

BAB 1 : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Obesitas adalah sinyal pertama dari munculnya kelompok penyakit non-infeksi (*non-communicable disease*) dan dapat bersifat permanen apabila terjadi saat berusia 5-7 tahun dan anak berusia 4-11 tahun (usia sekolah).^{(1),(2)} Menurut Kemenkes RI obesitas merupakan penumpukan lemak yang berlebihan akibat ketidakseimbangan asupan energi (*energy intake*) dengan energi yang digunakan (*energy expenditure*) dalam waktu lama.⁽³⁾ Asupan energi yang tinggi dapat disebabkan oleh konsumsi makanan yang berlebihan, sedangkan keluaran energi yang rendah dapat disebabkan oleh rendahnya aktivitas fisik.⁽¹⁾

Menurut Permenkes Nomor 2 Tahun 2020, penentuan kategori status gizi untuk kelompok usia anak dan remaja dengan rentang usia 5-18 tahun menggunakan IMT/U. Seseorang dikatakan memiliki status gizi buruk apabila memiliki *z-score* < -3 SD, gizi kurang apabila *z-score* berada dalam rentang -3 SD s/d < -2 SD, gizi baik apabila *z-score* dalam rentang -2 SD s/d +1 SD, gizi lebih (*overweight*) apabila *z-score* dalam rentang +1 SD s/d +2 SD, dan dikategorikan obesitas apabila anak memiliki *z-score* > +2 SD.⁽⁴⁾

Obesitas pada anak usia sekolah perlu diperhatikan karena permasalahan ini telah menjadi epidemi global yang semakin meningkat prevalensinya. Peningkatan obesitas pada anak-anak memiliki dampak kesehatan yang serius dan berdampak jangka panjang pada masa dewasa.^{(3),(5)}

Obesitas akan berdampak sangat merugikan bagi penderitanya, baik dari segi fisik, psikis, maupun secara materi. Obesitas dapat menyebabkan beberapa penyakit degeneratif dan ortopedik seperti penyakit kardiovaskular, jantung, stroke, hipertensi,

diabetes mellitus, kanker, *sleep apnea*, nyeri punggung bagian bawah, serta osteoarthritis pada pinggul, lutut, dan pergelangan kaki.^{(6),(7)} Selain itu obesitas dapat menyebabkan kematian pada usia muda. Obesitas dapat menimbulkan rasa putus asa, malu, bahkan depresi dikarenakan penderita obesitas seringkali dijadikan sebagai bahan ejekan. Obesitas juga akan berdampak kepada ekonomi apabila mempengaruhi kesehatan lainnya, sehingga membutuhkan biaya yang besar untuk mengobatinya.⁽⁷⁾

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di United States, sejak tahun 1980-2004 obesitas meningkat lebih dari dua kali lipat yaitu dari 5% menjadi 12,4% pada anak usia 2-5 tahun. Kemudian terjadi kenaikan hampir tiga kali lipat pada anak usia 6-11 tahun (6,5% menjadi 17%), dan lebih dari tiga kali lipat pada remaja usia 12-19 tahun (5%-17,6%).^{(3),(8),(9)} Pada tahun 1990, prevalensi kegemukan dan obesitas anak meningkat dari 4,2% menjadi 6,7% pada tahun 2010. Pada tahun 2020, berdasarkan penelitian yang dilakukan di Amerika Serikat menunjukkan bahwa obesitas pada anak usia 9-12 tahun yaitu sekitar 14 juta anak.⁽¹⁰⁾

WHO menyebutkan bahwa dari tahun 1975-2016 (± 40 tahun), jumlah anak yang menderita obesitas meningkat 10 kali lipat.⁽¹¹⁾ Pada tahun 2015, WHO melaporkan 39% dari penduduk dunia menderita obesitas.⁽⁷⁾ Menurut catatan Badan Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2020, pada tahun 2010 pada anak-anak, kejadian kelebihan berat badan ini terjadi pada lebih dari 42 juta anak dan 35 juta diantaranya merupakan anak yang berasal dari negara berkembang.⁽¹²⁾

Prevalensi obesitas pada anak sekolah menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2007, angka obesitas sebesar 7,9%. Angka tersebut meningkat menjadi 9,2% pada tahun 2010 dimana untuk anak laki-laki sebesar 10,7% dan anak perempuan sebesar 7,7%.⁽¹²⁾ Kemudian angka ini mengalami penurunan pada tahun 2013 menjadi 8,8%, dan pada tahun 2018 mengalami peningkatan kembali menjadi

9,2%.^{(13),(14)} Untuk kejadian obesitas pada anak usia sekolah (5-12 tahun) secara nasional mengalami fluktuasi.⁽⁷⁾ Menurut Kemenkes RI, berdasarkan indikator RPJMN 2015-2019, pada anak usia 5-12 tahun sebanyak 10,8% mengalami obesitas.⁽³⁾ Kejadian obesitas anak usia sekolah tertinggi di Indonesia berdasarkan data Riskesdas 2018 berada pada wilayah DKI Jakarta yaitu sebesar 14%. Diikuti dengan Kepulauan Riau (12,3%) dan Jambi serta Kalimantan Timur (11,4%).^{(13),(14)}

Penurunan kejadian obesitas pada anak usia sekolah dasar pada tahun 2013 dapat disebabkan oleh program skrining kesehatan yang dilakukan hanya terjalankan sebanyak 81,9% dari target program yaitu 95%. Sedangkan pada tahun 2018 skrining kesehatan anak sekolah dasar ini terjalankan 100% sehingga dapat diketahui status gizi siswa secara keseluruhan.^{(15),(16)}

Sumatera Barat berada di posisi 28 dari 34 provinsi di Indonesia dengan angka sebesar 5,9%. Meskipun prevalensi kejadian obesitas di Sumatera Barat masih berada di bawah prevalensi nasional, namun angka kejadian obesitas Sumatera Barat pada tahun 2018 masih tinggi dibandingkan beberapa provinsi lainnya seperti Sulawesi Barat (5,5%), Sulawesi Tenggara (5,4%), Maluku (4,4%), Nusa Tenggara Barat (3,9%), Sulawesi Tengah (3,9%), dan terendah di Nusa Tenggara Timur (2,4%).⁽¹⁴⁾ Berdasarkan data Riskesdas 2010, angka kegemukan anak usia sekolah di Sumatera Barat masih berada di bawah prevalensi nasional yaitu 3,8% dan pada tahun 2018 mengalami peningkatan menjadi 5,9%.⁽¹⁴⁾

Berdasarkan hasil skrining kesehatan murid sekolah dasar di Kota Padang pada tahun 2011, prevalensi anak obesitas sebesar 1,7%.⁽¹⁷⁾ Kemudian pada tahun 2015, berdasarkan hasil penjarangan dari Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat, prevalensi obesitas pada anak sekolah dasar dengan posisi pertama yaitu di Kota Padang sebesar 2,9%.⁽¹⁸⁾ Berdasarkan data Riskesdas 2018, Kota Padang memiliki

prevalensi obesitas sebesar 6,34%.⁽¹⁹⁾ Kota Padang berada pada urutan ke delapan dari 19 jumlah kabupaten/kota yang ada di Sumatera Barat. Kejadian obesitas tertinggi di Sumatera Barat adalah Solok dengan angka 12,60%. Prevalensi obesitas di Kota Padang ini melebihi prevalensi provinsi Sumatera Barat.⁽¹⁹⁾

Obesitas merupakan permasalahan gizi yang hingga saat ini belum juga teratasi. Di Indonesia, kegemukan atau obesitas termasuk kepada masalah gizi yang membutuhkan penanganan secara serius. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Padang, kejadian obesitas ini termasuk kepada 10 masalah kesehatan terbanyak yang terjadi pada anak sekolah dasar.⁽²⁰⁾ Pada tahun 2025, WHO menetapkan target prevalensi obesitas kembali ke angka saat tahun 2010. Untuk itu, di Sumatera Barat masalah obesitas masih perlu diperhatikan agar dapat kembali mencapai prevalensi obesitas pada tahun 2010 yaitu 3,8%.⁽³⁾

Kejadian obesitas lebih banyak terjadi di perkotaan, oleh karena kebiasaan makan dan aktivitas fisik seseorang dipengaruhi oleh berbagai faktor salah satunya sosial ekonomi yang makmur. Peningkatan kemakmuran biasanya diikuti oleh perubahan gaya hidup. Pola makan di perkotaan telah berubah dari tradisional menjadi *western food* (pola makan barat) seperti suka makan di luar rumah (jajan).⁽¹²⁾

Makanan jajanan yaitu makanan dan minuman yang sudah disiapkan oleh penjual dan langsung dikonsumsi oleh pembeli tanpa pengolahan lebih lanjut. Makanan jajanan ini biasanya dijual di pinggir jalan atau di tempat keramaian lainnya. Biasanya makanan jajanan ini disebut juga dengan *street food*, *junk food*, dan *fast food*.⁽¹²⁾ Makanan jajanan umumnya memiliki kandungan gizi yang tidak seimbang seperti tinggi lemak, gula, dan garam namun rendah serat, vitamin, dan mineral.⁽¹⁾ Sehingga apabila dikonsumsi secara berlebihan, makanan jajanan ini dapat menyebabkan terjadinya masalah gizi yaitu kelebihan asupan energi atau obesitas.⁽²¹⁾

Kebiasaan mengonsumsi jajanan sangat melekat pada hampir seluruh kelompok usia, terutama pada anak sekolah. Para pedagang makanan jajanan banyak dijumpai berjualan di sekolah. Jajanan yang dijual sangat beragam dan saat ini berkembang pesat hingga menjadi tren di Indonesia. Jajanan yang digemari oleh anak sekolah yaitu makanan dan minuman dengan warna, penampilan, tekstur, dan aroma yang menarik.⁽²¹⁾ Seperti batagor, kentang dan singkong goreng, nugget, bakso, telur gulung, olahan tepung seperti *crepes* dan donat, minuman berwarna, dan es krim yang dapat memicu obesitas.⁽²¹⁾

Kota Padang merupakan kota dengan tingkat penghasilan rata-rata tertinggi di Sumatera Barat. Sehingga terjadinya peningkatan taraf hidup dan perubahan gaya hidup menjadi lebih modern. Hal ini menjadi salah satu penyebab semakin bertambahnya restoran siap saji dan semakin beragam jenis jajanan anak di sekolah. Jajanan atau *street food* semakin marak oleh karena pengaruh paparan iklan atau sosial media yang menjadikannya sebagai suatu tren untuk mengangkat status sosial menjadi masyarakat modern. Selain itu, *street food* semakin mudah didapatkan dengan akses dan harga yang semakin terjangkau oleh masyarakat.⁽¹⁷⁾

Selain itu, perubahan gaya hidup juga berpengaruh kepada rendahnya intensitas dan frekuensi aktivitas fisik yang dapat memicu terjadinya obesitas. Hal ini dapat dilihat saat ini aktivitas olahraga dan kegiatan yang menggunakan fisik sudah menurun dan kemudian digantikan dengan media elektronik seperti *smartphone*, laptop, komputer, televisi, dan lain sebagainya.⁽¹⁷⁾ Semakin berkembangnya zaman, perkembangan teknologi juga semakin pesat. Hal ini menyebabkan anak-anak lebih memilih menonton televisi dan bermain *gadget* atau permainan elektronik seperti *video game* yang hanya membutuhkan sedikit energi.^{(12),(17)}

Berdasarkan kejadian di Gampong Panggong, Aceh Barat Daya obesitas pada siswa sekolah dasar disebabkan oleh karena anak memiliki aktivitas fisik yang rendah. Pada umumnya, siswa pergi sekolah diantar menggunakan motor dan saat berada di sekolah hanya melakukan aktivitas ringan seperti duduk, menulis dan memperhatikan saat proses belajar mengajar (PBM) berlangsung.

Berdasarkan laporan Riskesdas, proporsi aktivitas fisik baik di Indonesia mengalami penurunan dari tahun 2013 (73,9%) menjadi 66,5% pada tahun 2018. Penurunan proporsi aktivitas fisik di Indonesia ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti urbanisasi, perubahan pola makan, perubahan gaya hidup, teknologi dan internet, serta kesadaran dan pengetahuan mengenai kesehatan yang belum optimal.^{(15),(16)}

Peningkatan risiko obesitas disebabkan oleh berbagai faktor, misalnya faktor risiko paparan media elektronik seperti sosiodemografi, televisi, dan paparan layar lainnya yang dihubungkan dengan kurangnya aktivitas fisik, peningkatan konsumsi makanan tidak sehat saat menonton televisi, dan paparan iklan makanan yang tidak sehat. Menurut Bickham (2013), dari tahun 1999 hingga 2009 jumlah rata-rata waktu yang dihabiskan anak usia 8-18 tahun di Amerika Serikat dalam menonton televisi atau konten yang ditonton di komputer atau platform lainnya meningkat. Peningkatan ini juga terjadi pada penggunaan komputer dan *video game*. Efek iklan televisi pada preferensi dan konsumsi makanan juga semakin meningkat, sehingga penggunaan media layar dan televisi dapat menyebabkan gangguan makan.^{(23),(24),(25)}

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2015, prevalensi obesitas tertinggi pada anak sekolah dasar di Kota Padang berada di wilayah kerja Puskesmas Andalas yaitu sebesar 6,1%. Pada tahun 2022, berdasarkan data awal yang diambil dari Puskesmas Andalas, prevalensi obesitas pada usia anak sekolah di

wilayah kerja Puskesmas Andalas meningkat menjadi 11,47% dengan kejadian obesitas tertinggi yaitu di SD Adabiah yaitu sebanyak 81 siswa obesitas dari total siswa yang dijangkit yaitu sebanyak 449 siswa atau sebesar 18,04% pada tahun 2022.^{(26),(27)}

SD Adabiah dapat dikategorikan sebagai SD dengan obesitas yang tinggi oleh karena jika dibandingkan dengan penelitian serupa terkait kejadian obesitas anak usia sekolah di Kota Padang, seperti pada penelitian Yensasnidar dkk (2018) hanya 40 anak yang obesitas dari total siswa SDN 11 Lubuk Buaya yaitu berjumlah 357 siswa atau sekitar 11,2%.⁽²⁰⁾ Kemudian pada penelitian Cici Oktari dkk (2014) menyebutkan bahwa hanya terdapat 16 anak yang obesitas dari total siswa SDN 08 Alang Lawas yaitu berjumlah 376 siswa atau sekitar 4,25%.⁽¹⁷⁾

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait dengan “Hubungan Kebiasaan Jajan *Street Food*, Aktivitas Fisik, dan Paparan Media Elektronik dengan Kejadian Obesitas pada Siswa Sekolah Dasar di SD Adabiah Kota Padang Tahun 2023”.

1.2 Perumusan Masalah

Obesitas merupakan masalah kesehatan yang berkaitan dengan pola makan dan status gizi seseorang. Kota Padang sebagai ibukota Provinsi Sumatera Barat menjadikannya sebagai kota dengan taraf hidup yang tinggi, sehingga memicu terjadinya perubahan gaya hidup menjadi lebih modern. Hal ini berpengaruh terhadap peningkatan daya beli masyarakat dan mempengaruhi pola konsumsi anak. Anggapan bahwa gemar mengonsumsi makanan siap saji seperti *street food* dapat mengangkat status sosial menjadi masyarakat modern dan terkesan mengikuti tren. Hal ini menjadi salah satu penyebab meningkatnya jumlah konsumsi makanan yang berpengaruh terhadap tingginya prevalensi kejadian obesitas pada anak. Prevalensi

obesitas di Kota Padang mengalami peningkatan dari tahun ke tahun, sehingga menjadikannya sebagai masalah kesehatan yang serius. Berdasarkan uraian rumusan masalah maka dibentuklah pertanyaan penelitian sebagai berikut: apakah terdapat hubungan kebiasaan jajan *street food*, aktivitas fisik, dan paparan media elektronik dengan kejadian obesitas pada siswa sekolah dasar di SD Adabiah Kota Padang tahun 2023?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan kebiasaan jajan *street food*, aktivitas fisik, dan paparan media elektronik dengan kejadian obesitas pada siswa sekolah dasar di SD Adabiah Kota Padang tahun 2023.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Diketahui distribusi frekuensi obesitas pada siswa sekolah dasar di SD Adabiah Kota Padang tahun 2023.
2. Diketahui distribusi frekuensi kebiasaan jajan *street food* pada siswa sekolah dasar di SD Adabiah Kota Padang tahun 2023.
3. Diketahui distribusi frekuensi aktivitas fisik pada siswa sekolah dasar di SD Adabiah Kota Padang tahun 2023.
4. Diketahui distribusi frekuensi paparan media elektronik pada siswa sekolah dasar di SD Adabiah Kota Padang tahun 2023.
5. Diketahui hubungan kebiasaan jajan *street food* dengan kejadian obesitas pada siswa sekolah dasar di SD Adabiah Kota Padang tahun 2023.
6. Diketahui hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada siswa sekolah dasar di SD Adabiah Kota Padang tahun 2023.

7. Diketahui hubungan paparan media elektronik dengan kejadian obesitas pada siswa sekolah dasar di SD Adabiah Kota Padang tahun 2023.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menyumbang ilmu dan pengetahuan ilmiah yang mampu memperkaya bukti empiris serta memperluas wawasan pembaca berkaitan dengan kejadian obesitas dan faktor risiko yang meliputi kebiasaan jajan *street food*, aktivitas fisik, dan paparan media elektronik.

1.4.2 Manfaat Akademis

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai dasar acuan untuk bahan penelitian lebih lanjut, khususnya dalam mengembangkan penelitian mengenai kejadian obesitas pada anak sekolah dasar dan faktor risiko yang mempengaruhinya seperti hubungan kebiasaan jajan *street food*, aktivitas fisik, dan paparan media elektronik.

1.4.3 Manfaat Praktis

1.4.3.1 Manfaat Bagi Peneliti

Sebagai informasi bagi penulis dalam meningkatkan serta mengembangkan ilmu pengetahuan terkait permasalahan gizi terutama obesitas yang terjadi pada anak sekolah dasar.

1.4.3.2 Manfaat Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pustaka dan dikembangkan pada penelitian selanjutnya. Serta dapat menjadi informasi bagi pihak sekolah maupun orang tua terkait permasalahan gizi lebih atau obesitas pada anak

sekolah dasar, dan dapat dijadikan sebagai bahan masukan dalam memberikan intervensi berupa edukasi dan konseling gizi guna mencegah obesitas pada anak.

1.4.3.3 Manfaat Bagi Siswa

Memberikan informasi dan bahan pembelajaran yang menarik terkait gizi kepada siswa. Selain itu diharapkan dapat menjadi acuan untuk mengontrol asupan makanan jajanan, aktivitas fisik, dan penggunaan media elektronik secara tidak berlebihan.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup dalam penelitian ini yaitu mengkaji gizi masyarakat di wilayah Kota Padang. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah kejadian obesitas dan variabel independen yaitu kebiasaan jajan *street food*, aktivitas fisik, dan paparan media elektronik. Adapun sampel dalam penelitian ini yaitu anak sekolah dasar usia 7–12 tahun di SD Adabiah Kota Padang.

Pengambilan sampel dilakukan dengan metode *proportional random sampling*. Penelitian ini merupakan penelitian survei analitik dengan menggunakan desain penelitian *cross sectional* dengan pendekatan kuantitatif. Teknik analisis yang digunakan yaitu analisis univariat untuk melihat distribusi masing-masing variabel dan analisis bivariat untuk melihat apakah terdapat hubungan antara variabel independen dan variabel dependen.