

BAB 1 : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masalah gizi lebih dan masalah gizi kurang merupakan masalah yang dihadapi oleh Indonesia saat ini. Obesitas merupakan sinyal pertama dari munculnya kelompok penyakit-penyakit non infeksi yang sekarang terjadi di negara-negara maju maupun negara-negara berkembang. Fenomena ini digambarkan sebagai *New World Syndrom* atau Sindroma Dunia Baru. Obesitas termasuk masalah mendasar yang perlu mendapat perhatian karena merupakan ancaman bagi kesehatan.⁽¹⁾

Obesitas menjadi salah satu faktor risiko terjadinya penyakit kardiovaskuler, diabetes dan kanker (termasuk kanker kolorektal, kanker ginjal dan kanker esofagus).⁽²⁾ Obesitas pada anak usia 6-7 tahun mengakibatkan kreativitas anak menurun.⁽³⁾ Obesitas juga memberi dampak pada psikologi anak seperti menurunnya rasa percaya diri, mempengaruhi hubungan dengan teman sebaya dan menyebabkan masalah sosial hingga depresi.⁽⁴⁾

Kasus obesitas akan meningkat pesat di seluruh dunia. Hanya dalam 2 dekade, prevalensi kegemukan menjadi 2 kali lipat pada anak-anak Amerika usia 6-11 tahun, bahkan 3 kali lipat pada remaja. Survei pemeriksaan kesehatan dan nutrisi nasional tahunan oleh Pusat Pengendalian dan Pencegahan Penyakit menemukan bahwa 1 diantara 3 anak Amerika mengalami kegemukan atau berada dalam risiko menjadi gemuk. Anak-anak dan remaja di Amerika yang mengalami kegemukan atau mendekati kegemukan ada sekitar 25 juta.⁽⁵⁾

Prevalensi obesitas pada anak di Rusia adalah 10%, di Cina adalah 3,4% dan di Inggris adalah 10-17%, bergantung pada umur dan jenis kelamin. Prevalensi obesitas pada anak-anak sekolah di Singapura meningkat dari 9% menjadi 19%.⁽⁶⁾

Data yang dipublikasikan pada tahun 2012 oleh SEANATUS (South East Asian Nutrition Survey) yang dilakukan di 4 negara yaitu Indonesia, Malaysia, Thailand dan Vietnam menyatakan obesitas adalah masalah yang juga mulai muncul di negara berkembang.⁽⁷⁾

Prevalensi obesitas pada anak di Indonesia menurut Riskesdas 2007 sebesar 7,9%.⁽⁸⁾ Angka tersebut meningkat menjadi 9,2% pada tahun 2010 menurut Riskesdas 2010.⁽⁹⁾ Sedangkan data Riskesdas tahun 2013, obesitas pada anak umur 6-12 tahun sebesar 8,8%.⁽¹⁰⁾ Hal ini dapat dikatakan prevalensi obesitas secara nasional mengalami penurunan di tahun 2013.

Namun prevalensi obesitas pada anak umur 5-12 tahun di Sumatera Barat meningkat dari 3,8% pada tahun 2010 menjadi 7,7% pada tahun 2013.⁽¹⁰⁾ Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat tahun 2015 prevalensi obesitas pada anak Sekolah Dasar sebesar 1,2% dengan Kab/ Kota posisi pertama adalah Kota Padang sebesar 2,9%.⁽¹¹⁾

Masalah obesitas yang terjadi pada anak akan berisiko tinggi menjadi obesitas pada saat dewasa. Masalah obesitas pada anak adalah masalah yang kompleks dengan penyebab multifaktor. Faktor utama penyebab utama obesitas tersebut adalah kebiasaan hidup sehari-hari, seperti pola makan, aktivitas fisik, dan pola tidur yang diterapkan pada anak akan memicu beberapa masalah penyakit, masalah fisik, psikologis dan isolasi pada anak.⁽¹²⁾ Namun ada faktor lain penyebab obesitas yaitu asupan makanan berlebih yang berasal dari jenis makanan olahan serba instan, minuman *soft drink*, makanan jajanan seperti makanan cepat saji (*burger, pizza, hotdog*) dan makanan siap saji lainnya, yang menunjukkan bahwa anak-anak yang sering mengkonsumsi makanan *fast food* lebih dari 3 kali perminggu berisiko mengalami obesitas sebesar 3,28%.⁽¹³⁾

Asupan makanan jajanan merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya obesitas. Makanan jajanan merupakan sesuatu yang tidak terpisah dari kehidupan anak sekolah. Anak usia sekolah perlu mendapat perhatian orang tua dalam pemilihan makanan jajanan. Banyak makanan jajanan yang mengandung kalori tinggi, kadar lemak, gula, tetapi rendah akan serat.⁽¹⁴⁾ Mengonsumsi makanan jajanan akan mempengaruhi status gizi karena makanan jajanan tersebut kebanyakan mengandung karbohidrat dan sedikit serat, sehingga membuat cepat kenyang, selain itu kebersihan dari jajanan itu sangat diragukan.⁽¹⁵⁾

Makanan jajanan berapa pun jumlahnya akan selalu memberikan kontribusi zat gizi bagi status gizi seseorang.⁽¹⁶⁾ Menurut Depkes RI, jumlah energi dan protein yang diharapkan dapat disumbangkan makanan jajanan terhadap kebutuhan gizi sekitar 200-300 kkal energi dan 3-5 gram protein.⁽¹⁷⁾ Balai Pengawasan Obat dan Makanan RI (BPOM RI) tahun 2009 dalam Pangan Jajanan Anak Sekolah menunjukkan bahwa makanan jajanan memberikan kontribusi masing-masing sebesar 31,1 % dan 27,4% terhadap total asupan energi dan protein bagi anak Sekolah Dasar.⁽¹⁸⁾

Berdasarkan Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi tahun 2013, angka kecukupan energi, protein, lemak, dan karbohidrat yang dianjurkan untuk orang Indonesia (perorang perhari) pada umur 10-12 tahun adalah untuk anak laki-laki energi 2100 Kkal, protein 56 gram, lemak 70 gram, dan karbohidrat 289 gram sedangkan untuk perempuan energi 2000 Kkal, protein 60 gram, lemak 67 gram, dan karbohidrat 275 gram. Untuk memenuhi kebutuhan tersebut dapat diperoleh dari konsumsi makanan sehari-hari baik dari makanan utama dan makanan jajanan.⁽¹⁹⁾

Aspek negatif makanan yaitu apabila dikonsumsi berlebihan dapat menyebabkan terjadinya kelebihan asupan energi. Sebuah studi di Amerika Serikat

menunjukkan bahwa anak mengonsumsi lebih dari sepertiga kebutuhan kalori sehari yang berasal dari makanan jajanan jenis *fast food* dan *soft drink* sehingga berkontribusi meningkatkan asupan yang melebihi kebutuhan dan menyebabkan obesitas.⁽²⁰⁾

Kelebihan karbohidrat akan disimpan sebagai cadangan energi dalam hati dan otot dalam bentuk glikogen (glikogen hati dan otot) yang sewaktu-waktu dapat digunakan untuk kegiatan yang lebih berat. Jika kelebihan karbohidrat secara terus menerus, maka akan terjadi pembentukan lemak sebagai akibat penyimpanan pada jaringan dibawah kulit.⁽²¹⁾ Tubuh tidak dapat menyimpan protein berlebih, protein yang dikonsumsi melebihi kebutuhan tubuh akan diubah dan disimpan sebagai lemak.⁽²²⁾ Jika seseorang mengonsumsi protein tambahan, akan sangat mungkin terjadi kenaikan berat badan. Lemak merupakan zat gizi penghasil energi yang lebih besar dibanding protein dan karbohidrat. Asupan lemak yang tinggi dikaitkan dengan risiko obesitas.⁽²³⁾

Penelitian yang dilakukan Khristina tahun 2011 pada anak sekolah dasar di Semarang menunjukkan bahwa konsumsi makanan jajanan di lingkungan sekolah dengan energi $\geq 30\%$, karbohidrat $\geq 30\%$, protein $\geq 27\%$, dan lemak $\geq 20\%$ dari total asupan sehari memiliki risiko lebih tinggi mengalami obesitas dibanding dengan konsumsi energi, karbohidrat, protein, dan lemak dari makanan jajanan yang cukup.⁽²⁴⁾

Penelitian yang dilakukan terhadap 80 anak SD di Denpasar tahun 2004, menunjukkan bahwa 75 % konsumsi energi anak-anak berasal dari jajanan, hanya 25 % konsumsi energi dari makanan pokok berupa nasi, lauk pauk, sayuran dan pelengkap.⁽²⁵⁾ Hal ini sejalan dengan penelitian Montol tahun 2009 menunjukkan bahwa secara umum anak sekolah dasar yang mempunyai asupan zat gizi dari

makanan jajanan (energi, protein, lemak, karbohidrat) > 50% kebutuhan mempunyai risiko lebih besar menjadi obesitas.⁽²⁶⁾

Faktor penyebab obesitas lainnya adalah uang saku. Anak usia sekolah memperoleh uang saku dari orang tuanya. Uang saku berpengaruh pada pendapatan orang tua. Semakin tinggi pendapatan orang tua maka pemberian uang saku pada anak semakin tinggi. Uang saku tersebut digunakan untuk memenuhi berbagai kebutuhan anak, salah satunya digunakan untuk membeli jajanan.⁽²⁷⁾ Apalagi, 95 % anak diberi uang saku oleh orang tuanya sehingga kemungkinan untuk membeli makanan jajanan lebih tinggi.⁽²⁸⁾

Sebuah studi di Jakarta menunjukkan bahwa uang saku anak berkisar antara Rp 1000,00 – Rp 5000,00 sebesar 81,5%, sebanyak 13,3% anak mendapat uang saku Rp 5500,00 – Rp 10.000,00, 2% mendapat uang saku Rp 11.000,00 – Rp 20.000,00 dan 1,8% anak mendapat uang saku > Rp 21.000,00. Hal ini menunjukkan potensi daya beli anak yang cukup tinggi. Sementara di sekitar mereka banyak terpapar oleh makanan jajanan kaki lima yang sebagian besar kurang sehat dan tidak aman dikonsumsi.⁽²⁹⁾

Mayoritas anak sekolah mendapatkan uang saku ketika di sekolah dan di rumah.⁽²⁷⁾ Tingginya pengeluaran uang saku anak sekolah akan digunakan untuk membeli makanan jajanan, dan sebesar 23% berkontribusi terhadap kecukupan energi dan protein.⁽³⁰⁾ Berdasarkan Penelitian yang dilakukan oleh Tessmer *et, all* tahun 2006 menyebutkan bahwa anak sekolah yang menyukai jajanan dan mengemil akan enggan mengkonsumsi makanan yang mengandung zat gizi lengkap.⁽³¹⁾ Menurut Penelitian yang dilakukan Surya tahun 2007 menyatakan bahwa semakin tinggi pengeluaran maka tingkat konsumsi energi juga semakin tinggi.⁽³²⁾ Menurut penelitian Aprillia tahun 2011 menyatakan bahwa anak sekolah yang obesitas 95.9%

menghabiskan uang sakunya dengan membeli jajan di sekolah.⁽²⁷⁾ Penelitian lainnya dilakukan oleh Tina, pada siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri di Kota Kendari menyatakan adanya hubungan jumlah uang saku dengan obesitas dimana jumlah uang saku yang tinggi memiliki risiko 3,55 kali lebih besar untuk mengakibatkan obesitas.⁽³³⁾

Data dari Dinas Kesehatan Kota Padang tentang status gizi murid SD Se Kota Padang Tahun 2016 di peroleh data prevalensi obesitas tertinggi terdapat di wilayah kerja Puskesmas Rawang Barat yaitu sebesar 9,56% dan sekolah dengan obesitas tertinggi terdapat di SDN 33 Rawang Barat dengan jumlah siswa hasil penjarangan sebanyak 61 orang dengan 11 orang obesitas. Kemudian prevalensi obesitas tertinggi kedua terdapat di wilayah Puskesmas Padang Pasir yaitu sebesar 5,13 % dan sekolah dengan obesitas tertinggi terdapat di SDN 26 Rimbo Kaluang, dengan jumlah siswa hasil penjarangan sebanyak 40 orang, terdapat 8 orang obesitas.⁽³⁴⁾ Dari hasil observasi SDN 26 Rimbo Kaluang dan SDN 33 Rawang Barat merupakan sekolah yang sama sama memiliki kantin dan pedagang makanan yang berada di depan sekolah juga banyak sehingga memudahkan para siswa mengkonsumsi makanan jajanan yang tidak sehat yang kemungkinan dapat memicu terjadinya obesitas.

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan kontribusi asupan makanan jajanan dan uang saku dengan kejadian obesitas pada siswa SDN 26 Rimbo Kaluang dan SDN 33 Rawang Barat Kota Padang Tahun 2018.

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang, dapat dirumuskan masalah pada penelitian ini yaitu apakah ada hubungan kontribusi asupan makanan jajanan dan

uang saku dengan kejadian obesitas pada siswa SDN 26 Rimbo Kaluang dan SDN 33 Rawang Barat Kota Padang Tahun 2018 ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan kontribusi asupan makanan jajanan dan uang saku dengan kejadian obesitas pada siswa SDN 26 Rimbo Kaluang dan SDN 33 Rawang Barat Kota Padang Tahun 2018.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui distribusi frekuensi kejadian obesitas pada siswa SDN 26 Rimbo Kaluang dan SDN 33 Rawang Barat Kota Padang Tahun 2018.
2. Mengetahui distribusi frekuensi jumlah asupan (energi, protein, lemak dan karbohidrat) dari makanan jajanan siswa SDN 26 Rimbo Kaluang dan SDN 33 Rawang Barat Kota Padang Tahun 2018.
3. Mengetahui distribusi rata-rata uang saku siswa SDN 26 Rimbo Kaluang dan SDN 33 Rawang Barat Kota Padang Tahun 2018.
4. Mengetahui distribusi rata-rata aktivitas fisik siswa SDN 26 Rimbo Kaluang dan SDN 33 Rawang Barat Kota Padang Tahun 2018.
5. Mengetahui hubungan asupan (energi, protein, lemak dan karbohidrat) dari makanan jajanan dengan kejadian obesitas pada siswa SDN 26 Rimbo Kaluang dan SDN 33 Rawang Barat Kota Padang Tahun 2018.
6. Mengetahui hubungan uang saku dengan kejadian obesitas pada siswa SDN 26 Rimbo Kaluang dan SDN 33 Rawang Barat Kota Padang Tahun 2018.
7. Mengetahui hubungan asupan (energi, protein, lemak dan karbohidrat) dari makanan jajanan dengan kejadian obesitas setelah distratifikasikan dengan variabel aktivitas fisik pada siswa SDN 26 Rimbo Kaluang dan SDN 33 Rawang Barat Kota Padang Tahun 2018.

8. Mengetahui hubungan uang saku dengan kejadian obesitas setelah distratifikasikan dengan variabel aktivitas fisik pada siswa SDN 26 Rimbo Kaluang dan SDN 33 Rawang Barat Kota Padang Tahun 2018.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini mampu menambah pengalaman dan pengetahuan mengenai risiko asupan makanan jajanan terhadap kejadian obesitas pada anak sekolah dasar. Serta dapat menerapkan ilmu yang didapat selama perkuliahan di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi siswa sebagai acuan untuk mengontrol asupan makanan jajanan agar tidak dikonsumsi secara berlebihan dan sebagai informasi bagi siswa tentang bahaya mengonsumsi makanan jajanan dengan sembarangan.
2. Bagi sekolah sebagai masukan bagi kepala sekolah dan guru dalam pengawasan makanan jajanan yang dijual disekolah.
3. Bagi orang tua sebagai memberikan informasi kepada orang tua agar mengontrol anak dalam mengonsumsi makanan jajanan baik di sekolah maupun dirumah.
4. Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat sebagai tambahan referensi dan kepustakaan khususnya mengenai obesitas pada anak sekolah dasar.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian payung tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian obesitas pada siswa SDN 26 Rimbo Kaluang dan SDN 33 Rawang Barat Kota Padang. Variabel yang diteliti adalah asupan zat gizi, aktivitas

fisik, asupan makanan jajanan, uang saku, pola konsumsi sayuran dan pola konsumsi *junk food*.

Pada penelitian ini variabel yang diteliti adalah asupan makanan jajanan dan uang saku. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah obesitas, sedangkan variabel independen adalah asupan makanan jajanan dan uang saku dan variabel *confounding* adalah aktivitas fisik. Menggunakan design penelitian analitik dengan rancangan penelitian *cross sectional*. Sampel diambil secara *systematic random sampling*. Data primer meliputi data asupan makanan jajanan (energi, protein, lemak dan karbohidrat), data uang saku dan data aktivitas fisik. Sedangkan data sekunder meliputi profil sekolah dan laporan tahunan Dinas Kesehatan Kota Padang.

