SKRIPSI

HUBUNGAN PENERAPAN ATURAN MAKAN *(FEEDING RULES)* DENGAN KEJADIAN *PICKY EATER* PADA ANAK PRASEKOLAH DI TK DHARMA WANITA DESA KENDUNG KABUPATEN NGAWI

Oleh :

VIOLA AGUSTINA

202202094

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN

2025

SKRIPSI

HUBUNGAN PENERAPAN ATURAN MAKAN *(FEEDING RULES)* DENGAN KEJADIAN *PICKY EATER* PADA ANAK PRASEKOLAH DI TK DHARMA WANITA DESA KENDUNG KABUPATEN NGAWI

Diajukan Untuk Memenuhi Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Oleh :

VIOLA AGUSTINA

202202094

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN

2025

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi oleh :

Nama	:	Viola Agustina
NIM	:	202202094
Program Studi	:	Keperawatan
Judul	:	HUBUNGAN PENERAPAN ATURAN MAKAN (*FEEDING RULES*) DENGAN KEJADIAN *PICKY EATER* PADA ANAK PRASEKOLAH DI TK DHARMA WANITA DESA KENDUNG KABUPATEN NGAWI

Telah disetujui untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Skripsi pada tanggal 16 Desember 2025

Oleh :

Pembimbing 1	Pembimbing 2
Kartika, S.Kep.,Ns., M.K.M	Sri Suhartiningsih,S.Kep,.Ns.,M.Kes
NUPTK.1442766667237013	NUPTK.0140748649230183

Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan

Mega Arianti Putri, S.Kep., Ns., M.Kep

NUPTK.9933767668237032

iii

LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini oleh :

Nama	:	Viola Agustina
NIM	:	202202094
Program Studi	:	Keperawatan
Judul	:	HUBUNGAN PENERAPAN ATURAN MAKAN (*FEEDING RULES*) DENGAN KEJADIAN *PICKY EATER* PADA ANAK PRASEKOLAH DI TK DHARMA WANITA DESA KENDUNG KABUPATEN NGAWI

Telah dipertahankan di depan dewan penguji skripsi dan dinyatakan telah memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Pada tanggal 06 Januari 2026

Dewan Penguji

Ketua : Sesaria Betty Mulyati S.Kep., Ns., M.Kes
NUPTK. 4040766667230303
: .....

Penguji I : Kartika S.Kep., Ns, M.K.M
NUPTK. 1442766667237013
:.....

Penguji II : Sri Suhartiningsih S.Kep., Ns, M.Kes
NUPTK. 0140748649230183
:.....

Mengesahkan
Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun
Ketua,

Dr. Retno Widhiani, S.KM., M.Kes
NUPTK. 0780075[illegible]660230162

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Viola Agustina

NIM : 202202094

Judul : HUBUNGAN PENERAPAN ATURAN MAKAN *(FEEDING RULES)* DENGAN KEJADIAN *PICKY EATER* PADA ANAK PRASEKOLAH DI TK DHARMA WANITA DESA KENDUNG KABUPATEN NGAWI

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan di dalamnya tidak ada karya yang pernah diajukan dalam memperoleh gelar sarjana keperawatan (S.Kep) di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan, baik yang sudah maupun belum/tidak dipublikasikan, sumbernya dijelaskan dalam tulisan dan daftar pustaka.

Madiun, 15 Desember 2025



Viola Agustina
NIM. 202202094

v

ABSTRAK

HUBUNGAN PENERAPAN ATURAN MAKAN *(FEEDING RULES)* DENGAN KEJADIAN *PICKY EATER* PADA ANAK PRASEKOLAH DI TK DHARMA WANITA DESA KENDUNG KABUPATEN NGAWI

Viola Agustina

Picky eater pada anak prasekolah masih menjadi permasalahan yang sering ditemui, ditandai dengan kebiasaan an

ak menolak makan atau memilih jenis makanan tertentu. Kondisi ini dapat menyebabkan asupan gizi anak tidak terpenuhi secara optimal apabila berlangsung secara terus-menerus. Dampaknya, anak berisiko mengalami gangguan pertumbuhan, penurunan daya tahan tubuh, serta kesulitan membentuk kebiasaan makan yang sehat.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara penerapan *feeding rules* dengan kejadian *picky eater* pada anak prasekolah.

Penelitian ini menggunakan metode korelasional dengan desain cross sectional. Teknik sampling menggunakan Total sampling dengan jumlah responden sebanyak 31 orang ibu. Hasil analisis statistik uji *chi square* diperoleh nilai p<0,05.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan *feeding rules* dengan kejadian *picky eater* (p> 0,05). Dikatakan terdapat hubungan karena nilai p yang diperoleh lebih kecil dari 0,05, sehingga H0 ditolak dan H1 diterima. Hal ini menunjukkan bahwa penerapan *feeding rules* berhubungan secara signifikan dengan kejadian *picky eater* pada anak prasekolah.

Berdasarkan hasil analisis terdapat hubungan penerapan aturan makan *(feeding rules)* dengan kejadian *picky eater* pada anak prasekolah di Tk dharma wanita Desa Kendung Kabupaten Ngawi.

Penelitian ini dapat membantu orang tua memahami bahwa penerapan *feeding rules* yang konsisten, seperti jadwal makan, lingkungan dan prosedur, berperan dalam membentuk perilaku makan anak. Dengan adanya pedoman aturan makan yang jelas, orang tua dapat memiliki pola pengasuhan yang lebih konsisten dalam mencegah dan mengurangi perilaku *picky eater* pada anak prasekolah.

Kata kunci : *Feeding rules, Picky eater,* Prasekolah.

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE IMPLEMENTATION OF FEEDING RULES AND THE PREVENTION OF PICKY EATER INCIDENTS IN PRESCHOOL CHILDREN AT TK DHARMA WANITA, KENDUNG VILLAGE, NGAWI REGENCY

Viola Agustina

Picky eating in preschool children remains a common problem, characterized by the child's habit of refusing to eat or choosing certain types of food. This condition can lead to inadequate nutritional intake if it continues over time. As a result, children are at risk of growth disorders, decreased immunity, and difficulty developing healthy eating habits. Purpose: This study aims to investigate the relationship between the implementation of feeding rules and the occurrence of picky eating in preschool children.

This study used a correlational method with a cross-sectional design. The sampling technique used was total sampling with a total of 31 mothers as respondents. The results of the chi-square statistical test analysis obtained a p-value of <0.05.

The research results show that the implementation of feeding rules by parents for preschool children falls into the poor category with a percentage of 48.4%, and children who exhibited picky eating also had a percentage of 48.4%. There was no significant relationship between the implementation of feeding rules (p> 0.05) and the occurrence of picky eating.

Based on the analysis results, there is a relationship between the implementation of feeding rules and the occurrence of picky eating in preschool children at Tk Dharma Wanita, Kendung Village, Ngawi Regency.

this research can help parents understand that the consistent application of feeding rules, such as meal schedules, environment, and procedures, plays a role in shaping children's eating behavior. With clear guidelines for feeding rules, parents can adopt a more consistent parenting pattern to prevent and reduce picky eating behavior in preschool children.

Keywords: Feeding rules, Picky eater, Preschool.

DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN i
SAMPUL DALAM ii
LEMBAR PERSETUJUAN iii
LEMBAR PENGESAHAN.....iv
HALAMAN PERNYATAAN .....**Error! Bookmark not defined.**
ABSTRAK vi
ABSTRACT vii
DAFTAR ISI viii
DAFTAR TABEL xi
DAFTAR GAMBAR.....xii
DAFTAR LAMPIRAN xiii
DAFTAR ISTILAH DAN SINGKATAN.....xiv
KATA PENGANTAR.....xvi
BAB I PENDAHULUAN 1
1.1 Latar Belakang 1
1.2 Rumusan Masalah.....6
1.3 Tujuan Penelitian 6
1.3.1 Tujuan Umum 6
1.3.2 Tujuan Khusus 6
1.4 Manfaat Penelitian 6
1.4.1 Manfaat Teoritis.....6
1.4.2 Manfaat Praktis 7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA 8
2.1 Konsep *Feeding Rules* 8
2.1.1 Pengertian *Feeding Rules* 8
2.1.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Feeding Rules* 10
2.1.3 Karakteristik Orang Tua dalam *Feeding rules*.....12
2.2 Konsep *Picky Eater*.....16
2.2.1 Pengertian *Picky Eater*.....16

2.2.2 Jenis-jenis *Picky Eater* 17
2.2.3 Karakteristik Anak *Picky Eater* 18
2.2.4 Faktor-faktor yang mempengaruhi *Picky Eater* 19
2.2.5 Indikasi *Picky Eater* 21
2.2.6 Dampak *Picky Eater* 22
2.2.7 Cara Mengatasi *Picky Eater* 24
2.2.8 Karakteristik Anak *Picky Eater* 25
2.3 Konsep Anak Usia Prasekolah 26
2.3.1 Pengertian Anak Usia Prasekolah 26
2.3.2 Ciri- ciri anak usia prasekolah 26
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN 29
3.1 Kerangka Konseptual 29
3.2 Hipotesis penelitian 30
BAB IV METODE PENELITIAN 31
4.1 Desain Penelitian 31
4.2 Populasi dan Sampel Penelitian 31
4.2.1 Populasi 31
4.2.2 Sampel 31
4.2.3 Teknik Sampling 32
4.3 Kerangka Kerja 33
4.4 Identifikasi Penelitian 33
4.5 Definisi operasional 34
4.6 Instrumen Penelitian 35
4.6.1 Kuesioner Penerapan *Feeding rules* 36
4.6.2 Kuesioner *Picky Eater* 38
4.7 Waktu dan Lokasi Penelitian 39
4.7.1 Waktu 39
4.7.2 Tempat Penelitian 39
4.8 Prosedur Pengumpulan Data 39
4.9 Pengolahan Data Dan Analisis Data 40
4.9.1 Pengelolaan data 40
4.9.2 Analisa Data 42

4.10 Etika Penelitian 43
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN 45
5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian 45
5.2 Hasil Penelitian 46
5.2.1 Data Umum 46
5.2.2 Data Khusus 47
5.3 Pembahasan 50
5.4 Keterbatasan Penelitian 58
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN 59
6.1 Kesimpulan 59
6.2 Saran 60
DAFTAR PUSTAKA 61
LAMPIRAN 65

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Pedoman Aturan Makan *(Feeding Rules)*.....10
Tabel 4. 1 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....35
Tabel 4. 2 Uji Validitas Instrumen Penerapan Aturan Makan *(Feeding Rules)*....37
Tabel 4. 3 Uji Reliabilitas Instrumen Penerapan Aturan Makan (*Feeding Rules*)..... 37
Tabel 4. 4 Uji Validitas Instrumen Kejadian *Picky Eater*.....38
Tabel 4. 5 Uji Reliabilitas Instrumen Kejadian *Picky Eater* 38
Tabel 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Anak.....46
Tabel 5.2 Karakteristik Berdasarkan Jenis Kelamin 46
Tabel 5.3 Karakteristik Berdasarkan Usia Orang Tua.....47
Tabel 5.4 Karakteristik Berdasarkan Pendidikan Orang Tua 47
Tabel 5.5 Karakteristik Berdasarkan Pekerjaan Orang Tua 47
Tabel 5.6 Karakteristik Penerapan Aturan Makan *(Feeding Rules)* Pada Anak Prasekolah..... 48
Tabel 5.7 Karakteristik Kejadian Anak *Picky Eater* Pada Anak Prasekolah.....48
Tabel 5.8 Tabulasi Silang Hubungan Penerapan Aturan Makan *(Feeding Rules)* Dengan Kejadian *Picky Eater* 49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3. 1 Kerangka Konsep Hubungan Penerapan *Feeding Rules* Dengan Kejadian *Picky Eater* 29
Gambar 4. 1 Kerangka Kerja Hubungan Penerapan Aturan Makan *(Feeding Rules)* Dengan Kejadian *Picky Eater* Pada Anak Prasekolah Di TK Dharma Wanita Desa Kendung Kabupaten Ngawi.....33

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Pengambilan Data 65
Lampiran 2 Kisi-Kisi Kuesioner *Feeding Rules* 66
Lampiran 3 Kisi-Kisi Kuesioner *Picky Eater*.....67
Lampiran 4 Kuesioner *Feeding Rules*.....68
Lampiran 5 Kuesioner *Picky Eater* 71
Lampiran 6 Surat Izin Penelitian.....72
Lampiran 7 Surat Balasan Penelitian 73
Lampiran 8 Hasil Kuesioner Penerapan *Feeding Rules*.....74
Lampiran 9 Hasil Kuesioner *Picky Eater*.....75
Lampiran 10 Foto Penelitian 77
Lampiran 11 Lembar Bimbingan 77
Lampiran 12 Lembar Kegiatan Penlitian 78
Lampiran 13 Hasil Tabulasi 79

DAFTAR ISTILAH DAN SINGKATAN

WHO	: *World Health Organization*
In utero	: Di dalam rahim
Picky eater	: Perilaku pemilih makan
Feeding rules	: Aturan Makan
Fenotipe	: Sifat yang tampak pada organisme yang dapat diamati seperti tinggi badan, warna mata.
Gen TAS2R38	: Gen reseptor rasa pahit
The veggie hater	: Pembenci sayuran
The one-color kid	: Penyuka makanan dengan warna serupa
The fast-food friend	: Penyuka makanan cepat saji
The texture tyrant	: Makanan dengan tekstur lembut
The carbo loader	: Pemuat karbo
The stuck in a rut child	: Terjebak dalam satu kebiasaan
The no fruit kid	: Pembenci buah-buahan
Junk food	: makanan cepat saji

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama	: Viola Agustina
Jenis Kelamin	: Perempuan
Tempat, Tanggal Lahir	: Ngawi, 07 Agustus 2004
Agama	: Islam
Alamat	: Jl. Pahlawan No. 01 RT.03/RW.03, Desa Dinden Kabupaten Ngawi
Email	: violaaaagstna@gmail.com
No. HP	085732145261

Riwayat Pendidikan

1. 2011-2016 : SD Negeri Dinden 2
2. 2016-2019 : SMP Negeri 2 Kwadungan
3. 2019-2022 : SMK Negeri 2 Ngawi
4. 2022-Sekarang : STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum waa rohmatullohi waa barokatuh

Segala puji bagi Allah swt. Atas rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Hubungan Penerapan Aturan Makan *(Feeding Rules)* Dengan Kejadian *Picky Eater* Pada Anak Prasekolah Tk Dharma Wanita Desa Kendung Kabupaten Ngawi" dengan baik. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan dan dalam proses penyusunan skripsi ini tentu tidak lepas dari bimbingan, saran, dan motivasi kepada penulis. Untuk itu dalam kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Herlina Mardiana, S.Pd selaku Kepala Sekolah TK Dharma Wanita Desa Kendung Kabupaten Ngawi.
2. Ibu Dr. Retno Widiarini, S.KM,. M.Kes selaku Ketua STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun yang telah memberikan izin pengambilan data awal penelitian.
3. Ibu Mega Arianti Putri, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Prodi S1 Keperawatan
4. Ibu Kartika S.Kep., Ns., M.K.M selaku dosen pembimbing 1 yang telah membantu dalam memberikan arahan, saran dan dukungan kepada saya dalam proses penyusunan skripsi ini sampai terselesaikan.
5. Ibu Sri Suhartiningsih S.Kep., Ns., M.Kes selaku dosen pembimbing 2 yang telah membantu dalam memberikan arahan, saran dan dukungan kepada saya dalam proses penyusunan skripsi ini sampai terselesaikan.

6. Teruntuk cinta pertamaku dan panutanku Ayahanda Supriadi, terimakasih selalu berjuang dalam mengupayakan yang terbaik untuk kehidupan penulis, berkorban keringat, tenaga, dan pikiran. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan, namun beliau mampu mendidik penulis, memberikan motivasi dan dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana.
7. Pintu surgaku Ibunda Wita Yuli, yang tidak pernah henti-hentinya memberikan doa dan kasih sayang yang tulus, pemberi semangat dan selalu memberikan dukungan terbaiknya sampai penulis berhasil menyelesaikan studinya sampai sarjana.
8. Adik Kembar saya Nabella dan Nadella, yang selalu menjadi alasan penulis untuk berusaha lebih keras lagi dalam berjuang, menjadi lebih kuat, dan semangat, karena setiap tindakan penulis akan menjadi cermin baginya.
9. Ucapan terima kasih dengan tulus penulis sampaikan kepada Adri Lukman Mak'ruf, yang hadir bukan hanya di akhir cerita, tetapi menjadi penopang semangat sejak perjalanan ini dimulai. Ditengah rasa ragu yang sering kali datang tiba-tiba, selalu menjadi pengingat bahwa penulis tidak sendiri dan selalu meyakinkan bahwa proses ini harus diperjuangkan. Penulis juga berterima kasih atas apresiasi setiap pencapaian meskipun kecil namun selalu dirayakan.
10. Banyak pihak yang tak mampu penulis sebutkan satu per satu, namun setiap jejak kebaikan, uluran tangan, dan doa tulus yang hadir di sepanjang proses ini adalah bagian penting yang tak tergantikan. Terimakasih atas nasihat, dan bahu yang menguatkan dalam setiap proses yang penuh tantangan ini.

11. Teman-teman seperjuangan, khususnya yang selalu membersamai dalam proses skripsi ini, saling menguatkan, dan berbagi tawa serta air mata. Terimakasih untuk cerita, pelukan hangat, dan semangat yang tak pernah padam.
12. Terakhir, terima kasih kepada wanita sederhana yang memiliki impian besar, yaitu penulis diriku sendiri Viola Agustina. Seorang anak pertama yang berjalan memasuki usia 22 tahun, terimakasih telah berusaha untuk meyakinkan dan menguatkan diri sendiri bahwa kamu dapat menyelesaikan studi ini sampai selesai. Berbahagialah selalu dengan dirimu sendiri, rayakan kehadiranmu sebagai berkah di mana pun kamu menginjakkan kaki. Jangan sia-siakan usaha dan doa yang telah kamu langitkan, Allah sudah merencanakan dan memberikan porsi terbaik untuk perjalanan hidupmu. Semoga langkah kebaikan selalu menyertaimu, dan semoga Allah selalu meridhoi setiap langkahmu serta menjagamu dalam lindungan-Nya, Aamiin.

Penulis menyadari bahwa dalam proses penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan, oleh karena itu kritik dan saran dari semua pihak yang bersifat membangun selalu diharapkan demi kesempurnaan skripsi ini.

Madiun, 15 Desember 2025

Penulis



(Viola Agustina)