

HUBUNGAN PERAN ORANG TUA SEBAGAI *ROLE MODEL* DENGAN *PICKY EATER* PADA ANAK USIA PRASEKOLAH DI DESA GUMAYUN KABUPATEN TEGAL

Dwi Budi Prastiani

Program Studi Ilmu Keperawatan dan Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bhamada Slawi 52416,
Tegal, Indonesia
Email : dprastiani@gmail.com

Informasi Artikel

Diterima 30-11-2023
Disetujui 31-12-2023
Diterbitkan 31-01-2024

Abstrak

Peran orang tua sebagai *role model* pada anak usia prasekolah merupakan hal yang sangat penting, karena *role model* orang tua sangat berpengaruh terhadap anak terutama dalam hal perilaku makan yang dipilih, sehingga berdampak pada anak usia prasekolah yang sering menolak makanan yang diberikan atau disebut *picky eater*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan peran orang tua sebagai *role model* dengan *picky eater* pada anak usia prasekolah di Desa Gumayun Kabupaten Tegal. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancangan penelitian analitik *deskriptif correlation*, dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah orang tua yang mempunyai anak usia prasekolah Gumayun dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling* dengan jumlah 40 responden. Analisis data menggunakan *Pearson product moment* dengan uji *Chi-Square*. Hasil penelitian ini menunjukkan peran orang tua sebagai *role model* baik yaitu sebanyak 26 responden (65%) dan anak *non picky eater* sebanyak 22 responden (55%), dengan nilai $P\text{ value} = 0,000 < 0,005$. Terdapat hubungan peran orang tua sebagai *role model* dengan *picky eater* pada anak usia prasekolah di Desa Gumayun Kabupaten Tegal. Orang tua diharapkan memberikan *role model* yang baik dalam perilaku makan terhadap anak, seperti konsumsi buah, sayur dan makanan yang bervariasi agar anak meniru perilaku makan yang baik juga serta tidak bosan dan tidak mengalami *picky eater*.

Kata Kunci : *Role Model* Orang Tua; *Picky Eater*; Anak Usia Prasekolah.

The role of parents as role models for preschool-age children is very important because parental role models are very influential on children, especially in terms of their chosen eating behavior, so that it has an impact on preschool-aged children who often refuse the food that is given or are called picky eaters. The purpose of this study was to determine the relationship between the role of parents as role models and picky eaters in preschool-aged children in Gumayun Village, Tegal Regency. This research is a quantitative study using a descriptive correlation analytic research design, with a cross sectional approach. The population in this study were parents who had Gumayun preschool-aged children with a sampling technique using total sampling with a total of 40 respondents. Data analysis using Pearson product moment with Chi-Square test. The results of this study indicate the role of parents as good role models, as many as 26 respondents (65%) and non-picky eater children as many as 22 respondents (55%), with a P value = 0.000 < 0.005. That there is a relationship between the role of parents as role models and picky eaters in preschool-age children in Gumayun Village, Tegal Regency. Parents are expected to set a good role model for their children's eating behavior, such as consuming fruits, vegetables and a variety of foods so that children also imitate good eating habits and don't get bored and don't become picky eaters.

Keywords: Parental Role Models; Picky Eater; Preschool Age Children.

PENDAHULUAN

Anak usia prasekolah atau 3-6 tahun disebut periode *The Wonder Years*, anak mulai mengenal tentang banyak makanan yang berbeda. Terkadang hal ini bisa membuat anak cenderung memiliki sifat pilih-pilih makanan (Mustikasari, Marsito, & Ernawati, 2019). Penelitian di Amerika mengatakan pola makan anak usia prasekolah biasanya mengalami masalah saat mengonsumsi makanan seperti meminta makanan yang hanya disukai saja, menolak saat diberikan makan, makan hanya dengan porsi yang sedikit, dan *picky* (Yulianto, Novitasari, Arimadiyanti, & Widyati, 2022).

Masalah makan yang lebih menonjol adalah *Picky Eater* atau pilih-pilih makanan. *Picky eater* atau dikenal juga sebagai *foody/fussy/choosy of selective eating*, yang termasuk kedalam kelompok kesulitan makan (*feeding difficulties*) merupakan perilaku yang biasanya terjadi pada anak usia dini (Taylor & Emmett, 2019). *Picky eater* jika didefinisikan secara khusus merupakan anak yang pilih-pilih makanan, atau menolak makanan tertentu, tetapi masih dapat mengonsumsi satu jenis macam makanan pada setiap jenis makanan seperti, susu, karbohidrat, sayur, protein dan buah (Maharani, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Saraswati, didapatkan prevalensi balita di negara Indonesia mengalami masalah sulit makan sebanyak 23,9%, dan diantaranya sebanyak 45,5% dinyatakan mengalami *picky eater* pada anak usia prasekolah (Maharani, 2019). Prevalensi *picky eater* di Singapura sebanyak 25,1%, lebih kecil jumlahnya jika dibandingkan dengan Indonesia (Arisandi, 2019).

Wirawan, Dewi, dan Rifani (2019) menyatakan terdapat dua faktor yang menunjang terjadinya *picky eater* yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal penyebab *picky eater* adalah psikologi pada anak, sedangkan faktor eksternal perilaku makan orang tua. Peran orang tua dalam perilaku makan pada anak sangat penting, salah satunya memberikan model atau contoh perilaku makan yang baik kepada anak (Wirawan, Dewi, & Rifani, 2019). Gregory, Paxton &

Brozovic menggambarkan bahwa ibu yang memberikan contoh pola makan yang sehat dan berbagi makanan dengan anak pada saat makan akan membangkitkan emosi positif pada anak yang dapat memotivasi anak untuk mengonsumsi makanan baru (Wirawan, Dewi, & Rifani, 2019).

Studi yang dilakukan Birch dalam Wirawan, Dewi, & Rifani (2019), menunjukkan bahwa anak mengalami perubahan pemilihan terhadap sayuran dari yang tidak anak sukai menjadi suka sayur sebagai hasil dari *experiential learning* dengan teknik modeling. Perilaku *modeling* orang tua terhadap perilaku makan dibagi menjadi tiga subskala yaitu *Verbal modeling* yaitu pemodelan yang dilakukan oleh orang tua secara lisan kepada anak terkait perilaku makan orang tua. *Experimenter assessed unintentional modelling* yaitu anak meniru perilaku makan yang secara tidak sengaja dilakukan oleh orang tuanya. *Behavioural modeling* yaitu pemodelan yang secara sengaja dilakukan oleh orang tua untuk ditiru anak (Palfreyman, Haycraft, & Meyer, 2015; Palfreyman, 2019).

Peran orang tua terhadap perilaku makan sangat penting karena anak besar kemungkinan meniru kebiasaan makan orang tua yang diperlihatkan di depan anak. Jika orang tua memperlihatkan perilaku makan yang baik, anak juga akan meniru perilaku makan yang baik seperti yang orang tuanya perlihatkan. Studi yang dilakukan oleh Goh & Jacob dalam Wirawan, Dewi, & Rifani (2019) mendapatkan hasil bahwa perilaku makan orang tua mempengaruhi perilaku *picky eater* yang terjadi pada anak. Keluarga yang mempunyai riwayat *picky eater*, secara signifikan akan membentuk perilaku *picky eater* pada anak.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada 10 responden didapatkan hasil 8 responden baik dengan anak *non picky eater* 3 responden. Berdasarkan permasalahan diatas peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Hubungan Peran orang tua sebagai *role model* dengan *picky eater* pada anak usia prasekolah di Desa Gumayun Kabupaten Tegal”.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dan rancangan desain *deskriptif correlation* dengan menggunakan pendekatan *cross sectional* untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat (Notoatmodjo, 2016). Penelitian ini dilakukan pada tanggal 24 Juli dengan dua sesi yaitu sesi pagi dan sesi sore di Posyadu Desa Gumayun Kabupaten Tegal.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh orang tua (ibu) yang mempunyai anak usia prasekolah (3-6 tahun) di Posyandu Widodo 5 Desa Gumayun Kabupaten Tegal. Pengambilan sampel dalam peneliian ini yaitu menggunakan total sampling yang berjumlah 40 responden.

Dalam penelitian ini terdapat 2 variabel yang diukur yaitu variabel peran orang tua sebagai *role model* yaitu *picky eater*. Variabel peran orang tua sebagai *role model* di ukur menggunakan *Parental Modeling of Eating Behaviorus Scale (PARM)* terdiri dari 15 pernyataan yang dibuat oleh Palfreyman, Haycraft & Meyer (2012) dan telah dimodifikasi oleh peneliti. Sedangkan variabel *picky eater* yang dibuat sendiri oleh peneliti berdasarkan sumber Fertycia, Novayelindia, & Nopriadi (2022) dan Alfiah, Putri, & Adjie (2022) kuesioner ini terdiri dari 10 pertanyaan tertutup.

HASIL

Penelitian tentang “Hubungan Peran Orang Tua sebagai *Role Model* dengan *Picky Eater* pada Anak Usia Prasekolah di Desa Gumayun Kabupaten Tegal” telah dilakukan selama 1 hari pada tanggal 24 Juli 2023 dengan jumlah responden sebanyak 40 responden ibu yang mempunyai anak usia prasekolah (3-5 tahun). Data yang sudah terkumpul dan telah memenuhi syarat, selanjutnya akan dilakukan analisis. Hasil dari penelitian akan disajikan kedalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan penjelasan hasil analisa.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Pendidikan dan Pekerjaan Ibu di Desa Gumayun Kabupaten Tegal

Variabel	<i>f</i>	%
Usia		
20-30 th	17	42,5%
31-40 th	19	47,5%
41-50 th	4	10,0%
Total	40	100%
Pendidikan		
SD	11	27,5%
SMP	8	20,0%
SMA/SMK	18	45,0%
PT	3	7,5%
Total	40	100%
Pekerjaan		
IRT	40	100%
Total	40	100%

Berdasarkan tabel 1 hasil analisis karakteristik responden berdasarkan usia, pendidikan dan pekerjaan ibu di Desa Gumayun Kabupaten Tegal dari 40 responden ibu dengan anak usia prasekolah, didapatkan sebagian besar responden ibu berusia 31-40 tahun yaitu sebanyak 19 responden (47,5%), sebagian besar berpendidikan SMA/SMK yaitu sebanyak 18 responden (45%), dan seluruh responden tidak bekerja dan hanya, menjadi Ibu Rumah Tangga (IRT) yaitu sebanyak 40 responden (100%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Peran Orang Tua sebagai Role Model pada Anak Usia Prasekalah di Desa Gumayun Kabupaten Tegal

Peran Orang Tua sebagai <i>Role Model</i>	<i>Frekuensi (n)</i>	<i>Prosentase(%)</i>
Baik	26	65%
Kurang	14	35%
Total	40	100%

Berdasarkan tabel 2 hasil analisis peran orang tua sebagai role model pada anak usia prasekalah di Desa Gumayun Kabupaten Tegal, menunjukkan bahwa hampir semua orang tua yang mempunyai anak usia prasekolah di Posyandu Widodo 5 Desa Gumayun menunjukkan peran orang tua sebagai *role model* yang baik sebanyak 26 responden (65%) dari 40 responden. Hal ini menunjukkan bahwa peran orang tua sebagai role model dalam perilaku makan di Posyandu Widodo 5 desa Gumayun masuk dalam kategori yang baik.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi *Picky Eater* pada Anak Usia Prasekalah di Desa Gumayun Kabupaten Tegal

<i>Picky Eater</i>	<i>Frekuensi (n)</i>	<i>Prosentase(%)</i>
Picky Eater	18	45%
Non Picky Eater	22	55%
Total	40	100%

Berdasarkan tabel 3 hasil analisis *picky eater* pada anak usia prasekalah di Desa Gumayun Kabupaten Tegal, menunjukkan bahwa sebagian besar anak usia prasekolah memiliki kebiasaan Non Picky Eater yaitu sebanyak 22 responden (55%).

Tabel 4 Hubungan Peran Orang Tua sebagai *Role Model* dengan *Picky Eater* pada Anak Usia Prasekalah di Desa Gumayun Kabupaten Tegal

Variabel		Picky Eater				Total	%	X ²	P Value
		Picky Eater		Non Picky Eater					
		N	%	N	%				
Peran orang tua	Baik	5	19,2%	21	80,8%	26	100%	19,931	0,000
	Kurang	13	92,9%	1	7,1%	14	100%		
Total		18	45,0%	22	55,0%	40	100%		

Berdasarkan table 4 di dapatkan hasil analisis uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai *P value* sebesar $0,000 < 0,05$, maka terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan peran orang tua sebagai *role model* dengan *picky eater* pada anak usia prasekalah di Desa Gumayun Kabupaten Tegal. Diketahui bahwa peran orang tua sebagai *role model* dengan *picky eater* pada anak usia prasekolah di desa Gumayun Kabupaten Tegal mendapatkan kategori baik dengan anak *non picky eater* sebanyak 21 responden (80,8%) dan kategori kurang dengan anak *picky eater* sebanyak 13 responden (92,9%).

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Pendidikan dan Pekerjaan Ibu di Desa Gumayun Kabupaten Tegal

Hasil penelitian didapatkan bahwa karakteristik responden berdasarkan usia sebagian besar responden berusia 31-40 tahun yaitu sebanyak 19 responden (47,5%). Sejalan dengan penelitian Sari (2013) sebagian besar ibu lebih banyak yang berusia 20-25 tahun. Notoatmojo (2012) menyatakan usia merupakan salah satu faktor yang dapat menggambarkan kematangan seseorang secara fisik, psikis dan sosial sehingga membuat seseorang mampu lebih baik dalam proses perilaku hal. Dalam penelitian ini kebanyakan responden berusia 31-40 tahun yang masuk ke dalam umur yang matang dan lebih berpengalaman merawat atau mengasuh anak. Orang tua yang sudah siap dalam mendidik anak akan mempunyai banyak cara dalam menghadapi anak-anak yang susah makan, sehingga anak dapat terhindar dari kebiasaan pilih-pilih makan.

Selain itu didapatkan karakteristik responden berdasarkan pendidikan, kebanyakan responden memiliki jenjang pendidikan SMK/SMA sebanyak 18 responden (45%) dan Pendidikan tinggi sebanyak 3 responden (7,5%). Semakin tinggi pendidikan orang tua semakin banyak pengetahuan. Pengetahuan yang kurang dapat mempengaruhi pola pikir dalam mengasuh anak (Dimas Setiyo Kusuma Aji, Erna Kusuma Wati, 2016). Dengan kata lain semakin tingkat pendidikan orang tua maka semakin tinggi pula pengetahuan dan pengalamannya dalam merawat anaknya khususnya dalam pemenuhan gizi atau pemberian makannya.

Pekerjaan responden pada penelitian ini didapatkan semua responden tidak bekerja dan hanya menjadi ibu rumah tangga yaitu sebanyak 40 responden (100%). Orang tua yang tidak bekerja akan memiliki waktu yang lebih dalam mengetahui perkembangan anaknya. Orang yang tidak bekerja cenderung memberikan stimulasi dengan baik karena ibu lebih mempunyai banyak waktu untuk merawat anak (Herlina, 2018). Orang tua khususnya ibu dengan status bekerja akan mengurangi waktu bersama anak sehingga berpengaruh terhadap pola makan anak. Karena orang tua terlibat secara langsung dalam menyiapkan sendiri makanan apa saja yang di konsumsi oleh anak, dan mengetahui sehat atau tidaknya makanan.

Peran Orang Tua sebagai *Role Model* pada Anak Usia Prasekalah di Desa Gumayun Kabupaten Tegal

Berdasarkan hasil penelitian tentang peran orang tua sebagai role model didapatkan bahwa dari 40 responden, sebagian besar ibu mempunyai peran yang baik sebagai role model yaitu sebanyak 26 responden (65%). Orang tua memegang peranan yang sangat penting dalam menjalankan perannya sebagai role model atau panutan anaknya dalam mencontohkan perilaku yang baik bagi anaknya (Schoeppe et al., 2017).

Menurut Palfreyman (2019), menyatakan bahwa terdapat tiga subskala pemodelan perilaku makan orang tua yaitu, *verbal modelling*, *behavioural modelling*, dan *unintentional modelling*. ***Verbal modelling*** cara orang tua mencontohkan perilaku makan melalui komunikasi kepada anaknya terkait dengan makanan apa yang disukai dan apa yang tidak disukai orang tua kepada anak. ***Behavioural modelling*** adalah pemodelan makan dimana perilaku orang tua yang di lakukan di hadapan anaknya, akan berpotensi besar untuk di adopsi dan di imitasi oleh anaknya. Model perilaku makan meliputi yang orang tua konsumsi, penolakan makanan di hadapan anak, memakan makanan yang disukai terlebih dulu. ***Unintentional modelling*** pemodelan makan ini merupakan model peran perilaku makan orang tua yang secara tidak sengaja dilakukan orang tua di hadapan anaknya. Snooks (2009) mengemukakan bahwa peran orang tua sangat penting terutama memberikan role model perilaku makan yang positif pada anak.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa sebagian besar peran orang tua sebagai role model mendapatkan hasil yang baik sebanyak 26 responden (65%). Hal ini dikarenakan Ibu selalu mempunyai waktu atau selalu mendampingi ketika anak makan karena semua responden ibu adalah Ibu Rumah Tangga (IRT) yaitu sebesar 40 responden (100%). Selain itu terdapat hal lain yang membuktikan bahwa orang tua di Desa Gumayun Kabupaten Tegal sudah menerapkan peran sebagai role model yang baik dalam perilaku makan sehari-hari. Kebanyakan responden memiliki jenjang pendidikan SMK/SMA sebanyak 18 responden (45%) dan Pendidikan tinggi sebanyak 3 responden (7,5%), dengan kata lain semakin tinggi pendidikan orang tua maka semakin tinggi pula pengetahuan dan pengalamannya dalam merawat anaknya khususnya dalam pemenuhan gizi. Bila ibu rumah tangga memiliki pengetahuan gizi yang baik maka ibu mampu untuk memilih makanan-makanan yang bergizi untuk di konsumsi.

Hal ini diperjelas dari jawaban kuesioner yang telah dijawab responden dalam berbagai item seperti, ibu telah mengenalkan buah & sayur, mencontohkan makan makanan yang sehat, mengajak serta mendorong anak untuk konsumsi makanan yang sehat. Peran orang tua sebagai *role model* merupakan serangkaian perilaku yang dilakukan oleh orang tua dalam mengasuh, membimbing anaknya, karena segala perilaku yang orang tua lakukan akan di jadikan panutan atau contoh yang akan ditiru oleh anak terutama dalam hal perilaku makan yang orang tua lakukan. Hal tersebut menunjukkan bahwa orang sebagian besar orang tua mempunyai peran sebagai role model yang baik bagi anaknya.

Selain itu dari hasil penelitian ini juga didapatkan juga peran orang tua sebagai role model yang masuk kedalam kategori peran kurang sebanyak 14 responden (35%). Dalam penelitian ini mayoritas responden yang mendapatkan peran kurang memiliki perilaku suka mengkonsumsi makanan manis, kurang konsumsi buah dan sayur, dan berdasarkan hasil wawancara juga di dapatkan kebanyakan orang tua yang memiliki peran kurang, karena orang tua hanya memakan buah atau sayur yang menjadi kesukaannya saja, sering mengkonsumsi makanan yang pedas, dan hampir semua orang tua yang memiliki peran menyatakan suka konsumsi makanan siap saji untuk dimakan, dengan alasan praktis dan simpel dibandingkan dengan memasak sendiri.

Picky Eater pada Anak Usia Prasekolah di Desa Gumayun Kabupaten Tegal

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa terdapat anak usia prasekolah dengan *picky eater* sebanyak 18 responden (45%) dan anak usia prasekolah yang *non picky eater* sebanyak 22 responden (55%) dari keseluruhan jumlah responden sebanyak 40 responden. Anak usia prasekolah cenderung mengalami perubahan pada pola makan, anak akan mengalami masalah kesulitan makan atau *picky eater* (Mustikasari et al., 2019).

Cerdasari, Helmiyati & Julia dalam Sunaringtyas, Ludyanti & Purwandari (2020) menyatakan bahwa *picky eater* adalah kebiasaan perilaku makan anak seperti cepat kenyang, rewel, makan dengan lambat dengan durasi waktu lama, tidak senang pada waktu makan dan kurang minat terhadap makanan. Adapun faktor penyebab *picky eater*, *Picky eater* dapat dipengaruhi oleh faktor internal (psikologi) dan faktor eksternal (pengetahuan orang tua akan gizi, perilaku makan orang tua, interaksi anak dan ibu) (Wirawan, Dewi, & Rifani., 2019). *Picky eater* ditandai dengan variasi makan sedikit, tidak mau mencoba makanan yang baru, makan dengan durasi yang lama, tidak menyukai buah, sayur, rewel saat makan, menepis makanan, hanya makan makanan yang disukai saja (Fertycia et al., 2022; Alfiah et al., 2022).

Dalam penelitian ini sebagian anak usia prasekolah memiliki *picky eater* sebanyak 18 responden (45%) yang mengalami masalah makan yang sama yaitu tidak suka buah & sayur, lebih suka konsumsi manis, camilan, suka konsumsi makanan siap saji, makan dengan durasi lama, rewel saat makan dan tidak mau mencoba makanan baru. Dan kebiasaan tersebutlah yang sulit dikendalikan oleh kebanyakan orangtua karena ketika dilarang, anak rewel dan tidak mau makan, sehingga kebanyakan orangtua membiarkan anak mengkonsumsi makanan diluar makanan utama dan bukan berusaha untuk melakukan variasi pada sajian makanan untuk meningkatkan nafsu makan anak.

Dampak *Picky eater* akan mempengaruhi tumbuh kembang pada anak seperti *Underweight* akan sangat mengganggu tumbuh kembang terutama pada kecerdasan, lebih rentan diserang infeksi meningkatkan resiko anoreksia, bulimia nervosa, obesitas, anemia dan yang paling parah dapat meningkatkan resiko kematian (Yusni & Safrudin, 2021). Pada hasil penelitian ini sebagian besar responden mendapat kategori *non picky eater* sebanyak 22 responden (55%). Anak yang tidak *picky eater* dapat memakan makanan yang beraneka ragam tanpa pilih-pilih terhadap makanan yang disediakan dan kebutuhan nutrisi serta gizi terpenuhi dengan baik. (Mustikasari, Maarsito, & Ernawati, 2019).

Hal ini diperjelas oleh jawaban dalam kuesioner yang anak *non picky eater*, anak sering makan buah dan sayur, anak tidak rewel saat makan, anak makan tidak pernah makan lebih dari 30 menit, anak di batasi untuk mengkonsumsi camilan, anak mengkonsumsi makanan yang bervariasi, dan anak mau memakan makanan yang baru mereka temui. Dengan ini dapat diartikan bahwa anak usia prasekolah di Desa Gumayun Kabupaten Tegal dinyatakan *non picky eater* pada penelitian ini. Karena anak yang *non picky eater* diberikan batasan untuk konsumsi makanan manis, jajan atau makanan siap saji sebelum makan, hal ini terjadi untuk menghindari agar anak tidak merasa kenyang pada saat memakan makanan pokok, orang tua juga memberikan pengertian kepada anak untuk mengkonsumsi buah dan sayur pada anak dengan alasan baik untuk kesehatan.

Hubungan Peran Orang Tua sebagai Role Model dengan Picky Eater pada Anak Usia Prasekolah di Desa Gumayun Kabupaten Tegal

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti di dapatkan hasil bahwa Peran Orang Tua sebagai *Role Model* dengan *Picky Eater* pada Anak Usia Prasekolah di Desa Gumayun Kabupaten Tegal kategori baik sebanyak 26 responden (65%) dengan anak *picky eater* sebanyak 5

responden (19,2%) dan peran orang tua sebagai *role model* dengan *picky eater* pada anak usia prasekolah kategori kurang sebanyak 14 responden (35%) dengan anak *picky eater* sebanyak 13 responden (92,9%). Peran orang tua sebagai *role model* dengan *non picky eater* pada anak usia prasekolah kategori baik sebanyak 21 responden (80,8%) dan peran orang tua sebagai *role model* dengan *non picky eater* pada anak usia prasekolah kategori kurang sebanyak 1 responden (7,1%).

Dalam penelitian ini diperoleh *role model* dengan kategori baik sebanyak 26 responden (65%) dengan anak *picky eater* sebanyak 5 responden (19,2%) dan peran orang tua sebagai *role model* dengan *picky eater* pada anak usia prasekolah kategori kurang sebanyak 14 responden (35%) dengan anak *picky eater* sebanyak 13 responden (92,9%). Chaidez et al (2011) menyatakan, orang tua sering kali memiliki perilaku makan yang kurang baik dalam mencontohkan perilaku makan kepada anak. Sehingga anak meniru perilaku makan negatif yang dilakukan oleh orang tua seperti tidak suka mengonsumsi buah, dan sayur.

Hal ini dibuktikan dengan responden menjawab pernyataan pada kuesioner peran orang tua sebagai *role model* pada item orang tua suka mengonsumsi makanan manis, kurang dalam konsumsi sayur dan buah, kurang memaparkan anak tentang manfaat buah dan sayur, serta pada kuesioner *picky eater* anak cenderung tidak suka sayur dan buah, makan lebih dari 30 menit, suka konsumsi manis, makanan siap saji dan camilan. Orang tua yang melakukan *role model* yang kurang baik dalam konsumsi makan dan ditiru oleh anaknya. Oleh karena itu perilaku makan orang tua menjadi faktor penyebab *picky eater*, karena perilaku makan anak mengikuti orang tuanya, jika anak melihat orang tuanya mengonsumsi makanan sehat seperti buah dan sayur, anak juga akan meniru orang tua untuk mengonsumsi makanan sehat seperti sayur dan buah begitupun sebaliknya.

Selain faktor perilaku makan orang tua dapat menyebabkan *picky eater*, terdapat faktor lain penyebab *picky eater* yang ditemukan dalam penelitian ini yaitu interaksi ibu dan anak. Kebanyakan dari responden mengatakan jarang makan bersama dengan anak, karena responden lebih mendahulukan waktu makan anak, dengan menyuapi anak makan terlebih dahulu. Serta orang tua juga tidak melibatkan anak dalam perencanaan makanan, memberikan anak untuk memilih makanan, membuat bentuk makanan menarik, dan membuat makanan selingan pada anak yang menyebabkan anak bosan dengan variasi menu makanan yang disediakan oleh orang tua. Orang tua juga terkadang membiarkan anaknya tidak makan saat sedang rewel dan membiarkan anak mengonsumsi makanan lain seperti jajan, makanan siap saji sebelum mengonsumsi makanan pokok, yang menyebabkan anak cepat kenyang saat makan dan anak menjadi *picky eater*.

Berdasarkan hasil uji statistik bivariat yang dilakukan oleh peneliti dengan uji Chi Square di dapatkan nilai $p\text{ value} = 0,000 < 0,05$, yang artinya dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara Peran Orang Tua sebagai *Role Model* dengan *Picky Eater* pada Anak Usia Prasekolah di Desa Gumayun Kabupaten Tegal. Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan Gibson (2006), pada penelitiannya Gibson menyatakan bahwa orang tua merupakan *role model* yang paling berpengaruh dalam kehidupan.

Semua *role model* orang tua dalam perilaku makan sangat berkaitan dengan perilaku makan anaknya, karena salah satu cara agar anak dapat mengonsumsi makanan sehat seperti buah dan sayur adalah dengan mengubah perilaku makan orang tuanya. Artinya jika dalam satu keluarga, orang tua sudah menerapkan kebiasaan atau perilaku makan yang sehat atau positif dengan mengonsumsi buah-buahan dan sayuran serta makanan bergizi lainnya akan membuat anak mengikuti konsumsi makanan sehat juga. Tetapi jika orang tua tidak terbiasa mengonsumsi buah dan sayur cenderung memiliki perilaku negatif maka perilaku makan anak juga akan mengikuti perilaku makan yang dilakukan oleh orang tuanya. Maka dari itu orang tua harus bisa menerapkan perilaku makan yang

sehat agar anak dapat melihat dan mengikuti kebiasaan makan dengan mengonsumsi makanan yang sehat.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat di tarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Karakteristik ibu di Desa Gumayun Kabupaten Tegal, kebanyakan ibu berusia 31-40 tahun, dengan jenjang pendidikan SMA/SMK, dan seluruh ibu tidak bekerja hanya menjadi Ibu Rumah Tangga (IRT).
2. Peran orang tua sebagai *role model* pada anak usia prasekolah di desa Gumayun Kabupaten Tegal menunjukkan bahwa sebagian besar memiliki peran *role model* yang baik.
3. *Picky eater* pada anak usia prasekolah di desa Gumayun Kabupaten Tegal menunjukkan bahwa mayoritas anak usia prasekolah tidak mengalami *picky eater* (*non picky eater*).
4. Terdapat hubungan yang signifikan antara peran orang tua sebagai *role model* dengan *picky eater* pada anak usia prasekolah di desa Gumayun Kabupaten Tegal.

SARAN

1. Diharapkan bagi orang tua memberikan role model yang baik dalam hal perilaku makan kepada anak seperti konsumsi buah, sayur, manambah variasi makan pada anak agar anak tidak merasa bosan dengan makanannya, terutama pada anak usia prasekolah karena anak usia prasekolah merupakan seorang peniru yang handal. Maka dari itu orang tua harus cermat dan bijak dalam melakukan kegiatan sehari-hari agar anak tidak mengalami kejadian *picky eater*
2. Sebagai bahan dan informasi untuk dijadikan referensi bagi penelitian selanjutnya dan diharapkan penelitian ini juga dapat dikembangkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfiyah, Putri, S. U., & Adjie, N. (2022). Literasi Kesehatan Yang Dimiliki Orang Tua Terhadap Anak Yang Mengalami Perilaku Picky Eater. *Prosiding Semonar Nasional PGPAUD Kampus Purwakarta*, 1(1).
- Arisandi, R. (2019). Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Picky Eating Pada Anak. *Jiksh*, 10(2), 238–241. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.158>
- Cerdasari, C., Helmyati, S., & Julia, M. (2017). Tekanan untuk makan dengan kejadian picky eater pada anak usia 2-3 tahun Pressure to eat with picky eater in 2-3 years old children. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 13(4), 170–178.
- Chaidez, V., Townsend, M., & Kaiser, L. (2011). Toddler-feeding practices among Mexican Aamerican Mothers. Aqualitative study. *Appetite*, 56, 629-632.
- Dimas Setiyo Kusuma Aji, Erna Kusuma Wati, S. R. (2016). Analisis Faktor-Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Pola Asuh Ibu Balita Di Kabupaten Banyumas. *Jurnal Kesmas Indonesia*.
- Fertycia, F. P., Novayelinda, R., & Nopriadi. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian picky eater pada anak usia todler. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia*, 7.
- Gibson, D. E. 2006. Role model of Career Develop- ment. *Journal of Vocational Behavior*.
- Herlina, S. (2018). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Pertumbuhan Bayi 6-12 Bulan Di Puskesmas Simpang Biru. *Jurnal Endurance*.
- Maharani, A. M. A. (2019). Hubungan Perilaku Makan Orang Tua Dengan Kejadian Picky Eater Pada Anak Usia Prasekolah (3-5 Tahun) di Tk Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Leyangan Kabupaten Semarang . *Skripsi*, 8(5), 55.
- Mustikasari, A., Marsito, & Ernawati. (2019). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kebiasaan Memilik-milih Makan (Picky Eater) Pada Anak Prasekolah Di TK Aisyiyah 1 Gombang Kabupaten Kebumen. *University Research Colloquium*, 1(1), 446–453.
- Notoatmojo, S. (2012) . Pengantar Pendidikan dan Prilaku Kesehatan dan Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta: Andi Offset.

- Notoatmodjo, S. (2016). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Palfreyman, Z. (2019). CFD modelling of turbulent non-premixed combustion This item was submitted to Loughborough University as a PhD thesis by the. *Loughborough University*.
- Palfreyman, Z., Haycraft, E., & Meyer, C. (2015). Parental modelling of eating behaviours: Observational validation of the parenting modelling scale (PARM). *Loughborough University Centre for Research into Eating Disorders*, 86(0), 31–37.
- Schoeppe, S., at al. (2017). The influence of parental modelling on children's physical activity and screen time: Does it differ by gender? *European Journal of Public Health*, 27(1), 152–157.
- Snooks, M. K. (2009). *Health psychology: Biological, psychological, and sociocultural perspective*. USA: Jones and Bartlett Publisher.
- Sunaringtyas, W., Ludyanti, L. N., & Purwandar, O. N. (2020). Hubungan Anticipatory Guidance Ibu dengan Kejadian Picky Eater Pada Anak Usia 3-6 Tahun. *Prosiding Seminar Penelitian Kesehatan*.
- Taylor, C. M., & Emmett, P. M. (2019). Picky eating in children: Causes and consequences. *Proceedings of the Nutrition Society*, 78(2), 161–169.
- Wirawan, N. A., Dewi, E. M. P., & Rifani, R. (2019). Hubungan Perilaku Makan Orangtua Dengan Perilaku Picky Eater Pada Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun) . *Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar*, 1–12.
- Yulianto, A., Novitasari, M. D., Arimadiyanti, D., & Widyati, W. (2022). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kesulitan makan persisten pada anak usia prasekolah. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 16(3), 244–254. <https://doi.org/10.33024/hjk.v16i3.6324>
- Yusni, A., & Safrudin, M. B. (2021). Pengaruh Live Modeling Terhadap Perilaku Konsumsi Sayur Dan Buah Pada Siswa Di Sekolah Dasar Negeri 003 Sangasanga. *Borneo Student Research (BSR)*, 3(1), 3–4. <https://journals.umkt.ac.id/index.php/bsr/article/download/2621/1033>
- Yusni, A., & Safrudin, M. B. (2021). Pengaruh Live Modeling Terhadap Perilaku Konsumsi Sayur Dan Buah Pada Siswa Di Sekolah Dasar Negeri 003 Sangasanga. *Borneo Student Research (BSR)*, 3(1), 3–4. <https://journals.umkt.ac.id/index.php/bsr/article/download/2621/1033>