

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Obesitas pada anak dan remaja ialah keadaan medis yang dicirikan oleh penumpukan lemak berlebihan di tubuh. Pengukuran obesitas dapat menggunakan indeks massa tubuh (IMT), yang diperoleh dengan membagi berat badan dalam kilogram dengan tinggi badan dalam meter persegi, untuk mengetahui berapa banyak berat badan. Anak dianggap obesitas jika IMT-nya ada di atas persentil ke-95 pada grafik pertumbuhan anak sesuai usia dan jenis kelamin. (Alkautsar, 2022).

Obesitas merupakan salah satu masalah gizi anak yang terjadi ketika anak mengonsumsi kalori berlebih daripada yang dikeluarkan menyebabkan peningkatan berat badan dan lemak. Obesitas disebabkan oleh inaktivitas fisik dan diet yang tidak seimbang atau tidak sehat. Risiko terkena obesitas meningkat ketika orang beralih ke makanan olahan dan mengonsumsi makanan dengan banyak lemak dan gula serta makanan yang kurang nutrisi. Anak-anak yang obesitas lebih rentan terhadap penyakit kronis atau penyakit tidak menular (PTM), seperti diabetes dan gangguan jantung. Obesitas juga dapat menyebabkan siswa menunjukkan kinerja yang buruk di sekolah dan juga dapat menyebabkan gangguan psikologis (Alkautsar, 2022).

Laporan *World Obesity Federation* tahun 2020 menunjukkan bahwa 175 juta anak berusia 5 hingga 19 tahun di seluruh dunia mengalami obesitas. Secara khusus, 208 juta anak laki-laki adalah korban obesitas (Rizaty, 2023). Beberapa negara dengan kasus obesitas terbanyak di dunia yaitu Cook Islands menempati urutan pertama kasus obesitas pada anak 35,5%. Diperingkat kedua adalah negara Kuwait dengan kasus obesitas pada anak sebesar 25,4%. Diurutan ketiga adalah negara Marshall Islands dengan kasus obesitas pada anak sebesar 20,4%. Negara Indonesia sendiri berada di urutan 156 dengan jumlah kasus obesitas pada anak adalah 9,2% (WOF, 2021).

Jumlah kasus obesitas di Indonesia meningkat dari 19,1% pada tahun 2007 menjadi 35,4% pada tahun 2018 (Teniwut, 2023). Menurut Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) yang dilakukan pada tahun 2022, 10,8% anak usia 5-12 gemuk dan 9,2% obesitas. Salah satu dari lima anak usia 5-12 tahun gemuk atau obesitas karena kurangnya aktivitas fisik 64,4%, 16% anak usia 13-15 tahun gemuk atau obesitas, dan 13,5% anak usia 16-18 tahun gemuk atau obesitas karena kurangnya aktivitas fisik 49,6% (Kemenkes, 2022).

Menurut data Dinas Kesehatan Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta, terdapat peningkatan kasus obesitas terhadap anak balita sebesar 1,3%, atau 616 anak balita, dan peningkatan persentase obesitas pada siswa sekolah dasar hingga menengah pertama sebesar 3,29%, atau 3.867 anak. Kasus tertinggi ditemukan di beberapa Kapanewon di Kabupaten Bantul, antara lain Kasihan dengan 99 kasus, Bantul 57 kasus, Banguntapan 51 kasus, dan Sewon dengan 63 kasus (Husaini, 2023).

Data di atas menunjukkan kasus obesitas anak di Indonesia mengalami peningkatan yang cukup signifikan. Kasus obesitas di Indonesia sendiri dalam sepuluh tahun terakhir mengalami peningkatan mencapai 16,3%. Peningkatan kasus obesitas tersebut menunjukkan bahwa kasus obesitas di Indonesia saat ini merupakan penyakit yang membutuhkan intervensi komprehensif (Pristiandaru, 2023).

Obesitas pada anak dapat timbul dari berbagai factor, tidak hanya kekurangan aktivitas fisik dan gaya hidup yang buruk, salah satu dari banyak faktor yang saling berinteraksi yang dapat menyebabkan obesitas pada anak adalah pola makan dan kebiasaan makan, pola asuh orangtua, di mana orangtua mengimplementasikan pola asuh dengan cara yang kurang baik yaitu seperti memberikan hadiah makanan manis sebagai imbalan hal tersebut dapat meningkatkan risiko anak 2,5 kali lebih besar mengalami obesitas atau obesitas. Faktor lain yang juga dapat menyebabkan obesitas pada anak ialah pengetahuan orangtua tentang pola makan dan gizi yang dapat berdampak pada kejadian obesitas pada anak. Banyak orangtua tidak menyadari faktor-faktor yang menyebabkan obesitas, sehingga baik orang tua maupun anak tidak dapat menerapkan pola hidup yang dapat mengatasi obesitas (Banjarnahor *et al.*, 2022).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa tidak ada korelasi yang signifikan antara pola makan dan status gizi anak usia sekolah dasar. Ini dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk kemampuan keluarga untuk memasak sendiri. Selain itu, penting untuk diingat bahwa kesejahteraan anak juga dipengaruhi oleh faktor internal seperti kondisi fisik, ekonomi keluarga, tingkat pendidikan, dan pekerjaan, serta faktor eksternal seperti kondisi ekonomi keluarga (Hamzah *et al.*, 2020).

Studi lain menyimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pola makan anak usia sekolah dan status gizinya. Temuan penelitian menunjukkan bahwa kebiasaan makan yang sehat dan seimbang akan meningkatkan status gizi anak, sedangkan kebiasaan makan yang tidak sehat akan menurunkannya. Hal ini menekankan pentingnya memastikan bahwa anak-anak mengikuti kebiasaan makan yang sehat dan seimbang untuk mendapatkan nutrisi yang cukup demi pertumbuhan dan perkembangan mereka (Permatasari *et al.*, 2023).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pengetahuan ibu mengenai gizi dan pandangan mereka terhadap gizi memiliki dampak penting pada status gizi anak-anak mereka, di mana pola makan keluarga cenderung teratur, termasuk tiga kali makan utama tanpa camilan di antara waktu makan. Makanan pokok yang sering dikonsumsi termasuk nasi, sementara lauk hewani seperti sosis dan lauk nabati seperti tempe juga diperhatikan. Faktor-faktor yang menjadi pengaruh kebiasaan makan keluarga dan status gizi anak dianalisis dengan seksama dalam penelitian ini (Prasasti & Indrawati, 2019).

Pencegahan utama terhadap sebagian besar kasus ketidakseimbangan gizi terletak pada tingkat pengetahuan ibu atau orang terdekat anak mengenai gizi. Pengetahuan yang memadai pada ibu melibatkan pemahaman terkait kebutuhan gizi anak, metode pemberian makan yang tepat, serta jadwal pemberian makan yang sesuai. Hal ini diharapkan dapat memastikan pertumbuhan dan perkembangan optimal anak (Supariasa, 2015 dalam Prastiana, 2020).

Peranan orang tua dalam memastikan perkembangan optimal seorang anak sangat penting. Pengetahuan orang tua mengenai nilai gizi dan prinsip gizi seimbang dapat mempengaruhi cara mereka memberikan asupan makan kepada anak (Suseno, 2021). Pola makan yang buruk pada anak dapat menjadi indikator

kurangnya pengetahuan orangtua tentang masalah gizi pada anak. Orangtua yang tidak menyadari pentingnya pola makan seimbang dan nutrisi yang cukup dapat disebabkan oleh pengetahuan orang tua yang tidak memadai tentang berefek buruk yang dapat ditimbulkan oleh pola makan yang tidak sehat terhadap pertumbuhan anak (Supariasa, 2019).

Ketidakaturan dalam pola makan dapat mempengaruhi perkembangan fisik anak, menyebabkan gangguan pertumbuhan seperti ketidaksesuaian berat badan atau tinggi badan dengan usia mereka. Selain itu juga dapat mengakibatkan penurunan kekebalan tubuh, gangguan kognitif dan daya ingat, masalah kesehatan mental, serta keterlambatan dalam proses pertumbuhan dan perkembangan anak (Azizah & Rizana, 2023).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilaksanakan oleh peneliti di SDN Triwidadi Pajangan Bantul pada bulan November 2023, diketahui SDN Triwidadi Pajangan Bantul memiliki 231 siswa dengan 11 ruang kelas. Dari hasil wawancara yang dilaksanakan dengan kepala sekolah di SDN tersebut diketahui SDN Triwidadi Pajangan Bantul memiliki program makan sehat dimana program tersebut berupa meminta anak untuk membawa makanan sendiri dari rumah dan program market day di kantin sekolah. Hasil wawancara yang dilakukan kepada 3 orangtua siswa diketahui 2 orangtua siswa cenderung memperbolehkan anaknya untuk jajan apa yang diinginkan anaknya tanpa memperhatikan kebutuhan gizi seimbang bagi pertumbuhan anaknya dan 1 orangtua lainnya lebih menjaga pola makan dan jenis makanan yang akan dikonsumsi oleh sang anak. Orangtua menyajikan makanan kepada anak tiga kali setiap hari: pagi sebelum berangkat sekolah, siang setelah pulang sekolah, dan malam. Namun terdapat orangtua yang tidak bisa untuk menyiapkan sarapan untuk anaknya sehingga memilih memberikan uang jajan kepada anaknya.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada 10 orang siswa di kelas I, II, dan III SDN Triwidadi Pajangan Bantul tersebut dimana saat ditanyakan mengenai sarapan pagi 7 siswa mengatakan selalu sarapan pagi, dan 3 siswa mengatakan jarang sarapan pagi dengan alasan malas maupun tidak disiapkan oleh orangtua dan orangtua memilih memberikan uang jajan untuk jajan disekolah. Ketika ditanyakan

mengenai jenis makanan yang sering dikonsumsi 4 siswa menjawab jenis makanan berupa soto ayam, sayuran, telur tahu dan tempe dan jajanan makanan ringan walaupun tidak sering. 6 orang siswa mengatakan jenis makanan yang paling sering dikonsumsi adalah tahu, tempe telur dan makanan instan seperti mie instan dan olahan daging seperti nugget dan jajanan makanan ringan. Mereka mengatakan kurang suka makanan olahan sayur dan tidak ada larangan dari orangtua ketika mengonsumsi makanan tersebut. Menurut keterangan dari 6 orang siswa tersebut saat diberikan pertanyaan mengenai manfaat makanan sehat, siswa tersebut menjawab tidak mengetahui manfaat makanan sehat yang baik bagi tubuh sedangkan 4 lainnya menjawab agar sehat dan kuat.

Berdasarkan fenomena yang telah dijelaskan pada latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan Pengetahuan Orangtua dengan Pola Makan Anak di SDN Triwidadi Pajangan Bantul”

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara pengetahuan orang tua dengan pola makan anak di SDN Triwidadi Pajangan Bantul

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan penelitian ini adalah diketahuinya hubungan antara pengetahuan orang tua dengan pola makan anak di SDN Triwidadi Pajangan Bantul

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketahuinya karakteristik orangtua dan siswa di SDN Triwidadi Pajangan Bantul
- b. Diketahuinya tingkat pengetahuan orang tua terhadap pola makan anak di SDN Triwidadi Pajangan Bantul
- c. Diketahuinya pola makan anak di SDN Triwidadi Pajangan Bantul
- d. Diketahuinya keeratan hubungan pengetahuan orang tua terhadap pola makan anak di SDN Triwidadi Pajangan Bantul

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Harapannya, temuan dari penelitian ini dapat menjadi sumber pengetahuan yang berharga dan dapat digunakan sebagai acuan untuk memperdalam pemahaman mengenai korelasi antara pengetahuan orang tua dan kebiasaan makan anak di SDN Triwidadi Pajangan Bantul.

### **2. Manfaat Praktis**

#### **a. Bagi institusi kesehatan**

Diharapkan institusi kesehatan dapat mengembangkan program konseling atau dukungan bagi orang tua dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mereka dalam menyediakan makanan untuk anak

#### **b. Bagi orang tua**

Diharapkan orang tua mendapatkan pemahaman yang lebih baik mengenai nutrisi dan pola makan anak agar dapat membantu dalam pengambilan keputusan yang lebih baik dalam memilih dan merancang pola makan yang sehat bagi anak.

#### **c. Bagi peneliti selanjutnya**

Peneliti berikutnya dapat memanfaatkan hasil temuan dari penelitian ini untuk merancang metode penelitian yang lebih efektif atau untuk melanjutkan penelitian mengenai faktor-faktor lain yang memengaruhi kebiasaan makan anak.