluhkan tentang kesulitan makan pada anak-anak mereka yang susah makan, harus dipaksa, suka meminta jajan, tidak mau di bawakan bekal dari rumah hanya ingin makan jajan saja dan pilih-pilih dalam makanan. Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk

melakukan penelitian tentang hubungan pengetahuan, pola asuh dan kebiasaan makan orang tua terhadap kesulitan makan usia 4-6 tahun di PAUD Aba Rahmaniah Kecamatan Banjarbaru Utara.

Tujuan

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan, pola asuh dan kebiasaan makan orang tua terhadap kesulitan makan usia 4-6 tahun di PAUD Aba Rahmaniah Kecamatan Banjarbaru Utara. Tujuan khusus penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi karakteristik anak dan ibu, kesulitan makan anak, pengetahuan, pola asuh, kebiasaan makan orang tua dan menganalisis hubungan pengetahuan, pola asuh dan kebiasaan makan orang tua terhadap kesulitan makan usia 4-6 tahun di PAUD Aba Rahmaniah Kecamatan Banjarbaru Utara.

METODE

Jenis dan desain penelitian

Jenis penelitian ini adalah observasional analitik dengan desain penelitian *cross-sectional*.

Populasi dan sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak prasekolah (4-6 tahun) di PAUD Aba Rahmaniah Kecamatan Banjarbaru Utara sebanyak 72 orang beserta ibunya. Saat pengambilan data untuk populasi penelitian ini didapatkan 70 anak untuk 2 anak lainnya sudah tidak aktif lagi ke sekolah atau pindah.

Teknik pengumpulan data

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah total *sampling*. Data primer berupa karakteristik anak dan ibu, kesulitan makan anak, pengetahuan, pola asuh dan kebiasaan makan orang tua diperoleh melalui wawancara menggunakan kuesioner.

Analisis

Analisis data dilakukan dengan uji korelasi *Rank Spearman* dengan $\alpha = 0,05$ untuk mengetahui hubungan pengetahuan, pola asuh dan kebiasaan makan orang tua terhadap kesulitan makan usia 4-6 tahun di PAUD Aba Rahmaniah Kecamatan Banjarbaru Utara.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Anak

Hasil penelitian karakteristik anak berdasarkan usia dan jenis kelamin mendapatkan hasil bahwa menurut usia anak paling banyak berusia 5-6 tahun sebanyak 77,1% dan menurut jenis kelamin anak paling banyak berjenis kelamin laki-laki sebanyak 54,3% (Tabel 1).

Tabel 1. Distribusi Berdasarkan Karakteristik Anak di PAUD Aba Rahmaniah Kecamatan Banjarbaru Utara (n=70)

	Karakteristik	n	%
Usia	3 - 4 tahun	16	22,9
	5 - 6 tahun	54	77,1
Jenis Kelamin	Laki-laki	38	54,3
	Perempuan	32	45,7

Karakteristik Ibu

Hasil penelitian karakteristik ibu berdasarkan usia, pendidikan dan pekerjaan mendapatkan hasil bahwa menurut usia ibu paling banyak berusia 17-25 tahun (Remaja Akhir) sebanyak 42,9%, menurut pendidikan ibu paling banyak SMA/Sederajat sebanyak 38,6% dan menurut pekerjaan ibu paling banyak ibu rumah tangga sebanyak 52,9% (Tabel 2).

Tabel 2. Distribusi Berdasarkan Karakteristik Ibu yang memiliki anak di PAUD Aba Rahmaniah Kecamatan Banjarbaru Utara (n=70)

	Karakteristik	n	%
Usia	17-25 tahun (Remaja Akhir)	30	42,9
	26-35 tahun (Dewasa Awal)	24	34,3
	36-45 tahun (Dewasa Akhir)	16	22,8
	Pendidikan		
	SD/Sederajat	7	10
	SMP/Sederajat	26	37,1
	SMA/Sederajat	27	38,6
	Perguruan Tinggi	10	14,3
Pekerjaan	Ibu Rumah Tangga	37	52,9
	Pedagang	16	22,8
	Wiraswasta	10	14,3
	PNS	7	10

Analisis Univariat

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesulitan makan anak-anak paling banyak anak yang mengalami kesulitan makan sebanyak 58,6%, pengetahuan paling banyak cukup sebanyak 41,4%, pola asuh paling banyak kurang sebanyak 64,3% dan kebiasaan makan orang tua paling banyak kurang sebanyak 58,6% (Tabel 3).

Tabel 3. Distribusi Berdasarkan Kesulitan Makan Anak, Pengetahuan, Pola Asuh dan Kebiasaan Makan Orang Tua di PAUD Aba Rahmaniah Kecamatan Banjarbaru Utara (n=70)

	Analisis	n	%
Kesulitan Makan Anak	Tidak ada kesulitan makan	29	41,4
	Ada kesulitan makan	41	58,6
Pengetahuan	Baik	16	22,9
	Cukup	29	41,4
	Kurang	25	35,7
Pola Asuh	Cukup	25	35,7
	Kurang	45	64,3
Kebiasaan Makan Orang Tua	Cukup	29	41,4
	Kurang	41	58,6

Analisis Bivariat**Hubungan Pengetahuan Ibu terhadap Kesulitan Makan Anak**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa berdasarkan uji bivariat pengetahuan baik paling banyak anak tidak mengalami kesulitan makan sebanyak 10 anak (62,5%) sedangkan pengetahuan kurang paling banyak anak mengalami kesulitan makan sebanyak 20 anak (80%) (Tabel 4).

Tabel 4. Distribusi Hubungan Pengetahuan terhadap Kesulitan Makan Usia 4-6 tahun di PAUDAbra Rahmaniah Kecamatan Banjarbaru Utara.

Pengetahuan	Kesulitan Makan Anak				Jumlah	
	Tidak		Ya		n	%
	n	%	n	%		
Baik	10	62,5	6	37,5	16	100
Cukup	14	48,3	15	51,7	29	100
Kurang	5	20	20	80	25	100

p value = 0,004 r_s = 0,339

Hubungan Pola Asuh terhadap Kesulitan Makan Anak

Hasil penelitian menunjukkan bahwa berdasarkan uji bivariat pola asuh cukup paling besar anak tidak mengalami kesulitan makan sebanyak 21 anak (84%) sedangkan pola asuh kurang paling besar anak mengalami kesulitan makan sebanyak 37 anak (82,2%) (Tabel 5).

Tabel 5. Distribusi Hubungan Pola Asuh terhadap Kesulitan Makan Usia 4-6 tahun di PAUD Abra Rahmaniah Kecamatan Banjarbaru Utara.

Pola Asuh	Kesulitan Makan Anak				Jumlah	
	Tidak		Ya		n	%
	n	%	n	%		
Cukup	21	84	4	16	25	100
Kurang	8	17,8	37	82,2	45	100

p value = 0,000 r_s = 0,644

Hubungan Kebiasaan Makan Orang Tua terhadap Kesulitan Makan Anak

Hasil penelitian menunjukkan bahwa berdasarkan uji bivariat kebiasaan makan orang tua cukup paling besar anak tidak mengalami kesulitan makan sebanyak 20 anak (69,0%) sedangkan kebiasaan makan orang tua kurang paling besar anak mengalami kesulitan makan sebanyak 32 anak (78,0%) (Tabel 6).

Tabel 6. Distribusi Hubungan Kebiasaan Makan Orang Tua terhadap Kesulitan Makan Usia 4-6 tahun di PAUD Abra Rahmaniah Kecamatan Banjarbaru Utara.

Kebiasaan Makan Orang Tua	Kesulitan Makan Anak				Jumlah	
	Tidak		Ya		n	%
	n	%	n	%		
Cukup	20	69	9	31	29	100
Kurang	9	22	32	78	41	100

p value = 0,000 r_s = 0,470

PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Kesulitan Makan Anak

Hasil penelitian yang dilakukan di PAUD Abra Rahmaniah Kecamatan Banjarbaru Utara data kesulitan makan anak diketahui bahwa anak yang mengalami kesulitan makan sebanyak 58,6%. Berdasarkan wawancara dengan ibu didapatkan hasil dari 41 ibu anaknya mengalami kesulitan makan terdapat ibu yang memilih anak selalu pilih-pilih makanan sebanyak 41,4%, sulit menerima makanan bervariasi/baru sebanyak 40,0%, makan dalam jumlah sedikit sebanyak 31,4%, lebih suka makanan yang dibuat dengan teknik digoreng sebanyak 34,3%, menutup mulut saat diberikan makan sebanyak 15,7%, suka menahan makanan dalam mulut sebanyak 25,7%, mengunyah makanan dengan gerakan yang pelan sebanyak 25,7%, menolak makan sayur dan buah sebanyak 18,6% dan hanya mau makan jika sambil bermain-main atau menonton tv sebanyak 25,7%.

Kesulitan makan merupakan ketidakmampuan untuk makan dan menolak makanan tertentu dengan gejala berupa pilih-pilih dalam makanan, sulit menerima makanan yang baru, makan dalam jumlah sedikit, makan berlama-lama dan memainkan makanan, menolak memakan makanan yang sehat dan bergizi [11]. Anak lebih menyukai makanan yang memiliki rasa manis dan asin, serta menolak segala jenis makanan yang rasanya asam atau pahit. Hal ini terjadi karena indra pengecap pada lidah mulai berubah dan selera makan mulai berkurang [12].

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nggarang & Bodus tahun 2019 menyatakan bahwa perilaku sulit makan adalah perilaku anak yang menolak makan, hanya makan makanan tertentu dan tidak menghabiskan porsi makanannya setiap kali makan [13]. Penelitian lain menyebutkan bahwa kejadian gangguan makan disebabkan oleh asupan makanan yang tidak memuaskan, tidak ingin makanan ditelan, makan sangat sedikit/tidak nafsu makan, hanya mau makan makanan tertentu saja [14].

Pengetahuan

Hasil penelitian yang dilakukan di PAUD Aba Rahmaniah Kecamatan Banjarbaru Utara data pengetahuan ibu diketahui bahwa paling banyak pengetahuan cukup sebanyak 29 ibu (41,4%), namun masih ditemukan ibu dengan pengetahuan kurang sebanyak 25 ibu (35,7%). Berdasarkan penelitian didapatkan hasil dari 29 ibu pengetahuan cukup terbanyak memiliki pendidikan terakhir SMA/Sederajat 17 ibu (24,3%), sedangkan dari 25 ibu yang memiliki pengetahuan kurang pendidikan terakhir SMP/Sederajat 20 ibu (28,6%). Namun masih ada ibu pengetahuan baik dengan pendidikan terakhir terbanyak yaitu perguruan tinggi 10 ibu (14,3%).

Ibu yang memiliki tingkat pengetahuan cukup bukan berarti pengetahuannya sudah maksimal. Ada beberapa cara untuk mendapatkan pengetahuan, ibu akan cenderung mencari informasi baik dari orang lain maupun dari media massa terkait dengan pengetahuan tentang gizi seimbang dan pemantauan kesehatan anak serta dapat memilih jenis makanan yang baik dikonsumsi oleh anak secara langsung [15].

Berdasarkan data yang didapatkan peneliti diketahui bahwa ibu yang belum mengetahui makanan sumber mineral sebanyak 21 ibu (72,4%) dan makanan sumber vitamin A sebanyak 24 ibu (96%). Namun sebagian besar ibu sudah mengetahui jenis makanan yang dianjurkan untuk balita (68,8%).

Pengetahuan cukup dikarenakan ibu sudah tahu tentang makanan sumber karbohidrat, protein dan sumber vitamin A, namun ibu tidak tahu sumber mineral sedangkan pengetahuan kurang ibu tidak tahu sumber makanan vitamin A. Pengetahuan baik sebagian ibu tahu tentang jenis makanan yang terdiri dari makanan yang bergizi, namun ibu tidak tahu jenis makanan yang dianjurkan dan seimbang untuk kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan anak. Tingkat pengetahuan gizi ibu berdampak pada kesulitan dalam menentukan makanan yang bergizi seimbang, sikap dan perilaku dalam pola hidup sehat [16]. Pendidikan tinggi, diharapkan mempunyai daya terima yang lebih baik terhadap ilmu yang diterima sehingga diharapkan dapat dipraktikkan pada keluarga. Namun pendidikan yang rendah, tidak menjamin seseorang ibu tidak mempunyai cukup pengetahuan mengenai tujuan pemberian makan pada keluarga. Adanya rasa ingin tahu yang tinggi dapat mempengaruhi ibu dalam mendapatkan informasi mengenai makanan yang tepat untuk anak [17].

Pengetahuan baik dalam mengetahui jenis-jenis bahan makanan, sumber-sumber zat gizi dan tujuan pemberian makan pada anak dapat memenuhi kecukupan gizi mereka. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Yankanchi tahun 2018 yang menyatakan mayoritas responden memiliki pengetahuan cukup sebanyak 66% dapat memahami tentang sumber-sumber zat gizi, kebutuhan gizi, tujuan zat gizi dan pola hidup sehat [18]. Pengetahuan erat kaitannya dengan pendidikan dan pemahaman ibu merupakan hal utama dalam manajemen rumah tangga, hal ini akan memberikan pengaruh sikap seorang ibu pada saat memilih bahan makanan yang dikonsumsi keluarga [19].

Pola Asuh

Hasil penelitian yang dilakukan di PAUD Aba Rahmaniah Kecamatan Banjarbaru Utara data pola asuh diketahui bahwa paling banyak pola asuh kurang sebanyak 45 ibu (64,3%). Berdasarkan hasil penelitian diperoleh dari 45 ibu pola asuh kurang memiliki rentang usia 17-25 (Remaja akhir) terdapat usia 19 tahun (4,3%), usia 21 tahun (8,6%), usia 22 tahun (4,3%), usia 23 tahun (8,6%), usia 24 tahun (10,0%) dan usia 25 tahun (7,1%). Usia dapat mempengaruhi peran dalam mengasuh anak. Jika terlalu muda atau terlalu tua

mungkin tidak dapat menjalankan peran pengasuhan secara optimal karena diperlukan kekuatan fisik [20]. Pengalaman ibu masih sedikit dikarenakan usia muda ibu baru memiliki 1 anak sebanyak (27,1%) sehingga masih sedikit pengalaman untuk mengasuh anak. Rentang usia dapat mempengaruhi peran dalam mengasuh anak [20].

Berdasarkan data yang didapatkan peneliti diketahui bahwa ibu pola asuh kurang sebanyak 45 ibu paling banyak menjawab pertanyaan kurang tepat pada nomor 3, 4, 5 dan 7. Ibu yang kurang tepat menjawab pertanyaan nomor 3 dan 7 sebanyak 41 ibu (91,1%) terkait pertanyaan “membiarkan anak tidak menghabiskan makanan $\frac{1}{4}$ dari porsi 1 piring yang di sajikan” dan pertanyaan “dalam pengolahan makanan masih menggunakan teknik digoreng”. Untuk pertanyaan nomor 4 dan 5 ibu kurang tepat menjawab pertanyaan sebanyak 40 ibu (88,9%) terkait pertanyaan “jenis hidangan yang paling sering dikonsumsi” dan pertanyaan “pemberian selingan pada anak dalam sehari”.

Berdasarkan pedoman pemberian makan anak yang tepat diberikan dalam porsi yang sesuai (30 g makanan/kg bb), dengan frekuensi yang lebih sering, sehingga walaupun anak tidak menghabiskan makanannya bisa di atasi pemberian porsi sedikit tapi sering yang terbagi atas makan utama (pagi, siang dan malam). Dalam penyajian makanan dalam sehari ibu hanya berfokus pada sumber karbohidrat, protein dan lemak tanpa memperhatikan sumber yang lainnya seperti vitamin dan mineral yang bisa diberikan sebagai selingan untuk anak. Selingan diberikan dengan porsi kecil dan mengenyangkan, diberikan 2x sehari dalam waktu yang tidak terlalu dekat dengan waktu makan. Untuk jumlah kalori makanan selingan sekitar 150-200 kkal [21].

Perilaku pilih-pilih makan pada anak karena dalam teknik pengolahan makanan anak tidak bervariasi masih banyak ibu yang menerapkan teknik digoreng dalam pengolahan makanan sehingga anak cepat merasa bosan. Untuk usia 4-6 tahun anak masih membutuhkan sumber dari lemak yang bisa didapat dengan teknik digoreng, namun untuk orang dewasa teknik digoreng sangat dihindari dalam pengolahan makanan [22]. Penerapan pola asuh makan pada penelitian ini sejalan dengan penelitian Nyanyi tahun 2019 dimana pola asuh makan terbukti dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti karakteristik keluarga (usia, pekerjaan dan tingkat pendidikan), karakteristik anak serta kondisi lingkungan termasuk kemudahan akses dalam mendapatkan sumberdaya bahan pangan [4].

Pola asuh ibu masuk dalam kategori cukup dilihat dari karakteristik ibu sebagian besar ibu memiliki pekerjaan yang dilakukan di rumah. Ibu dapat menentukan pola asuh yang baik untuk anak, diantaranya adalah menyajikan makanan yang mengandung zat gizi, menyiapkan buah dan sayur, mengolah bahan makanan secara baik dan benar, memberikan makanan yang tepat sesuai dengan kebutuhan tubuh anak yang artinya tidak kurang juga tidak terlalu banyak [23].

Kebiasaan Makan Orang Tua

Hasil penelitian yang dilakukan di PAUD Aba Rahmaniah Kecamatan Banjarbaru Utara data kebiasaan makan orang tua diketahui bahwa paling banyak kebiasaan makan orang tua kurang baik sebanyak 41 ibu (58,6%). Berdasarkan penelitian didapatkan hasil dari 41 orang tua memiliki kebiasaan makan masuk dalam kategori kurang baik, dilihat dari rentang usia 17-25 tahun (usia remaja) (35,1%) dengan pendidikan terakhir SMP/Sederajat (27,1%).

Pola makan yang tidak baik yang sering dilakukan usia remaja seperti terlalu sering makan mie instan, begadang dan minum kopi, sering minum soft drink, minum minuman beralkohol, suka ngemil yang tidak sehat seperti junkfood, makan terlalu cepat dan kekenyangan, makan tidak teratur, jajan sembarang tempat tanpa memperhatikan kebersihan sekitar dan nilai gizi dari makanan tersebut [24]. Hal ini sejalan dengan penelitian Erni dkk tahun 2018 yang dilakukan didapatkan bahwa sebanyak 77,2% dengan pola makan tidak sehat dan sebanyak 22,8% dengan pola makan sehat. Diperoleh remaja usia 17-25 tahun juga suka mengonsumsi junk food [25].

Berdasarkan data yang didapatkan peneliti diketahui bahwa ibu pola asuh kurang sebanyak 41 ibu menjawab pertanyaan paling banyak kurang tepat pada nomor 1, 2, 4 dan 5. Ibu yang kurang tepat menjawab pertanyaan nomor 1 dan 4 sebanyak 38 ibu (92,7%) terkait pertanyaan “variasi menu makanan yang dimakan” dan pertanyaan “orang tua mengonsumsi buah dalam sehari”. Untuk pertanyaan nomor 2 dan 5 ibu kurang tepat menjawab pertanyaan sebanyak 40 ibu (97,6%) terkait pertanyaan “mengonsumsi makanan jadi/jajanan/fast food 6-7 kali/minggu” dan pertanyaan “mengonsumsi makanan yang disukai

saja".

Berdasarkan hasil didapat orang tua hanya mengkonsumsi makanan pokok, sayur dan lauk tanpa memperhatikan ketentuan isi piringku. Kebanyakan orang tua lebih suka memilih makanan yang instan, namun orang tua tidak tahu dampak dari mengkonsumsi makanan instan jika dikonsumsi setiap hari. Orang tua sudah tahu tentang isi piringku yang terdiri dari makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah, namun tidak tahu porsi yang seharusnya dikonsumsi dalam sehari. Sebagian besar orang tua hanya mementingkan rasa tanpa memperhatikan kandungan zat gizi dalam suatu makanan sehingga sering mengkonsumsi makanan yang disukai saja.

Anak membutuhkan panutan dari orang tua untuk dapat membiasakan pola makan yang benar dengan gizi yang seimbang [26]. Orang tua memiliki peran yang sangat penting dalam membentuk kebiasaan makan yang baik pada anak. Orang tua yang memiliki kebiasaan makan yang buruk tentunya itu akan menurun juga pada anak [27]. Kebiasaan makan orang tua masuk dalam kategori kurang dilihat dari masih ada ibu yang memiliki kebiasaan makan yang kurang baik pilih-pilih dalam makanan. Orang tua dapat mempengaruhi kebiasaan makan anak mereka dengan cara yang positif dengan menjadi teladan yang baik [18].

Analisis Bivariat

Hubungan Pengetahuan terhadap Kesulitan Makan Anak

Hasil penelitian yang dilakukan di PAUD Aba Rahmaniah Kecamatan Banjarbaru Utara dapat diketahui bahwa berdasarkan uji korelasi *Rank Spearman* diperoleh ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan terhadap kesulitan makan usia 4-6 tahun di PAUD Aba Rahmaniah Kecamatan Banjarbaru Utara. Hasil korelasi ini bersifat positif, menunjukkan hubungan yang searah artinya jika baik pengetahuan ibu, maka sedikit anak yang mengalami kesulitan makan. Ataupun sebaliknya, buruk pengetahuan ibu, maka banyak anak yang mengalami kesulitan makan. Kekuatan hubungan yang sedang, ini menunjukkan bahwa pengetahuan ibu yang diterapkan pada anak berpengaruh terhadap perubahan pola makan anak.

Hal ini juga sesuai dengan pernyataan dalam beberapa penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa ibu dengan tingkat pengetahuan tinggi memiliki anak dengan kesulitan makan yang tergolong lebih rendah daripada ibu dengan tingkat pengetahuan rendah [28]. Hasil Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Farwati tahun 2020 pada anak prasekolah di rumah susun Griya Tipar terdapat hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi dengan perilaku makan pada anak usia prasekolah. Didapatkan bahwa ibu dengan pengetahuan tentang gizi yang kurang memiliki peluang sebesar 6.429 kali lebih besar untuk memiliki anak dengan perilaku makan yang kurang baik [29].

Kurangnya pengetahuan gizi mengakibatkan berkurangnya kemampuan menerapkan informasi pola gizi dalam jumlah asupan dan kebutuhan zat gizi sesuai dengan usia anak. Oleh karena itu pengetahuan gizi dapat membantu memperbaiki status gizi untuk mencapai pertumbuhan yang optimal pada anak balita. Peningkatan pengetahuan mengenai gizi akan menjadi kekuatan pendorong untuk meningkatkan perilaku makan anak yang baik. Akan tetapi pengetahuan gizi tidak selalu menjadi dasar dalam pemilihan makanan, hal ini masih dipengaruhi oleh kebiasaan makan [30].

Hubungan Pola Asuh terhadap Kesulitan Makan Anak

Hasil penelitian yang dilakukan di PAUD Aba Rahmaniah Kecamatan Banjarbaru Utara dapat diketahui bahwa berdasarkan uji korelasi *Rank Spearman* diperoleh ada hubungan yang signifikan antara pola asuh terhadap kesulitan makan usia 4-6 tahun di PAUD Aba Rahmaniah Kecamatan Banjarbaru Utara. Hasil korelasi ini bersifat positif, menunjukkan hubungan yang searah artinya jika baik pola asuh, maka sedikit anak yang mengalami kesulitan makan. Ataupun sebaliknya, kurang pola asuh, maka banyak anak yang mengalami kesulitan makan. Kekuatan hubungan yang kuat, ini menunjukkan bahwa pola asuh yang diterapkan pada anak berpengaruh terhadap perubahan pola makan anak seperti terjadinya perilaku sulit makan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa pola asuh ibu diterapkan pada anak yang berpengaruh terhadap perilaku pilih-pilih makan pada anak. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang

dilakukan oleh Mustikasari dkk tahun 2019 menyatakan bahwa terdapat hubungan pola asuh orang tua terhadap terjadinya perilaku kesulitan makan pada anak prasekolah di TK Aisyiyah Gombang Kabupaten Kebumen [31]. Pola asuh orang tua dan pola pemberian makan pada anak yang kurang tepat dapat menyebabkan anak menjadi pilih-pilih makanan.

Hubungan Kebiasaan Makan Orang tua terhadap Kesulitan Makan Anak

Hasil penelitian yang dilakukan di PAUD Aba Rahmaniah Kecamatan Banjarbaru Utara dapat diketahui bahwa berdasarkan uji korelasi *Rank Spearman* diperoleh ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan makan orang tua terhadap kesulitan makan usia 4-6 tahun di PAUD Aba Rahmaniah Kecamatan Banjarbaru Utara. Hasil korelasi ini bersifat positif, menunjukkan hubungan yang searah artinya jika baik kebiasaan makan orang tua, maka sedikit anak yang mengalami kesulitan makan. Ataupun sebaliknya, kurang kebiasaan makan orang tua, maka banyak anak yang mengalami kesulitan makan.

Kekuatan hubungan yang sedang, ini menunjukkan bahwa kebiasaan makan orang tua dapat berpengaruh terhadap perubahan pola makan anak seperti terjadinya perilaku sulit makan. Hal ini menunjukkan bahwa kebiasaan makan orang tua dapat berpengaruh terhadap perilaku pilih-pilih makan pada anak. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Anggraini tahun 2014 dimana terdapat hubungan kebiasaan makan orangtua dengan perilaku sulit makan pada anak usia prasekolah. Koefisien korelasi yaitu tingkat sedang, ini menunjukkan bahwa kebiasaan makan orang tua dapat berpengaruh terhadap perubahan pola makan anak seperti terjadinya perilaku sulit makan [32].

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, kebiasaan makan orang tua masih banyak kurang dikarenakan oleh latar belakang ibu paling banyak memiliki rentang usia 17-25 tahun yang masuk kategori remaja akhir. Ibu masih memiliki pola makan remaja yang suka pilih-pilih dalam makanan. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kusumawardhani dkk tahun 2019 yang dilakukan di Puskesmas Jabon Kabupaten Sidoarjo menunjukkan adanya pengaruh perilaku makan orang tua dengan perilaku kesulitan makan, yang artinya orang tua berperilaku memilih-milih makanan kemungkinan akan menurunkan perilaku kesulitan kepada anak kali lebih tinggi daripada anak yang memiliki orang tua yang tidak memilih-milih makanan [33].

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan, pola asuh dan kebiasaan makan orang tua terhadap kesulitan makan usia 4-6 tahun di PAUD Aba Rahmaniah Kecamatan Banjarbaru Utara. Disarankan para orang tua menambah wawasan dan bacaan mengenai gizi yang baik dan lebih memahami pola asuh yang diberikan. Pada institusi pendidikan dapat melakukan kerja sama dengan bidang kesehatan lain seperti puskesmas berupa penyuluhan mengenai gizi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada kepala PAUD Aba Rahmaniah yang telah memberikan dukungan berupa informasi data dan tempat untuk peneliti melakukan penelitian serta ibu yang memiliki anak di PAUD Aba Rahmaniah yang telah bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini dan kepada dosen pembimbing yang telah banyak meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, masukan, koreksi serta saran dalam penyusunan dan perbaikan jurnal ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Depkes RI., 2015. Indikator Indonesia Sehat dan Pedoman Penetapan Indikator Provinsi Sehat dan Kabupaten /Kota Sehat : Keputusan Menteri Kesehatan Nomor 1202/Menkes/SK/VIII/2003. Jakarta: Departemen Kesehatan RI.
2. Wijayanti F, Rosalina R., 2018. Hubungan perilaku *picky eater* dengan status gizi pada anak pra sekolah Tk Islam Nurul Izzah Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 7 (2), pp. 175-182. Publisher JIKM.
3. Kwon K. M, Shim J. E, Kang M, Paik H. Y., 2017. Association between *picky eating* behaviors and nutritional status in early childhood: Performance of a picky eating behavior questionnaire. *Nutrients*

Journal, 9 (5), pp. 1-14. *Publisher* MDPI.

4. Nyanyi M. F. A, Wahyuni T. D, Swaidatul M. A., 2019. Pola asuh ibu yang mempengaruhi perilaku sulit makan pada anak prasekolah (4-6 tahun). *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 4 (1), pp. 1–10. *Publisher* JIIK.
5. Riskesdas., 2018. Hasil utama Riskesdas 2018. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
6. Kemenkes RI., 2019, Hasil Utama RISKESDAS 2019, Kemenkes RI: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
7. Dinas Kesehatan Kota Banjarmasin. Laporan Tahunan Dinas Kota Banjarmasin Tahun 2021. Banjarmasin: Dinkes Kota Banjarmasin, 2021.
8. Asih Y, Mugiati M., 2018. Pijat tuna efektif dalam mengatasi kesulitan makan pada balita. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14 (1), pp. 98. *Publisher* JIIKSB.
9. Fitria L, Sutiejo I., 2018. Faktor-faktor yang berhubungan dengan sulit makan pada anak usia pra sekolah di TK At Nurus Sholihah Kebagusan Pasar Minggu Jakarta Selatan. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 10 (1), pp. 58–67. *Publisher* JKM.
10. Ayuningtyas I. F., 2018. Perilaku Picky eater dan status gizi pada anak toddler. *Jurnal KebidananUM. Mataram*, 3 (1), pp. 81-85. *Publisher* JKM.
11. Viljakainen H. T., 2018. Picky eating-A risk factor for underweight in finnish preadolescents. *nutrients journal*, 3 (2), pp. 107–114. *Publisher* MDPI.
13. Intan P.B, Sri I.H., 2018. Perilaku *Picky Eater* Dengan Status Gizi Pada Anak Usia Prasekolah. *Jurnal Keperawatan*, 4 (1), pp. 163-164. *Publisher* JIIK.
15. Nggarang B.N, Bodus O.J., 2019. Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Perilaku Sulit Makan Anak Usia Prasekolah Di Taman Kanak-Kanak Arengkoe Pagal. *Jurnal Wawasan Kesehatan*, 4 (1), pp. 17-20. *Publisher* JWKM.
16. Asih Y, Mugiati M., 2018. Pijat tuna efektif dalam mengatasi kesulitan makan pada balita. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14 (1), pp. 98. *Publisher* JIIKSB.
17. Deviyanty D, Zulfiana D, Sajiman., 2018. Perbedaan Metode Penyuluhan Gizi Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu dan Tingkat Konsumsi Anak Usia Dini. *Jurnal Riset Pangan dan Gizi*, 1 (1), pp.8-10. *Publisher* JAPPPRI.
18. Hutaaruk K.N.S.P., 2017. Hubungan Antara Karakteristik Ibu (Pendidikan, Pekerjaan, Pengetahuan Tentang Gizi) Dengan Status Gizi Siswa Sdn Sawahan I Surabaya. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 5 (2), pp. 179-180. *Publisher* JPOK.
19. Rikandi M, Novia U S. 2018 Analisis Hubungan Pengetahuan dan Pola Asuh Orang Tua dengan Kesulitan Makan Pada Anak Usia Prasekolah di TK Negeri 1 Padang Tahun 2016. *Jurnal Ilmu Kesehatan (JIK)*, 2 (1), pp. 205. *Publisher* JIKP.
20. Yankanchi S. G, Ganganahalli P, Udgiri R, Patil S. S., 2018. Assessment of nutritional status of primary school children in urban field practice area, Vijayapura. *International Journal of Community Medicine and Public Health*, 5 (2), pp. 779–783. *Publisher* JIKM.
21. Nurmalasari Y, Utami D, Perkasa B., 2020. Picky eating and stunting in children aged 2 to 5 years in central Lampung, Indonesia. *International of Nursing and Health Science Journal*, 3 (1), pp. 29–34. *Publisher* JGI.
22. Istiqomah A, Nuraini A., 2018. Faktor - faktor penyebab kesulitan makan pada balita di Posyandu Kaswari Dusun Kaggotan Kidul Pleret Bantul Yogyakarta. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 5 (1), pp. 12-
23. *Publisher* JIK.
24. Sofiyatin., 2022. Makanan Selingan Berbasis Pangan Lokal Untuk Anak Usia 3-5 Tahun Dalam Upaya

- Pencegahan Stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3 (2), pp 1-6. Publisher JPMI.
25. Rita Kurnia., 2018. Pendidikan Gizi Untuk Anak Usia Dini. *Jurnal Media Gizi Indonesia*, 16 (1), pp. 32-35. Publisher JMGI
 26. Galuh N. P, Frizma Y. P., 2021. Hubungan Status Ibu Bekerja, Pola Asuh Makan, Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian Picky Eater pada Anak Usia Prasekolah. *Journal Indonesia of Public Health and Nutrition Journal*, 1 (3), pp. 577-583. Publisher JGI.
 27. Dwi N. A., 2019. Peran Orang Tua terhadap anak usia dini (usia 2 tahun) yang mengalami Picky Eater. *On Early Childhood Journal*, 2 (1), pp. 39-44. Publisher JGI
 28. Erni M, Yoyon S., 2018. Peran Orang Tua Dan Pendidik Dalam Menerapkan Perilaku Disiplin Terhadap Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan dan Pemberdayaan Masyarakat*, 1 (2), pp. 20-25. Publisher JPPM.
 29. Depi L., 2020. Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Perilaku Picky Eater Pada Anak Usia Prasekolah. *Jurnal Sehat Masada*, 14 (1), pp. 73-80. Publisher JSM.
 30. Setiarsih D, Habibi R., 2020. Hubungan perilaku ibu dalam pemberian makan dengan sulit makan pada anak usia 3-5 tahun. *Indonesian of Professional Nursing Journal*, 1(2), pp. 1–5. Publisher JGI.
 31. Rikandi M, Novia U S. 2018 Analisis Hubungan Pengetahuan dan Pola Asuh Orang Tua dengan Kesulitan Makan Pada Anak Usia Prasekolah di TK Negeri 1 Padang Tahun 2016. *Jurnal Ilmu Kesehatan (JIK)*, 2 (1), pp. 205. Publisher JIKP
 32. Farwati L., 2020. Hubungan Pengasuhan, ASI Eksklusif, dan Pengetahuan Ibu dengan Picky Eating Anak Pra-Sekolah. *Indonesian Journal of Health Development*, 2 (3), pp. 145-153. Publisher JHQD.
 33. Wahyu W, Wulan S. P., 2021. Pengetahuan Orang Tua Dan Perilaku Picky Eating Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita. *Medical and Health Sciences Journal*, 8 (4), pp. 390-391. Publisher MHSI.
 34. Mustikasari A, Marsito, Ernawati. 2019. Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Kebiasaan Memilih-milih Makan (Picky Eater) pada Anak Prasekolah di TK Aisyiyah Gombang Kabupaten Kebumen. *Jurnal Kesehatan*, 10 (2), pp. 449-452. Publisher JIK.
 35. Anggraini I. R., 2014. Perilaku Makan Orang Tua Dengan Kejadian Picky Eater Pada Anak Usia Toddler. *Jurnal Keperawatan*, 5 (2), pp. 154–162. Publisher JIHK.
 36. Kusumawardhani N, W. Purnomo, R. Hargono, S. N. Hidayati, M. T. Utomo, and S. Andari. 2019. Determinan ‘Picky Eater (Pilih-Pilih Makanan) Pada Anak Usia 1-3 Tahun (Studi Di Wilayah Kerja Puskesmas Jabon Sidoarjo). *Jurnal Kesehatan Politeknik Kesehatan Majapahit Mojokerto*, 5 (2), pp. 91–119. Publisher Politeknik Kesehatan Majapahit Mojokerto.