

Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Sulit Makan Pada Anak Usia Pra Sekolah

The Factors Related to Eating Disorder for Pre School Age Children

Lia Effi Noviri¹, Riski Maulidya², Nanda Fitria³, Abrar⁴

Dosen Stikes Lhokseumawe, Jl. Darussalam No, 47 Kota Lhokseumawe,
Kota Lhokseumawe 24351, Indonesia

*Korespondensi Penulis : liaeffinoviri@gmail.com

Abstrak

Perilaku sulit makan merupakan perilaku anak yang menolak untuk makan, hanya makan makanan tertentu saja dan menghabiskan porsi makan. Tujuan penelitian untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku sulit makan pada anak usia pra sekolah di Gampong Geulanggang Kulam Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen. Desain penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian adalah seluruh orangtua yang mempunyai anak usia prasekolah yang berumur 4-6 tahun di Gampong Geulanggang Kulam Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen yang berjumlah 75 orang. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 75 orang dengan menggunakan teknik *total sampling*. Penelitian ini telah dilaksanakan pada tanggal 29 Agustus sampai dengan 05 September 2022. Analisa dilakukan dengan proses komputerisasi melalui analisa univariat. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa gangguan nafsu makan dengan perilaku sulit makan pada anak usia pra sekolah berada pada kategori ya (56.0%). Gangguan nafsu makan dengan perilaku sulit makan pada anak usia pra sekolah berada pada kategori ya (60.0%). Pola makan tidak teratur dengan perilaku sulit makan pada anak usia pra sekolah berada pada kategori ya (57.3%). Dari hasil penelitian ini diharapkan kepada para orang tua dapat memberikan dorongan / motivasi dan tambahan pengetahuan bagi orang tua supaya lebih memahami pola asuh agar tidak terjadi kesulitan makan pada anak.

Kata Kunci : Perilaku Sulit Makan, Anak Usia Pra Sekolah

Abstract

Difficult eating behavior is the behavior of children who refuse to eat, only eat certain foods and finish eating portions. The purpose of the study was to determine the factors associated with difficult eating behavior in pre-school age children in Geulanggang Kulam Village, Juang City District, Bireuen Regency. This research design uses descriptive research method. The population in this study were all parents who have preschool children aged 4-6 years in Geulanggang Kulam Village, Juang City District, Bireuen Regency, amounting to 75 people. The number of samples in this study were 75 people using total sampling technique. This research was carried out from August 29 to September 5, 2022. The analysis was carried out using a computerized process through univariate analysis. Based on the results of the study, it was found that appetite disorders with difficult eating behavior in pre-school age children were in the yes

category (56.0%). Appetite disorders with difficult eating behavior in pre-school age children are in the yes category (60.0%). Irregular eating patterns with difficult eating behavior in pre-school age children are in the yes category (57.3%). From the results of this study, it is hoped that parents can provide encouragement / motivation and additional knowledge for parents to better understand parenting patterns so that there is no eating difficulty in children.

Keywords : *Difficult Eating Behavior, Pre-School Age Children*

PENDAHULUAN

Anak usia prasekolah yang berusia antara tiga sampai enam tahun. Anak Prasekolah yang mengalami perubahan perilaku makan, proses eksklusi dengan perkembangan kognitif yang menunjukkan kemandirian si anak. Di mulai dari usia, anak akan mengalami perubahan Psikologis mengajarkan anak untuk menjadi mandiri berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Dan mampu mengexpresikan dengan lingkungan sekitar. Perasaan anak ketidaknyamanan, mudah marah dapat mengganggu pola makan anak(wijayanti &Rosliana,2018).

Anak prasekolah sebagai periode pembentukan pemilihan makanan yang dapat berlanjut hingga lanjut usia. Anak prasekolah pola keseharian masih tergantung pola asuh orang tua, ketika anak mengalami perkembangan di masa usia sekolah sangat banyak melakukan aktivitas jauh lebih cepat dari bayi, dan kebutuhan gizi lebih bertambah dan pemberian makannya makin sering. Pada anak prasekolah lebih dari 20% ditemukan mengalami sulit makan dan anak pra sekolah lebih sering makan makanan pilihan sendiri yang di sukai anak.

Pemberian makanan anak selalu menjadi masalah bagi orang tua atau pengasuh anak. Fenomena yang sering terjadi di lingkungan masih ditemukan anak usia pra sekolah (4-6 tahun) yang mengalami kesulitan makan. Kesulitan makan sangat mempengaruhi oleh status pendidikan, ekonomi, dan sosial dari orang tua dan lingkungan. Kesulitan makan pada anak dapat terjadi jika anak tidak mau atau menolak untuk makan dengan jenis atau jumlah yang sesuai usia secara fisiologi (Vina, 2018).

Berdasarkan data *World Health Organization (WHO)* (2021), angka kejadian masalah kesulitan makan di beberapa Negara cukup tinggi didapatkan 20% orang tua mengatakan anaknya mengalami masalah sulit makan, dengan prevalensi tertinggi anak hanya mau makan makanan tertentu. Amerika Serikat menyebutkan 19-50% ibu mengatakan anaknya sangat memilih dalam makanan sehingga terjadi defisiensi zat gizi tertentu.

Kesulitan makan yang sangat tinggi dan sangat lama berdampak negatif pada keadaan kesehatan anak, keadaan tumbuh kembang dan aktifitas keseharian. Di Indonesia berdasarkan data Riskesdas (2018), terdapat 19,6% anak kekurangan gizi yang terdiri dari 5,7% anak dengan gizi buruk dan 13,9% berstatus gizi kurang.

Sedangkan di Sumatera Utara, terdapat 22,7% anak kekurangan gizi yang terdiri dari 8,4% anak dengan gizi buruk dan 14,3% berstatus gizi kurang (Riskesmas, 2018).

Berdasarkan survei Dinas Kesehatan Provinsi Aceh pada tahun 2021, prevalensi kesulitan makan yang terjadi dilaporkan sebagai berikut: tidak menyukai tekstur makanan tertentu (6,6%), nafsu makan yang sangat sedikit (9,6%), tidak suka untuk mencoba makanan baru (*neophobia*) (12,0%) dan takut dengan makanan tertentu karena pengalaman buruk sebelumnya (4,4%) (Dinkes Aceh, 2021).

Anak pada usia prasekolah biasanya mengalami perkembangan psikis menjadi anak yang lebih mandiri, autonom, dan dapat berinteraksi dengan lingkungannya, serta dapat lebih mengekspresikan emosinya. Di samping itu anak usia tersebut juga cenderung senang bereksplorasi dengan hal-hal baru. Sifat perkembangan khas yang terbentuk ini turut mempengaruhi pola makan anak. Anak prasekolah adalah mereka yang berusia antara 4-6 tahun. Pada masa ini anak mengalami proses perubahan pola makan dimana anak pada umumnya mengalami kesulitan untuk makan. Anak sudah menunjukkan proses kemandirian dimana perkembangan kognitif sudah mulai menunjukkan perkembangan dan anak sudah mempersiapkan diri untuk memasuki sekolah dan anak membutuhkan pengalaman belajar dari lingkungan dan orang tuanya (Lariwu, 2019).

Perilaku sulit makan merupakan perilaku anak yang menolak untuk makan, hanya makan makanan tertentu saja, dan menghabiskan porsi makan dengan lambat bahkan sering tidak menghabiskan porsi makan setiap jam makan (Karaki, 2016). Kesulitan makan mempunyai gejala berupa memenuhkan atau menyembur-nyemburkan makanan yang sudah masuk didalam mulut, makan berlama-lama dan memainkan makanan, tidak mengunyah tetapi langsung menelan makanan dan kesulitan makan dan sebagainya (Jurdawanto, 2016).

Keluhan mengenai anak yang sulit makan menjadi masalah yang sering diungkapkan oleh ibu ketika membawa anaknya ke dokter. Keluhan ini terjadi hampir merata tanpa membedakan jenis kelamin, etnis, dan status sosial ekonomi. Beberapa masalah makan yang sering muncul antara lain: rewel, muntah, terlalu pemilih, fobia makan, makan lambat, dan penolakan makanan. Kesulitan makan pada anak dapat disebabkan oleh faktor organik dan non-organik. Faktor organik disebabkan antara lain, kelainan organ bawaan, abnormalitas fungsi saluran pencernaan, sariawan, sakit gigi dan gangguan penyakit di mulut. Faktor non-organik disebabkan, antara lain, peran ibu atau pengasuh, keadaan sosial ekonomi keluarga, jenis dan cara pemberian makanan, kepribadian, serta kondisi emosional anak (Siska, 2018).

Pemberiaan makan pada anak memang sering menjadi masalah bagi orang tua atau pengasuh anak. Fenomena yang ada di masyarakat saat ini masih di temukan umur tiga sampai enam tahun yang mengalami sulit makan. Kesulitan makan dapat dipengaruhi oleh status pendidikan, ekonomi dan sosial dari orang tua dan lingkungan. Kesulitan makan pada anak dapat terjadi jika anak tidak mau atau menolak untuk makan dengan jenis dan jumlah yang sama secara fisiologi (Vina, 2008)

Penelitian Kesuma (2015), dengan judul Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Kesulitan Makan Anak Prasekolah, hasil penelitian terdapat anak yang mengalami perilaku kesulitan makan sebanyak (35,4%) di Riau, dengan jenis kelamin terbanyak perempuan (59,5%) dan mayoritas umur anak adalah 5-6 tahun (82,3%). Kesulitan makan didapatkan pada 28 orang dari 79 orang subjek, terdapat (67,1%) anak menghabiskan makanan dalam waktu lama (lebih dari 30 menit), (49,4%) tidak tertarik mencoba makanan baru, (48,1%) menyukai makanan tertentu saja, (34,2%) anak menggelengkan kepala saat diberikan makanan, (21,5%) anak menutup mulut rapat-rapat saat diberikan makanan, (15,2%) anak membuang makanan yang diberikan.

Hasil penelitian Bellafilly (2016), dengan judul hubungan pola asuh ibu dengan perilaku sulit makan pada anak usia prasekolah (4-6 tahun) di taman kanak-kanak Desa Palelon Kecamatan Modinding minahasa selatan, hasil penelitian pada analisis tersebut menggunakan uji chi square didapatkan nilai $p\text{-value} = 0,000 < \alpha (\leq 0,05)$. Simpulan pada penelitian ini yaitu terdapat hubungan pola asuh ibu dengan perilaku sulit makan pada anak usia prasekolah.

Hasil penelitian Lariwu (2019), dengan judul hubungan pola asuh ibu dengan perilaku sulit makan pada anak usia pra sekolah di TK Pancaran Berkat Desa Ranoketang Atas Kecamatan Tombatu Kabupaten Minahasa Tenggara. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar pola asu ibu berada pada kategori kurang baik. Hasil penelitian juga menunjukkan sebagian besar perilaku sulit makan anak berada pada kategori kurang baik. Serta menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pola asuh ibu dengan perilaku sulit makan pada anak usia pra sekolah di Paud Pancaran Berkat Desa Ranoketang Atas Kecamatan Tombatu Kabupaten Minahasa Tenggara.

Hasil penelitian Ramadhana (2017), dengan judul faktor-faktor yang berhubungan dengan sulit makan di TK Kartini Kedaton Kota Bandar Lampung Tahun 2017, hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara faktor makanan dengan sulit makan ($p\text{-value} 0,026$); ada hubungan faktor psikologi dengan sulit makan ($p\text{-value} 0,017$); ada hubungan faktor organik dengan sulit makan ($p\text{-value} 0,013$).

Hasil penelitian Fitriyanti (2018), dengan judul faktor-faktor yang berhubungan dengan sulit makan pada anak usia pra sekolah di TK AT Nurus Sholihah Kebagusan Pasar Minggu Jakarta Selatan, hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu dengan kesulitan makan pada anak usia pra sekolah dengan $p\text{-value} = 0.023$, adanya hubungan yang signifikan antara sikap ibu dengan kesulitan makan pada anak usia pra sekolah dengan $p\text{-value} = 0.020$ dan tidak adanya hubungan antara pendidikan ibu dengan kesulitan makan pada anak usia pra sekolah dengan $p\text{-value} = 0.946$.

Dari hasil observasi awal pada 12 ibu didapatkan dari 8 orang ibu mengatakan bahwa anaknya sulit diajak makan, hanya ingin makan makanan ringan atau makan makanan dengan lauk tertentu, hal ini disebabkan oleh gangguan nafsu makan pada anak, lauk yang sama setiap hari, karena anak sakit dan sakit saat tumbuh gigi dan kadang kala jadwal makan yang tidak teratur pada anak. Sedangkan 4 orang ibu lainnya

mengatakan anaknya tidak mengalami kesulitan makan mereka lebih memilih membiarkan anaknya memilih makanan yang disukai dan menuruti keinginan anaknya.

Berdasarkan latar belakang dan penelitian terkait diatas maka peneliti ingin mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku sulit makan pada anak usia pra sekolah.

METODELOGI

Dalam rancangan penelitian ini penulis menggunakan metode penelitian deskriptif yaitu suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk mengetahui gambaran atau deskriptif tentang suatu keadaan secara objektif. Metode penelitian deskriptif digunakan untuk memecahkan atau menjawab permasalahan yang sedang dihadapi pada situasi sekarang.

Populasi dalam penelitian adalah seluruh orangtua yang mempunyai anak usia prasekolah yang berumur 4-6 yang berjumlah 75 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *Total Sampling* yaitu teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 75 orang.

Analisa data dalam penelitian ini, yaitu analisis univariat yang bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan setiap variable penelitian.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Ibu (n=75)

No	Umur Ibu	Frekuensi	Persentase (%)
1	26-35 tahun	42	56.0
2	36-45 tahun	33	44.0
Jumlah		75	100

Berdasarkan Tabel 1 diatas, didapatkan bahwa umur ibu berada pada rentang umur 26-35 tahun yang berjumlah sebanyak 42 responden (56.0%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Ibu (n=75)

No	Pendidikan Ibu	Frekuensi	Persentase (%)
1	Dasar	18	24.0
2	Menengah	36	48.0
3	Atas	21	28.0
Jumlah		75	100

Berdasarkan Tabel 2 diatas, didapatkan bahwa pendidikan ibu berada pada tingkat menengah yang berjumlah sebanyak 36 responden (48.0%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan Ibu (n=54)

No	Pekerjaan Ibu	Frekuensi	Persentase (%)
1	Petani	14	18.7
2	PNS	12	16.0
3	Pedagang	9	12.0
4	Pekerja Swasta	12	35.3
5	Tidak Bekerja	28	82.4
Jumlah		75	100

Berdasarkan Tabel 3 diatas, didapatkan bahwa pekerjaan ibu berada pada tidak bekerja yang berjumlah sebanyak 28 responden (82.4%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Anak (n=75)

No	Umur Anak	Frekuensi	Persentase (%)
1	4 Tahun	24	32.0
2	5 Tahun	25	33.3
3	6 Tahun	26	34.7
Jumlah		75	100

Berdasarkan Tabel 4 diatas, didapatkan bahwa umur anak berada pada umur 6 tahun sebanyak 26 responden (34.7%).

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Anak (n=75)

No	Jenis Kelamin Anak	Frekuensi	Persentase (%)
1	Laki-Laki	28	51.9
2	Perempuan	26	48.1
Jumlah		75	100

Berdasarkan Tabel 5 diatas, didapatkan bahwa jenis kelamin anak berada pada jenis kelamin laki-laki sebanyak 40 responden (53.3%).

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Gangguan Nafsu Makan Dengan Perilaku Sulit Makan Pada Anak Usia Pra Sekolah (n=75)

No	Gangguan Nafsu Makan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Ya	42	56.0
2	Tidak	33	44.0
Jumlah		75	100

Berdasarkan Tabel 6 di atas dapat disimpulkan bahwa gangguan nafsu makan dengan perilaku sulit makan pada anak usia pra sekolah responden yang berada pada kategori ya lebih tinggi sebanyak 42 responden (56.0%), dibandingkan dengan kategori tidak sebanyak 33 responden (44.0%).

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Gangguan Makan Di Mulut Dengan Perilaku Sulit Makan Pada Anak Usia Pra Sekolah (n=75)

No	Gangguan Makan Di Mulut	Frekuensi	Persentase (%)
1	Ya	45	60.0
2	Tidak	30	40.0
Jumlah		75	100

Berdasarkan Tabel 7 di atas dapat disimpulkan bahwa gangguan makan di mulut dengan perilaku sulit makan pada anak usia pra sekolah di Gampong Geulanggang Kulam Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen responden yang berada pada kategori ya lebih tinggi sebanyak 45 responden (60.0%), dibandingkan dengan kategori tidak sebanyak 30 responden (40.0%).

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Pola Makan Tidak Teratur Dengan Perilaku Sulit Makan Pada Anak Usia Pra Sekolah (n=75)

No	Pola Makan Tidak Teratur	Frekuensi	Persentase (%)
1	Ya	43	57.3
2	Tidak	32	42.7
Jumlah		75	100

Berdasarkan Tabel 8 di atas dapat disimpulkan bahwa pola makan tidak teratur dengan perilaku sulit makan pada anak usia pra sekolah responden yang berada pada

kategori ya lebih tinggi sebanyak 43 responden (57.3%), dibandingkan dengan kategori tidak sebanyak 32 responden (42.7%).

PEMBAHASAN

1. Gangguan Nafsu Makan

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa gangguan nafsu makan dengan perilaku sulit makan pada anak usia pra sekolah responden yang berada pada kategori ya lebih tinggi sebanyak 42 responden (56.0%), dibandingkan dengan kategori tidak sebanyak 33 responden (44.0%).

Menurut Judarwanto (2016), kesulitan makan adalah jika anak tidak mau atau menolak untuk makan, atau mengalami kesulitan mengkonsumsi makanan atau minuman dengan jenis dan jumlah sesuai usia secara fisiologis (alamiah dan wajar), yaitu mulai dari membuka mulut tanpa paksaan, mengunyah, menelan hingga sampai terserap dipencernaan secara baik tanpa paksaan dan tanpa pemberian vitamin dan obat tertentu.

Pemberian makanan pada anak memang sering menjadi masalah bagi orang tua atau pengasuh anak. Fenomena yang ada di masyarakat saat ini masih ditemukan anak usia pra sekolah (4-6 tahun) yang mengalami kesulitan makan. Kesulitan makan dapat dipengaruhi oleh status pendidikan, ekonomi, dan sosial dari orang tua dan lingkungan. Kesulitan makan pada anak dapat terjadi jika anak tidak mau atau menolak untuk makan dengan jenis atau jumlah yang sesuai usia secara fisiologi (Vina, 2018).

Hasil penelitian Lariwu (2019), dengan judul hubungan pola asuh ibu dengan perilaku sulit makan pada anak usia pra sekolah di PAUD Pancaran Berkas Desa Ranoketang Atas Kecamatan Tombatu Kabupaten Minahasa Tenggara. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar pola asu ibu berada pada kategori kurang baik. Hasil penelitian juga menunjukkan sebagian besar perilaku sulit makan anak berada pada kategori kurang baik. Serta menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pola asuh ibu dengan perilaku sulit makan pada anak usia pra sekolah di Paud Pancaran Berkas Desa Ranoketang Atas Kecamatan Tombatu Kabupaten Minahasa Tenggara.

Menurut asumsi peneliti gangguan nafsu makan disebabkan oleh kondisi badan anak sedang tidak sehat, lesu, dan daya tahan tubuhnya menurun. Ada gangguan pada sistem pencernaannya, seperti sariawan, kembung, mual sampai muntah dan sembelit. Adanya gangguan psikologis pada anak-anak tertentu, seperti stres dengan lingkungan di rumah, hal ini membuat anak mengalami perilaku sulit makan. Hal lain gangguan nafsu makan disebabkan oleh umur anak, dimana pada masa usia prasekolah dengan umur 4-6 tahun anak sudah mengenal jajanan, sehingga anak lebih memilih untuk makan jajanan dibandingkan dengan makan makanan yang disediakan di rumah.

Gangguan Makan Di Mulut

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa gangguan makan di mulut dengan perilaku sulit makan pada anak usia pra sekolah responden yang berada pada

kategori ya lebih tinggi sebanyak 45 responden (60.0%), dibandingkan dengan kategori tidak sebanyak 30 responden (40.0%).

Kesulitan makan adalah gangguan makan dengan gejala; makan hanya sedikit, sulit untuk mencoba makanan baru, secara total menghindari beberapa jenis makanan, dan memiliki makanan yang sangat disukainya (Carruth, 2018). Keluhan mengenai anak yang sulit makan menjadi masalah yang sering diungkapkan oleh ibu ketika membawa anaknya ke dokter. Keluhan ini terjadi hampir merata tanpa membedakan jenis kelamin, etnis, dan status sosial ekonomi. Beberapa masalah makan yang sering muncul antara lain: rewel, muntah, terlalu pemilih, fobia makan, makan lambat, dan penolakan makanan. Kesulitan makan pada anak dapat disebabkan oleh faktor organik dan non-organik. Faktor organik disebabkan antara lain, kelainan organ bawaan, abnormalitas fungsi saluran pencernaan, sariawan, sakit gigi dan gangguan penyakit di mulut. Faktor non-organik disebabkan, antara lain, peran ibu atau pengasuh, keadaan sosial ekonomi keluarga, jenis dan cara pemberian makanan, kepribadian, serta kondisi emosional anak (Siska, 2018).

Hasil penelitian Bellafilly (2016), dengan judul hubungan pola asuh ibu dengan perilaku sulit makan pada anak usia prasekolah (3-5 tahun) di taman kanak-kanak Desa Palelon Kecamatan Modinding minahasa selatan, hasil penelitian pada analisis tersebut menggunakan uji chi square didapatkan nilai $p\text{-value} = 0,000 < \alpha (\leq 0,05)$. Simpulan pada penelitian ini yaitu terdapat hubungan pola asuh ibu dengan perilaku sulit makan pada anak usia prasekolah.

Menurut asumsi peneliti gangguan makan di mulut pada anak sehingga mengalami perilaku sulit makan karena anak-anak mungkin merasa bosan dengan menu makanan yang sama untuk tiga kali makan dalam sehari. Pada hari-hari berikutnya, menu makanan tersebut kerap diulang. Terkadang, anak juga ana dengan umur 4-6 tahun tidak tertarik dengan makanan yang mudah dikunyah sehingga mereka tidak berminat mencicipi makanan dengan tekstur dan rasa yang berbeda, sehingga membuat anak mengalami perilaku sulit makan.

Pola Makan Tidak Teratur

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa pola makan tidak teratur dengan perilaku sulit makan pada anak usia pra sekolah responden yang berada pada kategori ya lebih tinggi sebanyak 43 responden (57.3%), dibandingkan dengan kategori tidak sebanyak 32 responden (42.7%).

Gangguan kesulitan makan pada anak sering kita jumpai pada masyarakat awam yang belum memahami prosedur pemenuhan kebutuhan nutrisi pada anak. Masyarakat awam masih banyak yang belum memahami pentingnya nutrisi pada anak (Hidayat, 2017). Perilaku sulit makan merupakan perilaku anak yang menolak untuk makan, hanya makan makanan tertentu saja, dan menghabiskan porsi makan dengan lambat bahkan sering tidak menghabiskan porsi makan setiap jam makan (Karaki, 2016). Kesulitan makan mempunyai gejala berupa memenuhkan atau menyembur-nyemburkan makanan yang sudah masuk didalam mulut, makan berlama-lama dan memainkan

makanan, tidak mengunyah tetapi langsung menelan makanan dan kesulitan makan dan sebagainya (Jurdawanto, 2016).

Penelitian Kesuma (2015), dengan judul Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Kesulitan Makan Anak Prasekolah, hasil penelitian terdapat anak yang mengalami perilaku kesulitan makan sebanyak (35,4%) di Riau, dengan jenis kelamin terbanyak perempuan (59,5%) dan mayoritas umur anak adalah 5-6 tahun (82,3%). Kesulitan makan didapatkan pada 28 orang dari 79 orang subjek, terdapat (67,1%) anak menghabiskan makanan dalam waktu lama (lebih dari 30 menit), (49,4%) tidak tertarik mencoba makanan baru, (48,1%) menyukai makanan tertentu saja, (34,2%) anak menggelengkan kepala saat diberikan makanan, (21,5%) anak menutup mulut rapat-rapat saat diberikan makanan, (15,2%) anak membuang makanan yang diberikan.

Menurut asumsi peneliti orang tua harus mengatur pola makan anak sehingga tidak terjadi perilaku sulit makan, orang tua yang sibuk bekerja sehingga kurang memperhatikan jadwal makanan pada anaknya. Orang tua tidak membuat jadwal khusus tentang pola makan dan jenis makanan pada anak. Tidak adanya kebersamaan orang tua dengan anak sehingga anak menjadi malas makan pada waktunya. Selain itu umur juga berpengaruh terhadap mengatur pola makan anak dengan umur 4-6 tahun, dimana ibu tidak memiliki pengetahuan yang baik dalam mengatur pola makan anak.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa gangguan nafsu makan dengan perilaku sulit makan pada anak usia pra sekolah berada pada kategori ya (56.0%). Gangguan nafsu makan dengan perilaku sulit makan pada anak usia pra sekolah berada pada kategori ya (60.0%). Pola makan tidak teratur dengan perilaku sulit makan pada anak usia pra sekolah berada pada kategori ya (57.3%).

SARAN

Diharapkan dengan penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan orang tua tentang mengatasi pola makan pada anak, dan untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat menjadi referensi untuk mengembangkan penelitian ini dengan metode yang lebih luas lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, W. (2016). *Hubungan Pola Asuh Pemberian Makan Dan Perilaku Makan Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Prasekolah Di Kota Magelang*. Tidak Diterbitkan. Yogyakarta: Magister Keperawatan Universitas Gajah Mada.
- Carruth, B. (2018). *The Phenomenon Of "Picky Eater" A Behavioral Marker In Eating Pattern Of Toddler*. Journal Of American College Of Nutrition. Vol 17 No. 2 180-186.

- Hockenberry, M., Wilson, D. (2018). *Wong's nursing care of infants and children, ninth edition*. USA: Elsevier.
- Hidayat, A. (2017). *Pengantar Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Irwanto. (2018). *Kepribadian dan Keluarga*. Jakarta: Arcom.
- Judarwanto, W. (2016). *Mengatasi Kesulitan Anak*. Jakarta: Puspaswara.
- Karaki, B. (2016). *Hubungan Pola Asuh Ibu dengan perilaku Sulit Makan Pada Anak*. Ejournal Keperawatan, 4 (1).
- Kohn, A. T. (2017). *Child psychology 6th edition*. New Jersey : Prentice Hall. Inc.
- Karundeng, M., (2016). *Hubungan Pola Asuh Ibu dengan perilaku Sulit Makan Pada Anak Usia Prasekolah (3-5 Tahun) di Taman Kanak-Kanak*. Ejournal Keperawatan, 4 (1).
- Lariwu C. K. (2019). *Faktor-Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Kejadian Obesitas Pada Siswa SMP Di Kota Tomohon*. Jurnal Keperawatan.
- Manurung, Santa. (2017). *Keperawatan Profesional*, Jakarta: Tim.
- Mindel, Clarence E. (2012). *The Handbook of Clinical Child Psychology*. (Canada: A. Wiley-Inter Science.
- Masturoh, I., dan N. Anggita. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Kementerian Kesehatan RI. Jakarta.
- Nafartilawati, M. (2014). *Hubungan Antara Pola Asuh Dengan Kesulitan Makan Pada Anak Prasekolah di TK Leyangan Kabupaten Semarang*. Jurnal Artikel.
- Notoatmodjo. S. (2016). *Promosi kesehatan teori dan aplikasi*. Jakarta: EGC.
- Noorlaila, Iva. (2019). *Panduan Lengkap Mengajar Paud*. Yogyakarta: Pinus Book. Publisher.
- Oktaviana, L. (2017). *Hubungan Antara Konformitas Dengan Kecenderungan Perilaku Bulliying*. Surakarta: *Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Patmonedowo, S. (2018). *Pendidikan Anak Pra Sekolah*. Bandung: Rineka Cipta.

- Riskesdas. (2018). *Perilaku Kesulitan Pada Anak Prasekolah*. Kementerian Kesehatan RI. Jakarta.
- Sulistyaningsih, (2016). *Metodelogi penelitian kuantitatif-kualitatif*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Vina, E. (2018). *Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kesulitan Makan Pada Anak Usia 3-5 Tahun Di Desa Sukaraya Kecamatan Pancur Batu Tahun 2018*. Jurnal Keperawatan.
- World Health Organization (WHO). (2018). *Childhood Stunting: Context, Causes, Consequences*. Geneva: WHO.
- World Health Organization (WHO). (2021). Diakses 09 Januari 2022: *Progres Toward Achieving the Fight Millennium Development Goals*.<http://www.who.int.com>.
- Wawan & Dewi M. (2016). *Teori dan pengukuran, pengetahuan, sikap dan perilaku manusia*. Yogyakarta : Nuha Medika.