

POLA DIET DAN *PICKY EATING* BERPENGARUH TERHADAP STATUS GIZI ANAK PANTI ASUHAN MALANG

Maulidah, Yeni Amalia*, Sri Herlina
Fakultas Kedokteran Universitas Islam Malang

ABSTRAK

Pendahuluan: Studi Status Gizi Indonesia 2019 menyatakan persentase *underweight* 16,29%, *stunting* 27,67% dan *wasting* 7,44%. demikian juga menurut Dinas Kesehatan provinsi Jawa Timur 2021 melaporkan persentase balita *underweight* 9,8%, *Stunting* 12,4 %, *wasting* 8,0%. Hasil observasi awal pada panti asuhan Al-Ridlwan dan Al-Qarni Malang didapatkan masih banyak tinggi badan maupun berat badan yang belum ideal dan nilai gizi kurang. Hal ini dapat terjadi disebabkan oleh pola makan yang kurang baik, dimana adanya keterbatasan dana dan sarana maka dari itu pemberian makan di panti asuhan dari segi kualitas dan kuantitas gizinya masih kurang seimbang. selain itu dapat disebabkan dengan angka anak yang jauh lebih tinggi dibandingkan pengasuh akibatnya pengasuh kurang mengawasi nilai gizi anak asuh. Pengamatan ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pola diet dan *picky eating* terhadap status gizi anak panti asuhan.

Metode: Penelitian analitik observasional pendekatan *cross sectional*. Memperoleh sampel dengan teknik metode *total sampling*. Populasi dalam penelitian ini ialah anak panti asuhan Al Qarni dan Ar Ridlwan berusia 8 (delapan) – 18 tahun berjumlah 78 orang dengan rincian 39 perempuan dan 39 laki-laki. Penelitian pola diet menggunakan *Food Frequency Questionnaire*, *picky eating* menggunakan kuesioner *picky eating* dan status gizi menggunakan kurva NCHS. Analisa data menggunakan uji regresi linier berganda.

Hasil: Pada uji regresi linear berganda, *t* table 1,665 dan *F* table 3,12 dan *p* = 0,020 dengan demikian dapat diartikan yaitu terdapat pengaruh pola diet dan *Picky Eating* secara simultan terhadap Status Gizi.

Kesimpulan: Secara simultan terdapat pengaruh pola diet dan *picky eating* terhadap status gizi

Kata Kunci: *Pola Diet; Picky Eating; Status Gizi.*

*Penulis korespondensi:

dr. Yeni Amalia., Sp.A., M.Biomed.

Jl. MT. Haryono 193 Kota Malang, Jawa Timur, Indonesia, 65144.

Email: yeniamalia@unisma.ac.id

DIET PATTERNS AND PICKY EATING INFLUENCE ON THE NUTRITIONAL STATUS OF MALANG ORPHANAGE CHILDREN

Maulidah, Yeni Amalia*, Sri Herlina
Faculty of Medicine, Islamic University of Malang

ABSTRACT

Introduction: The 2019 Indonesian Nutritional Status Study states that the percentage of underweight is 16.29%, stunting is 27.67% and wasting is 7.44%. Likewise, according to the East Java Provincial Health Office, 2021 reported the percentage of underweight toddlers was 9.8%, stunting 12.4%, wasting 8.0%. The results of initial observations at the Al-Ridlwan and Al-Qarni Malang orphanages found that there were still many less than ideal heights and weights and poor nutritional status. This can happen due to poor diet, where there are limited funds and facilities, therefore feeding in orphanages is still unbalanced in terms of quality and nutritional value. besides that it can be caused by the number of children who are far more than caregivers so that caregivers pay less attention to the nutritional status of foster children. This study aims to determine the effect of dietary patterns and picky eating on the nutritional status of orphanage children.

Method: Observational analytic research with cross sectional approach. Obtain a sample with the technique of total sampling method. The population in this study were children from the Al Qarni and Ar Ridlwan orphanages aged 8 (eight) - 18 years totaling 78 people with details of 39 girls and 39 boys. Research on diet patterns using the Food Frequency Questionnaire, picky eating using the picky eating questionnaire and nutritional status using the NCHS curve. Data analysis using multiple linear regression test.

Result: In the multiple linear regression test, *t* table 1.665 and *F* table 3.12 and *p* = 0.020 so it can be concluded that there is an effect of diet patterns and Picky Eating simultaneously on Nutritional Status.

Conclusion: Simultaneously there is an influence of dietary patterns and picky eating on nutritional status.

Keywords: *Dietary habit; picky eaters; Nutritional status*

*Correspondence author:

dr. Yeni Amalia., Sp.A., M.Biomed.

Jl. MT. Haryono 193 Kota Malang, Jawa Timur, Indonesia, 65144.

Email: yeniamalia@unisma.ac.id

PENDAHULUAN

Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) 2019 menyatakan bahwa prevalensi *underweight* 16,29%, *stunting* 27,67% dan *wasting* 7,44%. Golongan rawan mengalami gizi kurang yaitu pada anak usia sekolah. Hal ini terjadi karena pola diet yang kurang tepat yaitu mengkonsumsi makanan yang tidak seimbang, dan pengetahuan orangtua yang masih kurang tentang pola diet yang baik akan menciptakan nilai gizi yang baik pula.¹ Data dari Dinas kesehatan provinsi Jawa Timur 2021 melaporkan persentase balita *underweight* 9,8% namun target rencana pembangunan menengah jangka menengah nasional (RPJMN) sebesar 15%, persentase balita *stunting* 12,4% untuk target RPJMN 18,4%, dan balita *wasting* 8,0% dengan target RPJMN sebesar 7,8%.²

Peneliti melakukan observasi dengan hasil observasi pada pengambilan data awal di panti asuhan Ar-Ridlwani menunjukkan bahwa anak-anak panti asuhan laki-laki maupun perempuan beberapa masih di bawah standar tinggi badan yang ideal. Pada pengukuran awal ditemukan 3-5 anak pada anak SMP, 4 (empat) orang anak SMA kurang 150 cm. Sekitar 5 (lima) orang berat badan kurang dari 35 kg pada anak SMP, 3 (tiga) orang dibawah 40 kg pada anak SMA. Begitupun pada panti asuhan Al-Qarni didapatkan sebanyak 18 anak SMP, 5 (lima) orang anak SMA kurang dari 150 cm. Sebanyak 8 (delapan) orang berat badan kurang dari 35 kg pada anak SMP, 4 (empat) orang dibawah 40 kg pada anak SMA. hal ini dapat disebabkan oleh pola diet yang kurang baik yang nantinya akan berpengaruh pada status gizi.

kelompok nilai nutrisi atau status gizi menurut WHO–NCHS terdapat 4 (empat) kelompok seperti gizi lebih, Gizi baik, Gizi kurang, dan Gizi buruk. Status gizi ditetapkan oleh lengkapnya konsumsi zat gizi dengan kuantitas serta gabungan yang cukup dan frekuensi makan. Upaya untuk perbaikan gizi masyarakat ditempuh melalui perbaikan pola diet. Namun beberapa Individu yang pilih-pilih makanan atau yang disebut dengan *picky eating*. *Picky eating* ialah individu yang mengkonsumsi makanan yang minim variasi menu makanan, umumnya yaitu sangat rendah dalam mengonsumsi serat seperti sayuran dan buah serta rendah dalam sumber protein. hal ini terjadi dimana mereka cenderung menolak terhadap makanan yang sudah disediakan oleh orang tua atau pengasuh. *Picky eating* ini suatu masalah yang sudah biasa terjadi dalam pola

diet oleh anak-anak usia diatas 2 (dua) tahun dengan presentase 8-50%. pelaksanaan pengamatan yang telah yang bertempat di Semarang dengan responden balita kisaran usia 12-60 bulan memperoleh prevalensi *picky eating* sekitar 60,3%, namun untuk pengamatan yang dilakukan oleh lainnya yaitu pada tahun 2018 terhadap anak prasekolah kisaran usia (36-60 bulan) didapatkan persentase 52,4%.³ Maka dari itu sangat penting untuk mengetahui pola diet dari masyarakat agar mencapai status gizi yang baik. manfaat dari nilai gizi yang baik ini dapat melahirkan lingkungan keluarga yang sehat, dan tentunya yang tidak kalah penting yaitu dapat terhindar dari penyakit infeksi menular ataupun penyakit masyarakat lainnya.

Sehubungan uraian di atas, peneliti fokus pada penelitian pola diet dan *picky eating* ini bertujuan untuk mengetahui pengaruhnya terhadap status gizi anak panti asuhan Malang yang khususnya pada panti asuhan Al-Qarni dan Al-Ridlwani.

METODE

Desain, Tempat, dan Waktu Penelitian

Jenis pada penelitian ini ialah analitik observasional dan *cross sectional* sebagai pendekatannya. dilaksanakan observasi atau penilaian variabel pada satu waktu tertentu dengan artian yaitu setiap subjek hanya dilakukan observasi sekali saja. Dalam penelitian *cross-sectional* peneliti kelanjutan terhadap pengukuran yang dilakukan.

Lokasi penelitian dilakukan panti asuhan Ar Ridlwani Jl. Mojowarno No.89, RW.05, Mojorejo, Kec. Junrejo Kota Batu, Jawa Timur 65322, dan panti asuhan Al-Qarni Jl. Simpang Laksda Adi Sucipto No. 25, Pandanwangi, Kecamatan Blimbing, Kota Malang, Jawa Timur 65124. Peneliti memilih tempat ini karena terdapat kriteria yang dimaksud oleh peneliti yaitu rentan usia 8-18 tahun dan pada observasi awal didapatkan banyak status gizinya yang masih kurang ideal.

Penelitian ini dimulai pada bulan Desember 2022 – Januari 2023 dan telah memperoleh persetujuan dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Universitas Islam Malang dengan No.063/LE.003/III/01/2023.

Populasi Dan Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini ialah anak panti asuhan Al Qarni dan Ar Ridlwani berusia 8 (delapan) – 18 tahun. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini ialah memakai metode *total sampling* yaitu kuantitas sampel

sama dengan populasi. Sampel berjumlah 78 orang dengan rincian 39 perempuan dan 39 laki-laki. Variabel bebas pada penelitian ini ialah pola makan dan *picky eating* selanjutnya untuk variabel terikat ialah status gizi.

Peneliti mengukur variabel pola diet responden diperoleh dengan pengisian Food Frequency Questionnaire (FFQ) meliputi menu makanan, pola diet yang terdiri dari jenis seperti diet pokok, lauk pauk, serta sumber serat dan kekerapan diet yang dikonsumsi oleh sampel dalam jangka waktu tertentu. Interpretasi dari pola diet ini jika $\geq$ (lebih atau sama dengan) angka rata-rata maka masuk dalam kriteria pola makan baik, jika kurang dari nilai rata-rata masuk dalam kriteria pola makan kurang baik. Pada variabel *picky eating* diperoleh dengan cara pengisian kuesioner 12 pertanyaan. Interpretasi skor 1 – 24 tidak mengalami *picky eating* dan skor 25 – 48 mengalami *picky eating*. Status gizi diperoleh dengan dilakukan pemeriksaan antropometri lalu dilakukan plotting pada kurva *National Center for Health Statistics* (NCHS). Interpretasi hasil dari plotting yaitu jika gizi lebih 110-120 %, gizi Baik 90-110%, gizi Kurang 70-90%, gizi Buruk <70%

Tahapan Penelitian

Diawali dengan kesepakatan tim penelitian untuk melakukan perizinan terlebih dahulu pada pihak panti asuhan Al-Qarni dan Ar-Ridhwan dan melakukan survey pada kedua tempat tersebut. selanjutnya, penyusunan jadwal pelaksanaan penelitian yang sudah disepakati oleh tim. Lalu, tahap Pengambilan data kuesioner dan mengukur berat badan serta tinggi badan, kemudian dilanjutkan tahap analisis data untuk mengalisis adanya pengaruh pola diet dan *picky eating* terhadap status gizi anak Panti Asuhan Al-Qarni dan Ar-Ridhwan Malang. Tahap pengolahan data pengolahan data dilakukan untuk mengelompokan dan melihat hasil dari kuesioner peneliti, sehingga dapat diolah menjadi data yang valid untuk menjadi kesimpulan dalam penelitian.

Teknik analisis data

Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat. Analisa univariat akan menjelaskan secara deskriptif berupa distribusi frekuensi sesuai dengan karakteristik variabelnya. Analisis bivariat dalam penelitian ini memakai uji regresi linier berganda dengan tujuan untuk melihat pengaruh di antara variabel bebas dan variabel terikat

menggunakan program *Statistic Package For The Social Sciences* (SPSS) untuk pengolahan data statistic.

Pengelolaan hasil uji regresi linier berganda dengan rumus untuk mendapatkan nilai uji t yaitu $t_{\text{tabel}} = t(\alpha/2; n-k-1)$ * jika $p\text{-value} < 0,05$ atau angka t hitung lebih dari t tabel dengan ini dapat diartikan bahwa terdapat pengaruh variabel X terhadap variabel Y. selanjutnya jika $p\text{-value} > 0,05$ atau angka t hitung kurang dari t tabel maka tidak adanya pengaruh variabel X terhadap variabel Y. Rumus uji F yaitu $F_{\text{tabel}} = F(k; n-k)$. ** angka $p\text{-value} < 0,05$, atau F hitung lebih dari F tabel dengan demikian dapat diartikan yaitu adanya pengaruh dari variabel X secara simultan terhadap variabel Y Jika nilai $p\text{-value} > 0,05$ atau F hitung kurang dari F tabel maka dengan artian. bahwa tidak adanya pengaruh variabel X secara simultan terhadap variabel Y.

HASIL DAN ANALISA DATA

Karakteristik Responden

Karakteristik responden pada penelitian ini dengan jumlah seluruh responden sebanyak 78 anak panti asuhan. meliputi jenis kelamin, jumlah dan usia, dan Pendidikan yang tertera pada tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Distribusi Responden	n	%
Jenis kelamin	Perempuan	39	50.0
	Laki-laki	39	50.0
Usia	08 – 13 tahun	25	32,1
	14 – 18 tahun	53	67,9
Pendidikan	SD	7	8,97
	SMP	27	34,62
	SMA	44	56,41

Pada **Tabel 1** Menjelaskan bahwa diketahui jumlah responden yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 39 orang (50.0%) dan yang berjenis kelamin laki-laki sebesar 39 orang (50,0%). Usia responden yang dominan yaitu pada rentang usia 14 – 18 tahun yang berjumlah sebesar 53 orang (67,9%) dan rentang usia 11 – 14 tahun sebesar 25 orang (32,1%). Pada tingkat pendidikan sekolah jumlah terbanyak yaitu pada tingkat SMA sebanyak 44 orang (56.41 %) dan terbanyak kedua ialah pada tingkat SMP sebanyak 27 orang (34.62 %) dan pada SD sebanyak 7 (tujuh) orang (8.97 %).

Tabel 2. Hasil penelitian pola diet menggunakan *Food Frequency Questionnaire* (FFQ)

Kategori Responden	n	%
Baik	32	41
Kurang	46	59
Total	78	100

Berdasarkan Tabel 2 Menjelaskan bahwa pada pola diet anak panti asuhan yang diukur dengan *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) yaitu sebanyak 32 orang (41%) dengan pola diet yang baik. Dalam kategori pola diet yang kurang baik sebanyak 46 orang (59%). Hasil ini menunjukkan bahwa kriteria yang mendominasi ialah kategori kurang baik yang artinya pola diet pada panti asuhan masih kurang baik.

Tabel 3. Hasil penelitian Kuesioner *picky eating*

Kategori Responden	n	%
Non-picky eating	45	57.7
Picky eating	33	42.3
Total	78	100.0

Pada Tabel 3 Menjelaskan bahwa responden yang mengalami *picky eating* atau pilih-pilih makan sebanyak 33 orang (42,3%) dan responden yang non-*picky eating* berjumlah 45 orang (57,7%). Hasil dominasi pada non-*picky eating* yang menandakan bahwa anak yang berada pada panti asuhan hanya sedikit yang mengalami pilih-pilih makan.

Tabel 4. Hasil penelitian dari pengukuran status gizi

Kategori Responden	n	%
Gizi lebih	20	25.6
Gizi baik	45	57.7
Gizi kurang	11	14.1
Gizi buruk	2	2.6
Total	78	100.0

Pada Tabel 4 Menjelaskan bahwa hasil responden terbanyak yaitu berjumlah 45 orang (57,7%) terdapat pada status gizi baik, dan terbanyak kedua ialah pada status gizi lebih yaitu sebanyak 20 orang (25%) selanjutnya untuk status gizi kurang berjumlah 11 orang (14,1%) dan juga terdapat 2 (dua) orang (2,6%) pada status gizi buruk. Hasil ini menunjukan bahwa status gizi anak panti dominan status gizi baik namun perlu diperhatikan bahwa terdapat 2 (dua) orang termasuk dalam kategori status gizi buruk dengan ini harus lebih diperhatikan asupan makannya. Diketahui terdapat 78

Tabel 5. Pengaruh pola diet dan *picky eating* terhadap status gizi

Variabel	Status gizi				
	t	p-value	F	R-square	p-value
<i>Picky Eating</i>	0,999	0,321	4,100	0,099	0,020
Pola Diet	1,686	0,096			

*Uji regresi linier berganda

Berdasarkan Tabel 5 Menjelaskan mengenai hasil uji regresi linier berganda. Analisis tersebut bertujuan untuk mengetahui ada atau tidak adanya pengaruh dari 2 (dua) variabel bebas terhadap variabel terikat. Pada variabel *picky eating*, uji t tabel menunjukkan nilai $0,999 < 1,665$ dan $p\text{-value } 0,321 > 0,05$ yang berarti tidak terdapat pengaruh *picky eating* terhadap status gizi. selanjutnya yaitu pada nilai t tabel variabel pola makan menunjukkan nilai $1,686 > 1,665$ dan $p\text{-value } 0,096 < 0,05$. Hal tersebut memberikan arti bahwa adanya pengaruh dari pola makan terhadap status gizi. Dikarenakan nilai t hitung $>$ t tabel. Didapatkan $p\text{-value}$ untuk pengaruh FFQ dan *picky eating* secara simultan terhadap Status Gizi adalah sebesar $0,020 < 0,05$ dan nilai F Hitung $4,100 >$ F tabel 3,09 sehingga diartikan bahwa adanya pengaruh pola diet dan *Picky Eating* secara simultan terhadap Status Gizi. Diketahui R Square sebesar 0,099, hal ini mengandung arti bahwa terdapat pengaruh pola diet dan *Picky Eating* secara simultan terhadap Status Gizi sebesar 9,9%

PEMBAHASAN

Pola Diet

Penelitian pola diet menggunakan *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) didapatkan sebanyak 32 orang (41%) dengan pola diet yang baik. Sedangkan untuk kategori pola diet kurang baik sebanyak 46 orang (59%). Sebagian besar dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kriteria yang mendominasi ialah kategori pola diet kurang baik. Hal tersebut dapat terjadi bisa dikarenakan tidak tinggal dengan orang tua atau anak yang enggan untuk mengkonsumsi makanan yang disediakan. Alasan lain yang didapatkan pada saat observasi awal dari pihak panti asuhan bahwa pada saat waktu makan anak panti asuhan kurang diawasi dengan baik. dimana anak panti tidak terpantau penuh dalam mengkonsumsi makanan sehingga terdapat beberapa anak panti asuhan yang menunda untuk makan atau tidak mau makan pada saat jam makan.

Sianaga (2020) menyatakan bahwa pola diet pada panti asuhan kurang baik, dapat terjadi karena dengan adanya keterbatasan dalam ekonomi serta sarana sehingga pemberian diet masih jauh dari kata cukup di panti asuhan dari segi kualitas gizinya. Jumlah anak panti asuhan yang jauh lebih banyak dibandingkan pengasuh ini sehingga kurangnya pantauan terhadap status gizi anak panti asuhan. Berdasarkan hasil pengamatan yang dilaksanakan oleh Ririn (2006) terdapat Panti Sosial Asuhan Anak (PSSA) pada kota Surabaya terdapat dominan anak asuh mempunyai susunan konsumsi pola diet yang cukup.

adapun faktor lain menurut Surya (2018) pola diet yang baik didatangkan oleh faktor masih diasuh oleh orang tua. Kewajiban orang tua dalam mengatur pola diet terhadap anaknya sangat dibutuhkan. Orang tua ataupun pengasuh pastinya menyiapkan konsumsi yang penuh gizi untuk anak yang diasuhnya. Namun, dari sisi lain yaitu anak yang diasuh belum tentu berkehendak untuk mengkonsumsinya semua makanan yang telah disediakan oleh orang tua atau pengasuhnya.⁴ Bukan hanya itu, pendidikan orang tua tidak kalah penting dalam pemberian pola diet yang baik. Fitria (2018) Pendidikan orang tua yang baik akan mempengaruhi cara menyajikan pola diet yang baik pula. Hasil penelitian dari Muhammad Asrar (2009) didapatkan sebesar (66,2%) pola diet terbilang dalam takaran yang kurang dengan mengonsumsi dua macam klasifikasi makanan, yaitu campuran antara sumber karbohidrat dengan sumber protein. hal ini disebabkan orang tua atau pengasuh belum memerdayakan pembekalan keterampilan mengenai pengolahan beragam makanan dan seimbang.⁵

Picky Eating

Berdasarkan penelitian kuesioner *picky eating* didapatkan dengan hasil yang mengalami *picky eating* atau pilih-pilih makan sebanyak 33 orang (42,3%) sedangkan responden yang non-*picky eating* berjumlah 45 orang (57,7%). Hasil dominasi pada non-*picky eating* yang menandakan bahwa anak yang berada pada panti asuhan hanya sedikit yang mengalami *picky eating* atau pilih-pilih makan.

Seseorang dapat disebut sebagai *picky eating* yaitu individu yang mempunyai karakteristik yang sangat khas. *Picky eating* ialah individu dengan mengonsumsi variasi dari diet, jumlah asupan yang terbatas,

menghabiskan diet dengan waktu yang lama, serta enggan untuk mencoba makanan baru.^{6,7}

Pola diet anak terdapat kaitannya dengan bagaimana pola asuh dari orang tua maupun pengasuh dalam pemberian makanan. Faktor terjadinya *Picky eating* pada anak ini dimana sebagian orang tua maupun pengasuh masih menggunakan tuntutan serta pembatasan dalam memberi diet. hal ini biasa disebut pola asuh otoriter dimana praktik pemberian diet kurang responsive.⁸ kerap sekali orangtua tidak menyadari dengan kesalahan pola asuh yang telah diterapkan kepada anaknya, seperti praktik pemberian diet yang kurang tepat. sebagai akibat, muncul problematika pada perilaku makan anak yang umum terjadi seperti pilih-pilih makanan (*picky eating*).^{9,10}

Dirjen Binkesmas Depkes RI (2007) *Picky eating* ini diakibatkan oleh beberapa unsur seperti unsur budaya, agama, status sosial dan ekonomi, nafsu makan, serta kondisi biologis yang nantinya akan memengaruhi perilaku makan individu sejak dini (Gebru, Gebreyesus, Yirgu, Habtemariam, & Abebe, 2021). Masa pertumbuhan dan perkembangan pada anak paling cepat terjadi pada usia 5 (lima) tahun pertama kehidupan, akibatnya perilaku makan berkesinambungan dari usia dini hingga dewasa (Savage, Fisher, & Birch, 2007).^{8,9,11}

Adapun unsur lain yang dapat mempengaruhi anak menjadi *picky eater* yaitu dilihat dari bagaimana pemberian pola dietnya mulai dari pendamping asi kepada anak maupun perilaku makan orang tuanya.¹² Dasar pemberian diet pendamping ASI ialah zat yang sesuai dengan usia semacam jenis, tekstur, frekuensi, porsi setiap makan. unsur lainnya yang akan membuat anak menjadi *picky eating* ialah pola diet dari orang tuanya.¹³

penelitian tersebut didukung Rasunah (2023) Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan bahwa nilai $p\text{-value} = 0,043 < 0,05$ sehingga H_0 tidak diterima dan H_a diterima. dengan artian adanya pengaruh antara pola diet orang tua dengan nilai gizi anak *picky eater* di wilayah RW 010 Kalisari.¹³

Status Gizi

Pada penelitian ini didapatkan hasil terbanyak yaitu berjumlah 45 orang (57,7%) terdapat pada status gizi baik, dan terbanyak kedua ialah pada status gizi lebih yaitu sebanyak 20 orang (25%) selanjutnya untuk status gizi kurang berjumlah 11 orang (14,1%) dan juga terdapat 2 orang (2,6%) pada status gizi buruk. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat 2 orang yang harus lebih diperhatikan

asupan makannya dikarenakan status gizinya termasuk status gizi buruk.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Junaidi (2013) dalam Fitria (2018) disebutkan bahwa status gizi terdapat kaitannya dengan pendidikan dari pengasuh. orang tua maupun pengasuh yang berpendidikan rendah (SD dan SMP) akan lebih mengutamakan apa yang diinginkan oleh anaknya tanpa memperhatikan kebutuhan gizi terhadap anaknya. akibatnya anak dengan status gizi buruk serta status gizi kurang masih sangat banyak didapatkan.¹⁴

Hasil pengamatan yang telah dilaksanakan menunjukkan anak usia dua sampai lima tahun di Puskesmas Karang Tengah Cianjur Sebagian besar berada di kategori asupan gizi dengan wujud makro cukup akan memberikan status gizi baik. Analisis statistik dari data yang didapatkan memiliki nilai $p < 0,05$ yang artinya asupan zat gizi makro ini terdapat pengaruh terhadap nilai gizi pada anak usia kisaran dua sampai lima tahun. Dari penelitian yang telah dilaksanakan dominasi anak usia dua sampai lima tahun mendapatkan asupan zat gizi makro yang cukup, walaupun beberapa anak dengan asupan zat gizi makro yang kurang ataupun yang lebih. Asupan yang cukup atau kurang pada anak ini dikarenakan beberapa unsur seperti pengetahuan orang tua yang kurang mengenai pola diet yang baik dan juga ekonomi keluarga tentunya akan terdapat pengaruh terhadap pola diet anak yang diasuh.

Pengaruh Pola Diet Terhadap Status Gizi

Analisis pengaruh pola makan terhadap status gizi, berdasarkan hasil uji regresi linier berganda yaitu pada nilai t tabel variabel pola diet menunjukkan nilai $1,686 > 1,665$ dan $p\text{-value } 0,096 > 0,05$ dengan demikian dapat diartikan bahwa terdapat pengaruh dari pola makan terhadap status gizi.

Pola diet yang baik didapatkan dari susunan menu hidangan yang nantinya akan terdapat pengaruh terhadap status gizi mahasiswa Almatsier (2009) dalam Musyayyib (2017).¹⁵ Menu diet dikategorikan baik yaitu menu yang terdiri atas 4 (empat) tipe kelompok makanan yaitu diet pokok, lauk pauk, dan sumber serat seperti sayur dan buah Musyayyib (2017). secara ilmu gizi berdasarkan hasil penelitiannya yaitu menu gabungan dan kuantitas yang pas akan mewariskan unsur gizi yang diperlukan untuk memperoleh peringkat tinggi pada kesehatan yang optimal Musyayyib (2017).¹⁵ Berdasarkan penelitian yang

dilakukan oleh Maya (2023) di SDN 004 dan SDN 015 yang berada di Kabupaten Kerinci. responden penelitian ialah kelas 4 dan 5 SD dengan rentang usia 9-12 tahun didapatkan pola diet mempunyai pengaruh terhadap status gizi dengan signifikan status gizi ($p=0,000$; $r=-0,551$).⁵

pada pengamatan ini didukung oleh hasil pengamatan dari Yasmin (2014) pada anak usia sekolah pada delapan provinsi di Indonesia, terdapat pengaruh dari pola makan yang signifikan terhadap status gizi.¹⁵ menurut Isnuri Nuriyati (2023) didapatkan dengan anak yang mengonsumsi diet yang bervariasi setiap hari dengan takaran yang cukup dan pas akan membentuk gizi individu terpenuhi. Hal tersebut menandakan bahwa pola diet baik.¹⁶

Namun dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Bimban (2023) didapatkan nilai p dari hasil statistik dengan menggunakan uji chi-square (*Crosstab*), didapatkan nilai $p\text{-value}=0,544 > 0,05$ dengan artian tidak terdapat pengaruh yang bermakna antara kebiasaan makan dengan status gizi. Hasil penelitian dari Wulandari (2015) yang bertempat pada Tabanan menyatakan terdapat pengaruh yang signifikan antara pola diet pada anak sekolah yang masih sekolah dasar dengan kelebihan berat badan di daerah perdesaan, pola diet anak dengan kelebihan berat badan pastinya lebih besar dibandingkan anak dengan nilai gizi normal ($p < 0,05$; $r=0,4$).^{17,18}

Pengaruh Picky Eating Terhadap Status Gizi

Berdasarkan hasil uji regresi linier berganda, analisis pengaruh *picky eating* terhadap status gizi yaitu uji t tabel menunjukkan nilai $0,999 < 1,665$ dan $p\text{-value } 0,321 > 0,05$. Hasil tersebut memiliki arti tidak terdapat pengaruh *picky eating* terhadap status gizi.

Pernyataan tersebut didukung oleh analisis penelitian yang dilakukan oleh Hasri Ainun L (2021) didapatkan bahwa tidak terdapat pengaruh antara *picky eating* dengan nilai gizi yang memadai dengan asupan diet yang bersumber karbohidrat yang bertempat pada Perkebunan Bungara Estate Kabupaten Langkat didapatkan $P\text{-Value } 0,433$. Terdapat pengaruh *picky eating* dengan nilai gizi yang memadai berlandaskan asupan protein yang bertempat pada Perkebunan Bungara Estate Kabupaten Langkat didapatkan $P\text{-Value } 0,001$.¹⁹ Berdasarkan penelitian Sasi Rahayu (2016) pokok pada penggalian pada SLB Negeri Semarang didapatkan sebesar seratus persen tercatat dalam klasifikasi (pilih-pilih makanan) responden yang dilakukan di SLB

Negeri Semarang 76,7% tergolong pola diet yang buruk. Responden yang masih mengonsumsi diet yang banyak mengandung gluten serta kasein dan pola diet yang baik sebanyak 23,3% terdapat perbedaan yaitu mulai mengurasngi diet yang banyak mengandung gluten dan kasein. diet yang seering dikonsumsi oleh responden ini masih bernilai tinggi yang terdapat unsur kasein dan gluten. sebagai contoh yaitu pada diet yang terdapat unsur gluten dan kasein yang bernilai tinggi dalam konsumsi responden yaitu seperti ayam krispy dan *milk full cream* sebanyak 1-2 klai perminggu atai lebih dari 6 kali perminggu. nilai gizi pada responden yang bertempat di SLB Negeri Semarang menurut *Centers for Disease Control and Prevention* (CDC) memiliki nilai gizi kurang sebanyak 30%, nilai gizi normal sebanyak 46,7% dan nilai gizi lebih/gemuk sebanyak 23,3%.²⁰

menurut Hayati, Susani dan Husna Fatrianti. (2022) yang bertempat pada PAUD serta TK AISIYAH 7 Pekanbaru mengenai pengaruh bimbingan orang tua dengan pola diet yang *picky eating* yang terjadi pada anak prasekolah yaitu, beberapa orang tua di TK Aisyiah 7 Pekanbaru mempraktikkan bimbingan serba memperbolehkan atau terlalu bebas untuk anak. beberapada dari anak didapatkan pola diet yang *picky eating* di TK Aisyiah 7 Pekanbaru. adanya bimbingan dari orang tua dengan *picky eating* pada anak yang berusia prasekolah.²¹ Penelitian Rahma Hardianti (2018) tidak terdapat pengaruh *picky eating* dengan nilai gizi. akan tetapi, didapatkan yaitu *picky eating* berpengaruh terhadap pola diet.²²

Berdasarkan hasil penelitian pola diet dan *picky eating* secara simultan terdapat pengaruh terhadap status gizi. Didapatkan angka signifikasi untuk pengaruh pola diet dan *picky eating* secara simultan terhadap Status Gizi ialah sebanyak $0,020 < 0,05$ dan angka F Hitung $4,100 > F$ tabel 3,09 dengan demikian dapat diartikan bahwa terdapat pengaruh *FFQ* dan *Picky Eating* secara simultan terhadap Status Gizi. Diketahui R Square sejumlah 0,099, hal ini mengandung arti yaitu terdapat pengaruh pola diet dan *Picky Eating* secara simultan terhadap Status Gizi sejumlah 9,9%.

KETERBATASAN PENELITIAN

pada peneliti ini mempunyai keterbatasan yaitu seperti pemakaian desain studi *cross sectional* hal ini yang tidak mampu menerangkan jarak sumber dan *outcome* lantaran pengambilan data dilaksanakan pada

satu rentang waktu. meliankan kenaikan dan modifikasi pada acuan pola makan yang kurang baik, perilaku *picky eating*, dan status gizi yang kurang-buruk dipengaruhi oleh unsur yang lain.

hasil penelitian lain tentang pola diet, tidak mudah untuk dipukul rata karena pola diet ini banyak macamnya tiap penduduk atau populasi. Penggunaan kuisoner yang berstandar FFQ ini terbatas pada kekerapan waktu makan dan tidak meneliti dari porsi individu. Sebagai konsekuensi, pengaruh antara pola makan dan *picky eating* terhadap status gizi hanya terbatas pada kekerapan waktu makan dan perilaku makan, bukan karena dari tingginya diet yang dikonsumsi.²

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian pengaruh pola diet dan karakter *picky eating* terhadap status gizi panti asuhan Al-Qarni dan Ar-Ridlwani Malang dapat disimpulkan bahwa:

1. Terdapat pengaruh pola terhadap status gizi t tabel $1,686 > 1,665$ dan *p-value* $0,096 < 0,05$.
2. Tidak adanya pengaruh *picky eating* terhadap status gizi t tabel $0,999 < 1,665$ dan s *p-value* $0,321 > 0,05$
3. Adanya pengaruh secara simultan pola makan dan *picky eating* terhadap status gizi. *p-value* $0,020 < 0,05$ dan F hitung $4,100 > 3,09$ F tabel, dan Nilai R square sebanyak 0,099 dengan ini dapat diartikan bahwa terdapat pengaruh pola makan dan *picky eating* secara simultan terhadap status gizi sebanyak 9,9 %.

SARAN

Berdasarkan dari hasil penelitian ini, pembahasan maupun kesimpulan dapat dimunculkan beberapa saran berikut :

1. semestinya perlu dilaksanakan pengamatan dan pemeriksaan secara berkala mengenai status gizi anak panti asuhan Al-Ridlwani dan Al-Qarni.
2. Anak panti asuhan dengan *picky eating* semestinya disampaikan edukasi dan memberi perhatian lebih dalam pemberian asupan diet supaya dapat mempertahankan nilai gizi dalam keadaan normal, pada penelitian selanjutnya perlu dilakukan penelitian lebih mendalam mengenai unsur lain yang berpengaruh terhadap *picky eating*, sebagai contoh yaitu dari pola diet orangtua atau pengasuh, tingkat pendidikan

orangtua atau pengasuh, terhidangnya diet yang cukup, serta memonitoring untuk orang tua atau pengasuh agar dapat memahami pentingnya pola diet yang baik.

3. Pada pengasuh anak panti asuhan Al-Ridlwan dan Al-Qarni diperlukan untuk membentuk menu serta menyajikan dengan menu diet yang bermacam-macam dengan nilai gizi seimbang, lebih mengawasi dan memberikan semangat pada anak panti asuhan tentang pentingnya pola makan yang baik.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada IOM (Ikatan Orang Tua Mahasiswa) serta FK telah memberikan insentif dana penelitian. Kami sampaikan terima kasih kepada Panti asuhan Al Qarni dan Ar Ridlwan Malang yang telah bersedia untuk dilakukan penelitian.

REFERENSI

1. SSGI. (2019). *Buku Saku Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Tingkat Nasional, Provinsi, dan Kabupaten/Kota Tahun 2019*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
2. Jatim D. Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Jawa Timur. *J Din Vokasional Tek Mesin*. 2021;3(1). doi:10.21831/dinamika.v3i1.19144
3. Gibson, E. L., & Cooke, L. (2017). Understanding food fussiness and its implications for food choice, health, weight and interventions in young children: The impact of professor Jane Wardle. *Current Obesity Reports*, 6(1), 46–56. <https://doi.org/10.1007/s13679-017-0248-9>
4. Nurwijayanti N. Pola Makan, Kebiasaan Sarapan dan Status Gizi Berhubungan Dengan Prestasi Belajar Siswa SMK di Kota Kediri. *Care J Ilm Ilmu Kesehat*. 2018;6(1):54.
5. Asrar M. Pola asuh, pola makan, asupan gizi dan hubungannya dengan status gizi anak balita masyarakat suku Nuaulu di kecamatan amahai kabupaten maluku tengah provinsi maluku.
6. Jacobi C, Schmitz G, Agras WS. Is picky eating an eating disorder? *Int J Eat Disord*. 2008 Nov;41(7):626-34. doi: 10.1002/eat.20545. PMID: 18454484.
7. Taylor CM, Wernimont SM, Northstone K, Emmett PM. Picky/fussy eating in children: Review of definitions, assessment, prevalence and dietary intakes. *Appetite*. 2015 Dec;95:349-59. doi: 10.1016/j.appet.2015.07.026. Epub 2015 Jul 29. PMID: 26232139.
8. Hardianti R, Dieny FF, Wijayanti HS. Picky eating dan status gizi pada anak prasekolah. *J Gizi Indones (The Indones J Nutr)*. 2018;6(2):123-130. doi:10.14710/jgi.6.2.123-130
9. Nirmala ES. Hubungan pola asuh otoritarian terhadap perilaku makan anak. *Aleph*. 2023;87(1,2):149-200.
10. Dubois, L., Farmer, A., Girard, M., Peterson, K., & Tatone-Takuda, F. (2007). Problem eating behaviors related to social factors and body weight in preschool children: A longitudinal study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 4(9), 1-10. doi:10.1186/1479 5868-4-9
11. Savage, J. S., Fisher, J. O., & Birch, L. L. (2007). Parental Influence on Eating Behavior: Conception to Adolescence. *The Journal of Law, Medicine, & Ethics*, 35(1), 22-34.
12. Arisandi R. Faktor yang mempengaruhi kejadian picky eater pada anak. *Jurnal Ilmu Kesehatan Sandi Husada*. 2019;10(2):238-41.
13. Shintya RM. Hubungan Riwayat Makanan Pendamping ASI dan Perilaku Makan Orang Tua dengan Status Gizi Anak Picky Eater. *J Nurs Educ Pract*. 2023;2(2):209-215.
14. Sodikin S, Endiyono S, Rahmawati F. Hubungan Pengetahuan Ibu, Pola Pemberian Makan, Dan Pendapatan Keluarga Terhadap Status Gizi Anak Dibawah Lima Tahun: Penerapan Health Belief Model. *J Ilmu Keperawatan Anak*. 2018;1(1):8.
15. Musyayyib R, Hartono R, Pakhri A. Pengetahuan Dan Pola Makan Dengan Status Gizi Remaja Di Pondok Pesantren Nahdlatul Ulum Soreang Maros. *Media Kesehat Politek Kesehat Makassar*. 2018;12(2):29.
16. Isni Nurliyati, siti syamsiah risza chorunnisa. Hubungan Riwayat Kegemukan Orangtua, Pola Makan, Dan Aktivitas Fisik Terhadap Obesitas Pada Balita Di Posyandu Kemala Kelurahan Senen.

17. Wulandari, NWM, Muniroh, L., Susila, T. Asupan energi dan aktivitas fisik berhubungan dengan z- score imt/u anak sekolah dasar di daerah perdesaan. *Media Gizi Indonesia*.2015. 10(1):51-56
18. Fayasari A, Julia M, Huriyati E. Pola makan dan indikator lemak tubuh pada remaja. *J Gizi Indones (The Indones J Nutr*. 2018;7(1):15-21. doi:10.14710/jgi.7.1.15-21
19. Lubis HA. Analisis Hubungan Perilaku Picky Eater Terhadap Tingkat Kecukupan Gizi Anak Prasekolah Di Perkebunan Bungara Estate (Pt. Lonsum) Kabupaten Langkat. Published online 2021:6.
20. Rahayu S, Soviana E. Gambaran perilaku picky eater, pola makan dan status gizi anak autis di SLB Negeri Semarang. Published online 2016:1-16.
21. Hayati S, Amran HF. Analisis Pola Asuh Orang Tua Dengan Perilaku Picky Eater Pada Anak Prasekolah. *ANJANI J Heal Sci Study*. 2022;(Vol 2, No 1):6-10.
22. Harbron J, Booley S, B N, CE D. Responsive feeding: establishing healthy eating behaviour early on in life. *South African J Clin Nutr*. 2013;26(3):S141-S149.
23. Dubois, L., Farmer, A., Girard, M., Peterson, K., & Tatone-Takuda, F. (2007). Problem eating behaviors related to social factors and body weight in preschool children: A longitudinal study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 4(9), 1-10. doi:10.1186/1479 5868-4-9
24. Taylor CM, Wernimont SM, Northstone K, Emmett PM. Picky/fussy eating in children: Review of definitions, assessment, prevalence and dietary intakes. *Appetite*. 2015 Dec;95:349-59. doi: 10.1016/j.appet.2015.07.026. Epub 2015 Jul 29. PMID: 26232139.
25. Jacobi C, Schmitz G, Agras WS. Is picky eating an eating disorder? *Int J Eat Disord*. 2008 Nov;41(7):626-34. doi: 10.1002/eat.20545. PMID: 18454484.