

## **KELEKATAN RELASI IBU-ANAK DENGAN PENYEBAB *PICKY EATING* PADA ANAK USIA DINI DI DESA CIBURIAL**

Elia Wardani<sup>1</sup>, Yanti Miftahul Khoeriyah<sup>2</sup>  
STAI AI Musaddadiyah Garut

[elia.wardani@stai-musaddadiyah.ac.id](mailto:elia.wardani@stai-musaddadiyah.ac.id)

[yanti.miftahul.1816@stai-musaddadiyah.ac.id](mailto:yanti.miftahul.1816@stai-musaddadiyah.ac.id)

### **Abstrak**

Angka kejadian *picky eating* di Indonesia termasuk dalam kategori tinggi dan menyebabkan terhambatnya tumbuh kembang anak. Salah satu faktor penting untuk optimalisasi dalam lima tahun pertama kehidupan anak adalah ikatan emosional antara anak dan orang tua, terutama ibu sebagai pengasuh. Kemampuan makan sebagai salah satu aspek perkembangan anak merupakan salah satu fase yang cukup menantang bagi orang tua. Pada tingkat tertentu, masalah makan merupakan hal yang wajar, namun jika terjadi secara terus menerus dikenal dengan istilah *picky eater* dapat mempengaruhi status kesehatan. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kuantitatif korelasional untuk mengetahui apakah kelekatan hubungan ibu dan anak menjadi penyebab *picky eating*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kelekatan hubungan ibu-anak dengan penyebab *picky eating*. Dari hasil penelitian yang dilakukan kepada 65 responden diperoleh anak yang terkena *picky eater* berjumlah 28 anak dengan persentase 41% hal ini menandakan bahwa anak dengan *picky eater* di desa Ciburial cukup banyak. Terdapat empat faktor penyebab *picky eating* yaitu kekurangan zat gizi dan menolak makan sebanyak 26 responden (28%), selanjutnya anak tidak mau mencoba makanan baru sebanyak 21 responden (23%) dan kategori anak mengalami keterlambatan bicara ekspresif sebanyak 20 responden (21%).

**Kata kunci:** kelekatan; *picky eating*; AUD.

### ***Abstract.***

*The incidence of picky eating in Indonesia is in the high category and causes inhibition in children's growth and development. One crucial factor for optimization in the first five years of children's life is the emotional bonding between children and parents, especially the mother as the caregiver. Eating skill as one of the children's development aspects is one of the challenging phases for parents. At a certain level, eating problem is normal, but if it happens continuously known as picky eating it can affect health status. This study was conducted using a correlational quantitative method to determine whether mother-child relationship attachment is the cause of picky eating. The results of this study indicate that there is no significant relationship between mother-child relationship attachment and the cause of picky eating. From the results of research conducted on 65 respondents, children affected by picky eaters were 28 children with a percentage of 41%, indicating that there are quite a lot of children with picky eaters in Ciburial village. There are four factors that cause picky eating, namely nutritional deficiencies and refusal to eat as many as 26 respondents (28%), then children do not want to try new foods as many as 21 respondents (23%) and the category of children experiencing expressive speech delays as many as 20 respondents (21%).*

***Keywords:*** kelekatan; picky eating; AUD.

## **PENDAHULUAN**

Fenomena sulit makan pada anak sering menjadi masalah bagi orang tua maupun pengasuh anak. Sekitar 25% anak mengalami kesulitan makan. Menurut literatur 50% anak berusia 18-23 bulan diidentifikasi sebagai *picky eater*. Didapatkan prevalensi kesulitan makan sebesar 33,6% pada anak usia *toddler*. Sebagian besar 79,2% telah berlangsung lebih dari 3 bulan dan berlangsung lama sehingga sering dianggap biasa dan akibatnya dapat timbul komplikasi dan gangguan tumbuh kembang pada tumbuh kembang anak (Rizki, 2014, p. 155).

Tahapan awal pada kehidupan anak merupakan tahapan yang penting dalam pembentukan kepribadian seseorang, banyak penelitian menunjukkan bahwa perkembangan individu selama lima tahun pertama kehidupan memiliki pengaruh yang kuat terhadap keberhasilan kehidupan selanjutnya, sehingga anak pada tahap ini membutuhkan perhatian khusus dari orang tua, keluarga dan lingkungan sosialnya.

Kelekatan yang baik akan menciptakan hubungan yang hangat antara dua orang yaitu Ibu dan anak. Menurut Santrock Kelekatan akan bertahan lama dalam rentang kehidupan manusia yang diawali dengan kelekatan anak pada ibu atau figur lain pengganti Ibu. Kelekatan yaitu adanya relasi atau hubungan antar figur sosial tertentu yang dianggap mencerminkan karakteristik relasi yang baik.

Kemampuan Ibu melakukan stimulasi menjadi tolak ukur perilaku makan anak. Stimulasi perkembangan makan ini sangat berpengaruh terhadap kegiatan yang meningkatkan kemampuan perilaku anak ketika makan.

Berdasarkan pengamatan awal yang penulis lakukan di Desa Ciburial Leles ditemukan banyak anak yang *picky eating* tetapi tidak dianggap permasalahan. Hal yang menyebabkan *picky eating* ini bukan hanya faktor fisik melainkan lebih pada kebiasaan makan dan kelekatan relasi antara Ibu-Anak. Yang memiliki peranan besar pada pemenuhan kebutuhan makan dan nutrisi anak di dalam keluarga adalah Ibu. Hubungan kelekatan relasi ibu-anak berpotensi menyebabkan *picky eating* pada anak usia dini.

Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran kelekatan relasi ibu-anak pada anak usia dini yang memiliki *picky eating*, penyebab *picky eating*, dan hubungan antara kelekatan relasi ibu-anak dengan penyebab *picky eating*.

Menurut John Bowlby, kelekatan pada pengasuh selama satu tahun pertama kehidupan memiliki konsekuensi penting dalam hidup. Kelekatan yang bersifat positif/aman, maka seseorang mempunyai dasar untuk berkembang menjadi individu yang kompeten (Cassidy, 2008).

*Picky eating* atau pilih-pilih makanan merupakan istilah yang tidak memiliki definisi klinis yang jelas. Klasifikasi Penyakit menggambarkan gangguan makan dari masa bayi dan kanak-kanak, yang meliputi kesulitan makan, sering melakukan penolakan makanan, dan perbuatan atau tingkah laku yang aneh ketika makan, dan tidak adanya penyakit (Anggraini et al., 2016)

## METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif “bertujuan untuk mengetahui suatu hubungan anatara kelekatan relasi ibu-anak dengan penyebab *picky eating* pada anak usia dini di Desa Ciburial Leles” Jenis penelitian ini menggunakan “kuantitatif korelasional.” Penelitian kuantitatif dengan model korelasional product moment pearson adalah teknik yang digunakan untuk mencari hubungan dan membuktikan hipotesis hubungan dua variabel bila data kedua variabel berbentuk interval atau ratio, dan sumber data dari kedua variabel atau lebih tersebut sama.

Teknik pengumpulan data menggunakan teknik *purposive sampling*, tujuannya adalah supaya peneliti bisa menetapkan ciri-ciri khusus yang sesuai dengan tujuan penelitian sehingga diharapkan dapat menjawab permasalahan penelitian, serta dapat memberikan nilai yang lebih representatif. Menurut (Sugiyono, 2019), *purposive sampling* adalah pengambilan sampel dengan menggunakan beberapa pertimbangan tertentu sesuai dengan kriteria yang diinginkan untuk dapat menentukan jumlah sampel yang akan diteliti. Metode pengumpulan data yang dilakukan oleh peneliti yaitu dengan membagikan kuesioner kelekatan relasi ibu-anak dan kuesioner penyebab *picky eating*.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis korelasi *product moment* dari *pearson* apabila data dalam penelitian ini berdistribusi normal dan linier, atau menggunakan analisis korelasi Spearman’s Rho apabila data dalam penelitian ini tidak berdistribusi normal dan tidak linier.

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Ciburial, Kecamatan Leles, Kabupaten Garut, Provinsi Jawa Barat. Penelitian ini dilakukan November-Desember 2022. Subjek penelitian

ini yaitu kelekatan relasi ibu-anak dengan penyebab *picky eating* pada anak usia dini. Sedangkan subjek penelitian ini yaitu anak usia dini yang berada di Desa Ciburial Garut. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *purposive sampling*.

Validitas data pada penelitian ini menggunakan SPSS 25.win. Uji Validitas adalah uji yang digunakan untuk mengukur instrumen dalam kuesioner tersebut dan dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur. Pengujian validitas tiap butir digunakan analisis item yaitu mengkorelasikan tiap butir skor total yang merupakan jumlah tiap skor butir. Apabila nilai  $r$  hitung  $>$   $r$  tabel, maka alat ukur tersebut dinyatakan valid atau absah.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

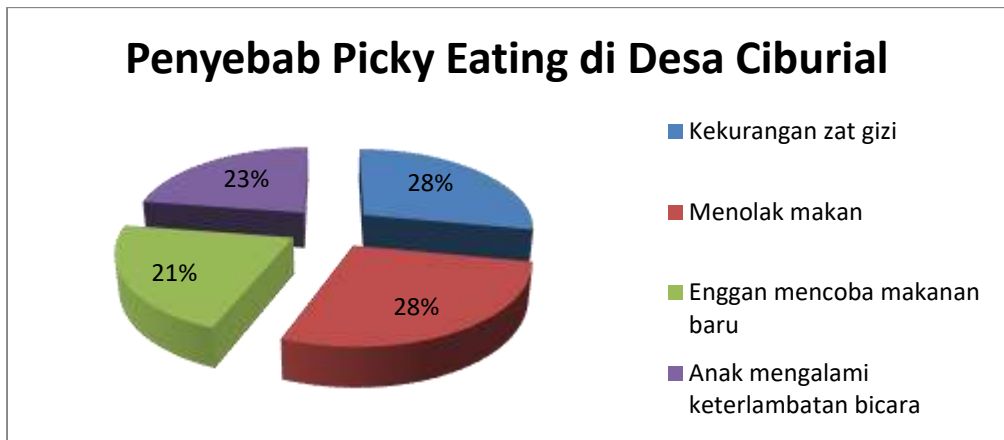
### **Kelekatan Relasi Ibu-Anak Pada Anak Usia Dini yang Memiliki Permasalahan *Picky Eating* di Desa Ciburial**

Kelekatan mengacu pada hubungan antara orang tua yang memberikan rasa aman, nyaman, terjamin dan merasa terlindungi. Serta membuat anak merasa aman sehingga mampu untuk mengeksplorasi dunia. Rasa aman itu sendiri dapat terwujud karena figur lekat memberi cinta dan kasih sayang yang cukup, selalu siap mendampingi anak, sensitif dan responsif, selalu membantu anak ketika terjebak dalam kondisi yang mengancam atau menakutkan dan mencukupi setiap kebutuhan anak. Jika perasaan aman itu tidak terjadi maka hal tersebut dapat menimbulkan rasa ketergantungan pada figur tertentu.

Usia yang masih muda menyebabkan kurangnya pemahaman ibu terhadap kelekatan emosi dan banyak ibu yang bekerja sehingga tidak memiliki waktu yang berkualitas antara ibu dan anak, hal ini menjadi faktor kelekatan sedang di Desa Ciburial. Sehingga kelekatan anak di Desa Ciburial termasuk ke dalam pola kelekatan cemas menghindari (*Anxious-Avoidant Attachment*), yang dimana anak merasa tidak pasti bahwa orang tua selalu ada dan cepat membantu serta datang pada saat dibutuhkan. Hal ini selaras dengan pernyataan John Bowlby tentang pola kelekatan aman (*secure attachment*) terbentuk dari interaksi antara orang tua dan anak, di mana anak memiliki rasa percaya pada orang tua sebagai figur yang siap mendampingi anak-anak (Cassidy, 2008).

### **Penyebab *Picky Eating* Pada Anak Usia Dini Di Desa Ciburial**

Dari 65 responden, diperoleh hasil anak yang terkena *picky eater* berjumlah 28 anak dengan persentase 41% hal ini menandakan bahwa anak dengan *picky eater* di desa Ciburial cukup banyak. Hal ini bukan disebabkan kelekatan relasi ibu-anak, akan tetapi ada faktor lain yang menyebabkan *picky eating*. Interaksi orang tua-anak terutama ibu, yang sibuk bekerja membuat anak harus dirawat dan diperhatikan oleh nenek atau asisten rumah tangga mereka. Hanya pada saat malam hari atau akhir pekan saja mereka dapat bertemu dengan orang tuanya. Terkadang hal tersebut, masih membuat ibu dibantu oleh asisten rumah tangga. Dengan begitu, nenek dan asisten rumah tangga berperan lebih banyak dalam merawat anak. Ada empat faktor yang menjadi penyebabnya yaitu sebagai berikut:



**Diagram 1** Frekuensi Penyebab *Picky Eating*

Faktor di atas selaras dengan perkembangan makan anak usia dini menurut yaitu:

1. Variasikan makanan yang diberikan meliputi makanan pokok, lauk pauk, sayur dan buah. Usahakan protein yang diberikan juga berganti setiap harinya sehingga semua zat gizi terpenuhi.
2. Variasikan cara pengolahan agar semua bahan makanan dapat masuk.
3. Berikan air putih setiap selesai makan.
4. Hindari memberikan camilan mendekati jam makan.
5. Ketika memasuki usia 2 tahun jelaskan manfaat makanan yang harus dimakan sehingga dapat mengurangi rasa tidak sukanya (Hasbi, Muhammad., 2020).

Upaya yang harus dilakukan orang tua dalam menangani anak yang *picky eater* yaitu para orang tua harus menyadarinya terlebih dahulu dengan begitu orang tua bisa melakukan berbagai cara dalam menangani anak yang *picky eater*. Hal selanjutnya, orang tua harus memeriksakan anaknya ke dokter dan memberinya vitamin. Merubah makanan yang awalnya hanya menggunakan satu atau dua jenis makanan menjadi empat sehat lima sempurna, orang tua juga harus memberikan makan dengan berbagai macam jenis bukan hanya yang disukai anak, waktu makan adalah waktu bagi anak melatih bertanggung jawab dengan begitu makan harus dilakukan secara konsisten sesuai jadwalnya.

### **Hubungan yang Signifikan antara Kelekatan Relasi Ibu-Anak dengan Penyebab *Picky Eating* Pada Anak Usia Dini**

Dari hasil olah data menyatakan, bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kelekatan relasi ibu anak dengan penyebab *picky eating* di Desa Ciburial. Kelekatan relasi ibu-anak mempengaruhi komunikasi yang terjalin antara ibu dan anak. Namun, apabila orang tua tidak memperbaiki relasinya dengan anak hal tersebut akan memperburuk kondisi *picky eating* pada anak.

Seperti yang dikatakan oleh Karyadi.E dan Kolopaking sejak usia 1 tahun, orang tua harus membuat jadwal makan harian anak (*food diary*) supaya anak terbiasa dengan pola makan yang teratur. Selain jadwal makan, porsi serta jumlah yang dimakan anak, jenis makanan yang disukai atau tidak disukai oleh anak, bahkan bila ada makanan yang menyebabkan alergi dapat diketahui dari *food diary* (Rahayu & Marsaoly, 2020). Berkaitan dengan aturan makan tersebut perlu kerjasama antara orang tua dengan anak untuk menangani *picky eating*.

## KESIMPULAN

1. Kelekatan relasi ibu-anak pada Anak Usia Dini yang memiliki permasalahan *picky eating* di Desa Ciburial yaitu sedang. Kelekatan yang sedang disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya usia orang tua yang masih muda menyebabkan kurangnya pemahaman ibu tentang kelekatan emosi dan kebanyakan ibu yang bekerja sehingga tidak memiliki waktu yang berkualitas antara ibu-anak.
2. Penyebab *picky eating* pada anak usia dini di Desa Ciburial tidak disebabkan oleh kelekatan ibu-anak melainkan ada faktor lain.
3. Tidak ada hubungan yang signifikan antara kelekatan relasi ibu anak dengan penyebab *picky eating*. Hal ini didukung oleh hasil olah data yang menjelaskan tidak ada korelasi antara kelekatan relasi ibu-anak dengan penyebab *picky eating*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, S. D., Rohmah, N., & Permatasari, E. (2016). Hubungan Pemberian Asi Eksklusif Dengan Perilaku Picky Eating Pada Anak Usia 3-5 Tahun Di Posyandu Desa Kemuning Lor Ppkecamatan Arjasa. *Universitas Muhammadiyah Jember*, 52(1), 1–5. [http://repository.unmuhjember.ac.id/956/1/Shelly\\_Artikel\\_3x.pdf](http://repository.unmuhjember.ac.id/956/1/Shelly_Artikel_3x.pdf)
- Cassidy, J. (2008). The Nature of the Child's Tie. In *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Application*.
- Hasbi, Muhammad., D. (2020). Anak Usia Dini Sehat Itu Keren. *Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar, Dan Pendidikan Menengah*, 56.
- Rahayu, S., & Marsaoly, O. H. (2020). *Peran Nutritionist Dalam Penanganan Stunting*.
- Rizki, I. (2014). Perilaku makan orang tua dengan kejadian. *NurseLine Journal*, 5(2), 154–162. <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/2344>
- Sugiyono. (2019). *STATISTIKA UNTUK PENELITIAN*. ALFABETA.