

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa anak-anak merupakan fase periode krusial dan mendasar dalam proses perkembangan manusia, di mana potensi individu mulai terbentuk dan berkembang (Komari, 2025). Pada usia prasekolah, Pada masa prasekolah, anak mulai menghabiskan lebih banyak waktu di lingkungan sekolah dan terpapar berbagai pengaruh sosial, sehingga preferensi serta pola makan anak dapat berubah seiring dengan interaksi dan kebiasaan makan teman sebayanya (Bernstein, 2024). Anak yang menunjukkan perilaku *picky eater* atau memiliki preferensi makanan yang terbatas menjadi tantangan tersendiri bagi orang tua, khususnya ibu, dalam upaya memenuhi kebutuhan gizi anak secara optimal (Sakinah, *et al.*, 2025). Peran orang tua sangat menentukan dalam membentuk perilaku makan anak, karena keterbatasan pengetahuan mengenai penanganan perilaku *picky eater* berpotensi menimbulkan dampak serius terhadap kecukupan gizi dan kondisi kesehatan anak (Hardjito, 2024). Perilaku *picky eater* pada anak umumnya disebabkan oleh kurangnya variasi makanan sejak dini. Kondisi ini sering terjadi pada anak usia prasekolah, apabila berlangsung dalam jangka waktu lama dapat menyebabkan ketidakcukupan asupan energi dan zat gizi yang diperlukan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak (Aly, 2023).

Kekurangan gizi pada anak masih menjadi permasalahan kesehatan yang serius di Indonesia, ditandai dengan tingginya prevalensi stunting, berat badan rendah, serta kondisi sangat kurus (*wasting*) yang hingga kini masih banyak dialami oleh anak usia balita. (UNICEF, 2020). Dari hasil laporan WHO (2020) prevalensi *wasting* yaitu sebesar 45,4 juta balita, prevalensi *stunting* yaitu sebesar 149,2 juta balita, prevalensi *underweight* sebesar 101 juta balita. Menurut data (UNICEF, 2020) salah satu permasalahan gizi pada balita yang masih menjadi tantangan serius di Indonesia hingga saat ini adalah masalah gizi kurang. Berdasarkan hasil SSGI menunjukkan bahwa prevalensi *underweight* Indonesia tahun 2024 adalah 16,8%. Di Provinsi Jawa Barat tahun 2023 prevalensi *underweight* adalah 14,7% (SKI, 2023). Menurut data kabupaten Tasikmalaya di Manonjaya tahun 2025

menunjukkan angka *underweight* yaitu 10,07%. Permasalahan pola makan yang umum terjadi pada anak balita, seperti perilaku *picky eater* serta penanganan yang kurang tepat oleh orang tua, merupakan salah satu faktor yang berkontribusi terhadap meningkatnya kejadian status gizi kurang hingga gizi buruk pada anak di Indonesia (Astuti, 2018). Hal ini sejalan dengan penelitian Hardianti (2018) menunjukkan bahwa anak prasekolah yang mengalami *picky eater* di Indonesia sebesar 52,4%. Data ini tidak jauh berbeda dengan penelitian Alifia (2024) yang dilakukan di Kecamatan Manonjaya sebesar 47% anak mengalami *picky eater* dengan status gizi kurang. Berdasarkan hasil studi pendahuluan dari 30 anak di TK Al-Fattah didapatkan hasil bahwa 20 anak mengalami *picky eater*, 17 orang (57%) diantaranya mengalami status gizi kurang (*underweight*), sedangkan dari 10 orang yang tidak mengalami *picky eater*, 13 orang (43%) diantaranya memiliki status gizi normal, yang berarti bahwa ada hubungan perilaku *picky eater* dengan status gizi pada anak usia prasekolah. Peneliti juga melakukan observasi menggunakan skala *comstock* terhadap sisa makanan siang gratis (MBG) pada anak prasekolah di TK Al-Fattah Manonjaya. Hasil observasi menunjukkan bahwa sebagian besar anak menyisakan $\frac{3}{4}$ porsi terutama nasi dan sayur. Pola sisa makanan ini mengindikasikan adanya preferensi makan yang selektif bahwa anak mengalami hambatan dalam menerima variasi makanan, yang berpotensi memengaruhi status gizi. Meskipun telah banyak penelitian yang meneliti hubungan antara perilaku *picky eater* dan status gizi anak usia prasekolah di berbagai daerah, namun belum terdapat penelitian yang secara khusus merancang media untuk menangani perilaku *picky eater* (Alifia, 2024).

Dalam pelaksanaan edukasi gizi, terdapat berbagai jenis media penyampaian informasi yang dapat dimanfaatkan, meliputi media cetak (seperti leaflet, poster, booklet, dan brosur), media elektronik (seperti video, animasi, serta aplikasi interaktif), maupun media langsung (seperti demonstrasi atau konseling) (Syarfaini., 2024). Menurut (fatin, 2023) *booklet* dinilai sebagai media edukasi yang efektif karena mampu menyajikan informasi secara komprehensif, sistematis, menarik, dan mudah dipahami, serta dapat diakses kembali oleh responden kapan saja. Selain itu, booklet memiliki keunggulan dibandingkan media edukasi lainnya karena dapat dimanfaatkan secara mandiri oleh orang tua sebagai panduan praktis

dalam menerapkan pola makan sehat pada anak (Gustiani & Syamsurizal, 2021). Dari hasil studi pendahuluan kepada ibu anak prasekolah didapatkan informasi terkait media, bahwa booklet dibutuhkan karena dianggap sebagai media yang tepat dan efisien untuk digunakan dalam pemahaman terkait edukasi gizi tentang picky eater dan status gizi pada anak prasekolah (Syaripurrohmah *et al.*, 2023). Responden merekomendasikan agar booklet dirancang dengan warna-warna pastel dan menarik, sesuai dengan karakteristik ibu anak prasekolah, serta ditambahkan dengan ilustrasi seperti sayuran dan buah-buahan untuk menyampaikan pesan gizi secara lebih komunikatif dan interaktif. Hal ini sesuai dengan penelitian Fatin (2023) booklet kelebihanannya bisa dibentuk dengan semenarik mungkin dengan rancangan warna-warna pastel dan menarik.

Berdasarkan latar belakang diatas dan hasil studi pendahuluan kepada kepala sekolah, guru dan ibu anak prasekolah, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait perancangan booklet mengenai picky eater dan status gizi anak prasekolah di TK Al-Fattah Manonjaya Kabupaten Tasikmalaya, dengan harapan dapat dimanfaatkan sebagai sumber informasi untuk meningkatkan pemahaman ibu anak prasekolah dalam menangani masalah picky eater pada anak.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan paparan dalam latar belakang di atas, maka penulis dapat merumuskan masalah penelitian sebagai berikut ”Bagaimana perancangan *prototype booklet* tentang *picky eater* dan status gizi pada anak prasekolah di TK Al-Fattah Manonjaya Kabupaten Tasikmalaya?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui perancangan *prototype booklet picky eater* dan status gizi pada anak prasekolah di TK Al-Fattah Manonjaya Kabupaten Tasikmalaya.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran kebutuhan informasi perancangan *prototype media booklet* tentang *picky eater* dan status gizi pada anak prasekolah di TK Al-Fattah Manonjaya Kabupaten Tasikmalaya.
- b. Mengetahui kelayakan perancangan *prototype media booklet* tentang *picky eater* dan status gizi anak prasekolah oleh ahli materi, ahli media, dan ahli bahasa.
- c. Mengetahui hasil uji coba perancangan *prototype media booklet* tentang *picky eater* dan status gizi anak prasekolah di TK Al-Fattah Manonjaya Kabupaten Tasikmalaya.

D. Manfaat Penelitian

a. Bagi Peneliti

Menambah wawasan, pengetahuan, dan pengalaman peneliti dalam bidang gizi anak, khususnya terkait masalah *picky eater* dan status gizi pada anak prasekolah.

b. Bagi Institusi

Memberikan kontribusi bagi institusi pendidikan dalam pengembangan karya ilmiah di bidang gizi masyarakat dan media edukasi.

c. Bagi Responden

Membantu orang tua dalam memahami cara mengatasi masalah makan pada anak agar status gizi tetap terjaga.