

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Salah satu ciri khas masalah kesehatan anak di negara berkembang termasuk di Indonesia adalah adanya masalah gizi ganda, dimana anak – anak sekolah dasar merupakan salah satu kelompok yang rawan mengalami masalah gizi, baik itu gizi kurang maupun gizi lebih, yang penyebabnya beragam dan bersifat multifaktorial (Hapsari *et al.*, 2011; Subardja, 2004). Hal ini karena pada awal usia 6 tahun anak mulai masuk sekolah, dengan demikian anak –anak ini mulai masuk pada dunia baru, dimana dia mulai banyak berhubungan dengan orang –orang diluar keluarga dengan suasana dan lingkungan baru dalam kehidupannya (Moehji, 2003).

Obesitas merupakan penyakit kelebihan lemak dalam tubuh yang terakumulasi dan dapat disebabkan karena ketidakseimbangan antara energi yang masuk bersama makanan ke dalam tubuh terutama karbohidrat dan lemak dengan energi yang dipakai (Kusurnah, 2007). Namun masih banyak pendapat di masyarakat yang mengira bahwa anak yang gemuk atau memiliki status gizi obesitas adalah sehat (Soetjiningsih, 2012)

Di Indonesia, obesitas termasuk masalah gizi yang perlu penanganan yang serius dikarenakan prevalensinya meningkat setiap tahunnya. Prevalensi obesitas pada anak meningkat dari tahun ke tahun, baik di negara maju maupun negara yang sedang berkembang. Disamping itu, obesitas pada anak berisiko tinggi menjadi obesitas dimasa dewasa dan berpotensi menderita penyakit metabolik dan penyakit degeneratif dikemudian hari. (Hidayanti *et al.*, 2008).

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia jumlah prevalensi obesitas pada anak berdasarkan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2010 menunjukkan di Indonesia prevalensi obesitas pada anak sekolah dasar sebesar 7,95 %. Berdasarkan tempat tinggal dipertanian yang lebih tinggi dibandingkan dengan pedesaan yaitu 10,4 % di kota dan 8,1 %

di desa. Jumlah tersebut akan semakin meningkat seiring dengan terjadinya transisi epidemiologi, dimana berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2013, prevalensi obesitas pada anak sekolah dasar di Indonesia jumlah tersebut menjadi 8,8 %. Jumlah prevalensi obesitas pada anak dari tahun 2010 meningkat pada tahun 2013 sebesar 0,85 %.

Prevalensi anak obesitas di Kabupaten Jember berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Jember tentang angka kejadian siswa SD yang mengalami obesitas tahun 2008 berdasarkan indeks massa tubuh (BB/TB^2) untuk anak usia 5 – 18 tahun sebesar 13,23 % terlihat dari beberapa kawasan sekolah yang ada di kota Jember, angka prevalensi obesitas di kecamatan kaliwates berada di urutan pertama atas kejadian obesitas.

Menurut Notoadmojo (2003), anak sekolah dasar adalah kelompok masyarakat yang rentan mengalami permasalahan gizi. Dalam hal ini peneliti memilih kelompok anak sekolah dasar kelas IV dan V dengan pertimbangan pada umumnya anak sekolah dasar kelas IV dan V SD mempunyai perkembangan kognitif yang baik serta dapat berpikir formal serta beban materi pembelajaran belum seberat siswa kelas VI SD. (Yulianti. 2010).

Peningkatan pendapatan pada kelompok masyarakat tertentu terutama di perkotaan menyebabkan perubahan gaya hidup, terutama dalam pola makan. Pola makan tradisional yang mengandung karbohidrat dan serat kasar yang tinggi, serta rendah lemak telah berubah menjadi rendah karbohidrat dan serat kasar, serta tinggi lemak. Hal tersebut telah menggeser mutu makanan yang tadinya seimbang menjadi tidak seimbang (Almatsier, 2009).

Fenomena peningkatan prevalensi kegemukan dan obesitas pada anak di Indonesia sangat mencemaskan. Fenomena yang banyak dijumpai pada anak terutama di kota – kota besar pada masyarakat kelas menengah dan atas ini terjadi akibat rendahnya kesadaran masyarakat dalam mendidik anak untuk hidup lebih sehat sehingga kurangnya pengetahuan mengenai gizi

yang dimiliki anak dalam menentukan pola makan (Wahyu, 2009 *dalam* Budiyantri, 2011).

Pola makan atau pola konsumsi pangan menurut Baliwati (2004) adalah susunan jenis dan jumlah atau frekuensi makanan yang dikonsumsi seseorang atau kelompok orang pada waktu tertentu. Anak – anak tidak seperti orang dewasa, membutuhkan asupan zat gizi dan kalori tambahan untuk pertumbuhan dan perkembangan mereka. Apabila anak – anak mengkonsumsi kalori dalam jumlah yang cukup untuk aktifitas sehari – hari, maka pertumbuhan, metabolisme serta penambahan berat badan mereka akan seimbang dengan penambahan tinggi badannya.

Menurut Almatsier (2011) selain masalah pola makan dan pengetahuan gizi, aktifitas fisik juga mempengaruhi terjadinya obesitas pada anak. Dimana dulu permainan anak yang umumnya dilakukan adalah permainan fisik yang mengharuskan anak berlari, melompat, atau gerakan lainnya, namun kini digantikan oleh permainan yang kurang menggerakkan badan seperti bermain *game* elektronik di komputer, mengakses internet, atau menonton televisi yang hanya cukup duduk di depannya tanpa harus menggerakkan badan.

Selain ketiga faktor diatas yaitu pola makan, pengetahuan gizi, dan aktifitas fisik, durasi tidur juga mempengaruhi keadaan status gizi anak dimana sebagai faktor *independen* durasi tidur yang singkat pada anak akan menyebabkan meningkatnya risiko anak mengalami obesitas. Hal ini dikarenakan durasi tidur yang tidak normal akan meningkatkan rasa lapar, meningkatkan kesempatan untuk makan, mengacaukan *thermoregulation*, serta meningkatkan kelelahan tubuh yang berdampak pada meningkatnya asupan energi dan menurunnya energi ekpenditur pada tubuh anak sehingga membuat anak mengalami obesitas (Lumeng *et al*, 2008 *dalam* Yarra, 2012).

SDN Kepatihan 01 berada di kecamatan kaliwates dan letaknya strategis karena termasuk berada di pusat kota jember, dan dekat dengan beberapa fasilitas umum seperti pasar, pusat perbelanjaan, dan sarana umum

lainnya sehingga mendukung gaya hidup siswanya baik dari segi pola makan dan aktifitas fisiknya. Berdasarkan hal – hal yang telah diuraikan diatas maka dalam penelitian kali ini peneliti mengambil sekolah dasar di kecamatan kaliwates yaitu SDN Kepatihan 01 untuk mengetahui hubungan tentang pola makan, pengetahuan gizi, aktifitas fisik, dan durasi tidur terhadap kejadian obesitas anak sekolah dasar yang duduk di kelas IV dan V di SDN Kepatihan 01 Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah adakah hubungan antara pola makan anak sekolah dasar, pengetahuan gizi, aktifitas fisik, dan durasi tidur terhadap kejadian obesitas anak sekolah dasar di SDN Kepatihan 01 Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember ?

1.3 Tujuan Penelitian

a. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola makan anak sekolah dasar, pengetahuan gizi, aktifitas fisik, dan durasi tidur terhadap kejadian obesitas anak sekolah dasar di SDN Kepatihan 01 Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember.

b. Tujuan Khusus

1. Menganalisis karakteristik responden.
2. Menganalisis hubungan pola makan anak terhadap kejadian obesitas anak sekolah dasar.
3. Menganalisis hubungan pengetahuan terhadap kejadian obesitas anak sekolah dasar.
4. Menganalisis hubungan aktifitas terhadap kejadian obesitas anak sekolah dasar .
5. Menganalisis hubungan durasi tidur terhadap kejadian obesitas anak sekolah dasar.

6. Menganalisis hubungan pola makan, pengetahuan gizi, aktifitas fisik, dan durasi tidur terhadap kejadian obesitas anak sekolah dasar.

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

1. Bagi peneliti

Dapat menambah ilmu pengetahuan tentang faktor penyebab kegemukan atau obesitas pada anak usia sekolah dasar dan sebagai sarana untuk mengaplikasikan ilmu yang didapat selama mengikuti perkuliahan.

2. Bagi pihak sekolah

Memberikan informasi tentang pentingnya pengaturan pola makan yang sehat dan bersih terhadap status gizi anak peserta didik, meningkatkan pengetahuan seputar gizi, mengatur aktifitas fisik dan waktu tidur yang teratur sehingga mampu meningkatkan derajat kesehatan peserta didik sedini mungkin sehingga terciptakan lingkungan sekolah yang sehat di SDN Kepatihan 01 Jember.

3. Bagi institusi kesehatan

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan untuk menentukan variabel-variabel yang dapat digunakan untuk deteksi dini atau skrining obesitas pada anak usia sekolah. Selain diharapkan dapat menjadi bahan masukan dalam menyusun program terpadu yang menyangkut semua aspek terkait dalam penanggulangan obesitas pada anak usia sekolah. Serta dapat dimanfaatkan oleh petugas kesehatan untuk mengatasi peningkatan angka kejadian obesitas pada anak usia sekolah dasar.

4. Bagi Program Studi Gizi Klinik Polije

Dengan penelitian ini, diharapkan dapat membantu peneliti selanjutnya untuk dapat memperluas penelitian yang telah dilakukan dan dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya.