

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Obesitas (Kegemukan) atau overweight merupakan dua hal yang berbeda namun demikian keduanya sama-sama menunjukkan adanya penumpukan lemak yang berlebihan dalam tubuh yang ditandai dengan peningkatan nilai Indeks Massa Tubuh (IMT) diatas normal. Obesitas pada anak ditandai dengan nilai IMT diantara presentil ke 95 pada kurva pertumbuhan sesuai umur dan jenis kelaminnya (Riswati, 2019). Obesitas merupakan lemak di dalam tubuh yang disebabkan oleh kalori yang berlebihan. Asupan gizi yang baik didapatkan dari makanan yang bergantung pada jenis kelamin, usia, aktivitas, berat badan, dan tinggi badan (Prihaningtyas, 2018).

Obesitas telah menjadi masalah Kesehatan yang epidemi diseluruh dunia. *World Health Organization* (WHO, 2019) mengatakan bahwa lebih dari 1,9 miliar orang dewasa berusia 18 tahun kebawah mengalami berat badan berlebih dan 600 juta orang diantaranya mengalami obesitas. Pada tahun 2024 diperkirakan 41 juta anak dibawah usia 5 tahun mengalami obesitas (Ginanjari, 2019).

Data WHO tahun 2020 menunjukkan bahwa diperkirakan 149,2 juta anak dibawah usia 5 tahun mengalami overweight 5,7 %. Prevalensi kegemukan terendah berada angka 3,7% (WHO, 2021). Obesitas adalah permasalahan umum pada anak-anak pada masa sekarang ini. Obesitas atau kelebihan berat badan dapat menyebabkan efek negative untuk Kesehatan, menurut WHO, Obesitas menyebabkan 10,3% kematian dari seluruh kematian didunia (Pratiwi & Sapriyani, 2019)

Menurut organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2021) diperkirakan banyak 38,2 juta anak berumur <5 tahun mengalami obesitas pada tahun 2019. Terjadi jumlah peningkatan jumlah obesitas di negara berpendapatan menengah hingga rendah, terutama di perkotaan.

Menurut Kemenkes RI tahun 2019 Obesitas adalah akumulasi lemak abnormal yang dapat mengganggu Kesehatan. Jika kegemukan terjadi pada

masa balita kemungkinan besar kegemukan akan menetap sampai dewasa. Sebagian Masyarakat masih mempunyai anggapan bahwa balita yang gemuk menandakan balita yang sehat dan bukan sebagai masalah yang perlu di lakukan tatalaksana. (Indanah, Sukesih, Fairuzzah, & Khoiriyah, 2021).

Di Indonesia berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan peningkatan prevelensi obesitas pada penduduk berusia < 18 tahun dari 15,4% (2013) menjadi 21,8% (2018). Selain itu data Riskesdas juga menunjukkan peningkatan prevelensi obesitas sentral pada penduduk berusia >15 tahun dari 26,6% (2013) menjadi 31,0% (2018).Obesitas berkontribusi terhadap beban penyakit yang dapat mempengaruhi kualitas hidup manusia digambarkan dari penghitungan Disability-adjusted life years (DALYs).

National Institutes of Health (NIH) menjelaskan bahwa obesitas terjadi akibat asupan energi lebih tinggi dari pada energi yang dikeluarkan . Asupan energi tinggi disebabkan oleh konsumsi makanan sumber energi dan lemak tinggi, sdangkan pengeluaran energi yang rendah disebabkan karena kurangnya aktivitas fisik dan sedentary life style menurut (Kemenkes, 2020) dari pada yang dikeluarkan energi yang rendah.

Masalah gizi di Indonesia saat ini memasuki masalah gizi ganda. Artinya bahasa masalah gizi kurang belum dapat teratasi sepenuhnya, tetapi saat ini mulai muncul masalah pada anak dengan gizi lebih. Pada kasus gizi kurang seringkali dihubungkan dengan jenis penyakit infeksi, sedangkan gizi lebih atau obesitas cenderung merupakan awal sinyal dari penyakit degeneratif/penyakit non infeksi yang saat ini banyak terjadi hamper diseluruh daerah dan kota maupun di pelosok di Indonesia (Ginajar, 2019).

Data dari Provinsi DKI Jakarta, menunjukkan bahwa memiliki prevalensi tertinggi kelebihan berat badan dan obesitas pada balita usia 5-12 tahun diperkirakan 30,1%. Ini terjadi di pra-skolah anak usia 3-5 tahun yang memiliki risiko obesitas dan bahkan berlanjut usia 5-15 tahun (Syamsiah *et al.*, 2020)

Dampak yang terjadi jika balita mengalami obesitas antara lain yaitu cenderung dapat mengakibatkan terkena Diabetes melitus tipe II, meningkatnya nilai kolestrol sehingga mengakibatkan tekanan darah

meningkat dan dapat menyebabkan penyakit jantung, nafas berhenti saat tidur (sleep apnea), gangguan ortopedi, penyakit asma dan hati (Fikawati & Veratamala, 2017).

Anak dengan obesitas cenderung akan mengalami peningkatan tekanan darah sehingga berpengaruh pada denyut jantung, sekitar 20-30% anak dengan obesitas menderita hipertensi. Pada anak obesitas sering dijumpai dengan gejala mengorok. Penyebab tersebut yakni terjadinya penebalan jaringan lemak di daerah dinding dada perut sehingga mengganggu proses pergerakan dinding dada dan diafragma sehingga terjadi penurunan volume torakal abdomen dan menyebabkan beban kerja otot terjadi pernafasan meningkat (Verani, 2018).

Faktor yang menyebabkan terjadinya obesitas pada anak yakni genetic, pola makan, status social ekonomi keluarga, dan aktivitas fisik. Genetik menyumbang 10-30% dari orang tua yang menurunkan kepada anaknya (Nadia, 2019). Masalah obesitas saat ini merupakan masalah yang actual. Masalah obesitas bukan hanya terjadi pada negeri barat saja seperti Amerika tetapi banyak ditemukan di Negara-negara berkembang misalnya saja Indonesia. Peningkatan kemakmuran di Indonesia juga diikuti oleh perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan. Pola makan terutama di kota besar, bergeser dari pola makan tradisional ke pola makan barat yang dapat menimbulkan mutu gizi yang tidak seimbang. Pola makan tersebut merupakan jenis-jenis makanan yang bermanfaat akan tetapi secara potensial mudah menyebabkan kelebihan masukan kalori jika dikonsumsi secara irrasional. Berbagai makanan yang tergolong *fast food* tersebut adalah kentang goreng, ayam goreng, hamburger, pizza, hotdog, dan lain-lain (Nadia, 2019).

Hasil Penelitian (Nisa, 2020) juga membuktikan bahwa Riwayat keluarga berhubungan dengan kejadian obesitas. Faktor genetic secara langsung maupun tidak langsung mengatur berat badan seseorang. Hal tersebut diduga mempengaruhi metabolisme dan faktor hormonal dalam tubuh yang mengatur aspek asupan makanan, penggunaan asupan makanan dan pengeluaran asupan makanan sehingga mengakibatkan terjadinya obesitas (Nisa, 2020).

Pola asuh yang diterapkan oleh orang tua sangat mempengaruhi obesitas pada anak usia dini terkait dengan tingkat respon kenyang orangtua terhadap anak, semakin rendah respon kenyang orangtua terhadap anak maka akan semakin tinggi pula tingkat resiko obeistas pada anak karena orang tua yang berperan memberikan asupan makanan pada anak setiap hari, jika orang tua dapat merespon terhadap rasa kenyang anak memiliki kepekaan yang baik maka anak memiliki pengaruh yang besar pada kecenderungan berat badan anak karena pola pemberian nutrisi yang yang tepat yang diterapkan oleh orang tua menjadi bagian penting dalam berat badan pada anak (Triana *et al.*, 2020).

Pola asuh orang tua terhadap anak terkait dengan gaya yang digunakan seperti orang tua tidak menerapkan pola asuh autoritatif karena menurut penelitian pola asuh ini merupakan pola asuh yang paling sehat dan seimbang bagi anak seperti orang tua yang menerapkan pola asuh autoritarif cenderung memberikan makanan yang seimbang dengan terbiasa memberikan makanan yang bergizi bagi anak sehingga makanan yang dikonsumsi oleh anak terjamin sesuai dengan kebutuhan tubuhnya supaya tidak terjadi obesitas ada anak (Harlistyarintica & Fauziah, 2020). Konsumsi Junkfood yang kemudian tidak disertai dengan aktivitas fisik membuat anak cenderung lebih mudah mengalami kenaikan berat badan yang memicu terjadinya obesitas (Molintao *et al.*, 2019). Diharapkan dalam mengatasi obesitas pada anak hendaknya orang tua lebih tepat dalam melatih dan memperhatikan kemampuan motorik kasar anak, meminimalisir masalah gangguan secara tepat dan cepat serta mengatur pola makan yang benar. Bagi tenaga Kesehatan hendaknya mengadakan sosialisasi mengenai bagaimana cara menstimulasi motoric kasar dan obesitas pada anak serta memberikan pembahasan mengenai bahayanya supaya orang tua dan Masyarakat umum mengetahui bahwa obesitas akan memberikan pengaruh atau efek buruk untuk Kesehatan anak (Kamalia, 2019).

Penelitian yang telah dilakukan di Amerika hampir 50% dengan tingkat aktivitas yang kurang menyebabkan penumpukan lemak tubuh yang berlebih dibanding dengan yang memiliki aktivitas yang tinggi dikarenakan aktivitas

fisik merupakan hal utama dalam menjaga keseimbangan metabolisme terutama dalam penyimpanan dan pengeluaran energi (Musa, 2020).

Berdasarkan hasil observasi kepada kader di posyandu kalibata terlihat bahwa kurangnya pemantauan ibu balita terhadap anaknya dengan membawa KMS (Kartu menuju Sehat) untuk mengetahui pertumbuhan dan untuk menimbang tanpa membawa KMS (Kartu Menuju Sehat). Selain itu hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan terhadap balita obesitas di wilayah kalibata didapat memiliki Riwayat kegemukan pada orangtuanya dan pola makan yang tidak baik seperti sering mengonsumsi makanan yang manis, dan balita jarang beraktivitas fisik, orangtua selalu memberikan handphone kepada anaknya agar tenang sehingga minimnya aktivitas fisik pada balita tersebut.

Obesitas mempunyai dampak terhadap tumbuh kembang anak, terutama aspek perkembangan psikososial. Anak obesitas berpotensi mengalami kematian antara lain penyakit kardiovaskuler, diabetes mellitus, dan lain-lain. Kegemukan pada masa anak-anak juga menimbulkan konsekuensi psikososial jangka pendek dan jangka Panjang seperti penurunan kepercayaan diri, gangguan makan, dan kesehatan yang lebih rendah hubungannya dengan kualitas hidup, kondisi kegemukan pada usia dini akan dibawa sampai dewasa yang berdampak terhadap peningkatan resiko penyakit degenerative. Penyebab obesitas yaitu pada makanan tingkat asupan gizi, tingkat aktivitas fisik yang dilakukan individu serta kondisi sosial ekonomi bahkan beberapa penelitian menemukan hubungan insomnia atau kurang tidur sebagai factor risiko terjadinya obesitas.

Hasil Pengkajian dari keluarga di kelurahan kalibata didapatkan hasil bahwasannya keluarga Tn I dan Tn S memiliki anak laki-laki berusia < 5 tahun memiliki anak berat badan berlebih/Obesitas anak. Berdasarkan latar belakang dan pengumpulan data dilakukan dengan memberikan suplemen gizi obesitas (kegemukan) non-farmakologis yang tepat dan memberikan aktifitas fisik, maka peneliti tertarik untuk mengetahui pengaruh aktivitas fisik dengan melempar bola kedalam keranjang untuk obesitas pada anak balita di wilayah kelurahan kalibat, jakarta selatan.

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Ika Febri Yanti (2015) menunjukkan bahwa aktifitas fisik melempar bola sasaran bertujuan untuk memperkenalkan dan melatih motorik kasar pada anak obesitas.

Penelitian ini didukung oleh Karainda Heryuditasari (2018). Pada usia balita mereka belum bisa mengontrol makanan yang mereka makan mereka lebih cenderung mengonsumsi makan-makanan yang manis sehingga mereka lupa mengonsumsi makanan yang bergizi bagi tubuhnya seperti nasi, sayur, lauk dan susu.

Hal ini didukung oleh teori Wahyu (2018) Dimana pada masa balita membutuhkan pola makan yang sehat karena balita membutuhkan pola makan yang sehat karena pada masa ini pertumbuhan dasar akan mempengaruhi dan menentukan perkembangan anak selanjutnya biasanya anak balita senang pada pola makan yang tidak sehat seperti mie instan, makan-makanan manis. Sehingga menimbulkan efek yang kurang bagus terhadap Kesehatan mereka. Dampak yang terjadi jika balita mengalami obesitas antara lain yaitu cenderung dapat mengakibatkan terkena diabetes melitus tipe 2.

1.2 Rumus Masalah

Berdasarkan laporan provinsi DKI Jakarta pada Riskesdas (2019), DKI Jakarta prevalensi 3,4 % menduduki peringkat. Berdasarkan data tersebut, maka rumusan masalah yang akan dilakukan adalah “Bagaimana Menganalisis Asuhan Keperawatan melalui Intervensi pengaruh aktivitas fisik dengan melempar bola kedalam keranjang dengan diagnosa medis obesitas pada anak balita usia < 5 tahun.

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Studi kasus ini bertujuan untuk menganalisis melalui intervensi aktivitas fisik dengan melempar bola kedalam keranjang di kelurahan kalibata

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Melakukan pengkajian keperawatan pada keluarga dengan diagnosa medis obesitas pada anak balita < 5 tahun di wilayah kelurahan kalibata.

1.3.2.2 Menegakan diagnosa keperawatan pada anak keluarga Tn I dan Tn S Dengan diagnosa obesitas pada anak balita

1.3.2.3 Merencanakan intervensi keperawatan pada keluarga dengan diagnosa medis obesitas pada anak balita melalui aktivitas fisik melempar bola kedalam keranjang di kelurahan kalibata.

1.3.2.4 Melakukan implementasi keperawatan pada keluarga dengan diagnosa obesitas pada anak balita melalui melempar bola kedalam keranjang di wilayah kalibata.

1.3.2.5 Memaparkan hasil evaluasi keperawatan sebelum dan sesudah dilakukan tindakan.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Keilmuan

Hasil dari studi kasus ini dapat menginformasikan tindakan asuhan keperawatan pada keluarga Tn I dan Tn S dengan diagnosa medis obesitas pada anak balita dengan intervensi aktivitas fisik melempar bola kedalam keranjang dapat membuktikan teori dan berkontribusi dalam melatih motorik kasar anak dan dapat menurunkan berat badan dengan asuhan keperawatan keluar.

1.4.2 Manfaat Aplikatif

1.4.2.1 Penulisan

Hasil studi ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan serta pengalaman dalam pemberian intervensi aktifitas fisik melempar bola untuk obesitas pada anak.

1.4.2.2 Rumah sakit dan Puskesmas

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan serta pengalaman dalam pemberian intervensi aktivitas fisik melempar bola untuk obesitas pada anak.

1.4.2.3 Masyarakat/Klien

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat membantu masyarakat atau keluarga untuk menurunkan berat badan untuk obesitas pada anak balita dengan melakukan aktivitas fisik melempar bola dan meningkatkan tingkat kemandirian keluarga.

