



ARTIKEL RISET

URL Artikel : <http://ejournal.helvetia.ac.id/index.php/jkg>

FAKTOR YANG MEMENGARUHI TERJADINYA OBESITAS PADA ANAK SEKOLAH DI SD N 1 SIGLI KABUPATEN PIDIE TAHUN

The Affecting Factors Of Obesity On Student In Sigli State I Elementary Shool Pidi District

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

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

²Bagian Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Indonesia

¹Email Penulis Korespondensi^(K): miftahuljannah1608@gmail.com

(No telepon korespondensi : 082165068684)

Abstrak

Seiring perkembangan zaman Masalah gizi di Indonesia bukan hanya masalah gizi kurang saja tetapi sudah memasuki masalah gizi ganda. Obesitas pada anak adalah kondisi medis yang ditandai dengan berat badan diatas rata-rata dari indeks massa tubuh (IMT) yang di atas normal. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor apa yang paling dominan memengaruhi kejadian obesitas pada siswa di SD Negeri 1 Sigli Kabupaten Pidie. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan menggunakan survei analitik dengan desain *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa di SD Negeri 1 Sigli Kabupaten Pidie kelas IV, V dan VI yang berjumlah 72 orang siswa, pengambilan sampel pada penelitian ini dengan menggunakan tehnik total sampling dan uji yang digunakan pada penelitian ini adalah uji regresi logistik berganda. Hasil penelitian didapatkan variabel yang mempunyai pengaruh yang paling dominan terhadap kejadian obesitas pada siswa SD Negeri 1 Sigli kabupaten Pidie yaitu variabel aktifitas fisik *p value* $0,006 < 0,05$ dan nilai OR yaitu 36,5, artinya variabel aktifitas fisik yang ringan berpeluang mengalami obesitas sebanyak 36,5 kali lipat dibandingkan dengan variabel genetik, pendapatan keluarga dan jumlah keluarga. Penelitian ini yaitu Aktifitas fisik adalah faktor yang paling dominan memengaruhi kejadian obesitas pada anak sekolah di SD Negeri 1 Sigli Kabupaten Pidie. Saran dalam penelitian ini adalah agar para guru di sekolah meningkatkan aktivitas siswa menjadi lebih aktif dengan mengajak siswa senam di pagi hari dan aktif dalam pelajaran olahraga.

Kata Kunci : Obesitas, faktor yang 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. Objective 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 variables that had the most dominant 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 physical activity is the most dominant factor affecting the incidence of obesity 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.*

PENDAHULUAN

Obesitas merupakan salah satu tantangan yang paling serius. Masalahnya adalah global dan terus mempengaruhi negara yang berpenghasilan rendah dan menengah, khususnya di perkotaan. Obesitas pada anak adalah kondisi medis yang ditandai dengan berat badan di atas rata-rata dari indeks massa tubuh (IMT) yang di atas normal. Kegemukan dan obesitas merupakan faktor penentu penting dari kesehatan yang menyebabkan perubahan metabolik yang merugikan dan meningkatkan risiko penyakit tidak menular. Obesitas bukan merupakan penyakit yang mematikan secara langsung, melainkan merupakan faktor risiko yang signifikan terkait dengan berbagai penyakit tidak menular yang serius, seperti darah tinggi, jantung koroner, diabetes, dan batu empedu(1).

WHO (*World Health Organization*) merilis data baru yang menyebutkan kegemukan dan obesitas telah menjadi Sindrom Dunia Baru yang justru terabaikan dalam masalah kesehatan keluarga. Padahal, penderita obesitas naik setiap tahun, Secara global, diperkirakan 10 persen anak-anak usia sekolah, antara usia 5 hingga 17 tahun(1). Menurut WHO tahun 2014 Jumlah anak-anak yang kelebihan berat badan atau obesitas hampir dua kali lipat dari 5,4 juta pada tahun 1990 menjadi 10,6 juta pada tahun 2014 (2). Obesitas pada anak sangat merugikan kualitas hidup anak seperti gangguan pertumbuhan tungkai kaki, gangguan tidur, *sleep apnea* (henti napas sesaat) dan gangguan pernapasan lain. Anak yang obesitas tidak hanya lebih berat dari anak seusianya, tetapi lebih cepat matang pertumbuhan tulangnya, relatif lebih tinggi pada masa remaja awal, tetapi pertumbuhan memanjang selesai lebih cepat, sehingga tinggi badan relatif lebih pendek dari anak sebayanya dan kematangan seksual lebih cepat, pertumbuhan payudara dan *menarche* juga lebih cepat(3).

Menurut NCMP (*National Child Measurement Program*) mengukur tinggi dan berat sekitar satu juta anak sekolah di Inggris setiap tahun, memberikan gambaran rinci tentang prevalensi obesitas pada anak. Data menunjukkan bahwa 19,8% anak-anak berusia 10-11 mengalami obesitas dan 14,3% kelebihan berat badan, dari anak-anak usia 4-5 tahun, 9,3% mengalami obesitas dan 12,8% lainnya kelebihan berat badan. atau Ini berarti sepertiga dari 10-11 tahun dan lebih dari seperlima dari anak usia 4-5 tahun kelebihan berat badan obesitas (3). Prevalensi anak obesitas baik di negara maju maupun negara berkembang mengalami peningkatan dalam jumlah yang mengkhawatirkan. Prevalensi anak obesitas mencapai 13,9% tahun 2009 di Spanyol dan mencapai 15,3% tahun 2012 di Cina. Menurut WHO tahun 2015 Prevalensi kelebihan berat tubuh dan obesitas di negara-negara maju seperti Amerika, Eropa, dan Mediterania Timur telah mencapai tingkatan yang sangat tinggi. Kejadian ini tidak hanya terjadi di negara maju, kenaikan prevalensi kelebihan berat badan dan obesitas juga terjadi di negara-negara berkembang di Asia Tenggara dan Afrika (4).

Indonesia, Berdasarkan laporan gizi global atau *Global Nutrition Report* pada tahun 2014 Indonesia termasuk ke dalam 17 negara yang memiliki 3 permasalahan gizi sekaligus, yaitu *stunting* (pendek), *wasting* (kurus), dan juga *overweight* (obesitas). Data riset kesehatan dasar tahun 2013 menyebutkan bahwa prevalensi balita gemuk menurut BB/TB pada anak usia 0-59 bulan sebesar 11,9% sedangkan data survei pemantauan status gizi tahun 2015 menyatakan bahwa prevalensi balita gemuk menurut BB/TB usia 0-59 bulan sebesar 5,3%. Hal ini menggambarkan kondisi anak di Indonesia sebanyak 8 dari 100 anak di Indonesia mengalami obesitas. Prevalensi obesitas anak yang dihitung berdasarkan indeks masa tubuh dibandingkan usia (IMT/U) pada kelompok anak usia 5-12 tahun besarnya 8%(4).

Kecenderungan ini diperkirakan akan mencapai 9,1% atau 60 juta di tahun 2020.³ Perubahan gaya hidup, yakni dari *traditional life style* berubah menjadi *sedentary life style* yaitu kehidupan dengan aktivitas fisik sangat kurang, dianggap bertanggung jawab atas 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).

Kurangnya aktivitas fisik menyebabkan banyak energi yang tersimpan sebagai lemak, sehingga pada orang-orang yang kurang melakukan aktivitas dengan pola makan konsumsi tinggi cenderung 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 kelebihan berat badan dibandingkan anak-anak yang menonton televisi kurang dari setengah jam perharinya(6).

Penelitian Danari menunjukkan besarnya pengaruh aktivitas ringan terhadap obesitas anak ditunjukkan nilai $OR = 3,59$ (95% CI: 1,565 –8,238). Artinya anak yang mempunyai aktivitas fisik ringan memiliki risiko sebesar 3 kali menjadi obes dibandingkan dengan anak yang memiliki aktivitas ringan atau berat. Hasil uji statistik diperoleh nilai $p = 0,004$, berarti pada alpha 5% dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas(6).

Berdasarkan survei awal pada tanggal 7 januari 2018 yang peneliti lakukan pada siswa kelas IV, V dan VI di SD Negeri 1 Sigli Kabupaten Pidie dengan pengukuran antropometri dan menghitung IMT anak kemudian memasukkan kedalam kurva IMT berdasarkan usia anak yang dilakukan pada 10 siswa terdapat 4 siswa masuk dalam kriteria gemuk, terdapat 3 siswa masuk dalam kriteria obesitas dan terdapat 3 siswa masuk dalam kriteria 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. Saat di rumah anak lebih memilih untuk menonton televisi dan bermain *video game* dibandingkan memilih untuk bermain bersama teman-teman di luar rumah (7). Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dipaparkan di atas maka peneliti berkeinginan untuk melakukan penelitian tentang faktor apa sajakah yang memengaruhi kejadian obesitas pada siswa di SD Negeri 1 Sigli Kabupaten Pidie.

METODE

Desain penelitian metode kuantitatif dengan menggunakan survei analitik dengan desain *Cross Sectional*. Lokasi penelitian ini akan dilakukan di SD Negeri 1 Sigli Kabupaten Pidie dan dilakukan bulan Januari-Juli 2018. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV, V dan VI yang terdapat di SD Negeri 1 Sigli Kabupaten Pidie yang berjumlah 72 orang. Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Penetapan jumlah sampel dalam penelitian ini menggunakan Total sampling yaitu tehnik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan jumlah populasi, sebanyak 72 responden. Analisa univariat digunakan untuk mendeskripsikan data yang dilakukan pada tiap variabel dari hasil penelitian, analisis bivariat menggunakan *Chi Square* pada batas kemaknaan perhitungan statistik *p value* (0,05) dan analisis multivariat menggunakan *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 sebanyak 21 responden (29.2%) dan dari 41 responden (56.9%), yang tidak memiliki genetik obesitas mayoritas tidak mengalami obesitas sebanyak 38 responden (52.8%).

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

Dari hasil analisis *chi-square* pada lampiran tabel uji *chi-square* antara Hubungan Pendapatan Keluarga dengan Kejadian Obesitas pada siswa di SD N 1 Sigli Kabupaten Pidie diketahui bahwa nilai probabilitasnya (0,041) <sig_α=0,05. Hasil analisis ini memenuhi kriteria persyaratan hipotesis hubungan, sehingga dapat diketahui bahwa pendapatan keluarga memiliki hubungan signifikan dengan obesitas.

Berdasarkan hasil tabulasi silang 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%).

Dari hasil analisis *chi-square* pada lampiran tabel uji *chi-square* antara Hubungan Pendidikan Ibudengan Kejadian Obesitas pada siswa di SD N 1 Sigli Kabupaten Pidie diketahui bahwa nilai

probabilitasnya (0,015) <sig_α=0,05. Hasil analisis ini memenuhi 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 responden (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* pada lampiran tabel uji *chi-square* antara Hubungan jumlah Keluarga dengan Kejadian Obesitas pada siswa di SD Negeri 1 Sigli Kabupaten Pidie diketahui bahwa nilai probabilitasnya (0,011) <sig_α=0,05. Hasil analisis ini memenuhi kriteria persyaratan hipotesis hubungan, sehingga dapat diartikan bahwa jumlah keluarga memiliki hubungan signifikan dengan obesitas.

Berdasarkan hasil tabulasi silang 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%).

Dari hasil analisis *chi-square* pada lampiran tabel uji *chi-square* antara Hubungan aktifitas fisik dengan Kejadian Obesitas pada siswa di SD Negeri 1 Sigli Kabupaten Pidie diketahui bahwa nilai probabilitasnya (0,004) <sig_α=0,05. Hasil analisis ini memenuhi kriteria persyaratan hipotesis hubungan, 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
≥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, pendapatan keluarga, 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 berbagi gen namun juga makanan dan gaya hidup sehingga mendorong terjadinya obesitas. Orang tua yang obesitas berhubungan erat dengan kejadian obesitas pada anak dan merupakan faktor resiko obesitas anak yang tidak dapat juga menyatakan bahwa anggota keluarga yang mengalami obesitas sangat umum menyebabkan terjadinya obesitas pada anak. Karena anggota keluarga yang obesitas merupakan prediktor terjadinya obesitas pada anak(8).

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. Faktor lainnya adalah kebiasaan makan orang tua dan lingkungan sekitar anak. Orang tua yang obesitas berperan penting dalam menentukan berat anak melalui cara mereka memberikan asupan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Made Rismawan dengan judul hubungan antara masalah genetik dan faktor psikologis dengan kejadian obesitas pada siswa kelas enam sekolah dasar di Denpasar, Bali. Didapatkan hasil ada hubungan antara masalah genetik dengan kejadian obesitas semakin kecil masalah genetik maka kejadian obesitas akan 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 menjelaskan bahwa orang tua yang mempunyai pendapatan perbulan tinggi akan mempunyai daya beli yang tinggi pula, sehingga memberikan peluang yang lebih besar untuk memilih berbagai jenis makanan. Adanya peluang tersebut mengakibatkan pemilihan jenis makanan tidak lagi didasarkan pada kebutuhan dan pertimbangan kesehatan, tetapi lebih mengarah kepada pertimbangan *Prestise* dan rasa makanan yang enak. Kebanyakan makanan yang menjadi pilihan anak dan orang tua tersebut mengandung kalori dan lemak yang tinggi. 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 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 rata-rata memiliki handphone yang berisikan video game

sehingga setiap anak mempunyai waktu luang digunakannya untuk bermain video game, dan juga berangkat kesekolah dengan menggunakan kendaraan mobil atau sepeda motor. hal ini akan berdampak terjadinya 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 menyajikan 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 zat gizi 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 Padminari, 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 ($Z\text{-Scor} > 2$ 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 mengurusinya, sehingga kebiasaan makan anak dan aktifitas anak bisa dikontrolnya.

Pengaruh Jumlah Keluarga dengan Obesitas

Penelitian oleh Apfelbacher menunjukkan anak-anak yang memiliki tiga saudara kandung atau kurang lebih cenderung menjadi kelebihan berat badan dibandingkan dengan anak-anak yang memiliki lebih dari tiga bersaudara. Saudara kandung lebih sedikit akan lebih sedikit orang di rumah memiliki hubungan yang signifikan dengan kelebihan berat badan dan kegemukan (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 mengurusinya 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 (dibeli) 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 akan menurunkan aktivitas keluaran energi, karena anak hanya duduk dalam waktu yang lama, menjadikan mereka kurang beraktivitas seperti berjalan, naik turun tangga, bersepeda dan lain-lain. Menonton televisi juga terbukti menurunkan laju metabolisme tubuh. 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 terapi obesitas sebanyak 33%.

Penelitian Suadana (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 besarnya pengaruh aktivitas ringan terhadap obesitas anak ditunjukkan nilai OR = 3,59 (95% CI: 1,565 – 8,238). Artinya anak yang mempunyai aktivitas fisik ringan memiliki risiko sebesar 3 kali menjadi obes dibandingkan dengan anak yang memiliki aktivitas ringan atau berat. 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 kalorinya ke dalam tubuh.

KESIMPULAN

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

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima Kasih Peneliti Ucapkan Kepada Bapak Kepala Sekolah SDNegeri 1 Sigli yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melakukan penelitian dan telah menerima peneliti dengan baik selama dalam penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

1. Humaroh Y. Faktor Sosial Determinan, Pola Makan Dan Aktifitas Fisik Terhadap Kejadian Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar Kelas Iv Dan V Di Kecamatan Tampan Kota Pekanbaru. Universitas Gadjah Mada; 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. Universitas Andalas; 2017.
4. Doddy. Bayi Gendut, Lucu Tapi Belum Tentu Sehat. 2017.
5. Dinas Kesehatan. Profil Kesehatan Provinsi aceh 2016. 2016.
6. AL D, N M, F O. Hubungan Aktifitas Fisik dengan Kejadian Obesitas pad Anak SD di Kota Manado. ejournal keperawatan. 2013;1(1).
7. Sigli SD Negeri 1. profil Sd Negeri 1 Sigli Kabupaten Pidie. 2017.
8. Listiyana AD, Mardiana M, Prameswari GN. Obesitas sentral dan kadar kolesterol darah total. J Kesehat Masy. 2013;9(1):37–43.
9. Pandu SY. Konsep diri remaja putri yang mengalami obesitas. PSIKOVIDYA. 2017;18(2).
10. Puspita D, Makmuriyana L, Mariani AR. Hubungan Pola Asuh Orangtua Terhadap Tumbuh Kembang Anak Dan Kejadian Obesitas Di Sekolah Dasar Swasta Bruder Melati Pontianak. J Keperawatan Kesehat. 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)(tesis). Jakarta Fak Kesehat Masy Univ Indones. 2012;
15. Yumni DZ, Wijayanti HS. Perbedaan perilaku makan dan pola asuh pemberian makan antara balita gemuk dan non gemuk di Kota Semarang. J Nutr Coll. 2017;6(1):43–51.
16. Suadana INA. Hubungan Aktifitas Fisik dengan Obesitas pada Anak Sekolah Dasar. Med Udayana. 2014;3.