

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa anak prasekolah, umumnya dari usia 4 hingga 6 tahun merupakan masa emas dimana terjadi perkembangan fisik dan psikologi anak sangat pesat, sehingga anak harus mendapatkan gizi yang baik, cukup dan seimbang (Nurmalasari, Utami, & Perkasa, 2020). Anak usia prasekolah dikenal sebagai konsumen aktif, dimana anak mulai bisa memilih makanan yang disukai seperti: *Ultra Processed Food* (Piscok, *Nugget*, *Hot dog*), makanan manis (permen, coklat, dan sereal) dan makanan yang berbumbu gurih (makanan ringan/*snacks*, *biscuit*) sehingga bisa menyebabkan berkurangnya nafsu makan anak (Astuti, Magdalena, & Aisyaroh, 2023). Perilaku memilih makanan (*picky eater*) pada anak usia prasekolah dapat menyebabkan pertumbuhan dan perkembangan anak usia prasekolah tidak optimal yang akan mengakibatkan stunting, obesitas, kekurangan mikronutrien dan kenaikan berat badan yang inadeguat (Afrinis, Indrawati, & Raudah, 2021) .

Prevalensi *picky eater* pada anak-anak bervariasi antar negara. Di negara Belanda, prevalensi *picky eater* sekitar 26,5% pada anak usia 1,5 tahun, sedikit meningkat pada usia 2–3 tahun, kemudian menurun pada usia 6 tahun, menunjukkan bahwa kondisi ini sering kali merupakan fase sementara (Sleiman, Abdelkader, & AlTannir, 2024). Di negara lain, prevalensi *picky eater* lebih tinggi. Di China, angka *picky eater* mencapai 59,3% pada anak usia 7-12 tahun, sementara di Thailand sekitar 26,9% pada anak usia 1-4 tahun. Di Amerika Serikat, prevalensi pada anak usia 4-24 bulan adalah 34,4%.

Picky eater ditemukan pada anak-anak di Indonesia, terutama pada usia 3 hingga 5 tahun, dan dapat memengaruhi kesehatan serta perkembangan anak. Penelitian menunjukkan dengan prevalensi mencapai 70,5 % anak di usia 3 – 5 tahun cenderung pilih-pilih makanan (Pramesty, Yunitasari, & Puspitasari, 2021). Sebuah penelitian yang dilakukan di Malang, Jawa Timur, menemukan bahwa 73,2% anak usia sekolah menunjukkan perilaku pilih-pilih makanan (Cerdasari, Helmyati, & Julia, 2020).

Tingginya prevalensi *picky eater* pada anak dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berinteraksi, baik intrinsik maupun ekstrinsik termasuk penggunaan *gadget*. Anak-anak yang terlalu sering menggunakan *gadget* cenderung lebih teralihkan selama waktu makan, yang dapat menyebabkan gangguan dalam pengenalan dan penerimaan makanan baru (Ali, Anuar, Mustafa, Halim, & Sivabalan, 2020). *Gadget*, seperti *smartphone* dan *tablet*, telah menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari. Penelitian yang dilakukan oleh Barotun Mabaroh & Sugianti (2021), jumlah pengguna *gadget* di Indonesia diperkirakan mencapai 191,6 juta pada tahun 2021, menjadikan Indonesia sebagai pasar *gadget* terbesar keempat di dunia setelah China, India, dan Amerika Serikat. Penggunaan *gadget* secara berlebihan pada anak prasekolah dapat mengganggu pola perilaku anak, seperti mengurangi interaksi dengan lingkungan. Penggunaan *gadget* lebih dari 3 jam sehari, cenderung membuat anak menjadi malas makan atau enggan mencoba makanan baru.

Berdasarkan Teori *Problematic Smartphone Use* menjelaskan bahwa penggunaan *smartphone* yang berlebihan tanpa kontrol diri dapat menyebabkan ketergantungan atau kecanduan. Dampaknya meliputi gangguan kesehatan

seperti pola tidur terganggu, gangguan penglihatan, depresi, kecemasan, stress dan pola makan tidak teratur. Untuk menghindari hal ini, diperlukan peningkatan kesadaran akan risiko penggunaan *smartphone* yang berlebihan serta upaya pengendalian waktu penggunaan *gadget* (Mulyati & NRH, 2020).

Berdasarkan hasil pra penelitian yang dilakukan di TK Negeri Pembina Bondowoso dengan tujuan peneliti melakukan wawancara dan observasi untuk mengumpulkan data awal sebelum melakukan penelitian lanjutan yaitu terdapat fenomena ini terlihat pada kebiasaan anak-anak yang lebih menyukai menu tertentu seperti nasi soto, nasi goreng dan bakso, dibandingkan dengan menu lain seperti nasi lodeh, nasi pecel, nasi rawon, tahu campur yang sering tersisa. Pola ini mengindikasikan adanya preferensi makanan yang berpotensi menjadi perilaku *picky eater*. Faktor yang mempengaruhi perilaku *picky eater* anak dapat bervariasi, termasuk pola asuh, kebiasaan makan keluarga, hingga pengaruh teknologi seperti penggunaan *gadget*.

Berdasarkan wawancara di sekolah, orang tua dan guru memberikan penyuluhan tentang penggunaan *gadget* melalui *parenting sessions*. Salah satu poin yang disampaikan adalah pengaturan waktu penggunaan *gadget*, yakni 15 menit pada hari Sabtu dan Minggu. Namun, keterbatasan pengawasan terhadap penggunaan *gadget* ini masih menjadi tantangan, terutama dalam memahami dampaknya terhadap kebiasaan makan anak. Anak yang terlalu lama menggunakan *gadget* cenderung mengalami gangguan fokus saat makan, kehilangan nafsu makan, atau bahkan bergantung pada visualisasi makanan tertentu yang mereka lihat di media digital. Hal ini berpotensi mempengaruhi perilaku *picky eater* pada anak.

Perawat memiliki peran penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak prasekolah. Salah satunya diantaranya yaitu mengidentifikasi lama penggunaan *gadget* dan mengidentifikasi perilaku *picky eater* pada anak prasekolah dimana hal ini dapat digunakan sebagai acuan dalam mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak prasekolah. Oleh karena itu, penting untuk dilakukan penelitian “hubungan lama penggunaan *gadget* dengan perilaku *picky eater* berbasis *problematic smartohone use* pada anak prasekolah di Kabupaten Bondowoso” guna memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang pengaruh teknologi dan pola pengasuhan terhadap pola makan anak.

B. Rumusan Masalah

1. Pernyataan Masalah

Picky eater pada anak prasekolah menjadi perhatian yang serius, mengingat tingginya prevalensi perilaku ini yang dapat memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak. *Picky eater*, yang melibatkan ketidakmauan anak untuk mencoba makanan baru dan kurangnya variasi makanan, sering dikaitkan dengan pola makan yang kurang seimbang dan berdampak pada kecukupan nutrisi. Salah satu faktor yang diduga berperan dalam meningkatkan *picky eater* pada anak adalah penggunaan *gadget* dalam durasi yang panjang. Penggunaan *gadget* lebih dari dua jam per hari, terutama saat makan, dapat memperburuk kebiasaan makan yang tidak sehat, seperti melewatkan waktu makan atau cenderung memilih makanan cepat saji dan manis.

2. Pertanyaan Masalah

- a. Bagaimana lama penggunaan *gadget* pada anak prasekolah di Kabupaten Bondowoso?
- b. Bagaimana perilaku *picky eater* pada anak prasekolah di Kabupaten Bondowoso?
- c. Apakah ada hubungan antara lama penggunaan *gadget* dengan perilaku *picky eater* berbasis *problematic smartphone use* pada anak prasekolah di Kabupaten Bondowoso?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk menganalisis hubungan antara lama penggunaan *gadget* dengan perilaku *picky eater* berbasis *problematic smartphone use* pada anak prasekolah di Kabupaten Bondowoso

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi lama penggunaan *gadget* pada anak prasekolah di Kabupaten Bondowoso
- b. Mengidentifikasi perilaku *picky eater* pada anak prasekolah di Kabupaten Bondowoso
- c. Menganalisis hubungan antara lama penggunaan *gadget* dengan perilaku *picky eater* berbasis *problematic smartphone use* pada anak prasekolah di Kabupaten Bondowoso

D. Manfaat Penelitian

1. Instansi Pendidikan Keperawatan

Menjadi referensi meningkatkan wawasan perawat tentang dampak lama

penggunaan gadget dengan perilaku *picky eater* terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak prasekolah.

2. Bagi perawat

Memberikan edukasi dan intervensi yang mendorong kebiasaan makan sehat dan penggunaan *gadget* yang bijak pada anak prasekolah.

3. Bagi Anak dan Keluarga

a. Meningkatkan kesadaran orang tua tentang dampak *gadget* pada pola makan

b. Membantu mencegah gangguan gizi akibat *picky eater*

c. Memberi panduan dalam membatasi penggunaan *gadget* pada anak, sehingga dapat mencegah *picky eater* dan mendukung pola makan sehat.

4. Instansi Pendidikan

Untuk mendukung bahwa menyediakan kebiasaan makan sehat di sekolah.

5. Penelitian Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat menjadikan referensi untuk pengembangan penelitian lebih mendalam terkait hubungan antara penggunaan *gadget* dan perilaku *picky eater* serta upaya intervensi yang efektif.