

# MENGHADAPI KESULITAN MAKAN PADA ANAK

dr. Nicholas Redly  
dr. Rafiq Rais Akbar, Sp. A



Tidak sedikit orang tua yang mengeluhkan kesulitan pemberian makan pada anaknya. Namun setelah dievaluasi, didapatkan bahwa anak yang memang memiliki masalah makan hanyalah 20-30%, dan hanya 1-2% yang mengalami masalah makan serius berkepanjangan yang akan mempengaruhi tumbuh kembang anak.

Peran dokter diperlukan untuk mengidentifikasi apakah masalah makan pada anak dan mengedukasi orang tua mengenai praktik pemberian makan yang benar. Masalah makan dapat diklasifikasikan menjadi *inappropriate feeding practice*, *small eaters*, *parental misperception*, dan *food preference (picky eater dan selective eater)*.

Evaluasi kesulitan pemberian makan pada anak diawali dengan anamnesa, pemeriksaan fisik dan antropometri untuk mencari tanda-tanda bahaya. Tanda bahaya yang dimaksud antara lain nyeri menelan, aspirasi, muntah, diare, gangguan tumbuh kembang, gejala kronis mengenai jantung dan paru, pemilihan makanan tertentu yang ekstrim, pola pemberian makan orang tua yang memaksa, penolakan makan setelah kejadian traumatis tertentu. Jika terdapat salah satu dari tanda diatas pasien harus dikonsultasikan dengan spesialis anak di bidangnya.

Manajemen penanganan masalah makan adalah dengan menetapkan aturan makan untuk balita yang disebut *Feeding Rules*, yang terdiri atas 3 bagian, yaitu :

**Jadwal**

Ada jadwal makanan utama dan makanan selingan (*snack*) yang teratur, yaitu tiga kali makanan utama dan dua kali makanan kecil di antaranya. Susu dapat diberikan dua – tiga kali sehari. Waktu makan tidak boleh lebih dari 30 menit. Hanya boleh mengonsumsi air putih di antara waktu makan.

**Lingkungan**

Lingkungan yang menyenangkan (tidak boleh ada paksaan untuk makan). Tidak ada distraksi (mainan, televisi, perangkat permainan elektronik) saat makan.

Jangan memberikan makanan sebagai hadiah.

**Prosedur**

Dorong anak untuk makan sendiri, bila anak menunjukkan tanda tidak mau makan (mengatupkan mulut, memalingkan kepala, menangis), tawarkan kembali makanan secara netral, yaitu tanpa membujuk ataupun memaksa. Bila setelah 10-15 menit anak tetap tidak mau makan, akhiri proses makan.

Sikap orang tua juga berpengaruh pada penanganan masalah makan pada anak. Orang tua harus mengenali tanda lapar dan kenyang yang ditunjukkan anak-anak dengan bahasa tubuhnya. Sikap orangtua yang tanggap terhadap tanda ini disebut *responsive feeding*. *Responsive feeding* menurut WHO mencakup :

- Pemberian makan langsung kepada bayi oleh pengasuh dan pendampingan untuk anak yang lebih tua yang makan sendiri.
  - Peka terhadap tanda lapar dan kenyang yang ditunjukkan bayi / batita.
  - Berikan makanan secara perlahan dan sabar.
  - Dorong anak untuk makan tanpa adanya paksaan.
  - Mencoba berbagai kombinasi makanan, rasa, tekstur serta cara agar anak mau bila anak menolak banyak macam makanan.
  - Sesedikit mungkin distraktor selama makan bila anak mudah kehilangan perhatian sewaktu makan.
  - Waktu makan merupakan periode pembelajaran, pemberian kasih sayang termasuk berbicara kepada anak disertai kontak mata.
- Nutrisi pada 1000 hari pertama anak memegang peranan penting

pada tumbuh kembang anak yang menjamin kualitas jangka pendek dan panjang dari anak. Untuk itu diperlukan pengetahuan orang tua mengenai praktik pemberian makan yang benar, yaitu aturan makan dan sikap orang tua yang responsif. **ML**

**Daftar Pustaka :**

1. Benny Kerzner, et al. A Practical Approach to Classifying and Managing Feeding Difficultie. *Pediatrics* 2015; 135(2): 10.
2. Phalen, J. A. Managing Feeding Problems and Feeding Disorders. *Pediatrics in Review*, 2013; 34(12): 9.
3. Ikatan Dokter Anak Indonesia. Rekomendasi Asuhan Nutrisi Pediatrik. Jakarta; Badan Penerbit IDAI; 2012.
4. Ikatan Dokter Anak Indonesia. Rekomendasi Praktik Pemberian Makan Berbasis Bukti pada Bayi dan Batita di Indonesia untuk Mencegah Malnutrisi. Jakarta; Badan Penerbit IDAI; 2012.
5. Yang H. R. How to approach feeding difficulties in young children. *Korean journal of pediatrics*, 2017; 60 (12), 379–384.
6. Goday, Praveen S et al. Pediatric Feeding Disorder: Consensus Definition and Conceptual Framework. *Journal of pediatric gastroenterology and nutrition* vol. 68,1 (2019): 124-129.

The 17<sup>th</sup> Scientific Respiratory Medicine Meeting

## PIPKRA 2020

(Pertemuan Ilmiah Pulmonologi & Kedokteran Respirasi)

### Facing The New Era Revolution of Pulmonary and Respiratory Medicine

Borobudur Hotel, February 16 - 22, 2020

#### TOPICS

- Asthma, COPD and ACOS
- Interstitial Lung Disease
- Interventional Pulmonology
- Lung Cancer
- Lung Function
- Lung Mycosis
- Occupational Lung Diseases
- Obstructive Sleep Apnea
- Pneumonia
- Pulmonary Hypertension
- Respiratory Critical Care
- Sepsis
- Smoking Cessation
- Tuberculosis
- etc

#### Postgraduate Course

No	Event	Date	Course Fee
1	Basic Science and Update Management of Lung Cancer (2 days)	February 19-20, 2020	IDR 5.000.000,-
2	Comprehensive Management of TB with Special Condition (2 days)	February 19-20, 2020	IDR 5.000.000,-
3	Interstitial Lung Disease	February 20, 2020	IDR 2.500.000,-
4	HRCT Course for Pulmonologist	February 20, 2020	IDR 2.500.000,-

#### Workshop

No	Event	Date	Course Fee
1	The 4 <sup>th</sup> Indonesia Asian Intensive Reading of Radiograph for Pneumoconioses According to ILO Classification (3 days)	February 16-18, 2020	IDR 7.500.000,-
2	Pulmonary Emergency and Respiratory Life Support (PEARLS)	February 20, 2020	IDR 3.000.000,-
3	Interventional Pulmonology (Bronchoscopy and Pleural Procedures)	February 20, 2020	IDR 4.000.000,-
4	Obstructive Lung Disease	February 20, 2020	IDR 2.000.000,-

#### Symposium, February 21-22, 2020

No	Category	Early (Until January 31, 2020)	Late (After January 31, 2020)
1	Specialist	IDR 1.750.000,-	IDR 2.500.000,-
2	General Practitioner/Resident/Medical Student/Nurse	IDR 1.000.000,-	IDR 1.500.000,-

#### METHOD OF PAYMENT

Koperasi Bersama Kesehatan Respirasi  
Bank Mandiri KK Jakarta RS Persahabatan  
ACC No. 006-00-0995702-2

Secretariat  
Contact Person : (Narti, Zaenal, April)  
Phone/Fax : +62-21-47869389, 4705684  
Whatsapp : +62 813-8506-9844  
Email : pipkrapar@gmail.com  
Website : www.pulmo-ui.com/index.php/pipkra

#### Call for Abstract

Free Paper and Poster Presentation  
Submission Before January 17, 2020

Supported by :

Department of Pulmonology and Respiratory Medicine, Faculty of Medicine, Universitas Indonesia - Persahabatan Hospital