

**PERILAKU PEMBERIAN MAKAN ORANG TUA PADA BALITA : REVIEW LITERATUR**  
***PARENT’S FEEDING BEHAVIOUR ON CHILDREN : LITERATURE REVIEW***

**Firnaliza Rizona**

Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Sriwijaya

Email: [firnalizarizona@gmail.com](mailto:firnalizarizona@gmail.com)

**Abstrak**

Masalah gizi merupakan problematika kesehatan masyarakat yang penanggulangannya tidak dapat dilakukan dengan pendekatan medis dan pelayanan kesehatan saja. Peran orang tua sangat penting terutama bagi balita yang masih membutuhkan bantuan dalam memenuhi kebutuhan nutrisinya. Perilaku pemberian makan oleh orang tua yang tidak sesuai, baik dari jenis makanan yang diberikan maupun cara pemberian makan juga akan berdampak pada nutrisi anak. Penulisan ini bertujuan untuk mengetahui perilaku pemberian makan orang tua pada balita yang sering menimbulkan permasalahan nutrisi pada anak baik kelebihan maupun kekurangan nutrisi. Sumber artikel yang digunakan menggunakan pencarian melalui *Google Scholar*, *Cinahl*, *Science direct*, *Pubmed*, *Ebsco*, dan *Proquest* mulai tahun 2005 sampai dengan 2018. Setelah didapatkan, kemudian dilakukan penilaian artikel sampai tahap pembuatan literature review. Hasil penelusuran menunjukkan bahwa perilaku pemberian makan ibu dimulai dari persepsi ibu tentang status nutrisi anak. Ibu mampu mendeteksi kelainan nutrisi pada anak khususnya obesitas dan kekurangan gizi, namun tidak mampu untuk status *overweight*. Gaya pemberian makan orang tua yang bersifat permisif membuat anak terus mendapatkan apa yang ia ingin konsumsi tanpa orang tua menyadari bahwa makanan yang dimakan tidak mengandung gizi yang seimbang. Upaya untuk memberikan makanan pada anak dengan cara yang baik, tidak memaksa, walaupun anak dalam keadaan menangis, menolak atau sulit makan akan memberikan dampak positif terhadap keadaan gizi.

**Kata Kunci:** Balita, Nutrisi, Orang tua, Perilaku, Pemberian makan.

**Abstract**

*Nutritional problems were a public health problem which cannot be solved only by medical approaches and health services. The role of parents was very important, especially for children who still need assistance in completing their nutritional needs. Inappropriate feeding behavior by parents, both from the type of food providing and the method of feeding will also have an impact on children's nutrition. This study aims to determine the parents feeding behavior on children which often cause nutrition problems in children both excess and lack of nutrition. The source of the article was using a search through Google Scholar, Cinahl, Science direct, Pubmed, Ebsco, and Proquest from 2005 to 2018. After being obtained, then the article was reviewed until become literature review. The search results showed that the mother's feeding behavior beginning from the mother's perception of the child's nutritional status. Mother is able to detect nutritional abnormalities in children especially obesity and malnutrition, but is unable to overweight status. The permissive parenting style made the child always get what they want to consume without the parents realizing that the food does not contain balanced nutrition. Efforts to provide food for children in a better way, not coercive, even though the child was crying, refusing or having difficulty eating will have a positive impact on nutritional conditions*

**Key words :** Behaviour, Children, Feed, Nutrition, Parent

**PENDAHULUAN**

Masalah gizi adalah masalah kesehatan masyarakat yang penanggulangannya tidak dapat dilakukan dengan pendekatan medis dan pelayanan kesehatan saja. Peran orang tua sangat dibutuhkan dalam pemberian

makan balita yang ditunjukkan melalui perilaku pemberian makan terhadap anak. Asupan makan yang sehat merupakan hal yang sangat penting bagi manusia terutama bagi balita. Masa balita adalah masa kritis, maka kebutuhan nutrisinya haruslah seimbang baik dalam jumlah ( porsi) maupun

kandungan gizi (Sutomo & Anggraini, 2010). Akan tetapi, anak usia balita belum mampu memenuhi kebutuhan gizinya secara mandiri oleh dirinya sendiri.. Balita masih bergantung pada orang tuanya dalam hal asupan gizi. Gizi yang baik dan seimbang akan memberikan dampak yang positif bagi perkembangan dan pertumbuhan anak serta nutrisi anak.

Perilaku pemberian makan oleh orang tua saat ini sering tidak memperhatikan asupan nutrisi yang tepat bagi anak, hal ini dimulai dari persepsi orang tua yang tidak tepat tentang status nutrisi anak. Upaya untuk memberikan makanan pada anak dengan cara yang baik, tidak memaksa, walaupun anak dalam keadaan menangis, menolak atau sulit makan akan memberikan dampak positif terhadap keadaan gizi.

Anak-anak yang selalu diusahakan untuk tetap menghabiskan makanan walaupun menangis dan menolak makanan yang diberikan, keadaan gizinya lebih baik dibandingkan dengan mereka yang tidak diperhatikan atau ditinggalkan saja. Penelitian lain menunjukkan bahwa status gizi anak juga dipengaruhi oleh strategi orangtua saat pemberian makan tersebut (Ventura, 2008).

Dari paparan diatas maka penulis ingin mengidentifikasi perilaku pemberian makan orang tua kepada balitanya dan kaitannya terhadap status nutrisi balita tersebut.

## METODE

Metode penulisan yang dipergunakan dalam pembuatan *Literature review* dimulai dengan pemilihan topik permasalahan lalu ditentukan *keyword* dalam pencarian jurnal melalui beberapa *database* seperti *Google Scholar*, *Cinahl*, *Science direct*, *Pubmed*, *Ebsco*, dan *Proquest*. Pencarian dibatasi untuk artikel *Free Full Text* antara tahun 2005-2018. Kata kunci yang digunakan adalah Balita, Nutrisi, Orang tua, Perilaku, Pemberian makan serta dalam bahasa Inggris yaitu *Behaviour*, *Children*, *Feed*, *Nutrition*, *Parent*.

Artikel yang dipilih untuk dilakukan *review* adalah yang sesuai dengan kriteria. Kriteria dalam *literature review* ini yaitu Perilaku pemberian makan oleh orang tua kepada balita yang dapat berhubungan dengan dampak pada status nutrisi anak. Pencarian menggunakan *keyword* diatas ditemukan 25 artikel. Berdasarkan kriteria yang telah didapatkan diperoleh 7 artikel yang akan dilakukan *review*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan artikel yang ditelaah dapat diketahui bahwa perilaku orang tua dalam pemberian makan pada anak merupakan seperangkat tingkah laku yang digunakan orangtua supaya anak mau melakukan suatu hal tertentu, dalam hal ini untuk mengontrol perilaku makan anak (Hoerr *et al.*, 2009). Orang tua adalah *gatekeeper* pada pola makan anak yang juga sebagai role model untuk perilaku makan anak (Moore, 2005).

Faktor sosial ekonomi dan persepsi ibu terhadap status nutrisi yang normal akan mempengaruhi perilaku ibu dalam memberikan makan pada anak yang secara tidak langsung akan berdampak pada perilaku makan anak dan asupan nutrisi yang akan diterima oleh anak. Ibu mampu mendeteksi kelainan nutrisi pada anak khususnya obesitas dan kekurangan gizi, namun tidak mampu untuk status *overweight*. Hampir semua anak dengan status nutrisi *overweight* diasumsikan oleh orang tua memiliki berat badan yang normal (Rivera-soto & Rodríguez-figueroa, 2012). Jika orang tua tidak mampu mengevaluasi pertumbuhan anak dengan tepat maka perilaku pemberian makan ibu akan menyebabkan berat badan anak yang lebih tidak terkontrol serta menuju pada status gizi obesitas yang di masa depan yang akan berdampak buruk bagi kesehatan anak itu sendiri.

Menurut Jansen *et al* (2012) dalam penelitiannya yang berjudul *Children's eating behavior, feeding practices of parents and weight problems in early childhood: results from the population-based*

*Generation R Study* bahwa perilaku orang tua dalam memberikan makan pada anak memiliki hubungan yang bermakna terhadap berat badan anak khususnya pada aspek *food responsiveness* anak terhadap makanan yaitu OR sebesar 2.17 untuk anak yang obese dan OR sebesar 1.56 pada anak yang *overweight*. Penelitian yang dilakukan di negara Belanda tersebut melihat hubungan perilaku makan anak yang dinilai dengan dua kuesioner yaitu *Child Eating Behaviour Questionnaire (CEBQ)* dan *Child Feeding Questionnaire (CFQ)*.

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh *University of Sheffield* menunjukkan bahwa perilaku pemberian makan oleh orang tua meliputi monitoring, penekanan untuk makan, dan pembatasan saat makan dimana ada tidaknya pembatasan terhadap makan balita memiliki hubungan yang besar terhadap berat badan anak (Clark *et al*, 2007). Pada penelitian ini menunjukkan bahwa peran orang tua sangat berperan dalam membentuk pola makan anak yang nantinya akan berpengaruh pada status nutrisi anak.

Hal ini juga didukung oleh penelitian bahwa orang tua pun tidak menyadari bahwa perilaku mereka dalam pemberian makan anaknya juga dapat mempengaruhi status nutrisi anaknya. Hal ini ditegaskan Gubbels *et al* (2011) dalam penelitiannya yang didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang positif antara perilaku orang tua dalam pemberian makan pada anak dengan status nutrisi. Namun, perilaku orang tua dalam pemberian makan tergantung pada masing-masing karakteristik anak (perilaku makan anak).

Perilaku orang tua dalam pemberian makan pada anak mempengaruhi masukan nutrisi pada anak dengan menciptakan lingkungan makan dalam keluarga, selain itu juga menentukan jenis makanan, porsi makanan, dan waktu makan yang berefek pada kebiasaan makan anak (Johnson & Birtch, 1994 cit Geng *et al.*, 2008).

Berdasarkan penelitian Moens, *et al.* (2007)

bahwa keluarga dengan anak yang *overweight* lebih banyak yang melakukan gaya pemberian makan permisif selain itu orang tua sering tidak melakukan pengontrolan terhadap pemberian makan dibanding keluarga dengan anak yang tidak *overweight*. Lain halnya dengan orang tua dengan status nutrisi anak baik atau normal, orang tua lebih menunjukkan gaya pemberian makan yang bersifat autoritatif yaitu orang tua cenderung menghargai pendapat anak namun tetap mampu memantau makanan yang baik untuk diberikan pada anak.

Penelitian Moore (2005) memperlihatkan bahwa orang tua sering memaksa anak untuk tetap makan meskipun anak sudah tidak mau makan, dan sering diiringi dengan kekerasan dan ancaman. Secara khusus perilaku ibu dalam pemberian makanan sangat berperan dalam membentuk pola konsumsi pangan dalam keluarga.

Tidak hanya di negara luar, di Indonesia pun hasil penelitian Rahardjo dkk (2007) menunjukkan adanya hubungan antara pola asuh ibu dengan status gizi balita di Kabupaten Banyumas. Penelitian ini menunjukkan 42% ibu mempunyai pola asuh makanan yang kurang baik, sebanyak 77% ibu mempunyai keterpaparan informasi yang kurang baik. Pola asuh pemberian makanan dan kurangnya paparan informasi akan menyebabkan konsumsi makanan kurang bervariasi. Selain itu, interaksi orang tua dan anak sangat mempengaruhi perilaku makan anak (Kumar, 2012).

Menyikapi bagaimana sebaiknya peran orang tua dalam pemberian makan anaknya, seharusnya orang tua benar-benar memperhatikan proses pemberian makan anak. Tidak hanya ketika proses proses pemberian makan pada anak, tetapi juga bagaimana orang tua mampu mempersiapkan makanan dengan baik yang dimulai dari jenis makanan dan porsi yang tepat untuk anaknya. Lalu bagaimana kemampuan orang tua untuk dapat membina hubungan yang baik selama proses pemberian makanan pada anak meliputi cara

orang tua memotivasi dan berespon terhadap respon anak ada makanan yang diberikan.

Saat ini dampak pada status nutrisi yang ditimbulkan pada anak akibat pemberian makan oleh orang tua yang tidak tepat, ternyata tidak menjadikan orang tua untuk merubah perilaku pemberian makan pada balita. menurut Tucker (2006) orang tua tidak merasa khawatir ketika anaknya mengkonsumsi makanan yang tidak sehat walaupun mereka sudah mendapatkan edukasi tentang makanan yang sehat bagi *toddler*.

## KESIMPULAN

Perilaku orang tua dalam pemberian makan pada anak mempengaruhi masukan nutrisi dan kebiasaan makan pada anak serta dapat mempengaruhi status nutrisi anak baik menjadi gizi kurang, gizi normal maupun gizi berlebih. Orang tua selayaknya memahami kondisi nutrisi anak saat ini dan mengantisipasi bagaimana cara pemberian makan yang tepat bagi anaknya sesuai karakteristik anak masing-masing sehingga asupan nutrisi anak bisa terpenuhi dengan baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Clark, H. R., Goyder, E., Bissell, P., Blank, L., & Peters, J. (2007). How do parents' child-feeding behaviours influence child weight? Implications for childhood obesity policy. *Journal of public health*, 29(2), 132-141
- Geng, G., Zhu, Z. Tanaka, T. Ando, D. Sato, M., & Yamagata, Z. (2008). Confirmatory factor analysis of the Child Feeding Questionnaire (CFQ) in Japanese elementary school children. *Appetite*. 52 : 8-14.
- Gubbels, J.S., Stef,P.J., Stafleu,A. Vries, S.I, Goldbohm, R.S., & Dagneli, P.C. (2011). Association Between Parenting Practices and Children's Dietary Intake, Activity Behaviour and Development of Body Mass Index

: The KOALA. *International Journal of Behavioral Nutrition And Physical Activity* 2011, 8: 18.

- Hoerr, S.L., Hughes, S.O., Fisher, J.O., Nicklas, T.A., Liu, Y., & Shechuk., R.M. (2009). Association among parental feeding styles and children's food intake in families with limited income. *International Journal of Behavioral Nutrition and Psycal Activity*. 6 :55.
- Jansen, P., Roza, S., Jaddoe, V., Mackenbach,J., Raat, H., Hofman, A.,Verhulst, F., & Tiemeier, H. (2012). Children's eating behavior, feeding practices of parents and weight problems in early childhood: results from the population-based Generation R Study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 9:130.
- Kumar, A. (2012). Factors associated with obesity in children. *International Journal of Human Science*. Vol.9 (2), 805-814.
- Moens E, Braet C, Soetens B. (2007). Observation of family functioning at mealtime: a comparison between families of children with and without overweight. *J Pediatr Psychol*. 32:52-63
- Moore, J.B., Pawloski, L., Baghi, H., Whitt, K., Rodriguez, C., Lumbi, L., & Bashatah, A. (2005). Development and examination of psychometric properties of self-care instruments to measure nutrition practices for English and Spanish-speaking adolescents. *Self-care and dependent care nursing*, 13 (1) :9-1.
- Rahardjo, S, Kuswanto, Aprilianingrum,F. (2007). Pemodelan Kuantitatif Untuk Analisis Hubungan Pola Asuh Dengan Status Gizi Balita di Kabupaten Banyumas (Studi Pada Kasus Gizi Kurang dan Gizi Buruk). *Jurnal*

*Jurusan Kesehatan Masyarakat,  
Fakultas Kedokteran dan Ilmu-Ilmu  
Kesehatan, Universitas Jenderal  
Soedirman, Purwokerto.*

- Rivera-soto, W. T., & Rodríguez-figueroa, L. (2012). Childhood Obesity among Puerto Rican Children : Discrepancies Between Child ' s and Parent ' s Perception of Weight Status, 1427–1437. doi:10.3390/ijerph9041427
- Sutomo, B & Anggraini, D.Y. (2010). *Menu Sehat Alami Untuk Balita*. Jakarta: Agro media Pustaka.
- Tucker, P., Irwin, J.D., Meizi, H.E., Bouck, M.S., & Pollet, G. (2006). Preschooler's dietary behavior : parent's perspective. *Canadian Journal of Dietetic Practice and Research*, 67 (2), 67-71.
- Ventura, A. K., & Birch, L. L. (2008). Does parenting affect children's eating and weight status?. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 5(1)

