

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

*World Health Organization (WHO)* mengatakan Asia adalah tempat di mana remaja obesitas paling banyak. Lebih dari 2,6 miliar orang (38%) mengalami gizi lebih pada tahun 2020. Di negara-negara Eropa, 15,6% anak sekolah mengalami kelebihan BB dan 4,9% obesitas (keseluruhan 20,5%), sedangkan di negara-negara Asia Timur dan Asia Barat, proporsi kelebihan BB dan obesitas adalah 24,5% dan 11,9%.

Kelebihan berat badan pada masa kanak-kanak meningkat di kawasan Asia dan Pasifik. Perubahan yang paling mencolok terjadi pada tahun 2020 Asia Tenggara, dimana prevalensi anak-anak yang kelebihan berat badan meningkat dari 3,7 persen menjadi 7,5 persen antara tahun 2000 dan 2020. Di Asia Selatan, peningkatannya adalah relatif kecil namun hal ini menambah beban terhadap *stunting* dan *wasting* (*Federation, 2023*).

Data Survei Kesehatan Rumah Tangga Nasional (SKRTN) tahun 2018 menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada prevalensi gizi lebih di Indonesia. Persentase individu dengan status gizi lebih meningkat dari 1,4% pada tahun 2010 menjadi 7,3% pada tahun 2018, di mana 5,7% dikategorikan sebagai gemuk dan 1,6% sebagai sangat gemuk. Studi ini juga mengungkapkan disparitas gender yang mencolok, dengan remaja putri memiliki prevalensi gizi lebih yang lebih tinggi (15,9%) dibandingkan dengan remaja laki-laki (11,3%). Lebih rinci, remaja putri menunjukkan persentase yang lebih tinggi pada kategori gemuk (11,4%) dan obesitas (4,5%) dibandingkan dengan remaja laki-laki yang masing-

masing sebesar 7,7% dan 3,6% (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian Kementerian Kesehatan RI tahun 2018, prevalensi kelebihan berat badan dan obesitas pada anak usia 5-12 tahun di Indonesia masih tergolong tinggi, dengan persentase berturut-turut sebesar 18,8% dan 10,8%. Studi Riskesdas 2013 menunjukkan bahwa prevalensi tertinggi ditemukan di DKI Jakarta, mencapai 30,1%. Struktur populasi DKI Jakarta pada tahun 2017 dan 2016 menunjukkan kesamaan yang signifikan.

Pengetahuan gizi merupakan salah satu determinan utama dalam status gizi anak usia sekolah dasar. Studi literatur menunjukkan adanya korelasi negatif antara tingkat pengetahuan gizi dengan prevalensi gizi lebih pada kelompok usia ini. Kannah (2020) berargumen bahwa penyampaian informasi gizi yang akurat dan relevan dapat membekali anak dengan keterampilan untuk membuat pilihan makanan yang sehat dan seimbang, sehingga berpotensi menurunkan risiko terjadinya gizi lebih.

Selain pengetahuan anak, pentingnya perilaku makan pada anak usia sekolah dasar juga ikut berperan. Anak dengan perilaku sarapan setiap pagi dapat membuat pola makan lebih disiplin serta lebih sesuai dengan porsi makan anak. Aktivitas fisik pada anak sekolah dasar juga menjadi acuan dimana anak akan lebih fokus pada makanan yang bergizi ketimbang mengikuti temannya atau jajan sembarangan.

Faktor lingkungan juga mempengaruhi anak dalam memilih makanan, anak akan lebih disiplin ketika lingkungan terdekatnya yaitu keluarga makan bersama dan memberikan contoh perilaku makan yang baik. Kualitas tidur anak juga mempengaruhi sistem pencernaannya, ketika anak mendapatkan waktu tidur yang

sesuai dengan kebutuhannya maka sistem pencernaannya akan bekerja dengan baik dalam menyerap zat gizi (Winarno, 2023).

Dampak gizi lebih menimbulkan kelainan bentuk dan ukuran tulang, ketidakseimbangan, maupun rasa nyeri ketika berdiri, berjalan, maupun berlari, selain itu anak yang mengalami obesitas kurang percaya diri dan depresi serta akan lebih rentan mengalami diabetes (kencing manis), kolesterol tinggi, penyakit jantung, tekanan darah tinggi (hipertensi), hingga kanker ketika mereka dewasa nanti. Komplikasi kesehatan lainnya juga dapat mencakup asma, sleep apnea (gangguan tidur), pubertas dini, dan gangguan koordinasi (Gondosuli, 2023).

Pemerintah melalui Kementerian Kesehatan, mengenalkan program gizi seimbang yaitu Isi Piringku. Tujuannya, menekan laju pertumbuhan angka obesitas di Indonesia. Isi Piringku merupakan program bagi masyarakat dalam memahami bagaimana porsi makan yang tepat untuk memenuhi kebutuhan gizi. Isi Piringku adalah pengganti konsep 4 Sehat 5 Sempurna.

Panduan "Isi Piringku" menyarankan komposisi makanan yang terdiri dari sumber karbohidrat sebagai makanan pokok dengan proporsi  $\frac{2}{3}$  dari setengah bagian piring. Selanjutnya, lauk pauk disarankan untuk mengisi  $\frac{1}{3}$  dari setengah bagian piring tersebut. Bagian setengah piring lainnya dianjurkan untuk diisi dengan sayur-sayuran sebanyak  $\frac{2}{3}$  dan buah-buahan sebanyak  $\frac{1}{3}$ . Pedoman makan sehat ini tidak hanya bertujuan untuk memberikan rasa kenyang, tetapi juga memastikan tubuh memperoleh asupan gizi yang seimbang dan cukup (P2PTM, 2022).

Berdasarkan temuan penelitian yang dilakukan oleh Harry pada tahun 2020, prevalensi obesitas pada anak di Indonesia telah mengalami peningkatan signifikan

dalam beberapa dekade terakhir. Kondisi ini tidak hanya dikaitkan dengan risiko peningkatan berat badan berlebih di masa dewasa, namun juga berpotensi meningkatkan kerentanan terhadap berbagai penyakit.

Berdasarkan temuan penelitian, terdapat korelasi signifikan antara tingkat pengetahuan anak dengan status gizi lebih atau obesitas. Anak dengan pengetahuan gizi yang kurang cenderung memiliki risiko 2,6 kali lebih besar untuk mengalami kelebihan berat badan atau obesitas dibandingkan dengan anak yang memiliki pengetahuan gizi yang memadai. Hal ini sejalan dengan penelitian Wang yang menunjukkan hubungan negatif antara tingkat pengetahuan diet yang tinggi dengan risiko kelebihan berat badan dan obesitas. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat pengetahuan gizi seorang anak, semakin rendah pula risiko mereka mengalami obesitas.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Sekolah Dasar Negeri Rawa Buaya 05 Petang, untuk angka obesitas anak terutama pada rentan usia sesuai kriteria inklusi yaitu 10 sampai 12 tahun dari rata rata populasi 360 siswa terdapat 60 siswa yang memiliki IMT (Indeks masa tubuh) yang dengan kriteria obesitas yaitu 25 - 29,9. Peneliti menilai dan memilih beberapa faktor faktor yang berhubungan dengan risiko gizi lebih pada anak tersebut, untuk di jadikan bahan pembahasan pada penelitian.

Berdasarkan penjabaran latar belakang diatas ada beberapa faktor faktor yang berhubungan dengan angka gizi lebih pada anak sekolah dasar. Maka peneliti merasa penting untuk dilakukannya penelitian dengan judul “Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Risiko Gizi Lebih Pada Anak Di Sekolah Dasar Negeri Rawa Buaya 05 Petang Cengkareng Jakarta Barat”.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik meneliti tentang “Apas ajakah Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Risiko Gizi Lebih Pada Anak Di Sekolah Dasar Negeri Rawa Buaya 05 Petang Cengkareng Jakarta Barat?”

## 1.3 Tujuan

### 1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Risiko Gizi Lebih Pada Anak Di Sekolah Dasar Negeri Rawa Buaya 05 Petang Cengkareng Jakarta Barat

### 1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Untuk mengetahui distribusi frekuensi status gizi anak SD kelas 4 sampai 6

1.3.2.2 Untuk mengetahui ditribusi antara variabel pengetahuan anak, perilaku makan, aktivitas fisik, lingkungan, dan kualitas tidur dengan status gizi anak SD kelas 4 sampai 6

1.3.2.3 Untuk mengetahui hubungan antara variabel pengetahuan anak, perilaku makan, aktivitas fisik, lingkungan, dan kualitas tidur dengan status gizi anak SD kelas 4 sampai 6

## 1.4 Manfaat

### 1.4.1 Bagi Peneliti

Dapat menambah ilmu pengetahuan dan wawasan dalam penelitian dan pendidikan serta dapat menerapkan ilmu yang telah didapat dan dipelajari dalam

bidang kesehatan terutama mengenai Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Risiko Gizi Lebih Pada Anak Di Sekolah Dasar Negeri Rawa Buaya 05 Petang Cengkareng Jakarta Barat.

#### **1.4.2 Bagi Pengetahuan**

Dapat dijadikan sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya di bidang kesehatan anak, terutama memberikan informasi mengenai Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Risiko Gizi Lebih Pada Anak Di Sekolah Dasar Negeri Rawa Buaya 05 Petang Cengkareng Jakarta Barat.

#### **1.4.3 Bagi Instansi**

Dapat dijadikan bahan refensi tambahan yang memuat hasil data dalam bidang kesehatan anak terutama mengenai faktor faktor yang berhubungan Dengan Gizi Lebih Pada Anak Di Sekolah Dasar, sehingga dapat dijadikan sebagai landasan untuk penelitian selanjutnya di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional.

#### **1.4.4 Bagi Masyarakat**

Dapat meningkatkan pengetahuan dan wawasan mengenai Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Risiko Gizi Lebih Pada Anak Di Sekolah Dasar Negeri Rawa Buaya 05 Petang Cengkareng Jakarta Barat

#### **1.4.5 Bagi SD N Rawa Buaya 05 Petang**

Hasil penelitian ini dapat membantu memberikan informasi kepada SD N Rawa Buaya 05 Petang tentang status gizi anak SD kelas 4-6 sehingga sekolah dapat ikut berperan terhadap kesehatan anak SD.

#### **1.4.6 Bagi Orang Tua**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu memberikan informasi kepada orang tua mengenai status gizi anak SD.