

SKRIPSI
**HUBUNGAN ANTARA PERILAKU *PICKY EATER*,
TINGKAT KONSUMSI ENERGI DAN STATUS GIZI PADA
SISWA DI TK III SARASWATI DENPASAR**



Oleh :
DESAK MADE KUTHA INTAN PASTIKA
NIM. P07131221032

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PRODI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2025**

SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA PERILAKU *PICKY EATER*,
TINGKAT KONSUMSI ENERGI DAN STATUS GIZI PADA
SISWA DI TK III SARASWATI DENPASAR**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Gizi dan Dietetika
Program Sarjana Terapan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar**

Oleh :
DESAK MADE KUTHA INTAN PASTIKA
NIM. P07131221032

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PRODI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2025**

LEMBAR PERSETUJUAN

HUBUNGAN ANTARA PERILAKU *PICKY EATER*, TINGKAT KONSUMSI ENERGI DAN STATUS GIZI PADA SISWA DI TK III SARASWATI DENPASAR

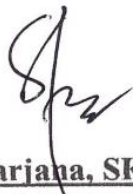
Oleh :

DESAK MADE KUTHA INTAN PASTIKA

NIM. P07131221032

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama:



I Made Suarjana, SKM., M.Kes

NIP. 197209251998031002

Pembimbing Pendamping:



Ir. Hertog Nursanyoto, M.Kes

NIP. 196308191986031004

Mengetahui

Ketua Jurusan Gizi

Poltekkes Kemenkes Denpasar



Dr. I Putu Suiraoka, SST., M.Kes

NIP. 197301241995031001

SKRIPSI DENGAN JUDUL :
**HUBUNGAN ANTARA PERILAKU *PICKY EATER*, TINGKAT
KONSUMSI ENERGI DAN STATUS GIZI PADA SISWA
DI TK III SARASWATI DENPASAR**

Oleh :
DESAK MADE KUTHA INTAN PASTIKA
NIM. P07131221032

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI
PADA HARI : Rabu
TANGGAL : 21 Mei 2025

TIM PENGUJI:

- | | | |
|---------------------------------------|--------------|---------|
| 1. Dr. I Wayan Juniarsana, SST.,M.Fis | (Ketua) | (.....) |
| 2. Dr. A.A.Ngurah Kusumajaya, SP.,MPH | (Anggota I) | (.....) |
| 3. I Made Suarjana, SKM.,M.Kes | (Anggota II) | (.....) |

Mengetahui

Ketua Jurusan Gizi

Poltekkes Kemenkes Denpasar


Dr. I Putu Suiraoka, SST., M.Kes
NIP. 197301241995031001

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Desak Made Kutha Intan Pastika
NIM : P07131221032
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
Jurusan : Gizi
Tahun Akademik : 2024/2025
Alamat : Jl. Batuyang Gang Pipit V/06

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Hubungan Antara Perilaku *Picky Eater*, Tingkat Konsumsi Energi dan Status Gizi Pada Siswa di TK III Saraswati Denpasar adalah **benar karya saya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Skripsi ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi Peraturan Mendiknas RI No 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 22 Mei 2025

Yang membuat pernyataan



Desak Made Kutha Intan Pastika

NIM P07131221032

THE RELATIONSHIP BETWEEN PICKY EATING BEHAVIOR, ENERGY INTAKE, AND NUTRITIONAL STATUS AMONG PRESCHOOL CHILDREN AT TK III SARASWATI DENPASAR

ABSTRACT

Nutritional issues in children can stem from picky eating behavior, which often results in inadequate energy intake and may hinder growth and development. This study aims to examine the relationship between picky eating behavior, energy intake, and the nutritional status of students at Saraswati Kindergarten III Denpasar. The research used an observational, cross-sectional design involving 72 respondents. Data were collected through anthropometric measurements, the Child Eating Behavior Questionnaire (CEBQ), and 2 × 24-hour dietary recall interviews. Data analysis was conducted using the Independent Samples Test and Pearson Correlation. Results showed that picky eating behavior had no significant impact on nutritional status $p\text{-value} = 0,1$ ($p > 0,05$), whereas energy intake was significantly related to nutritional status 0,001 ($p < 0,05$). This indicates that energy intake plays a vital role in determining children's nutritional health, while picky eating does not have a direct effect. However, other factors such as infections, physical activity, parental knowledge, and food hygiene and sanitation also contribute to nutritional outcomes. Ensuring adequate energy intake is essential for maintaining good nutritional status. For children with undernutrition, overnutrition, or obesity, attention to energy intake is necessary. Reducing picky eating through a more varied diet is recommended to support optimal nutrition.

Keywords: Nutritional status, Picky eating behavior, Energy intake

**HUBUNGAN ANTARA PERILAKU *PICKY EATER*,
TINGKAT KONSUMSI ENERGI DAN STATUS GIZI PADA
SISWA DI TK III SARASWATI DENPASAR**

ABSTRAK

Masalah gizi akibat perilaku *picky eater* yang berdampak pada rendahnya asupan energi, sehingga berpotensi menghambat pertumbuhan dan perkembangan anak. Penelitian bertujuan untuk menganalisis perilaku *picky eater* dan tingkat konsumsi energi dengan status gizi siswa di TK III Saraswati Denpasar. Penelitian ini dilakukan secara observasional dengan desain *cross-sectional* dan melibatkan 72 responden. Data diperoleh melalui pengukuran antropometri, pengisian kuisioner *Child Eating Behavior Questionner* (CEBQ), dan wawancara *recall* selama 2×24 jam. Analisis data menggunakan uji *Independent Samples Test* dan *Korelasi Pearson*. Hasil menunjukkan bahwa perilaku *picky eater* tidak berpengaruh signifikan terhadap status gizi $p\text{-value} = 0,1$ ($p > 0,05$), sedangkan tingkat konsumsi energi memiliki hubungan signifikan dengan status gizi $0,001$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa asupan energi berpengaruh terhadap status gizi anak, sedangkan *picky eater* tidak secara langsung memengaruhi status gizi anak. Terdapat faktor lain yang dapat mempengaruhi status gizi, seperti: penyakit infeksi, aktivitas fisik, pengetahuan orang tua, hygiene dan sanitasi makanan. Berdasarkan hasil tersebut diharapkan dapat mempertahankan status gizi anak agar tetap baik dan pada anak dengan status gizi kurang, gizi lebih, dan obesitas perlu dilakukan perbaikan dengan memperhatikan asupan energi. Perilaku *picky eater* pada anak harus dikurangi dengan memvariasikan makan anak agar status gizi tetap optimal.

Kata Kunci : Status gizi, *Picky eater*, Tingkat konsumsi energi

RINGKASAN PENELITIAN

HUBUNGAN ANTARA PERILAKU PICKY EATER, TINGKAT KONSUMSI ENERGI DAN STATUS GIZI PADA SISWA DI TK III SARASWATI DENPASAR

Oleh: Desak Made Kutha Intan Pastika (P07131221032)

Indonesia menghadapi masalah *triple burden malnutrition*, yakni gizi kurang, gizi lebih, dan defisiensi mikronutrien. Data SKI menunjukkan bahwa anak usia 5–12 tahun mengalami sangat kurus (3,5%), gemuk (11,9%), dan obesitas (7,8%). Di Bali, prevalensi gizi sangat kurus sebesar 2,6%, kurus 3,6%, gemuk 14,9%, dan obesitas 11,8% (Survei Kesehatan Indonesia, 2023). Di Denpasar, angka sangat kurus 0,37%, kurus 6,95%, gemuk 15,85%, dan obesitas 15,12% (Riskesdas, 2018). Status gizi anak dipengaruhi oleh asupan makanan, infeksi, dan faktor lain, dengan asupan energi sebagai komponen penting. Berdasarkan penelitian (Heryanto et al., 2023) dari 69 anak, 32 mengalami *picky eating* dengan 50% bergizi kurang, 43,8% normal, dan 6,3% bergizi lebih. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perilaku *picky eater*, tingkat konsumsi energi, dan status gizi siswa.

Penelitian ini membahas mengenai pengertian, faktor-faktor pengaruh, penilaian, penilaian berdasarkan indeks IMT/U, serta klasifikasi status gizi berdasarkan IMT/U. Selain itu, membahas pengertian, fungsi, faktor-faktor pengaruh, dampak kelebihan dan kekurangan, serta pengukuran tingkat konsumsi energi. Penelitian ini juga membahas pengertian, gejala atau ciri-ciri, faktor pengaruh, dampak, cara mengatasi, serta klasifikasi *picky eater*, dan yang terakhir

membahas keterkaitan *picky eater* dan status gizi, keterkaitan tingkat konsumsi energi dan status gizi, serta keterkaitan *picky eater* dan tingkat konsumsi energi.

Kerangka konsep penelitian ini menyatakan bahwa status gizi dipengaruhi oleh tingkat konsumsi energi, yang dapat dipengaruhi oleh perilaku *picky eater*. Variabel *dependent* adalah status gizi, yang diukur menggunakan antropometri dengan nilai Z-score, sedangkan variabel *independent* adalah *picky eater* (dengan skor dari kuisioner (CEBQ) dan tingkat konsumsi energi (dengan data dari wawancara *recall* 2 × 24 jam). Hipotesis penelitian meliputi hubungan antara perilaku *picky eater* dan status gizi, serta hubungan antara tingkat konsumsi energi dan status gizi pada siswa.

Penelitian ini dilakukan secara observasional dengan rancangan penelitian *cross-sectional*. Penelitian dilakukan di TK III Saraswati Denpasar dengan jumlah populasi 246 siswa dan jumlah sampel 72 siswa. Pengambilan sampel dengan teknik *purposive sampling* sesuai kriteria inklusi yang sudah ditetapkan. Data dikumpulkan dengan melakukan antropometri, wawancara kuisioner CEBQ dan *recall* 2 x 24 jam. Analisis data menggunakan uji *korelasi pearson* dan uji *independent samples test*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 72 sampel, 2,8% memiliki status gizi kurang, 76,4% status gizi baik, 15,3% status gizi lebih, dan 5,6% obesitas. Sebanyak 61,1% sampel menunjukkan perilaku *picky eater*, sedangkan 38,9% tidak. Tingkat konsumsi energi sampel terbagi menjadi 1,4% defisit berat, 4,2% defisit sedang, 56,9% defisit ringan, dan 37,5% normal.

Berdasarkan uji *independent samples test* menunjukkan tidak ada perbedaan signifikan antara perilaku *picky eater* dan status gizi nilai $p\text{-value} = 0,1$ ($p > 0,05$), sehingga *picky eating* tidak berpengaruh terhadap status gizi. Sementara itu, uji *korelasi pearson* menunjukkan hubungan signifikan antara tingkat konsumsi energi dan status gizi nilai $p\text{-value} = 0,001$ ($p < 0,05$) artinya anak dengan status gizi baik umumnya memiliki konsumsi energi normal, sedangkan anak bergizi kurang memiliki konsumsi defisit. Berdasarkan penelitian ini diharapkan adanya penelitian lebih lanjut terkait analisis kandungan gizi makro maupun mikro sehingga dapat memberi gambaran penelitian yang lebih spesifik.

Daftar Bacaan : 42 bacaan (2016-2025)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, atas berkat dan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi berjudul "Hubungan Antara Perilaku *Picky Eater*, Tingkat Konsumsi Energi dan Status Gizi pada Siswa di TK III Saraswati Denpasar" tepat waktu dan lancar sesuai rencana.

Penulis mendapat banyak bantuan dalam penyusunan. Pada kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak I Made Suarjana, SKM.,M.Kes selaku pembimbing utama yang telah membantu mendampingi, memberikan saran, masukan kepada penulis sehingga dapat diselesaikan skripsi ini dengan baik dan lancar.
2. Bapak Ir. Hertog Nursanyoto, M.Kes selaku dosen pembimbing pendamping yang telah memberikan saran dan mengarahkan untuk menulis skripsi ini dapat menjadi lebih baik.
3. Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah membantu memberikan kelancaran dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Ketua Jurusan Gizi dan Ketua Program Studi Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan, dorongan dan membantu kelancaran skripsi ini.
5. Bapak/Ibu dosen dan staff pegawai Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar yang membantu memberikan informasi yang berguna bagi peneliti.
6. Orang tua, keluarga, teman, serta pihak-pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang memberikan semangat dan dukungan penuh untuk menyelesaikan penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak untuk membantu menyempurnakannya.

Denpasar, 22 Mei 2025

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	v
ABSTRACT	vi
ABSTRAK	vii
RINGKASAN PENELITIAN.....	viii
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Status Gizi	6
B. Tingkat Konsumsi Energi.....	11
C. Picky Eater	15
D. Keterkaitan Antara Variabel Penelitian	23
BAB III KERANGKA KONSEP.....	25
A. Kerangka Konsep.....	25
B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	26
C. Hipotesis.....	27

BAB IV METODE PENELITIAN	28
A. Jenis Penelitian.....	28
B. Alur Penelitian	28
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	29
D. Populasi dan Sampel Penelitian	30
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	32
F. Pengolahan dan Analisis Data.....	35
G. Etika Penelitian	38
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	39
A. Hasil Penelitian	39
B. Pembahasan.....	46
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....	52
A. Simpulan	52
B. Saran.....	53
DAFTAR PUSTAKA	54
LAMPIRAN	58

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1 Kategori Status Gizi Anak Berdasarkan IMT Menurut Usia	11
2 Angka Kecukupan Gizi Untuk Anak Prasekolah	15
3 Kategori Tingkat Konsumsi Energi	15
4 Definisi Operasional	27
5 Sebaran Sampel Berdasarkan Karakteristik	40
6 Sebaran Sampel Berdasarkan Karakteristik Orang Tua	41
7 Sebaran Sampel Berdasarkan Status Gizi Menurut Indikator IMT/U	42
8 Sebaran Sampel Berdasarkan Perilaku <i>Picky Eater</i>	42
9 Sebaran Sampel Berdasarkan Tingkat Konsumsi Energi	43
10 Sebaran Status Gizi Berdasarkan Perilaku <i>Picky Eater</i> Sampel	44
11 Deskripsi Status Gizi Berdasarkan Perilaku <i>Picky Eater</i> Sampel	44
12 Sebaran Status Gizi Berdasarkan Tingkat Konsumsi Energi Sampel	45
13 Deskripsi Status Gizi Berdasarkan Tingkat Konsumsi Energi Sampel	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar		Halaman
1	Kerangka Konsep	25
2	Alur Penelitian	28

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran		Halaman
1	Surat Persetujuan Etik/Ethical Clearnce	59
2	Surat Izin Lokasi Penelitian	61
3	Surat Keterangan Mengadakan Penelitian	62
4	Persetujuan Setelah Penjelasan	63
5	Kuesioner Penelitian	68
6	Dokumentasi Hasil Penelitian	72
7	Hasil Turnitin	73
8	Surat Pernyataan Persetujuan Publikasi Repository	79
9	Bimbingan Skripsi	80