

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengertian *picky eater*

Picky eater didefinisikan sebagai anak yang suka memilih milih makanan atau hanya mau mengonsumsi makanan yang itu itu saja. *Picky eater* sebenarnya merupakan gejala umum pada anak-anak, sehingga orangtua tidak perlu terlalu khawatir. Tetapi, kalau berlangsung relatif lama, *picky eater* bisa mengakibatkan anak kekurangan energi dan zat-zat gizi yang dibutuhkannya (Muthohiroh, 2021).

Picky eater adalah anak yang susah makan atau hanya suka makanan jenis tertentu saja. Kesulitan makan (*picky eater*) adalah perilaku anak tidak mau atau menolak untuk makan, atau mengalami kesulitan mengonsumsi makanan atau minuman dengan jenis dan jumlah sesuai usia secara fisiologis (alamiah dan wajar), yaitu mulai dari membuka mulutnya tanpa paksaan, mengunyah, menelan, hingga sampai terserap di pencernaan secara baik tanpa paksaan dan tanpa pemberian vitamin dan obat tertentu (Muthohiroh, 2021).

B. Jenis – jenis *picky eater*

Terdapat 7 jenis *picky eater* pada anak menurut (Henry, 2016) :

1. *The veggie hater.*

Anak dengan tipe *the veggie hater* biasanya menolak mengonsumsi sayuran, dalam segi nutrisi sayuran banyak mengandung vitamin serta mineral yang diperlukan agar pertumbuhan serta perkembangan anak. Selain itu sayuran juga dapat meningkatkan kondisi sel tubuh, membantu penyembuhan luka, melindungi mata, kulit dan tulang, juga membantu menghindari tubuh dari infeksi serta penyakit. Sayur juga mengandung serat yang sangat berperan dalam proses pencernaan makanan dan membantu menstabilkan kadar gula dalam darah.

2. *The one-color kid.*

Anak dengan tipe *the one-color kid* hanya akan mengonsumsi makanan dengan satu warna saja atau putih (roti, keju, pasta, susu, nasi, kentang). Anak menjadi tidak mendapatkan nutrisi dari berbagai jenis makanan. Dan pada kebanyakan kasus, anak juga menolak untuk mengonsumsi kembang kol meskipun memiliki warna yang sama. Makanan yang disukai anak dengan tipe ini tidak banyak mengandung serat sehingga resiko konstipasi dan kekurangan zat gizi pada anak meningkat.

3. *The fast-food friend.*

Anak dengan tipe *fast-food friend* hanya akan memakan makanan fast food seperti nugget, kentang goreng, pizza, dan burger. Sementara makanan cepat saji memiliki lemak jenuh, sodium, gula, dan hanya sedikit vitamin serta mineral. Sehingga tidak baik jika dikonsumsi secara berlebihan dan terus-menerus.

4. *The texture tyrant.*

Anak dengan tipe *the texture tyrant* hanya akan memakan pangan yang mempunyai tekstur lembut serta lunak, serta selalu menolak makanan dengan tekstur kasar seperti daging. Anak yang menghindari makanan dengan tekstur akan membatasi asupan protein, serat dan vitamin.

5. *The carbo loader.*

Anak dengan tipe *the carbo loader* hanya akan mengonsumsi makanan seperti roti, pasta, biscuit, atau keripik kentang. Ia selalu menolak jika diberikan makanan sehat oleh orang lain. Anak membutuhkan karbohidrat untuk melakukan aktivitasnya sehari-hari. Namun tidak semua karbohidrat memiliki kandungan yang sama. Karbohidrat kompleks seperti roti gandum, sereal, dan beberapa jenis buah seperti sayur, memiliki kandungan serat dan membutuhkan waktu dicerna dalam tubuh hingga si kecil tak mudah merasa lapar. Namun, karbohidrat sederhana seperti roti tawar dan kue, memiliki kandungan gula yang lebih banyak dan sedikit zat gizi.

6. *The stuck in a rut child.*

Anak dengan tipe *the stuck in a rut child* hanya akan mengkonsumsi satu jenis makanan saja di saat pagi, siang, malam hari pada saat makan. Pada kebanyakan kasus, anak hanya mau mengkonsumsi satu jenis mie atau telur, serta menolak untuk mencoba makanan baru.

7. *The no fruit kid.*

Pada buah yang memiliki banyak vitamin serta mineral yang diperlukan oleh badan anak, namun anak dengan tipe *the no fruit kid* menolak ketika diberikan buah-buahan. Tidak hanya buah yang memiliki rasa asam atau putih, namun juga buah yang memiliki rasa manis.

C. Karakteristik anak yang mengalami *picky eater*.

Karakteristik anak yang mengalami *picky eater* adalah menolak dan menumpahkan makanan, menepis suapan dari orangtua, tidak suka berbagai jenis pangan, makan dengan waktu yang lama serta tidak tertarik pada makanan, anak suka untuk mumuntahkan atau membuang-buang makanan yang telah ada di mulut, benar-benar menolak untuk memakan makanan ke mulut atau menutup mulut rapat-rapat (Judarwanto, 2009).

D. Faktor-faktor melatar belakangi *picky eater*

1. Faktor Anak

Faktor anak yang mempengaruhi *picky eater* menurut Dorfman (2008) :

- a. Nafsu Makan *Picky eater* pada anak yang disebabkan oleh hilangnya nafsu makan dapat terjadi mulai dari tingkat yang ringan hingga yang berat. Gejala ringan dapat berupa kurangnya nafsu makan, pada anak terlihat dari minum susu botol yang sering sisa, mengeluarkan atau menyembur-nyemburkan makanan, dan waktu minum ASI yang singkat, sedangkan gejala berat tampak dalam bentuk anak menutup mulutnya rapat-rapat atau menolak makan dan minum susu sama sekali. Hilangnya nafsu makan pada anak dapat terjadi karena gangguan saluran cerna, penyakit infeksi akut atau kronis, seperti TBC dan cacangan, alergi makanan dan sebagainya.

- b. Kondisi Psikologis Terdapat banyak faktor psikologi yang memengaruhi nafsu makan. Menurut Illingworth anak yang sedang merasa tidak bahagia, sedih, depresi atau merasa tidak nyaman dapat mengalami gangguan nafsu makan. Selain itu, penelitian menunjukkan bahwa mood ketika stres berperan pada rendahnya variasi makanan dan kecenderungan terhadap rasa manis.
- c. Kondisi Fisik Kondisi fisik yang menyebabkan anak menjadi *picky eater* yaitu karena adanya keterbatasan fisik, terutama organ-organ pencernaannya. Keterbatasan fisik dapat ditandai dengan ketidaknormalan pada sistem saluran cerna, di antaranya yaitu gangguan penyerapan atau gangguan enzim sehingga nutrisi tidak terserap dengan baik. Beberapa gangguan saluran cerna yang biasa dialami yaitu alergi makanan, celiac, reflux, kolik, pancreaticinsufficiency, diare, hepatitis, sirosis, bibir sumbing, dan sebagainya. Hal itu menyebabkan anak akan merasa tidak nyaman dan cenderung menolak makan sehingga menyebabkan resiko tinggi untuk gizi buruk.
- d. Interaksi Ibu-Anak Interaksi ibu dan anak merupakan hal penting dalam proses makan. Interaksi yang positif seperti kontak mata, komunikasi dua arah, pujian, dan sentuhan, dan interaksi negatif seperti memaksa makan, membujuk, mengancam, dan perilaku yang mengganggu anak (melemparkan makanan) dapat berpengaruh terhadap nafsu makannya. Makan merupakan proses yang kompleks dan dinamis, bukan sekedar koordinasi gerak beberapa otot tetapi juga interaksi yang efektif antara pengasuh, anak, dan lingkungan. Masalah makan bisa menjadi indikator kesulitan emosi antara anak dan orang tua khususnya ibunya. Selain itu, Klesgesetal dalam Oliveria menemukan bahwa interaksi orang tua yang mendorong anaknya untuk makan mempunyai hubungan yang kuat pada perilaku makan dan berat badan anak.

2. Faktor Orang Tua

a. Kurang bervariasinya makanan yang diberikan orang tua Satu penyebab *picky eater* adalah karena kurang bervariasinya makanan yang diperkenalkan kepada anak (Damayanti, 2010).

b. Pemberian ASI Eksklusif

Perilaku *picky eater* dibentuk karena anak terlalu dini mengenal makanan. Anak yang mengkonsumsi ASI cenderung tidak *picky* karena anak telah terbiasa dengan variasi rasa melalui ASI. Sebuah penelitian mengungkapkan semakin lama ibu menyusui anaknya, maka semakin rendah mereka memaksa anaknya makan pada usia satu tahun. Perilaku positif dari menyusui tersebut dapat mengurangi terjadinya *picky eater* pada anak (Piazza & Hernandez, 2004).

c. Perilaku Makan Orang Tua

Kebutuhan nutrisi balita dalam pemenuhannya masih bergantung kepada orang lain, khususnya ibu atau pengasuh karena balita merupakan golongan consumer semipasif/semiaktif (Soediby, 2008). Hasil studi menunjukkan secara kuat asupan gizi berhubungan dengan ibu dan anak dibandingkan antara ayah dan anak. pada anak prasekolah kebiasaan makan orang tua mempunyai dampak terhadap asupan gizi anak (Olivera, 2008). Penelitian menunjukkan bahwa anak perempuan yang *picky eater* mempunyai ibu dengan variasi asupan sayuran yang rendah (Galloway, 2003). Pengasuh anak dengan karakteristik tertentu mempunyai dampak positif pada keadaan gizi anak. Ibu dan anak yang bergizi baik, merupakan ibu yang terampil mengurus anak, sabar, dan tampak dewasa dibandingkan ibu dari kelompok dengan anak bergizi rendah (UNICEF, 2008).

d. Pendidikan Orang tua

Pendidikan gizi merupakan suatu proses merubah pengetahuan, sikap dan perilaku orang tua atau masyarakat untuk mewujudkan dengan status gizi yang baik. Pendidikan berarti bimbingan yang diberikan seseorang terhadap perkembangan orang lain menuju kearah cita-cita tertentu yang menentukan manusia untuk berbuat dan mengisi

kehidupan untuk mencapai keselamatan dan kebahagiaan. Pendidikan diperlukan untuk mendapat informasi misalnya hal-hal yang menunjang kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup. Menurut YB Mantra pendidikan dapat mempengaruhi seseorang termasuk juga perilaku seseorang akan pola hidup terutama dalam memotivasi untuk sikap berperan serta dalam pembangunan (Wawan, 2010). Ibu yang mempunyai pendidikan lebih tinggi akan lebih kreatif dan terampil dalam memberikan makanan pada anak. Ibu biasanya mampu untuk membuat makanan menjadi menarik bagi anaknya. Selain itu ibu dengan pendidikan yang lebih tinggi memudahkan untuk menerima informasi terutama tentang informasi-informasi tentang kuliner bagi anak dan menerapkannya pada anak.

e. Pengetahuan ibu

Salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku dan sikap ibu dalam pemilihan makan balita adalah pengetahuan tentang gizi. Pengetahuan ibu tentang gizi dipengaruhi oleh berbagai faktor, diantaranya usia, pendapatan, pendidikan, dan pekerjaan. Pengetahuan ibu dapat menentukan perilaku dan sikap dalam pemilihan makanan baik itu jenis, jumlah, serta frekuensi yang dikonsumsi balita. Selain itu, pengetahuan tentang gizi yang wajib ibu diketahui adalah kebutuhan gizi balita, jadwal pemberian, dan cara pemberian makan kepada balita sehingga tumbuh kembang anak dapat berjalan optimal (Supriasa, 2015).

E. Dampak *picky eater*

Picky eater adalah tahap yang biasa terjadi pada pertumbuhan anak yang tidak sering menciptakan gangguan kesehatan ataupun sosial. Namun *picky eater* yang berlebihan dan ekstrem dapat berakibat buruk, seperti kegagalan dalam tahapan tumbuh kembang, penyakit kronis, dan jika tidak ditangani dapat menyebabkan kematian (Manikan & Perman, 2000).

Picky eater akan mempengaruhi keadaan kesehatan gizi melalui tingkat konsumsi makan anak. Anak akan cenderung memilih makanan yang disukainya

dan nafsu makan mulai terjadi penurunan. Anak *picky eater* tidak mau berbagai kelompok makanan, yang paling banyak sayuran, buah, dan kacang. Asupan pada anak-anak yang menolak sayuran dan buah-buahan sering terjadi defisiensi vitamin, sedangkan pada anak yang menolak minum susu atau daging biasanya kekurangan protein, zink, dan zat besi (Chatoor, 2009).

Asupan nutrisi anak dengan *picky eater* hampir sama dibandingkan dengan anak *non-picky eater*. Tetapi bagaimanapun juga terdapat perbedaan antara kedua kelompok ini. *Picky eater* mengkonsumsi lebih sedikit makanan yang mengandung vitamin E, vitamin C, asam folat serta serat, disebabkan karena rendahnya tingkat konsumsi buah dan sayuran dibandingkan dengan anak *non-picky eater*. Tingkat asupan nutrisi yang rendah ini dapat menyebabkan kerusakan sel, imunitas yang lemah, dan masalah pencernaan. Masalah pencernaan dapat menyebabkan bertambah parahnya perilaku *picky eater* melalui asosiasi bahwa makanan yang dimakan oleh anak mengakibatkan masalah pencernaan tersebut (Dovey dkk, 2008).

Picky eater juga dapat menyebabkan kurangnya mikro dan makronutrien yang pada akhirnya mengganggu perkembangan fisik yang dilihat dengan berat badan serta tinggi badan tidak mencukupi ataupun sulit untuk menambah berat badan serta masalah perkembangan kognitif (Judarwanto, 2009).

F. Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia, yaitu: indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui pendidikan, pengalaman orang lain media massa maupun lingkungan (Notoatmodjo, 2010).

Pengetahuan itu sendiri dipengaruhi oleh faktor pendidikan formal. Pengetahuan sangat erat hubungannya dengan pendidikan, dimana diharapkan bahwa dengan pendidikan yang tinggi maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya. Akan tetapi perlu ditekankan, bukan berarti seseorang yang berpendidikan rendah mutlak berpengetahuan rendah pula. Hal ini mengingat bahwa peningkatan pengetahuan tidak mutlak diperoleh dari pendidikan non formal

saja, akan tetapi dapat diperoleh melalui pendidikan non formal (Wawan dkk, 2010).

Pengetahuan seseorang tentang suatu objek mengandung dua aspek yaitu aspek positif dan aspek negatif. Kedua aspek ini yang akan menentukan sikap seseorang, semakin banyak aspek positif dan objek yang diketahui, maka akan menimbulkan sikap makin positif terhadap objek tertentu. Menurut teori WHO (World Health Organization) salah satu bentuk objek kesehatan dapat dijabarkan oleh pengetahuan yang diperoleh dari pengalaman sendiri.

Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (overt behavior). Dari pengalaman dan penelitian ternyata perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan.

Menurut Notoatmodjo (2010) yang mengemukakan bahwa pengetahuan seseorang terhadap objek mempunyai intensitas atau tingkat yang berbeda-beda. Secara garis besarnya dibagi dalam 6 tingkatan pengetahuan, yakni:

1. Tahu (*Know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk dalam pengetahuan, tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) sesuatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh karena itu, tahu ini merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari antara lain menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, menyatakan dan sebagainya.

2. Memahami (*Comprehension*)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan, dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari.

3. Aplikasi (*Application*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi real (sebenarnya). Aplikasi ini dapat

diartikan sebagai aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.

4. Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah kemampuan seseorang untuk menjabarkan dan atau memisahkan, kemudian mencari hubungan antara komponen-komponen yang terdapat dalam suatu masalah atau objek yang diketahui. Indikasi bahwa pengetahuan seseorang itu sudah sampai pada tingkat analisis adalah apabila orang tersebut telah dapat membedakan, atau memisahkan, mengelompokkan, membuat diagram terhadap pengetahuan atas objek tersebut.

5. Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis menunjukkan suatu kemampuan seseorang untuk merangkum atau meletakkan dalam suatu hubungan yang logis dari komponen-komponen pengetahuan yang dimiliki. Dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada.

6. Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu objek tertentu. Penilaian ini dengan didasarkan pada suatu kriteria yang ditemukan sendiri atau norma- norma yang berlaku dimasyarakat.

Pengetahuan merupakan hasil tahu dan ini terjadi setelah melakukan pengindraan terhadap suatu obyek tertentu. Pengindraan tersebut sebagian besar berasal dari penglihatan dan pendengaran, dapat dijelaskan bahwa pengetahuan diperoleh dari berbagai sumber, misalnya lewat media massa, media elektronik, buku petunjuk, media poster, petugas kesehatan, kerabat dekat dan sebagainya.

Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Apabila penerimaan perilaku baru didasari oleh pengetahuan, kesadaran dan sikap yang positif, maka perilaku tersebut akan bersifat langgeng. Sebaliknya apabila tidak didasari oleh pengetahuan dan kesadaran maka tidak akan langsung lama. Pengukuran atau penilaian pengetahuan pada umumnya dilakukan melalui tes atau wawancara dengan alat bantu kuesioner berisi materi yang akan diukur dari responden.

Menurut Arikunto (2010) pengetahuan seseorang dapat diketahui dan diinterpretasikan dengan skala yang bersifat kualitatif yaitu :

$$\text{Rumus : } IP = \frac{A}{N} \times 100$$

Keterangan :

A : Jumlah jawaban benar

N : Jumlah soal

Kategori penilaian sebagai berikut :

1. Baik : Hasil presentase 76% - 100%
2. Cukup : Hasil presentase 55% - 75%
3. Kurang : Hasil presentase < 55%

G. Status Gizi

1. Status Gizi

Status gizi adalah keadaan tubuh akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi yaitu konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Seseorang yang memperoleh zat-zat gizi yang cukup dan digunakan secara efisien akan memperoleh status gizi yang optimal. Defisiensi zat gizi makro meliputi kekurangan karbohidrat, protein, dan lemak berdampak dalam waktu singkat Sementara defisiensi zat gizi mikro seperti kekurangan vitamin dan mineral dan berdampak dalam waktu yang lama (Almatsier, 2011).

2. Penilaian Status Gizi

Penilaian status gizi adalah interpretasi dari data yang didapatkan dengan menggunakan berbagai metode untuk mengidentifikasi populasi atau individu yang beresiko atau dengan status gizi kurang. Pengukuran status gizi anak yang paling banyak digunakan adalah pengukuran antropometri (Supriasa, 2016).

Penilaian Status Gizi Secara Langsung pada Anak Pra-sekolah:

a. Antropometri

Pada metode antropometri dikenal dengan Indeks Antropometri.

Indeks antropometri adalah kombinasi antara beberapa parameter, yang

merupakan dasar dari penilaian status gizi. Beberapa indeks telah diperkenalkan seperti tinggi badan menurut umur (TB/U), berat badan menurut umur (BB/U), berat badan menurut tinggi badan (BB/TB) dan indeks masa tubuh (IMT/U). Berat badan berdasarkan umur (BB/U) Indikator ini bertujuan untuk mengukur berat badan sesuai dengan usia anak.

Penilaian IMT/U dipakai untuk mencari tahu status gizi anak pra sekolah sangat kurang atau lebih. Pengukuran ini yang umumnya digunakan untuk mengelompokkan status gizi anak. Berdasarkan Permenkes nomor 2 tahun 2020 tentang standar antropometri anak diperoleh bahwa kategori dan ambang batas status gizi anak sebagai berikut.

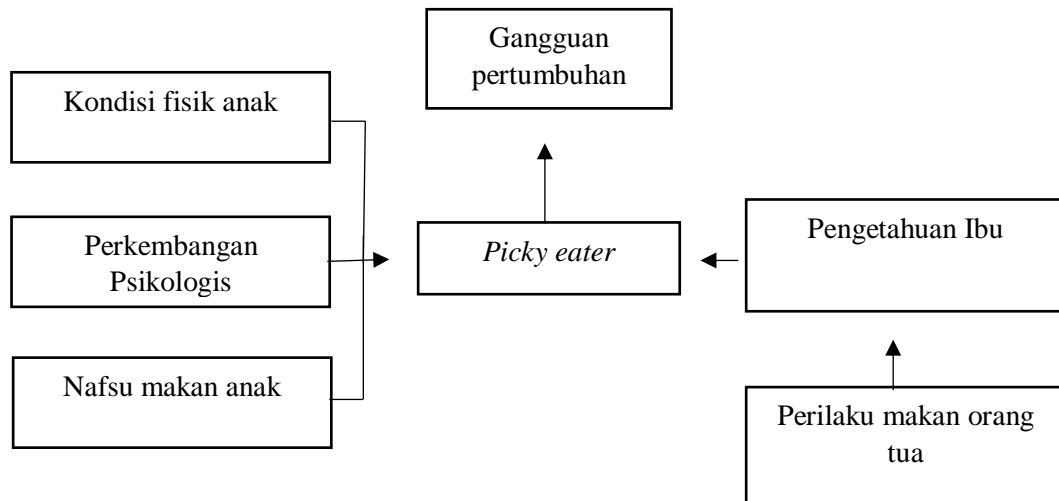
Tabel 1.
Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak

Indeks	Kategori Status Gizi	Ambang Batas (Z-Score)
Indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U) anak usia 0-60 bulan	Gizi buruk (<i>severly wasted</i>)	<-3 SD
	Gizi kurang (<i>wasted</i>)	-3 SD sd <-2 SD
	Gizi baik (<i>normal</i>)	-2 SD sd + 1 SD
	Berisiko gizi lebih (<i>possible risk of overweight</i>)	>+ 1 SD sd + 1 SD
	Gizi lebih (<i>overweight</i>)	>+ 2 SD sd + 3 SD
	Obesitas (<i>obese</i>)	>+ 3 SD
Indek massa tubuh menurut umur (IMT/U) anak usia 5-18 tahun	Gizi buruk (<i>severly thinnes</i>)	<-3 SD
	Gizi kurang (<i>thinnes</i>)	-3 SD sd < - 2 SD
	Gizi Baik (<i>normal</i>)	-2 SD sd + 1 SD
	Gizi lebih (<i>overwight</i>)	+ 1 SD sd + 2 SD
	Obesitas (<i>obese</i>)	>+ 2 SD

Sumber : Permenkes Nomor 2 tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak.

H. Kerangka teori

Menurut berbagai penelitian *picky eater* dapat dipengaruhi oleh berbagai hal seperti perkembangan psikologis, kondisi fisik anak, nafsu makan anak, dan pengetahuan ibu. Hal ini dapat digambarkan dalam sebuah diagram sebagaimana dapat dilihat pada Gambar 1.



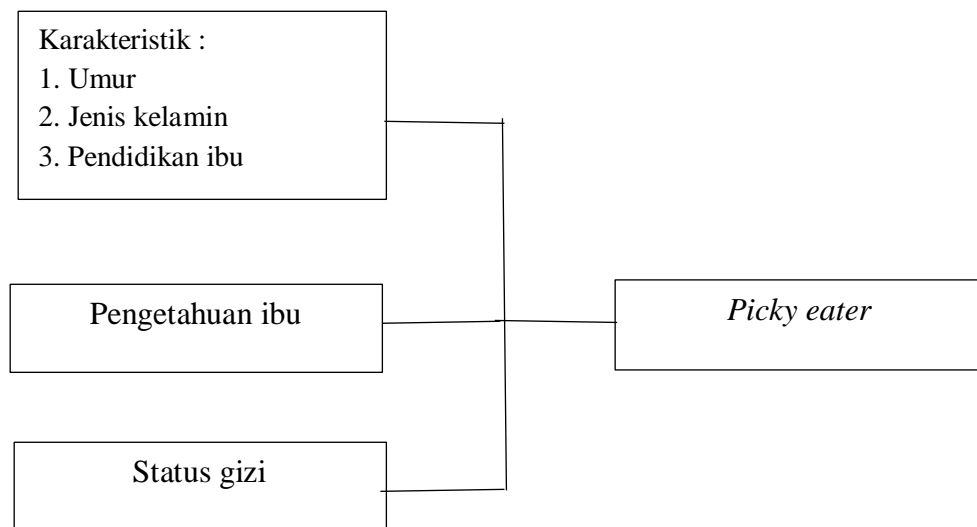
Gambar 1.

Kerangka teori

Sumber: Suprisa (2016), UNICEF (2008), Dovey dkk (2008), Dorfman (2008)

I. Kerangka konsep

Kerangka konsep ini akan menjelaskan pengaruh perilaku *picky eater* dan status gizi pada anak di TK Al-Azhar 16 Bandar Lampung. Dari gambar dibawah dapat dilihat bahwa perilaku *picky eater* menjadi variabel independent dan status gizi menjadi variable dependen. Dari teori tersebut jadi kerangka konsep yang bisa dibuat :



Gambar 2.
Kerangka konsep

J. Definisi Operasional

Tabel 2.
Definisi Operasional

No.	Variable	Definisi Oprasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
1.	Status gizi	Keadaan tubuh anak yang dinilai dengan IMT/U	Timbangan dan <i>microtomical</i>	Penimbangan Berat badan (BB) dan Mengukur tinggi badan (TB)	IMT/U 1 = Gizi buruk jika $Z\text{-score} < - 3\text{ SD}$ 2 = Gizi kurang jika $Z\text{-score} - 3\text{ SD}$ sd $<- 2\text{ SD}$ 3 = Gizi baik jika $Z\text{-score} - 2\text{ SD}$ sd $+ 1\text{ SD}$ 4 = Beresiko gizi lebih jika $Z\text{-score} > + 2\text{ SD}$ sd $+ 3\text{ SD}$ 5 = Gizi lebih jika $Z\text{-score} > + 2\text{ SD}$ sd $+ 3\text{ SD}$ 6 = Obesitas jika $Z\text{-score} > + 3\text{ SD}$ (Permenkes Nomor 2 tahun 2020 tentang standar antropometri anak)	Ordinal
2.	Usia	Umur anak berdasarkan bulan dimulai dari tanggal lahir anak. Dikelompokkan mulai dari usia 4 tahun sampai 6 tahun.	Kuisisioner	Wawancara	1 = usia 4 tahun 2 = usia 5 tahun 3 = usia 6 tahun	Rasio
3.	Jenis kelamin	Tanda fisik yang mengidentifikasi pada anak	Kuisisioner	Wawancara	1 = Laki-laki 2 = Perempuan	Nominal

No.	Variable	Definisi Oprasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
4.	Pendidikan ibu	Jenjang sekolah terakhir yang ditempuh responden	Kuisisioner	Wawamcara	1 = Tidak tamat SD 2 = SD/Sederajat 3 = SMP/Sederajat 4 = SMA/Sederajat 5 = Pergurun tinggi	Ordinal
5.	Pengetahuan ibu	Kemampuan untuk menjawab kuisisioner yang telah disediakan	Kuisisioner	Wawancara	1 = Kurang jika <i>score</i> <55% 2 = Cukup jika <i>score</i> 55% - 75% 3 = Baik jika <i>score</i> 76% - 100% (Arikunto, 2010)	Ordinal
6.	Perilaku <i>picky eater</i>	Anak yang makan dengan Jumlah terbatas. Preferensi makanan yang kuat. Membatasi asupan makanan tertentu. Dan penolakan terhadap makanan yang baru dikenali	Kuisisioner	Wawancara	1 = <i>non-picky eater</i> jika <i>score</i> <50% 2 = <i>picky eater</i> jika <i>score</i> ≥50% (Muharani Erisa, 2020)	Ordinal