

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Obesitas ialah jumlah lemak di dalam tubuh yang berlebih dan berisiko menyebabkan penyakit (Prihaningtyas *et al.*, 2018). Obesitas yaitu salah satu tantangan terbesar yang dihadapi masyarakat global dan merupakan penyebab paling umum ketiga masalah kesehatan kronis. Obesitas dapat terjadi pada siapapun tidak memandang usia seperti orang dewasa, remaja bahkan anak-anak (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Obesitas pada anak merupakan masalah kesehatan yang tidak menular dan dapat mempengaruhi kehidupan jutaan orang di seluruh dunia. Obesitas pada remaja dan anak di Amerika Serikat adalah 18,5% pada 2015-2016. Secara keseluruhan, prevalensi obesitas pada remaja (12-19 tahun; 20,6%) dan anak usia sekolah (6-11 tahun; 18,4%) lebih tinggi dibandingkan pada anak usia prasekolah (2-5 tahun; 13,9%). Anak laki-laki usia sekolah (20,4%) memiliki prevalensi obesitas yang lebih tinggi dibandingkan anak laki-laki usia prasekolah (14,3%) (Sanyaolu *et al.*, 2019).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2021) diperkirakan sebanyak 38,2 juta anak berumur <5 tahun mengalami obesitas pada tahun 2019. Terjadi peningkatan jumlah obesitas di negara berpendapatan menengah hingga rendah, terutama di perkotaan. Di Afrika, jumlah anak usia <5 tahun yang obesitas mengalami peningkatan kurang lebih 24% dari tahun 2000. Sedangkan pada negara Asia setengah dari anak umur <5 tahun mengidap

obesitas ditahun 2019. Sebanyak 340 juta lebih atau sekitar 18% anak serta remaja berusia 5-19 tahun mengalami kondisi obesitas ditahun 2016. Peningkatan ini terjadi antara anak laki-laki dan perempuan: yaitu sebanyak 18% anak perempuan dan 19% anak laki-laki kelebihan berat badan ditahun 2016. *Behavior Risk Factor Surveillance System (BRFSS)* mengemukakan bahwa obesitas dialami lebih banyak oleh perempuan daripada laki-laki. Sebanyak 19,4% wanita di USA mengalami obesitas secara klinis ($IMT >30$ Kg/m^2). Prevalensi obesitas pun semakin meningkat pada anak serta remaja di Amerika yaitu 25,7% balita mengalami kegemukan, 12,1% obesitas. Anak sekolah (6-11 tahun), sebanyak 32,6% mengalami kegemukan, 18% obesitas. Remaja (12-19 tahun) sebanyak 33,6% mengalami kegemukan, 18,4% obesitas (Sudargo *et al.*, 2018).

Di Indonesia obesitas pada anak dan remaja juga mempunyai nilai yang cukup tinggi. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) memaparkan bahwa di Indonesia prevalensi anak dan remaja yang mengalami masalah berat badan berlebih berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT) yang berusia 5-12 tahun pada anak laki-laki sebesar 10,7% mengalami obesitas. Kemudian pada anak perempuan sebesar 7,7% mengalami obesitas. Prevalensi kejadian obesitas pada anak dan remaja di Provinsi DKI Jakarta sejumlah 14,01% (Riskesdas, 2018). Sedangkan di daerah Jakarta Selatan prevalensi obesitas pada anak usia 5-12 tahun sebesar 15,08% artinya data tersebut menunjukkan angka kejadian obesitas masih cukup tinggi.

Obesitas pada usia anak akan meningkatkan risiko obesitas pada saat

dewasa. Penyebab obesitas dinilai sebagai ‘multikausal’ dan sangat multidimensional karena tidak hanya terjadi pada golongan sosio-ekonomi tinggi, tetapi juga sering terdapat pada sosio-ekonomi menengah hingga menengah ke bawah (Ayu, 2021). Tubuh menjadi gemuk dikarenakan energi yang masuk berbentuk kalori dalam makanan lebih banyak, daripada yang dikeluarkan dalam bentuk aktivitas. Pola aktivitas yang minim akan meningkatkan risiko kegemukan dan obesitas pada anak. Kebiasaan anak di era teknologi seperti sekarang ini membuat mereka lebih menyukai menonton televisi dan bermain gadget di rumah daripada bermain bola dan lari-larian di luar rumah atau melakukan aktivitas lainnya yang lebih menguras tenaga (Hasdianah *et al.*, 2014). Adapun faktor risiko obesitas pada anak menurut hasil penelitian (Sanyaolu *et al.*, 2019) yaitu, BMI ibu selama hamil, lamanya waktu menonton TV, lamanya tidur malam dan pola makan. Kemudian pemberian ASI atau susu formula serta pengenalan MPASI pada bayi. Adapun faktor lainnya yaitu, status sosial ekonomi (SSE), pendidikan ibu, faktor biologis serta faktor lingkungan yang sering mengkonsumsi *junk food*, minuman manis, dan aktivitas yang kurang (Kansra *et al.*, 2021).

Masalah tidur merupakan komplikasi umum dari obesitas yang berkontribusi memperburuk komplikasi terkait obesitas. Masalah tidur mempengaruhi hormon dan metabolisme dalam tubuh manusia. Bila hormon dan metabolisme dalam keadaan tidak normal akan menyebabkan peningkatan asupan konsumsi makanan yang tidak sehat dan mendorong kenaikan berat badan (Muscogiuri *et al.*, 2019). *National Sleep Foundation* tahun 2015

mendefinisikan kondisi kurang tidur sebagai durasi tidur < 8 jam pada anak-anak. Jam tidur yang pendek (rata-rata durasi tidur < 6 jam) menyebabkan penurunan hormon leptin dan peningkatan hormon ghrelin yang akan meningkatkan nafsu makan sehingga meningkatkan risiko obesitas pada anak. Selain faktor tersebut berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Padmiari menyatakan bahwa Tingkat pendidikan orang tua juga sangat berpengaruh dalam memilih kuantitas dan kualitas makanan yang dimakan, semakin tinggi tingkat pendidikan orang tua maka pengetahuan orang tua tentang gizi semakin baik, jika pengetahuan orang tua tentang gizi baik maka keluarga mampu memilih makan yang bergizi untuk keluarga.

Pada anak sekolah, obesitas dapat menyebabkan konsentrasi belajar menurun, mudah mengantuk dan mengurangi tingkat keaktifan siswa dalam kegiatan belajar mengajar sehingga pada akhirnya dapat mempengaruhi prestasi belajar siswa (Arundhana, Andi dan Asriandi Masnar, 2021). Selain itu, obesitas pada anak usia 6-7 tahun juga dapat menurunkan tingkat kecerdasan karena aktivitas dan kreativitas anak menjadi menurun dan cenderung malas akibat kelebihan berat badan (Syarif D, 2004 di dalam penelitian (Ayu, 2021)). Menurut data (WHO, 2021) dampak utama dari obesitas anak dan remaja antara lain mengalami penyakit kardiovaskuler terutama penyakit kardiovaskuler dan stroke, gangguan sendi dan tulang seperti osteoarthritis, serta beragam jenis kanker. Selain itu, obesitas pada anak juga mengakibatkan berbagai masalah kesehatan yang sangat merugikan kualitas hidup anak seperti gangguan pertumbuhan tungkai kaki, gangguan

tidur, sleep apnea (henti napas sesaat) dan gangguan pernafasan lain (Kemenkes, 2012).

Berdasarkan hasil penelitian (Agita *et al.*, 2018) yang berjudul “Asupan Energi Cemilan, Durasi dan Kualitas Tidur Pada Remaja Obesitas dan Non Obesitas”, riset ini memakai pendekatan *cross-sectional*. Pengambilan sampel diawali dengan skrining pada 288 remaja, dari nilai IMT/U ditemukan 25 remaja obesitas, 23 remaja kurus, serta 240 remaja normal. Pemilihan 25 sampel penelitian pada masing-masing kelompok dilakukan secara *consecutive sampling*. Terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan obesitas dengan *p value* 0,001 (<0,05).

Penelitian yang dilakukan (Yulia, 2016) dengan judul “ Hubungan Antara Pendidikan dan Pengetahuan Ibu Dengan Status Gizi Lebih (Overweight dan Obesitas) Pada Anak Sekolah Dasar Di SD NU 1 Trate Gresik”. Riset ini memakai metode penelitian *observasional-analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Kriteria sampel pada penelitian ini adalah siswi kelas III,IV, dan V. Populasi adalah seluruh siswa kelas III,IV, dan V yaitu sebanyak 367 responden, dan jumlah sampel adalah 52 responden dan ditentukan dengan teknik *proportional random sampling*. Terdapat hubungan yang signifikan antara pendidikan ibu dengan status gizi lebih *p value* 0,031 (<0,05).

Menurut (Erita *et al.*, 2019) peran perawat anak, yaitu: sebagai edukator, konselor, koordinator atau kolaborator, pembuat keputusan etik, dan peneliti. Dalam hal ini peran perawat anak sebagai tenaga kesehatan dalam upaya

mengatasi permasalahan obesitas pada anak usia sekolah dapat dilakukan dengan melaksanakan peran sebagai pendidik, pelaksana perawatan langsung dan pengawas berkaitan dengan kondisi kesehatan. Pemasalahan keperawatan yang lazim terjadi pada anak dengan obesitas yaitu: nutrisi tidak seimbang lebih dari kebutuhan tubuh, gaya hidup yang tidak baik (menetap tidak ada perubahan), gangguan citra tubuh, gangguan interaksi social, dan manajemen kesehatan diri yang tidak efektif. Umumnya intervensi atau tindakan yang dapat dilakukan adalah dengan cara: bantuan penurunan berat badan, promosi untuk melakukan latihan atau olahraga, meningkatkan citra tubuh, meningkatkan sosialisasi, edukasi diet yang sudah ditetapkan (Maiti & Bidinger, 2014).

Berdasarkan hal tersebut diatas, peneliti melakukan studi pendahuluan yang dilakukan di SDN Ragunan 08 Pagi yang memiliki sejumlah siswa/i 314 peneliti melihat terdapat 30 siswa yang mengalami obesitas. Berdasarkan uraian diatas peneliti melihat tingginya angka kejadian obesitas pada anak usia sekolah di Kota Jakarta Selatan maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut khususnya di sekolah dasar negeri kelurahan Ragunan untuk melakukan penelitian tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan obesitas pada anak usia sekolah.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, bahwa obesitas memiliki dampak yang cukup besar bagi keberlangsungan usia produktif, meningkatnya kasus obesitas setiap tahun, serta kurangnya kualitas tidur, rendahnya pengetahuan

orang tua mengenai obesitas dan minimnya aktifitas fisik pada anak. Untuk dari itu masalah yang difokuskan dalam penelitian ini adalah faktor-faktor yang berhubungan dengan obesitas pada anak usia sekolah di SDN Ragunan 08 pagi.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan obesitas pada anak usia sekolah di SDN Ragunan 08 pagi.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengetahui gambaran kualitas tidur pada anak usia sekolah di SDN Ragunan 08 pagi.
- 2) Mengetahui gambaran pengetahuan orang tua tentang obesitas pada anak usia sekolah di SDN Ragunan 08 pagi.
- 3) Mengetahui gambaran aktifitas fisik pada anak usia sekolah di SDN Ragunan 08 pagi.
- 4) Mengetahui hubungan kualitas tidur dengan kejadian obesitas pada anak usia sekolah di SDN Ragunan 08 pagi.
- 5) Mengetahui hubungan pengetahuan orang tua tentang obesitas dengan kejadian obesitas pada anak usia sekolah di SDN Ragunan 08 pagi.
- 6) Mengetahui hubungan aktifitas fisik dengan kejadian obesitas pada anak usia sekolah di SDN Ragunan 08 pagi.

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi semua pihak, yaitu:

1.4.1 Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk menambah wawasan orang tua mengenai obesitas agar orang tua dapat melindungi anak-anak dari bahaya obesitas yang dapat memicu penyakit tidak menular dengan cara mulai menjaga pola tidur dan mulai beraktifitas fisik secara rutin.

1.4.2 Bagi Peneliti

Sebagai penerapan dan pengembangan ilmu yang telah didapat selama mengikuti kegiatan perkuliahan di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Nasional

1.4.3 Bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk institusi pendidikan dalam pengabdian masyarakat Universitas Nasional

1.4.4 Bagi Ilmu Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai data dasar dan informasi kesehatan tentang faktor faktor yang berhubungan dengan obesitas pada anak usia sekolah.

