

GAMBARAN PENGETAHUAN, SIKAP DAN TINDAKAN ORANGTUA SISWA KELAS 5 SD NEGERI 37 MANADO MENGENAI OBESITAS PADA ANAK

Kevin F. S. Letsoin *

Gustaaf A. E. Ratag, Jane M. Pangemanan +

Abstract

Most parents think fat is cute and healthy, so they seemed to have a sense of guilt when their child was not fat. Children were given a multivitamin, appetite stimulants, toddler formula and so on. Certain tribes sometimes have a certain culture in food consumption, the views of people who think obesity is a symbol of prosperity will lead community members to become obese, selecting the type and amount of food is no longer based on the needs and health considerations but rather the practical considerations (fast food) that if not matched with a balanced physical activity will cause the child to be obese. This study was conducted to describe the knowledge, attitudes and actions of parents of students in grade 5 elementary school 37 Manado about obesity in children. This research is a qualitative descriptive study. The results showed that the informant has not been adequate knowledge where still some informants who know the definition of obesity according to BMI. Informant attitude towards the problem of obesity is very good. Actions taken informant in an effort to combat obesity in children is generally the same that regulate children's diet and exercise. Parents in particular, is expected to be a role-model that can be replicated either child from the behavior of food consumption, body activity / exercise and restriction of pocket money in accordance with the needs of children. Meanwhile, the school and health officials need to work together to tackle the problem of obesity in children, for example by organizing seminars and open discussion of obesity in children

Keywords: Knowledge Of Parents, Parental Attitudes, Actions Parents, Child Obesity

Abstrak

Kebanyakan orang tua menganggap gemuk itu lucu dan sehat, sehingga mereka merasa bersalah bila anaknya tidak gemuk. Anak diberi multivitamin, obat perangsang nafsu makan, susu formula anak balita dan sebagainya. Suku tertentu terkadang mempunyai budaya tertentu dalam konsumsi makanan, pandangan masyarakat yang menganggap obesitas merupakan suatu simbol kemakmuran akan memicu anggota masyarakat untuk menjadi obesitas, pemilihan jenis dan jumlah makanan tidak lagi berdasarkan kebutuhan dan pertimbangan kesehatan tapi lebih mengarah pada pertimbangan praktis (fast food) yang jika tidak diimbangi dengan aktifitas fisik seimbang akan menyebabkan anak mengalami obesitas. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran pengetahuan, sikap dan tindakan orang tua siswa kelas 5 SD Negeri 37 Manado mengenai obesitas pada anak. Penelitian ini merupakan penelitian yang bersifat deskriptif kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan informan belum memadai dimana masih sebagian informan yang mengetahui pengertian obesitas menurut IMT. Sikap informan terhadap masalah obesitas sangat baik. Tindakan yang dilakukan informan dalam upaya mengatasi obesitas pada anak pada umumnya sama yaitu mengatur pola makan anak dan olahraga. Orangtua khususnya, diharapkan mampu menjadi role-model yang dapat dicontoh anak baik dari perilaku konsumsi makan, aktivitas fisik/olahraga maupun pembatasan uang jajan sesuai dengan kebutuhan anak. Sementara itu, pihak sekolah dan petugas kesehatan perlu bekerjasama dalam mengatasi masalah obesitas pada anak, misalnya dengan menyelenggarakan seminar dan diskusi terbuka mengenai obesitas pada anak.

Kata Kunci: Pengetahuan Orangtua, Sikap Orangtua, Tindakan Orangtua, Obesitas Anak.

* Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado, e-mail: kfsletsoin_11_301@yahoo.com

+ Bagian Ilmu Kedokteran Komunitas Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi

PENDAHULUAN

Obesitas merupakan salah satu masalah yang jelas terlihat namun di abaikan.¹ Obesitas saat ini merupakan permasalahan yang muncul diseluruh dunia, bahkan WHO menyatakan obesitas sebagai suatu epidemi global dan merupakan masalah kesehatan yang harus segera ditangani.² Di Kanada prevalensi obesitas pada masa kanak-kanak sebesar 7-43%, 7,3% pada umur 6-11 tahun di Inggris, dan 21,9% pada umur 12-17 tahun di Amerika Serikat. Di negara berkembang, jumlah anak sekolah dengan overweight terbanyak di kawasan Asia yaitu 60% populasi atau sekitar 10,6 juta jiwa.³

Menurut laporan RISKESDAS tahun 2013 menyatakan bahwa secara nasional masalah gemuk pada anak umur 5-12 tahun masih tinggi yaitu 18,8 %, terdiri dari gemuk 10,8 % dan sangat gemuk (obesitas) 8,8%.⁴

Selama anak mengkonsumsi makanan sehat dan bergizi, semua tambahan vitamin mungkin tidak terlalu diperlukan. Orang tua adalah role model yang dapat di contoh anak baik dalam segi sikap maupun perilaku konsumsi makan dan aktifitas fisik.⁵

Orang tua sebagai orang yang bertanggung jawab terhadap kesehatan anak mengambil inisiatif untuk memberikan semua jenis makanan yang dianggap dapat memenuhi gizi anak terutama orang tua yang berpendapatan tinggi memiliki peluang yang lebih besar untuk memilih jenis makanan.

Obesitas pada masa anak dapat meningkatkan kejadian diabetes mellitus (DM) tipe 2. Selain itu juga beresiko untuk menjadi obesitas pada saat dewasa dan berpotensi mengakibatkan gangguan metabolisme glukosa dan penyakit degeneratif

seperti penyakit jantung, penyumbatan pembuluh darah, dan lain-lain. Penyebab obesitas dinilai sebagai multikausal dan sangat multidimensional karena tidak hanya terjadi pada golongan sosio-ekonomi tinggi, tetapi juga sering terdapat pada sosio-ekonomi menengah hingga ke bawah.⁶ Obesitas pada masa anak-anak dan remaja berdampak secara signifikan terhadap kesehatan fisik maupun psikologis anak dimasa sekarang maupun dimasa mendatang.⁷ Faktor genetik diketahui sangat berpengaruh bagi perkembangan penyakit ini.⁸

Faktor-faktor yang diduga dapat menyebabkan terjadinya obesitas pada anak usia sekolah antara lain faktor genetik dari orang tua, pola makan, aktivitas fisik, tingkat sosial ekonomi keluarga dan perubahan gaya hidup. Peneliti tertarik untuk meneliti secara deskriptif kualitatif tentang pengetahuan, sikap dan tindakan orang tua mengenai obesitas pada anak.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian yang bersifat deskriptif kualitatif. Penelitian ini dilakukan di SD Negeri 37 Manado. Yang menjadi sampel dalam penelitian ini disebut informan yang berjumlah 6 orang. Informan adalah orang tua dari 4 orang anak yang menderita obesitas yang terdiri dari 4 Ayah dan 2 Ibu. Instrumen penelitian dalam penelitian ini adalah peneliti itu sendiri. Dalam pelaksanaan penelitian dibutuhkan alat bantu berupa: Daftar pertanyaan wawancara, kamera, hand phone, buku dan alat tulis. Data yang diperoleh kemudian diolah dan dianalisis menggunakan content analysis.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Informan

No	1	2	3	4	5	6
Nama	LS	EV	MM	BA	HY	PJ
Umur (thn)	36	33	35	40	41	43
Pendidikan Terakhir	SMA	SMA	SMA	SMA	SMA	SMK
Pekerjaan	IRT	Serabutan	IRT	Sopir	Wiraswasta	Guru
Pendapatan	1,5 juta	900 ribu	1 juta	1 juta	3 juta	1,5 juta
Nama Anak	I	AS	BA	BA	JN	I
Umur Anak (Tahun)	10	10	11	11	10	10
BB Anak (Kg)	56	53	54	54	55	56
TB Anak (Cm)	138	140	145	145	137	138
Anak Ke	1	1	1	1	2	1
Kelas	5	5	5	5	5	5
IMT	29,40	27,04	25,68	25,68	29,30	29,40
Keterangan	Obesitas	Obesitas	Obesitas	Obesitas	Obesitas	Obesitas

Tabel 2. Matriks Pengetahuan Informan tentang Berat Badan Ideal

INFORMAN	JAWABAN
1	Yang ideal itu maksudnya kan seperti saya toh kurus tidak terlalu berat
2	Berat badan ideal itu dia diukur dari tinggi badan e dengan berat badan kemudian di presentasikan kita biasanya pake itu, ada kw di hp itu di ukur berat badan tinggi badan baru di bahagi di situ langsung tulis kurus normal gemuk
3	Em berat ideal itu sama deng em.. berat ideal 50 to kalo dewasa kalo anak-anak 25 atau 30
4	Berat badan ideal? Gimana e.. Weh apa itu e berat badan ideal itu?
5	berat badan ideal itu for kita sih itu depe berat pas dang, sehat begitu dang. e.. iya yang penting sehat itu so ideal
6	ya berat badan ideal yaitu tinggi dan berat badan itu seimbang iya kan, menurut kesehatan dia tingginya berapa berat badannya harus berapa, iya itukan yang ideal menurut perhitungan kesehatan...tinggi dan berat badan itu harus ada perimbangan menurut hitung-hitungan medis, hitung-hitungan kesehatan dang

Tabel 3. Matriks Pengetahuan Informan Tentang Obesitas

INFORMAN	JAWABAN
1	Kelebihan apa.. yang gode-gode begitu
2	Kelebihan berat badan
3	Nintau..
4	Ambe kw tu singkat-singkat jo sdh jo dpe bahasa-bahasa apa.. kalo tu itu kan so bahasa-bahasa apa kuwa itu
5	obesitas itu.. oh kegodean ya.. itu mungkin dia kurang makan ato kurang olahraga sto sampe dpe anak bagitu..
6	kalo obesitas itu kan e.. besarnya pertumbuhan terhadap badan yang tidak sesuai dengan berat badan ato bahkan melebihi itu yang di maksud dengan obesitas yang kita dapat informasi dari media elektronik, media cetak.

Tabel. 4. Matriks Pengetahuan Informan Tentang Faktor-Faktor Apa Saja Yang Menyebabkan Terjadinya Obesitas pada anak

INFORMAN	Keluarga	Genetik	Psikologis	Gaya Hidup	Sosial Ekonomi
1	-	-	-	-	-
2	-	-	-	√	-
3	-	-	-	√	-
4	-	-	-	√	-
5	√	-	-	√	-
6	-	-	-	√	-

Tabel 5. Matriks Pengetahuan Informan Bagaimana Upaya Mengatasi Obesitas pada anak

INFORMAN	Mengatur Pola Makan	Meningkatkan Aktivitas
1	√	√
2	√	√
3	√	-
4	√	√
5	√	-
6	√	√

Tabel 6. Matriks Pengetahuan Informan Mengenai Dampak Yang Diakibatkan Obesitas Pada Anak

INFORMAN	Jenis Penyakit
1	Panas, batuk
2	-
3	Berkeringat, cepat lelah
4	-
5	Strok, sesak nafas
6	Hipertensi, jantung, asam urat

Tabel 7. Matriks Pengetahuan Informan Mengenai Ciri-Ciri Anak Yang Mengalami Obesitas

INFORMAN	JAWABAN
1	Kalo depe ciri-ciri saya belum terlalu tahu karna saya awam toh di begitu nda belajar
2	Badannya.. berat badannya lebih, baru.. ah Cuma itu
3	Yah ta nya mangarti tu obesitas jdi..
4	Dia gode so dia itu?
5	gode, yang pasti malas noh karna smpe dia bagode bagitu karna malas noh
6	kalo kita Cuma lihat depe sampel apalagi lihat pa ta pe anak, di berat badan yang so melebihi, kurang aktifitas olahraga, mungkin juga faktor kebiasaan makan..kalo ciri-ciri fisik yah so melebihi noh, so melebihi dari depe tinggi badan deng depe umur kalo kita lihat dang.

Tabel 8. Matriks Pengetahuan Informan Mengenai Siapa Yang Berperan Dalam Mengatasi Masalah Obesitas Pada Anak

INFORMAN	JAWABAN
----------	---------

1	Orang tua, dokter, lingkungan
2	Dia tergantung keluarga paling penting. Keluarga, lingkungan, baru tergantung diri sendiri
3	Yah keluarga termasuk istri suami
4	Yah jelas suami istri katu noh
5	pertama orang tua, itu peran penting di orang tua kong kedua depe anak noh supaya jang terlalu ini dpe anak juga musti berperan
6	ya pada prinsipnya harus orang tua iya kan, jadi kenapa harus torang berpikir orang lain, orang di dalam rumah orang tua

Tabel 9. Matriks Sikap Informan Terhadap Masalah Obesitas Pada Anak

INFORMAN	JAWABAN
1	Mencegah mungkin
2	Yah sebenarnya klo mau di ukur yang e.. postur yang ideal kan dia lebih baik dari dia diatur dari anak-anak yang yang masih dini kan klo ke depannya dia rupa masuk angkatan begitu atau masuk apa kan dia kan diukur kalo so lebih kapasitas badan so lebih pasti dia nda lulus
3	Tanggapan kita kalo masih dalam standar dpe normal obesitas masih nda apa-apa tapi kalo so melewati musti harus dicegah noh kalo so talalu gemuk sekali
4	Yah kalo menurut mo lia katu depe posisi itu so.. biasa jo noh, biasa-biasa dang kalo menurut torang
5	e.. SD ya.. itu ya perlu bagaimana ya? yah perlu dikurangi lah, karna kita lihat banyak skali tu penjual-penjual yang bikin makanan-makanan sehingga tu ade-ade kacili-kacili ja bli-bli sambarang itu noh bisa bikin dorang gode ato mungkin bisa keracunan le
6	ya sebaiknya e.. torang bukan Cuma pada anak to tapi karna anda penelitian terhadap anak dampak obesitas ya paling tidak lah torang sebagai orang tua harus lebih memperhatikan to, arus lebih memperhatikan memberi makanan dengan menu yang bergizi baru mengajarkan perilaku anak mengkonsumsi makanan yang sehat, punya batas-batas to bukan tidak dibatasi

Tabel 10. Matriks Sikap Informan Terhadap Informasi-informasi yang Berkaitan dengan Obesitas Pada Anak

INFORMAN	JAWABAN
1	Bagus, nyanda.. maksudnya mo kase-kase nasihat dang p torang toh
2	Oh kalo ta rasa itu bagus itu supaya mo bikin sadar anak-anak yang masih di usia dini depe apa postur mo bekin lebe bagus
3	bagus
4	Yah jelas suka katu noh
5	baik skali mendukung skali
6	oh bagus, justru itu yang lebih bagus e..

Tabel 11. Matriks Sikap Informan Terhadap Peranan Orangtua, Sekolah dan Petugas Kesehatan Terhadap Obesitas Pada Anak

INFORMAN	JAWABAN
1	Maksudnya? Setuju
2	Oh io bagus itu
3	Maksudnya peran orang tua itu mungkin noh jaga depe makanan to kalo di sekolah mungkin tu jajan tu kantin sekolah musti harus di jaga to
4	
5	iya-iya
6	oh iya perlu-perlu karna kita kerja di lembaga pendidikan di sekolah para siswa

torang ajarkan tentang kesehatan mulai dari diri sendiri kemudian lingkungan toh kalo lingkungan so mencakup kebersihan ini-ini, makan bagaimana baru dari dalam diri sendiri harus olahraga, cara tidur yang teratur to deng pola makan.

Tabel 12. Matriks Sikap Informan Terhadap Masalah Obesitas Pada Anak Yang Mengganggu Prestasi Anak di Sekolah

INFORMAN	JAWABAN
1	Demam paling.. karena kalo sakit terus, trus klo dia dpt obesitas yah paling bingung mau ke dokter, terus mau berobat
2	Oh kalo masalah itu dia tergantung sih kita rasa kalo biarpun depe berat badan dia lebeh kalo depe minat mau belajar itu tinggi pasti dia berprestasi kita rasa itu nda mungkin dia mo mengganggu karna ada kenyataan ada torang pe satu jurusan matematika dia pintar walaupun dia gemuk
3	Masalah dia mungkin itu noh karna dia so banyak skali suka-suka makang mungkin bisa blajar kong lapar kan dia nimbole dapa tahan depe musti mo makan mungkin itu depe mengganggu juga to kalo..
4	Nda, nyanda
5	malas belajar toh karna dia gode kong mungkin depe teman-teman ganggu pa dia gode bagini-bagini trus dia minder kong nya percaya diri noh kong nda masuk kuliah eh sekolah ta pe maksud
6	kalo kita lihat dari pengalaman pa ta pe anak memang berdampak, pertama dia kalo di sekolah cepat gerah dalam kelas, cepat jenuh belajar nda lagi tahan di dalam kelas, kedua e.. di dalam rumah dia sering cuman karna tidak banyak bergerak dengan obesitas yang ada mo kerja saja dia so agak berat karna pertama apa dia so cepat capek, orang gemuk klan cepat capek aspek kelesuhan badan kalo kita lihat dari dia cepat, satu pekerjaan dia selesaikan tapi pekerjaan kedua dia tidak mampu selesaikan

Tabel 13. Matriks Sikap Informan Terhadap Pernyataan Bahwa Anak Yang Gemuk Adalah Anak Yang Sehat

INFORMAN	JAWABAN
1	Yah kadang klo gemuk sehat kadang juga klo gemuk nda sehat
2	Oh nda terlalu.. menurut saya anak yang sehat itu dia badannya ideal baru dia nda gampang sakit, metabolisme tubuhnya tinggi itu dia daya tahan tubuh nda tergantung dia ada kalanya anak gode itu dia tidak mungkin dia sehat
3	Betul
4	Dorang tu noh bodok masa dorang bilang anak gemuk kong mo anak yang sehat bukang-bukang, artinya lihat jo noh anak pe keadaan walaupun dia kurus kong dia sehat-sehat kong dia gode le kong sakit-sakit io to? Mo lia kan tu anak pe sehat
5	oh itu pengertian yang salah itu, menurut saya itu pengertian yang salah karna ada yang gode karna itu di faktorkan oleh depe gen segala macam ada gode karna memang dia hobi makan ato memang tidak pernah olahraga jadi bisa jadi gode, jadi musti di kurangi itu
6	iya, tidak sependapat dengan hal seperti itu oh itu tidak menjamin, tidak menjamin kalo anak itu sehat

Tabel 14. Matriks Tindakan Informan Terhadap Melakukan Pemeriksaan Kesehatan Anak

INFORMAN	JAWABAN
1	Pernah, dari bayi soalnya dia kw infeksi ispa. Dokter spesialis di bitung, budiono Klo dulu masih dia periksa sama obat 225 tapi klo sekarang mungkin 75.. 750 mungkin
2	Nda, kita kuwa datang tahun 2011
3	nda noh karna diakan selama ini imunisasi genap to dari satu sampai lima bu lima tahun baru tu vitamin-vitamin 6 bulan sekali dapat waktu dia masih balita jadi ini dia dia juga sakit Cuma

	sakit biasa-biasa, jarang sakit, Cuma sakit tu bilang panas, beringus itupun kalo dia sakit cuman tu ispa infeksi tenggorokan
4	Oh Belum, pe kenal dunia dia belum kecuali dia sakit gigi ato pi cabut gigi baru pigi
5	oh tidak, tidak.. anak saya semua sehat-sehat bodinya.. bapaknya kan jago olahraga oh sehat-sehat saja
6	oh kalo waktu dekat ini belum, cuman kita kan tahu tentang riwayat medicalnya dia, kalo riwayat medicalnya dia, dia kan tu lalu pernah kena ispa tapi setelah dia sering-sering ke dokter, dokter bilang sudah justru sekarang membatasi pola makan dia toh karna lalu kita pikir biar jo dulu biar jo dulu hamper terlambat jadi sekarang dia ta rasa masih bisa untuk mo ajarkan perilaku makan supaya dia tidak ke obesitas

Tabel 15. Matriks Tindakan Informan Bila Anak Tidak Peduli Dengan Masalah Berat Badannya

INFORMAN	JAWABAN
1	Berusaha noh.. kase ingat, kse turun
2	Hanya bekeng sadar noh bilang pa dia bagini-bagini yang mana kalo kesehatan itu sangat perlu
3	Bukan dia nda peduli malah sekarang dia so mulai ba jaga-jaga karna kan dia so kelas lima so ja lia-lia mungkin so mulai mangarti to so ja badiet
4	
5	kalo ta pe anak gode bagitu dang kong dia nya peduli? oh kita hajar noh pa dia, kita paksa dang, mo stengah mati kita bayar-bayar pa dia kalo dia saki, kita paksa pa dia pigi cek noh, ta pukul
6	oh tetap, kalo kita pe tindakan sebagai orang tua torang tetap apa dang ajarkan terus tu anak perilaku makan siapa lagi kalo bukan dari organisasi paling kecil itu keluarga kan kalo torang begitu, pertama bisa saja dari perilaku itu kalo dia di luar dari lingkungan keluarga dia bisa masuk di soal tatakrma di orang lingkungan keluarga mungkin di acara-acara toh itu bisa jadi perhatian orang, kenapa tu anak sana makan so nda teratur bagini apa perilakunya di rumah bagitu ato kebiasaannya dia iya kan.

Tabel 16. Matriks Tindakan Informan Mengenai Upaya Yang Dilakukan Untuk Mengetasi Obesitas Pada Anak

INFORMAN	JAWABAN
1	kurangi makan, banyak makan buah trus depe kakak olahraga dang kse olahraga dia tapi anaknya malas, nda... kadang mo dilarang makan dia makan babadiam
2	Tidur cukup makan teratur nda makan makanan yang mengandung karbohidrat tinggi dengan olahraga yang teratur
3	Karna dia masih SD belum da sampe situ pikiran sampe situ belum ada
4	Nda, selama ini belum
5	kita biasa ja atur ta pe anak-anak, ta pe keluarga lah ta pe cara makan supaya dorang nya sembarang makan, kong kita ja suruh hari sabtu bagitu torang ja olahraga sama-sama, pokoknya biar sadiki-sadiki torang hidup sehat biar susah noh karna kesehatan itu mahal ya belum, tapi kita akan coba lagi, iya, pelan-pelan saja
6	ya itu sekarang soal perilaku makan, baru kalo ada ponakan saya itu dia suka suruh olahraga sampe dia nangis-nagis, adohs sudah cape, adoh so lelah kita, ndak trus kalo nda sebentar nda bisa makan ngana bagitu, walaupun tidak selalu kalo liat dia lagi ato dia so kelebihan makan tunggu setengah jam kemudian, heit olahraga dulu sampe dia nangis-nangis aduh so cape, nda olahraga dulu, karena torang didik dia tentang tu perilaku, ini kan perilaku, karna perilaku itu so sikap, kebiasaan, itu yang sebenarnya masih bisa di ubah iya kan

Tabel 17. Matriks Tindakan Informan Terhadap Hambatan-Hambatan Yang dirasakan Dalam Upaya Mengatasi Obesitas Pada Anak

INFORMAN	JAWABAN
----------	---------

1	Hambatannya belum ada karna olahraga kuwa nyanda sering, makan sering
2	Depe Hambatan itu tergantung diri sendiri kalo rupa dia nimau torangkan kase latihan kase bilang begini kalo dari diri sendiri nda mau sadar itu yang menjadi hambatan
3	-
4	-
5	kadang-kadang itu rasa malas muncul, jadi tiba-tiba ya kadang-kadang bapak sendiri juga malas, ya mungkin karna faktor usia bapak ato.. ya tapi nda papa pelan-pelan aja
6	karna yang kita sampaikan tadi, karna yang kita itu yang pertama karna dengan depe latar belakang medicalnya dia, dia pernah sakit ta pikir ah biar dulu dia mo makan apa karna kecolongan to, dia so jadi kebiasaan dia so sering makan yang sebenarnya porsinya cukup 100 gram dia so sampe 150, 200, itu noh, jadi itu tu hambatan dia

PEMBAHASAN

Dari hasil wawancara yang dilakukan mengenai pengetahuan informan mengenai berat badan ideal, didapati bahwa hanya sedikit informan yang mengetahui berat badan ideal menurut IMT. Tahu tentang apa yang dipelajari antara lain menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan dan lain sebagainya.

Dari hasil wawancara mendalam, pengetahuan informan tentang obesitas, obesitas pada anak menurut 2 orang informan adalah berat badan yang melebihi berat badan normal, berat badan yang tidak sesuai dengan umurnya. Anak-anak, tidak seperti orang dewasa, membutuhkan nutrisi dan kalori tambahan untuk pertumbuhan dan perkembangan mereka. Jadi bila mereka mengkonsumsi kalori dalam jumlah yang cukup untuk aktivitas sehari-hari, maka penambahan berat badan mereka akan seimbang dengan penambahan tinggi badannya. Akan tetapi anak yang makan lebih banyak kalori daripada yang mereka butuhkan, akan menambah lebih banyak berat daripada tinggi badan mereka. Dalam keadaan seperti ini penambahan berat badan akan meningkatkan resiko terjadinya obesitas seperti yang diungkapkan oleh beberapa informan bahwa obesitas adalah berat badan yang melebihi berat badan normal, berat badan yang tidak sesuai dengan

umurnya. Obesitas adalah kondisi berat tubuh melebihi berat tubuh normal .

Ada juga informan yang mengatakan bahwa obesitas pada anak-anak itu adalah berat badan yang berlebih, dari hasil penelitian yang diperoleh dari wawancara mendalam, ada juga sebagian informan tidak mengetahui tentang obesitas seperti apa yang dinyatakan oleh teori-teori yang ada. Dari hasil penelitian ini apabila dikaitkan dengan tingkat pengetahuan, pengetahuan informan baru memasuki tingkat tahu (know). Bahwa sebagian informan tahu bahwa obesitas adalah berat badan berlebih. Dari hasil pengamatan peneliti, bahwa secara umum informan mengetahui informasi mengenai obesitas pada anak-anak dari televisi, koran dan dokter. Pengetahuan informan mendapatkan informasi tentang obesitas pada umumnya sudah baik, karena mendapatkan informasi dari dokter sama dengan media massa yang membahas tentang obesitas.

Dari hasil wawancara mendalam dapat dilihat seluruh informan mengatakan bahwa faktor yang menyebabkan terjadinya obesitas adalah gaya hidup yang sudah termasuk di dalamnya adalah pola makan dan kurangnya aktivitas fisik. Banyak faktor yang menyebabkan terjadinya obesitas pada anak antara lain disebabkan karena genetik, psikologis dan social ekonomi.

Hanya satu orang yang menyatakan bahwa keluarga mempengaruhi anak obesitas.

Dari hasil penelitian ini apa yang dikatakan informan mengenai faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya obesitas pada anak yaitu konsumsi makanan, keluarga dan kurang olahraga masih merupakan sebagian dari faktor-faktor penyebab terjadinya obesitas, walaupun sangat jarang, adakalanya kegemukan disebabkan oleh tidak adanya keseimbangan antar hormone. Dari hasil penelitian ini, informan belum mengetahui faktor penyebab lainnya dari obesitas yaitu keturunan dan penggunaan energi yang rendah, anak beresiko kegemukan bila kedua orangtua juga kegemukan. Hal ini berkaitan dengan kebiasaan makan dan kebiasaan latihan fisik kedua orangtua diikuti oleh anak. Selanjutnya hampir setengah orangtua dari anak usia sekolah tidak pernah olahraga bersama semua anggota keluarga.

Dari hasil wawancara mendalam dilihat bahwa beberapa informan mengatakan upaya mengatasi terjadinya obesitas anak dengan mengatur pola makan dan meningkatkan aktivitas fisik. Metode-metode yang dilakukan untuk menjaga berat badan atau menurunkan berat badan adalah sama yaitu anak harus makan dengan pola makan yang sehat dan meningkatkan aktivitas fisiknya. Seperti yang diperoleh dari hasil penelitian ini secara umum informan mengatakan upaya mengatasi masalah obesitas pada anak yaitu berolahraga atau aktivitas yang cukup dan mengatur pola makan. Semua informan sudah berada pada tahap tahu dan memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar, tetapi belum dapat mengaplikasikan pengetahuan dan pemahamannya itu.

Dari hasil penelitian, dapat diketahui bahwa informan memiliki pengetahuan yang

berbeda-beda mengenai masalah kesehatan yang diakibatkan obesitas pada anak. Ada informan yang mengetahui penyakit seperti jantung dan hipertensi.

Dari hasil penelitian ini apa yang dikatakan informan mengenai masalah kesehatan yang diakibatkan obesitas dari jenis penyakit seperti jantung dan hipertensi, sesuai dengan teori bahwa jenis-jenis penyakit yang diakibatkan oleh obesitas adalah penyakit kardiovaskular, diabetes dan hipertensi. Ada juga yang mengatakan cepat lelah menjadi salah satu masalah yang diakibatkan oleh obesitas, berbagai aktivitas yang bisa dilakukan oleh orang normal, menjadi sulit dikerjakan oleh orang yang mengalami obesitas. Kegiatan olahraga akan semakin dihindari oleh anak yang obesitas, orang yang obesitas juga tidak akan mudah mengikuti mode. Oleh karena itu informan mengalami kesulitan untuk membeli pakaian anaknya

Dari hasil wawancara tidak ada yang menyatakan psikologis dan resiko perkembangan sebagai dampak kesehatan yang diakibatkan obesitas pada anak. Anak-anak kelebihan berat badan cenderung lebih sering merasa cemas dan memiliki kemampuan bersosialisasi yang rendah dari pada anak-anak yang memiliki berat badan normal. Anak tersebut akan menarik diri dari pergaulan social. Stress dan kecemasan juga akan mengganggu proses belajar. Kecemasan yang berhubungan dengan masalah sekolah dapat menimbulkan rasa khawatir yang terus meningkat yang menyebabkan menurunnya pencapaian akademis. diketahui bahwa ada dua orang informan yang menyatakan bahwa ciri-ciri anak yang mengalami obesitas adalah berat badan berlebih, Ada satu orang informan yang mengatakan malas adalah ciri-ciri anak yang obesitas. Dari hasil penelitian ini ada tiga informan yang tidak mengetahui ciri-ciri anak yang mengalami obesitas. Dapat dilihat bahwa sebagian informan

dapat mengetahui secara fisik, ketidaksesuaian berat badan, tinggi badan dan usia anak yang mengalami obesitas, sesuai dengan teori bahwa pengetahuan adalah merupakan hasil tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap sesuatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera.

Pengetahuan informan mengenai siapa saja yang berperan dalam mengatasi masalah obesitas pada anak. Sebagian besar menyatakan peran dari keluarga. Hanya 1 informan yang mengatakan petugas kesehatan, ada 2 informan yang mengatakan diri sendiri juga berperan dalam mengatasi obesitas. Dari ke enam informan tidak ada yang menyebutkan pihak sekolah, padahal pihak sekolah juga berperan dalam mengatasi obesitas pada anak dengan membatasi ketersediaan makanan dan minuman yang tidak sehat di lingkungan sekolahnya. Misalnya makanan cepat saji dan minuman bersoda yang umumnya juga manis, berperan besar dalam menyebabkan anak menjadi obesitas. Terdapat 3 faktor utama yang mempengaruhi perilaku yaitu faktor-faktor predisposisi (Predisposing factors), faktor-faktor pemungkin (Enabling Factors), dan faktor-faktor penguat (Reinforcing Factors). Hal ini dapat dikaitkan dengan pernyataan dari para informan yang menyatakan bahwa orangtua adalah yang paling utama dalam mengatasi masalah obesitas pada anak. Para orangtua memainkan peranan yang penting dalam membantu anak-anak yang mengalami obesitas untuk merasa tetap dicintai dan agar mereka dapat tetap mengendalikan berat badan mereka sehingga anak tetap percaya diri dan tidak menarik diri dari pergaulan sehari-hari.

Dari hasil wawancara mendalam dapat dilihat bahwa umumnya sikap semua informan terhadap masalah obesitas pada anak adalah khawatir. Sebagian informan menyatakan bahwa obesitas pada anak-

anak harus dicegah, seorang mengatakan postur yang ideal sebaiknya diatur sejak dini untuk masa depan. Mereka setuju dengan banyaknya masalah obesitas sekarang ini khususnya pada anak-anak. Sikap merupakan reaksi terhadap stimulus tertentu dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap secara nyata menunjukkan konotasi adanya kesesuaian reaksi terhadap stimulus tertentu ke dalam kehidupan sehari-hari merupakan reaksi yang bersifat emosional terhadap stimulus sosial.

Dari hasil wawancara mendalam tanggapan seluruh informan tentang informasi yang berkaitan dengan obesitas pada anak adalah positif atau setuju karena mereka sudah memahami tujuan memperoleh informasi mengenai obesitas pada anak. Sikap adalah kesiapan atau kesediaan untuk bertindak dan merupakan pelaksanaan motif tertentu. Teori ini sesuai dengan sikap yang ditunjukkan oleh informan terhadap informasi-informasi yang berkaitan dengan obesitas pada anak. Seluruh informan setuju, bersedia untuk menerima informasi yang ada. Sejauh ini sikap yang ditunjukkan oleh informan adalah menerima informasi-informasi yang berkaitan dengan obesitas pada anak sudah baik, hanya saja informan belum menyadari bagaimana tindakan selanjutnya yang akan dilakukan untuk mewujudkan sikapnya.

Terdapat 4 tingkatan yaitu Menerima (Receiving), Merespon (Responding), Menghargai (Valuing), Bertanggung jawab (Responsible). Jika dikaitkan dengan tingkat sikap bahwa sikap sebagian informan berada pada tingkat menerima (Receiving) yaitu menerima di artikan bahwa informan setuju dengan adanya informasi-informasi yang berkaitan dengan masalah obesitas pada anak.

Dari hasil wawancara mendalam dapat dilihat sikap sebagian informan mengatakan setuju dengan peranan

orangtua, sekolah dan petugas kesehatan dalam mengatasi masalah obesitas pada anak. Dari hasil penelitian ini dapat dilihat bahwa informan mengharapkan adanya kerjasama antara orangtua, pihak sekolah dan petugas kesehatan terhadap upaya mengatasi masalah obesitas pada anak. Fungsi sikap sebagai alat menyesuaikan diri adalah suatu yang bersifat communicable artinya sesuatu yang mudah dipelajari sehingga menjadi mudah milik bersama. Artinya sikap informan tersebut bisa menjadi alat penghubung antara informan sebagai orangtua dengan pihak sekolah atau dengan petugas kesehatan dalam upaya mengatasi obesitas pada anak.

Dari hasil wawancara mendalam dapat terlihat bahwa empat informan menyatakan setuju terhadap masalah obesitas pada anak yang mengganggu prestasi anak di sekolah, dari hasil penelitian ini sikap informan akan terwujud dalam suatu tindakan tergantung pada situasi dan kondisi saat ini. Informan menyadari dan setuju dengan masalah obesitas yang dapat menurunkan prestasi belajar anak di sekolah karena pengaruh dari rasa gerah, mudah bosan, dan minder.

Dari hasil wawancara informan mengatakan terjadinya penurunan prestasi di sekolah, karena situasi dan kondisi fisik anak bukan karena adanya gangguan pada diri anak sebagai akibat dari obesitas. Tetapi ada juga dua orang informan yang tidak setuju dengan masalah obesitas pada anak yang mengganggu prestasi anak di sekolah. Dari hasil penelitian ini bahwa sebagai alat pengatur pengalaman manusia di dalam menerima pengalaman-pengalaman dari dunia luar sikapnya tidak pasif tetapi diterima secara aktif artinya semua berasal dari dunia luar tidak semuanya dilayani oleh manusia tetapi manusia memilih mana-mana yang perlu dan mana yang tidak perlu dilayani. Menurut informan yang satu ini, masalah prestasi itu tergantung dari diri anak itu sendiri. Jadi

dari sini dapat dilihat bahwa, semua pengalaman informan diberi penilaian dan kemudian dipilih.

Dari hasil wawancara yang mendalam, dapat kita lihat bahwa 4 orang informan tidak setuju dengan pernyataan bahwa anak yang gemuk adalah anak yang sehat, seorang informan mengungkapkan kalau anak yang gemuk kadang sehat dan kadang tidak sehat. Satu orang lagi informan setuju dengan pernyataan itu. Hasil penelitian ini apabila dikaitkan dengan teori kesehatan yang pertama mengenai perilaku seseorang terhadap sakit dan penyakit, yaitu bagaimana informan merespon baik secara pasif (mengetahui, bersikap, dan mempersepsi tentang penyakit dan rasa sakit pada diri dan luar diri informan) maupun aktif (tindakan) yang dilakukan sehubungan dengan rasa sakit dan penyakit. Dapat dilihat bahwa sebagian besar informan sudah mengetahui bahwa anak yang sehat tidak harus memiliki badan yang gemuk, sehingga menurut pendapat mereka, walaupun anak tersebut berbadan kurus tetapi jika anaknya lincah dan sehat, jarang sakit maka anak tersebut anak yang sehat. Dan sebaliknya, anak yang berbadan gemuk jika dilihat dari fisiknya, maka banyak anggapan orang gemuk itu sehat dan makmur dan juga tidak dapat dipungkiri bahwa anak yang gemuk, montok dengan dagu berlipat menggemaskan dan lucu. Namun dari pendapat di atas sebagian besar informan menyatakan tidak setuju dengan pernyataan bahwa anak yang gemuk adalah anak yang sehat.

Dari hasil wawancara mendalam dapat dilihat bahwa semua informan melakukan pemeriksaan kesehatan tidak secara rutin dan biasanya pergi ke dokter jika dalam keadaan sakit, disamping minat dan sikap terdapat faktor ketiga yaitu kebutuhan individu yang harus dipenuhi untuk berlangsungnya tindakan yang dilakukan.

Informan tidak rutin melakukan pemeriksaan kesehatan karena tergantung kebutuhan dari informan. Jika dalam keadaan sakit maka akan mencari pelayanan kesehatan dan dari hasil wawancara yang dikemukakan informan, tindakan untuk melakukan pemeriksaan kesehatan dipengaruhi oleh kebutuhan dasar fisik untuk melakukan pemeriksaan. Umumnya jika dilihat dari sosial ekonomi, informan rata-rata memiliki pendidikan yang cukup dan memiliki pendapatan yang kurang, hal ini mempengaruhi pola penyakit di keluarganya, obesitas lebih banyak ditemukan pada golongan masyarakat yang berstatus ekonomi tinggi, dan sebaliknya, malnutrisi lebih banyak ditemukan di kalangan masyarakat yang status ekonominya rendah sesuai dengan teori. Tetapi pada kenyataan di lapangan peneliti mendapatkan fakta yang berbeda dimana dengan kondisi ekonomi menengah ke bawah masih bisa ditemukan obesitas pada anak. Semua Informan tidak ada yang menyinggung keadaan ekonomi. Persepsi (perception) mengenal dan memilih berbagai objek sehubungan dengan tindakan yang akan diambil adalah merupakan praktek / tindakan tingkat pertama. Informan lebih memilih terjadi sakit penyakit terlebih dahulu dan kemudian melakukan tindakan dengan mencari pelayanan kesehatan.

Dari hasil wawancara mendalam, diketahui bahwa tindakan informan bila anak tidak peduli dengan masalah berat badannya, dua orang informan mengatakan menasehati anak agar sadar dengan masalah berat badannya, seorang informan mengatakan bertindak keras apabila anak tidak mau peduli dengan berat badannya, seorang informan mengatakan mengajarkan perilaku makan. Dari hasil penelitian yang dilakukan tindakan informan bervariasi dari menasehati sampai melakukan tindakan keras jika anak tidak peduli

dengan berat badannya. Sementara itu ada juga informan yang memilih untuk mengajarkan perilaku makan yang sehat. Penelitian ini dapat dikaitkan dengan teori bahwa walaupun kegemukan yang cenderung mengarah pada obesitas dapat menimbulkan risiko psikososial namun ada juga anak yang dijumpai seolah tidak peduli dengan berat badannya, yang penting dia terus berkarya dan mendatangkan manfaat bagi orang di sekitarnya dan ini merupakan sikap yang positif yang seharusnya bisa ditiru oleh anak-anak yang mengalami berat badan berlebih.

Tindakan informan mengenai upaya yang dilakukan untuk mengatasi obesitas pada anak terutama dalam hal mengatur pola makan sudah dilakukan oleh 4 orang informan, perilaku anak dapat dirubah secara konsisten untuk mengurangi obesitas. Teknik yang sering digunakan adalah meminta anak untuk memantau masukan makanan dan beratnya, memberi contoh atau role-model di sini dapat dilihat peran orangtua karena anak-anak tidak dapat mengubah sendiri pola makan dan pola aktivitas mereka, mereka membutuhkan dukungan dan dorongan dari orangtua. Perubahan perilaku lebih mudah dilakukan oleh seluruh keluarga dibanding hanya ditujukan kepada anak.

Dari hasil wawancara yang dilakukan bahwa informan sudah berupaya untuk mengatasi obesitas pada anak mereka seperti membatasi asupan makanan. Tetapi informan tidak menyadari bahwa faktor dukungan dari orangtua sendiri, keluarga cukup berperan dalam mengatasi masalah obesitas anak, hanya satu informan yang mengatakan olahraga bersama-sama keluarga sebagai upaya yang dilakukan untuk menurunkan berat badan anak yang obesitas.

Dari hasil wawancara diperoleh pendapat bahwa tindakan informan terhadap hambatan-hambatan yang dirasakan dalam

upaya mengatasi obesitas pada anak, sebagian besar informan menyatakan yang menjadi hambatan adalah dari anaknya sendiri yang susah dilarang. Anak-anak mempunyai kebiasaan makan yang kurang baik, seperti suka jajan di sekolah sedangkan dirumah tidak mau makan. Kebiasaan banyak jajan adalah tidak baik, karena selain diragukan kebersihannya, belum tentu makanan yang dibeli itu bergizi baik. Disamping kurang bergizi yang menyebabkan badan anak tidak sehat, jajanan itu mungkin pula mengandung kuman penyakit, hanya menyukai makanan tertentu tanpa menghiraukan apakah makanan yang di senangnya itu bergizi atau tidak. Makan yang berlebihan dan kebiasaan ini menyebabkan badan menjadi gemuk dan bila terlalu gemuk, kesehatan pun akan terganggu. Dari kebiasaan makan yang kurang baik ini maka anak-anak cenderung mengikuti kemauannya sendiri sehingga sulit untuk dikontrol oleh orangtua apalagi orangtua yang bekerja dan seharian berada di luar rumah. Seorang informan mengatakan bahwa hambatannya adalah rasa malas.

Kegemaran jajan pada anak sekolah tidak terlepas dari kehidupan ekonomi dan kebiasaan makan keluarga, karena pada hakekatnya kebiasaan makan juga tidak lepas kaitannya dengan kehidupan ekonomi keluarga pada umumnya. Walaupun tidak berlaku secara umum, kebiasaan jajan anak salah satunya dikarenakan anak mendapat uang saku dari orang tua.

KESIMPULAN

1. Sebagian informan sudah mengetahui pengertian obesitas. Sumber informasi informan mengenai obesitas umumnya dari televisi dan koran. Seluruh informan juga tidak mengetahui dengan pasti faktor-faktor apa saja yang menyebabkan obesitas. Secara umum informan hanya mengetahui

dua jenis penyakit yang disebabkan oleh obesitas yaitu jantung dan hipertensi. Dan dari 6 informan, semuanya mengatakan orangtua yang berperan mengatasi masalah obesitas, hanya 1 informan yang mengatakan petugas kesehatan juga membantu mengatasi masalah obesitas dan tidak ada yang mengetahui peran sekolah. Namun demikian keenam informan, semua mengetahui upaya yang dilakukan dalam mengatasi masalah obesitas pada anak yaitu mengatur pola makan dan meningkatkan aktivitas fisik anak.

2. Seluruh informan mengatakan setuju dengan peranan orangtua, petugas kesehatan dan pihak sekolah dalam mengatasi masalah obesitas. Sebagian besar informan setuju dengan masalah obesitas yang mengganggu prestasi belajar anak di sekolah. Dan sebagian besar informan tidak setuju dengan pernyataan bahwa anak yang gemuk adalah anak yang sehat.
3. Informan melakukan upaya mengatasi obesitas anak dengan cara yang berbeda-beda, seperti mengatur pola makan anak, sebagian lagi menyuruh olahraga. Hanya 1 informan yang mengatakan tidak ada hambatan dalam mengatasi obesitas pada anak. Walaupun dari informan sendiri sudah melakukan berbagai upaya mengatasi masalah obesitas, dari penelitian ini masih dijumpai masalah obesitas yang cukup tinggi pada anak.

SARAN

1. Orangtua diharapkan mampu menjadi role-model yang dapat dicontoh anak baik dari perilaku konsumsi makanan, berolahraga dan pemberian uang jajan.

2. Perlu kerjasama antara pihak sekolah dengan petugas kesehatan yang dalam hal ini adalah dari Puskesmas Bahu terhadap masalah obesitas pada anak di SD Negeri 37 Manado seperti penyelenggaraan seminar, penyuluhan atau diskusi terbuka dengan para orangtua siswa sehingga para orangtua siswa dapat mengetahui informasi mengenai obesitas dengan jelas, bagaimana upaya mengatasi dan pencarian solusi terhadap hambatan-hambatan yang dirasakan para orangtua dalam mengatasinya.

DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization. Controlling the global obesity epidemic. 2012. Available at: <http://who.int/nutrition/topics/obesity/en/>
2. Kussoy K, Fatimawali, Kepel B. 2013. Prevalensi Obesitas Pada Remaja di Kabupaten Minahasa. J. e-Biomedic.1(2):981.
3. Chandra A.D, Manampiring E.A, Fatimawali. 2014. Prevalensi Obesitas Pada Remaja SMA YPKM di Kota Manado. J. e-Biomedic.2(2).
4. Riset kesehatan dasar nasional. 2013.
5. Festy P. Hubungan perilaku orang tua dengan kejadian obesitas pada anak prasekolah (3-5 tahun) di taman flora kota surabaya. Ejournal. 2011.
6. Sartika RAD. Faktor resiko obesitas pada anak 5-15 tahun di Indonesia. Makara. 2011;15:37-43
7. Setiawati, Elga C. 2011. Hubungan Asupan Nutrisi Dengan Obesitas Usia Dini Pada Anak Usia Sekolah Dasar di SDS Kartika Siliwangi 5 Cimahi. J. Kesehatan Kartika.
8. Sugondo S. Obesitas. Sudoyo AW, Stiyohadi B, Alwi I, Simadibrata M, Setiati S. Ilmu penyakit dalam (Edisi Kelima). Jakarta: Interna Publishing, 2009; p.1977.
9. Notoatmojo S. Promosi kesehatan dan ilmu perilaku. Jakarta. Rineka Cipta, 2007. p.133-51.
10. Marpaung L. Perilaku Ibu Terhadap Obesitas Pada Anak Usia Sekolah Dasar SD Pertiwi Kecamatan Mwdan Barat [Skripsi]. Medan: Fakultas Kesehatan Masyarakat. 2007.
11. Nussy C. Upaya-Upaya Penurunan Berat Badan Yang di Lakukan Mahasiswi Angkatan 2010 Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado [Skripsi]. Manado: Fakultas Kedokteran. 2014.
12. Hidayati SN, Irawan R, Hidayat B. Obesitas pada Anak. Surabaya: Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga. 2006.
13. Suryaputra K, Nadhiroh SR. Perbedaan Pola Makan dan Aktivitas Fisik Antara Remaja Obesitas dengan Non Obesitas. Makara, Kesehatan. 2012; 16:49
14. Damopolii W, Mayulu N, Masi G. Hubungan Konsumsi Fastfood Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak SD di Kota Manado. ejournal keperawatan (eKp). 2013;2: 1-2
15. Hayati N. Faktor-Faktor Perilaku yang Berhubungan dengan Kejadian Obesitas di Kelas 4 dan 5 SD Pembangunan Jaya Bintaro, Tangerang Selatan Tahun 2009 [Skripsi]. Depok: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia. 2009.
16. Hidayati SN, Hadi H, Lestariana W. Hubungan Asupan Zat Gizi dan Indeks Massa Tubuh dengan Hiperlipidemia pada Murid SLTP yang Obesitas di Yogyakarta. Sari Pediatri. 2006; 8: 25
17. Manurung NK. Pengaruh Karakteristik Remaja, Genetik, Pendapatan Keluarga, Pendidikan Ibu, Pola Makan dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Obesitas di SMU RK Tri Sakti Medan 2008 [Tesis]. Medan: Universitas Sumatera Utara. 2009.