

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Obesitas sudah mulai menjadi masalah kesehatan diseluruh dunia dengan prevalensi yang selalu meningkat setiap tahun, baik di negara maju maupun negara berkembang. WHO menyatakan bahwa saat ini obesitas telah menjadi epidemik global, sehingga sudah menjadi suatu masalah kesehatan yang harus segera ditangani (Retnaningsih, 2011). Obesitas adalah suatu kelainan akibat penimbunan jaringan lemak tubuh yang berlebihan. Penyebab obesitas secara pasti belum jelas, tetapi obesitas pada umumnya diakibatkan oleh ketidakseimbangan antara asupan dan penggunaan energi, dimana asupan lebih besar daripada penggunaan energi. Obesitas disebabkan oleh banyak faktor terutama faktor genetik dan faktor lingkungan. Di negara yang sedang berkembang, faktor lingkungan sangat berperan dalam masalah obesitas. Seperti halnya perubahan pola makan dan kurangnya aktivitas tubuh dalam kehidupan sehari-hari juga sangat menentukan penimbunan lemak di tubuh sehingga mengakibatkan obesitas (Hidayah, 2014).

Obesitas pada anak merupakan bom waktu yang siap meledakkan sejumlah persoalan kesehatan dikemudian hari. Untuk itu diperlukan upaya sungguh-sungguh dari masyarakat, pemerintah dan instansi kesehatan, dan tenaga medis lainnya untuk secara bersama-sama menekan prevalensi obesitas pada anak di Indonesia (Ginanjari, 2011). Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2010 dapat dilihat bahwa di Indonesia prevalensi obesitas berdasarkan Body Mass Indeks (BMI) umur 6-12 tahun didapati pada anak laki-laki sebesar 51,7% dan pada anak perempuan sebesar 47,7%. Kejadian obesitas pada anak di Provinsi Jawa Tengah sebesar 50,5% sedangkan di kota Purworejo prevalensi obesitas sebesar 42,3%. Di masa mendatang, persoalan gizi lebih pada anak diprediksi bakal lebih meningkat dibandingkan kasus gizi kurang (Kemenkes RI, 2010).

Dari hasil penelitian 44 kasus obesitas terjadi pada siswa berjenis kelamin laki – laki sedangkan untuk siswa berjenis kelamin perempuan hanya 24 kasus

dari jumlah responden sebanyak 136 siswa/siswi. Bahwa anak laki – laki secara signifikan lebih memungkinkan untuk menjadi overweight atau obesitas dari pada anak perempuan, karena anak laki – laki lebih cenderung untuk menghabiskan lebih banyak waktu untuk santai dan porsi makan anak laki – laki lebih banyak dari anak perempuan (Mayullu, 2013).

Salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya obesitas pada seseorang adalah aktivitas fisik. Aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang memerlukan pengeluaran energi. Aktivitas fisik yang tidak ada (kurangnya aktivitas fisik) merupakan faktor risiko independen untuk penyakit kronis, dan secara keseluruhan diperkirakan menyebabkan kematian secara global (WHO, 2010).

Pada awalnya aktifitas fisik seperti permainan fisik yang mengharuskan anak berlari, melompat, atau gerakan lainnya namun kini digantikan dengan permainan anak yang kurang melakukan gerak badannya seperti game elektronik, komputer, internet atau televisi yang cukup dilakukan dengan hanya duduk didepannya tanpa harus bergerak. Kegemukan tidak hanya disebabkan oleh kebanyakan makan dalam hal karbohidrat, lemak, maupun protein, tetapi juga karena kurangnya aktivitas fisik (Agus, 2013).

Aktivitas fisik pada anak membawa banyak manfaat yaitu bisa mengurangi risiko obesitas, penyakit pembuluh darah, dan keganasan. Keterampilan gerak, interaksi sosial, dan perkembangan otak juga terasah saat bermain. Anak yang aktif akan belajar dengan lebih efektif, baik di dalam maupun di luar lingkungan sekolah. Anak akan merasa gembira dan percaya diri, serta memiliki pola tidur yang baik. Aktivitas fisik yang dilakukan sejak dini akan membentuk anak menjadi seorang dewasa dengan gaya hidup aktif (Sambo, 2013).

Dari hasil penelitian 100 responden yang memiliki intensitas aktivitas ringan terdapat 58 anak yang mengalami obesitas dan sisanya 42 anak tidak mengalami obesitas. Sedangkan dari 36 responden yang memiliki intensitas aktivitas sedang terdapat 10 anak yang mengalami obesitas dan sisanya 26 anak tidak mengalami obesitas. Anak yang memiliki aktivitas ringan lebih berisiko

obesitas karena pembakaran lemak yang ada didalam tubuh lebih sedikit dengan anak yang braktivitas sedang dan berat (Mayullu, 2013).

Obesitas mempunyai dampak terhadap tumbuh kembang anak terutama konsekwensinya terhadap aspek psikososial anak laki-laki maupun anak perempuan, dengan obesitas maka anak merasa dirinya berbeda dari anak – anak pada umumnya karena kelebihan berat badan (Syarif, 2012). Obesitas juga mempengaruhi faktor kejiwaan anak yakni menciptakan rasa kurang percaya diri, depresi, dan pasif karena sering tidak dilibatkan dalam kegiatan yang dilakukan oleh teman sebayanya. Gangguan kejiwaan ini dapat memperparah obesitas anak bila anak melampiaskan stres yang dialaminya ke makanan (Hidayah, 2014).

Berdasarkan hasil study pendahuluan yang dilakukan pada 10 siswa/siswi secara acak pada anak di SD Negeri 2 Redin, Gebang, Purworejo didapatkan hasil terdapat 5 anak yang mengalami obesitas. Anak tersebut lebih suka menghabiskan waktu luang untuk bermain game, dan menonton Televisi yang hanya duduk berjam- jam tanpa melakukan aktifitas fisik. Seharusnya anak- anak melakukan aktifitas fisik yang bisa membakar kalori. Maka dari itu obesitas pada anak hal yang paling mengkhawatirkan.

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas pada Anak Di Sekolah Dasar di kota Purworejo.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan dapat dirumuskan pertanyaan yang menjadi masalah yaitu Apakah ada Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas pada Anak di SD Negeri 2 Redin, Gebang, Purworejo ?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum:

Untuk mengetahui hubungan Aktivitas Fisik dengan kejadian obesitas pada anak di SD Negeri 2 Redin, Gebang, Purworejo.

2. Tujuan Khusus :

- a. Diketahui distribusi frekuensi kejadian obesitas SD Negeri 2 Redin, Gebang, Purworejo.
- b. Diketahui distribusi frekuensi aktivitas fisik siswa SD Negeri 2 Redin, Gebang Purworejo.
- c. Diketahui keeratan hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada anak di SD Negeri 2 Redin, Gebang, Purworejo.

D. Manfaat Penelitian

Dengan mengetahui hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas pada anak di SD Negeri 2 Redin, Gebang, Purworejo, maka penelitian ini dapat dimanfaatkan oleh:

1. Bagi Dinas Kesehatan Kota

Dapat memberikan informasi tentang obesitas dan perencanaan lebih lanjut mengenai obesitas.

2. Bagi Sekolah

Sebagai bahan informasi bagi sekolah agar dapat menyelenggarakan kegiatan untuk pencegahan obesitas. Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai bahan masukan dalam pengelolaan makanan jajan yang dijual di sekitar sekolah.

3. Bagi Orang Tua

Dapat memberikan informasi tentang obesitas dan pencegahan obesitas terhadap anak – anak dimasa mendatang. Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai bahan masuhan untuk orang tua dalam pengelolaan makanan yang dimakan dirumah.

4. Bagi Anak

Dapat memberikan informasi kepada seluruh anak di Indonesia agar terhindar dari obesitas, dan anak bisa mengontrol pola makannya dan melakukan aktivitas fisik yang bisa menjaga kebugaran tubuhnya.

5. Bagi Keilmuan

Sebagai bahan tambahan kajian dan pengembangan ilmu pengetahuan di bidang gizi dan kesehatan masyarakat terutama tentang hal-hal yang berhubungan dengan kejadian obesitas. Dapat memperkaya ilmu pengetahuan dan sebagai panduan penelitian berikutnya

E. Keaslian Penelitian

1. Musralianti, (2016). Hubungan antara aktivitas fisik dan pola makan dengan kejadian obesitas pada siswa di SMP Kristen Eben Haezar 1 Manado. Tujuan Penelitian ini (1) Untuk menganalisis kebiasaan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas Pelajar di SMP 1 Eben Haezar Manado. (2) Untuk menganalisis hubungan pola makan dengan kejadian obesitas Pelajar di SMP 1 Eben Haezar Manado. Metode penelitian ini adalah penelitian observasional dengan pendekatan *case control*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang mempunyai berat badan lebih di SMP Eben Haezar 1 Manado. Jumlah sampel sama dengan jumlah populasi yaitu 82 yang terdiri dari 41 responden yang termasuk dalam kelompok kasus dan 41 responden yang termasuk dalam kelompok kontrol.

Hasil penelitian terdapat hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada pelajar SMP Kristen Eben Haezar 1 Manado dengan nilai aktivitas fisik ($p < 0,05$; $OR = 0,016$), $OR < 1$, variabel independent sebagai faktor protektif pada kejadian obesitas dan secara statistik tidak ada hubungan antara pola makan dengan kejadian obesitas.

Persamaan dengan penelitian ini adalah variabel terikat yaitu obesitas dan variabel bebasnya aktifitas fisik.

Perbedaan dengan penelitian ini adalah seluruh siswa yang mempunyai berat badan lebih di SMP Eben Haezar 1 Manado sedangkan penelitian yang akan dilakukan subjeknya adalah semua siswa di SD Negeri 2 Redin, Gebang, Purworejo. Desain penelitiannya juga menggunakan *case control*, sedangkan pada penelitian ini menggunakan *cross sectional*.

2. Suandana, dkk (2012). Hubungan aktivitas fisik dengan obesitas pada anak sekolah dasar di Sekolah Dasar Negeri 8 Dauhpuri, Denpasar. Tujuan penelitian ini adalah untuk mencari hubungan antara aktivitas fisik dan status obesitas pada anak Sekolah Dasar. Aktivitas fisik terbagi menjadi tiga variabel yaitu waktu tidur, menonton TV, bermain di luar. Jenis penelitian ini menggunakan deskriptif analitik dengan metode *cross sectional*, dengan jumlah sampel 128 orang. Kriteria obesitas menggunakan indikator *Body Mass Index (BMI)* dengan persentil ≥ 95 dikategorikan sebagai obesitas berdasarkan *Centers for Disease Control and Prevention (CDC)* 2000. 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). Pada uji *chi-square* dan *logistic regression*, menonton TV memiliki nilai $p>0,05$. Waktu tidur dan bermain di luar rumah memiliki hubungan yang signifikan terhadap status obesitas anak. Menonton TV tidak memiliki hubungan dengan obesitas.

Persamaan dari penelitian ini adalah variabel terikatnya yaitu obesitas dan variabel bebasnya aktivitas fisik. Desain penelitiannya juga menggunakan *cross sectional*.

Perbedaan dari penelitian ini adalah pada Hubungan aktivitas fisik dan obesitas diuji menggunakan *chi-square* dan *logistic regression* sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan dengan memberikan kuesioner aktivitas fisik yang akan diberikan kepada siswa SD Negeri 2 Redin dengan menggunakan pendekatan *total sampling*. Pada penelitian ini dilakukan di SD Negeri 8 Dauhpuri, Denpasar sedangkan penelitian yang akan dilakukan di SD Negeri 2 Redin, Gebang, Purworejo.

3. Mayullu, (2013) Hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada anak SD di kota Manado. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada anak SD di Kota Manado dengan metode penelitian survei analitik menggunakan rancangan *case control* (kasus kontrol) sampel 136 menggunakan uji *chi-square* (χ^2), pada tingkat kemaknaan 95% (α 0,05). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada anak SD di kota Manado.

Persamaan pada penelitian ini adalah variabel terikat yaitu obesitas dan variabel bebasnya yaitu aktivitas fisik.

Perbedaan pada penelitian ini adalah subyek penelitian ini dilakukan pada anak SD di kota Manado sedangkan subjek penelitian yang akan dilakukan di SD Negeri 2 Redin, Gebang, Purworejo. Desain penelitiannya menggunakan *case control*, sedangkan pada penelitian ini menggunakan *cross sectional*. Teknik Samplangnya menggunakan *total sampling*.