

Faktor Obesitas pad Anak

by Tri Niswati Utami

Submission date: 17-Jun-2020 03:50PM (UTC+0700)

Submission ID: 1345291394

File name: Faktor_Obesitas_pada_Anak.pdf (474.29K)

Word count: 5332

Character count: 31636



FAKTOR OBESITAS ANAK SDN 1 SIGLI KABUPATEN PIDIE

Miftahul Jannah^{1(K)}, Tri Niswati Utami²

¹Kespro program S2 Ilmu Kesehatan Masyarakat, Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia

²Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan, Indonesia

¹Email Penulis Korespondensi^(K): miftahuljannah1608@gmail.com; triniswatiutami@uinsu.ac.id²

(No telepon korespondensi : 082165068684)

Abstrak

Berkembangnya zaman maka masalah gizi di Indonesia tidak saja gizi kurang tetapi telah masuk pada permasalahan gizi ganda. Anak yang mengalami obesitas merupakan kondisi secara medis dimana anak mengalami berat badan diatas rerata yang diukur berdasarkan IMT (indeks massa tubuh) melebihi berat badan normal. Tujuan: diketahui faktor yang berperan dominan terhadap obesitas pada siswa sekolah dasar. Desain penelitian: kuantitatif, *cross sectional*. Populasi siswa SDN 1 Sigli Kabupaten Pidie jumlah 72 orang siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling. Adapun uji yang digunakan pada penelitian ini adalah uji analisis regresi logistik berganda. Diperole hasil bahwa faktor yang berpengaruh secara dominan terhadap kejadian obesitas pada sampel yaitu aktifitas fisik dengan nilai OR 36,5 pada nilai *p value* $0,006 < 0,05$., mempunyai arti apabila variabel aktifitas fisik rendah, mempunyai peluang untuk mengalami obesitas 36,5 kali, dibandingkan dengan faktor lainnya seperti faktor genetik, factor jumlah keluarga, serta faktor pendapatan keluarga. Sehingga aktifitas fisik menjadi faktor yang memengaruhi secara dominan terhadap obesitas anak sekolah dasar. Diharapkan hendaknya para tenaga pendidi (guru) sekolah dasar dapat meningkatkan kegiatan siswa melalau aktivitas secara fisik baik olah raga dan sebagainya, sehingga siswa secara fisik aktif. Mengajukan kegiatan senam pagi para siswa dan guru sekolah.

Kata Kunci: genetic, obesitas, aktivitas fisik, faktor memengaruhi.

Abstract

Along with the development of the era Nutritional problems in Indonesia are not only a problem of malnutrition but have entered into multiple nutritional problems. Obesity in children is a medical condition characterized by body weight above the average body mass index (BMI) above normal. The aims of this study was to find out what were the most dominant factors affecting the incidence of obesity on students in Sigli State 1 Elementary School Pidie District 2018. The research design used a quantitative analytical survey with a cross sectional design. The population in this study were students in in sigli state 1 elementary school pidie district 2018 class IV, V, and VI which amounted to 72 students, sampling in this study used total sampling techniques and the test used in this study was multiple logistic regression test. Results showed that the factors that has dominant factors influence on the incidence of obesity in students of In Sigli State 1 Elementary School Pidie District 2018 were physical activity variables *p-value* $.006 < .05$ and OR value 36.5, meaning that mild physical activity opportunities had as much obesity as possible 36.5 times compared to genetic variables, family income and family size. This study is that activity like physic is the most dominant factor affecting of obesity the incidence in school children in SD Negeri 1 Sigli, Pidie Regency. It is

suggested for teachers in schools to improve student activities to be more active by taking gymnastics students in the morning and being active in sports lessons.

Keywords: *Obesity, influencing factors, obesitas*

PENDAHULUAN

Obesitas menjadi salah satu tantangan serius di Indonesia. Oleh karena menjadi masalah secara global dan memberikan mempengaruhi terhadap negara yang memiliki berpenghasilan rendah serta menengah, terlebih di perkotaan. Anak yang mengalami obesitas menjadi masalah secara serius terhadap kesehatan, yang menunjukkan bahwa berat badan melebihi rerata dari IMT (indeks massa tubuh) berada di atas keadaan yang normal. Risiko penyakit menular akan meningkat pada kondisi kegemukan atau obesitas. Sehingga menjadi faktor penentu yang penting bagi kesehatan. Hal ini karena adanya perubahan metabolik dalam tubuh sehingga merugikan kesehatan, berpotensi terjadi penyakit tidak menular. Meskipun bukan penyakit yang dapat mematikan secara langsung, namun obesitas, dapat memicu penyakit lain yang dapat menyebabkan kematian, antara lain penyakit diabetes, jantung coroner, darah tinggi, dan batu empedu(1).

WHO (*World Health Organization*) menyebutkan berdasarkan data terbaru, bahwa dunia telah mengalami sindrom dunia baru akibat kegemukan, yang tidak mendapat perhatian dalam keluarga. Obesitas tidak menjadi masalah bagi keluarga. faktanya, kasus obesitas setiap tahun meningkat. Lebih lanjut WHO menyebutkan bahwa 10% anak usia sekolah secara global, mengalami obesitas pada rentang usia 5 - 17 tahun (1). Menurut WHO tahun 2014 kelebihan berat badan pada anak mencapai jumlah 2 x lipat dari angka sebelumnya tahun 1990 yaitu 5,4. Tahun 2014 sebesar 10,6 juta anak kelebihan berat badan (2). Beberapa masalah kesehatan terkait obesitas seperti: sesak nafas, gangguan tidur akibat sesak, hambatan pertumbuhan pada tungkai kaki, gangguan nafas, berhenti nafas dan sebagainya sehingga merugikan dan merendahkan kualitas hidup anak. Anak yang obesitas mengalami kematangan lebih cepat dari anak seusianya, demikian juga kelebihan berat dari anak seusianya, tetapi lebih cepat matang pertumbuhan tulangnya. Umumnya anak relatif lebih tinggi pada usia masa remaja awal, selanjutnya pertumbuhan tulang dan proses memanjang lebih cepat berhenti, akibatnya tinggi badan relatif lebih pendek dari anak yang seusianya, demikian juga kematangan seksual lebih cepat, pertumbuhan payudara dan *menarche* juga lebih cepat (3).

Sumber NCMP (*National Child Measurement Program*) menyebutkan, di Negara Inggris sebanyak 1 juta anak diukur tinggi dan berat badan setiap tahun untuk mendapatkan informasi prevalensi ditemukannya obesitas pada kelompok anak sekolah. Ditemukan kelompok anak usia 10-11 tahun, sebanyak 19,8% obesitas. Sedangkan usia 4-5 tahun diantaranya 9,3% dinyatakan obesitas. Untuk kelompok umur 10-11 tahun sepertiga diantaranya mengalami obesitas, sedangkan seperlimanya dialami pada kelompok umur 4-5 tahun (3). Di negara maju serta negara berkembang prevalensi obesitas juga meningkat, sehingga perlu mendapat perhatian. Demikian pula di negara Spanyol dan Cina angka obesitas sebesar 13,9% dan 15,3% tahun 2009 dan tahun 2012. Badan kesehatan dunia menyebutkan angka obesitas di negara berkembang pada tahun 2015, sama dengan negara Amerika dan Eropa (4).

Laporan *Global Nutrition Report* di Indonesia secara global mencatat dalam periode tahun 2014 ada 3 masalah gizi di Indonesia, antara lain stunting wasting dan obesitas. Dalam hal ini Indonesia masuk dalam kriteria 17 negara yang mempunyai masalah terkait gizi secara bersamaan. Angka obesitas berdasarkan data RISKESDA (Riset Kesehatan dasar) yang terakhir tahun 2013 klasifikasi gemuk berdasarkan Berat Badan dan Tinggi Badan, kelompok anak umur 5-12 tahun, 8% diantaranya mengalami obesitas. Pada kelompok anak usia 0-59 bulan mencapai jumlah 11,9%. Diperkirakan anak Indonesia mengalami obesitas 8 dari 10 anak (4).

Tahun 2020 diprediksi angka obesitas mempunyai kecenderungan 9,1% sekitar 60 juta anak di Indonesia (3). Kondisi ini disebabkan karena perubahan gaya hidup, dimana gaya hidup yang bersifat tradisional (*traditional life style*) mengalami perubahan menjadi *sedentary life style*, yang mana gaya hidup dengan aktivitas fisik sangat minim, menjadi pemicu munculnya kejadian *overweight* ini yang lama kelamaan akan menjadi obesitas (5). Hasil survei pemantauan status gizi provinsi Aceh tahun 2014 berdasarkan indikator Indeks Masa Tubuh menurut umur pada usia 5-18 tahun yang menggambarkan komposisi tubuh untuk status gizi dalam kategori obesitas sebesar 6,8% data dari laporan survei Pemantauan status gizi Provinsi Aceh berdasarkan indikator Indeks Masa Tubuh pada balita di kabupaten Pidie yang termasuk dalam kategori obesitas pada tahun 2016 jumlah balita obesitas sebesar 1,9% menjadi 2,3% pada tahun 2017(5).

Aktivitas fisik yang rendah menyebabkan sebagian dari makanan disimpan menjadi sumber tenaga (energy) dalam bentuk lemak yang disimpan dalam tubuh, sehingga bagi orang tidak atau sedikit melakukan aktivitas fisik dan olah raga, apabila pola konsumsi makan makanan tinggi akan karbohidrat, protein dan mineral memiliki kecenderungan menjadi gemuk. Dalam penelitian Vanhala *et al* melaporkan gaya hidup dan aktivitas fisik menetap pada faktor resiko kelebihan berat badan pada anak, aktivitas fisik yang dinilai seperti jumlah waktu yang dihabiskan untuk bermain, berolahraga, menonton televisi, bekerja dengan komputer, bermain *video game* dan membaca. Hasilnya menunjukkan, menonton televisi lebih dari 1 jam perhari dapat meningkatkan tiga kali lipat risiko berat badan berlebih, jika dibandingkan dengan anak yang menonton televisi kurang dari setengah jam perharinya (6).

Penelitian Danari menunjukkan aktivitas yang rendah memberikan pengaruh yang besar terhadap obesitas secara signifikan $p=0.004$ dan nilai Odd Ratio sebesar $= 3,59$ dengan taraf kepercayaan 95% pada (CI: 1,565 –8,238). Menunjukkan bahwa anak dengan kegiatan fisik rendah berisiko obesitas 3 kali dibandingkan anak yang melakukan aktivitas berat. Sehingga diambil kesimpulan hubungan antara aktivitas fisik secara nyata mempunyai keeratan dengan terjadinya obesitas (6).

Berdasarkan survei awal pada tanggal 7 Januari 2018, peneliti lakukan di lokasi sekolah dasar siswa kelas empat (IV), lima (V) dan enam (VI) di Aceh Kabupaten Pidie dengan pengukuran secara antropometri menggunakan monoral dan timbangan berat badan, kemudian menghitung IMT secara manual, lalu kemudian nilai tersebut dimasukkan ke dalam kurva standar IMT berdasarkan usia. Hal ini dilakukan pada 10 siswa, terdapat 4 siswa kategori gemuk, terdapat 3 anak kategori obesitas dan terdapat 3 anak dalam kategori normal. Siswa yang bersekolah di SD Negeri 1 Sigli Kabupaten Pidie mayoritas memiliki orang tua dengan pendapatan tinggi, hal itu berpengaruh terhadap aktifitas fisik anak dimana anak selalu menggunakan transportasi mobil dan motor saat pergi dan pulang sekolah sehingga anak tidak melakukan aktifitas berat seperti berjalan kaki yang akan memicu terjadinya obesitas pada anak. Saat jam istirahat sekolah anak lebih banyak menghabiskan waktu untuk bermain game dan mengobrol bersama teman. Anak memilih menonton Televisi, bermain video game pada 23 t di rumah dibandingkan bermain diluar rumah dengan teman sebayanya. (7). Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dideskripsikan di atas selanjutnya peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian dan mengungkapkan faktor apa sajakah yang diduga memengaruhi terjadinya obesitas yang dialami siswa Sekolah Dasar di Aceh Kabupaten Pidie tepatnya di Sigli.

METODE ¹

Jenis kuantitatif dengan menggunakan rancangan survei analitik. Jenis desain *Cross Sectional*. Lokasi penelitian dilakukan pada Sekolah Dasar Negeri 1 daerah Sigli Aceh, Kabupaten Pidie dan dilakukan bulan Januari-Juli 2018. Populasi merupakan sasaran penelitian¹ yaitu seluruh siswa di sekolah tersebut. Yang ditemukan pada survey awal mengalami obesitas kelas IV, V dan VI yang berjumlah 72 orang. Selanjutnya ditetapkan sampel yang merupakan karakteristik²⁰ ri populasi yang ada di lokasi penelitian. Adapun jumlah sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini menggunakan total sampling dimana seluruh populasi yang ada digunakan sebagai sampel sehingga jumlah sampel sama dengan jumlah populasi, sebanyak 72 responden. Analisa data secara univariate: untuk mendeskripsikan data variabel penelitian, kemudian dilanjutkan dengan analisis bivariat menggunakan *Chi Square* ditentukan batas kemaknaan *p value* (0,05). Selanjutnya data yang terakhir analisis multivariate, dari variabel yang memenuhi syarat masuk pada *regresi logistik*.

HASIL

Berdasarkan tabel .1. diketahui dari 72 orang siswa mayoritas siswa 31 responden (43.1%) yang memiliki genetik obesitas dan sebanyak 41 responden (56.9%) yang tidak memiliki genetik obesitas. dari 72 responden sebanyak 29 responden (40,3%) yang orang tuanya memiliki pendapatan <UMR (upah minimum region) dan sebanyak 43 responden (59,7%) yang orang tuanya memiliki pendapatan \geq UMR (upah minimum region). dari 72 responden sebanyak 3 responden (4.2%) yang pendidikan ibunya lulusan SD, sebanyak 24 responden (33.3%) yang pendidikan orang tuanya lulusan SMP, sebanyak 26 responden (36.1%) yang pendidikan orang tuanya lulusan SMA dan sebanyak 19 responden (26.4%) yang pendidikan orang tuanya lulusan PT. dari 72 responden sebanyak 30 responden (41.7%) yang memiliki jumlah keluarga >2 orang dan sebanyak 42 responden (58,3%) yang memiliki jumlah keluarga \leq 2 orang. aktifitas fisik siswa paling banyak dalam kategori ringan yaitu sebanyak 38 responden (52.8%) sedangkan yang melakukan aktifitas fisik dalam kategori berat sebanyak 34 responden (47.2%). dari 72 responden, 13 (18,1%) orang responden mengalami obesitas dan 59 (81,9%) orang responden yang tidak mengalami obesitas.

Tabel 1
Analisis Karakteristik Pada Anak Sekolah

Variabel	Jumlah	
	N	Persentase
Genetik		
Ya	31	43,1
Tidak	41	56,9
Pendapatan		
<UMR	29	40,3
≥UMR	43	59,7
Pendidikan Ibu		
SD	3	4,2
SMP	24	33,3
SMA	26	36,1
PT	19	26,4
Jumlah Keluarga		
>2 orang	30	41,7
≤2 orang	42	58,3
Aktifitas Fisik		
Ringan	38	52,8
Sedang	0	0
Berat	34	47,2
Obesitas		
Obesitas	13	18,1
Tidak	59	81,9

Berdasarkan Tabel.2. tabulasi silang antara genetik terhadap obesitas menunjukkan dari 31 responden (43.1%) yang memiliki genetik obesitas mayoritas tidak mengalami obesitas ada 21 responden (29.2%). Dan ditemukan pada 41 responden (56.9%), yang tidak memiliki genetik obesitas mayoritas tidak mengalami obesitas sebanyak 38 responden (52.8%).

Dari hasil analisis *chi-square* pada berdasarkan pada tabel uji *chi-square* antara hubungan faktor genetik dengan kejadian obesitas pada siswa di SD Negeri 1 Sigli Kabupaten Pidie diperoleh nilai signifikannya (0,016) <sig_α=0,05. Hasil analisis ini memenuhi kriteria persyaratan hipotesis hubungan, sehingga dapat disimpulkan bahwa faktor genetik memiliki hubungan secara signifikan dan obesitas.

Berdasarkan hasil tabulasi silang antara pendapatan terhadap obesitas menunjukkan dari 29 responden (40.3%) yang orang tuanya memiliki pendapatan <UMR mayoritas tidak mengalami obesitas sebanyak 20 responden (27.8%) dan dari 43 responden (59.7%), yang orang tuanya memiliki pendapatan ≥UMR mayoritas tidak mengalami obesitas sebanyak 39 responden (54.2%).

Kemudian dari hasil analisis uji *chi-square* diperoleh hasil ada Hubungan Pendapatan Keluarga dengan kejadian Obesitas pada siswa di Sekolah Dasar N1 kecamatan Sigli, hal ini didasarkan pada nilai probabilitasnya (0,041) <sig_α=0,05. Hasil analisis tersebut menunjukkan hipotesis hubungan terbukti, sehingga disimpulkan bahwa pendapatan keluarga berhubungan secara nyata (signifikan) dengan obesitas.

Berdasarkan hasil cross tabulasi diatas, antara pendidikan ibu terhadap obesitas menunjukkan dari 3 responden (4.2%) yang orang tuanya lulusan SD (sekolah dasar) mayoritas mengalami obesitas sebanyak 2 responden (2,8%), dari 24 responden (33,3%) yang orang tuanya lulusan SMP (sekolah menengah pertama) mayoritas tidak mengalami obesitas sebanyak 23 responden (31,9%), dari 26 responden (36.1%) yang orang tuanya lulusan SMA (sekolah menengah atas) mayoritas tidak mengalami obesitas sebanyak 30 responden (30.6%) dan dari 19 responden (26.4%) yang orang tuanya lulusan PT (perguruan tinggi) mayoritas tidak mengalami obesitas sebanyak 13 responden (18.1%).

Hasil analisis *chi-square* variabel Pendidikan Ibu dengan Obesitas pada siswa di SD N 1 Sigli Kabupaten Pidie diketahui bahwa nilai

probabilitasnya ($0,015$) $< \text{sig } \alpha=0,05$. Hasil analisis ini memberikan makna bahwa kriteria persyaratan hipotesis hubungan, sehingga dapat diartikan bahwa pendidikan ibumemiliki hubungan signifikan dengan obesitas.

Berdasarkan hasil tabulasi silang antara jumlah keluarga terhadap obesitas menunjukkan dari 30 responden (41,7%) yang memiliki jumlah Anggota Keluarga >2 orang mayoritas tidak mengalami obesitas sebanyak 20 responde (27,8%) dan dari 42 responden (58,3%), yang memiliki jumlah Anggota Keluarga ≤ 2 mayoritas tidak mengalami obesitas sebanyak 39 responden (54,2%).

Dari hasil analisis *chi-square* diatas terdapat bahwa uji bivariate antara jumlah Keluarga dengan Kejadian Obesitas terhadap responden yaitu siswa di SD Negeri 1 Sigli Kabupaten Pidie diketahui nilai probabilitasnya ($0,011$) $< \text{sig } \alpha=0,05$. Hasil ini memenuhi kriteria untuk hipotesis hubungan diterima, sehingga dapat diartikan jumlah keluarga mempunyai hubungan secara signifikan dengan obesitas.

Berdasarkan hasil analisis dari cross tabulasi antara aktifitas fisik ibu terhadap obesitas menunjukkan dari 38 responden (52,8%) yang aktifitas fisiknya ringan mayoritas tidak mengalami obesitas sebanyak 26 responden (36,1%) dan dari 34 responden (47,2%), yang aktifitas fisiknya berat mayoritas tidak mengalami obesitas sebanyak 33 responden (45,8%).

Hasil analisis menggunakan *chi-square* pada lampiran tabel uji bivariate diatas, antara Hubungan aktifitas fisik dengan Kejadian Obesitas pada sampel, diketahui nilai probabilitasnya ($0,004$) $< \text{sig } \alpha=0,05$. Hasil analisis ini memperlihatkan kriteria persyaratan hipotesis hubungan diterima, sehingga dapat diartikan bahwa aktifitas fisik memiliki hubungan signifikan dengan obesitas.

Tabel 2
Hubungan Faktor Obesitas Pada Anak Sekolah

Variabel	Obesitas				Jumlah		P value
	Ya		Tidak		N	%	
	n	%	n	%			
Genetik							
Ya	10	13,9	21	29,2	31	43,1	0,016
Tidak	3	4,2	38	52,8	41	56,9	
Pendapatan							
<UMR	9	12,5	20	27,8	29	40,3	0,041
\geq UMR	4	5,6	39	54,2	43	59,7	
Pendidikan Ibu							
SD	2	2,8	1	1,4	3	4,2	0,015
SMP	1	1,4	23	31,9	24	33,3	
SMA	4	5,6	30	30,6	26	36,13	
PT	6	8,3	13	18,1	19	26,4	
Jumlah Keluarga							
<2 orang	10	13,9	20	27,8	30	41,7	0,011
≥ 2 orang	3	4,2	39	54,2	42	58,3	
Aktifitas Fisik							
Ringan	12	16,7	26	36,1	38	52,8	0,004
Berat	1	1,4	33	45,8	34	47,2	

Berdasarkan Tabel .3. variabel in the equation diatas menghasilkan 4 (empat) variabel yang mempunyai pengaruh terhadap obesitas yaitu variabel genetic, jumlah keluarga dan aktifitas ibu dengan nilai p (sig) $= < 0,05$. Variabel yang paling dominan memiliki pengaruh signifikan terhadap obesitas adalah aktifitas fisik dengan p (sig) 0,006 dan memiliki nilai OR= 36.578 artinya responden yang aktifitas fisiknya ringan memiliki resiko 36,5 kali terjadi obesitas. Nilai Koefisien B yaitu 3.599 bernilai positif, maka semakin berat aktifitas fisik responden maka akan semakin rendah resiko terjadi obesitas.

Tabel3
Pengaruh Faktor Obesitas Pada Anak Sekolah

Variabel	B	Sig	Exp(B)	95% CI	
				Lower	Upper
Genetic	2.166	.026	8.727	1.288	59.119
Pendapatan keluarga	2.238	.023	9.370	1.358	64.641
Jumlah Keluarga	1.978	.028	7.230	1.238	42.239
Aktifitas fisik	3.599	.006	36.578	2.746	487.268
Constant	-12.323	.001	.000		

PEMBAHASAN

Pengaruh Genetik Terhadap Obesitas

Obesitas cenderung diturunkan, hal ini dikarenakan anggota keluarga bukan hanya membawa gen namun, konsumsi makanan serta gaya hidup yang dimiliki dalam satu keluarga memiliki kesamaan yang menyebabkan kecenderungan terjadinya obesitas pada keluarga tersebut dalam satu keluarga. Demikian terjadi sehingga orang tua yang obesitas, maka potensi obesitas juga dimiliki oleh anaknya, tidak dapat dihindari. Kesamaan ini karena anggota keluarga yang obesitas menjadi prediktor besar bagi obesitas pada anggota keluarga lainnya seperti anak(8).

Faktor lainnya adalah kebiasaan makan orang tua dan lingkungan sekitar anak. Berat badan orang tua sering disebutkan menjadi prediktor terjadinya obesitas pada anak. Predisposisi genetik pada anak obesitas menjadi salah satu faktor yang berpengaruh meningkatkan prevalensi obesitas pada anak. Karakteri asupan yang diberikan oleh orang tua obesitas berperan kuat terhadap penentuan berat anak, sehingga perlu untuk mempertimbangkan pengaturan asupan makanan pada anaknya.

Penelitian ini mempunyai kesamaan dengan peneliti sebelumnya tentang obesitas yang dilakukan oleh Made Rismawan yang berjudul hubungan genetik dan faktor psikologis dengan kejadian obesitas pada siswa kelas enam sekolah dasardi Denpasar, Bali. Didapatkan hasil ada hubungan antara masalah genetik dengan kejadian obesitas, apabila semakin kecil nilai analisis variabel genetik berbanding lurus dengan kejadian obesitas yang semakin rendah (9).

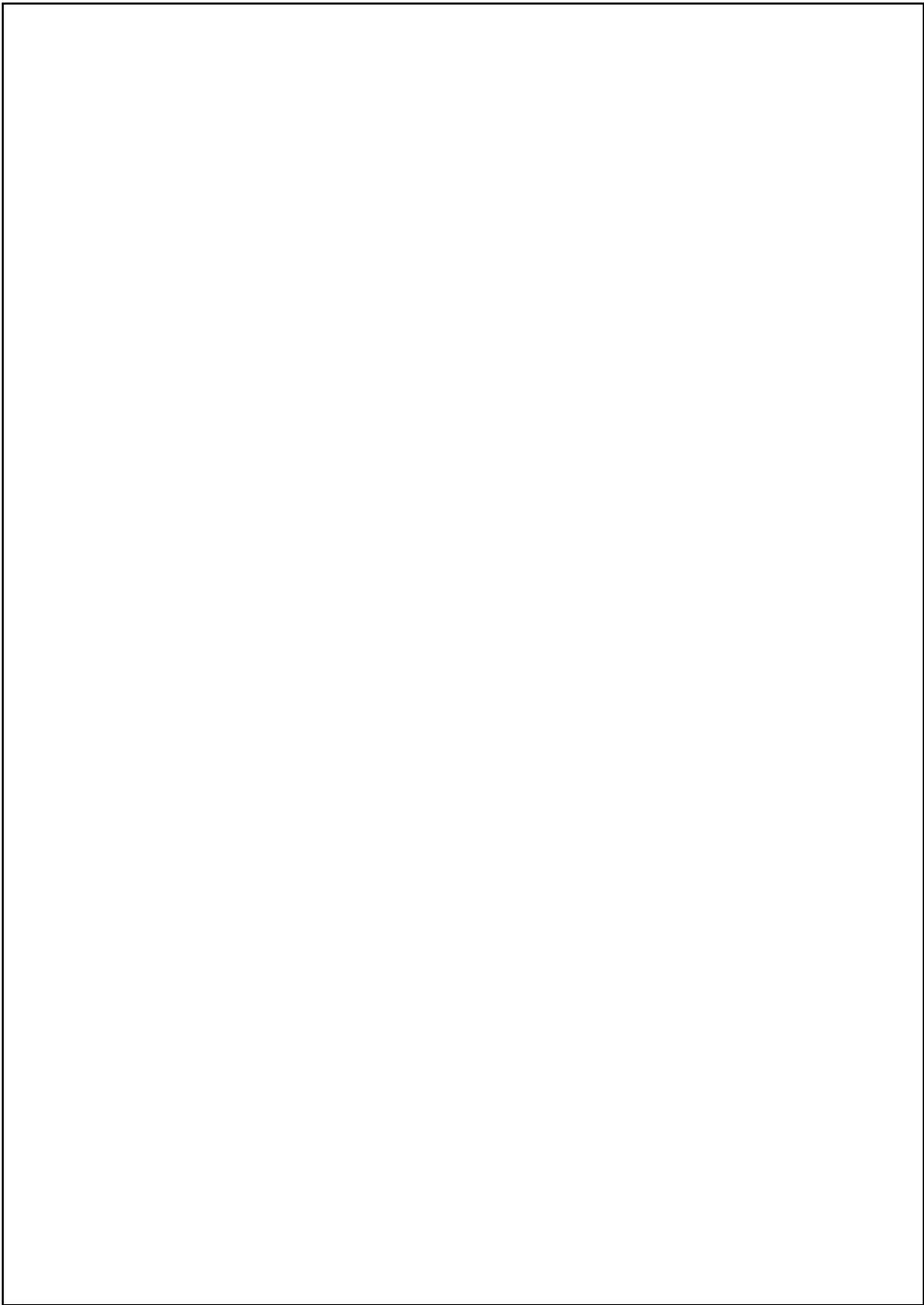
Menurut asumsi peneliti faktor genetik sangat memengaruhi perilaku dan kebiasaan hidup individu atau anak, dikarenakan selain membawa gen, dalam menjalani kesehariannya anak akan mengikuti gaya hidup yang dijalani keluarga, keluarga yang pola makannya tidak seimbang dengan aktifitas fisik akan berdampak pada obesitas, begitu juga sebaliknya. Dimana keluarga yang gaya hidupnya sehat tentunya anak juga akan mengikuti gaya hidup yang sehat pula.

Pengaruh Pendapatan Terhadap Obesitas

Padmiari dan Hadi menyebutkan orang tua akan mempunyai kemampuan daya beli yang tinggi berbanding lurus dengan pendapatan yang diperolehnya. Artinya bahwa peluang yang lebih besar dalam memilih dan membeli berbagai jenis makanan, yang tentunya mampu membeli beraneka ragam protein yang berkualitas. Peluang ini mengakibatkan pemilihan terhadap berbagai jenis makanan tidak lagi didasarkan pada kebutuhan dan pertimbangan kesehatan, tetapi lebih mengarah kepada pertimbangan *Prestise* dan rasa makanan yang enak. Dapat dilihat bahwa konsumsi terhadap makanan yang tinggi akan lemak, karbohidrat sehingga tidak ada pilihan lain bagi anak akan makanan yang disajikan oleh orang tua tersebut dengan kandungan kalori, lemak protein tinggi memicu kecenderungan kenaikan berat badan. Peningkatan pendapatan keluarga juga akan meningkatkan konsumsi makan, terutama makanan yang mahal dan enak, seperti berbagai jenis *fast food*. Berbagai makanan yang tergoong *fast food* tersebut adalah kentang goreng, ayam goreng, *hamburger*, *soft drink*, *pizza*, *hotdog*, donat dan lain-lain. (10)

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rendy Reynaldy Parengkuan pada tahun 2014 dengan judul hubungan pendapatan keluarga dengan kejadian obesitas pada anak sekolah. Didapatkan hasil anak yang memiliki orang tua dengan pendapatan tinggi memiliki resiko 3 kali menjadi obesitas dibandingkan dengan anak yang memiliki keluarga dengan pendapatan rendah. Hasil uji statistik diperoleh nilai $p = 0,000$, berarti pada alpha 5% dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara pendapatan keluarga dengan kejadian obesitas(11).

Menurut asumsi peneliti dan hasil penelitian yang telah dilakukan pendapatan keluarga berhubungan dengan terjadinya obesitas, anak yang memiliki orang tua dengan pendapatan tinggi akan memengaruhi kualitas belanja dan gaya hidup anak, pendapatan keluarga yang mendukung kemampuan dalam membeli makanan cepat saji inilah yang menjadi penyebab meningkatnya konsumsi makanan berenergi tinggi (12). anak yang memiliki orang tua kaya dengan fasilitas serba praktis akan mengurangi aktifitas anak, dimana hasil yang didapatkan dilapangan anak yang memiliki orang tua yang berkecukupan hampir merata memiliki handphone yang berisikan video game



sehingga setiap anak mempunyai waktu luang digunakannya untuk bermain video game, dan juga berangkat ke sekolah dengan menggunakan kendaraan mobil atau sepeda motor. Hal ini akan berdampak ¹⁸ adanya obesitas dikarenakan pola makan dan aktifitas fisik tidak seimbang. Begitu juga sebaliknya, anak yang memiliki orang tua dengan pendapatan rendah juga akan memengaruhi kualitas belanja yang rendah juga.

Pengaruh Pendidikan Ibu Terhadap Obesitas

Tingkat pendidikan akan mempengaruhi konsumsi pangan melalui cara pemilihan bahan pangan. Semakin tinggi pendidikan orang tua, cenderung semakin baik dalam memilih kualitas dan kuantitas bahan makanan. Perilaku mengandung aspek-aspek sikap, pengetahuan dan keterampilan. Pengetahuan gizi adalah pengetahuan tentang cara yang benar untuk memilih bahan makanan kemudian mengolah serta mendistribusikannya. Disamping itu pengetahuan gizi juga mencakup bagaimana menyaji⁴kan makanan sehat secara ekonomis.

Marsetyo mengatakan walaupun pendapatan atau penghasilan orang tua berlebihan, tetapi jika tidak memiliki atau diperhatikannya pengetahuan akan bahan makanan bergizi, secara tidak sadar karena berbagai makanan lezat yang diutamakannya maka pertumbuhan dan perkembangan tubuh, kesehatan dan produktivitas kerja akan mengalami gangguan karena tidak adanya keseimbangan antara z⁵gizi yang diperlukan dengan zat gizi yang diterima.

Pengetahuan gizi ibu sangat mempengaruhi status gizi keluarga tersebut. Hal ini dikarenakan ibu akan dapat membentuk pola konsumsi pangan, terutama untuk anaknya. Selain itu, tingkat ekonomi juga merupakan tantangan bagi ibu untuk pandai memilih makanan yang sehat bagi keluarganya, karena sosial ekonomi yang baik memberikan kemudahan untuk mendapatkan makanan yang sesuai dengan pilihan dan selera. Hal ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Padmiari, menyebutkan bahwa pendapatan keluarga yang mendukung kemampuan dalam membeli makanan cepat saji inilah yang menjadi penyebab meningkatnya konsumsi makanan berenergi tinggi (13).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Haryanto tahun 2012 dengan judul Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Obesitas ²² Scor > 2 IMT Menurut Umur Pada Anak Usia Sekolah Dasar (7-12 Tahun) Di Jawa dimana ada hubungan antara pendidikan ibu dengan obesitas pada anak dengan nilai p value = 0,005. Begitu juga penelitian Widyawati tahun 2014 tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan obesitas pada anak sekolah dasar usia 6-12 tahun di SD Budi Mulia 2 Yogyakarta menjelaskan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pendidikan ibu dengan kejadian obesitas pada anak (14).

Menurut asumsi peneliti dan hasil penelitian yang didapatkan pendidikan ibu tidak berpengaruh dengan kejadian obesitas, ibu dengan pendidikan tinggi belum tentu memiliki pengetahuan yang baik tentang gizi yang baik, dikarenakan tidak semua profesi pendidikan mendapatkan pengetahuan tentang pola hidup yang sehat. Sehingga dalam menyajikan makanan untuk anaknya tidak semua ibu yang berpendidikan tinggi akan memilih makanan yang sehat dan berkualitas untuk anaknya, begitu juga sebaliknya tidak semua ibu yang berpendidikan rendah akan memilih makanan yang tidak tepat atau sehat untuk disajikan kepada anaknya. Begitu pula Ibu yang berpendidikan tinggi sibuk bekerja sehingga kurang memperhatikan kebiasaan makan anaknya, anaknya di asuh oleh pembantu, sedangkan ibu yang pendidikannya rendah dan tidak bekerja fokus mengurus anaknya, sehingga kebiasaan makan anak dan aktifitas anak bisa dikontrolnya.

Pengaruh Jumlah Keluarga dengan Obesitas

Penelitian oleh Apfelbacher menunjukkan ada kaitan jumlah keluarga dengan konsumsi makanan. Dimana anak-anak ¹³ yang memiliki tiga atau lebih saudara kandung memiliki kecenderungan mengalami kelebihan berat badan. Apabila dibandingkan dengan anak-anak dalam keluarga tersebut yang memiliki lebih dari tiga bersaudara. Artinya Saudara kandung yang lebih sedikit berarti pula lebih sedikit orang di rumah tersebut dan kebutuhan makanan tidak sebanyak jumlah orang yang banyak. Dengan demikian ada hubungan jumlah anggota keluarga atau jumlah saudara dengan berat badan berlebih atau kegemukan pada anak (15).

Menurut asumsi peneliti dan hasil penelitian yang didapatkan jumlah keluarga memiliki hubungan dengan terjadinya obesitas, hal ini karena pada keluarga yang memiliki jumlah anak >2 ibu suah mengontrol anaknya karena ibu sibuk mengurus adeknya yang masih kecil. Selain itu hal ini juga berkaitan dengan keinginan orang tua yang berlebihan dalam memenuhi keinginan makan kepada anak-anaknya, bisa dengan cara menyediakan makanan secara langsung (dibelian) atau memberikan uang jajan kepada anak yang mengakibatkan anak terus-menerus makan sesuai keinginannya tanpa adanya pemantauan jenis makanan dan jumlah kalori yang di makan oleh anak.

Pengaruh Aktifitas Fisik dengan Obesitas

Hasil penelitian di lapangan tentang aktivitas fisik siswa sehari-hari menunjukkan bahwa mayoritas siswa hanya melakukan aktivitas fisik yang ringan, selain belajar di sekolah siswa lebih banyak menghabiskan waktu luangnya di rumah dengan menonton televisi dan bermain video games, hanya beberapa siswa yang mengisi waktu luang di luar rumah dengan bermain bersama teman-temannya seperti bermain lompat tali. Dalam penelitian ini juga diperoleh bahwa sangat sedikit siswa yang melakukan aktivitas berat seperti olahraga sepak bola, bersepeda, lari, senam dan menari.

Menonton televisi juga terbukti menurunkan laju metabolisme tubuh. Anak yang hanya duduk dalam waktu yang lama berarti aktivitasnya rendah seperti menonton televisi energy yang dikeluarkan juga kecil, menjadikan mereka kurang beraktivitas seperti berjalan, naik turun tangga, bersepeda dan lain-lain. Pada penelitian kohort di Amerika oleh Gortmaker, Must, Sobol & Peterson dari tahun 1986-1990 mengatakan bahwa menonton televisi lebih dari 5 jam dalam sehari meningkatkan prevalensi dan angka kejadian obesitas pada anak usia 6-12 tahun sebesar 18%, serta menurunkan angka keberhasilan sembuh dari terapan obesitas sebanyak 33%.

Penelitian Suastra (2014) mengenai hubungan aktivitas fisik dengan obesitas pada anak sekolah dasar diperoleh berdasarkan pemeriksaan fisik, responden yang mengalami obesitas sebanyak 43 orang (34%). Hubungan aktivitas fisik dan obesitas diuji menggunakan *chi-square* dan *logistic regression*. Uji *chi-square* mendapatkan waktu tidur dengan $p=0,001$ dan OR waktu tidur ≤ 8 jam = 4,89 (95% CI 2,158;11,074). Bermain di luar rumah, $p=0,019$ dan OR bermain di luar rumah ≤ 2 jam = 8,28 (95% CI 1,051;65,25). Pada uji *logistic regression*, waktu tidur $p=0,001$ dan OR waktu tidur ≤ 8 jam = 5,54 (CI 95% 2,259;13,61). Bermain di luar rumah mendapatkan $p=0,037$ dan OR bermain di luar rumah ≤ 2 jam = 10,12 (95% CI 1,152;88,89). Waktu tidur dan bermain di luar rumah memiliki hubungan yang signifikan terhadap status obesitas anak (16).

Penelitian lain yang dilakukan Danari (2013) menunjukkan bahwa aktivitas ringan memiliki pengaruh yang besar terhadap obesitas anak ditunjukkan nilai OR = 3,59 (95% CI: 1,565 – 8,238). Bahwa anak yang mempunyai aktivitas fisik ringan mempunyai peluang risiko 3 kali lebih besar mengalami obesitas jika dibandingkan anak yang melakukan aktivitas berat atau ringan. Hasil uji statistik diperoleh nilai $p = 0,004$, berarti pada alpha 5% dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas (9).

Menurut analisis peneliti aktivitas sehari-hari sangat berpengaruh terjadinya obesitas pada anak, dengan meningkatnya kemajuan teknologi di zaman sekarang membuat anak menjadi kurang aktif untuk berolahraga karena di waktu luang anak lebih senang menghabiskan waktu luang untuk menonton televisi dan bermain video game di rumah, dalam hal ini peran orang tua sangat diperlukan untuk memotivasi anak agar mau berolahraga secara teratur atau bermain diluar rumah dan membatasi anak untuk menonton televisi dan bermain games dirumah. Pada dasarnya aktivitas fisik adalah salah satu kunci agar kalori yang di konsumsi dapat dipergunakan dengan baik, dimana aktivitas fisik yang dapat mengeluarkan kalori secara signifikan diantaranya sepak bola, bersepeda, lari senam dan lompat tali. Aktivitas ini termasuk dalam kegiatan berat sebab membutuhkan energi yang banyak karena tubuh dipacu untuk bergerak ekstra dan berulang sehingga tubuh mengeluarkan kalori sebagai bahan bakar untuk bergerak dan mengakibatkan tubuh menjadi panas serta otomatis mengeluarkan keringat, sehingga dengan demikian kalori tidak banyak tertumpuk atau disimpan sebagai cadangan. Pada hasil penelitian yang didapat bahwa kebanyakan anak-anak sekolah dasar beraktivitas fisik hanya dalam kategori ringan disebabkan anak-anak saat ini kurang rutin dalam melaksanakan aktivitas fisik ini karena sudah membudaya keinginan bermain dengan teknologi misalnya games online maupun offline karena anak merasa tidak memerlukan tenaga ekstra akan tetapi dapat memenuhi kepuasan bermainnya.

Ditambah lagi saat ini di masyarakat televisi bukanlah barang yang sulit didapatkan atau dimiliki, sehingga tanpa sadar dengan adanya televisi di rumah membuat anak lebih suka berdiam untuk menonton film sambil duduk santai di rumah. Acara televisi saat ini juga diketahui memang sangat menggoda anak-anak untuk selalu berdiam diri di dalam rumah tanpa merasa bosan. Peran orang tua disini sangat penting agar anak-anak jangan hanya diam di dalam rumah tanpa melakukan aktivitas fisik, tanpa disadari juga orang tua juga menambah pemasukan kalori ke anak dengan menyediakan makanan dengan tinggi kalori atau memberi uang jajan kepada anak untuk dapat membeli makanan tinggi kalori (12).

Selain peran orang tua, peran guru juga sangat dibutuhkan untuk meningkatkan aktifitas fisik anak pada saat anak berada disekolah dengan mendorong dan memotivasi anak agar aktif saat pelajaran olahraga secara khusus untuk aktivitas fisiknya dan seluruh mata pelajaran secara umumnya serta menerapkan senam di pagi hari, akan tetapi tanpa kita sadari juga anak-anak yang berangkat kesekolah dengan menaiki kendaraan bermotor walaupun jarak antara rumah dan sekolah yang cukup dekat, mengakibatkan kalori dalam tubuh anak tidak digunakan dengan banyak akan tetapi mau tidak mau tubuh akan menyimpan kelebihan kalori tersebut sebagai cadangan. Tetapi lain halnya berjalan kaki kesekolah, dimana dalam berjalan kaki apalagi jarak antara rumah dan sekolah cukup jauh akan membuat tubuh menggunakan kalori sesuai dengan kebutuhannya dan mengurangi jumlah simpanan kalornya ke dalam tubuh.

KESIMPULAN

Dari keempat variabel tersebut yang paling dominan memengaruhi terjadinya obesita adalah variabel Aktifitas Fisik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima Kasih Kepada Bapak Kepala Sekolah tempat lokasi penelitian, SD Negeri 1 Sigli yang memberikan kesempatan penulis melakukan penelitian hingga selesai dan menerima peneliti dengan tangan terbuka dan secara baik memabntu selama proses penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

1. Humaroh Y, Kandarina I. Faktor Sosial Determinan, Pola Makan Dan Aktifitas Fisik Terhadap Kejadian Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar Kelas Iv Dan V Di Kecamatan T²⁵an Kota Pekanbaru. *Tesis*. Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta; http://etd.repository.ugm.ac.id/home/detail_pencarian/59923. 2013.
2. Ryadi ALS. Ilmu Kesehatan Masyarakat. Penerbit Andi; 2016.
3. Stevani E. Hubungan Sedentary Behavior (Perilaku Kurang Gerak) Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Usia Sekolah Di Sd Negeri 30 Kubu Dalam Padang 2017. *Skripsi*. Universitas Andalas; 2017. <https://scholar.unand.ac.id/26495/>
4. Doddy. Bayi Gendut, Lucu Tapi Belum Tentu Sehat. 2017.
5. Dinkes (Dir² Kesehatan). Profil Kesehatan Provinsi aceh 2016. 2016.
6. Donari AL, Mayulu N, Onibala F. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas pad Anak ¹⁰ di Kota Manado. *Jurnal keperawatan*, Volume 1 No 1. 2013. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/2162>.
- 14 Profil Sekolah Dasar Negeri 1, Sigli Kabupaten Pidie. 2017.
8. Listiyana AD, Mardiana M, Prameswari GN. Obesitas sentral dan kadar kolesterol darah total. *Kemas, J Kesehat Masy*. 2013;9(1):37–43. <https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:drO8T3P0Yu8J:https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/kemas/article/view/2828+&cd=1&hl=id&ct=clnk&gl=id>
9. ¹Andu SY. Konsep diri remaja putri yang mengalami obesitas. *PSIKOVIDYA*. 2017;18(2).
10. Puspita D, Makmuriana L, Mariani AR. Hubungan Pola Asuh Orangtua Terhadap Tumbuh Kembang Anak Dan Kejadian Obesitas Di Sekolah Dasar Swasta Bruder Melati Pontianak. *J Keperawatan Kesehatan*. 2017;5(3):39–46.
11. Parengkuan RR, Mayulu N, Ponidjan T. Hubungan Pendapatan Keluarga Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar Dikota Manado. *J Keperawatan*. 2013;1(1).
12. Anto A, Sudarman S, Manggabarani S. The Effect Of Counseling to Modification the Lifestyle On Prevention Of Obesity In Adolescents. *Promot J Kesehat Masy*. 2017;7(2):99–106.
13. Putri RF, Sulastri D, Lestari Y. Penelitian Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Anak Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Padang. *J Kesehat Andalas*. 2015;4(1):254–61.
14. Haryanto I. Faktor faktor yang berhubungan dengan obesitas (Z-Score> 2 IMT menurut umur) pada anak usia sekolah dasar (7-12 tahun) di Jawa tahun 2010 (Analisis data RISKESDAS 2010) ¹esis). Jakarta Fak Kesehat Masy Univ Indones. 2012;
15. Yumni DZ, Wijayanti HS. Perbedaan perilaku makan dan pola asuh pemberian makan antara ¹lita gemuk dan non gemuk di Kota Semarang. *J Nutr Coll*. 2017;6(1):43–51.
16. Suadana INA. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Obesitas pada Anak Sekolah Dasar. *Med Udayana*. 2014;3.

Faktor Obesitas pad Anak

ORIGINALITY REPORT

26%

SIMILARITY INDEX

25%

INTERNET SOURCES

10%

PUBLICATIONS

14%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1

ejournal.helvetia.ac.id

Internet Source

7%

2

www.scribd.com

Internet Source

2%

3

doaj.org

Internet Source

2%

4

id.scribd.com

Internet Source

2%

5

jurnal.fk.unand.ac.id

Internet Source

2%

6

media.neliti.com

Internet Source

2%

7

lib.ui.ac.id

Internet Source

1%

8

eprints.undip.ac.id

Internet Source

1%

9

jurnalmu.poltekkes-mataram.ac.id

Internet Source

1%

10	ojs.stikes-bali.ac.id Internet Source	1%
11	elibrary.almaata.ac.id Internet Source	1%
12	mafiadoc.com Internet Source	1%
13	lontar.ui.ac.id Internet Source	<1%
14	ejournal.poltekkes-smg.ac.id Internet Source	<1%
15	Submitted to Sriwijaya University Student Paper	<1%
16	Submitted to Universitas Muhammadiyah Surakarta Student Paper	<1%
17	Submitted to Universitas Muhammadiyah Riau Student Paper	<1%
18	eprints.uny.ac.id Internet Source	<1%
19	ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id Internet Source	<1%
20	ejournal.delihusada.ac.id Internet Source	<1%

repository.upnvj.ac.id

21

Internet Source

<1%

22

Submitted to Universitas Indonesia

Student Paper

<1%

23

Alicia ., Yanwir Kamal. "Faktor- faktor yang Berhubungan dengan Kepuasan Peserta ASKES Sosial dalam Pelayanan Dokter Keluarga PT. ASKES (Persero)", Jurnal Kesehatan Komunitas, 2013

Publication

<1%

24

repository.unimus.ac.id

Internet Source

<1%

25

changing-sp.com

Internet Source

<1%

26

jurnal-almumtaz.blogspot.com

Internet Source

<1%

Exclude quotes OnExclude matches < 10 wordsExclude bibliography On