

ANALISIS PILIH PILIH MAKAN PADA ANAK USIA 1 SAMPAI 3 TAHUN DI DESA SUCI KABUPATEN JEMBER

SELECT ANALYSIS CHOOSE EATING ON CHILDREN AGE 1 TO 3 YEARS IN VILLAGE HOUSE IN JEMBER DISTRICT

Zuhrotul Eka Yulis¹ dan Muhammad Ali Hamid²

¹²Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Email:zuhrotulekayulis@unmuhjember.ac.id

ABSTRAK

Masa usia *toddler* merupakan masa dimana emas dari tumbuh kembang anak. Anak mengalami tumbuh kembang yang cukup cepat pada masa itu. Pertumbuhan terjadi secara pada organ tubuh anak sedangkan perkembangan terjadi secara kualitas. Perkembangan dan pertumbuhan anak tidak bisa lepas peranan gizi anak sebagai penunjang energi. Sumber energi optimal anak diperoleh dari makanan yang beragam. Pada usia *toddler* (1 sampai 3 tahun) masalah pilih pilih makan sangat banyak terjadi. Sebuah tinjauan pustaka menunjukkan bahwa 50% dari anak berusia 18-23 bulan diidentifikasi sebagai *picky eater*. Didapatkan prevalensi kesulitan makan sebesar 33,6% pada anak usia *toddler*. Sebagian besar 79,2% telah berlangsung lebih dari 3 bulan dan berlangsung lama sehingga sering dianggap biasa dan akibatnya dapat timbul komplikasi dan gangguan tumbuh kembang pada anak (Mascola et al 2010). Penelitian ini memiliki tujuan mengetahui faktor dominan yang berpengaruh terhadap pilih pilih makan pada anak merupakan jenis penelitian survei yang bersifat observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional study*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak usia *toddler* yang berada pada 5 posyandu di desa Suci. kurang lebih 155 orang. Sample penelitian dipilih melalui teknik *simple random sampling*. Jumlah sampel 65 responden. Data dikumpulkan melalui kuesioner. Analisis data yang digunakan peneliti yaitu analisis deskriptif dan analisis statistik. Dimana dilakukan analisis statistik non parametric dengan menggunakan uji Regresi Logistik. Hasil penelitian diperoleh hasil Sebagian besar responden berusia sebagian besar responden berada pada usia 2 samapi 3 tahun yaitu sebanyak 53 anak (81,5 %) serta sebagian besar responden berjenis kelamin laki laki yaitu sebanyak 38 anak (58,5%). Data Khusus responden: 30 responden (46,2 %) mengalami pilih pilih makan. Faktor dominan yang mempengaruhi pilih pilih makan pada penelitian ini adalah ASI Eksklusif dengan PR 1,6 dan Perilaku makan orang tua dengan PR 3,3.

Kata Kunci: Pilih-pilih makan, tumbuh kembang anak, kesulitan makan anak

ABSTRACT

Toddler age is a time of gold from child growth. The child develops quite rapidly during that time. Growth occurs on the child's organs while the development occurs in quality. Development and growth of children can not escape the role of child nutrition as a supporter of energy. The optimal energy source of children is obtained from diverse foods. At toddler age (1 to 3 years) the problem select select eat very much going on. A literature review shows that 50% of children

aged 18-23 months are identified as picky eater. The prevalence of eating difficulties was 33.6% in toddler-age children. Most of the 79.2% have lasted more than 3 months and lasted so often are considered normal and can result in complications and growth disorders in children (Mascola et al 2010). This study has the purpose of knowing the dominant factors that influence the select choose to eat in children is a type of survey research that is obsevasional analytics with cross sectional study approach. The population in this study were all toddler age children who were in 5 posyandu in Suci village. approximately 155 people. Sample of the study was chosen through simple random sampling technique. The sample size was 65 respondents. Data were collected through questionnaires. Data analysis used by the researcher is descriptive analysis and statistical analysis. Where do non parametric statistical analysis by using Logistic Regression test. Results of the research were obtained Most respondents aged most of the respondents were at the age of 2 samapi 3 years as many as 53 children (81.5%) and most respondents male sex that is as much as 38 children (58.5%). Respondent's Specific Data: 30 respondents (46,2%) have choosing select meal. The dominant factors that influence select choose to eat in this study are exclusive breastfeeding with PR 1.6 and parental feeding behavior with PR 3.3.

Keywords: picky eating, child growth, difficulty eating children

PENDAHULUAN

Anak merupakan individu yang unik, mereka memiliki tahapan tumbuh kembang sesuai dengan tahapan usia. Tumbuh kembang anak sangat dipengaruhi oleh banyak faktor salah satunya adalah faktor gizi. Masalah gizi anak merupakan masalah yang sering terjadi dimasyarakat dan memerlukan penanganan segera. Salah satu masalah gizi anak adalah gangguan makan pada anak. Permasalahan makan pada anak salah satunya adalah pilih pilih makan (*Pick Eater*) merupakan salah satu faktor yang berpengaruh pada status gizi anak. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Cooke, et al (2007) diketahui bahwa anak yang pemilih terhadap makanan baru cenderung memiliki intake buah dan sayur rendah. Kondisi ini membuat nutrisi yang terkandung didalam buah dan sayur tidak dapat terabsorpsi dengan baik pada anak anak. Dampak kedepan yang akan ditimbulkan pada anak anak adalah gangguan tumbuh kembang.

Prevalensi kejadian pilih pilih makan pada cukup tinggi pada usia 1 sampai 3 tahun. Berdasarkan dari hasil beberapa penelitian kejadian pilih pilih makan lebih banyak terjadi pada perempuan (23 -54 %) dibandingkan dengan laki laki. Pada rentang usia 4 sampai 24 bulan. Di New Zealand dilaporkan sebanyak 24 % responden menganggap anaknya memiliki masalah makan diusia 2 tahun dan berlanjut sampai usia 4 tahun. Di Londen 17 % anak digambarkan orang tuanya memiliki nafsu makan rendah dan 12% mengalami pilih pilih makan (Wright, 2007) . kondisi ini mengisyaratkan bawasanya kejadian pilih pilih makan pada anak merupakan faktor penyumbang permasalahann makan pada anak yang berakibat gangguan gizi pada anak.

Menjadi *picky eater* (pilih-pilih makan) adalah bagian dari fase hidup seorang *toddler* dan hal ini sebagai bagian dari normal. Dalam masa pertumbuhan, anak mengembangkan kebutuhan fisiologis untuk lebih banyak nutrisi yang diikuti dengan tahap *neophobia* yaitu keengganan untuk mencoba makanan baru atau tidak familiar ketika anak mencoba untuk menegaskan kemerdekaan dan otonomi pada dirinya. Kenyataan bahwa anak usia *toddler* selalu aktif bergerak, mereka tidak akan mau duduk tenang dalam waktu lama untuk segala jenis aktivitas, bahkan untuk aktivitas makan dan baru mau makan kalau diajak jalan-jalan, serta memenuhi kebutuhan mereka dengan penganan kecil (*snacks*) (Dubois, 2007).

Berdasarkan penelitian, *picky eater* terjadi pada usia 2,5 sampai 4,5 tahun dan beresiko dua kali lebih besar untuk mempunyai berat badan rendah pada usia 4,5 tahun dibandingkan anak yang bukan *picky eater*. Selain itu anak yang *picky eater* (pilih-pilih makan) dalam waktu yang lama akan mengalami gangguan pertumbuhan yang ditandai dengan berat badan dan tinggi badan kurang atau kesulitan untuk meningkatkan berat badan. Selain itu *picky eating* yang ditandai asupan variasi makanan terbatas juga menyebabkan pertumbuhan dan perkembangan yang lambat (Dubois, 2007;Wright, 2008). Berdasarkan hasil studi pendahuluan dilakukan pada beberapa posyandu anak usia 1 sampai 3 tahun cenderung memiliki masalah dengan pilih pilih makan. Jumlah anak yang mengalami masalah pilih pilih makan pada anak mencapai 45 %. Tujuan penelitian untuk Menganalisis faktor dominan yang mempengaruhi pilih pilih makan pada anak usia 1 sampai 3 tahun di desa Suci.

METODE PELAKSANAAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian survei yang bersifat observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional study*. Populasi pada penelitian adalah 155 anak dengan jumlah sampel sebanyak 65 anak yang dipilih secara random dengan teknik *simple random sampling*. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner dan dilakukan analisis data dengan regresi logistik berganda.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data Umum

- Karakteristik usia responden
- Tabel 5.1 Distribusi frekuensi usia responden

Usia	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1 Tahun	5	7,7
>1 Tahun	2 53	81,5
>2 Tahun	3 7	10,8
Total	65	100

Berdasarkan tabel diatas diatas sebagian besar responden berada pada usia 2 samapi 3 tahun yaitu sebanyak 53 anak (81,5 %).

c. Karakteristik Jenis kelamin

Tabel 5.2 Distribusi frekuensi jenis kelamin responden

Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Laki - laki	38	58,5
Perempuan	27	41,5
Total	65	100

Berdasarkan tabel diatas diatas sebagian besar responden berjenis kelamin laki laki yaitu sebanyak 38 anak (58,5%)

Data Khusus

a. Pilih pilih makan pada balita

Tabel 5.3 Distribusi frekuensi pilih pilih makan responden

Pilih pilih makan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Pilih pilih makan	30	46,2
Tidak pilih pilih makan	35	53,8
Total	65	100

Berdasarkan tabel diatas didapatkan 30 responden (46,2 %) mengalami pilih pilih makan.

b. ASI

Tabel 5.4 Distribusi frekuensi pemberian ASI eksklusif

ASI	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Asi Eksklusif	17	26,3
Tidak Asi Eksklusif	48	73,8
Total	65	100

Berdasarkan tabel diatas sebagian besar responden tidak ASI eksklusif yaitu sebanyak 48 anak (73,8%).

c. Nafsu makan anak

Tabel 5.5 Distribusi frekuensi nafsu makan responden

Nafsu makan anak	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Nafsu makan anak baik	31	47,7
Nafsu makan anak tidak baik	34	52,3
Total	65	100

Berdasarkan tabel diatas sebagian besar responden memiliki nafsu makan baik sebanyak 34 responden (52,3%).

d. Intraksi saat makan

Tabel 5.6 Distribusi frekuensi intraksi saat makan responden

Intraksi saat makan	Frekuensi (f)	Presentas e (%)
Intraksi anak saat makan baik	58	89,2
Intraksi anak saat makan tidak baik	7	10,8
Total	65	100

Berdasarkan tabel diatas sebagian besar responden memiliki nafsu makan baik sebanyak 58 responden (89,2%).

e. Perilaku makan orang tua

Tabel 5.7 Distribusi frekuensi pilih pilih makan responden

Perilaku makan orang tua	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Perilaku makan orang tua baik	38	58,5
Perilaku makan orang tua tidak baik	27	41,5
Total	65	100

Berdasarkan tabel diatas diperoleh data sebanyak 27 responden memiliki perilaku makan tidak baik (41,5%).

f. Karagaman menu

Tabel 5.8 Distribusi frekuensi pilih pilih makan responden

Keragaman Menu	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Keragaman menu baik	52	80
Keragaman menu tidak baik	13	20
Total	65	100

Berdasarkan tabel diatas sebagian besar responden memiliki meragaman menu yang baik yang disediakan oleh orang tua yaitu sebanyak 52 responden (80%).

a. Hubungan Antar variabel

Tabel 5.9 Hasil analisis regresi logistik berganda

No	Variabel	B	S.E	Wald	df	Sig	Exp (B)
1	ASI	-2.238	.980	5.211	1	.022	.107
2	Nafsu makan anak	-.722	.674	1.148	1	.284	.486
3	Intraksi saat makan	-.377	1.077	.122	1	.726	.686
4	Perilaku makan orang tua	-2.127	.708	9.016	1	.003	.119
5	Keragaman menu	.038	.758	.002	1	.960	1.038

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan yang memiliki variabel yang memiliki nilai p value kurang dari 0.05 adalah variabel yang memiliki pengaruh terhadap pilih pilih makan. Variabel yang memiliki pengaruh pada pilih pilih makan adalah ASI dengan p value 0.022 dan Perilaku makan orang tua dengan p value 0.003.

b. Analisis faktor dominan

Hasil analisis faktor dominan pada penelitian ini terangkum pada tabel berikut

Tabel 5.10 Hasil analisis faktor dominan

No	Variabel	B	S.E	Wald	Df	Sig.	Exp(B)	PR
1	ASI	-2.267	.871	6.770	1	.009	.104	1,6
2	Perilaku makan orang tua	-2.015	.625	10.395	1	.001	.133	3.3

Berdasarkan hasil uji statistik regresi linier berganda kedua variabel merupakan faktor dominan pada pilih pilih makan pada anak usia 1 sampai 3 tahun. Bila dilakukan perhitungan prevalensi risk diperoleh hasil pemberian ASI tidak eksklusif memiliki resiko mengakibatkan anak mengalami pilih pilih 2 kali lebih besar dibandingkan anak yang mendapatkan ASI eksklusif. Perilaku orang tua memiliki prevalensi risk sebesar 3,3 yang memiliki makna perilaku makan orang tua yang kurang baik atau memilih milih makan memiliki resiko 3 kali menyebabkan anak pilih pilih makan .

PEMBAHASAN

Faktor dominan pada penelitian ini adalah ASI dan perilaku makan orang tua. Kedua faktor tersebut memiliki resiko kemungkinan 2 kali lebih besar pada anak yang tidak ASI eksklusif untuk terjadi pilih pilih makan. Perilaku makan orang tua yang tidak baik atau pilih pilih makan resiko 3 kali lebih besar terjadi menjadikan anak pilih pilih makan. Pemberian makan yang terlalu dini mengenal makan akan membuat anak pilih pilih makan. Anak yang menyusu sampai 6 bulan membuat anak sudah terbajan variasi rasa melalui ASI. Selain itu intraksi ibu anak yang beragam selama menyusu daripada anak minum susu formula.

Faktor kedua yang menjadi dominan adalah perilaku makan orang tua. Kondisi ini bisa disebabkan oleh anak terlahir tanpa memiliki kemampuan untuk memilih diet yang baik bagi mereka. Kebanyakan anak membangun kebiasaan makan dari pengalaman yang didapat dan pelajarnya. Orang tua memiliki peran penting yang merupakan orang terdekat dengan anak oleh sebab itu orang tua memegang peran penting yang dalam menjadi contoh perilaku makan pada anak (Wardlaw, 2004).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

- a. Sebagian besar responden memiliki karakteristik usia antara 2 sampai 3 tahun dan berjenis kelamin laki laki
- b. Faktor yang memiliki pengaruh terhadap pilih pilih makan anak pada usia 1 sampai 3 tahun di desa suci adalah ASI eksklusif dan perilaku makan orang tua.
- c. Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh hasil hasil determinan pilih pilih makan nya adalah ASI eksklusif dan perilaku makan orang tua
- d. ASI tidak eksklusif memiliki PR sebesar 1,6 yang memiliki makna seorang anak tidak berikan ASI eksklusif beresiko pilih pilih 2 kali lebih besar dibandingkan dengan anak yang ASI eksklusif
- e. Perilaku makan orang tua tidak baik memiliki PR 3,3 yang memiliki makna orang tua yang memiliki perilaku makan tidak baik berisiko memiliki anak yang pilih pilih makan 3 kali lebih besar.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka peneliti dapat memberikan saran kepada pihak terkait, antara lain adalah

- a. Bagi pelayanan kesehatan
Pilih pilih makan merupakan gangguan makan pada anak yang memiliki dampak terhadap tumbuh kembang anak. Perlunya penanganan dini terutama untuk peningkatan ASI eksklusif pada anak. Perlunya pendampingan bagi ibu menyusui dari semua pihak .

- b. Bagi ibu balita
Perilaku makan orang tua akan sangat dicontoh oleh anak yang akan berdampak pada pilih pilih makan pada anak. Peningkatan pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif perlu ditingkatkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Judarwanto (2005). *Pengalaman Penatalaksanaan Kesulitan Makan pada Anak di Picky Eaters Clinic Jakarta.*
- Curruth B.R (2000) *The Phenomenon of picky eater A behavioral marker in eating patterns of toddler.* jurnal of the America College of nutrition 17 (2)
- Cooke L (2007) *The importence of exposure of healthy eating in chilhood A review .* Journal of human nutrition dietetic (20)
- Soendoro. (2008). *Angka kejadian gizi buruk.* Diperoleh tanggal 7 Oktober 2012.
[Http://www.Depkes.RI](http://www.Depkes.RI)
- Soetjningsih. (2002). *Tumbuh kembang anak dan remaja.* Jakarta : Sagung Seto.
- Sumaiyah, (2008). *Hubungan antara pola pemberian nutrisi dan perubahan berat badan pada balita di posyandu, Desa Putat, Tanggulangin.* Tanggulangin : Politeknik Kesehatan Surabaya.