

BAB 1 : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Obesitas didefinisikan sebagai akumulasi lemak abnormal dan berlebihan yang dapat mengganggu kesehatan.⁽¹⁾ Obesitas adalah penyakit yang timbul sebagai akibat dari disregulasi dalam sistem keseimbangan energi untuk melakukan penyesuaian antara asupan dan pengeluaran energi.⁽²⁾ Kelebihan gizi yang menimbulkan obesitas dapat terjadi pada anak-anak hingga usia dewasa. Orang dewasa dengan obesitas sudah mengalami obesitas sejak masa anak-anak atau remaja.⁽³⁾

Masalah kegemukan dan obesitas di Indonesia terjadi pada semua kelompok umur dan pada semua strata sosial ekonomi. Kejadian kegemukan dan obesitas pada anak merupakan masalah yang serius karena akan berlanjut hingga usia dewasa. Masalah kegemukan dan obesitas pada anak-anak sangat berhubungan dengan berbagai penyakit metabolik seperti penyakit kardiovaskuler, diabetes mellitus, kanker, osteoarthritis. Namun, pada saat ini beberapa gangguan metabolik seperti penurunan sensitivitas insulin dan hipertensi sudah terjadi pada usia anak-anak.⁽⁴⁾ Obesitas mengakibatkan masalah kesehatan yang dapat menurunkan kualitas hidup anak adalah gangguan tidur, gangguan pertumbuhan tungkai kaki, *sleep apnea* (henti napas sesaat) dan gangguan pernafasan lain.⁽⁵⁾

Obesitas pada anak merupakan masalah kesehatan yang terjadi pada abad ke-21, menurut *World Health Organization* (WHO) masalah ini banyak terjadi pada negara maju maupun negara berkembang.⁽⁶⁾ Hasil penelitian *National Health and Nutrition Examination Survey* (NHANES) tahun 2011-2012 di Amerika, persentase

obesitas berdasarkan kelompok umur anak usia 2-5 tahun sebesar 8,4%, usia 6-11 tahun sebesar 17,7% dan usia 12-19 tahun sebesar 20,5%.⁽⁷⁾

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2010 menunjukkan prevalensi obesitas secara nasional pada anak umur 6-12 tahun masih tinggi yaitu sebesar 9,2% atau masih di atas 5,0%, sedangkan prevalensi di Sumatera Barat yaitu sebesar 3,8%. Pada tahun 2013 prevalensi obesitas secara nasional pada anak umur 5-12 yaitu sebesar 8,8%, sedangkan prevalensi di Sumatera Barat yaitu sebesar 7,7%. Prevalensi anak obesitas di Sumatera Barat lebih rendah dari angka nasional, namun terjadi peningkatan sebesar 100% dari tahun 2010.^(8,9)

Hasil Penjarangan dari Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat tahun 2015 prevalensi obesitas pada anak sekolah dasar di Provinsi Sumatera Barat adalah sebesar 1,2%. Kabupaten/Kota yang memiliki prevalensi paling tinggi adalah Kota Padang dan Kab. Pesisir Selatan dengan prevalensi yang sama yaitu sebesar 2,9%. Data dari Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2015 menunjukan bahwa prevalensi obesitas tertinggi pada anak sekolah dasar di Kota Padang berada di wilayah kerja Puskesmas Andalas yaitu sebesar 6,1%.⁽¹⁰⁾

Obesitas merupakan penyakit yang disebabkan oleh interaksi beberapa faktor. Faktor-faktor yang meningkatkan risiko terjadinya obesitas meliputi faktor perilaku, faktor lingkungan dan faktor biologis. Kebiasaan makan dan aktifitas fisik merupakan dua faktor perilaku yang dapat mempengaruhi keseimbangan energi dan status berat badan. Perubahan kebiasaan makan dan aktifitas fisik dipengaruhi oleh lingkungan sosial ekonomi. Faktor yang dapat meningkatkan risiko obesitas adalah genetik, ASI eksklusif, Berat Badan Lahir Rendah (BBLR).⁽¹¹⁾

Pola makan yang salah seperti mengonsumsi makanan dengan porsi besar yang melebihi dari kebutuhan, mengonsumsi makanan yang tinggi energi, tinggi

lemak, tinggi karbohidrat sederhana, rendah serat serta prilaku makan yang salah seperti tindakan memilih makanan berupa makanan sampah (*junk food*) yang tinggi natrium dan rendah serat, makanan dalam kemasan dan minuman ringan (*soft drink*) merupakan salah satu faktor resiko terjadinya kegemukan dan obesitas.⁽⁵⁾

Natrium dapat mempengaruhi berat badan melalui mekanisme secara langsung dan tidak langsung. Mekanisme secara langsung, asupan natrium yang tinggi dapat meningkatkan cairan ekstraseluler. Garam merupakan sumber natrium, penurunan asupan garam sebanyak 5 gr menyebabkan menurunnya cairan ekstraseluler sebanyak 1-1,5 L. Penurunan cairan ekstraseluler akan menyebabkan menurunnya berat badan 1-1,5 kg.⁽¹²⁾ Mekanisme secara tidak langsung, asupan natrium mempengaruhi berat badan melalui meningkatnya asupan energi dari konsumsi *soft drink*. Asupan natrium yang tinggi akan menstimulasi pusat haus sehingga kebiasaan konsumsi *soft drink* meningkat.⁽¹³⁾

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan antara asupan natrium dengan obesitas. Survey yang dilakukan *The Korea National Health and Nutrition Examination Survey* (KNHANES) pada tahun 2007–2010 mendapatkan hasil bahwa asupan natrium yang tinggi pada anak-anak meningkatkan risiko obesitas 1,78 kali lebih besar dibandingkan pada anak yang asupan natriumnya cukup.⁽¹⁴⁾ Selain itu penelitian yang dilakukan Larsen SC *et. al* di Denmark tahun 2013 juga menemukan hasil bahwa terjadi peningkatan lemak tubuh sebanyak 0.24 kg per 100 mmol peningkatan ekskresi natrium urin.⁽¹⁵⁾ Penelitian yang dilakukan oleh Nurwanti pada tahun 2013 mengenai paparan iklan *junk food* dan pola konsumsi *junk food* sebagai faktor risiko terjadinya obesitas pada anak sekolah dasar di Daerah Istimewa Yogyakarta mendapatkan hasil bahwa asupan natrium pada anak obesitas lebih tinggi daripada anak tidak obesitas.⁽¹⁶⁾

Asupan serat dapat merubah berat badan dengan berbagai mekanisme. Makanan tinggi serat mengandung kalori dan lemak yang rendah yang dapat membantu mengurangi kejadian obesitas. Serat khususnya serat larut air membentuk cairan kental di saluran pencernaan yang dapat menunda transportasi makanan dari lambung ke duodenum. Di usus, serat berperan untuk menghambat penggabungan enzim-enzim pencernaan dengan substratnya, sehingga memperlambat penyerapan zat gizi. Mekanisme ini berkontribusi untuk meningkatkan rasa kenyang dan menurunkan penyerapan zat gizi seperti asam amino dan asam lemak.⁽¹⁷⁾

Asupan serat yang dibutuhkan oleh tubuh menurut Kemenkes pada anak 10-12 tahun adalah sebesar 30 gram/hari. Penelitian pada anak sekolah dasar di Kota Bogor menunjukkan bahwa rata-rata asupan seratnya lebih rendah dari jumlah asupan serat yang dianjurkan yaitu 12,4 g/hari.⁽¹⁸⁾ Penelitian lainnya menunjukkan bahwa anak sekolah dasar yang asupan seratnya kurang mempunyai risiko 4 kali lebih besar mengalami obesitas.⁽¹⁹⁾

Penelitian ini akan dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri (SDN) 30 dan Sekolah Dasar (SD) Kartika 1-10 yang menempati posisi tertinggi kejadian obesitas pada anak sekolah dasar di wilayah Kerja Puskesmas Andalas. Prevalensi obesitas di SDN 30 Padang sebesar 20,8% dan SD Kartika I-10 sebesar 16,4%.⁽¹⁰⁾ Prevalensi di dua sekolah dasar tersebut lebih tinggi dari prevalensi Kota Padang.

Hasil *screening* yang dilakukan oleh peneliti dan 4 mahasiswa gizi lainnya di SDN 30 dan SD Kartika 1-10 kelas 4,5 dan 6 pada bulan Januari 2017 didapatkan anak yang mengalami obesitas sebesar 14,2% di SDN 30 dan 24,5% di SD Kartika 1-10. Hasil wawancara pada 15 orang siswa/i didapatkan 66,7% siswa/i memiliki asupan natrium lebih tinggi dari asupan yang dianjurkan dan 86,7% siswa/i memiliki asupan serat lebih rendah dari yang dianjurkan.

Prevalensi anak obesitas di Sumatera Barat yang mengalami peningkatan sebesar 100% dan prevalensi obesitas di masing-masing sekolah yang lebih tinggi dari prevalensi Kota Padang menjadi dasar peneliti mengambil masalah obesitas pada anak sekolah dasar. Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa sebagian besar asupan serat anak sekolah lebih rendah dari yang dianjurkan dan asupan natrium lebih tinggi dari yang dianjurkan menjadi dasar peneliti meneliti variabel asupan serat dan asupan natrium dengan risiko kejadian obesitas.

Berdasarkan latar belakang di atas penulis tertarik untuk membahas tentang **hubungan asupan serat dan natrium dengan risiko kejadian obesitas pada anak sekolah dasar di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang tahun 2017.**

1.2 Perumusan Masalah

Apakah ada hubungan asupan serat dan natrium dengan risiko kejadian obesitas pada anak sekolah dasar di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang tahun 2017.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan asupan serat dan natrium dengan risiko kejadian obesitas pada anak sekolah dasar di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang tahun 2017.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui distribusi frekuensi karakteristik sampel meliputi umur dan jenis kelamin pada anak sekolah dasar di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang
2. Mengetahui distribusi frekuensi sampel berdasarkan asupan natrium pada anak sekolah dasar di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang

3. Mengetahui distribusi frekuensi sampel berdasarkan asupan serat pada anak sekolah dasar di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang
4. Mengetahui hubungan asupan serat dengan risiko kejadian obesitas pada anak sekolah dasar di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang
5. Mengetahui hubungan asupan natrium dengan risiko kejadian obesitas pada anak sekolah dasar di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang
6. Mengetahui risiko asupan serat terhadap kejadian obesitas pada anak sekolah dasar di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang
7. Mengetahui risiko asupan natrium terhadap kejadian obesitas pada anak sekolah dasar di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang
8. Mengetahui faktor *confounding* antar variabel dengan risiko kejadian obesitas pada anak sekolah dasar di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Peneliti dapat menambah wawasan dan meningkatkan kemampuan peneliti dalam mengimplementasikan ilmu dan pengetahuan serta menambah pengalaman peneliti dalam bidang penelitian.

1.4.2 Bagi Masyarakat

Memberikan informasi dan masukan untuk masyarakat terutama orang tua yang mempunyai anak obesitas mengenai asupan yang dapat menurunkan dan meningkatkan berat badan serta meningkatkan kepedulian terhadap bahaya obesitas.

1.4.3 Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai bahan masukan untuk penelitian lebih lanjut dalam rangka pengembangan ilmu pengetahuan.

1.4.4 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian payung dengan 4 mahasiswa lainnya. Penelitian masing-masing mahasiswa mempunyai variabel independen yang berbeda-beda dan variabel dependen yang sama. Penelitian ini dilaksanakan untuk mengetahui hubungan asupan serat dan natrium dengan risiko kejadian obesitas pada anak sekolah dasar di Kota Padang. Penelitian akan dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang dari November 2016 sampai Mei 2017. Penelitian ini bersifat analitik dengan desain *case control*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa/i kelas 4-6 di SDN 30 dan SD Kartika 1-10

