

**PENGARUH FAKTOR KELUARGA  
TERHADAP UPAYA PENCEGAHAN *PICKY EATERS* OLEH  
KELUARGA DI MADURA DENGAN ANAK USIA 3-5 TAHUN  
(PRA-SEKOLAH)**

(Studi di Wilayah Kerja Kelurahan Tunjung Kabupaten Bangkalan)

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Untuk Melengkapi Sebagian Persyaratan

Menjadi Sarjana Keperawatan



MOH. RIZALDI  
NIM. 20142010024

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
STIKES NGUDIA HUSADA MADURA**

**2024**

## HALAMAN PERSETUJUAN

### **PENGARUH FAKTOR KELUARGA TERHADAP UPAYA PENCEGAHAN *PICKY EATERS* OLEH KELUARGA DI MADURA DENGAN ANAK USIA 3-5 TAHUN (PRA-SEKOLAH)**

(Studi di Wilayah Kerja Kelurahan Tunjung Kabupaten Bangkalan)

NASKAH PUBLIKASI



Oleh:

MOH. RIZALDI  
NIM. 20142010024

Telah disetujui pada tanggal:  
Bangkalan, 18 Juli 2024  
Pembimbing

Dr. Fitriah, S.Kep., Ns., M.Pd., M.Kep  
NIP. 1970 1209 1995 03 2001

**PENGARUH FAKTOR KELUARGA  
TERHADAP UPAYA PENCEGAHAN *PICKY EATERS* OLEH  
KELUARGA DI MADURA DENGAN ANAK USIA 3-5 TAHUN  
(PRA-SEKOLAH)**

(Studi di Wilayah Kerja Kelurahan Tunjung Kabupaten Bangkalan)

**Moh. Rizaldi<sup>1</sup>, Dr.Fitriyah, S.Kep., Ns., M.Pd., M.Kep<sup>2</sup>**

- 1) Mahasiswa S1 Keperawatan STIKes Ngudia Husada Madura
  - 2) Dosen Kebidanan Politeknik Kemenkes Surabaya
- \*email: [nhmkeperawatanmoh.rizaldi@gmail.com](mailto:nhmkeperawatanmoh.rizaldi@gmail.com)

**ABSTRAK**

Pencegahan *picky eaters* adalah hal penting dilaksanakan para orang tua untuk mengurangi kejadian *stunting* yang diakibatkan anak memilih-milih makanan. Tujuan penelitian menganalisa pengaruh faktor keluarga terhadap pencegahan *picky eaters* dengan anak usia 3 taun sampai 5 tahun.

Desain penelitian *cross sectional*, populasi 140 responden dan sampel 103 orang tua dengan anak usia 3 tahun sampai 5 tahun. Variabel independen faktor keluarga. Variabel dependen upaya pencegahan *picky eaters*. Pengumpulan data kuesioner. Uji statistik Regresi linier berganda.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor keluarga (pengetahuan, pendidikan, pekerjaan, tingkat ekonomi) berpengaruh terhadap pencegahan *picky eaters*. Faktor keluarga berpengaruh terhadap upaya pencegahan *picky eaters* dengan nilai sig.0,000 dan <0,05.

Kemampuan pencegahan *picky eaters* harus ditingkatkan, karena *picky eaters* dapat berdampak pada kesehatan balita, dan bisa terjadi komplikasi pada balita yaitu *stunting*. Pencegahan *picky eaters* juga dapat dilakukan dengan mencari, memahami, menilai dan mengintervensikan informasi kesehatan yang didapat, kemudian menerapkan edukasi tentang komposisi makanan yang sesuai dengan komposisi makanan yang dianjurkan oleh tenaga kesehatan sehingga dapat mengambil keputusan dan tindakan untuk melakukan pencegahan *picky eaters* terhadap anak usia 3 tahun sampai 5 tahun.

**Kata Kunci : Pencegahan *Picky eaters*. Anak usia 3-5 tahun, Faktor keluarga.**

**THE EFFECT OF FAMILY FACTORS ON EFFORTS TO PREVENT PICKY EATERS BY FAMILIES IN MADURA WITH CHILDREN AGE 3-5 YEARS (PRE-SCHOOL)**

*(Study At Tunjung Burneh Bangkalan Sub-District Working Area)*

**ABSTRACT**

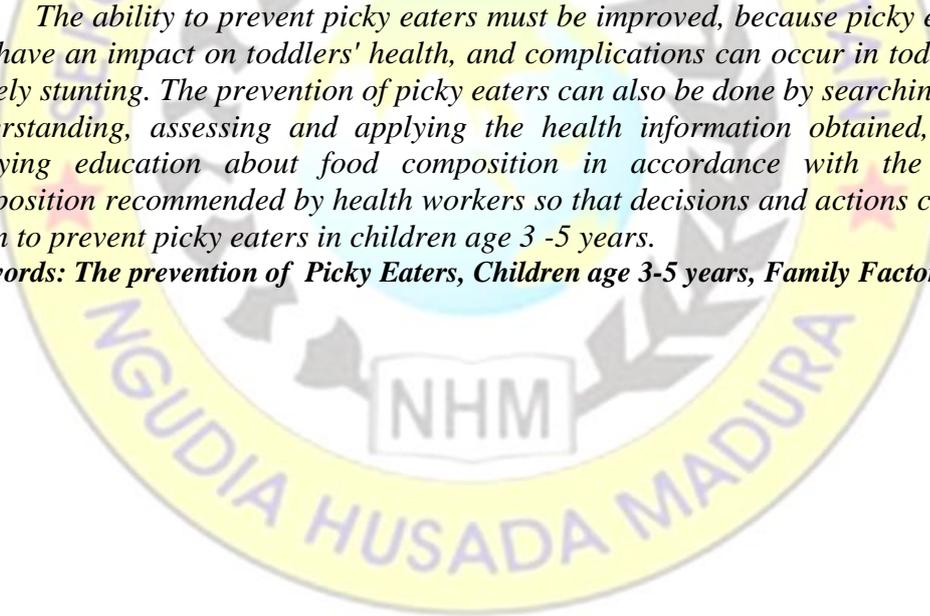
*Prevention of picky eaters is an important thing for parents to do to reduce the incidence of stunting caused by children being picky about picky eaters. The purpose is to analyze the effect of family factors on the prevention of picky eaters in the incidence of stunting in children aged 3-5 years.*

*The research design was cross sectional, with a population of 140 respondents and a sample of 103 parents who had children aged 3-5 years. The independent variables was family factors. The dependent variable was the prevention of picky eaters. Data collection used a questionnaire. The statistical test used was multiple linear regression.*

*The family factors (knowledge, education, employment, economic level) influence on the prevention of picky eaters. The family factors influence on the prevention of picky eaters with values of sig.0.000 and  $<0.05$ .*

*The ability to prevent picky eaters must be improved, because picky eaters can have an impact on toddlers' health, and complications can occur in toddlers, namely stunting. The prevention of picky eaters can also be done by searching for, understanding, assessing and applying the health information obtained, then applying education about food composition in accordance with the food composition recommended by health workers so that decisions and actions can be taken to prevent picky eaters in children age 3 -5 years.*

**Keywords:** *The prevention of Picky Eaters, Children age 3-5 years, Family Factors.*



## PENDAHULUAN

Anak yang suka memilih-milih makanan atau dapat disebut dengan *picky eaters* adalah problem anak yang harus diamati dengan baik oleh orang tua serta tenaga kesehatan, dikarenakan *picky eaters* terhadap anak berdampak buruk, baik terhadap anak maupun pengasuh. Kesusahan makan terhadap anak memiliki risiko tinggi lalu terjadi malnutrisi dan *stunting* dengan usia yang bertambah bisa diidentifikasi serta ditindak lanjuti sedini menggunakan alatukur status gizi terhadap anak supaya aman dari suatu masalah seperti *mal nutrisi* dan *stunting*. Anak dengan *picky eaters* mempunyai berat badan kurang dari normal disebabkan makanan yang dikonsumsi tidak beragam dan tidak adekuat. Bila cara makan seperti ini terus menerus, status gizi anak akan bermasalah, mengakibatkan ketidaknormalan pertumbuhan. (Adhani *et al.*, 2019).

Berdasarkan penelitian di berbagai negara, ditemukan angka *picky eaters* cukup tinggi. Amerika Serikat melaporkan bahwasanya 50% balita dengan *picky eaters* berkisar antara 20% hingga 60% orang tua mengutarakan bahwasaa balita mereka tidak maksimal ketika makan. Sedangkan London, mengutaakan anak nafsu makan rendah sekitar 17%, dan 12% dengan *picky eaters*. Singapura melaporkan angka *picky eaters* 49,6% dari 407 balita. Jakarta dilakukan penelitian anak pra-sekolah angka *picky eaters* 33,6% sedangkan malnutrisi ringan sampai sedang 44,5%. 79,2% mengalami *picky eaters* >3 bulan. (Purnamasari, 2020).

Di Desa Bun Alas Tunjung Bureh Bangkalan, didapatkan bahwa mayoritas orang tua dengan anak

balita mengungkapkan bahwasanya orang tua memberi makanan yang hanya disukai anak, asalkan sang anak mau untuk makan.

Berdasarkan studi pendahuluan tentang perilaku pencegahan *picky eaters* terhadap balita dengan cara membagikan kuesioner perilaku pencegahan *picky eaters* kepada 15 orang tua dengan balita di Kelurahan Tunjung Burneh Bangkalan, didapatkan hasil bahwa 4 dari 15 responden (27%) yang memiliki perilaku pencegahan *picky eaters* dengan kategori baik yaitu mampu memberikan beragam jenis dan jumlah makanan sesuai dengan porsinya. Kemudian memiliki perilaku pencegahan *picky eaters* dengan kategori cukup 9 dari 15 responden (60%) memiliki perilaku pencegahan *picky eaters* yaitu memberikan variasi makanan dan memperhatikan konsistensi makan. Perilaku pencegahan *picky eaters* dengan kategori kurang sebanyak 2 dari 15 responden (13%) yaitu kurang memperhatikan jenis makanan dan hanya memberikan makanan yang disukai saja tanpa memberikan variasi makanan yang baru.

Fase perkembangan balita, anak mencontoh sesuatu yang dilihat oleh balita. Ini berdampak terhadap sikap anak diataranya pola makan dikarenakan akan mencontogh sikap makan orang tua mereka. Anak terutama balita (<9 bulan) dimana fase mengenal makanan yang didapatkan dari pemberian orang sekitarnya, tidak dapat memilih. Orang tua dengan pola makan tertentu contohnya suka protein saja, tanpa disadari memberi anak makanan yang sama. Ini merupakan penyebab *picky eaters* (Puspitasari *et al.*, 2021).

Pola asuh orang tua berperan penting terhadap pertumbuhan karakter dan pembentukan kebiasaan anak. Yang merupakan faktor yang berdampak terhadap *picky eaters*. Salah satunya adalah mengubah kebiasaan makan seseorang. Orang tua tidak jarang menggunakan hadiah supaya makan. Namun dikarenakan anak mau makan jika ada hadiah saja. Menurut penelitian *International Journal of Environmental Research and Public Health* yang meninjau unsur intrinsik maupun ekstrinsik yang berkontribusi pada sikap makan sembarangan pada anak, pola asuh otoriter, tidak terarah, serta pengasuh yang terlibat bisa meningkatkan kemungkinan anak menjadi *picky eater*. (Chilman et al., 2021).

Salah satu upaya pencegahan *picky eaters* yaitu mengkombinasikan sedikit makanan yang kurang disukai dengan yang disukai, dengan bertahap makanan yang kurang disukai selama beberapa waktu, bisa memungkinkan anak biasa dengan makanan baru. (Adhani, 2019).

Orang tua tidak boleh mengikuti kemauan anak dengan mengubah menu hanya karena mereka ingin menentang dominasi orang tua. ketidaksukaan terhadap makanan dapat berasal dari keinginan untuk menentang dominasi orang tua (Adhani, 2019).

## METODE PENELITIAN

Desain *observasional analitik* dengan *cross sectional*, jenis pengamatan terhadap variabel pengaruh faktor keluarga terhadap upaya pencegahan *picky eaters* di area kelurahan tunjung burneh bangkalan. tanpa melakukan suatu intervensi dan dinilai secara

bersamaan serta tidak ada tindak lanjut (Nursalam, 2017). Populasi 140 orang tua dengan balita di Dusun Bun Alas Tunjung, Burneh Bangkalan dengan sampel 103 orang tua. Teknik pengambilan sampel *cluster sampling*.

Variabel independen faktor keluarga, variabel dependen *picky eaters*. Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei 2024. Pengumpulan data menggunakan kuesioner Dalam kuisisioner faktor keluarga meliputi pengetahuan, pendidikan, pekerjaan dan pendapatan orang tua. Pertanyaan untuk kategori pengetahuan yang diajukan memiliki lima pertanyaan dan jawabannya yaitu Benar dan Salah. sedangkan pada pendidikan orang tua yaitu terdiri dari pendidikan tinggi, menengah dan rendah. Kemudian untuk pekerjaan terdapat dua pernyataan yaitu pekerjaan tetap dan tidak tetap. Untuk tingkat ekonomi memiliki tiga pernyataan yaitu pendapatan tinggi, sedang, rendah. Uji statistic asumsi klasik, uji regresi linear berganda. Penelitian sudah dilakukan laik etik KEPK STIKes Ngudia Husada Madura, No:2081/KEPK/STIKES-NHM/EC/V/2024.

## HASIL

**Tabel 1** Distribusi frekuensi data umum pada orang tua

Data Umum	Kategori	Frekuensi	%
Pendidikan Orang Tua	Pendidikan Dasar	46	44,7%
	Pendidikan Menengah	39	37,9%
	Pendidikan Tinggi	18	17,5%
Pekerjaan Orang Tua	Pekerjaan Tetap	27	26,2%
	Pekerjaan Tidak Tetap	76	73,8%
Pendapatan Orang Tua	Pendapatan Rendah	99	96,1%
	Pendapatan Sedang	4	3,88%
	Pendapatan Tinggi	0	0%

Berdasarkan tabel diatas ditemukan bahwasanya group pendidikan sebagian besar termasuk

kedalam kategori pendidikan dasar, pekerjaan responden terbanyak adalah pekerjaan tidak tetap, dan pendapatan responden sebanyak 99 orang tua memiliki pendapatan rendah.

**Tabel 2** Distribusi frekuensi pengetahuan orang tua

Kategori	Frekuensi	%	Mean	Min	Max	Std.D
Kurang	33	32				
Cukup	42	40,8	1,95	1	3	.772
Baik	28	27,2				
Total	103	100				

Berdasarkan tabel 2 menjelaskan bahwa distribusi frekuensi pengetahuan orang tua dengan balita sebagian berpengetahuan cukup 42 (40,8%).

**Tabel 3** Distribusi frekuensi pencegahan *picky eaters*

Kategori	Frekuensi	%	Mean	Min	Max	Std. D
Kurang	44	42,7				
Cukup	37	35,9	1,79	1	3	.775
Baik	22	21,4				
Total	103	100				

Berdasarkan tabel 3 menjelaskan bahwa distribusi frekuensi berdasarkan frekuensi pencegahan *picky eaters* terhadap orang tua dengan balita sebagian besar frekuensi kurang 44 (42,7%).

### 1. Uji asumsi klasik

#### a. Uji normalitas

Normal p-plot pada gambar di atas ditemukan pola lingkaran yang mengikuti garis diagonal bisa dikimpulkan bahwasanya hasil uji normalitas berdistribusi normal.

#### b. Uji multikolonieritas

Hasil analisa data bisa diketahui bahwasanya nilai Tolerance kedua variabel  $> 0,1$  dan nilai VIF  $< 10$ , maka bisa diasumsikan tidak terjadi multikolinieritas.

#### c. Uji heteroskedastisitas

Scatter plot di atas diketahui bahwasanya titik-titik menyebar, sehingga tidak terjadi gejala heteroskedastisitas.

#### d. Uji Autokorelasi

Uji autokorelasi bertujuan menguji apakah model regresi linear ada hubungan antara kesalahan pengganggu pada periode  $t$  dengan kesalahan pengganggu pada periode  $t-1$  (sebelumnya).

## 2. Uji Regresi Linear Berganda

### a. Uji F

Tabel 5 Hasil Uji F

ANOVA <sup>a</sup>					
Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	15,711	3	5,237	11,372	.000 <sup>b</sup>
Residual	45,590	99	.461		
Total	61,301	102			

Tabel diatas, ditemukan bahwasanya nilai  $F_{hitung}$  (11,372)  $> F_{tabel}$  (2,70) dan probabilitas signifikansi  $0,000 < 0,05$ . terdapat berpengaruh signifikan terhadap pencegahan *picky eaters* dan sudah sesuai syarat yaitu  $F_{hitung} > F_{tabel}$  dan nilai signifikan  $< 0,05$ .

b. Uji T  
Tabel 6 Hasil Uji T

		Coefficients <sup>a</sup>			t	Sig.
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
Model		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-.008	.331		-.023	.981
	X1 (Pengetahuan)	.234	.089	.233	2.618	.010

Tabel diatas ditemukan bahwasanya variabel nilai pengetahuan menunjukkan *p-value*  $0,010 < \alpha$  (0,05) terdapat korelasi relevan upaya pencegahan *picky eaters*.

c. Uji Regresi Linier Berganda  
Tabel 7 Analisis Regresi Linier Berganda

ANOVA <sup>b</sup>						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	15.711	3	5.237	11.372	.000 <sup>a</sup>
	Residual	45.590	99	.461		
	Total	61.301	102			

Hasil uji statistik analisa regresi linier berganda *P-Value* (0,000) dengan tingkat kemaknaan  $\alpha$  (0,05), terdapat korelasi faktor keluarga terhadap upaya pencegahan *picky eaters* oleh keluarga di madura pada anak pra-sekolah di dusun bun alas, tunjung burneh, kabupaten bangkalan.

## PEMBAHASAN

### Hubungan Antara Faktor Keluarga (Pengetahuan) Dengan Pencegahan *Picky Eaters*

Berdasarkan dari hasil penelitian pada pada orang tua dengan balita di Dusun Bun Alas Tunjung Burneh Kabupaten Bangkalan. Total keseluruhan yaitu 103 orang tua

dengan balita sebagian besar berpengetahuan kurang 32%, pengetahuan cukup sebanyak 40,8%. Hasil uji regresi linier berganda pada variabel faktor keluarga yaitu pengetahuan orang tua dengan pencegahan *picky eaters* di dapatkan *p-value* 0,010 ( $<0,05$ ) berkesimpulan ada pengaruh yang signifikan faktor keluarga dengan pencegahan *picky eaters*.

Kemudian faktor keluarga lainnya meliputi hal tentang pengetahuan, pekerjaan, pendidikan, serta pendapatan orang tua. Dimana berdasarkan pendidikan pada orang tua dengan balita di Dusun Bun Alas Tunjung Burneh Kabupaten Bangkalan dari total keseluruhan yaitu 103 orang tua dengan balita sebagian besar berpendidikan dasar sebanyak 44,7%. Kemudian frekuensi berdasarkan pekerjaan orang tua dengan balita sebagian besar memiliki pekerjaan tidak tetap sebanyak 73,8%. Frekuensi berdasarkan pendapatan orang tua dengan balita di Dusun Bun Alas Tunjung Burneh Bangkalan sebagian besar mempunyai pendapatan rendah 96,1%.

Data diatas menyimpulkan bahwa pengetahuan merupakan hal penting terhadap orang tua guna menyampaikan informasi dan edukasi tentang komposisi makanan. Pada penelitian ini di daerah penelitian masyarakat masih cenderung kurang mengetahui tentang *picky eaters*, komposisi makanan yang bergizi dan kurang menyediakan makanan dengan berbagai variasi, salah satu contoh warga hanya memberikan makanan dengan komposisi karbohidrat dan protein saja tanpa adanya sayur-sayuran dan buah-buahan kebiasaan

itu yang memicu terjadinya anak mengalami *picky eaters*.

Pentingnya pengetahuan juga dijelaskan oleh pernyataan di dalam jurnal Wulan, (2021) bahwasanya pengetahuan gizi ibu adalah penyebab yang berdampak pada status gizi serta konsumsi pangan. Pengetahuan kurang bahkan salah pengertian pada kebutuhan makanan serta nilai pangan adalah masalah umum terjadi, dikarenakan pengetahuan terkait gizi yang kurang. (Wulan, 2021).

Menurut peneliti pengetahuan orang tua penyebab yang penting, ketika orang tua tidak mendapatkan informasi tentang *picky eaters* dan kurang mencari akan pentingnya terkait pencegahan *picky eaters* orang tua akan mengabaikan pola makan dari sang anak. Hal ini yang dapat menjadi kebiasaan buruk dalam pemenuhan kebutuhan gizi anak dan anak juga cenderung mengikuti apa yang diberikan orang tuanya saja, hal itu yang menyebabkan anak memilih makanan yang diberikan orang tuanya saja.

Di sisi lain pengetahuan yang kurang serta kreativitas orang tua terkait pola asuh anak secara tidak langsung bisa berdampak terhadap peran sebagai orang tua dan mengakibatkan keterlibatan orang tua dalam mengasuh serta keakraban bersama anak berkurang. Edukasi inilah yang akan membantu menurunkan resiko terjadinya memilih makanan atau *picky eaters*.

Kemudian untuk pendidikan juga penyebab penting karena orang tua berpendidikan tinggi akan mudah mendapatkan informasi tentang pencegahan *picky eaters*. Kemudian dalam mengedukasi akan memiliki

banyak cara dan memiliki pola asuh yang sangat baik dan efektif.

Disisi lain pekerjaan memiliki dampak negatif dan positif terhadap pencegahan *picky eaters* karena pengaruh negatifnya ketika orang tua terutama ibu yang bekerja, akan lebih sedikit waktu bermain dan mengatur pola makan anaknya daripada ibu rumah tangga, namun di sisi lain positifnya orang tua yang tidak bekerja bisa memberikan variasi makanan kreatif dengan bahan seadanya namun kadang terkendala karena kekurangan biaya untuk bahan makanannya. Pada penelitian ini mayoritas orang tua tidak bekerja, dan salah satu orang tua mengatakan bahwa cukup satu diantara ayah dan ibu yang bekerja agar satu orang tua lagi bisa memantau anaknya.

Kemudian tingkat ekonomi seseorang atau keluarga ditentukan oleh pendapatan bulanan mereka untuk kebutuhan pokok di rumah tangga. Pendapatan yang telah disesuaikan dengan kebutuhan menentukan tingkat kesejahteraannya dalam keluarganya sehingga menunjukkan seberapa mampu setiap keluarga untuk memenuhi kebutuhan dan keperluan sehari-hari. Jumlah uang yang diperoleh atau diterima oleh rumah tangga, terutama bagi ayah yang bertanggung jawab untuk kebutuhan keluarga beserta anak mereka. Ketika pendapatan dalam per-bulan memiliki *range* atau rasio yang tinggi maka akan mempermudah orang tua untuk mengatur komposisi makanan dan variasi makanan yang berdampak positif yaitu menurunkan tingkat *picky eaters* pada anak.

## KESIMPULAN

Faktor keluarga berpengaruh signifikan terhadap upaya pencegahan *picky eaters* terhadap balita di Dusun Bun Alas Tunjung Burneh Bangkalan.

## REFERENSI

- Adhani, D. N. (2019). Peran Orang Tua terhadap anak usia dini (usia 2 tahun) yang mengalami Picky Eater. *Aulad* : *Journal on Early Childhood*, 2(1), 38–43.
- Chilman, L., Kennedy-Behr, A., Frakking, T., Swanepoel, L., & Verdonck, M. (2021). Picky eating in children: A scoping review to examine its intrinsic and extrinsic features and how they relate to identification. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(17). <https://doi.org/10.3390/ijerph18179067>
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* (5 ed.). Salemba Medika.
- Puspitasari, mita dwi, Martanti, listyaning eko, & Astyandini, B. (2021). Hubungan Praktik Pemberian Makan dan Pendidikan Ibu terhadap Perilaku Picky Eater pada Anak Pra Sekolah. *Midwifery Care Journal*, 2 (3), 111.
- Wulan Siaza Pratiwi, Andri Yulianto, Wahyu Widayati. (2021) Pengetahuan Orang Tua Dan Perilaku Picky Eating Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita Jurnal