

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gangguan perilaku makan yang umum terjadi pada anak-anak adalah perilaku makan negatif. Perilaku makan sendiri merupakan respons individu terhadap makanan, yang merupakan kebutuhan pokok untuk menunjang kehidupan (Indriati, 2020). Perilaku makan negatif mencakup selektivitas makanan, pembatasan asupan, makan berlebihan, agitasi saat makan, dan keterlambatan makan (Idhayanti et al., 2022). Perilaku ini dapat menyebabkan asupan gizi yang tidak seimbang dan berdampak pada pertumbuhan fisik serta perkembangan mental anak (Naisa et al., 2024). Fenomena ini sering ditemui pada anak usia prasekolah, yaitu periode penting dalam pembentukan kebiasaan makan. Pada masa ini, anak-anak mengalami perkembangan kognitif dan sosial yang sangat cepat. Mereka mulai menunjukkan peningkatan otonomi dan kemampuan mengendalikan diri, termasuk dalam menentukan pilihan makan (Idhayanti et al., 2022).

Perilaku makan negatif dapat berdampak serius dalam jangka panjang, seperti kekurangan zat gizi mikro (zat besi, zinc, dan vitamin A), pertumbuhan terhambat, serta gangguan perkembangan perilaku dan emosi (Purnamasari & Adriani, 2020). Selain itu juga menimbulkan kecemasan dan frustrasi pada orang tua. Prevalensi perilaku makan negatif pada anak usia 3 sampai 5 tahun cukup tinggi. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia gangguan

makan pada anak termasuk dalam klasifikasi penyakit internasional ke-10 (Nurhayati et al., 2021).

Prevalensi menurut penelitian Goh & Jacob (2012) di Singapura mencapai 29,9% dan sementara menurut Chao & Chang (2017) di Taiwan hingga 72%. Sementara di Indonesia, perilaku makan negatif pada anak di Indonesia dilaporkan bervariasi. Salah satu studi menyebutkan angkanya mencapai 20%, dengan 44,5% di antaranya mengalami malnutrisi ringan hingga sedang, dan 79,2% telah mengalami kondisi ini lebih dari tiga bulan (Azizah et al., 2022). Studi lain menunjukkan prevalensi hingga 60,3% (Nurul Fitriani et al., 2024). Di Malang, Jawa Timur, tercatat sekitar 12,2% anak prasekolah mengalami masalah makan (Purnamasari & Adriani, 2020). Berdasarkan studi pendahuluan menunjukkan bahwa mayoritas anak di menggunakan gadget, dan dari 85 anak yang diamati, 42 anak menunjukkan indikasi perilaku makan negatif

Salah satu faktor yang diduga berkontribusi terhadap perilaku makan adalah paparan *gadget*. Banyak orang tua menggunakan *gadget* untuk mempermudah proses makan anak. Namun, kebiasaan ini dapat berdampak negatif pada pola makan. Anak yang sering terpapar *gadget* tidak menyadari rasa kenyang, kurang fokus pada makanan, serta gagal mengembangkan pengalaman sensorik saat makan (Putri & Humayrah, 2024). Meskipun *gadget* dapat menjadi media pembelajaran, penggunaan berlebihan justru menurunkan respons terhadap rasa lapar dan kenyang, serta membentuk preferensi terhadap makanan yang tinggi kalori dan rendah gizi. Selain itu,

paparan konten tidak sehat dan penurunan interaksi sosial saat makan turut memperkuat. Paparan *gadget* secara berlebihan juga dapat menghambat perkembangan keterampilan motorik penting yang dibutuhkan saat makan.

Rentang Usia 3–5 tahun atau anak prasekolah merupakan fase penting dalam pembentukan kebiasaan makan sehat. Pada fase ini, anak mulai belajar makan mandiri dan membentuk pola makan yang akan terbawa hingga dewasa. Pengalaman makan di usia dini sangat berpengaruh terhadap sikap anak terhadap makanan. Anak belajar dari lingkungan sekitarnya, baik melalui contoh orang tua maupun pengalaman langsung saat makan (Siti Nur Hayati & Putro, 2021). Kehadiran *gadget* saat makan dapat mengganggu proses ini dengan mengurangi interaksi dan eksplorasi anak terhadap makanan.

Penelitian yang dilakukan oleh Heryanto et al (2023) menunjukkan adanya hubungan signifikan antara perilaku makan dan status gizi pada anak prasekolah di RA Al-Fatah, Kabupaten Kuningan. Dari 69 responden, 46,6% memiliki perilaku makan bermasalah, dan 50% di antaranya berstatus gizi kurang. Selanjutnya, penelitian oleh Nurul Fitriani et al (2024) menguji hubungan antara pola asuh orang tua dengan perilaku makan pada anak usia prasekolah dilakukan di Kota Malang dengan jumlah 55 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 41,8% responden memiliki perilaku makan negatif, dan terdapat hubungan yang signifikan antara praktik pemberian makan oleh orang tua. Sementara penelitian yang dilakukan oleh Putri & Humayrah (2024) menyoroti dampak penggunaan *screen time* terhadap pola

konsumsi dan perilaku makan anak usia 3-5 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa durasi makan anak menjadi lebih lama saat, serta berhubungan signifikan antara *screen time* dengan perilaku makan seperti *slowness in eating*, *emotional under-eating*, dan peningkatan konsumsi camilan. Penelitian ini menegaskan bahwa penggunaan *gadget* saat makan dapat mengganggu fokus anak terhadap makan.

Berdasarkan ketiga penelitian terdahulu, dapat disimpulkan bahwa praktik pemberian makan oleh orang tua dan paparan *screen time* memiliki hubungan dengan perilaku makan anak, serta terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku makan dan status gizi. Namun, hingga saat ini belum terdapat penelitian yang secara khusus meneliti hubungan antara paparan *gadget* dengan perilaku makan pada anak usia prasekolah. Penelitian sebelumnya cenderung berfokus pada pola asuh atau dampak *screen time* secara umum terhadap perilaku konsumsi, tanpa mengeksplorasi secara spesifik hubungan antara penggunaan perangkat digital dengan bentuk perilaku makan.

Berdasarkan fenomena tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian berjudul “Hubungan Paparan *Gadget* dengan Perilaku Makan pada Anak Usia Prasekolah (3-5 tahun) di Posyandu Kampung Sanan Kota Malang”. Penelitian dilakukan di Posyandu Kampung Sanan, Kota Malang. Studi pendahuluan menunjukkan bahwa mayoritas anak di wilayah tersebut menggunakan *gadget*, dan dari 85 anak yang diamati, 42 anak menunjukkan indikasi perilaku makan negatif. Kondisi ini menimbulkan dugaan bahwa

paparan *gadget* berkontribusi terhadap munculnya perilaku makan, sehingga diperlukan analisis lebih lanjut.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka peneliti dapat menarik rumusan masalah “Apakah terdapat hubungan paparan *gadget* dengan perilaku makan pada anak usia prasekolah (3-5) tahun di Posyandu Kampung Sanan Kota Malang?.”

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui dan menganalisa hubungan paparan *gadget* dengan perilaku makan pada anak usia prasekolah (3-5 tahun) di Posyandu Kampung Sanan Kota Malang.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini diantaranya:

1. Mengidentifikasi paparan *gadget* pada anak usia prasekolah (3-5 tahun) di Posyandu Kampung Sanan Kota Malang.
2. Mengidentifikasi perilaku makan pada anak usia prasekolah (3-5 tahun) di Posyandu Kampung Sanan Kota Malang.
3. Menganalisis hubungan paparan *gadget* dengan perilaku makan pada anak usia prasekolah (3-5 tahun) di Posyandu Kampung Sanan Kota Malang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil temuan ini diharapkan dapat menjelaskan hubungan antara penggunaan *gadget* dengan perilaku makan pada anak usia 3-5 tahun yang dapat digunakan untuk memperkaya ilmu keperawatan anak.

1.4.2 Manfaat Praktisi

1. Bagi Puskesmas

Penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi dan masukan kepada pihak puskesmas bahwa paparan *gadget* berhubungan dengan perilaku makan pada anak prasekolah, sehingga dapat dijadikan dasar dalam perencanaan edukasi dan promosi kesehatan terkait pola makan sehat dan paparan *gadget* pada anak.

2. Bagi Responden

Diharapkan penelitian ini dapat memberi informasi kepada keluarga bahwa paparan *gadget* memiliki hubungan dengan perilaku makan pada anak usia prasekolah (3-5 tahun).

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan untuk peneliti selanjutnya yang ingin meneliti hal serupa, disarankan agar menggunakan instrument penelitian yang lain untuk melihat adakah perbedaan hasil yang didapat.