

Hubungan Pengetahuan Variasi Pengenalan Makanan Dan Pola Asuh Ibu Terhadap Perilaku *Picky Eater* Pada *Toddler*

Afni Ramadhani¹, Herlina², Ari Pristiana Dewi³

^{1,2,3} Universitas Riau

Email: afni.ramadhani0278@student.unri.ac.id

Abstrak

Pendahuluan: Perilaku *picky eater* pada *toddler* merupakan masalah umum yang muncul selama proses pemberian makan dan dapat memengaruhi keseimbangan asupan nutrisi serta tumbuh kembang anak. Dua faktor yang dianggap berperan dalam munculnya perilaku ini adalah pengetahuan ibu mengenai variasi pengenalan makanan dan pola asuh yang diterapkan dalam keseharian. **Tujuan:** Mengetahui hubungan antara pengetahuan variasi pengenalan makanan dan pola asuh ibu terhadap perilaku *picky eater* pada *toddler*. **Metode:** Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross-sectional* dan korelasional. Instrumen meliputi kuesioner pengetahuan variasi pengenalan makanan, kuesioner pola asuh ibu, serta kuesioner perilaku *picky eater* (CEBQ). Analisis data dilakukan menggunakan uji *Chi-Square*. **Hasil:** Usia ibu terbanyak pada usia dewasa awal 26–35 tahun, pendidikan terakhir terbanyak pada SMA, pekerjaan ibu terbanyak sebagai IRT, dan berpendapatan < UMR Pekanbaru. Anak yang diteliti didominasi perempuan, sebagian besar berusia 12–24 bulan. Sebanyak 45 responden (45,9%) memiliki pengetahuan baik tentang variasi pengenalan makanan, dan pola asuh yang paling banyak diterapkan adalah pola asuh demokratis 41 responden (41,8%). Secara keseluruhan, 53,1% anak termasuk dalam kategori *picky eater*. Terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan variasi pengenalan makanan dengan perilaku *picky eater* ($p = 0,010$). Pola asuh ibu dengan perilaku *picky eater* juga berhubungan signifikan ($p = 0,015$). **Kesimpulan:** Penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan variasi pengenalan makanan dan pola asuh ibu memiliki hubungan dengan perilaku *picky eater* pada *toddler*.

Kata kunci: Anak *Toddler*, Pengetahuan Pengenalan Variasi Makanan, Perilaku *Picky Aeter*, Pola Asuh Ibu

Abstract

Introduce: *Picky eating in toddlers is a common feeding issue that can impact nutritional intake and overall growth. Two key factors thought to influence this behavior are maternal knowledge about food introduction variety and the parenting style used daily.* **Objective:** *To determine the relationship between knowledge of food introduction variety and maternal parenting style with picky eating behavior in toddlers.* **Methods:** *This study used a quantitative approach with a cross-sectional and correlational design. Instruments included a questionnaire on knowledge of food introduction variety, a parenting style questionnaire, and the picky eater questionnaire (CEBQ). Data were analyzed using the Chi-Square test.* **Results:** *Most mothers were in early adulthood aged 26–35 years, had a high school education, were housewives, and had an income below the Pekanbaru minimum wage. The children studied were predominantly female, with most aged 12–24 months. A total of 45 respondents (45.9%) had good knowledge of food introduction variations, and the most commonly applied parenting style was democratic parenting, reported by 41 respondents (41.8%). Overall, 53.1% of the children were categorized as picky eaters. There was a significant relationship between maternal knowledge of food introduction variations and picky eating behavior ($p = 0.010$). Maternal parenting style was also significantly associated with picky eating behavior ($p = 0.015$).* **Conclusion:** *Maternal knowledge of food introduction variety and parenting style are associated with picky eating behavior in toddlers.*

Keywords: Knowledge Of Food Introduction Variety, Parenting Style, Picky Eating Behavior, Toddlers.

1. PENDAHULUAN

Toddler atau anak usia 1–3 tahun merupakan periode awal pertumbuhan dan perkembangan yang sangat penting, yang dikenal sebagai masa emas (*golden age*). Pada masa ini, perkembangan anak berlangsung sangat pesat baik secara fisik, motorik, maupun kognitif, seperti kemampuan berjalan, menaiki tangga, menyusun benda, serta meningkatnya rasa ingin tahu terhadap lingkungan [1] [2].

Menurut WHO (2020), jumlah anak usia *toddler* di dunia mencapai sekitar 11,7% dari total populasi. Di Indonesia, data Susenas tahun 2024 menunjukkan bahwa anak usia 1–4 tahun mencapai 59,95% dari 30,2 juta jiwa, dengan 12,2% berada di Provinsi Riau. Data Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru (2024) mencatat terdapat 96.046 anak usia 0–4 tahun, dengan jumlah terbanyak di Kecamatan Payung Sekaki sebanyak 5.783 jiwa. Pada periode ini, anak memerlukan asupan nutrisi yang adekuat untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangannya, sehingga perhatian terhadap perilaku makan anak sangat diperlukan.

Salah satu masalah yang sering terjadi pada anak usia *toddler* adalah perilaku memilih makanan atau *picky eater*. *Picky eater* merupakan perilaku makan ketika anak menolak atau sulit makan karena memilih jenis makanan tertentu, tidak mau mencoba makanan baru, serta mengonsumsi makanan dalam jumlah terbatas [3]. Ikatan Dokter Anak Indonesia (2015) menyebutkan bahwa anak dengan perilaku *picky eater* cenderung menghindari makanan bergizi seperti sayur, buah, dan daging, yang berpotensi menghambat tumbuh kembang anak [4].

Prevalensi *picky eater* di Indonesia cukup tinggi, yaitu sekitar 20%, dan sebanyak 44,5% di antaranya mengalami malnutrisi ringan hingga sedang [5]. Kondisi ini dapat berdampak pada ketidaksesuaian berat badan, kekurangan zat gizi, serta rendahnya variasi pola makan anak [6]. Salah satu upaya pencegahan *picky eater* adalah melalui pengenalan variasi makanan sejak dini, meliputi variasi tekstur, warna, rasa, aroma, jumlah, dan frekuensi pemberian makanan [7].

Pengetahuan ibu memiliki peran penting dalam keberhasilan pengenalan variasi makanan pada anak *toddler*. Ibu dengan pengetahuan yang baik mampu menentukan jenis, waktu, dan frekuensi pemberian makanan yang sesuai, sedangkan kurangnya pengetahuan dapat menyebabkan ketidaktepatan pola pemberian makan [8] [9]. Selain pengetahuan, pola asuh ibu juga berpengaruh terhadap perilaku makan anak. Pola asuh mencerminkan cara orang tua memberikan perhatian, kasih sayang, serta kesempatan anak untuk berinisiatif. Baumrind mengelompokkan pola asuh menjadi otoritarian, otoritatif, dan permisif, yang masing-masing memiliki pengaruh berbeda terhadap perilaku anak [10].

Penelitian sebelumnya menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan orang tua dan pola asuh dengan perilaku *picky eater* pada anak [11] [5] [12]. Studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Payung Sekaki pada Mei 2025 menunjukkan bahwa sebagian besar anak *toddler* mengalami perilaku *picky eater*, disertai dengan kurangnya pengetahuan ibu tentang variasi pengenalan makanan serta penerapan pola asuh yang beragam. Namun, penelitian terkait pengetahuan ibu tentang variasi pengenalan makanan masih terbatas. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti "hubungan pengetahuan variasi pengenalan makanan dan pola asuh ibu terhadap perilaku *picky eater* pada *toddler*" di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Pada penelitian ini menggunakan pendekatan *cross-sectional* dengan desain korelasional untuk menghubungkan variabel independen dan variabel dependen. Dengan begitu dapat menentukan bagaimana variabel pengetahuan variasi pengenalan makanan dan pola asuh ibu berkorelasi dengan variabel *picky*

eater pada anak *toddler*. Penelitian ini dilakukan di 10 posyandu wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki pada bulan September- Oktober 2025. Dimana jumlah populasi anak usia *toddler* di wilayah Puskesmas Payung Sekaki pada tahun 2024 sebanyak 5.783 jiwa dengan jumlah sample 98 responden ibu yang memiliki anak usai *toddler* sesuai dengan kriteris inklusi dan eksklusi yang telah ditentukan.

Data dikumpulkan menggunakan alat kuesioner yang meliputi data demografi, kuesioner pengetahuan pengenalan variasi pengenalan makanan, kuesioner pola asuh ibu dan kuesioner CEBQ. Setelah data didapatkan dilakukan analisa data yang terdiri dari analisa data univariat dan bivariat menggunakan uji *chi-square* untuk mengetahui hubungan dari pengetahuan variasi pengenalan makanan dan pola asuh ibu terhadap perilaku *picky eater* pada *toddler*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden		Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia Ibu	Remaja akhir (20-25 tahun)	37	37.8
	Dewasa awal (26-35 tahun)	61	62.2
Pendidikan Terakhir	SD	11	11.2
	SMP	17	17.3
	SMA	40	40,8
	Perguruan Tinggi	30	30.6
Pekerjaan Ibu	Buruh	11	11.2
	IRT	38	38.8
	Karyawan	16	16.3
	Usaha dan wiraswasta	33	33.7
Pendapatan Keluarga	< Rp. 3.599.000	57	58.2
	> Rp. 3.600.000	41	41.8
Jenis Kelamin Anak	LK	45	45.9
	PR	53	54.1
Usia Anak (Bulan)	12-24	53	54.1
	25-36	45	45.9
Anak Ke-	1	25	25.5
	2	21	21.4
	3	24	24.5
	4	14	14.3
	5	14	14.3
Total		98	100.0

Pada tabel 1 penelitian ini terdapat 98 responden sebagian besar ibu berusia 26-35 tahun. Pendidikan terakhir ibu paling banyak adalah SMA. Dilihat dari pekerjaan, ibu rumah tangga menjadi kelompok terbesar. Dari segi pendapatan keluarga, sebagian besar berada di bawah Rp. 3.599.000. Anak yang diteliti terdiri dari 45.9% laki-laki dan 54.1% perempuan, dengan usia terbanyak pada kelompok 12–24 bulan. Berdasarkan urutan kelahiran, anak pertama terbanyak.

Tabel 2. Frekuensi Tingkat Pengetahuan Pengenalan Variasi Makanan

Kategori Pengetahuan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kurang	24	24.5
Cukup	29	29.6
Baik	45	45.9
Total	98	100.0

Pada tabel 2 penelitian ini terdapat 98 responden menunjukkan sebagian besar ibu memiliki pengetahuan baik, yaitu sebanyak 45 responden (45.9%). Hal ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu mengenai topik yang diteliti berada pada kategori yang beragam.

Tabel 3. Frekuensi Pola Asuh Ibu

Kategori Pola Asuh Ibu	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Demokratis	41	41.8
Otoriter	30	30.6
Permisif	27	27.6
Total	98	100.0

Pada tabel 3 penelitian ini terdapat 98 responden menunjukkan bahwa pola asuh ibu yang diterapkan pada anak didominasi oleh pola asuh demokratis, yaitu sebanyak 41 responden (41.8%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu cenderung menggunakan pola asuh demokratis, meskipun masih terdapat ibu yang menerapkan pola asuh otoriter maupun permisif.

Tabel 4. Frekuensi Tingkat *Picky Eater* Pada *Todller*

Tingkat <i>Picky Eater</i> Pada <i>Todller</i>	Frekuensi (f)	Persentase (%)
<i>Picky Eater</i>	52	53.1
<i>Non-Picky Eater</i>	46	46.9
Total	98	100.0

Pada tabel 4 penelitian ini terdapat 98 responden diketahui bahwa sebagian besar anak termasuk dalam kategori *picky eater*, yaitu sebanyak 52 anak (53.1%). Hal ini menunjukkan masih banyak anak yang memiliki perilaku *picky eater* walau jumlahnya tidak berbeda jauh dengan yang tidak *picky eater*.

Tabel 5. Distribusi Hubungan Pengetahuan Variasi Pengenalan Makanan Dengan Perilaku *Picky Eater* Pada *Toddler*

Kategori Pengetahuan	Tingkat <i>Picky Eater</i> Pada <i>Todller</i>				Total	<i>p value</i>
	<i>Picky Eater</i>		<i>Non-Picky Eater</i>			
	n	%	n	%		
Kurang	18	18.4%	6	6.1%	24	0,010
Cukup	17	17.3%	12	12.2%	29	
Baik	17	17.3%	28	28.6%	45	
Total	52	53.1%	46	46.9%	98	

Pada tabel 5 menunjukkan 98 responden dengan hasil analisis terlihat bahwa ibu yang punya pengetahuan kurang tentang variasi pengenalan makanan memiliki anak dengan perilaku *picky eater* lebih banyak, yaitu 18 responden (18,4%), sedangkan yang tidak *picky eater* hanya ada 6 responden (6,1%). Pada ibu dengan pengetahuan cukup, jumlah anak yang *picky eater* dan yang tidak *picky eater* hampir seimbang. Sementara itu, ibu yang pengetahuannya baik justru lebih banyak memiliki anak yang tidak *picky eater* 28 responden (28,6%) dibandingkan yang menunjukkan perilaku *picky eater* 17 responden (17,3%). Ini menunjukkan bahwa makin baik pengetahuan ibu dalam mengenalkan makanan yang bervariasi, makin kecil kemungkinan anaknya punya perilaku *picky eater*. Hasil uji *Chi-Square* yang menunjukkan $p\text{-value } 0,010 < 0,05$ juga menandakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan variasi pengenalan makanan dan perilaku *picky eater* pada *toddler*

Tabel 6. Distribusi Hubungan Pola Asuh Ibu Dengan Perilaku *Picky Eater* Pada *Toddler*

Kategori Pola Asuh Ibu	Tingkat <i>Picky Eater</i> Pada <i>Toddler</i>				Total	<i>p value</i>
	<i>Picky Eater</i>		<i>Non-Picky Eater</i>			
	n	%	n	%		
Demokratis	15	15.3%	26	26.5%	41	0,015
Otoriter	21	21.4%	9	9.2%	30	
Permisif	16	16.3%	11	11.2%	27	
Total	52	53.1%	46	46.9%	98	

Pada tabel 6 menunjukkan 98 responden dengan hasil analisis antara pola asuh ibu dan perilaku *picky eater* pada *toddler*, terlihat bahwa pola asuh demokratis menunjukkan jumlah anak *non picky eater* yang lebih banyak, yaitu 26 responden (26,5%), dibandingkan anak yang *picky eater* sebesar 15 responden (15,3%). Ini menunjukkan bahwa pola asuh demokratis cenderung membantu anak lebih mudah menerima makanan. Sebaliknya, pada ibu dengan pola asuh otoriter, jumlah anak yang menunjukkan perilaku *picky eater* justru lebih tinggi, yaitu 21 responden (21,4%), sedangkan anak yang tidak *picky eater* hanya 9 responden (9,2%). Hal ini menggambarkan bahwa pola asuh yang terlalu keras atau kaku bisa membuat anak lebih sulit dalam menerima variasi makanan. Pada pola asuh permisif, proporsi anak *picky eater* ada 16 responden (16,3%) masih sedikit lebih tinggi dibandingkan yang tidak *picky eater* ada 11 responden (11,2%), yang berarti pola asuh yang terlalu membebaskan juga kurang efektif dalam membentuk kebiasaan makan yang baik. Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan $p\text{-value}$ sebesar $0,015 < 0,05$. Ini berarti ada hubungan yang signifikan antara pola asuh ibu dengan perilaku *picky eater* pada *toddler*.

Pembahasan

1) Usia Ibu

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar ibu berada pada rentang usia 26–35 tahun (62,2%), yang termasuk dalam kategori usia reproduktif matang. Pada rentang usia ini, ibu umumnya memiliki kemampuan adaptasi, pemahaman, serta pengambilan keputusan yang lebih baik dalam menjalankan peran pengasuhan. Ibu usia 20–35 tahun berada pada fase dewasa sehingga cenderung lebih stabil secara emosional dan mampu menghadapi berbagai tantangan pengasuhan dengan lebih tenang [13] [14]. Menurut peneliti, kematangan emosional tersebut memungkinkan ibu memberikan pengasuhan yang lebih konsisten. Meskipun demikian, dukungan tenaga kesehatan, khususnya perawat sebagai edukator dan konselor, tetap diperlukan agar pengasuhan, pemenuhan nutrisi, dan stimulasi perkembangan anak dapat

berjalan secara optimal.

2) Pendidikan Terakhir

Sebagian besar ibu dalam penelitian ini memiliki pendidikan terakhir SMA (40,8%), yang tergolong cukup memadai dalam mendukung kemampuan menerima dan memahami informasi kesehatan, termasuk terkait kebutuhan nutrisi dan variasi pengenalan makanan pada anak. Tingkat pendidikan yang lebih baik memudahkan ibu mengakses sumber informasi serta menerapkan strategi pengasuhan yang sesuai [15] [16]. Namun, selain pendidikan formal, pengetahuan juga dipengaruhi oleh faktor internal seperti motivasi, rasa ingin tahu, dan kemauan untuk mencari informasi tambahan [17]. Dengan demikian, meskipun pendidikan berperan penting dalam membuka akses informasi, pemahaman dan penerapannya dalam praktik pengasuhan sehari-hari sangat bergantung pada inisiatif dan keterlibatan aktif ibu.

3) Pekerjaan Ibu

Sebagian besar responden berstatus sebagai ibu rumah tangga, yaitu sebanyak 38 responden (38,8%). Kondisi ini memungkinkan ibu memiliki waktu pengasuhan yang lebih fleksibel sehingga dapat lebih sering mendampingi anak, memantau kebutuhan sehari-hari, dan memberikan pengasuhan secara konsisten. Sebaliknya, ibu yang bekerja di luar rumah cenderung memiliki keterbatasan waktu karena harus membagi perhatian antara pekerjaan dan keluarga. Temuan ini sejalan dengan penelitian Jamhariyah dkk (2024) yang menunjukkan bahwa ibu yang tidak bekerja memiliki waktu pendampingan anak lebih banyak dibandingkan ibu bekerja [14]. Dengan demikian, ibu dengan waktu luang yang lebih besar umumnya mampu melakukan pendampingan anak secara lebih intens, sedangkan ibu bekerja memiliki tantangan dalam pembagian waktu pengasuhan.

4) Pendapatan Keluarga

Sebagian besar keluarga memiliki pendapatan di bawah Rp 3.599.000, yang dapat memengaruhi kemampuan rumah tangga dalam memenuhi kebutuhan pangan, khususnya penyediaan makanan yang beragam dan bergizi. Namun, pendapatan bukan satu-satunya faktor penentu kualitas konsumsi keluarga. Penelitian Qori'ah dkk (2023) menunjukkan bahwa orang tua dengan motivasi dan kesadaran gizi yang tinggi tetap berupaya menyediakan makanan sehat dan bergizi bagi anak meskipun berada dalam keterbatasan ekonomi [18]. Dengan demikian, komitmen pengasuhan dan pemahaman orang tua mengenai pentingnya gizi menjadi faktor penting dalam menjaga kualitas konsumsi keluarga.

5) Jenis Kelamin Anak

Jumlah anak perempuan sedikit lebih tinggi (54,1%) dibandingkan anak laki-laki (45,9%). Namun, jenis kelamin bukan merupakan faktor utama yang menentukan munculnya perilaku picky eater. Meskipun beberapa penelitian menunjukkan bahwa anak perempuan cenderung lebih selektif atau berhati-hati dalam mencoba makanan baru, perbedaan tersebut tidak signifikan secara klinis maupun statistik. Temuan ini sejalan dengan penelitian Maolidya dan Nurhaeni (2025) yang menunjukkan bahwa perilaku makan anak lebih dipengaruhi oleh faktor lingkungan dan pola asuh dibandingkan perbedaan biologis berdasarkan jenis kelamin [19]. Dengan demikian, jenis kelamin tidak berperan signifikan terhadap munculnya perilaku makan yang kurang baik pada anak.

6) Usia anak

Sebagian besar anak berada pada kelompok usia 12–24 bulan (54,1%), yaitu fase transisi dari MP-ASI menuju makanan keluarga. Pada periode ini, anak mengalami perkembangan pesat pada aspek sensorik dan motorik oral yang berperan penting dalam penerimaan makanan. Usia *toddler* juga merupakan tahap awal kemandirian, di mana anak mulai mengenali berbagai rasa dan tekstur serta menunjukkan preferensi makanan tertentu [10].

Usia 1–3 tahun merupakan periode krusial dalam perkembangan emosional dan sosial, termasuk pembentukan kemauan serta pemahaman terhadap aturan. Oleh karena itu, peran orang tua sangat penting dalam memberikan stimulasi yang sesuai dengan tahapan perkembangan anak [20] [21]. Temuan ini sejalan dengan penelitian Chao (2018) yang menyatakan bahwa variasi perilaku makan pada usia *toddler* merupakan bagian dari proses perkembangan normal yang dipengaruhi oleh perkembangan sensorik, preferensi rasa, dan kemampuan motorik oral [22]. Dengan demikian, variasi penerimaan makanan pada usia *toddler* merupakan hal yang wajar, sehingga orang tua perlu memahami tahapan perkembangan anak agar dapat memberikan pendampingan dan stimulasi yang tepat.

7) Urutan Anak

Urutan kelahiran dalam penelitian ini menunjukkan distribusi yang relatif merata, dengan anak pertama sebanyak 25 responden (25,5%). Posisi kelahiran dapat memengaruhi pengalaman ibu dalam proses pengasuhan. Ibu dengan anak pertama umumnya masih berada pada tahap adaptasi, termasuk dalam memberikan variasi makanan serta memahami kebutuhan tumbuh kembang anak. Sebaliknya, ibu yang memiliki lebih dari satu anak cenderung memiliki pengetahuan dan pengalaman pengasuhan yang lebih matang, karena pengalaman sebelumnya membentuk cara merespons kebutuhan anak berikutnya. Hal ini sejalan dengan penelitian Astuti et al. (2023) yang menyatakan bahwa pengalaman pengasuhan pada anak sebelumnya turut berperan dalam membentuk pola pengasuhan selanjutnya [23].

8) Pengetahuan Pengenalan Variasi Makanan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu memiliki pengetahuan yang baik mengenai variasi pengenalan makanan, yaitu sebanyak 45 responden (45,9%), diikuti kategori cukup sebanyak 29 responden (29,6%) dan kategori kurang sebanyak 24 responden (24,5%). Temuan ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu cukup beragam, meskipun mayoritas berada pada kategori baik. Tingginya tingkat pengetahuan tersebut kemungkinan dipengaruhi oleh tingkat pendidikan ibu yang relatif memadai, kemudahan akses informasi melalui berbagai media, serta pengalaman pengasuhan, mengingat banyak ibu memiliki lebih dari satu anak.

Ibu dengan pengetahuan yang baik cenderung lebih memahami kebutuhan nutrisi *toddler*, pentingnya variasi makanan, serta strategi dalam menghadapi dinamika perilaku makan anak [7] [24]. Hal ini sejalan dengan penelitian Maolidya dkk. (2025) yang menyatakan bahwa ibu dengan pengetahuan baik lebih mampu memperkenalkan berbagai jenis makanan sejak dini sehingga mendukung terbentuknya perilaku makan yang lebih positif pada anak [19]. Meskipun demikian, masih ditemukannya ibu dengan pengetahuan cukup dan kurang menunjukkan bahwa edukasi tambahan mengenai variasi pengenalan makanan tetap diperlukan agar praktik pemberian makan *toddler* dapat berjalan lebih optimal.

9) Pola Asuh Ibu

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola asuh ibu yang paling banyak diterapkan adalah pola asuh demokratis, yaitu sebanyak 41 responden (41,8%), diikuti pola asuh otoriter sebanyak 30 responden (30,6%) dan pola asuh permisif sebanyak 27 responden (27,6%). Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu cenderung menerapkan pola asuh yang memberikan arahan yang jelas namun tetap responsif terhadap kebutuhan anak.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Mauludi dkk. (2024) yang menyatakan bahwa pola asuh demokratis lebih efektif dalam mendukung kebiasaan makan yang sehat pada anak. Pola asuh yang hangat dan terstruktur membantu anak lebih mudah menerima berbagai jenis makanan sehingga dapat menurunkan risiko perilaku *picky eater* [25]. Meskipun demikian, masih ditemukannya pola asuh otoriter dan permisif perlu mendapat perhatian karena berpotensi memengaruhi variasi dan penerimaan makanan anak

10) Perilaku *Picky Eater*

Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar anak termasuk dalam kategori *picky eater*, yaitu sebanyak 52 anak (53,1%), sedangkan 46 anak (46,9%) tergolong *non picky eater*. Temuan ini menunjukkan bahwa perilaku *picky eater* masih cukup banyak dijumpai pada *toddler* di Posyandu wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki, Pekanbaru. Perilaku ini umumnya ditandai dengan penolakan terhadap makanan tertentu, preferensi pada makanan favorit, serta keengganan mencoba makanan baru. Pada usia *toddler*, kondisi tersebut masih dianggap wajar karena anak berada pada fase perkembangan kemandirian dan *neofobia* makanan [26].

Temuan ini sejalan dengan penelitian Pangastutik dkk. (2024) yang melaporkan bahwa 53,6% anak prasekolah mengalami perilaku *picky eater*, angka yang hampir serupa dengan hasil penelitian ini. Tingginya prevalensi tersebut perlu mendapat perhatian karena berpotensi berdampak pada kecukupan gizi serta pembentukan kebiasaan makan anak di masa mendatang [27]. Dengan demikian, peran perawat menjadi penting dalam mendampingi orang tua melalui edukasi mengenai strategi pemberian makan yang tepat, pengenalan makanan baru, serta pengelolaan perilaku makan anak agar tumbuh kembang dapat berjalan optimal.

11) Hubungan Pengetahuan Variasi Pengenalan Makanan dengan Perilaku *Picky Eater* pada *Toddler*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu dengan tingkat pengetahuan kurang cenderung memiliki anak *picky eater*, yaitu sebanyak 18 responden (18,4%). Sebaliknya, pada ibu dengan pengetahuan baik, anak *non-picky eater* lebih dominan sebanyak 28 responden (28,6%). Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin baik pengetahuan ibu mengenai variasi pengenalan makanan, semakin rendah risiko terjadinya perilaku *picky eater* pada anak. Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai p sebesar 0,010 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan variasi pengenalan makanan dan perilaku *picky eater* pada *toddler*.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Maolidya dan Nurhaeni (2025) serta Sani (2018) yang melaporkan adanya hubungan bermakna antara pengetahuan gizi orang tua dan kejadian *picky eater* pada anak. Pemahaman gizi yang baik berkontribusi pada praktik pemberian makan yang lebih tepat, sehingga dapat menurunkan kemungkinan munculnya perilaku *picky eater* [19] [28]. Selain itu, penelitian Cia dkk. (2022) menemukan bahwa masih banyak ibu dengan pengetahuan rendah terkait pengelolaan pola makan anak, terutama dalam pemenuhan gizi seimbang, yang berpotensi membatasi variasi makanan dan mendorong terbentuknya perilaku makan yang kurang adaptif [29].

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa pengetahuan ibu tentang variasi pengenalan makanan memiliki peran penting dalam membentuk perilaku makan anak. Ibu dengan pengetahuan yang baik cenderung mampu memilih variasi warna, rasa, dan tekstur makanan yang sesuai sehingga anak lebih terbiasa menerima berbagai jenis makanan, sedangkan ibu dengan pengetahuan kurang berisiko memiliki anak dengan perilaku *picky eater*.

12) Hubungan Pola Asuh Ibu dengan Perilaku *Picky Eater* pada *Toddler*

Berdasarkan hasil penelitian, uji *Chi-Square* menunjukkan nilai $p = 0,015$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat hubungan signifikan antara pola asuh ibu dan perilaku *picky eater* pada *toddler*. Temuan ini menunjukkan bahwa pola asuh ibu berperan dalam membentuk kebiasaan makan anak. Pola asuh yang terlalu ketat (otoriter) atau terlalu longgar (permisif) dapat meningkatkan risiko perilaku *picky eater* karena anak dapat merasa tertekan atau tidak memiliki batasan yang jelas saat makan. Sebaliknya, pola asuh yang seimbang dan responsif dapat membantu anak membangun kebiasaan makan yang lebih baik [30].

Temuan ini sejalan dengan penelitian Mustikasari dkk. (2019) dan Lukitasari (2020) yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pola asuh orang tua dan perilaku *picky eater* pada anak prasekolah [31] [5]. Mustikasari dkk. (2019) juga menegaskan bahwa meskipun pola asuh demokratis merupakan gaya yang paling banyak diterapkan, variasi perilaku *picky eater* tetap dapat terjadi. Hal ini mengindikasikan bahwa selain pola asuh, faktor lain seperti temperamen anak, pengalaman makan, dan lingkungan juga turut memengaruhi perilaku makan anak [31].

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa pola asuh ibu memiliki peran penting dalam membentuk perilaku makan anak. Pola asuh otoriter dan permisif cenderung meningkatkan risiko perilaku makan selektif, sedangkan pola asuh demokratis yang hangat, responsif, dan terstruktur lebih mendukung anak dalam mengenal berbagai jenis makanan serta membangun kebiasaan makan yang sehat.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar ibu berusia 26–35 tahun, berpendidikan terakhir SMA, bekerja sebagai ibu rumah tangga, dan memiliki pendapatan keluarga di bawah UMR. Anak yang diteliti didominasi usia 12–24 bulan dengan proporsi anak perempuan lebih banyak. Hampir setengah ibu memiliki pengetahuan yang baik mengenai variasi pengenalan makanan pada *toddler*, sementara sisanya berada pada kategori cukup dan kurang. Pola asuh yang paling banyak diterapkan adalah pola asuh demokratis, diikuti pola asuh otoriter dan permisif. Selain itu, lebih dari setengah *toddler* dalam penelitian ini tergolong memiliki perilaku *picky eater*, yaitu sebesar 53,1%.

Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan ibu tentang variasi pengenalan makanan dengan perilaku *picky eater* pada *toddler* ($p\text{-value} = 0,010 < 0,05$), serta hubungan signifikan antara pola asuh ibu dan perilaku *picky eater* pada *toddler* ($p\text{-value} = 0,015 < 0,05$). Dengan demikian, hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_0) ditolak, yang menunjukkan bahwa pengetahuan ibu dan pola asuh berperan dalam munculnya perilaku *picky eater* pada *toddler*.

Meskipun demikian, tingginya proporsi anak dengan perilaku *picky eater* mengindikasikan adanya kemungkinan faktor lain yang turut memengaruhi perilaku makan anak. Oleh karena itu, peran perawat menjadi penting dalam memberikan edukasi, konseling, dan pendampingan yang komprehensif kepada orang tua agar mampu memahami serta

menangani perilaku makan anak secara tepat.

5. DAFTAR PUSTAKA

- [1] G. Leifer, *Introduction To Maternity and Pediatric Nursing* (Ed 8th), Canada: Saunders, 2018.
- [2] M. J. Hockenberry, *Wong's Clinical Manual of Pediatric Nursing* (Ed 6th), Mosby, 2004.
- [3] M. L. e. a. Heryanto, "Perilaku Picky Eater dengan Status Gizi pada Anak Prasekolah," *Jurnal Pemberdayaan dan Pendidikan Kesehatan*, vol. 4, p. 01, 2023.
- [4] I. D. A. Indonesia, "Pilih-Pilih Makanan," from IDAI (Ikatan Dokter Anak Indonesia), 19 Agustus 2015. [Online]. Available: <https://www.idai.or.id/artikel/seputar-kesehatan-anak/pilih-pilih-makanan>. [Diakses 03 Januari 2025].
- [5] D. Lukitasari, "Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Perilaku Picky Eater Pada Anak Usia Prasekolah," *Jurnal Sehat Masda*, 2020.
- [6] A. C. Rizqi, "Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu dan Perilaku Picky Eating Ibu Dengan Perilaku Picky Eating Pada Anak Pra-Sekolah di Paud Bungur Iv Jakarta Tahun 2017," *Skripsi, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta*, 2017.
- [7] N. e. a. Riska, *Gizi Tumbuh Kembang Anak*, Jakarta: Bumi Medika, 2023.
- [8] D. S. Inyolia, "Gambaran tingkat pengetahuan ibu tentang pemberian makanan pendamping asi dengan status gizi baduta usia 6-24 bulan di Desa Tablolong," *Karya Tulis Ilmiah Poltekkes Kemenkes Kupang Jurusan Gizi*, 2019.
- [9] L. e. a. Farwati, "Hubungan pengasuhan, asi eksklusif, dan pengetahuan ibu dengan picky eating anak pra-sekolah," *Indonesian Journal of Health Development*, vol. 2, p. 3, 2020.
- [10] M. R. C. W. D. Hockenberry, *Wong's Essentials of Pediatric Nursing*, ELSEVIER, 2022.
- [11] W. S. A. Y. W. W. Pratiwi, "Pengetahuan Oarang Tua Dan Perilaku Picky Eating Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita," *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan*, 2021.
- [12] E. S. Nirmala, "Hubungan Pola Asuh Autoritarian Terhadap Perilaku Makan Anak," *Jurnal Fusion*, vol. 3, p. 01, 2023.
- [13] T. H. V. D. & H. U. Febrianti, "Analisis Status Ibu Bekerja Dengan Perkembangan Anak Usia Pra Sekolah Di Kota Bengkulu," *Jurnal Mitra Kesehatan*, vol. 7(1), pp. 84-95, 2024.
- [14] G. E. S. Jamhariyah, "Karakteristik Pengasuhan Ibu Dalam Penerapan Anticipatory Guidance Pada Anak Toddler Di Kabupaten Jember," *Journal Of Social Science Research*, 2024.
- [15] D. N. Lestari, "Literature Review: Tingkat Pengetahuan Ibu Dalam Pemberian Asi Eksklusif Berdasarkan Usia, Pendidikan Dan Status Pekerjaan," *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, Vol. %1 dari %22(6), 1262-1270, 2023.
- [16] D. Yuliarty, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Ikterus Neonatorum Pada Bayi Umur 0-7 Hari Di Puskesmas Kecamatan Senen Jakarta Pusat Periode November 2019 - Januari 2020. 27-29," 2020.
- [17] N. A. D. K. Hijja, "Hubungan Praktik Pemberian Makan Dengan Kejadian Picky Eater Pada Anak Usia Toddler," *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*, 2022.
- [18] M. K. K. R. T. R. Qori'ah, "Determinan Ekonomi Pada Perilaku Picky Eater Anak Usia 1-3 (Toddler) Tahun di KB Al-Qodiriyah Banyuwangi," *Journal of Islamic Early Childhood Education*, 2023.
- [19] N. N. Maolidya W., "Hubungan Pola Asuh Dan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dengan Perilaku Picky Eater Pada Anak Prasekolah," *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, vol. 10(1), 2025.

- [20] A. I. R. M. P. N. G. Malik, "Hubungan pola asuh orang tua dengan perkembangan anak usia toddler di Desa Sumbermulyo Kecamatan Jogoroto Kabupaten Jombang," *Jurnal Bidan*, Vol. 1 dari 23(2), 45-51, 2017.
- [21] D. & A. I. D. Lismayanti, "Stimulasi Orang Tua Dengan Perkembangan Anak Usia Toddler(1-3 Tahun) Di Dusun 02 Ranggan Kabupaten Karawang 2023," *Journal of Innovation Research and Knowledge*, Vol. 1 dari 24(2), 1271-1282, 2024.
- [22] H. C. Chao, "Association of picky eating with growth, nutritional status, development, physical activity, and health in preschool children," *Frontiers in Pediatrics*, Vol. 1 dari 26, 22, 2018.
- [23] Y. e. a. Astuti, "Narrative Review: Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Picky Eater pada Anak Usia Prasekolah," *Jurnal Pendidikan Sejarah dan Riset Sosial Humaniora*, vol. 3 (3), 2023.
- [24] D. N. S. N. A. Z. Hardinsyah., *Ilmu Gizi : Teori & Aplikasi*, Jakarta: EGC, 2017.
- [25] L. A. F. S. N. H. Mauludi, "Hubungan Orang Tua Dengan Picky Eater Pada Anak Pra Sekolah," *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 2024.
- [26] R. Arisandi, "Faktor yang mempengaruhi kejadian picky eating pada anak," *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, Vol. 1 dari 28(2), 238-241, 2019.
- [27] D. A. W. F. S. A. F. Pangastutik, "The Relationship Between Picky Eater And The Nutritional Status Of Preschool Children At Gotong Royong Kindergarten In Surabaya, Indonesia," *Journal of Community Medicine and Public Health Research*, 2024.
- [28] A. N. Sani, *Hubungan Pengetahuan Gizi Orang Tua Terhadap Perilaku Picky Eater Pada Anak Usia 1-3 Tahun Di Desa Watugajah Gunungkidul*, Yogyakarta: ePrintsUKDW, 2018.
- [29] F. F. M. & I. I. Cia, "Hubungan tingkat pengetahuan dan sikap ibu tentang status gizi pada balita," *Jurnal Surya Medika (JSM)*, Vol. 1 dari 27(2), 82-85, 2022.
- [30] I. A. R. S. S. S. Dewi, "Parental feeding style dan picky eating behaviour terhadap kejadian stunting pada anak usia prasekolah," *Journal of Telenursing (JOTING)*, Vol. 1 dari 25(2), 2873-2882, 2023.
- [31] A. M. M. & E. E. Mustikasari, "Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Kebiasaan Memilih- Milih Makan (Picky Eater) pada Anak Prasekolah di TK Aisyiyah I Gombang Kabupaten Kebumen," *In Prosiding University Research Colloquium.*, 2019.