

## Penerapan Prinsip-Prinsip Cognitive Behaviour Therapy dalam Menangani Anak dengan Selective Eating Problem = The Applications of Cognitive Behaviour Therapy Principles in Treating A Child With Selective Eating Problem

Imelda Saraswati, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20343984&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Intervensi yang dilakukan menggunakan Cognitive Behaviour Therapy dalam menangani selective eating problem pada anak laki-laki berusia sembilan tahun. Tujuan intervensi adalah untuk mengidentifikasi dan mengubah distorsi kognitif anak tentang makanan sehingga anak diharapkan mampu menemukan makanan lain yang dapat dikonsumsi olehnya. Intervensi dilakukan dalam 15 sesi yang berlangsung dalam jangka waktu dua bulan. Sesi terbagi atas dua bagian, yaitu sesi intervensi kognitif untuk mengubah distorsi kognitif pada anak serta sesi perilaku dimana anak berhadapan langsung dengan makanan dan mengaplikasikan materi yang didapatkan pada sesi kognitif. Setelah 15 sesi intervensi selesai dilakukan, terlihat bahwa anak dapat menemukan dan memahami distorsi pikirannya tentang makanan sehingga akhirnya anak mampu berpikir secara lebih seimbang. Kondisi tersebut akhirnya berpengaruh terhadap perilakunya, yaitu anak bersedia mencoba makan dan menemukan satu jenis makanan yang dapat dikonsumsi sebagai menu makan siang atau makan malam. Beberapa saran yang dapat diberikan antara lain: orangtua sebaiknya tidak memaksa dan mengancam anak untuk makan. Orangtua juga perlu lebih bersabar dan membedakan pujian untuk setiap perkembangan positif serta berdiskusi bersama dengan anak dalam menentukan menu makan siang atau makan malam.

.....The intervention has been done using Cognitive Behavior Therapy to treat a 9 years old boy with selective eating problem. The objective of the intervention are to identify and change the child's cognitive distortion about food so that he is expected to be able to find the other food he can consume. Intervention was implemented in 15 sessions during two months period. Sessions were divided into two segments, consisting of cognitive intervention session to change the child's cognitive distortion and behavior session where he was directly faced with the food and applied the material given in cognitive session. After 15 sessions were done, it can be seen that the child can recognize and understand their cognitive distortion about food in such a way- that he can be able to think more proportionately. That condition eventually affects his behavior, i.e., he is willing to try the food and find one type of food that can be eaten as lunch or dinner menu. Some recommendations given include : parents should not force and threaten their child to eat. Parents also need to be more patient and give compliments for each of positive improvement, and also discuss together with their child to decide the lunch or dinner menu that the child desires.