

BAB 1 : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Permasalahan gizi yang terjadi di Indonesia saat ini telah menjadi permasalahan gizi ganda, disamping masalah gizi kurang belum teratasi, sementara dilain sisi telah muncul masalah gizi lebih. Kondisi ini dapat dialami oleh anak-anak, remaja dan seluruh golongan umur.⁽¹⁾ Masalah gizi terjadi dikarenakan ketidakseimbangan antara jumlah energi yang dikonsumsi dengan jumlah kebutuhan berbagai fungsi biologis tubuh. Jika keadaan ini berlangsung secara terus menerus dalam jangka waktu yang cukup lama, akan berdampak terjadinya obesitas.⁽²⁾

Obesitas merupakan kelebihan berat badan akibat terjadinya penumpukan sel-sel lemak. Awalnya hanya merasa berat badan naik, jika sel-sel yang tertimbun semakin banyak, maka akan terjadi perubahan anatomis.⁽³⁾ Anak yang mengalami obesitas 75% akan menderita obesitas pada masa dewasa dan merupakan faktor risiko terjadinya penyakit metabolik dan degenerative di masa akan datang.⁽⁴⁾

Peningkatan masalah berat badan lebih dan obesitas telah diakui sebagai masalah global oleh *World Health Organization* dan menjadi masalah primer di negara-negara berkembang. Berdasarkan data dari WHO tahun 2010 prevalensi obesitas dari tahun 1990 sebesar 4,2%, pada tahun 2010 meningkat menjadi 6,7%. Prevalensi obesitas di Afrika sebesar 8,5%, di Asia sebesar 4,9% dan di Amerika Latin sebesar 6,9%.⁽⁵⁾ Data dari WHO tahun 2016 lebih dari 340 juta anak-anak mengalami obesitas. Angka kejadian obesitas pada anak-anak sebesar 18%.⁽⁶⁾

Prevalensi obesitas di Indonesia secara nasional menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2010 sebesar 9,2% atau masih diatas 5,0%. Pada tahun 2013 meningkat menjadi 8,8%. Prevalensi obesitas pada usia 5 sampai 12 tahun di Sumatera Barat pada tahun 2010 sebesar 3,8%, pada tahun 2013 meningkat menjadi 7,7%.^(7, 8) Kota Padang memiliki prevalensi obesitas pada anak umur 5 sampai 12 tahun sebesar 7,6% dan termasuk peringkat ke-8 tertinggi dari 10 daerah yang mengalami obesitas.⁽⁹⁾

Salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya obesitas pada anak adalah durasi tidur. Kurangnya durasi tidur akan berdampak pada kurangnya aktivitas fisik yang diikuti dengan peningkatan pemasukan energi yang merupakan salah satu faktor risiko kegemukan. Kurangnya durasi tidur (2-4 jam sehari) dapat mengakibatkan kehilangan 18% leptin dan meningkatkan 28% ghrelin yang dapat menyebabkan bertambahnya nafsu makan 23-24%.⁽¹⁰⁾

Penelitian yang dilakukan Chaput dkk tahun 2011 menunjukkan prevalensi obesitas pada anak yang mempunyai waktu tidur <10 jam sebesar 22,3%.⁽¹¹⁾ Penelitian yang dilakukan oleh Marfuah, dkk tahun 2013 membuktikan bahwa semakin pendek durasi tidur anak, maka risiko obesitas akan semakin meningkat. Anak yang tidur <10 jam/hari memiliki risiko obesitas 1,74 kali lebih besar dibandingkan anak yang tidur \geq 10 jam/hari.⁽¹⁰⁾

Tidak hanya durasi tidur, tetapi aktivitas fisik anak juga mempengaruhi terjadinya obesitas. Aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang memerlukan pengeluaran energi.⁽¹⁾ Aktifitas fisik dilakukan sejak masa anak-anak hingga masa lansia karena akan berpengaruh pada kesehatan tubuh seumur hidup.⁽⁶⁾ Permainan anak yang dulu umumnya dilakukan berupa

permainan fisik yang mengharuskan anak berlari, melompat, atau gerakan lainnya, sekarang digantikan dengan permainan anak yang kurang gerak badan seperti *game* elektronik, komputer, internet atau *televisi* yang cukup dilakukan dengan duduk tanpa harus bergerak bahkan sambil makan makanan cemilan.⁽¹²⁾ Kurangnya aktivitas fisik berisiko terkena penyakit kronis dan asupan energi yang didapatkan dari makanan harus seimbang dengan kebutuhan agar mengurangi risiko terjadinya obesitas pada seseorang.⁽¹³⁾

Penelitian yang dilakukan Sari tahun 2011 menyatakan bahwa terdapat hubungan antara aktifitas fisik dengan kejadian obesitas pada murid SD DEK Kota Padang.⁽¹⁴⁾ Penelitian yang dilakukan oleh Restuastuti, dkk tahun 2016, sebanyak 81,8% responden mengalami obesitas dengan aktivitas fisik yang kurang dan 27,68% responden dengan aktivitas fisik cukup mengalami obesitas.⁽¹⁵⁾

Orangtua terutama ibu bertanggung jawab dalam memberikan dukungan yang terdiri dari informasi atau nasehat. Dukungan ini dapat berbentuk verbal atau non verbal yang menyebabkan efek tindakan dan emosional menguntungkan bagi si anak, seperti intensitas, interaksi orang tua dan anak, serta memberikan makanan yang bergizi. Dukungan seorang ibu sangat penting atau di butuhkan dalam pemenuhan gizi pada anak.⁽¹⁶⁾ Penelitian yang dilakukan oleh Mashadi tahun 2016 menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan ibu dalam pemenuhan gizi dengan status gizi anak.⁽¹⁷⁾

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Padang tentang status gizi murid SD Se Kota Padang tahun 2016 diperoleh data prevalensi obesitas tertinggi kedua terdapat di kecamatan Padang Barat, wilayah kerja Puskesmas Padang Pasir yaitu sebesar 6,9 %. Dari 35 sekolah di wilayah kerja Puskesmas Padang Pasir, sekolah

dengan obesitas tertinggi adalah SDN 26 Rimbo Kaluang (20%) dengan jumlah siswa/i hasil penjarangan sebanyak 40 orang, didapatkan 2 orang siswa/i dengan gizi lebih dan 8 orang siswa/i obesitas dan SDN 29 Purus (16,67%) dengan jumlah siswa/i hasil penjarangan sebanyak 35 orang, didapatkan 2 orang siswa/i dengan gizi lebih dan 6 orang siswa/i obesitas.⁽¹⁸⁾

Hasil studi pendahuluan terkait gambaran obesitas di SDN 26 Rimbo Kaluang dari 15 orang anak didapatkan 5 orang yang mengalami obesitas, pada anak SDN 29 Purus dari 15 orang anak didapatkan 3 orang anak yang mengalami obesitas. Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa sebagian besar durasi tidur siswa/i <10 jam, siswa/i tergolong memiliki aktivitas fisik yang kurang dan rendahnya dukungan ibu terhadap anak yang dapat meningkatkan obesitas.

Berdasarkan latar belakang inilah peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan durasi tidur, tingkat aktivitas fisik, dan dukungan ibu sebagai faktor risiko kejadian obesitas pada dua Sekolah Dasar di wilayah kerja Puskesmas Padang Pasir Kota Padang Tahun 2018.

1.2 Perumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan durasi tidur, tingkat aktivitas fisik, dan dukungan ibu dengan kejadian obesitas pada dua Sekolah Dasar di wilayah kerja Puskesmas Padang Pasir Kota Padang Tahun 2018?”

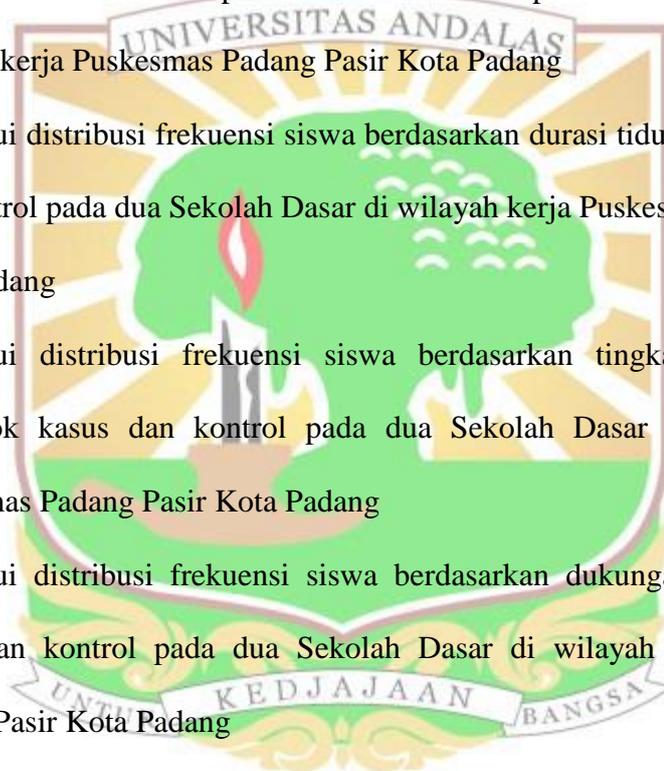
1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan durasi tidur, tingkat aktivitas fisik dan dukungan ibu dengan kejadian obesitas pada dua Sekolah Dasar di wilayah kerja Puskesmas Padang Pasir Kota Padang Tahun 2018.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Diketahui distribusi frekuensi siswa berdasarkan karakteristik meliputi umur dan jenis kelamin kelompok kasus dan kontrol pada dua Sekolah Dasar di wilayah kerja Puskesmas Padang Pasir Kota Padang
2. Diketahui distribusi frekuensi siswa berdasarkan durasi tidur kelompok kasus dan kontrol pada dua Sekolah Dasar di wilayah kerja Puskesmas Padang Pasir Kota Padang
3. Diketahui distribusi frekuensi siswa berdasarkan tingkat aktivitas fisik kelompok kasus dan kontrol pada dua Sekolah Dasar di wilayah kerja Puskesmas Padang Pasir Kota Padang
4. Diketahui distribusi frekuensi siswa berdasarkan dukungan ibu kelompok kasus dan kontrol pada dua Sekolah Dasar di wilayah kerja Puskesmas Padang Pasir Kota Padang
5. Diketahui hubungan durasi tidur dengan kejadian obesitas pada dua Sekolah Dasar di wilayah kerja Puskesmas Padang Pasir Kota Padang Tahun 2018.
6. Diketahui hubungan tingkat aktifitas fisik dengan kejadian obesitas pada dua Sekolah Dasar di wilayah kerja Puskesmas Padang Pasir Kota Padang Tahun 2018.



7. Diketahui hubungan dukungan ibu dengan kejadian obesitas pada dua Sekolah Dasar di wilayah kerja Puskesmas Padang Pasir Kota Padang Tahun 2018.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi peneliti dapat menambah wawasan dan pengalaman tentang pengaruh durasi tidur, dukungan ibu dan tingkat aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada anak sekolah dasar, serta dapat mengaplikasikan ilmu yang telah didapatkan selama mengikuti kegiatan perkuliahan.
2. Bagi siswa dapat menjadi acuan untuk mengontrol durasi tidur, dan tingkat aktivitas fisik sehari-hari.
3. Bagi sekolah sebagai masukan bagi kepala sekolah dan guru untuk memberikan pengetahuan terhadap siswa/i bahwa kejadian obesitas dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada anak sekolah dasar kelas 3, 4, dan 5 di wilayah kerja Puskesmas Padang Pasir Kota Padang yaitu di SDN 26 Rimbo Kaluang dan SDN 29 Purus Kota Padang Tahun 2018. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan durasi tidur, tingkat aktivitas fisik dan dukungan ibu dengan kejadian obesitas pada dua sekolah dasar di wilayah kerja Puskesmas Padang Pasir Kota Padang. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan desain *case control study* dengan *matching* jenis kelamin. Teknik pengambilan data yang digunakan adalah data primer dan data sekunder. Analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis univariat dan bivariat.