

PERILAKU ORANG TUA DAN KELUARGA TERHADAP OBESITAS PADA ANAK KELAS 5 SD DI SDN 70 MANADO

Emelia W. Marlissa *

August J. Pandelaki, Gustaaf A. E. Ratag +

Abstract

Obesity on childhood is one of a nutritional problem that will be disrupt human resources in the future if it left unchecked. Based on research Wardlaw & Hampl about 40% of children are obese and about 80% of obese on adolescents will become obese in adulthood. Obesity on children will be health problems typically experienced by adults such as diabetes mellitus, hypertension, and high cholesterol. There should be early precaution to reduce the prevalence rate in order to create a better human resources. Especially, health education is an effort that is very important as the initial stage in changing the behavior of a person or the public to get to a healthy life, thus obesity on children requires a serious attention and involves the participation of parents. The purpose of this study was to determine the behavior of parents and families against obesity on children 5th grade SDN 70 in manado. This study is a qualitative research with interviews, with a quantitative approach using questionnaires and observation which states that the behavior of parents also effect on occurrence of obesity on children. The result showed minimal knowledge of the respondent about obesity on children, positive attitude of the respondent to the problem of obesity in children was still lacking, and the respondent action against the problem of obesity in children has been pretty good.

Keywords: Behavior of Parents, Obesity

Abstrak

Obesitas pada anak merupakan salah satu masalah gizi yang jikalau dibiarkan akan mengganggu sumber daya manusia dikemudian hari. Berdasarkan penelitian Wardlaw & Hampl sekitar 40% anak yang obesitas dan sekitar 80% remaja yang obesitas akan menjadi obesitas pada usia dewasa, dengan masalah kesehatan seperti diabetes mellitus, hipertensi, dan kolesterol tinggi. Perlu diadakan pencegahan dini untuk mengurangi tingkat prevalensi dalam rangka menciptakan sumber daya manusia yang lebih baik. Pendidikan khususnya tentang kesehatan merupakan upaya yang sangat penting sebagai tahap awal dalam mengubah perilaku seseorang atau masyarakat untuk menuju hidup sehat, dengan demikian obesitas pada anak memerlukan perhatian yang serius dan melibatkan peran serta orang tua. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui perilaku orang tua dan keluarga terhadap obesitas pada anak kelas 5 SDN 70 di Manado. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan metode wawancara. menggunakan metode kuesioner dan observasi. Perilaku orang tua juga berpengaruh terhadap terjadinya obesitas pada anak. Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan informan sangat minim tentang obesitas pada anak, Sikap yang positif dari informan terhadap masalah obesitas pada anak masih kurang, dan tindakan informan terhadap masalah obesitas pada anak sudah cukup baik.

Kata Kunci: Sikap Orang Tua, Obesitas.

* Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado

+ Bagian Ilmu Kedokteran Komunitas Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi

PENDAHULUAN

Masalah gizi anak di Indonesia saat ini memasuki masalah gizi ganda. Artinya, masalah gizi kurang masih belum teratasi sepenuhnya, sementara sudah muncul masalah gizi lebih. Ada beberapa masalah yang berkaitan dengan konsumsi zat gizi, diantaranya adalah gizi lebih (obesitas), gizi kurang (malnutrisi), penyakit metabolik dan keracunan makanan.^{1,2} Obesitas di Indonesia belum menjadi sorotan karena masih disibukkan dengan masalah anak yang kekurangan gizi. Namun, kini sudah saatnya Indonesia mulai melirik masalah obesitas pada anak karena jika dibiarkan, akan mengganggu sumber daya manusia (SDM) dikemudian hari.³

Kelebihan gizi yang menimbulkan obesitas dapat terjadi baik pada anak-anak hingga usia dewasa. Berdasarkan penelitian Wardlaw & Hampl sekitar 40% anak yang obesitas dan sekitar 80% remaja yang obesitas akan menjadi obesitas pada usia dewasa. Penelitian yang dilakukan Wahlqvist, status gizi lebih yang terjadi pada anak usia 7-9 tahun akan terus berlanjut sampai menjadi dewasa.⁴

Berdasarkan data WHO pada tahun 2008 lebih dari 1,4 miliar dewasa, dewasa muda, dan lanjut usia mengalami berat badan berlebih (*overweight*) dan 42 miliar anak dibawah usia 5 tahun mengalami kelebihan berat badan dan obesitas pada tahun 2013.⁵

Berdasarkan data dari Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) di Inggris prevalensi obesitas anak laki-laki adalah 1,2% pada tahun 1984, pada tahun 1996-1997 menjadi 3,4%, dan pada tahun 2002-2003 menjadi 6%. Sementara di Cina pada tahun 1992 prevalensi obesitas anak lelaki adalah 7%, kemudian meningkat menjadi 32,5% pada tahun 2005. Dan di Singapura juga terjadi keadaan yang sama, prevalensi obesitas pada anak pada tahun 1984-1989 adalah 9% dan meningkat menjadi 14,5 pada tahun 1989. Di negara maju upaya pengendalian obesitas anak mulai menunjukkan hasilnya dengan menurunnya jumlah anak yang

obesitas. Negara berkembang, karena belum adanya program yang komprehensif prevalensi obesitas belum banyak berubah dalam 10 tahun terakhir, bahkan terdapat kecenderungan meningkat di beberapa kota besar. Penelitian multisenter di 10 kota besar di Indonesia anak pada usia sekolah menunjukkan prevalensi antara 2,5%-27%.⁶ Data Riskesdas pada tahun 2013, prevalensi obesitas pada anak usia 5-12 tahun secara nasional 8,8 persen.⁷ Prevalensi obesitas pada anak SD di Manado berkisar 2,1%-25%.⁸

Faktor yang berperan dalam terjadinya obesitas yang sebagian besar merupakan interaksi antara faktor genetik dengan faktor lingkungan, antara lain aktivitas fisik, sosial ekonomi, dan nutrisi. Perubahan gaya hidup menyebabkan terjadinya perubahan pengetahuan, sikap, perilaku, pola makan serta jumlah makanan yang dikonsumsi. Selain itu perubahan gaya hidup juga menurunkan frekuensi dan intensitas aktivitas fisik yang dilakukan. Penurunan aktivitas fisik ini dapat dilihat dari penurunan intensitas olahraga dan permainan yang mempergunakan fisik pada anak digantikan jenis permainan elektronik.^{9,10}

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, adanya peluang tersebut mengakibatkan 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 aktivitas fisik seimbang akan mempengaruhi jumlah pembakaran kalori tubuh.¹¹

Obesitas pada anak-anak secara khusus akan menjadi masalah kesehatan karena obesitas merupakan faktor risiko dari berbagai masalah kesehatan yang biasanya dialami

orang dewasa seperti diabetes mellitus, hipertensi dan kolesterol tinggi.¹² Perlu dilakukan pencegahan sejak dini untuk mengurangi tingkat prevalensi dalam rangka menciptakan sumber daya manusia yang lebih baik. Pendidikan khususnya tentang kesehatan merupakan upaya yang sangat penting sebagai tahap awal dalam mengubah perilaku seseorang atau masyarakat untuk menuju perilaku hidup sehat.¹³ Dengan demikian obesitas pada anak memerlukan perhatian yang serius dan melibatkan peran serta orang tua.¹⁴

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran karakteristik informan yang diteliti antara lain adalah nama, umur, pendidikan terakhir, pekerjaan, pendapatan per bulan, nama anak, umur anak, berat badan anak, tinggi badan anak, anak keberapa dalam keluarga, berat badan lahir.

Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini didapat 5 orang informan. 3 orang informan bersedia untuk diwawancara dan 2 orang informan menolak untuk dilakukan wawancara yang mana 1 orang informan mengatakan bahwa ia sibuk sehingga tidak mempunyai waktu untuk di wawancara, dan 1 orang informan lainnya mengatakan bahwa anaknya sehat-sehat saja.

Pengetahuan

- Pengetahuan informan tentang berat badan ideal saat lahir

Dari hasil wawancara bahwa pengetahuan informan tentang berat badan ideal bervariasi. 1 orang informan mengatakan berat badan ideal sesuai dengan tinggi badan, 1 orang informan mengatakan anak yang lahir dengan 3kg lebih sudah ideal dan 1 orang informan lainnya mengatakan anak yang lahir dengan berat kisaran 2-3kg sudah ideal. Dari hasil wawancara yang telah dilakukan dan dilihat dari tingkatan pengetahuan dari Notoatmodjo pengetahuan informan baru memasuki tingkat tahu (*know*), hanya satu orang informan yang tahu secara definisi tentang berat badan ideal yaitu berat badan yang sesuai dengan tinggi badan seperti yang terdapat dalam

artikel kedokteran jevuska pada tahun 2013 berat badan ideal adalah berat badan maksimal untuk orang dikatakan sehat yang didasarkan terutama pada tinggi badan tetapi dapat dimodifikasi oleh faktor-faktor lain seperti jenis kelamin, usia, derajat, dan perkembangan otot.

- Pengetahuan informan tentang pengertian obesitas pada anak

Dari hasil wawancara bahwa pengetahuan informan mengenai pengertian obesitas pada anak. 1 orang informan mengatakan obesitas adalah penyakit, dan 2 orang informan lainnya tidak tahu apa itu definisi dari obesitas. dan sumber yang didapat darimana definisi obesitas 1 orang informan mengetahui definisi obesitas pada anak-anak dari pengalaman pribadi dan 1 orang informan lainnya mengatakan tidak mengetahui karena sibuk bekerja, sementara 1 orang informan lainnya tidak tahu sama sekali.

- Pengetahuan informan tentang faktor-faktor apa saja yang menyebabkan terjadinya obesitas.

Dari hasil wawancara bahwa semua informan mengatakan faktor-faktor penyebab terjadinya obesitas adalah dengan makan makanan yang berlemak, dan 1 orang informan mengatakan faktor-faktor penyebab obesitas adalah dari konsumsi vitamin penambah nafsu makan.

- Pengetahuan informan tentang bagaimana upaya mengatasi terjadinya obesitas pada anak.

Dari hasil wawancara bahwa diketahui pengetahuan informan tentang faktor-faktor apa saja yang menyebabkan terjadinya obesitas. Semua informan mengatakan penyebab obesitas adalah dari faktor makanan. Selain faktor makanan, adapula informan yang menyatakan konsumsi vitamin penambah nafsu makan \ dapat pula menjadi faktor penyebab terjadinya obesitas.

- Pengetahuan informan tentang dampak dari obesitas

Dari hasil wawancara bahwa pengetahuan informan tentang komplikasi dari obesitas. 1 orang informan mengatakan bahwa dampak dari obesitas adalah kolesterol, tekanan darah tinggi, dan asam urat, 1 orang informan lainnya mengatakan dampak dari obesitas adalah tidak kuat tahan panas, sementara 1 informan yang lainnya mengatakan dampak dari obesitas adalah cepat sakit. Dapat diketahui pengetahuan informan tentang dampak dari obesitas. Obesitas dapat memberikan dampak negatif bagi kesehatan yakni masalah jantung yang bermula dari kolesterol dan tekanan darah tinggi yang merupakan kondisi yang sangat mungkin terjadi pada orang yang obesitas, selain itu pula dapat berisiko diabetes dimasa yang depan bagi sang anak, selain itu pula efek psikologis yakni pencitraan terhadap bentuk badan anak yang obesitas.

- Pengetahuan informan tentang ciri-ciri anak yang mengalami obesitas.

Dari hasil wawancara bahwa pengetahuan informan tentang ciri-ciri anak yang mengalami obesitas. 1 orang informan mengatakan susah bangun, mudah mengantuk, saraf lemah, susah belajar, 1 orang informan mengatakan besar, berat, sementara 1 orang informan lainnya tidak tahu ciri-ciri anak yang mengalami obesitas. Dapat dikaitkan dengan teori Notoatmodjo yang mana pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan terjadi setelah melalui panca indera manusia dan sebagian besar pengetahuan diperoleh melalui mata dan telinga.

- Pengetahuan informan tentang siapa saja yang dapat berperan dalam mengatasi obesitas pada anak.

Dari hasil wawancara bahwa pengetahuan informan tentang siapa saja yang berperan dalam mengatasi masalah obesitas pada anak. 2 orang informan mengatakan orang tua yang berperan dalam mengatasi obesitas pada anak. Dan 1 orang informan mengatakan yang utama adalah ibu dalam mengatasi masalah obesitas pada

anak karena ibu yang 1 x 24jam bersama anak. Dari hasil pengamatan, yang diungkapkan oleh semua informan hanya sebagian saja tentang siapa saja yang dapat mengatasi pada obesitas pada anak. Karena selain orang tua, adapula yang turun berperan dalam hal ini dari pihak sekolah, dinas kesehatan bagian promosi kesehatan dalam hal penyuluhan disekolah terhadap masalah obesitas.

Sikap

- Sikap informan tentang tingginya masalah obesitas pada anak.

Dari hasil wawancara bahwa sikap informan terhadap tingginya masalah obesitas pada anak 1 informan mengatakan tidak terlalu bahaya yang penting sehat-sehat saja, dan 2 informan lainnya mengatakan obesitas pada anak berbahaya dan tergantung dari jenis penyakit. Dapat memperlihatkan sikap informan terhadap tingginya masalah obesitas pada anak,. Sebagian informan mengatakan bahwa masalah obesitas sangat berbahaya. Masalah obesitas pada anak merupakan masalah yang serius dan orang tua patut untuk berperan dalam mengatasi masalah tersebut. Dari hasil penelitian bahwa hanya sebagian informan yang menyikapi masalah obesitas pada anak ini berbahaya dalam hal ini khawatir akan masalah obesitas.

- Sikap informan terhadap peranan orang tua, sekolah, dan petugas kesehatan dalam upaya mengatasi obesitas pada anak.

Dari hasil wawancara bahwa sikap informan terhadap peranan orang tua, sekolah, dan petugas kesehatan dalam upaya mengatasi obesitas pada anak. Secara umum semua informan mengatakan orang tua, sekolah dan pihak kesehatan sangat berperan dalam upaya untuk mengatasi obesitas pada anak. Dapat memperlihatkan sikap informan terhadap peranan orang tua, sekolah dan petugas kesehatan dalam upaya mengatasi obesitas pada anak secara keseluruhan informan mengatakan orang tua, sekolah dan pihak kesehatan sangat berperan dalam

upaya untuk mengatasi obesitas pada anak . Hasil pengamatan memperlihatkan bahwa semua informan sngat mengharapkan kerjasama baik dari pihak sekolah maupun dinas kesehatan dalam hal terhadap upaya untuk mengatasi obesitas pada anak

- Sikap informan terhadap komplikasi penyakit akibat obesitas.

Dari hasil wawancara bahwa sikap informan terhadap komplikasi penyakit akibat obesitas. semua informan mengatakan adanya komplikasi penyakit akibat obesitas sangat berbahaya dan mengkhawatirkan.

- Sikap informan terhadap masalah obesitas pada anak yang dapat mengganggu prestasi anak disekolah.

Dari hasil wawancara bahwa sikap informan terhadap komplikasi penyakit akibat obesitas. semua informan mengatakan adanya komplikasi penyakit akibat obesitas sangat berbahaya dan mengkhawatirkan. Hasil penelitian ini dikaitkan dengan teori Allport dalam Notoadmodjo yang menjelaskan bahwa sikap mempunyai tiga komponen pokok yakni kepercayaan(keyakinan), kehidupan emosional atau evaluasi terhadap suatu objek, dan kecenderungan untuk bertindak. Dimana informan mengakui akan bahaya komplikasi pada obesitas dan kecenderungan untuk bertindak dalam upaya mengatasi masalah obesitas telah diperlihatkan oleh informan tersebut diatas.

- Sikap informan terhadap pernyataan bahwa anak yang gemuk adalah anak yang sehat.

Dari hasil wawancara bahwa sikap informan terhadap pernyataan bahwa anak yang gemuk adalah anak yang sehat. 2 orang informan mengatakan setuju dengan pernyataan anak yang gemuk adalah anak yang sehat sementara 1 orang informan lainnya mengatakan tidak semua anak yang gemuk itu sehat. Disini jika dikaitkan dengan teori Notoatmodjo tentang perilaku sakit dan penyakit dimana informan merespon secara pasif maupun aktif. Dimana ada informan yang meyakini bahwa anak yang

gemuk adalah anak yang sehat tetapi adapula tidak setuju bahwa anak yang gemuk adalah anak yang sehat.

Tindakan

- Tindakan informan terhadap melakukan pemeriksaan kesehatan anak.

Dari hasil wawancara bahwa tindakan informan terhadap melakukan pemeriksaan kesehatan anak. Semua informan mengatakan akan melakukan pemeriksaan anak ke dokter/puskesmas kalau dalam keadaan sakit saja. Dari hasil penelitian jika dikaitkan dengan teori teori Notoatmodjo tentang praktik kesehatan yakni salah satu indikator dalam praktik kesehatan ini adalah tindakan / praktek kesehatan sehubungan dengan penyakit yang mencakup pencegahan terhadap penyakit dan penyembuhan penyakit misalnya berobat ke fasilitas pelayanan kesehatan yang tepat, minum obat sesuai petunjuk dokter, dan lain sebagainya

- Tindakan informan bila anak tidak peduli dengan berat badannya.

Dari hasil wawancara bahwa tindakan informan bila anak tidak peduli dengan berat badannya. 2 orang informan mengatakan harus dikurangi makannya dan 1 orang informan lainnya mengatakan dibiarkan saja yang penting sehat-sehat. Dari pernyataan informan tersebut dapat diperlihatkan bahwa kurangnya perhatian sebagian informan terhadap anaknya dalam upaya untuk mengatasi obesitas pada anak tersebut sehingga mempengaruhi tindakannya.

- Tindakan informan mengenai upaya yang dilakukan untuk menurunkan berat badan anak.

Dari hasil wawancara bahwa tindakan informan tentang upaya yang dilakukan untuk menurunkan berat badan. secara keseluruhan semua informan mengatakan upaya yang dilakukan untuk menurunkan berat badan anak yaitu dengan mengatur pola makan. Dan dalam wawancara 2 orang informan mengatakan mengurangi pola minum susu dapat dilakukan untuk

menurunkan berat badan anak. Dari hasil wawancara yang dilakukan bahwa semua informan sudah berupaya untuk mengatasi obesitas pada anak mereka seperti membatasi makanan, tetapi adapula usaha lain dalam hal upaya untuk menurunkan berat badan anak tersebut misalnya dengan berolahraga, membatasi asupan makanan yang tidak sehat.

KESIMPULAN

1. Pengetahuan informan akan pengertian obesitas masih kurang dalam hal definisi.
2. Dapat terlihat bahwa kurangnya sikap yang positif dari sebagian informan terhadap masalah obesitas pada anak.
3. Tindakan informan terhadap masalah obesitas pada anak secara umum sudah cukup baik.

SARAN

1. Orang tua perlu lagi memperhatikan anak yang obesitas dengan tindakan pencegahan yang dapat dimulai sejak dini yaitu dengan memantau berat badan anak, pemberian makanan sehat yang biasa dikenal dengan gizi seimbang juga harus diperkenalkan sejak dini kepada anak, dan upaya-upaya lain yaitu dengan membiasakan anak berolahraga secara teratur.
2. Pemerintah, khususnya bagian dinas kesehatan perlu adakan penyuluhan tentang masalah obesitas di Sekolah Dasar Negeri 70 Manado dengan pihak orang tua khususnya sehingga dapat mengetahui informasi tentang obesitas serta tindakan preventif yang dapat dilakukan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Sartika,R.A.D. Faktor Risiko Obesitas Pada Anak 5-15 Tahun Di Indonesia. 15:37.2011.
2. Hadi,S., Sulistyowati,E., dan Mifbakhudin. Hubungan Pendapatan Perkapita,

- Pengetahuan Gizi Ibu dan Aktivitas Fisik Dengan Obesitas Anak kelas 4 dan 5 Di SD.Hj.Isriati Baiturahman Kota Semarang. 2:7.2005.
3. Elga,C.,Setiawati. Hubungan Asupan Nutrisi Dengan Obesitas Usia Dini Pada Anak Usia Sekolah Dasar Di SDS Kartika Siliwangi 5 Cimahi. 2009.
 4. R.Nuri. Aktivitas fisik, Konsumsi makanan cepat saji dan keterpaparan media serta faktor-faktor lain yang berhubungan dengan kejadian obesitas pada siswa SD Islam Al-Azhar 1 Jakarta selatan.2009.
 5. WHO. Global Strategy on Diet Physical Activity and Health. http://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood_what/en/ diperoleh tanggal 10 Oktober 2014.
 6. IDAI. <http://idai.or.id/public-articles/klinik/asi/air-susu-ibu-dan-perannya-dalam-pencegahan-obesitas.html>. diperoleh 19 Oktober 2015.
 7. Riskesdas.http://www.litbang.depkes.go.id/sites/download/rkd2013/Laporan_Riskesda_s2013.PDF.
 8. Permatasari,I,R,I., Mayulu,N., Hamel,R. Analisa Riwayat Orang Tua Sebagai Faktor Risiko Obesitas Pada Anak SD di Kota Manado.ejournalkeperawatan.1:2.2013.
 9. Anonim. Cegah obesitas pada anak dan remaja, mulai konsumsi buah dan sayur secara teratur sejak dini.Jakarta 2013:1.
 10. Octari,C.,Liputo,N,I.,Hubungan status ekonomi dan gaya hidup dengan kejadian obesitas pada siswa SDN 08 Alang Lawas Padang.Jurnal kesehatan andalas.2014:1.
 11. Festy,P. Hubungan perilaku orang tua dengan kejadian obesitas pada anak prasekolah (3-5tahun) di taman flora kota Surabaya.6:2-3.2012.
 12. Muwakhidah.,Tri,H,D. Faktor risiko yang berhubungan dengan obesitas pada remaja.Jurnal Kesehatan.1:133.2008.
 13. Rostania,M.,Syam,A.,Najamuddin. Pengaruh edukasi gizi terhadap perubahan pengetahuan dan gaya hidup sedentary pada anak gizi di SDN Sudirman 1 Makassar.
 14. Hidayati,S,H., Irawan,R., Hidayat,B., Obesitas pada anak.