

# HUBUNGAN POLA PEMBERIAN MAKAN DENGAN PERILAKU SULIT MAKAN PADA ANAK USIA PRASEKOLAH (3-6 TAHUN)

Loka, Lola Vita<sup>1\*</sup>, Martini, Margaretha<sup>2</sup>, Sitompul, Dania Relina<sup>3</sup>

<sup>1</sup>mahasiswa STIKES Suaka Insan Banjarmasin

<sup>2,3</sup>Dosen STIKES Suaka Insan Banjarmasin

Email: [Ollatan22@gmail.com](mailto:Ollatan22@gmail.com)

## ABSTRAK

**Latar Belakang:** Perilaku sulit makan merupakan salah satu masalah yang sering terjadi pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) dimana anak menolak makan atau memilih-milih jenis makanan tertentu yang akan berdampak pada status gizi anak, pertumbuhan dan perkembangan anak, sehingga perlu perhatian khusus bagi ibu agar kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan anak dapat terpenuhi secara optimal.

**Tujuan:** Mengetahui hubungan pola pemberian makan dengan perilaku sulit makan pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) di TK Arrahmatul Abadiyyah Kelurahan Alalak Selatan Banjarmasin tahun 2018.

**Metode:** Jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian yaitu ibu yang memiliki anak usia 3-6 tahun, pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel 32 responden. Pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner. Analisa data univariat menggunakan distribusi frekuensi dan analisa data bivariat menggunakan rumus *spearman rank*.

**Hasil:** Pola pemberian makan baik yaitu ibu yang sangat baik dalam mengatur frekuensi makan anak dengan presentase 62,5% dan anak yang tidak dipaksa untuk makan tidak mengalami sulit makan dengan presentase 59,4%. Koefisien korelasi *spearman rank* menunjukkan 0,674 signifikansi 0,000 ( $P = < 0,05$ ).

**Kesimpulan:** Terdapat hubungan antara pola pemberian makan dengan perilaku sulit makan pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) di TK Arrahmatul Abdiyyah Kelurahan Alalak Selatan Banjarmasin.

**Kata Kunci:** Perilaku sulit makan, Pola pemberian makan.

## LATAR BELAKANG

Anak usia prasekolah (3-6 tahun) terjadi masa pertumbuhan fisik yang cepat. Sehingga, memerlukan kebutuhan gizi yang paling banyak dibandingkan pada masa-masa berikutnya. Sulit makan merupakan salah satu masalah yang ada pada anak usia prasekolah. Sulit makan adalah sikap menolak untuk makan atau memilih-milih jenis makanan. Hal ini berkaitan dengan perkembangan anak, dimana anak mengalami masa peralihan bentuk makanan dari lunak ke makan biasa, serta anak sudah mulai memilih makanan yang disukai atau tidak disukainya. Sulit makan dapat mengakibatkan kurangnya kebutuhan nutrisi (Judarwanto, 2010). Apabila kebutuhan nutrisi tidak ditangani dengan baik maka anak mudah mengalami gizi kurang atau gizi buruk. Kekurangan gizi pada negara berkembang diantaranya terjadi karena pola pemberian makan yang tidak sesuai. Pola pemberian makan yang diberikan pada anak usia prasekolah akan mempengaruhi proses pertumbuhan anak karena dalam asupan gizi tersebut mengandung zat gizi yang penting untuk pertumbuhan, kesehatan, dan kecerdasan. Pola pemberian makan yang sehat akan berdampak baik pada kesehatan dikemudian hari, oleh karena itu sikap seorang ibu sangat penting atau di butuhkan dalam pemenuhan gizi pada anak (Sulistyoningsih, H. (2011).

Pemberian makanan pada anak usia prasekolah adalah segala upaya dan cara ibu untuk memberikan makanan pada anak usia prasekolah dengan tujuan supaya kebutuhan makan anak terpenuhi. Tahap pemberian makanan dimulai dari

tahap penyusunan menu, pengolahan, penyajian dan cara pemberiannya kepada anak usia prasekolah agar kebutuhan nutrisi anak terpenuhi (Rahmawati, 2016).

Angka kejadian masalah kesulitan makan di beberapa negara termasuk cukup tinggi. Sebuah penelitian *The Gateshead Millenium Baby Study* pada tahun 2014 di Inggris menyebutkan 20% orang tua melaporkan anaknya mengalami masalah makan, dengan prevalensi tertinggi anak hanya mau makan makanan tertentu. Studi di Italia mengungkapkan 6% bayi mengalami kesulitan makan, kemudian meningkat 25-40% pada saat fase akhir pertumbuhan. Survey lain di Amerika Serikat menyebutkan 19-50% orang tua mengeluh anaknya sangat pemilih dalam makan sehingga terjadi defisiensi zat gizi tertentu (Waugh, 2014 dalam Octaviyani, 2017).

Masalah sulit makan terutama pada anak merupakan masalah yang umum di Indonesia. Penelitian yang dilakukan di *Picky Eater Clinic* Jakarta Indonesia menyebutkan pada anak pra sekolah usia 4-6 tahun didapatkan prevalensi kesulitan makan sebesar 33,6 %, sebagian besar 79,2 % telah berlangsung lebih dari 3 bulan (Vina, 2008 dalam Aizah, 2009). Jumlah anak yang gizi kurang akibat dari sulit makan terus mengalami peningkatan. Tahun 2005 ditemukan 1,8 juta anak dengan status gizi buruk dalam waktu yang sangat singkat meningkat menjadi 2,3 juta pada tahun 2006 anak yang menderita gizi buruk. Sementara itu hingga Maret 2008 27% anak di Indonesia, diperkirakan mengalami gizi buruk akibat dampak sulit makan (Judarwanto, 2011 dalam Octaviyani,

2017). Status gizi menurut Departemen Kesehatan (Depkes) RI dalam profil kesehatan Indonesia tahun 2013 yang didapat dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), terdapat 19,6% balita kekurangan gizi yang terdiri dari 5,7% balita dengan gizi buruk dan 13,9% berstatus gizi kurang. Pada tahun yang sama terdapat 37,2% balita dengan tinggi badan dibawah normal yang terdiri dari 18,0% balita sangat pendek dan 19,2% balita pendek. Indikator antropometri lain untuk menilai status gizi balita yaitu berat badan menurut tinggi badan (BB/TB), pada tahun 2013 terdapat 12,1% balita *wasting* (kurus) yang terdiri dari 6,8% balita kurus dan 5,3% sangat kurus. Secara nasional prevalensi kurus pada anak balita masih 12,1%, yang artinya masalah gizi di Indonesia masih merupakan masalah kesehatan yang serius (Depkes RI, 2013).

Rekapitulasi data status gizi dinas kesehatan kota Banjarmasin tahun 2016, terdapat balita kekurangan gizi terdiri dari 1,80% gizi buruk dan 7,90% berstatus gizi kurang. Tahun 2016 terdapat balita dengan tinggi badan di bawah normal yang terdiri dari 6,06% balita sangat pendek dan 13,32% balita pendek. Indikator antropometri lain untuk menilai status gizi balita yaitu berat badan menurut tinggi badan(BB/TB), pada tahun 2016 terdapat 1,69% balita *wasting* (kurus) dan 0,20% sangat kurus (Dinkes Kota Banjarmasin, 2016).

Peneliti melakukan studi pendahuluan pada Dinas Kesehatan Kota Banjarmasin didapatkan data bahwa gizi kurang dan gizi buruk tertinggi di puskesmas Alalak Selatan Banjarmasin, hal ini dibuktikan dengan sebanyak 29,86% gizi kurang, sebanyak 12,53% gizi buruk, sebanyak 32, 64% sangat pendek,

sebanyak 22,76 % pendek, sebanyak 0,22% sangat kurus dan sebanyak 14,51% kurus (Dinkes Kota Banjarmasin, 2016).

Peneliti mendapatkan data dari puskesmas Alalak Selatan Banjarmasin dengan gizi kurang berjumlah 5,45% dan gizi buruk berjumlah 2,73%, sangat pendek berjumlah 6,05% dan pendek berjumlah 3,62%, sangat kurus berjumlah 4% dan kurus berjumlah 3,09% di tahun 2016. Peneliti mendapatkan data dari puskesmas Alalak Selatan Banjarmasin dengan gizi kurang berjumlah 5,45% dan gizi buruk berjumlah 2,73%, sangat pendek berjumlah 6,05% dan pendek berjumlah 3,62%, sangat kurus berjumlah 4% dan kurus berjumlah 3,09% dan di tahun 2016. Peneliti juga mendapatkan data dari Dinas Pendidikan Kota Banjarmasin didapatkan data bahwa TK Arrahmatul Abadiyyah yang memiliki siswa terbanyak di wilayah kerja puskesmas alalak selatan yaitu berjumlah 106 siswa untuk tahun 2016.

Peneliti melakukan observasi ke TK Arrahmatul Abadiyyah Kelurahan Alalak Selatan Banjarmasin Pada tanggal 8 November 2017. Anak-anak yang mendaftarkan diri di sekolah taman kanak-kanak (TK) Arrahmatul Abadiyyah Kelurahan Alalak selatan adalah mereka yang memiliki rentang usia dari 3-6 tahun. Jumlah siswa yang bersekolah di TK Arrahmatul Abadiyyah Kelurahan Alalak Selatan Banjarmasin berjumlah 83 siswa, kelas A sebanyak 21 siswa dengan usia 3-5 tahun, kelas B1 sebanyak 22 siswa dengan usia 5-6 tahun, kelas B2 sebanyak 19 siswa dengan usia 5-6 tahun, dan kelas B3 sebanyak 21 siswa dengan usia 5-6 tahun.

Peneliti melakukan wawancara pada 10 orang ibu didapatkan hasil 30% ibu mengatakan anaknya sulit makan, 20% ibu mengatakan anaknya tidak terlalu sulit makan, dan 50% ibu mengatakan anaknya tidak sulit makan.

Peneliti melakukan observasi dan penimbangan berat badan pada 20 orang anak di TK Arrahmatul Abadiyyah Kelurahan Alalak Selatan Banjarmasin, anak yang berat badannya di bawah BBI berjumlah 4 orang anak (20%), sebanyak 1 orang anak (5%) orang anak berat badannya di atas BBI dan 15 orang anak (75%) mempunyai berat badan ideal. Peneliti juga melihat beberapa anak sangat aktif dan beberapa anak juga pendiam, kemudian kepala sekolah dan guru-guru mengatakan beberapa dari siswa/i ada yang mewarnai/menggambar bagus, namun menghitung lambat sebaliknya ada yang menghitung cepat namun mewarnai/menggambar kurang bagus.

Peneliti tertarik dan merasa perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai pola pemberian makanan dengan perilaku sulit makan pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) di Tk Arrahmatul Abadiyyah Kelurahan Alalak Selatan Banjarmasin Tahun 2018.

frekuensi dan dilakukan korelasi menggunakan program SPSS yaitu uji statistik *Spearman Rank*.

## **METODOLOGI**

Jenis penelitian ini adalah penelitian *kuantitatif* dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini menggunakan rancangan *analitik korelasi* bertujuan untuk menghubungkan masalah penelitian yang terjadi. Penelitian ini dilaksanakan di TK Arrahmatul Abadiyyah Kelurahan Alalak Selatan Banjarmasin pada tanggal 8 Maret 2018.

Populasi dalam penelitian ini adalah 82 anak usia prasekolah (3-6 tahun) yang terdaftar di TK Arrahmatul Abadiyyah. Sampel dalam penelitian ini adalah 32 anak usia prasekolah (3-6 Tahun) di TK Arrahmatul Abadiyyah Kelurahan Alalak Selatan Banjarmasin. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *nonprobability sampling* dengan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner, pola pemberian makan dan kuesioner perilaku sulit makan.

Data yang telah dikumpul kemudian dianalisis secara deskriptif dengan menggunakan tabel distribusi

## HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pola Pemberian Makan pada Anak Berdasarkan Usia Prasekolah (3-6 tahun)

No	Pola pemberian makan	F	%
1.	Baik	20	62,5%
2.	Buruk	12	37,5%
Total		32	100%

Pada tabel 1. didapatkan hasil terbanyak yaitu ibu dengan pola pemberian makanan dengan kategori baik sebanyak 20 orang (62,5%). Sedangkan ibu dengan pola pemberian makan berkategori buruk sebanyak 12 orang (37,5%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Perilaku Sulit Makan Anak Berdasarkan Usia Prasekolah (3-6 tahun).

No	Perilaku Makan	F	%
1.	Tidak sulit makan	9	59,4%
2.	Sulit Makan	3	0,6%
Total		32	100%

Pada tabel 2. didapatkan hasil sebagian besar anak di TK Arrahmatul Abadiyyah Kelurahan Alalak Selatan Banjarmasin memiliki perilaku tidak sulit makan sebanyak 19 orang (59,375%). Sedangkan anak dengan perilaku sulit makan sebanyak 14 orang (40,625%).

Tabel 3. Tabulasi Silang Hubungan Pola Pemberian Makan dengan Perilaku Sulit Makan pada berdasarkan Anak Usia Prasekolah.

	Pola pemberian makan	Perilaku makan		Jumlah
		Tidak sulit makan	Sulit makan	
Baik	F	17	3	20
	%	53,1%	9,4%	62,5%
Buruk	F	2	10	12
	%	6,3%	31,2%	37,5%
Total		19	13	32
Total		59,4 %	40,6%	100%
Correlation coefficient = 0,674 Sig. (two-tailed) = 0,000 < $\alpha$ (0,05) Ha diterima.				

Hasil berdasarkan table 7. maka dapat dilihat ibu yang memiliki anak usia prasekolah 3-6 tahun di TK Arrahmatul Abadiyyah Kelurahan Alalak Selatan Banjarmasin tahun 2018 dengan pola pemberian berkategori baik berjumlah 20 orang (62,5%) sebagian besar memiliki anak dengan perilaku sulit makan yaitu sebanyak 12 orang anak (37,5%). Ibu dengan pola pemberian makan berkategori baik sebanyak 19 orang (59,4%) sebagian besar memiliki anak tidak sulit makan yaitu sebanyak 14 orang (40,6%).

## PEMBAHASAN

Hasil kuesioner penelitian pada variabel pola pemberian makan tentang frekuensi makan anak yang paling tinggi. Hasil analisa yang dilakukan peneliti, hal ini disebabkan karena responden baik dalam mengatur frekuensi makan yaitu dengan menerapkan pola pemberian yang terdiri 3 kali makan utama yaitu pagi, siang, dan malam serta dua kali makan selingan, meski demikian harus diberikan dengan porsi kecil dan teratur.

Penelitian ini sejalan dengan teori Rahmawati (2016), anak usia prasekolah 3-6 tahun sudah dapat makan seperti orang dewasa atau anggota keluarga lainnya dengan frekuensi makan 3 kali makan utama dan 2 kali makan selingan namun harus dengan porsi kecil serta tidak dengan paksaan karena hal tersebut dapat menyebabkan anak menolak untuk makan.

Peneliti berpendapat bahwa ibu sudah cukup baik dalam penyajian makanan. Dapat dilihat dari hasil kuesioner pola pemberian makan pada bagian penyajian makan yang baik yaitu dengan porsi kecil dan tidak langsung banyak serta kadang-kadang memberi hiasan atau membuat kreasi seperti membuat telur dadar yang di tambahkan mata dengan kecap, atau saos tomat dan nasi sayur-sayuran yang di bentuk bulat-bulat, kemudian dicampuri dengan sedikit daging di dalamnya. Hal ini akan menjadi daya tarik tersendiri bagi anak untuk mencicipi makanan yang sudah disediakan, karena sikap ibu yang baik dalam pemberian makan bagi anak sangat penting untuk memenuhi kebutuhan nutrisi anak. Melalui aktivitas makan akan merasa makan adalah sesuatu yang menyenangkan sehingga berdampak positif pada pertumbuhan dan perkembangan anak selanjutnya. Sejalan dengan teori Sulistyoningsih (2018), yang menyatakan bahwa penyajian makanan salah satu hal yang dapat menggugah selera makan anak. Penyajian makanan dapat di buat semenarik mungkin baik dari bentuk, warna dan rasa misalkan bentuk bola warna warni yang di hias dengan rasa nyaman, dan disamping itu menggunakan alat saji yang menarik seperti tempat makanan atau bekal

dengan gambar-gambar kartun lucu yang disukai anak, sehingga selain anak tergugah untuk makan, anak juga untuk dapat berlatih untuk makan sendiri. Pola pemberian makan yang baik dapat memberikan pengalaman yang menyenangkan bagi anak agar meningkatkan nafsu makan anak.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perilaku sulit makan tidak terjadi pada anak di TK Arrahmatul Abadiyyah Kelurahan Alalak Selatan Banjarmasin. Ini disebabkan karena apabila anak menolak untuk makan, ibu berinisiatif untuk bertanya makan apa yang ingin dimakan anak dan mengajak untuk memasak bersama dan tidak melakukan tekanan atau memaksa anak untuk makan.

Hasil kuisisioner penelitian pada variabel perilaku sulit makan tentang pengontrol berat badan anak. Analisa yang dilakukan oleh peneliti hal ini sebabkan karena ibu tidak melakukan pengontrolan berat badan, sehingga anak dapat mengkonsumsi makanan tanpa perlu dibatasi yang akan berdampak pada berat badan anak. Dapat terlihat dari beberapa anak di TK Arrahmatul Abadiyyah Kelurahan Alalak Selatan Banjarmasin, rata-rata memiliki berat badan ideal/normal.

Perilaku Sulit makan merupakan ketidakmampuan untuk makan dan menolak makan atau memilih-milih jenis makanan. Kejadian ini sering terjadi pada usia balita, hal ini berkaitan dengan peralihan jenis makanan dari lunak ke makanan biasa sehingga terkadang anak memberontak dan menjadi malas dalam hal makan yang akan berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan anak (Judarwanto, 2010).

Hasil analisa yang dilakukan oleh peneliti yaitu anak mempunyai perilaku sulit makan disebabkan karena anak yang sering dipaksa untuk menghabiskan makanannya, dapat dilihat pada kuesioner perilaku sulit makan tentang ibu memaksa anaknya untuk menghabiskan makanan yang seharusnya orang tua tidak perlu memaksa anaknya karena hal tersebut akan membuat anak merasa tidak nyaman dan berdampak pada pengalaman yang tidak menyenangkan saat makan. Menurut Aizah, S. (2009) menyatakan bahwa tekanan yang dilakukan oleh orang tua agar anak mau makan atau menghabiskan makanannya akan mengganggu psikologis anak, dimana anak akan merasa bahwa aktivitas makan adalah aktivitas yang tidak menyenangkan, sehingga anak dapat kehilangan nafsu makannya. Aktivitas makan anak haruslah menyenangkan tanpa tekanan yang diberikan.

Analisis statistik hubungan pola pemberian makan dengan perilaku sulit makan pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) di TK Arrahmatul Abadiyyah Kelurahan Alalak Selatan Banjarmasin tahun 2018 dengan menggunakan uji korelasi *spearman rank*, diperoleh nilai *p value* = 0,000 dengan signifikansi 5% maka *p value*  $\leq$  0,05 artinya  $H_a$  diterima dan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara pola pemberian makan dengan perilaku sulit makan.

Nilai korelasi koefisien antara pola pemberian makan dengan perilaku sulit makan pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) di TK Arrahmatul Abadiyyah Kelurahan Alalak Selatan Banjarmasin, dapat dilihat dari nilai *coefficient correlation* menunjukkan nilai sebesar

0,674 sehingga dapat diinterpretasikan bahwa kedua variable terdapat hubungan yang kuat kuat atau tinggi dengan arah korelasi positif yang artinya semakin baik pola pemberian makan maka tidak terjadi perilaku sulit makan pada anak.

Pola pemberian makan yang diberikan kepada anak akan sangat mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan anak karena dalam asupan nutrisi tersebut mengandung zat gizi yang sangat penting untuk pertumbuhan, perkembangan, kesehatan, dan cerdasan anak. Sejalan dengan teori Sulistyoningsih, H. (2011) yang menyatakan bahwa pola pemberian makan yang sehat akan berdampak baik pada kesehatan di masa yang akan datang. Dalam pemenuhan nutrisi sang anak pola pemberian sangat erat hubungan dengan perilaku makan anak agar lebih baik dan menyenangkan.

Didukung oleh penelitian Nurhasanah dkk (2016), menyatakan bahwa ada hubungan antara praktik pemberian makan dengan status gizi anak dengan nilai  $P=0,000 < 0,05$ . Anak yang kurang optimal dalam pemberian makan mempunyai peluang 8 kali untuk mempunyai status gizi kurus dibandingkan orang tua yang optimal dalam pemberian makan. Status gizi sangat erat hubunganya pertumbuhan dan perkembangan agar dapat bertumbuh dan berkembang sesuai dengan usia dan kebutuhan anak.

Hasil kuesioner, peneliti berpendapat bahwa, Ibu yang melibatkan anak dalam merencanakan makanan, memberikan kesempatan pada anak untuk memilih makanan, membantu memasak, mengajak anak untuk

berbelanja, membuat makanan yang menarik secara tidak langsung akan mengedukasi makanan kepada anak tentang apa yang sehat dan tidak sehat, manfaat memakan sayuran lauk pauk dan bahayanya mengkonsumsi makanan cepat saji. Sejalan dengan teori Putri (2010) yang menyatakan bahwa praktik pemberian makanan yang baik dapat menimbulkan pengalaman yang menyenangkan pada anak saat aktivitas makan, banyak hal yang dapat dilakukan agar anak menikmati makanannya, yaitu memasak makanan sehat bersama, membuat makanan menjadi lebih menarik, mengajak anak berbelanja bahan makanan merupakan kegiatan yang dapat dilakukan ibu bersama anak. Pengalaman tersebut dapat membuat anak belajar menyukai makanan yang sehat. Perilaku sulit makan anak dapat terjadi oleh berbagai faktor yang mempengaruhi diantaranya jenis makanan, tampilan makanan, dan pengaturan jadwal makan yang akan berdampak pada status gizi anak. Oleh karena itu peran seorang ibu dalam memperhatikan dan mengasuh anaknya sangat dibutuhkan disini. Sejalan dengan penelitian Aizah, S. (2009) menunjukkan bahwa ada hubungan antara sikap ibu tentang kesulitan makan dengan status gizi anak usia prasekolah dimana sikap ibu yang negatif akan mempunyai anak dengan status gizi yang kurang baik. Peran ibu sangat penting dalam pemenuhan nutrisi anak karena anak prasekolah masih memerlukan bantuan dalam hal makanan. Dilihat dari hasil kuesioner peneliti berpendapat, perilaku sulit makan juga dapat dipengaruhi oleh ibu yang melakukan tekanan (memaksa, membentak, dan berkata kasar),

memberikan hadiah, pemberian makanan manis ketika memberikan asupan nutrisi bagi anaknya, hal ini didukung oleh penelitian Putri (2012) yang menunjukkan ada hubungan antara kontrol makanan dengan kejadian sulit makan. Dimana kontrol makan yang dilakukan oleh orang tua sesuai dengan keinginannya sendiri. Tindakan pemaksaan dan pemberian hadiah jika anak mau menghabiskan makanan merupakan bentuk kontrol makanan yang tidak tepat diterapkan kepada anak.

Peneliti berpendapat bahwa ibu dengan pola pemberian makan yang baik yaitu mulai dari penyusunan, pengolahan, penyajian dan cara memberikan makan pada anak yang baik, menarik serta teratur maka hal ini secara tidak senagaja akan memberikan rasa ingin tahu anak, sehingga dapat membuat anak menjadi tertarik untuk mengkonsumsi makanan yang disediakan. Diperkuat oleh teori Putri (2010) yang mengatakan bahwa anak-anak sangat menyukai makanan yang disajikan dalam warna rasa, dan bentuk yang menarik. Makanan yang menarik dan lucu dapat meningkatkan nafsu makan anak.

Pola pemberian makan yang baik harus dilakukan sejak dini dengan cara memberikan makanan yang bervariasi dan memberikan informasi kepada anak waktu makan yang baik dan teratur. Diharapkan sikap ibu dalam memenuhi kebutuhan nutrisi anak selalu mempertimbangkan kondisi psikologi anak, agar anak merasa makan adalah sesuatu yang menyenangkan sehingga berdampak positif bagi pertumbuhan dan perkembangan selanjutnya. Dengan demikian, anak akan terbiasa dengan

pola hidup sehat dan terhindar dari sulit makan.

Sejalan dengan teori keperawatan *Becoming Of Mother* dari Ramona T. Mercer yang berfokus pada peran ibu dimana peran seorang ibu dalam memenuhi kebutuhan nutrisi anak dengan memberikan makanan mulai dari masa kehamilan, melahirkan, dan mengasuh anak hingga dewasa. Secara keseluruhan teori *Becoming Of Mother* dari Ramona T. Mercer menyatakan ada 3 faktor yang bisa mempengaruhi pencapaian peran dari seorang ibu, faktor tersebut terdiri dari mikrosistem ibu, yang sangat mempengaruhi pencapaian peran ibu meliputi ibu, anaknya, pasangannya dan hubungan yang intim dalam keluarga. Pencapaian peran ibu dalam mikrosistem ini melalui interaksi ayah-ibu-anak. Mesosistem meliputi keluarga besar, sekolah, lingkungan pekerjaan dan sistem lain yang berada dalam lingkungan ibu dan mempengaruhi mikrosistem ibu. Makrosistem meliputi lingkungan sosial politik dan budaya yang dapat berpengaruh dalam bagaimana seorang ibu untuk memenuhi kebutuhan nutrisi anaknya dengan memberikan makanan sesuai dengan kebutuhan nutrisi anak (Tomey & Alligood, 2014).

## **KESIMPULAN**

Pola pemberian makan yang berikan oleh ibu di TK Arrahmatul Abadiyyah Kelurahan Alalak Selatan Banjarmasin Tahun 2018 didapatkan frekuensi dalam kategori baik. Perilaku sulit makan pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) di TK Arrahmatul Abadiyyah kelurahan Alalak Selatan Banjarmasin sebagian besar tidak mengalami sulit makan. Ada hubungan antara pola pemberian

makan dengan perilaku sulit makanan pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) di TK Arrahmatul Abadiyyah Kelurahan Alalak Selatan. Terdapat korelasi yang tinggi atau kuat, pola pemberian makan yang baik yaitu dengan mengatur frekuensi makan dan penyajian makanan yang menarik dengan porsi kecil serta tidak memaksa anak untuk makan. Perilaku sulit makan dapat terjadi karena mendapatkan paksaan/tekanan psikologis anak yang dapat mempengaruhi nafsu makan anak. Semakin baik pola pemberian makan maka perilaku sulit makan pada anak tidak terjadi.

Saran bagi peneliti selanjutnya agar dapat melanjutkan penelitian ini, dan peneliti juga berharap agar penelitian selanjutnya meneliti tentang faktor-faktor apa saja yang dapat mempengaruhi perilaku makan anak dengan jumlah sampel yang lebih besar dan waktu yang lebih panjang.

## **ACKNOWLEDGMENT**

Ucapan terima kasih saya berikan special untuk para responden yang telah dengan sangat baik hati menyetujui menjadi bagian dari penelitian ini. Terima kasih juga kepada TK Arrahmatul Abadiyyah Kelurahan Alalak Selatan Banjarmasin yang telah sangat membantu saya dalam proses penelitian ini.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Aizah, S. (2009) *Faktor-faktor penyebab kesulitan makan pada anak usia pra sekolah di dusun Pagut desa Blabak kecamatan Pesantren kota Kediri*

- Alligood M. Raile & Tomey (2014). *Nursing theorits and theirwork*. Eighth edition. Morsby Elsevier. USA
- Judarwanto (2010). *Gangguan proses makan pada anak, picky eaters clinic*, Jakarta
- Nurhasanah, dkk. (2016). *Hubungan praktik pemberian makan dengan status gizi anak usia 3-5 tahun di pos desa Tegal Kunir Lok Mauk*.
- Octaviyani Yani. (2017). *Hubungan pola asuh ibu dengan perilaku sulit makanan pada anak TK anak soleh mandiri Banjarmasin tahun 2017*.
- Putri. (2010) *Pemberian makanan yang baik dan menyenangkan pada anak*.
- Rahmawati, F. (2016). *Hubungan pengetahuan ibu, pola pemberian makan dan pendapatan keluarga terhadap status gizi balita di desa Pajerukan kecamatan Kalibagor*
- Sulistyoningsih, H. (2011). *Gizi untuk kesehatan ibu dan anak*. Yogyakarta: Graha