

# Hubungan Perilaku *Picky Eating* dan Status Gizi dengan Kemampuan *Short Term Memory* pada Anak Usia Prasekolah

## The Relationship Between Picky Eating Behavior and Nutritional Status with Short Term Memory Ability in Preschool - Age Children

Yunita Gabriela Madu<sup>1\*</sup>, Mery Sambo<sup>2</sup>, Felisima Ganut<sup>3</sup>, Jenita Laurensia Saranga<sup>4</sup>, Agustini Liviana Dwi Rahmawati<sup>5</sup>, Alfrida Dua Padang<sup>6</sup>

<sup>1,2,3</sup> Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar

<sup>4</sup> Institut Ilmu Kesehatan Pelamonia Makassar

<sup>5</sup> Diploma III Keperawatan Politeknik Karya Husada Jakarta

<sup>6</sup> Rumah Sakit Stella Maris Makassar

### ABSTRACT

*Preschool children often exhibit picky eating, choosing only foods they like, leading to stunted growth and development. In addition to growth problems, nutrition can also affect cognitive development, namely, short-term memory skills. The purpose of the study was to determine the relationship between picky eating behavior and nutritional status, as related to short-term memory ability, in preschool-age children in the Working Area of the Pannambungan Health Center, Makassar City. This type of research uses a descriptive analysis approach with a cross-sectional design with independent variables of picky eating behavior, nutritional status, and dependent variables, namely short-term memory ability measured at one time, with a total of 76 respondents who have preschool-age children, taken by purposive sampling technique, and data analyzed using the chi-square test. The results of the study yielded a p-value of  $p < \alpha$  ( $p = 0.000$ ), indicating a relationship among picky eating, nutritional status, and short-term memory ability in preschool-age children. The conclusion in this study is that picky eating behavior and nutritional status affect short-term memory ability in preschool-age children. Therefore, it is recommended that parents monitor their children's diets by providing a balanced, varied selection of nutritious foods that support the growth and development of preschool-age children.*

**Keywords:** *Picky eating, preschool, nutritional status, short term memory*

### ABSTRAK

Anak-anak prasekolah cenderung mengalami perilaku picky eating yaitu memilih makanan yang disukainya mengakibatkan pertumbuhan dan perkembangan terhambat. Selain permasalahan pertumbuhan nutrisi juga dapat mempengaruhi perkembangan kognitif yaitu kemampuan short term memory. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan perilaku picky eating dan status gizi berhubungan dengan kemampuan short term memory pada anak usia prasekolah di Wilayah Kerja Puskesmas Pannambungan Kota Makassar. Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan analisis deklaratif dengan desain cross – sectional dengan variabel independen perilaku picky eating, status gizi dan variabel dependen yaitu kemampuan short term memory yang diukur dalam satu waktu dengan jumlah responden sebanyak 76 orangtua yang memiliki anak usia prasekolah yang diambil dengan teknik purposive sampling dan data dianalisis menggunakan uji chi square. Penelitian didapatkan nilai  $p < \alpha$  ( $p = 0.000$ ) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara picky eating, status gizi dengan kemampuan short term memory pada anak usia prasekolah. Perilaku picky eating, status gizi berpengaruh kemampuan short term memory pada anak usia prasekolah. Oleh karena itu disarankan agar orangtua memperhatikan pola makan anak dengan memberikan variasi makanan bergizi seimbang yang berdampak pada pola pertumbuhan dan perkembangan anak usia prasekolah.

**Kata Kunci:** *Picky eating, status nutrisi, prasekolah, short term memory*

Corresponding author : Yunita Gabriela Madu  
Email : [madujurnal@gmail.com](mailto:madujurnal@gmail.com)

• Received 24 Desember 2024 • Accepted 29 November 2025 • Published 30 November 2025  
• p - ISSN : 2088-7612 • e - ISSN : 2548-8538 • DOI: <https://doi.org/10.25311/keskom.Vol11.Iss3.2144>

## PENDAHULUAN

Masa prasekolah (usia 3–6 tahun) merupakan periode kritis yang sangat menentukan kualitas tumbuh kembang anak di masa mendatang. Pada tahap ini, anak mulai memiliki kemandirian dalam memilih makanan dan berperan sebagai konsumen aktif dalam menentukan preferensi makanannya (1). Pemenuhan gizi yang adekuat pada usia prasekolah sangat penting karena berpengaruh langsung terhadap pertumbuhan fisik, perkembangan otak, serta kesehatan jangka panjang (2). Status gizi anak bahkan telah dipengaruhi sejak dalam kandungan, di mana asupan ibu dan keamanan pangan berperan penting dalam 1000 hari pertama kehidupan (3). Memasuki usia 2–3 tahun, perkembangan konsep diri, regulasi diri, dan keterampilan sosial mulai terbentuk, namun pada saat yang sama banyak anak mengalami kesulitan makan yang dikenal sebagai *picky eating* (4). Sekitar 25% anak usia tiga tahun menolak makanan yang diberikan orang tua dan hanya mengonsumsi makanan tertentu secara berulang (5). Perilaku *picky eating* dipengaruhi oleh pola makan ibu, pengenalan MPASI, durasi pemberian ASI eksklusif, dan tekanan makan pada awal kehidupan (6). Prevalensi *picky eating* pada anak prasekolah cukup tinggi secara global. UNICEF (2019) melaporkan prevalensi 29,9% di Singapura, 72% di Taiwan, dan di Indonesia sekitar 60,3% anak usia dini menunjukkan preferensi makan tertentu (7). Studi lokal menunjukkan dampak yang signifikan, seperti temuan Arisandi (2019) bahwa 45% anak prasekolah di Jakarta mengalami malnutrisi ringan–sedang (8), dan 18% anak di Kabupaten Maros mengalami gizi kurang terkait perilaku pilih-pilih makanan (9). Anak yang *picky eating* cenderung memilih makanan tinggi lemak dan gula tetapi rendah zat gizi mikro seperti magnesium dan zat besi, sehingga berpotensi menimbulkan masalah gizi jangka panjang seperti stunting dan kerentanan penyakit (10).

Selain pertumbuhan fisik, masalah nutrisi berkaitan erat dengan perkembangan kognitif, terutama kemampuan *short-term memory* (STM),

yaitu memori jangka pendek yang menyimpan informasi dalam durasi 20–30 detik dan berperan penting dalam penyelesaian tugas akademik (11,12). Gangguan STM berdampak pada proses belajar, motivasi, harga diri, hingga interaksi sosial anak (13,14). Beberapa penelitian di Asia menunjukkan adanya keterlambatan perkembangan kognitif pada anak usia di bawah lima tahun dengan prevalensi yang bervariasi, antara 9,5% hingga 42% (15,16). Riskesdas (2018) juga melaporkan 3,3% anak usia 5–17 tahun mengalami keterlambatan kognitif, sementara di Sulawesi Selatan prevalensinya mencapai 31,93%. Di Kota Makassar, penelitian mengenai *picky eating* masih terbatas, meskipun secara observasional banyak anak lebih memilih makanan cepat saji, jajanan, serta mengalami paparan gawai yang tinggi. Studi pendahuluan di Kelurahan Mario menunjukkan 86% anak prasekolah memiliki perilaku *picky eating*, dan 5 anak tidak mampu mengingat kembali gambar setelah 20 detik dalam tes STM sederhana. Sejauh ini, penelitian mengenai *picky eating* umumnya berfokus pada faktor penyebab dan pola pemberian makan ibu. Namun, **penelitian yang menghubungkan perilaku *picky eating* dan status gizi dengan kemampuan *short-term memory* pada anak prasekolah masih sangat terbatas**, termasuk di wilayah Makassar. Penelitian oleh Diana (2022) mengidentifikasi adanya masalah STM pada beberapa anak tetapi belum mengevaluasi faktor penyebabnya. **Dengan demikian, terdapat gap penting bahwa hubungan antara perilaku *picky eating*, status gizi, dan kemampuan STM belum banyak diteliti, khususnya pada anak prasekolah di wilayah kerja Puskesmas Pannambungan.** Oleh karena itu, penelitian ini memiliki **novelty** berupa analisis simultan antara perilaku *picky eating*, status gizi, dan kemampuan memori jangka pendek pada anak prasekolah, yang belum pernah dilakukan pada konteks lokal. **Tujuan Penelitian** untuk mengetahui hubungan antara perilaku *picky eating* dan status gizi dengan kemampuan *short-term memory* pada anak usia prasekolah di

wilayah kerja Puskesmas Pannambungan Kota Makassar.

## METODE

### Jenis dan desain penelitian

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan analisis deskriptif dengan desain *cross sectional* untuk mengukur variabel independen yaitu perilaku *picky eating*, status gizi, serta variabel luar usia anak, jenis kelamin, durasi bermain gawai, pemberian ASI Eksklusif, dan awal pemberian MPASI dengan variabel dependen yaitu kemampuan *short term memory* yang diukur dalam satu waktu (14)

### Lokasi dan waktu penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan pada bulan Agustus – November 2024 mulai dari tahap peninjauan lokasi sampai pada tahap pelaksanaan penelitian di Wilayah Kerja Puskesmas Pannambungan Kota Makassar. Pemilihan lokasi penelitian karena dapat dijangkau oleh peneliti dan berdasarkan studi pendahuluan banyak anak prasekolah yang mengalami masalah pada proses pemilihan makanan dan status gizi

### Populasi dan sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah semua anak usia prasekolah yang tinggal di wilayah kerja Puskesmas Pannambungan Kota Makassar sebanyak 120. Pengumpulan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu memilih responden berdasarkan pertimbangan tertentu (15). Kriteria inklusi dalam penelitian adalah: 1) orangtua yang memiliki anak usia prasekolah yang tinggal di wilayah kerja PKM Pannambungan, 2) anak usia prasekolah yang tinggal bersama ibu dalam 1 rumah 3) orangtua anak usia prasekolah yang bersedia mengikuti penelitian dengan menandatangani *informed consent*. Kriteria Eksklusi adalah anak usia prasekolah yang sedang sakit dan tidak berada di lokasi penelitian sehingga didapatkan sampel berjumlah 76 orangtua yang memiliki anak usia prasekolah yang sesuai dengan kriteria inklusi.

### Teknik pengumpulan data dan analisis data

Analisis data pada penelitian akan melakukan analisis univariat, bivariat, dan univariat untuk mengukur pada yang paling berhubungan. Analisis univariat mengidentifikasi karakteristik responden, perilaku *picky eating*, status gizi, dan

kemampuan *short term memory*. Sedangkan analisis bivariat untuk menganalisis hubungan *picky eating*, status gizi, variabel luar dengan kemampuan *short term memory* menggunakan uji *chi square* dengan alternatif uji Mann-Whitney dengan interpretasi jika nilai  $p < 0.05$  karena semua data pada penelitian ini menggunakan data numerik untuk melihat hubungan antara variabel *picky eating* dengan kemampuan *short term memory* dan untuk melihat hubungan antara variabel status gizi dengan kemampuan *short term memory* data dianalisis menggunakan uji *chi square* dengan melakukan penggabungan cell karena terdapat nilai *expected count* kurang dari 5 yaitu 33.3 %.

### Instrumen Penelitian

Pengukuran *Picky Eating* pada anak usia prasekolah diukur menggunakan *Child Eating Behavior questionnaire (CEBQ)* yang versi bahasa Indonesia yang sebelumnya telah digunakan oleh Cerdasari, et al (2017) pada anak usia *toddler* dan akan diuji validitas dan reliabilitas ulang karena menggunakan lokasi dan responden yang berbeda yaitu anak prasekolah. Kuesioner *CEBQ* memiliki 35 pertanyaan menggunakan skala Likert yaitu “tidak pernah = 1”, “jarang” = 2, “kadang – kadang” = 3 “sering” = 4, dan “selalu” = 5 sehingga diperoleh nilai terkecil pada skala yaitu 35 dan nilai terbesar 175 dan terdiri dari 8 parameter yaitu 1) responsif terhadap makanan, 2) makan berlebihan secara emosional, 3) kenikmatan saat makan, 4) keinginan untuk minum, 5) respon kenyang, 6) lambatnya makan, 7) kurangnya makan secara emosional, dan 8) kerewelan saat makan. Penilaian *Picky eating* dilihat dari 2 skor yaitu *food avoidance* (menghindari makan) dan skor *food approach* yang rendah (mendekati makan) semakin tinggi skor yang didapatkan yaitu 175 maka anak dikategorikan *picky eating* dan 35 anak dikategorikan tidak *picky eating*. (16)

Status gizi anak usia prasekolah diukur dengan pengukuran antropometri menurut Kemenkes Tahun 2020 yaitu pengukuran BB/PB menggunakan timbangan dan *microtoise* untuk anak usia 0 – 60 bulan yang diukur dengan skala rasio dengan kategori yaitu gizi buruk =  $< -3SD$ , gizi kurang =  $-2SD$  s.d  $+3SD$ , gizi baik =

2SD s.d + 1 SD, resiko gizi Lebih => +1 SD s.d +2SD, obesitas => +3SD (17).

*Short Term Memory* diukur dengan menggunakan alat *Missing Scan Task (MST)* yaitu anak prasekolah diberikan 65 set hewan yang dikenali oleh anak usia prasekolah jika tidak dikenal maka set hewan tidak akan dimasukkan dalam permainan. Peneliti dan responden akan duduk berhadapan kemudian peneliti akan memberikan 3 set hewan perwakilan untuk anak usia 3 – 4 tahun kemudian anak akan diminta untuk menyebutkan dan mengingat hewan yang diberikan dengan suara keras selama 10 detik kemudian hewan tersebut akan kembali dimasukkan dalam kotak hewan selanjutnya peneliti hanya akan mengeluarkan 2 hewan secara acak dan meminta anak menyebutkan hewan mana yang hilang selama 3 detik . Sedangkan untuk anak usia 5 – 6 tahun pengukuran menggunakan 4 set hewan yang berbeda dalam bentuk ukuran dan panjangnya yang berbeda. Jika anak mampu menyebutkan seluruh hewan yang hilang dengan benar maka anak memiliki kemampuan *Short Term Memory* yang baik namun jika salah menamai hewan yang hilang maka akan dilakukan tes ulang hingga 5 kali jika mampu meningkat setiap kali tes maka skor akan meningkat.(18) dan pengukuran karakteristik responden dikumpulkan dengan cara wawancara kepada orangtua tentang usia anak, jenis kelamin, dan pemberian ASI Eksklusif.

Penelitian ini merupakan penelitian lanjutan dari peneliti sebelumnya yang telah melakukan penilaian *picky eating* pada anak usia prasekolah dengan status gizi pada tahun 2023 peneliti hanya melanjutkan dengan menambahkan variabel kemampuan *short term memory* pada anak usia prasekolah sehingga telah mendapatkan rekomendasi persetujuan etik dari Komisi Etik Universitas Hassanuddin Fakultas Kesehatan

Masyarakat dengan nomor  
2795/UN4.14.1/TP.01.02/2023.

## HASIL

### Analisis Univariat

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan karakteristik Anak Prasekolah di Wilayah Kerja Puskesmas Pannambungan Kota Makassar

Karakteristik Responden	(n = 76)	%
<b>Usia (Bln)</b>		
36	21	27,6
48	28	36,8
60	16	21,1
72	11	14,5
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki – Laki	45	59,2
Perempuan	31	40,8
<b>ASI Eksklusif</b>		
Tidak ASI Eksklusif	18	23,7
ASI Eksklusif	58	76,3
<b>Awal Pemberian MPASI</b>		
6 Bulan	63	35,5
5 Bulan	13	64,5
<b>Perilaku Picky Eating</b>		
Ya	49	64,5
Tidak	27	35,5
<b>Status Gizi</b>		
Gizi Kurang	14	18,4
Gizi Baik	59	77,6
Gizi Lebih	3	4,0

Berdasarkan tabel 1 diatas didapatkan hasil penelitian yang melibatkan sebanyak 76 responden yang bersedia mengikuti penelitian. Hasil penelitian didapatkan bahwa paling banyak anak berusia 48 bulan sebanyak 28 (36.8%).Perilaku *picky eating* pada anak usia prasekolah sebagian besar anak prasekolah memiliki perilaku *picky eating* sebanyak 49 (64.5%) dan sebagian besar anak prasekolah memiliki berada pada status gizi baik yaitu sebanyak 59 (77.6%) namun terdapat juga anak usia prasekolah yang mengalami status gizi kurang yaitu sebanyak 14 (18.4%).

## Analisis Bivariat

Tabel 2

Analisis Hubungan *Picky Eating* dengan Kemampuan *Short Term Memory* pada Anak Usia Prasekolah di Wilayah Kerja Puskesmas Pannambungan

Perilaku <i>Picky Eating</i>	Kemampuan <i>Short Term Memory</i>						Nilai <i>p</i>
	Baik		Cukup		Kurang		
	n = 76	%	n = 76	%	n=76	%	
Ya	9	18,4	19	38,8	21	42,9	0,001
Tidak	20	74,1	4	14,8	3	11,4	

Berdasarkan hasil analisis bivariat pada tabel 2 menggunakan uji alternatif *Chi Square* yaitu *Mann Whitney* karena masing masing variabel menggunakan data numerik (19) untuk melihat hubungan antara variabel independen *picky eating* terhadap kemampuan *short term memory* pada anak prasekolah karena tidak memenuhi syarat tabel 2 x 2 didapatkan nilai  $p < 0.005$  yaitu 0.000 yang berarti bahwa terdapat hubungan antara perilaku *picky eating* dengan

kemampuan *short term memory* pada anak usia prasekolah. Dalam tabel 2 dijelaskan bahwa anak dengan perilaku *picky eating* sebagian besar memiliki kemampuan *short term memory* yang baik hanya 9 (18.4%) dan paling banyak memiliki kemampuan *short term memory* yang kurang sebanyak 21 (42.9%) sedangkan anak yang tidak memiliki perilaku *picky eating* mempunyai kemampuan *short term memory* yang baik sebanyak 20 (74.1%).

Tabel 3

Analisis hubungan Status Gizi Berdasarkan Berat Badan (BB/TB) dengan Kemampuan *Short Term Memory* pada anak Usia Prasekolah

Status Gizi Berdasarkan Berat Badan (BB/PB)	Kemampuan <i>Short Term Memory</i>						Nilai <i>p</i>
	Baik		Cukup		Kurang		
	n = 76	%	n = 76	%	n=76	%	
Gizi Kurang	1	7,1	4	28,6	9	64,3	0,009
Gizi Baik+Lebih	24	38,7	19	30,6	19	30,6	

Untuk melihat hubungan antara Status Gizi (Berat Badan BB/TB) dengan Kemampuan *Short Term Memory* pada anak Usia Prasekolah karena tabel 3 x 3 tidak memenuhi syarat uji *chi square* karena terdapat 2 cells yang memiliki nilai expected count kurang dari 5 yaitu 33.3 % maka peneliti melakukan penggabungan cell terhadap variabel status gizi untuk membaca hasil tersebut sehingga didapatkan nilai  $p < 0.05$  yaitu 0.009 yang berarti terdapat hubungan antara status gizi (BB/TB) dengan Kemampuan *Short Term Memory* pada anak Usia Prasekolah. Hal ini dilihat pada tabel diatas bahwa anak yang memiliki status gizi kurang memiliki kemampuan *short term memory* paling banyak dalam kategori kurang sebanyak 9 (64.3%) sedangkan yang memiliki status gizi baik + lebih paling banyak memiliki kemampuan *short term memory* dalam kategori baik sebanyak 24 (38.7%).

## PEMBAHASAN

### Hubungan Perilaku *Picky Eating* dengan Kemampuan *Short Term Memory*

Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar anak usia prasekolah memiliki perilaku *picky eating*, yaitu 49 (64,5%) anak. Temuan ini sejalan dengan berbagai studi yang melaporkan bahwa perilaku *picky eating* merupakan masalah makan yang sering terjadi pada usia prasekolah dan dapat memengaruhi asupan zat gizi serta status gizi anak. Studi terbaru pada anak prasekolah melaporkan prevalensi *picky eating* sekitar 45–60%, dengan konsekuensi berupa rendahnya variasi makanan, khususnya konsumsi buah, sayur, dan sumber protein hewani(20). *Picky eating* sering dianggap orangtua sebagai perilaku yang “normal” dan akan hilang dengan sendirinya seiring

bertambahnya usia. Namun, tinjauan mutakhir menjelaskan bahwa picky eating yang menetap dapat menimbulkan kesulitan makan yang berkepanjangan, berdampak pada kecukupan energi dan zat gizi, serta berpotensi berlanjut hingga masa remaja (21). Pola konsumsi yang monoton dan rendah kualitas gizi ini dapat menyebabkan asupan mikronutrien penting, seperti zat besi, zinc, dan iodium menjadi tidak optimal, yang diketahui berperan besar dalam fungsi otak dan proses kognitif, termasuk memori jangka pendek (short term memory) (22).

Hasil penelitian ini menemukan adanya hubungan bermakna antara perilaku picky eating dengan kemampuan short term memory. Secara biologis, hal ini dapat dijelaskan melalui mekanisme bahwa keterbatasan asupan gizi akibat picky eating, terutama asupan protein, zat besi, zinc, dan vitamin kelompok B, dapat mengganggu proses mielinisasi, pembentukan neurotransmitter, serta metabolisme energi di otak. Kondisi tersebut pada akhirnya dapat menurunkan kemampuan konsentrasi, perhatian, dan daya ingat sesaat anak. Studi-studi terkini juga melaporkan bahwa masalah makan dan status gizi yang kurang baik berkaitan dengan kemampuan memori jangka pendek dan performa belajar yang lebih rendah pada anak usia sekolah (23). Tidak hanya itu bahwa gangguan nutrisi yang dialami oleh anak usia prasekolah tidak hanya memicu timbulnya gangguan pertumbuhan dan perkembangan pada anak yang ditandai dengan menurunnya konsentrasi, performa mental dan juga dapat menurunkan daya tahan tubuh pada anak (24). Menurut Wong, 2009 perkembangan anak usia prasekolah sangat penting karena pada masa ini terjadi proses pertumbuhan dan perkembangan pada anak mulai biopsikososial dan spritual bahwa salah satu yang dapat mencegah gangguan kesehatan fisik pada masa ini adalah memberikan makanan bergizi dan sehat pada anak usia prasekolah untuk mempersiapkan anak memasuki usia sekolah (25). Selain faktor biologis, faktor lingkungan seperti pola asuh makan, praktik pemberian makan (feeding practice), serta paparan makanan siap saji dan makanan manis juga

berkontribusi terhadap terbentuknya picky eating. Penelitian terbaru di Indonesia menunjukkan bahwa gaya pengasuhan, kebiasaan keluarga, dan pola makan tinggi energi tetapi rendah kualitas gizi berhubungan dengan perilaku picky eating dan risiko masalah gizi pada anak prasekolah (26).

### **Hubungan Status Gizi dengan Kemampuan Short Term Memory Pada Anak Usia Prasekolah**

Berdasarkan hasil penelitian yang dijelaskan dalam tabel 1 bahwa status gizi pada anak usia prasekolah sebanyak 59 (77,6%) anak usia prasekolah memiliki status gizi yang baik namun tidak sedikit juga dari 76 responden yang terlibat dalam penelitian terdapat 14 (18,4%) yang mengalami gizi kurang. Hasil penelitian ini juga didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Viljakainen et al 2018 bahwa parameter perilaku makan yang terjadi pada anak usia prasekolah terjadi sejak usia 2 – 3 tahun atau usia *toddler* bahwa anak memiliki otonomi dan konsep diri yang mengatur pengaturan ini dan mulai sejak ini anak mulai mengalami kesulitan makan atau *feeding difficulties* namun perilaku ini juga dapat memiliki dampak positif pada anak bahwa mengurangi resiko anak mengkonsumsi makanan yang mengandung bahan beracun sehingga dapat berpengaruh pada pola peningkatan berat badan (27). Namun berbeda dengan Viljakainen et al 2018 terdapat penelitian lain yang mengatakan bahwa dampak dari perilaku *picky eating* sangat berpengaruh pada status kesehatan pada anak usia prasekolah justru menurut Taylor et al 2015 bahwa anak cenderung ingin mengkonsumsi makanan yang disukai dan cenderung memilih makanan cepat saji dan yang mengandung pemanis buatan yang dapat mempengaruhi pertumbuhan berat badan anak yang lebih cepat dan signifikan yang akan berpengaruh pada perkembangan anak hingga usia remaja bahkan sampai dewasa yang berdampak sehingga dapat disimpulkan bahwa perilaku ini dapat menghambat proses pembelajaran pada anak (28).

Berdasarkan hasil penelitian yang dijelaskan pada tabel 2 didapatkan bahwa nilai  $p <$

0.05 yaitu 0.000 yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara perilaku *picky eating* dengan kemampuan *short term memory* hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Winarsih 2021 bahwa permasalahan pertumbuhan yang dipengaruhi oleh masalah nutrisi juga dapat berdampak pada pola perkembangan anak pada tahap usia prasekolah salah satunya dalam hal perkembangan kognitif dan motorik yang dapat dilihat dari kemampuan *short term memory*. Tolak ukur keadaan gizi anak usia prasekolah sangat dipengaruhi oleh asupan gizi yaitu jumlah nutrisi yang masuk dalam tubuh sangat mempengaruhi status gizi baik atau anak apakah mengalami kekurangan gizi atau kelebihan gizi sehingga dapat memperlambat pertumbuhan dan perkembangan pada anak. Pada status gizi sangat dipengaruhi oleh asupan protein dan faktor – faktor lain pada anak usia prasekolah, data WHO 2014 menunjukkan bahwa sebanyak 51 juta anak didunia mengalami kondisi kurus, sebanyak 161 juta mengalami kondisi stunting, dan 42 juta mengalami obesitas dan kegemukan. Tidak hanya itu data RISKESDAS tahun 2018 pada anak usia 5 – 12 tahun yang diukur berdasarkan IMT / U dinegara Indonesia didapatkan bahwa sebesar 9,25 % berada dikategori kurus dan 2,4 % kategori sangat kurus sedangkan dengan kategori gemuk dan obesitas mencapai angka 20 % dan 9,2 % masuk dalam kategori obesitas (29).

Hasil penelitian didapatkan bahwa sebanyak 29 (38.2%) memiliki kemampuan *short term memory* yang dengan kategori baik namun angka ini tidak berbeda jauh dengan anak usia prasekolah yang memiliki kemampuan *short term memory* yang kurang sebanyak 24 (31.6%) yang dijelaskan dalam tabel 1.4 anak usia prasekolah di Kelurahan Mario Kecamatan di Wilayah kerja Puskesmas Pannambungan Kota Makassar. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Yesi et al 2023 terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi memori jangka pendek atau *short term memory* pada anak yaitu status gizi dimana anak yang cenderung memiliki status gizi baik cenderung memiliki kemampuan daya ingat sesaat atau *short term memory* yang baik

juga sedangkan anak dengan status gizi kurang memiliki penurunan kemampuan *short term memory* (30). Memori jangka pendek merupakan suatu aktivitas penerimaan yang berguna untuk menyimpan informasi secara terbatas dan dapat memberi makna informasi serta membentuk pengetahuan untuk dapat disimpan pada memori jangka panjang sehingga sangat dibutuhkan dalam menyelesaikan tugas yang bersifat akademik yang berfungsi sebagai dari fungsi kognitif sehingga kebiasaan memilih makanan pada anak dapat juga berpengaruh pada konsumsi suplemen makro yang sangat penting bagi pertumbuhan otak seperti magnesium (Mg) dan zat besi (Fe) (31).

Selain itu pentingnya stimulasi untuk perkembangan memori jangka pendek atau *short term memory* pada anak untuk membantu meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan komunikasi pada anak usia prasekolah sehingga anak – anak yang memiliki kemampuan *Short Term Memory* yang baik dapat mengenal dan meningkatkan pembendaharaan kata atau mengingat kosakata baru dibandingkan dengan anak – anak yang tidak memiliki kemampuan memori jangka pendek yang baik (32). Sejak 100 hari kehidupan pertama yang paling penting dalam perkembangan anak adalah perkembangan kognitif anak yang sangat dipengaruhi oleh status nutrisi sejak masa bayi dan balita selain itu juga bahwa pentingnya memantau perilaku anak khususnya dalam hal makan dan memilih makanan yang akan dikonsumsi yang berkaitan erat dengan perkembangan memori jangka pendek sehingga dapat berdampak pada prestasi akademik anak dimasa depan (33). Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sadikin et al pada tahun 2018 yang menyatakan bahwa faktor utama yang mempengaruhi peningkatan perkembangan kognitif yang berkaitan dengan memori jangka pendek seorang anak adalah genetik atau turunan dari orangtua, lingkungan dan asupan nutrisi secara umum. Pemberian nutrisi yang adekuat sangat berpengaruh pada perkembangan otak sebagai bentuk pencegahan dari kegagalan pertumbuhan seperti stunting yang sangat berhubungan erat

dengan berkurangnya kemampuan kognitif pada anak (34).

Pendapat lain dari Sari et al pada tahun 2019 menyebutkan bahwa pentingnya pertumbuhan tulang pada anak sangat dipengaruhi oleh asupan makanan atau apa yang dikonsumsi oleh anak tersebut, jika asupan makanan pada usia ini berkurang maka pertumbuhan tulang juga akan terganggu yang akan menyebabkan anak mengalami kegagalan pertumbuhan. Pentingnya mencukupi status nutrisi anak dengan memberikan makanan yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak seperti protein, kalsium, fosfor, vitamin, magnesium dan zinc sehingga dapat memacu dan meningkatkan pertumbuhan otak anak (35). Sebagai bentuk pencegahan dari orangtua terhadap kurangnya asupan nutrisi yang diberikan kepada anak maka orangtua khususnya yang tinggal baik di kota maupun pedesaan dapat memberikan anak makanan yang tinggi akan protein baik dari hewani maupun dari nabati selain protein meningkatkan asupan kalsium juga penting untuk proses pembentukan tulang yang dapat diperoleh dari asupan susu. Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan maka dapat disimpulkan bahwa sebagian anak usia prasekolah dilokasi penelitian memiliki perilaku *picky eating* dan status gizi yang baik sehingga perilaku *picky eating* dan status gizi berhubungan dengan kemampuan *short term memory* pada anak usia prasekolah di Kelurahan Mario Kecamatan Mariso Makassar.

### SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara perilaku **picky eating** dan kemampuan memori jangka pendek (*short term memory*) pada anak usia prasekolah. Selain itu, status gizi juga berhubungan dengan kemampuan memori jangka pendek pada anak usia prasekolah yang berperan penting dalam proses pertumbuhan, perkembangan, serta kesiapan anak memasuki jenjang sekolah.

Saran bagi peneliti selanjutnya adalah mengembangkan penelitian ini dengan menganalisis lebih jauh kekuatan hubungan

masing-masing variabel serta menambahkan variabel lain yang berpotensi berpengaruh terhadap memori jangka pendek, seperti durasi bermain gadget.

### KONFLIK KEPENTINGAN

Pada penelitian ini tidak ada konflik kepentingan.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Penelitian ini dapat berjalan dengan baik tanpa adanya dukungan dari seluruh pihak terkait khususnya dari Kementerian Pendidikan Tinggi, Riset dan Teknologi yang telah membiayai penelitian ini melalui Hibah DRTPM BIMA tahun 2024. Tidak lupa juga ucapan terima kasih kepada Puskesmas Pannambungan Kota Makassar dan STIK Stella Maris Makassar

### DAFTAR PUSTAKA

1. Birch LL. Development of Food Preferences. *Annu Rev Nutr.* 1999;19(19):41–62.
2. Black MM, Dewey KG. Promoting equity through integrated early child development and nutrition interventions. *Ann N Y Acad Sci.* 2015;1308(2014):1–10.
3. Victora CG, Adair L, Fall C, Hallal PC, Martorell R, Richter L, et al. Maternal and Child Undernutrition 2 Maternal and child undernutrition : consequences for adult health and human capital. *Matern Child Undernutrition 2 Matern.* 2008;371:340–57.
4. Brown A, Lee MD. Early influences on child satiety-responsiveness: the role of weaning style. *Pediatr Obes.* 2013;10(10):57–66.
5. Cano SC. Trajectories of to a developmental problem. 2017.
6. Taylor CM, Emmett PM. Conference on ‘ Targeted approaches to tackling current nutritional issues ’ Symposium 1 : Current nutritional issues at the population level Picky eating in children : causes and consequences *Proceedings of the Nutrition Society Proceedings of the Nutrit. Proc Nutr Soc* (2019), [Internet]. 2020;(November 2018):161–9. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30392488/>
7. UNICEF. Children , food and nutrition [Internet]. Wauchope S, editor. New York: UNICEF; 2019. Available from:

- <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30392488/>
8. Arisandi R. Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Picky Eating Pada Anak. *J Ilmu Kesehatan Sandi Husada*. 2017;10(2):238–41.
9. Sambo M, Madu GY. Picky Eating : Faktor Risiko Stunting pada Anak Prasekolah Picky Eating : Risk Factors for Stunting in Preschool Children. *Bali Med J*. 2024;11(2):130–40.
10. Maneschy I, Jimeno A, María M, Berges LM, Rupérez AI, Daniela A, et al. Eating Behaviours and Dietary Intake in Children and Adolescents : A Systematic Review. *Curr Nutr Rep [Internet]*. 2024;363–76. Available from: <https://doi.org/10.1007/s13668-024-00544-w>
11. Bhinnety et al. Struktur dan proses memori. *Strukt Dan Proses Memori*. 2015;16(2):74–88.
12. Dhamayanti M, Herlina M. Skrining Gangguan Kognitif dan Bahasa dengan Menggunakan Capute Scales (Cognitive Adaptive Test/Clinical Linguistic & Auditory Milestone Scale-Cat/Clams). *Sari Pediatr*. 2016;11(3):189.
13. Nguyen DTK, Leung KK, McIntyre L, Ghali WA, Sauve R. Does Integrated Management of Childhood Illness (IMCI) Training Improve the Skills of Health Workers? A Systematic Review and Meta-Analysis. *PLoS One*. 2013;8(6).
14. Dahlan M sopiyuddin. *Statistik Untuk Kedokteran Dan Kesehatan*. ke-3. Jakarta: salemba medika; 2019. 22 p.
15. Dahlan MS. *Besar Sampel Dan Cara Pengambilan Sampel dalam Penelitian Kedokteran dan Kesehatan*. Suslia A, editor. Penerbit Salemba Medika; 2009. 22–21 p.
16. Cerdasari C, Helmyati S, Julia M. Tekanan untuk makan dengan kejadian picky eater pada anak usia 2-3 tahun. *J Gizi Klin Indones*. 2017;13(4):170–8.
17. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Tentang Standar Antropometri Anak. *Peratur Menteri Kesehat*. 2020;(1).
18. Roman AS, Pisoni DB, Kronenberger WG. Assessment of Working Memory Capacity in Preschool Children Using the Missing Scan Task. *NIH Public Access*. 2015;23(6):575–87.
19. Dahlan MS. *Statistik Untuk Kedokteran dan Kesehatan*. 2nd ed. Dahlan MS, editor. Jakarta: Salemba Medika; 2014. 165–175 p.
20. Aziseh N, Insan M, Hakiki K. Relationship Between Picky Eating Behavior and Level of Nutrient Adequacy in Preschool Children. *Media Gizi Indones (National Nutr Journal)*. 2024;19(3):296–303.
21. Diamantis D V, Emmett PM, Taylor CM. Effect of being a persistent picky eater on feeding difficulties in. *Appetite [Internet]*. 2023;183(July 2022):106483. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.appet.2023.106483>
22. Taylor CM, Emmett PM. Picky eating in children : causes and consequences. *Eur PMC Funders Gr*. 2020;1–9.
23. Sari PE, Nurmaidah VL, Susanti, Bistara ND. Nutritional Status With Short-term Memory in School-aged Children. *Malaysian J Med Heal Sci*. 2023;19(4):57–61.
24. Taylor CM, Emmett PM. Picky eating in children: Causes and consequences. *Proc Nutr Soc*. 2019;78(2):161–9.
25. Insan M, Hakiki K, Muniroh L. Hubungan Perilaku Picky Eater Dengan Status Gizi Pada. *J Psikol*. 2023;4(September):3183–93.
26. Magdalena A, Astuti Y, Aisyaroh N. The relationship between parenting patterns and the incidence of picky eating in preschool children at PAUD Islam Permatasari Tlogosari Semarang. *Sci Midwifery J*. 2024;12(2).
27. Viljakainen HT, Figuereido OR, Rounge BT, Weiderpass E. Picky eating – A risk factor for underweight in Finnish preadolescents. *Appetite*. 2018;133(1):107–14.
28. Taylor CM, Wernimont SM, Northstone K, Emmet MP. Picky/fussy eating in children: Review of definitions, assessment, prevalence and dietary intakes. *Appetite*. 2015;95(1):349–59.
29. Kementerian Kesehatan. Vol. 2, Kementerian Kesehatan RI Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat. 2018 [cited 2024 Mar 31]. p. 1–220 Hasil Utama RISKESDAS. Available from: [esmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir\\_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018\\_1274.pdf](https://esmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018_1274.pdf)
30. Nurmalasari Y, Mustofa LF, Sina IM, Bagayani AS. Hubungan Status Gizi Terhadap Memori Jangka Pendek Anak Usia 6-12 Tahun di SD Negeri 1 Srengsem. *Malahayati Nurs J*. 2023;10(8):2501–7.
31. Roman AS, Pisoni DB, Kroneberger WG. Assessment of Working Memory Capacity in

- Preschool Children Using the Missing Scan Task. NIH Public Access. 2014;23(23):575–87.
32. Winarsih BD, Fatmawati Y, Hartini S. Hubungan Status Gizi dan Status Hidrasi dengan Fungsi Memori Jangka Pendek Anak Usia Sekolah. *J Litbang Media Inf Penelitian, Pengemb dan IPTEK*. 2021;17(2):115–30.
  33. Roberts M, Tolar-Peterson T, Reynolds A, Wall C, Reeder N, Rico Mendez G. The Effects of Nutritional Interventions on the Cognitive Development of Preschool-Age Children: A Systematic Review. *Nutrients*. 2022;14(3):1–15.
  34. Sadikin IS, Lubis L, Djais JTB. Short-term Memory Comparison between Stunted and Non-Stunted Groups. *Althea Med J*. 2018;5(3):111–5.
  35. Sari WD, Lada CO, Nurina RL, Dedy MAE. Comparison of short-term memory between stunting and non-stunting children in urban and rural elementary school students in Kupang 2019. *World Nutr J*. 2020;4(1):46–55.