

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Obesitas atau kelebihan berat badan dikarenakan terjadinya kelebihan akumulasi lemak tubuh yang relatif terhadap masa tubuh tanpa lemak. Banyak orang tua beranggapan bahwa balita yang gemuk akan terlihat lebih lucu, dianggap sangat sehat dan menggemaskan, dibandingkan balita yang berat badannya pas atau ideal (Wong, 2019).

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 di bawah usia 5 tahun mengalami obesitas (Ginanjari, 2019).

Pada tahun 2018 prevalensi obesitas pada anak Indonesia umur meningkat dengan pesat menjadi 31,0%, pada anak laki-laki prevalensi nya 10,7% dan pada anak perempuan 7,7%. Dengan meningkatnya usia anak saat mengalami obesitas, maka meningkatkan risiko obesitas dimasa dewasa dan besar kemungkinan akan mengalami penyakit tidak menular (Wong, 2019).

Masalah gizi di Indonesia saat ini memasuki masalah gizi ganda. Artinya bahwa 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 hampir diseluruh daerah, dan kota, maupun di pelosok di Indonesia (Ginancar, 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-sekolah anak usia 3-5 tahun yang memiliki risiko obesitas dan bahkan berlanjut pada usia 5-15 tahun (Syamsiah et al., 2020). Dampak yang terjadi jika balita mengalami obesitas antara lain yaitu cenderung dapat mengakibatkan terkena Diabetes mellitus tipe II, meningkatnya nilai kolesterol sehingga mengakibatkan tekanan darah meningkat dan dapat menyebabkan penyakit jantung, nafas berhenti saat tidur (sleep apnue), 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 adomen dan menyebabkan beban kerja otot pernapasan meningkat (Verani, 2018).

Faktor yang menyebabkan terjadinya obesitas pada anak yakni genetik, pola makan, status sosial 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 negara barat saja seperti Amerika tetapi juga sudah 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 genetik 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).

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).

Pola hidup yang serba santai dan mudah dapat membuat tubuh menjadi kurang bergerak atau sedikit menggunakan tenaga untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Pada umumnya makanan yang telah dikonsumsi sebagian besar seharusnya dibakar agar tidak menumpuk menjadi lemak. Lemak yang bertumpuk secara terus-menerus dapat membuat ukuran tubuh menjadi terus bertambah (Dewi, 2018).

Berdasarkan hasil observasi kepada kader di Posyandu Kemala Kelurahan Senen terlihat bahwa kurangnya pemantauan ibu balita terhadap anaknya dengan membawa KMS (Kartu Menuju Sehat) untuk mengetahui pertumbuhan dan perkembangan anaknya dan ada juga ibu balita yang datang ke posyandu hanya untuk menimbang tanpa membawa KMS (Kartu Menuju Sehat). Selain itu, hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan terhadap 10 balita yang mengalami obesitas di wilayah Posyandu Kemala Rw. 03 Kelurahan Senen, didapatkan 5 balita memiliki riwayat kegemukan pada orangtuanya, 3 balita memiliki pola makan yang tidak baik seperti sering mengkonsumsi makanan yang manis, sedangkan 2 balita jarang beraktivitas fisik, orangtua selalu memberikan handphone kepada anaknya agar tenang sehingga minimnya aktivitas fisik pada balita tersebut.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Riwayat Kegemukan Orangtua, Pola Makan, dan Aktivitas Fisik Terhadap Obesitas pada Balita di Posyandu Kemala Kelurahan Senen Tahun 2022”.

1.2 Perumusan Masalah

Hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan terhadap 10 balita yang mengalami obesitas di wilayah Posyandu Kemala Rw. 03 Kelurahan Senen, didapatkan 5 balita memiliki riwayat kegemukan pada orangtuanya, 3 balita memiliki pola makan yang tidak baik seperti sering mengkonsumsi makanan yang manis, sedangkan 2 balita jarang beraktivitas fisik, orangtua selalu memberikan handphone kepada anaknya agar tenang sehingga minimnya aktivitas fisik pada balita tersebut. Berdasarkan permasalahan yang ada, maka rumusan masalah

penelitian ini adalah belum diketahuinya apakah ada hubungan riwayat kegemukan orangtua, pola makan, dan aktivitas fisik terhadap obesitas pada balita di Posyandu Kemala Kelurahan Senen tahun 2022

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan riwayat kegemukan orangtua, pola makan, dan aktivitas fisik terhadap obesitas pada balita di Posyandu Kemala Kelurahan Senen tahun 2022.

1.3.2 Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus dalam penelitian ini adalah:

- 1) Diketahui riwayat kegemukan orangtua, pola makan, aktivitas fisik terhadap obesitas pada balita di Posyandu Kemala Kelurahan Senen tahun 2022.
- 2) Diketahui hubungan riwayat kegemukan orangtua terhadap obesitas pada balita di Posyandu Kemala Kelurahan Senen tahun 2022.
- 3) Diketahui hubungan pola makan terhadap obesitas pada balita di Posyandu Kemala Kelurahan Senen tahun 2022.
- 4) Diketahui hubungan aktivitas fisik terhadap obesitas pada balita di Posyandu Kemala Kelurahan Senen tahun 2022.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkuat teori-teori yang sudah ada dan memberikan kontribusi untuk keilmuan di bidang kebidanan sehingga

penelitian ini dapat dijadikan referensi dan pengetahuan tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian obesitas pada anak balita untuk penelitian selanjutnya.

1.4.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dijadikan sebagai informasi oleh pengelola Posyandu Kemala Kelurahan Senen dalam pengambilan keputusan untuk pencegahan dan pengendalian kejadian obesitas pada anak balita sehingga masyarakat pun bisa lebih waspada terhadap kejadian obesitas pada anak balita.

