

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan yang menonjol pada era modern seperti ini dari sisi teknologi yang terus dan akan semakin berkembang. Salah satu wujud dari perkembangan teknologi adalah dengan adanya *gadget* yang sudah tersedia dimana-mana baik dalam bentuk laptop, komputer, *smartphone*, televisi, dan lain-lain. *Gadget* sangat mudah sekali menarik perhatian dan minat anak. Pengguna *gadget* ini bukan hanya dari kalangan orang dewasa maupun remaja saja, anak-anak yang masih dikalangan *playgroup* saja kini sudah tidak asing dengan yang namanya *gadget* (Novitasari, 2019)

Anak-anak memilih *gadget* daripada bermain dengan temannya, penggunaan *gadget* pada anak sudah menjadi hal yang biasa, bahkan Indonesia adalah salah satu negara yang menjadi pengguna *gadget* terbesar. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ismanto dan Onibala menunjukkan anak-anak cenderung menghabiskan waktu mereka untuk bermain *gadget* Laili U 2017 (Rizal, 2020)

Perusahaan riset Data Reportal (GSMA Intelligence) mengungkapkan bahwa jumlah penggunaan *Gadget* Indonesia mencapai 370,1 juta penduduk pada bulan Januari 2022. Jumlah penduduk Indonesia yang menggunakan *gadget* ini

meningkat 13 juta atau 3,6 persen dari periode yang sama di tahun sebelumnya. Berdasarkan data *Newzoo* dalam *dataindonesia.id* pada tahun 2022, Indonesia berada pada posisi ke empat penggunaan *gadget* terbanyak di dunia setelah China, India, dan Amerika (Khoirunnisa, 2023)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rideout (2016) Indonesia adalah negara yang paling aktif menggunakan media social pengguna di Indonesia sebesar 79,7%, mengalahkan Filipina 78%, Malaysia 72%, Cina 67%, di tahun 2011 penggunaan *gadget* di kalangan anak-anak 38%, di tahun 2013 meningkat menjadi 72% dan di tahun 2015 meningkat menjadi 80% *gadget* digunakan sebagai sarana bermain, 23% orang tua mengaku anak anak lebih suka menghabiskan waktunya untuk bermain *gadget*, 83% orang tua melaporkan bahwa anak mereka setidaknya *online* seminggu sekali Gunawan (2017) (Rizal, 2020).

Penelitian yang dilakukan Delima (2015) dalam jurnal (Oktafia, 2021) 94% orang tua menyatakan bahwa anak mereka menggunakan *gadget* untuk sarana bermain game, 63% anak bermain game maksimum 30 menit sekali dalam bermain *game* orang tuamereka menyatakan 15% anak bermain *game* selama 30-60 menit.

Menurut survei yang dilakukan Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), hampir setengah dari pengguna internet (dengan mengakses *gadget*) Indonesia merupakan masyarakat dalam kelompok umur anak anak (5-12 tahun) memiliki penetrasi internet sebesar (62,43%). Maka dari itu terdapat dampak negatif seperti kecanduan *gadget*. Kecanduan *gadget* berdampak pada perkembangan anak dan remaja, sehingga anak yang kecanduan akan asyik dengan

dirinya sehingga mengabaikan lingkungan sekitar. Durasi waktu harian yang dihabiskan menatap layar disebut *screen time*, beberapa panduan merekomendasikan durasi *screen time* sebanyak ≤ 2 jam/hari pada anak. Di Indonesia sendiri terdapat 60% anak usia sekolah menggunakan media elektronik >2 jam. Sisi negatif lainnya dari penggunaan gadget yang berlebihan pada anak akan berkaitan dengan indeks massa tubuh, karena semakin tinggi *screen time* membuat pola makan menjadi kurang atau lebih dalam jangka panjang dapat mempengaruhi indeks massa tubuh menjadi tidak ideal (Kumala, 2019).

Berdasarkan data hasil Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2018, prevalensi status gizi anak usia 5-12 tahun secara nasional di Indonesia adalah sangat kurus 2,4%, kurus 6,8%, normal 70,8%. Secara nasional masalah gemuk pada anak usia sekolah 5-12 tahun masih tinggi yaitu 18,8%, terdiri dari gemuk 10,8% dan sangat gemuk (obesitas) 8,8% Riskesdas (2018) (Kaha, 2022). Berdasarkan data hasil riset tersebut dapat disimpulkan bahwa, angka prevalensi yang mengalami masalah berat badan dibawah angka normal dan berat badan diatas angka normal (obesitas) yang terjadi pada masyarakat Indonesia terkhusus pada anak sekolah dasar membutuhkan perhatian khusus.

Kebanyakan anak sekolah jarang atau bahkan tidak pernah memperhatikan asupan makan dengan prinsip gizi seimbang sehingga dapat meningkatkan risiko remaja malnutrisi. Malnutrisi diklasifikasikan kedalam 2 kategori, yakni gizi lebih serta gizi kurang. Gizi lebih berarti kelebihan asupan makanan dalam periode

tertentu yang berdampak pada bertambahnya ukuran tubuh. Status gizi lebih pada remaja biasanya disebabkan oleh oleh faktor gaya hidup yang salah, seperti sering mengonsumsi junk food, perilaku sedentari yang memicu kurangnya aktivitas fisik, serta kurangnya pengetahuan (Widyawati, 2022).

Banyak anak usia sekolah dasar tidak sarapan pagi, sebelum beraktivitas dengan alasan lebih suka bermain *gadget* dan menonton televisi sambil menunggu waktu sebelum berangkat sekolah. Kualitas sarapan dikategorikan menjadi baik dan tidak baik. Kategori sarapan yang baik yaitu berisi semua zat gizi seperti energi, protein, vitamin, dan juga mineral. Kemudian untuk kategori sarapan yang tidak baik yaitu sarapan yang komposisinya melewati salah satu atau lebih zat gizi energi, protein, vitamin, dan mineral (Harahap dkk, 2019).

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru bidang studi PJOK di SDN Pondok Cina 3 Depok. Didapatkan hasil wawancara bahwa guru tersebut belum pernah melakukan tes indeks massa tubuh dan intensitas penggunaan *gadget*, walaupun guru tersebut menjelaskan bahwa siswa kelas 5-6 mempunyai indeks massa tubuh yang normal, dan sekolah tidak memperbolehkan untuk membawa *gadget* tetapi hampir semua siswa siswi menggunakan *gadget* di rumah, tetapi belum diketahui secara detail mengenai hasil tersebut. Maka dari itu peneliti ingin mengukur mengenai indeks massa tubuh dan intensitas penggunaan *gadget*. Apabila intensitas penggunaan *gadget* berlebih, akan mengakibatkan kecanduan *gadget* sehingga indeks massa tubuh menjadi tidak normal. Membuktikan hal tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan

Intensitas Penggunaan *Gadget* Indeks Massa Tubuh pada siswa kelas 5-6 SDN Pondok Cina 3 Depok”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah diuraikan dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut :

1. intensitas penggunaan *gadget* yang berdampak terhadap indeks massa tubuh pada siswa.
2. Siswa belum pernah melakukan tes indeks massa tubuh dan intensitas penggunaan *gadget*.
3. Hubungan dengan intensitas penggunaan *gadget* dengan indeks massa tubuh pada siswa SDN Pondok cina 3 Depok belum diketahui.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan hasil identifikasi masalah yang sudah diuraikan oleh peneliti, maka perlu adanya pembatasan masalah penelitian dengan hanya fokus pada Hubungan intensitas penggunaan *gadget* dengan indeks massa tubuh pada siswa kelas 5-6 SDN Pondok Cina 3 Depok.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah tersebut, dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut “apakah terdapat

hubungan antara intensitas penggunaan *gadget* dengan indeks massa tubuh pada siswa kelas 5-6 SDN Pondok Cina 3 Depok ? “

E. Kegunaan Hasil Penelitian

Adapun tujuan kegunaan hasil penelitian ini sebagai berikut :

1. Untuk memberikan informasi terkait hubungan intensitas penggunaan *gadget* dan indeks massa tubuh siswa kelas 5-6 SDN pondok cina 3 Depok.
2. Dapat digunakan sebagai dasar untuk mengembangkan penelitian selanjutnya tentang pengaruh faktor-faktor yang mempengaruhi indeks massa tubuh dengan metode penelitian yang berbeda.
3. Dapat mengetahui batas dalam penggunaan gadget sehari-hari serta dapat menjaga indeks massa tubuh agar normal.

