

Bidang ilmu: Gizi Masyarakat

HUBUNGAN PENGASUHAN, ASI EKSKLUSIF, DAN PENGETAHUAN IBU DENGAN PICKY EATING ANAK PRA-SEKOLAH

Lulu Farwati¹⁾, M. Ikhsan Amar²⁾
Ilmu Kesehatan
Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta
lulufarwati@upnvj.ac.id

ABSTRAK

Anak berusia pra sekolah atau pada umur 2 sampai 6 tahun merupakan masa yang penting dalam tumbuh kembang anak. Salah satu penyebab anak mengalami gangguan pertumbuhan dan perkembangan adalah perilaku *picky eating* pada anak. Tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui hubungan pola asuh, riwayat pemberian ASI eksklusif, dan pengetahuan ibu tentang gizi dengan perilaku *picky eating* pada anak prasekolah di Rumah Susun Griya Tipar, Cakung. Metode dalam penelitian ini adalah kuantitatif dan menggunakan desain *Cross Sectional*. Sampel sebanyak 60 sampel dengan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah menggunakan kuesioner. Berdasarkan hasil, terdapat 48,3% anak dengan *picky eating*. Berdasarkan hasil bivariat yang dilakukan menggunakan uji chi-square menunjukkan adanya hubungan antara pola asuh ($p=0,02$) dan pengetahuan ibu tentang gizi ($p=0,04$) dengan perilaku *picky eating* pada anak. Pada riwayat pemberian ASI eksklusif tidak terdapat hubungan dengan perilaku *picky eating* pada anak ($p=0,458$). Disimpulkan terdapat hubungan pola asuh orang tua dan pengetahuan ibu tentang gizi dengan perilaku *picky eating* pada anak prasekolah. Tidak terdapat hubungan anatara riwayat pemberian ASI eksklusif dengan perilaku *picky eating* pada anak pra-sekolah.

Kata kunci: Prasekolah, *Picky Eating*, Pola Asuh

ABSTRACT

Pre-school age is a critical period in children's growth and development. One of the factors children experiencing growth and development disorders is picky eating. The purpose of this study was to determine The relationship of parenting, history of exclusive breastfeeding, and maternal knowledge about nutrition with picky eating behavior in preschool children in Griya Tipar flats. The research method used was quantitative with a cross-sectional design. The research sample was 60 respondents selected with purposive sampling technique. The instrument used in this study was a questionnaire. The result, 48.3% of children with picky eating behavior, 51,7% of parents with poor parenting, 41,7% of children with a history of non-exclusive breastfeeding, and 40% of mothers with low knowledge. Bivariate results performed using the chi-square test show that there is a relationship parenting ($p = 0.02$) and maternal knowledge about nutrition ($p = 0.04$) with picky eating behavior in children. The history of exclusive breastfeeding has no relationship with picky eating behavior in children ($p = 0.458$). There is a relationship between parenting style and maternal knowledge about nutrition with picky eating behavior in preschool children. There is no relationship the history of exclusive breastfeeding with picky eating behavior in children.

Keywords: *Preschool; picky eating; parenting.*

Alamat korespondensi: Cempaka Putih, Jakarta Pusat
Email: lulufarwati@upnvj.ac.id
Nomor Hp: 085883478458

PENDAHULUAN

Anak berusia pra sekolah atau pada umur 2 sampai 6 tahun merupakan masa yang penting dalam tumbuh kembang anak (Indanah & Yulisetyaningrum, 2019). Pada masa ini, anak aktif dalam mencari tahu sesuatu, belajar hal-hal baru, bersosialisasi untuk mendapatkan teman, dan beradaptasi untuk mampu mengarahkan tubuh, serta menegndalikan emosi dan pikiran (Markham, 2018). Salah satu penyebab anak mengalami gangguan pertumbuhan dan perkembangan adalah perilaku *picky eating* pada anak.

Picky eater atau pilih-pilih makan adalah salah satu gangguan makan pada anak yang harus di perhatikan oleh keluarga ataupun oleh tenaga kesehatan, dikarenakan *picky eater* memiliki efek yang merugikan bagi anak (Lestari; et al, 2019). *Picky Eating* dipengaruhi oleh berbagai faktor, diantaranya adalah laju pertumbuhan, perkembangan psikologis, perkembangan makan, ASI eksklusif, pengetahuan orang tua tentang gizi, pemberian makan orang tua, interaksi makan orang tua dan anak, variasi makan anak, nafsu makan anak, dan riwayat keluarga *picky eater* (Almatsier et al., 2011).

Pola asuh keluarga menentukan perilaku makan anak. Pola asuh yang dipraktikan oleh orang tua kepada anak sangat berpengaruh terhadap nilai yang dimiliki keluarga. Pola asuh adalah sikap yang diaplikasikan kepada anak dengan memberi rasa kasih sayang, memberikan makan, pakaian, pendidikan, dan merawat kesehatan kepada anak. Anak akan menirukan kebiasaan orang tua, sehingga pola asuh yang diterapkan oleh orang tua sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak (Karaki, 2016).

ASI atau Air Susu Ibu merupakan cairan atau susu yang dihasilkan dari kelenjar payudara pada ibu, yang berbentuk makanan secara alami, bernutrisi, dan berenergi tinggi(Wiji, 2013). ASI sangat penting untuk diberikan kepada anak. Pemberian ASI sangat dibutuhkan dalam perkembangan dan pertumbuhan anak, dampak dari kurangnya pemberian ASI akan menyebabkan gangguan dalam tumbuh kembang anak (Windiyati, 2018). Pemberian ASI Eksklusif berpengaruh terhadap perilaku *picky eating* pada anak. Menurut Dinas Kesehatan, (2018) persentase ASI eksklusif di DKI Jakarta adalah sebesar 71,88%. Sedangkan, menurut penelitian yang dilakukan oleh Pelangi, (2019), persentase pemberian ASI eksklusif yang sesuai di kecamatan Pulo Gadung dan Cakung, Jakarta Timur tahun 2019 adalah 65,2%.

Salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku dan sikap ibu dalam pemilihan makan balita adalah pengetahuan tentang gizi. Pengetahuan ibu tentang gizi dipengaruhi oleh berbagai faktor, diantaranya usia, pendapatan, pendidikan, dan pekerjaan (Puspasari, 2017). Pengetahuan ibu dapat menentukan perilaku dan sikap dalam pemilihan makanan baik itu jenis, jumlah, serta frekuensi yang dikonsumsi balita. Selain itu, pengetahuan tentang gizi yang wajib ibu diketahui adalah kebutuhan gizi balita, jadwal pemberian, dan cara pemberian makan kepada balita sehingga tumbuh kembang anak dapat berjalan optimal (Supriasa, 2015).

Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti tertarik untuk lebih lanjut mengenai hubungan pola asuh orang tua, riwayat pemberian ASI eksklusif, dan pengetahuan orang tua tentang gizi dengan perilaku *picky eating* pada anak pra-sekolah di Rumah Susun Griya Tipar Cakung. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara pola asuh, riwayat pemberian ASI Eksklusif, dan Pengetahuan ibu tentang gizi dengan perilaku *Picky Eating* pada anak pra-sekolah di Rumah Susun Griya Tipar Cakung, Jakarta Timur.

Penelitian yang dilakukan di National Institute of Health Research and Development oleh Sudibyo tahun 2015 dalam Adhani (2019) menunjukkan bahwa anak dengan kesulitan makan sebesar 33,6%. Pada anak dengan kesulitan makan lebih dari 3 bulan sebesar 44,5% serta sebesar 43% diantaranya mengalami gizi buruk. Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada tahun 2018 di TK Islam Nurul Izzah terdapat 46,5% dengan perilaku *picky eating* (Wijayanti, 2018). Penelitian yang dilakukan Agusti pada tahun 2018 di SD Juara Jakarta Barat tahun 2018, terdapat 39,13% murid dengan perilaku *picky eater* (Agusti, 2018). Penelitian yang dilakukan di China oleh Xue et al. (2015), terdapat 59,4% anak dengan perilaku *picky eating*. Penelitian yang dilakukan oleh Huong (2019) di Vietnam Tengah, mendapatkan sekitar 25,3% anak pilih-pilih makan pada usia dibawah 5 tahun.

METODE PENELITIAN

Penelitian dilakukan merupakan penelitian kuantitatif dan dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian berlangsung pada bulan Februari sampai Juni 2020 dan dilakukan di Rumah Susun Griya Tipar Cakung, Jakarta. Dalam penelitian ini, populasi yang diteliti adalah ibu dari anak prasekolah yang tinggal di Rumah Susun Griya Tipar Cakung, Jakarta Timur. Populasi anak usia 2 sampai 6 tahun di Rumah Susun Griya Tipar Cakung adalah 205 anak. Sampel didapat sebanyak 60 responden dengan menggunakan rumus uji beda 2 proporsi.

Sumber data yang digunakan adalah data primer dan sekunder. Data primer diambil dari populasi. Data sekunder diambil dengan kuisioner. Kuisioner terdiri dari 3 variabel independen yaitu pola asuh, riwayat pemberian ASI eksklusif, dan pengetahuan ibu tentang gizi, serta variabel dependent yaitu perilaku *picky eating* pada anak. Kuesioner juga sudah dilakukan uji validasi dan realibitas Analisis data dilakukan analisis univariat dan bivariate dengan uji *chi-square* α 5%.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

Tabel 1 Distribusi Karakteristik Responden di Rumah Susun Griya Tipar Cakung Tahun 2020 (n=60)

KARAKTERISTIK ANAK		
Jenis Kelamin	n	%
Laki-laki	31	51,66
Perempuan	29	48,33
Umur Anak	n	%
2	19	31,66
3	12	20
4	4	6,66
5	16	26,6
6	9	15
KARAKTERISTIK IBU		
Umur Ibu	n	%
>30 Tahun	37	61,7
≤30 Tahun	23	38,3
Pendidikan	n	%
SD	2	3,33
SMP	11	18,33
SMA	39	65
Sarjana	8	13,33
Pekerjaan	n	%
Pegawai Swasta	3	5
Wiraswasta	6	10
Ibu Rumah Tangga	50	83,33
Lainnya (Guru Honor)	1	1,66
Total	60	100

Berdasarkan tabel 1 jenis kelamin anak didapatkan bahwa jumlah anak berjenis kelamin laki-laki lebih besar yaitu sebanyak 31 responden (51,66%) dan pada golongan umur anak lebih tinggi pada umur 2 tahun sebanyak 19 responden (31,66%). Menurut penelitian Anggraini *et al*, (2016) jenis kelamin dan umur anak merupakan salah satu faktor yang menyebabkan *picky eating*. *Picky eating* lebih banyak terjadi pada anak berusia 5 tahun. Hal tersebut dikarenakan, pada usia tersebut

anak cenderung sudah sering bermain dan bersosialisasi dengan teman. Sehingga, anak lebih banyak menghabiskan waktu dengan bermain.

Berdasarkan hasil tabel didapatkan data umur ibu lebih dari 30 tahun lebih tinggi yaitu sebanyak 61,7%, pada pendidikan ibu lebih banyak ibu dengan pendidikan SMA sebanyak 65%, dan pada pekerjaan ibu rata-rata adalah ibu rumah tangga sebanyak 83,33%. Menurut Nixon & Halpenny (2010) pada orang tua dengan umur yang lebih muda, cenderung untuk menerapkan pola asuh otoriter. Sedangkan, Menurut Suliasih (2019) pada ibu dengan usia lebih dari 30 tahun, memiliki tingkat keberhasilan ASI eksklusif yang lebih rendah jika dibandingkan dengan ibu dengan umur dibawah 30 tahun. Menurut Chatoor (2009) perilaku *picky eater* pada anak, banyak didapatkan pada ibu dengan pendidikan yang rendah. Pendidikan berkaitan dengan pengetahuan. Dan pengetahuan dapat mempengaruhi pemilihan makan.

Salah satu faktor yang mempengaruhi pola makan anak adalah status bekerja orang tua. Hal tersebut dikarenakan pada orang tua khususnya ibu dengan status bekerja, akan mengurangi waktu bersama dengan anak sehingga berpengaruh terhadap pola makan anak. Pada ibu yang bekerja, akan dihadapkan dengan persoalan seputar pekerjaan sehingga mengurangi waktu untuk memikirkan pola makan anak dengan gizi seimbang (Noviana, 2019).

2. Gambaran Univariat

Tabel 2. Distribusi Berdasarkan Variabel yang Diteliti di Rumah Susun Griya Tipar Cakung Tahun 2020 (n=60)

Variabel	n	%
<i>Picky Eating</i>		
<i>Picky Eating</i>	29	48,3
Tidak <i>Picky Eating</i>	31	51,7
Pola Asuh		
Pola Asuh Buruk	31	51,7
Pola Asuh Baik	29	48,3
Riwayat ASI Eksklusif		
ASI Eksklusif	35	58,3
Tidak ASI Eksklusif	25	41,7
Pengetahuan Ibu Tentang Gizi		
Pengetahuan Kurang	24	40
Pengetahuan Baik	36	60
Total	60	100

Berdasarkan data distribusi responden pada perilaku *picky eating* pada anak, dibagi dalam dua kategori yaitu anak dengan *picky eating* terdapat sebanyak 29 anak (48,3%) dan tidak *picky eating* sebanyak 31 anak (51,7%). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Hardianti, Dieny & Wijayanti (2018) di Taman Kanak-Kanak kecamatan Banyumanik, kota Semarang, terdapat 52,4% anak dengan *picky eating* dan 47,6% anak dengan tidak *picky eating*.

Berdasarkan distribusi pola asuh orang tua terdapat 2 kategori yaitu pola asuh baik dan pola asuh buruk. Penelitian ini, dalam kategori pola asuh baik sebanyak 29 responden (48,3%) dan kategori pola asuh buruk terdapat sebanyak 31 responden (51,7%). Dalam penelitian ini, pola asuh orang tua baik lebih banyak dari pada pola asuh orang tua buruk. Serupa dengan penelitian yang dilakukan di Kebumen oleh Mustikasari (2019) terdapat sebanyak 39 responden (58,2%) yang termasuk ke dalam pola asuh demokratis. Sedangkan, menurut penelitian yang dilakukan di Pontianak oleh Najib (2016) terdapat sebanyak 98 orang tua (81%) menerapkan perilaku

demokratis. pola asuh yang kurang baik untuk diterapkan kepada anak adalah pola asuh otoriter dan permisif.

Pola asuh otoriter adalah pola asuh dengan penerapan aturan yang tegas serta hukuman kepada anak atas perilaku yang tidak sesuai dengan harapan orang tua. Dampak dari pola asuh otoriter ini adalah hubungan antara orang tua dan anak akan kurang baik dan kehangatan orang tua rendah. Pola asuh permisif adalah pola asuh yang sangat peduli terhadap anaknya, akan tetapi dikarenakan rasa sayang dan peduli kepada anak sehingga orang tua kurang memberikan kontrol terhadap anaknya (Baskoro, 2019).

Hasil distribusi anak pra-sekolah dengan riwayat pemberian ASI eksklusif terbagi dalam dua kategori yaitu ASI eksklusif dan tidak ASI eksklusif. Anak pra-sekolah dengan riwayat pemberian ASI eksklusif terdapat 36 sampel (60%) dan tidak ASI eksklusif sebanyak 24 sampel (40%), dapat dilihat bahwa jumlah anak dengan riwayat pemberian ASI eksklusif lebih tinggi dari pada anak dengan riwayat tidak ASI eksklusif, hal tersebut serupa dengan penelitian Arifah *et al.* (2016) terdapat 37 anak (38,5%) dengan riwayat pemberian tidak ASI eksklusif pada anak usia 1 sampai 3 tahun di Kraton, Surakarta.

Hasil data distribusi pengetahuan gizi orang tua di Rumah Susun Griya Tipar Cakung, terdapat 24 (40%) orang tua dengan pengetahuan buruk dan 35 (60%) orang tua dengan pengetahuan baik. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Fadila *et al.* (2019) terdapat ibu yang mengizinkan anaknya jajanan sekolah yang berupa sosis, mie, dan chiki serta makanan yang mengandung pengawet, pewarna, dan MSG. Seringkali, ibu menganggap bahwa sosis merupakan makanan pengganti sarapan dikarenakan anak sering tidak mau untuk sarapan dirumah. Hal tersebut tidak terlepas dari baik dan buruknya pengetahuan ibu terhadap pemilihan makan anak.

3 Hubungan Pola Asuh dengan *Picky Eating* Anak Pra-sekolah.

Tabel 3 Hubungan Pola Asuh, Riwayat ASI Eksklusif, dan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi dengan *Picky Eating* Anak Prasekolah di Rumah Susun Griya Tipar Cakung 2020 (n=60).

Variabel	<i>Picky Eating</i>				Total	P-Value
	<i>Picky Eating</i>		Tidak <i>Picky Eating</i>			
	n	%	n	%		
Pola Asuh						
Pola Asuh Buruk	20	64,5	11	35,5	31	100
Pola Asuh Baik	9	31	20	69	29	100
ASI Eksklusif						
Tidak ASI Eksklusif	14	56	11	44	25	100
ASI Eksklusif	15	42,9	20	57,1	35	100
Pengetahuan Ibu						
Pengetahuan Kurang	16	66,7	8	33,3	24	100
Pengetahuan Baik	13	36,1	23	63,9	36	100
Total	29	48,3	31	51,7	60	100

Berdasarkan tabel 3, perilaku *picky eating* pada anak lebih banyak terjadi pada anak dengan pola asuh buruk (64,5%) Dari hasil tersebut, memperlihatkan jika pola asuh baik memberikan dampak yang positif kepada perilaku makan anak. Pada analisis lebih lanjut menunjukkan terdapat hubungan antara pola asuh orang tua dengan perilaku *picky eating* anak dengan p value sebesar 0,020 menggunakan uji chi-square.

Pola asuh demokratis merupakan pola asuh yang paling ideal untuk diterapkan orang tua kepada anak. Pada pola asuh demokratis lebih menerapkan atau mempraktikkan *responsive feeding*. *Responsive feeding* adalah salah satu keterampilan dalam pola asuh makan, dimana pada pemberian makan lebih aktif dan respon dalam menanggapi rasa lapar maupun rasa kenyang dari anak (Harbron & Booley, 2013 dalam Septamarini, 2019). Pada praktik pemberian *responsive feeding* merupakan salah satu cara dalam mencegah dan menanggulangi perilaku *picky eating* pada anak. Hal tersebut dikarenakan, pada praktik *responsive feeding*, melatih anak untuk makan secara mandiri atau *self eating* serta melatih anak untuk makan makanan keluarga (Cole *et al*, 2017).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian oleh Mustikasari (2019) menunjukkan terdapat hubungan antara pola asuh orang tua dengan kebiasaan milih-milih makan pada anak pra-sekolah TK Aisyiyah I, Kebumen. Pola asuh orang tua berpengaruh terhadap kebiasaan makan anak. Orang tua dengan pola asuh demokratis, cenderung lebih bersikap peduli terhadap pola makan anak, orang tua cenderung memberikan pujian kepada anaknya, membimbing anaknya ketika makan, mendorong anaknya untuk makan tepat waktu, dan orang tua cenderung memberikan variasi makanan yang beragam seperti protein, karbohidrat, susu, dan lauk pauk.

4. Hubungan Riwayat ASI Eksklusif dengan Picky Eating Anak Pra-sekolah.

Pada penelitian ini, didapatkan p value 0,458 atau $\geq 0,05$ sehingga tidak terdapat hubungan antara riwayat pemberian ASI eksklusif dengan perilaku *picky eating* pada anak pra-sekolah. Tidak adanya hubungan antara riwayat pemberian ASI eksklusif dengan *picky eating* dikarenakan pada anak dengan umur prasekolah, sudah dipengaruhi oleh pola pengasuhan dan lingkungan sehingga jika anak tidak diberikan ASI secara eksklusif, masih bisa diubah atau diperbaiki pada kebiasaan pola asuh pemberian makan yang baik serta didukung oleh lingkungan yang mendukung.

Menurut teori perkembangan Erikson, pada anak usia 1 sampai 3 tahun akan melewati tahapan ke 2 yang disebut dengan *autonomy versus shame and doubt*. Pada masa ini anak percaya pada dirinya sendiri serta timbul rasa untuk mandiri. Sedangkan pada tahap selanjutnya yaitu 4 sampai 5 tahun, disebut dengan tahap *initiative versus guilt*. Pada masa ini, anak akan lebih banyak melakukan sosialisasi lingkungan yang akan mengembangkan inisiatif serta belajar untuk bertanggung jawab pada dirinya sendiri (Sit, 2017).

Penelitian ini sesuai dengan penelitian Anggraini *et al*. (2016) yang mengatakan tidak adanya hubungan antara riwayat pemberian ASI eksklusif dengan perilaku *picky eating* pada anak prasekolah. Hal tersebut dikarenakan pada usia prasekolah, lingkungan dan pengasuhan orang tua mulai mempengaruhi perilaku termasuk perilaku makan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Arifah (2016) dengan hasil tidak ada hubungan yang bermakna antara anak yang diberikan ASI eksklusif dengan kebiasaan pilih-pilih makan pada anak berusia 1 sampai 3 tahun di puskesmas Kraton, Surakarta. Pada ibu masa laktasi atau menyusui, mengkonsumsi makanan dengan variasi yang lebih beragam akan cenderung membuat anak menjadi tidak *picky*. Hal tersebut dikarenakan pada ibu yang mengkonsumsi makanan beragam akan membuat rasa ASI juga beragam sehingga anak sudah lebih mengenali variasi rasa walaupun dalam pemberiannya tidak diberikan secara eksklusif.

5. Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi dengan Picky Eating Anak Pra-sekolah.

Berdasarkan hasil tabel 3 tabulasi silang variabel pengetahuan ibu tentang gizi dengan perilaku *picky eating* pada anak pra-sekolah, didapatkan hasil p value 0,04 atau $\leq 0,05$, sehingga adanya hubungan antara pengetahuan orang tua tentang gizi dengan perilaku *picky eating* pada anak pra-sekolah di rumah susun Griya Tipar, Cakung.

Tingkat pengetahuan ibu diukur dengan menggunakan kuesioner yang menggambarkan pemahaman tentang gizi seimbang yaitu manfaat dan porsi makan yang sesuai. Sehingga pada ibu dengan pengetahuan gizi yang cukup akan cenderung lebih mengetahui tentang porsi dan manfaat mengkonsumsi makanan pada anak. Sedangkan, pada ibu dengan pengetahuan yang rendah cenderung lebih tidak mengetahui tentang porsi dan manfaat makanan. Akibatnya, ibu akan

membebaskan anaknya untuk makan makanan pilihan anak. Jika hal tersebut terus berlanjut, maka anak akan menjadi picky eating atau pilih – pilih makan (Rikandi & Sari, 2018).

Penelitian ini sesuai dengan penelitian Fitriyanti (2018) terdapat hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi dengan perilaku makan pada anak usia pra-sekolah dengan *p value* 0,023. Pada penelitian tersebut 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. Pada ibu dengan pengetahuan gizi yang rendah, cenderung untuk mengizinkan anak mengkonsumsi makanan ringan saja tanpa diimbangi dengan makanan utama. Sehingga, anak akan terbiasa untuk memakan makanan yang disukai saja dan menyebabkan kebutuhan gizi menjadi tidak seimbang.

SIMPULAN

- a. Terdapat hubungan antara pola asuh orang tua dengan perilaku *picky eating* pada anak prasekolah dengan *p-value* 0,02.
- b. Tidak terdapat hubungan antara ASI eksklusif dengan perilaku *picky eating* pada anak prasekolah dengan *p-value* 0,458.
- c. Terdapat hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi dengan perilaku *picky eating* pada anak prasekolah dengan *p-value* 0,04.

SARAN

- a. Memberikan pengetahuan sejak dini mengenai gizi seimbang, pola hidup sehat dan pola asuh yang baik kepada calon orang tua yang akan memiliki anak.
- b. Meningkatkan pengetahuan tentang gizi, *picky eating*, penerapan pola asuh yang baik, dan pengetahuan tentang pentingnya ASI eksklusif, serta memperkenalkan dan memberikan berbagai variasi makanan sejak dini agar menghindari anak untuk berperilaku *picky eating*.
- c. Melakukan penelitian dengan menggunakan variabel yang lebih bervariasi agar mengetahui faktor lain yang mempengaruhi perilaku *picky eating* anak prasekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhani, D. N. (2019). Peran Orang Tua terhadap anak usia dini (usia 2 tahun) yang mengalami Picky Eater. *Journal on Early Childhood*, 2(1), 39–4.
- Agusti, R. (2018). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Kejadian Picky Eater pada Siswa-Siswikelas IV dan V di Sd Juara Jakarta Barat Tahun 2018. *Universitas Esa Unggul Jakarta*.
- Almatsier et al. (2011). *Gizi Seimbang dalam Daur Kehidupan*. Gramedia Pustaka Utama.
- Anggraini et al. (2016). Hubungan Pemberian ASI Eksklusif Dengan Perilaku Picky Eating Pada Anak Usia 3-5 Tahun Di Posyandu Desa Kemuning Lor Ppkecamatan Arjasa. *Universitas Muhammadiyah Jember*, 52(1), 1–5.
- Arifah, U., Lestari, E. D., & Ayusari, A. A. (2016). Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Picky Eater pada Anak Usia 1-3 Tahun di Puskesmas Kratonan Surakarta. *Nexus Kedokteran Komunitas*, 5(2), 23–30.
- Baskoro, D. (2019). *Menjadi Lebih Baik (Parenting Healing)*. PT Alex Media Komputindo.
- Chatoor, I. (2009). Sensory food aversions in infants and toddlers. *Zero to Three*, 29(3), 44–49.
- Cole, N. C., An, R., Lee, S. Y., & Donovan, S. M. (2017). Correlates of picky eating and food neophobia in young children: A systematic review and meta-analysis. *Nutrition Reviews*, 75(7), 516–532. <https://doi.org/10.1093/nutrit/nux024>
- Dinas Kesehatan. (2018). Profil Kesehatan Provinsi DKI Jakarta. *Bidang Perencanaan Dan Pembiayaan Dinas Kesehatan DKI Jakarta*, 131.
- Fadila, R. N., Amareta, D. I., & Febriyatna, A. (2017). Hubungan Pengetahuan Dan Perilaku Ibu Tentang Gizi Seimbang Dengan Status Gizi Anak Tk Di DesaYosowilangun Lor Kabupaten Lumajang. *Jurnal Kesehatan*, 5(1), 14–20.

- <https://doi.org/10.25047/j-kes.v5i1.26>
- Fiki Wijayanti, R. (2018). Hubungan Perilaku Picky Eater Dengan Status Gizi Pada Anak Prasekolah TK Islam Nurul Izzah Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat*, 7(2).
- Fitriyanti, L., & Sutiejo, I. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Sulit Makan Pada Anak Usia Pra-sekolah d TK AT Nurus Sholihah Kebagusan Pasar Minggu Jakarta Selatan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(1), 58–67.
- Huong, L. T. (2019). Picky Eating and Nutritional Status among Vietnamese Children Under Five Years of Age in Hue, Central Vietnam. *Biomedical Journal of Scientific & Technical Research*, 16(1), 11733–11739.
- <https://doi.org/10.26717/bjstr.2019.16.002785>
- Indanah, I., & Yulisetyaningrum. (2019). Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Pra Sekolah. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 10(1), 221.
- <https://doi.org/10.26751/jikk.v10i1.645>
- John, & Santrock. (2003). *Adolescence Perkembangan Remaja*. Erlangga.
- Karaki, K. B. (2016). Hubungan Pola Asuh Ibu Dengan Perilaku Sulit Makan Pada Anak Usia Prasekolah (3-5 Tahun) Di Taman Kanak-Kanak Desa Palelon Kec. Modinding Minahasa Selatan. *Journal Keperawatan (e-Kp) Volume 4 Nomor 1Februari 2016*, 4(1), 1–18.
- Lestari et al. (2019). Hubungan Perilaku Picky Eater Dengan Status Gizi (BB/U) Anak Usia 2-5 Tahun. *JURNAL VOKASI KESEHATAN*, 5 (2), 67–71.
- Markham, L. (2018). *Learn What Your Preschooler Needs To Thrive*.
- Mustikasari, A. (2019). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kebiasaan Memilik-milih Makan (Picky Eater) Pada Anak Prasekolah Di TK Aisyiyah 1 Gombong. *Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong*, 446–453.
- Najib, A. (2016). Hubungan Pola Asuh Ibu Dengan Perilaku Sulit Makan Pada Anak Usia Prasekolah Di Taman Kanak-Kanak Al-Ikhwah Pontianak. In *Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan Muhammadiyah Pontianak*.
- Nixon, E., & Halpenny, M. (2010). Children’s Perspectives on Parenting Styles and Discipline: A Developmental Approach. In *The National Children Strategy Research Series*. The Stationery Office.
- Noviana, U. (2019). Hubungan Asi Eksklusif, Pola Makan, Dan Varian Makanan Dengan Picky Eaters Pada Anak Usia 1-3 Tahun. *NURSING UPDATE : Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan P-ISSN : 2085-5931 e-ISSN : 2623-2871*, 1(1), 15–26.
- Pelangi, B., & Ayubi, D. T. (2019). Determinan Perilaku Pemenuhan Gizi Usia Bawah Dua Tahun Di Kecamatan Cakung Dan Pulogadung, Kota Jakarta Timur. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 11(2), 94–100. <https://doi.org/10.37012/jik.v11i2.73>
- Puspasari, N. (2017). Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Gizi dan Asupan Makan Balita dengan Status Gizi Balita (BB/U) Usia 12-24 Bulan. *Amerta Nutrition*, 1(4), 369–378. <https://doi.org/10.20473/amnt.v1.i4.2017.369-378>
- Rikandi, M., & Sari, N. U. (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).
- Septamarini, R. G., Widyastuti, N., & Purwanti, R. (2019). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Responsive Feeding Dengan Kejadian Stunting Pada Baduta Usia 6-24 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Bandarharjo, Semarang. *Journal of Nutrition College*, 8(1), 9.
- Sit, M. (2017). *Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini*. Kencana.
- Suliasih, R. A., Puspitasari, D., & Dwi Pawestri, D. A. (2019). Faktor yang Berhubungan dengan Keberhasilan ASI Eksklusif. *Sari Pediatri*, 20(6), 375. <https://doi.org/10.14238/sp20.6.2019.375-81>
- Supriasa. (2015). *Pendidikan Dan Konsultasi Gizi*. EGC.
- Wiji, R. N. (2013). *ASI dan Pedoman Ibu Menyusui*. Nuha Medika.
- Windyati. (2018). Evaluasi Antara Pemberian Asi Secara Eksklusif Dan Pemberian Susu Formula

Pada Bayi 0-6 Bulan Dengan Percepatan Pertumbuhan Gigi Pertama Kali Pada Bayi Usia 6-12 Bulan Di Uptd Puskesmas Kecamatan Pontianak Kota Tahun 2017. *Jurnal Kebidanan*, 7(2), 70-76. <https://doi.org/10.33486/jk.v7i2.2>

Xue, Lee E, K, N., Y, Z., D, M., H, G., B, Y., Y, B., P, W., Zhang, & Y. (2015). Prevalence of picky eating behavior in Chinese school-age children associations with anthropometric parameters and intelligence quotient. A cross-sectional study. *Appetite*. 91(1): 248-255.