

Hubungan Perilaku *Picky Eater* Dengan Status Gizi Pada Anak Prasekolah Berdasarkan Teori *Precede Procede Model*

Agil Sapta Nugraha^{1*}, Zuhrotul Eka Yulis Anggraeni², Siti Kholifah³
¹²³Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah
Jember, Jember 68121, Indonesia
Jl. Karimata No. 49 Sumbersari, Kabupaten Jember, Jawa Timur 68121, Kotak Pos 104
Telp. (0331) 336728 Faks. 337967
Email: agilsapta2@gmail.com

Diterima: 2 Agustus 2025 | Disetujui: 29 Juli 2026 | Dipublikasikan: 31 Juli 2026

Abstrak

Picky eater yaitu perilaku makan selektif yang umumnya dialami oleh anak usia prasekolah dan bisa menjadi faktor asupan gizi yang tidak seimbang pada anak. Studi ini bertujuan guna menganalisis hubungan antara perilaku *picky eater* dengan status gizi anak prasekolah di TK Islam Kadarullah Bondowoso. Studi ini menerapkan desain potong lintang (*cross-sectional*) dengan sampel sebanyak 98 anak yang dipilih berdasarkan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang diisi orang tua dan pengukuran antropometri untuk menilai status gizi berdasarkan IMT menurut umur. Sebanyak 22 anak (22,4%) tergolong *picky eater*. Didapatkan temuan 12 anak berada dalam kategori gizi kurang dan 4 anak dengan gizi buruk. Hasil uji *spearman rank* mempresentasikan adanya hubungan yang signifikan antara *picky eater* dan status gizi ($p = 0,000$). Hasil ini menunjukkan bahwa perilaku *picky eater* berhubungan erat dengan status gizi anak prasekolah. Temuan ini menekankan pentingnya deteksi dini dan pengawasan pola makan anak oleh orang tua maupun tenaga kesehatan untuk mencegah masalah gizi sejak dini.

Kata kunci: *Picky Eater*; Status Gizi; Anak Prasekolah

Sitasi: Nugraha, Agil S., Anggraeni, Zuhrotul E. Y., Kholifah, Siti. (2026). Hubungan Perilaku *Picky Eater* Dengan Status Gizi Pada Anak Prasekolah Berdasarkan Teori *Precede Procede Model*. The Indonesian Journal of Health Science. 18(1), 13-22. DOI: 10.32528/tijhs.v18i1.4012

Copyright: ©2026 Nugraha et. al. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author and source are credited.

Diterbitkan Oleh: Universitas Muhammadiyah Jember
ISSN (Print): 2087-5053
ISSN (Online): 2476-9614

Abstract

Picky eating is a selective eating behavior commonly observed in preschool-aged children and can contribute to an imbalance in nutritional intake. This study aims to analyze the relationship between picky eating behavior and the nutritional status of preschool children at TK Islam Kadarullah Bondowoso. This research employed a cross-sectional design involving 98 children selected using purposive sampling. Data were collected through questionnaires completed by parents and anthropometric measurements to assess nutritional status based on Body Mass Index-for-Age (BMI/Age). A total of 22 children (22.4%) were identified as picky eaters. The findings also showed that 12 children were categorized as undernourished and 4 as severely undernourished. Statistical analysis using the Spearman rank test indicated a significant relationship between picky eating behavior and nutritional status ($p = 0.000$). These findings indicate that picky eating behavior is closely associated with the nutritional status of preschool children. The results highlight the importance of early detection and monitoring of children's eating patterns by parents and healthcare professionals to prevent nutritional problems from an early age.

Keywords: *Picky eating; Nutritional status; Preschool children*

PENDAHULUAN

Status gizi adalah penting di perhatikan dalam proses pertumbuhan anak prasekolah (Timur et al., 2023). Status gizi buruk banyak ditemukan pada anak yang memiliki usia di bawah 5 tahun seperti kurangnya nutrisi, jika tidak ada penanganan yang tepat maka akan mengalami gagal pertumbuhan (*stunting*). Penanganan yang tepat penting bagi tumbuh kembang anak karena usia tersebut bagian dari era emas anak (*The Golden Age*) (Oktaviani et al., 2021).

Tahun 2022, ada 45 juta balita dengan status gizi buruk diseluruh dunia, hal ini menunjukkan bahwa status gizi buruk merupakan masalah kesehatan diseluruh dunia (WHO, 2024). Data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022 menunjukkan bahwa prevalensi gizi buruk pada balita di seluruh Indonesia naik menjadi 7,7 %, meningkat 0,6 % dibandingkan tahun sebelumnya. Tren serupa terjadi di Provinsi Jawa Timur, di mana angka

gizi buruk pada balita melonjak dari 6,4 % pada 2021 menjadi 7,2 % pada 2022, sementara Kabupaten Bondowoso mencatat angka gizi buruk sebesar 7,7 % (Dyah et al., 2024).

Salah satu penyebab utama kondisi ini adalah perilaku *picky eating*, yaitu ketika anak menolak atau membatasi jenis serta jumlah makanan yang dikonsumsi, sehingga asupan nutrisinya tidak sesuai kebutuhan usia (Nurmalasari et al., 2020). Anak-anak dengan perilaku memilih-milih makanan cenderung kekurangan nutrisi penting karena pola makannya yang terlalu selektif (Heryanto et al., 2023). Tingginya prevalensi perilaku *picky eater* pada anak prasekolah yang di Indonesia dilaporkan mencapai 20–30% dalam beberapa survei lapangan. Ketidakseimbangan asupan makanan karena selektivitas jenis makanan pada usia dini dapat menimbulkan defisit zat gizi makro maupun mikro, sehingga meningkatkan risiko status gizi kurang

dan gizi buruk. Selain itu, faktor-faktor lain seperti pola asuh, tingkat pendidikan orang tua, dan kondisi sosial ekonomi juga berperan penting dalam menentukan status gizi balita (Andayani & Afnuhazi, 2022). Keadaan ini menegaskan pentingnya pemahaman mendalam mengenai hubungan antara pola makan selektif dan indikator antropometri pada anak prasekolah agar dapat dirancang intervensi gizi yang tepat sasaran

Peran perawat penting dalam memaksimalkan tumbuh kembang anak prasekolah. Salah satunya diantaranya yaitu mendeteksi status gizi anak prasekolah hingga mengidentifikasi perilaku *picky eater* pada anak prasekolah dimana hal ini dapat digunakan sebagai rujukan dalam meningkatkan status gizi anak prasekolah.

Precede Procede Model yaitu dikembangkan oleh Lawrence W. Green (1977). Lawrence W. Green (1977) mengatakan bahwa untuk meningkatkan status kesehatan individu dipengaruhi faktor predisposisi, memungkinkan, dan menguatkan. Salah satu faktor predisposisi mempengaruhi perilaku seseorang dalam kesehatan yang meliputi: pekerjaan, pengetahuan, pendidikan dan sikap (Asmarasari & Astuti, 2019). Perilaku *picky eater*, yang ditandai dengan kecenderungan memilih-milih dan menolak jenis makanan yang tidak sesuai selera, telah diidentifikasi sebagai faktor yang berpotensi memengaruhi status gizi anak prasekolah (Wolstenholme et al., 2020; Novika et al., 2024). Berdasarkan kerangka Teori Precede–Proceed Model, penelitian ini bertujuan mengkaji hubungan antara perilaku makan selektif dan status gizi pada kelompok usia tersebut. Dengan pendekatan teori ini, diharapkan

pemahaman yang komprehensif mengenai faktor prediktor dan determinan perilaku *picky eating* dapat diperoleh, sekaligus menjadi dasar perancangan intervensi gizi yang lebih terarah.

Sejumlah penelitian sebelumnya telah meneliti dua aspek utama ini secara terpisah. Heryanto et al. (2023) serta Hakiki & Muniroh (2023) menggunakan kuesioner orang tua untuk menilai perilaku *picky eater* dan menemukan hubungan bermakna dengan status gizi pada anak prasekolah. Sementara itu, Oktaviani et al. (2021) menekankan pentingnya deteksi dini tumbuh kembang dan edukasi gizi kepada ibu pada periode *golden age*, tetapi belum memfokuskan secara spesifik pada perilaku makan selektif. Walaupun penelitian-penelitian ini memberikan wawasan berharga, prospek skrining gizi yang komprehensif masih terkendala oleh desain pengumpulan data yang terpisah antara penilaian perilaku makan dan pengukuran antropometri.

Beberapa peneliti fokus pada validitas instrumen kuesioner *picky eater*, sedangkan yang lain terbatas pada analisis statistik terhadap data antropometri tanpa mempertimbangkan konteks pola makan harian secara langsung. Penelitian ini mengisi celah metodologis dengan melakukan penilaian perilaku *picky eater* melalui kuesioner dan pengukuran antropometri (berat badan dan tinggi badan) dalam waktu yang sama, sehingga data keduanya benar-benar seragam. Dengan pendekatan ini, hubungan antara kebiasaan makan selektif dan status gizi anak prasekolah dapat dianalisis lebih tepat dan kontekstual. Tujuan utama studi ini adalah mengukur kekuatan dan arah korelasi antara perilaku *picky eater* dan status gizi—diukur melalui Indeks

Massa Tubuh menurut umur (IMT/U)—serta menyediakan landasan ilmiah untuk merancang skrining dan intervensi gizi yang efektif di layanan kesehatan anak.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini menerapkan desain potong lintang (*cross-sectional*), di mana pengukuran dan observasi terhadap kedua variabel perilaku *picky eater* dan status gizi anak prasekolah dilaksanakan secara bersamaan dalam satu waktu.

Populasi, Sampel, Sampling

Populasi penelitian ini meliputi seluruh anak prasekolah di TK Islam Kadarullah Bondowoso, sebanyak 130 anak. Sampel diambil menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria inklusi anak berusia 4–5 tahun yang hadir saat penelitian dan mendapatkan izin dari orang tua atau pengasuh serta kriteria eksklusi anak di luar rentang usia tersebut atau tidak hadir pada saat pengumpulan data. Dari 130 anak, 11 tidak hadir, 14 tidak memenuhi kriteria inklusi, dan 7 lainnya dikeluarkan karena data tidak lengkap atau kondisi kesehatan tertentu. Dengan demikian, diperoleh 98 anak yang menjadi responden akhir penelitian.

Prosedur Intervensi

Pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan secara potong lintang (*cross-sectional*) dalam satu periode. Kuesioner diserahkan kepada orang tua untuk mengevaluasi perilaku *picky eater* anak berdasarkan pengamatan mereka terhadap kebiasaan makan sehari-hari. Pada waktu yang sama, dilakukan pengukuran antropometri berat badan dan tinggi badan pada anak. Data antropometri

tersebut selanjutnya dihitung menjadi Indeks Massa Tubuh menurut umur (IMT/U) untuk menentukan status gizi anak.

Instrumen

Instrumen pertama terdiri atas kuesioner yang dirancang untuk mengumpulkan data demografi, meliputi nama, usia, dan tingkat pendidikan orang tua, serta nama, usia, dan jenis kelamin anak, di mana seluruhnya diisi oleh orang tua responden.

Instrumen kedua berupa kuesioner yang diadaptasi dari Cerdasari et al. (2017) untuk menilai perilaku makan selektif pada anak. Kuesioner ini dibagi menjadi dua subskala: first, food avoidance, yang mencakup Satiety Responsiveness (SR), Slowness in Eating (SE), dan Food Fussiness (FF) pada pertanyaan nomor 8–15; kedua, food approach, yang meliputi Food Responsiveness (FR) dan Enjoyment of Food (EF) pada pertanyaan nomor 1–7. Setiap item dinilai dengan skala Likert lima poin (1 = tidak pernah, 2 = jarang, 3 = kadang-kadang, 4 = sering, 5 = selalu). Anak dikategorikan sebagai *picky eater* jika skor total food avoidance melebihi food approach, sedangkan skor food approach yang lebih tinggi mengindikasikan anak *non-picky eater*.

Instrumen ketiga fokus pada penilaian status gizi anak prasekolah melalui pengukuran antropometri, yakni berat badan dan tinggi badan. Berat badan dicatat menggunakan timbangan digital dengan ketelitian 0,1 kg, sedangkan tinggi badan diukur dengan stadiometer yang akurasinya mencapai 0,1 cm. Data yang diperoleh kemudian diolah menjadi Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U) sehingga diperoleh nilai IMT/U yang

mencerminkan kategori status gizi sesuai rentang usia.

Sebelum memulai penelitian, peneliti menguji validitas dan reliabilitas terhadap kuesioner. Pengujian validitas ini menggunakan SPSS didapatkan nilai r hitung sebesar $> 0,202$ dan tingkat signifikan sebesar $0.001 < 0.05$ sehingga semua pertanyaan valid dalam kuesioner dan mampu mengukur *picky eater* sehingga dapat digunakan untuk penelitian. Pengujian reliabilitas menggunakan uji Alfa Cronbach dimana nilai r tabel untuk uji reliabilitas didapatkan $0.679 > 0.6$ sehingga semua pertanyaan valid dan reliabel dalam kuesioner dan mampu

mengukur *picky eater* serta bisa digunakan untuk penelitian.

Persetujuan Etik

Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember. Persetujuan diberikan setelah melalui proses telaah etik sesuai standar penelitian yang melibatkan subjek manusia. Nomor surat persetujuan etik yang dikeluarkan adalah 0078/KEPK/FIKES/V/2025 dan penelitian dinyatakan layak secara etik untuk dilaksanakan.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Umum Responden

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Usia		
4 tahun	45	46
5 tahun	53	54
Total	98	100
Kelas		
KB	12	12,3
A1	21	21,4
A2	24	24,5
B1	21	21,4
B2	20	20,4
Total	98	100
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	43	46
Perempuan	55	54
Total	98	100

Temuan dari Tabel 1 memperlihatkan bahwa mayoritas anak berada di usia 5 tahun sebanyak 53 anak (54%) yakni lebih dari setengah jumlah responden. Dilihat berdasarkan kelas, sebagian besar anak berada di kelas A2 sebanyak 24 anak (24,5%) dan frekuensi terkecil anak berada di kelas

KB sejumlah 12 anak (12,3%). Sedangkan jika dilihat dari jenis kelamin, mayoritas anak berjenis kelamin perempuan dengan frekuensi sejumlah 55 anak (54%) dan sisanya berjenis kelamin laki-laki.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Perilaku *Picky Eater*

Perilaku	Frekuensi	Persentase (%)
<i>Picky Eater</i>	22	22,4
Non <i>Picky Eater</i>	76	77,6
Total	98	100

Tabel 2. mempresentasikan bahwa mayoritas anak memiliki perilaku non *picky eater* sebanyak 76 anak (76%) di TK Islam Kodratullah Bondowoso.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Status Gizi pada anak

Status Gizi	Frekuensi	Persentase (%)
-------------	-----------	----------------

Gizi buruk	4	4
Gizi Kurang	12	12,3
Gizi Baik	67	68,4
Berisiko	2	2
Gizi Lebih		
Gizi Lebih	3	3
Obesitas	10	10,3
Total	98	100

Tabel 3. menunjukkan bahwa mayoritas anak memiliki status gizi baik sebanyak 67 anak (68,4%) di TK Islam Kodratullah Bondowoso dan dengan frekuensi terkecil yakni anak dengan resiko gizi lebih sebanyak 2 anak(2%).

Tabel 4. Crosstab dan Uji Spearman Rank

Perilaku <i>Picky Eater</i>	Status Gizi pada Anak Prasekolah							r	P value
	Gizi Buruk	Gizi Kurang	Gizi Baik	Berisiko Gizi Lebih	Gizi Lebih	Obesitas	Total		
<i>Picky Eater</i>	4 (18,2%)	12 (54,5%)	0	2 (9,1%)	1 (4,5%)	3 (13,6%)	22 (100%)	0,437	0,000
Non <i>Picky Eater</i>	0	0	67 (88,2%)	0	2 (2,6%)	7 (9,2%)	76 (100%)		
Total	4 (4%)	12 (12%)	67 (67%)	2 (2%)	3 (3%)	10 (10%)	98 (100%)		

Tabel 4. menunjukkan jika total dari 22 anak (100%) dengan kategori *picky eater* terdapat 4 anak (18,2%) status gizi yang buruk, terdapat 12 anak (54,5%) status gizi yang kurang, terdapat 0 anak (0,0%) status gizi yang baik, terdapat 2 anak (9,1%) status berisiko gizi lebih, terdapat 1 anak (4,5%) status gizi yang lebih, dan terdapat 3 anak (13,6%) status obesitas. Serta total dari 76 anak (100%) yang memiliki kategori non *picky eater* terdapat 0 anak (0,0%) status gizi yang buruk, terdapat 0 anak (0,0%) status gizi yang kurang, terdapat 67 anak (88,2%) status gizi yang baik, terdapat 0 anak

(0,0%) status yang berisiko gizi lebih, terdapat 2 anak (2,6%) status gizi yang lebih, terdapat 7 anak (9,2%) status obesitas. Penelitian ini juga mengungkapkan bahwa terdapat 3 anak *picky eater* (13,6%) yang justru berstatus gizi obesitas, kemungkinan karena preferensi mereka terhadap makanan tinggi kalori dan lemak seperti coklat dan camilan kemasan sehingga pola makannya tidak seimbang. Secara keseluruhan, mayoritas anak *picky eater* menunjukkan status gizi buruk atau kurang, sedangkan anak *non picky eater* lebih sering memiliki status gizi baik.

Berdasarkan uji korelasi Spearman's rho, diperoleh $p = 0,000$ ($< \alpha = 0,05$), sehingga H_0 ditolak dan dapat disimpulkan adanya hubungan signifikan antara perilaku *picky eater* dan status gizi pada anak prasekolah. Koefisien korelasi sebesar $r = 0,437$

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan mengeksplorasi keterkaitan antara perilaku *picky eater* dan status gizi anak, yang diukur menggunakan Indeks Massa Tubuh menurut umur (IMT/U). Dari 98 responden yang dianalisis, ditemukan 22 anak (22,4 %) yang tergolong *picky eater*. Selain itu, terdapat 12 anak berstatus gizi kurang dan 4 anak berstatus gizi buruk. Hasil uji statistik mengungkapkan hubungan yang bermakna antara perilaku *picky eater* dan status gizi ($p = 0,000$), menunjukkan bahwa anak dengan perilaku makan selektif memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan status gizi dibandingkan rekan-rekannya yang tidak *picky eater*.

Hasil ini mendukung pertanyaan dan tujuan awal penelitian, yaitu untuk mengetahui apakah *picky eater* berkaitan dengan status gizi anak. Temuan ini dapat dijelaskan secara ilmiah melalui konsep bahwa perilaku *picky eater* menyebabkan anak cenderung menolak berbagai jenis makanan, terutama makanan bergizi tinggi seperti sayuran, buah, dan sumber protein hewani. Ketika asupan gizi harian tidak terpenuhi, maka kebutuhan tubuh untuk pertumbuhan dan perkembangan terganggu, yang pada akhirnya berdampak pada status gizi anak.

Penafsiran ini diperkuat dengan hasil analisis statistik yang valid serta pengukuran antropometri secara langsung pada anak. Rendahnya status

menunjukkan arah positif dengan kekuatan kaitan sedang. Artinya, semakin tinggi tingkat *picky eating*, semakin besar risiko anak mengalami status gizi kurang; sebaliknya, anak yang tidak *picky eater* cenderung memiliki status gizi baik.

gizi pada anak *picky eater* kemungkinan besar disebabkan oleh rendahnya asupan energi dan zat gizi esensial yang terjadi dalam jangka panjang. Pola makan yang monoton, jumlah makan yang sedikit, dan frekuensi makan yang tidak sesuai kebutuhan turut memperburuk status gizi anak.

Menurut Cerdasari et al., (2022) bahwa perilaku *picky eater* adalah kondisi dimana anak milih-milih makanan, makan lebih lambat, rewel saat makan, dan cepat merasakan kenyang. Faktor ditemukan yang dapat mempengaruhi perilaku *picky eater* pada anak prasekolah yakni seperti faktor kepribadian anak itu sendiri dan tingkat pengetahuan orang tua. Penelitian yang dilakukan oleh Shettiwar & Wade, (2019) mendukung temuan ini bahwa tingginya perilaku *picky eater* dapat dipengaruhi oleh kepribadian makan anak seperti enggan dan takut mencoba makanan baru, cara pemberian makan orang tua juga dapat mempengaruhi perilaku *picky eater* pada anak yakni biasanya orang tua memaksa anaknya untuk makan dan juga sering membatasi konsumsi berbagai jenis makanan tertentu, tingkat pengetahuan orang tua yakni jika pengetahuan ibu rendah akibatnya anak dibebaskan untuk makan makanan pilihan anak seperti snack dan cokelat. Jika hal tersebut dibiarkan terus terjadi maka anak akan menjadi *picky eater*.

Berdasarkan temuan penelitian ini, dapat dibuat kesimpulan jika

sebagian anak prasekolah yang memiliki perilaku *picky eater* dapat disebabkan karena faktor kepribadian anak dan pengetahuan orang tua. kebanyakan anak prasekolah menyukai makanan dengan rasa yang manis dibandingkan buah atau sayuran yang cenderung memiliki rasa asam dan pahit. Temuan ini konsisten dengan pembahasan Purnamasari & Adriani, (2020) bahwa anak kurang menyukai buah dan sayur karena di nilai memiliki rasa yang asam dan pahit sehingga lebih menyukai makanan dengan rasa manis seperti coklat atau permen. Dengan demikian, menunjukkan jika perilaku *picky eater* mempengaruhi pola makan anak yang bisa berdampak buruk, ini karena *picky eater* bisa mengubah cara makan anak.

Studi ini menunjukkan bahwa anak perlu gizi yang baik. Jika kebutuhan gizi anak tidak terpenuhi dengan optimal, dapat timbul berbagai komplikasi, seperti penurunan berat badan, tubuh yang lemas akibat kekurangan energi, berkurangnya nafsu makan, bahkan hingga risiko mengalami obesitas. Temuan ini konsisten dengan temuan dari Wahyuningsih et al., (2024) ketika anak mengalami gizi yang kurang dapat menyebabkan proses tumbuh kembang yang lambat. Maka di usia anak prasekolah yang masih mengalami proses tumbuh kembang sangat membutuhkan nutrisi dan gizi seimbang. Oleh karena itu, penting kecukupan nutrisi dan gizi anak, mengingat anak sedang berada dalam fase pertumbuhan yang sangat cepat.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Heryanto et al. (2023) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan bermakna antara perilaku *picky eater* dengan status gizi pada anak prasekolah. Demikian pula, Hakiki &

Muniroh (2023) menyebutkan bahwa anak dengan perilaku *picky eating* memiliki risiko lebih tinggi mengalami gizi kurang akibat rendahnya variasi dan kualitas asupan makanan. Selain itu, Oktaviani et al. (2021) dalam penelitiannya menegaskan pentingnya pemantauan pertumbuhan dan edukasi gizi kepada ibu pada masa golden age anak. Mereka menyatakan bahwa keterlambatan deteksi status gizi dan kurangnya pemahaman ibu terhadap kebutuhan gizi anak turut berkontribusi pada masalah gizi, termasuk pada anak dengan pola makan terbatas seperti *picky eater*.

Dengan demikian, hasil penelitian ini tidak hanya menjawab tujuan awal penelitian, tetapi juga memberikan interpretasi ilmiah yang didukung oleh data yang valid, serta memperkuat temuan dari sejumlah penelitian sebelumnya. Temuan ini menegaskan pentingnya perhatian orang tua terhadap pola makan anak sejak dini, khususnya dalam mencegah dan menangani perilaku *picky eater* untuk menjaga status gizi yang optimal.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa perilaku *picky eater* berhubungan erat dan bermakna dengan status gizi pada anak prasekolah, diukur melalui Indeks Massa Tubuh menurut umur. Temuan ini menguatkan pemahaman bahwa selektivitas makan dapat menyebabkan ketidakseimbangan asupan nutrisi yang mengakibatkan risiko gizi kurang, sekaligus memperkaya bukti empiris yang ada dengan data lokal dan pengukuran langsung. Kontribusi utama penelitian ini terletak pada peningkatan kemampuan deteksi dini risiko gizi pada masa golden age melalui pengamatan

perilaku makan. Hasilnya menekankan urgensi penyuluhan gizi bagi orang tua dan penerapan skrining pola makan dalam layanan kesehatan anak. Untuk pengembangan selanjutnya, dianjurkan penelitian yang menelaah peran faktor mediasi seperti pola asuh dan kondisi ekonomi keluargaserta uji coba intervensi nutrisi berbasis komunitas untuk menanggulangi dampak picky eating.

DAFTAR PUSTAKA

- Andayani, R. P., & Afnuhazi, R. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Pada Balita. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 5(2), 41–48. <https://doi.org/10.36984/jkm.v5i2.309>
- Asmarasari, B., & Astuti, retno sunu. (2019). Analisis Perilaku Ibu dalam Memberikan ASI Eksklusif di Kota Semarang (Studi Kasus Puskesmas Genuk). *Journal of Public Policy and Management Review*, 8(4), 267–279.
- Cerdasari, C., Hadisuyitno, J., Sutjiati, E., & Adelina, R. (2022). *Picky Eater*, Asupan Makan, Dan Status Gizi Pada Anak Prasekolah. *Medika Respati: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 17(2), 75–82.
- Hakiki, M. I. K., & Muniroh, L. (2023). Hubungan Perilaku *Picky Eater* dengan Status Gizi pada Anak Usia Dini. *Indonesian Journal of Early Childhood: Jurnal Dunia Anak Usia Dini*, 7(1), 131–142. <https://doi.org/10.35473/ijec.v7i1.3484>
- Heryanto, M. L., Amelia, P. B., & Mulyati, L. (2023a). Perilaku *Picky Eater* Dengan Status Gizi Pada Anak Prasekolah. *Jurnal Pemberdayaan Dan Pendidikan*, 4(01), 46–55.
- Heryanto, M. L., Amelia, P. B., & Mulyati, L. (2023b). Perilaku *Picky Eater* Dengan Status Gizi pada Anak Prasekolah. *Clinical Pediatrics*, 4(1), 45–55. <https://doi.org/10.1177/000992280604500417>
- Oktaviani, E., Feri, J., Susmini, S., & Soewito, B. (2021). Deteksi Dini Tumbuh Kembang dan Edukasi pada Ibu tentang Status Gizi Anak pada Periode Golden Age. *Journal of Community Engagement in Health*, 4(2), 319–324. <https://doi.org/10.30994/jceh.v4i2.146>
- Purnamasari, A. R., & Adriani, M. (2020). Hubungan Perilaku *Picky Eater* Dengan Tingkat Kecukupan Protein dan Lemak Pada Anak Prasekolah. *Media Gizi Indonesia*, 15(1), 31. <https://doi.org/10.20473/mgi.v15i1.31-37>
- Shettiiwar, S., & Wade, M. (2019). Correlates of picky eating behaviour in children and its effect on growth. *International Journal of Contemporary Pediatrics*, 6(6), 2444–2449.
- Timur, C. J., Irianto, S. E., & Rahayu, D. (2023). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Pada Balita Di Kabupaten Lampung Utara. *JPKM: Jurnal Profesi Kesehatan Masyarakat*, 4(2), 85–93. <https://doi.org/10.47575/jpkm.v4i2.491>
- Wahyuningsih, S., Anggraini, M. L., & Rosa, A. F. (2024). Hubungan Perilaku *Picky Eater* Dengan Status Gizi Pada Anak Usia Pra Sekolah. *Ensiklopedi*, 6(4), 114–122.

