

GAMBARAN PERILAKU ORANG TUA SISWA KELAS 5 SD NEGERI 36 MANADO MENGENAI OBESITAS PADA ANAK

¹**Moh. Sukmin A. Marau**

²**Jane M. Pangemanan**

²**Gustaf A. E. Ratag**

¹Kandidat Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado

²Bagian Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran

Universitas Sam Ratulangi Manado

Email: sukminmuhammad@yahoo.com

Abstract: Obesity is a state when body fat is out of the chart whether in absolute state and relative. In developed country obesity already a global epidemic to children, teenagers, adults, and seniors. There are many factors that play a role in the occurrences of this state, but mostly is from interactions between genetic factors and environmental factors, physical activities, social, economics and nutrition. The purpose of this research is to gain depiction of behavior of parents of elementary students of SD N 36 Manado, class of 5 according to children obesity. The purpose of this study was to determine description of the behavior of parents graders 5 State Elementary School 36 Manado regarding obesity in children. The study, done in the form of qualitative descriptive study. Informants who researched is parents of children in public primary schools 36 Manado. The sample in this study is called informants totaling 3. Informants are the parents of 3 children who suffer from obesity which consists of 3 mothers. Results Knowledge about obesity unsatisfactory informant, almost all respondents did not know the effects and danger caused by obesity. Informants did not know the ideal weight according to the BMI. In general informant knowledge about obesity usually from print and electronic media. Informants agree with the role of parents, teachers, and health workers to socialize about obesity in children in elementary school. Informant actions taken in handling the impact of obesity in children is by regulating the diet of children and further increase the physical activity of children.

Keywords: parental, education, obesity in children

Abstrak: Obesitas merupakan keadaan berlebihnya lemak tubuh secara absolut maupun relatif. Di negara-negara berkembang obesitas sudah merupakan epidemik global pada anak-anak, remaja, dewasa dan lansia. Banyak 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. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendapatkan gambaran perilaku orang tua siswa kelas 5 SD Negeri 36 Manado mengenai obesitas pada anak. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran perilaku orang tua siswa kelas 5 Sekolah Dasar Negeri 36 Manado mengenai obesitas pada anak. Penelitian yang dilakukan berupa penelitian yang bersifat deskriptif kualitatif. Informan yang diteliti adalah orang tua dari anak sekolah dasar negeri 36 Manado. Yang menjadi sampel dalam penelitian ini disebut informan yang berjumlah 3 orang. Informan adalah orang tua dari 3 orang anak yang menderita obesitas yang terdiri dari 3 ibu. Hasil Pengetahuan informan tentang obesitas kurang memuaskan, hampir semua responden tidak mengetahui dampak dan bahaya yang ditimbulkan akibat dari obesitas. Informan sama sekali tidak mengetahui berat badan ideal menurut IMT. secara umum informan pengetahuan informan tentang obesitas biasanya dari media cetak dan media elektronik. Informan setuju dengan peranan orang tua, guru, dan petugas kesehatan

dalam melakukan sosialisasi mengenai obesitas pada anak di sekolah dasar. Tindakan yang dilakukan informan dalam menangani dampak obesitas pada anak adalah dengan cara mengatur pola makan anak dan lebih meningkatkan aktifitas fisik anak.

Kata kunci: perilaku orang tua, obesitas pada anak

Saat ini kegemukan (*overweigh*) dan obesitas menjadi salah satu masalah kesehatan yang men dunia bagi anak-anak dan orang dewasa. Tahun 1998, WHO menyatakan obesitas sudah dalam tingkat epidemik yang jika dibiarkan akan menjadi obesitas global. Menurut data WHO pada awal tahun 2000 sekitar 1 miliar orang mengalami kegemukan dan 30% diantaranya mengalami kegemukan berlebih atau obesitas. Di Indonesia prevalensi obesitas pada anak-anak sudah meningkat menjadi 20% pada tahun 2003 dari sekitar 5-6% pada tahun 1989.¹

Obesitas merupakan salah satu manifestasi dari masalah gizi lebih, yang perlu mendapatkan perhatian. Obesitas merupakan keadaan berlebihnya lemak tubuh secara absolut maupun relatif. Di negara-negara berkembang obesitas sudah merupakan epidemik global pada anak-anak, remaja, dewasa dan lansia. Bahkan WHO menyebutkan ada 17 penyakit penyerta yang dapat timbul pada kasus obesitas.²

Di Indonesia saat ini memiliki masalah gizi ganda. Artinya masalah gizi kurang belum teratasi sepenuhnya, sementara sudah muncul masalah gizi lebih.³

Banyak 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 pemilihan jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi. Selain itu perubahan gaya hidup juga menurunkan frekuensi dan intensitas aktivitas fisik yang dilakukan. Terjadi penurunan aktivitas fisik ini dapat dilihat dari penurunan intensitas olahraga dan permainan yang menggunakan fisik pada

anak digantikan dengan jenis permainan elektronik.⁴

Obesitas sudah merupakan epidemik global dan menjadi problem kesehatan yang harus segera di atasi. Di Indonesia, perubahan gaya hidup yang menjurus ke westernisasi dan sedentary mengakibatkan perubahan dan pola makan masyarakat yang merujuk pada pola makan tinggi kalori, lemak dan kolesterol sehingga berdampak menyebabkan resiko obesitas.⁵

METODE PENELITIAN

Penelitian yang dilakukan berupa penelitian yang bersifat deskriptif kualitatif. Penelitian dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri 36 Manado Kota Manado Kecamatan Malalayang Kelurahan Sario. Sampel penelitian adalah orang tua dari anak sekolah dasar negeri 36 Manado. Yang menjadi sampel dalam penelitian ini disebut informan yang berjumlah 3 orang. Informan adalah orang tua dari 3 orang anak yang menderita obesitas yang terdiri dari 3 ibu. Informan dapat bertambah dan berkurang selama proses penelitian.

Data diperoleh dengan melakukan wawancara kepada informan. Informan di wawancarai secara individual untuk menggali informasi penting dan tajam seputar obesitas yang di pandu dengan daftar pertanyaan wawancara yang telah di sediakan. Peneliti mendorong informan untuk mengekspresikan perilaku informan mengenai obesitas pada anak Sekolah Dasar.

HASIL PENELITIAN

Informan belum sama sekali mengetahui berat badan ideal menurut IM

Matriks 1. Pengetahuan tentang berat badan ideal

Informan	Kategori
1	Kalo itu berat badan ideal yang kita tau nda terlalu kurus dengan nda terlalu gode, mar dap alia ramping.
2	Bagimana dan itu berat badan ideal kang, kita nintau sama skali no, berat badan ideal.
3	Nda tau.

Matriks 2. Pengetahuan informan tentang obesitas

Informan	Kategori
1	Kalo obesitas yang kita tau itu orang gode no.
2	Kalo nda salah obesitas itu orang gode tantu no, biasa jag alia di televise, diiklan kwa amper tiap hari reen.
3	Nintau.

Secara umum informan mengetahui tentang obesitas. Informan mengetahui dari media cetak dan elektronik.

Matriks 3. Sikap informan terhadap masalah obesitas pada anak

Informan	Kategori
1	Biasa sih,kalau dia gode berarti obesitas to? Kalau dia kurus berarti nda obesitas, mar kalau so kurus skali yang kita tau so gizi buruk.
2	Tidak tau
3	Nintau

Informan hanya mengetahui apa itu obesitas. Sikap informan setuju dengan pernah orang tua, guru dan petugas kesehatan dalam melakukan sosialisai mengenai obesitas pada anak sekolah dasar.tetapi informan belum pernah mengetahui atau mendengar tentang hal tersebut.

Matriks 4. Sikap informan terhadap peranan orang tua, sekolah dan petugas kesehatan terhadap obesitas pada anak.

Informan	Kategori
1	Sampe skarang blum ada yang dari petugas kesehatan atau dari guru-guru.
2	Bagus no katu kalau dari sekolah yang beking, kalau torang orang tua nda pernah dengar.
3	Nda tau.

Matriks 5. Tindakan informan bila anak tidak peduli dengan masalah berat badan

Informan	Kategori
1	Paling torang Cuma mo kase kurang depe uang jajan tiap hari.
2	Nda tau.
3	Nda tau.

Tindakan informan ialah dengan mengurangi uang jajan anaknya.

Matriks 6. Upaya yang dilakukan dalam mengatasi obesitas pada anak

Informan	Kategori
1	Selama ini belum ada sih, tako ley kwa depe berat badan mo turun.
2	Nda ada no.
3	Paling jaga suru iko olah raga.

Informan pertama berpendapat bahwa anak yang gemuk adalah anak yang sehat. Bedanya dengan informan kedua lebih memilih untuk menyuruh anaknya untuk lebih aktif dalam hal olahraga.

BAHASAN

Dari matriks pertama dapat di lihat bahwa tingkat pengetahuan informan sangat kurang.satu orang informan mengetahui ciri-ciri berat bada ideal dan dua informan lainnya mengatakan tidak tau. Tahu diartikan hanya sebagai *recall* (memanggil) memori yang telah ada.⁶

Dari matriks kedua dapat di lihat bahwa informan pertama dan ke dua menyatakan obesitas adalah tubuh yang memiliki berat badan berlebih atau kegemukan dan informan ke tiga menyatakan tidak tau.

Obesitas atau kegemukan adalah suatu kelainan atau penyakit yang di tandai oleh penimbunan jaringan lemak dalam tubuh secara berlebihan. Keadaan ini di sebabkan karena ketidakseimbangan antara energi yang masuk bersama makanan ke dalam tubuh, terutama karbohidrat dan lemak dengan energi yang di pakai.⁷

Dari matriks ke tiga dapat dilihat bahwa informan kedua dan ketiga tidak mengetahui tentang sikap informan terhadap masalah obesitas pada anak, sedangkan informan pertama menyatakan bahwa kegemukan adalah obesitas. Semua informan dipastikan tidak mengetahui tentang masalah obesitas pada anak sekolah dasar.

Pengetahuan gizi berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan. Pengetahuan gizi yang baik diharapkan mempengaruhi konsumsi makanan yang baik sehingga dapat menuju status gizi yang baik pula. Kurang cukupnya pengetahuan tentang gizi dan kesalah dalam memilih makanan akan berpengaruh terhadap status gizi.⁸

Dari matriks ke empat dapat di lihat bahwa sikap informan tentang peran orang tua, sekolah dan petugas kesehatan terhadap obesitas pada anak, informan ke tiga menyatakan tidak tau, sedangkan informan ke dua menyatakan belum pernah ada kegiatan atau peran sekolah dan petugas kesehatan dalam mengatasi obesitas pada anak sekolah dasar. peneliti berpendapat bahwa ke tiga informan tidak memiliki peran untuk mengatasi masalah obesitas pada anak.

Obesitas pada anak dipengaruhi oleh konteks kehidupan keluarga khususnya ibu. Hal ini menunjukkan adanya peran keluarga dalam peningkatan prevalensi obesitas pada anak. Ibu biasanya berperan dalam memengaruhi sumber keanekaragaman dan kuantitas makanan dari anak.⁹

Dari matriks kelima di atas dapat dilihat bahwa tindakan informan bila anak tidak peduli dengan masalah berat badanya. Informan ke dua dan ketiga menjawab tidak tahu sedangkan informan pertama menyatakan bahwa akan mengurangi uang jajan anaknya.

Perubahan gaya hidup yang menjurus ke westernisasi sering di temukan di kota-kota besar di Indonesia. Perubahan gaya hidup ini mengakibatkan terjadinya perubahan pola makan yang merujuk pada pola makan tinggi kalori, lemak dan kolesterol terutama makanan siap saji (fast food) yang berdampak meningkatkan obesitas.¹⁰

Dari matriks ke enam di atas tentang upaya yang dilakukan dalam mengatasi obesitas pada anak. Informan ke dua menyatakan tidak pernah melakukan atau mengingatkan kepada anaknya tentang upaya mengatasi obesitas, informan ke tiga menyatakan bahwa sering mengingatkan anaknya untuk selalu berolahraga dan informan pertama menyatakan selama ini tidak ada usaha untuk menurunkan berat badan anak karena informan khawatir berat badan anak akan turun. Dari ke tiga informan diatas peneliti berpendapat bahwa hanya satu orang informan yang berperan dalam mengatasi obesitas pada anak.

SIMPULAN

Sebagian informan belum mengetahui tentang berat ideal dan obesitas. Sumber informasi mengenai obesitas umumnya dari media cetak dan elektronik. Semua informan setuju dengan adanya peran pihak sekolah dan dinas kesehatan terkait dengan masalah obesitas pada anak sekolah dasar. Sebagian informan setuju dengan upaya mengatasi berat badan anak dengan cara mengurangi uang jajan di sekolah dan selalu mengingatkan anaknya untuk rajin berolahraga.

DAFTAR PUSTAKA

1. **Ochamad M, Husnul K, Aqin Y.** Prevalensi Obesitas pada Anak Usia SD Menurut IMT. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan.* 2014;2(1):

- 114-8.
2. **Merawati D, Kinanti RG.** Perilaku Makan pada Siswa Obesitas. *Jurnal IPTEK Olahraga*. 2005;7(3):182-92.
 3. **Sartika, Dewi RA.** 2011. Faktor Resiko Obesitas Pada Anak 5-15 Tahun. Available from: <http://download.portalgaruda.org/article.php?article=269583&val=7113&title=Prevalensi%20Determinan%20Kelebihan%20beratBadan%20dan%20Kege-mukan%20pada%20Anak%20berusia%205-15%20tahun>.
 4. **Octari C, Liputo NI, Edison.** Hubungan Status Sosial Ekonomi dan Gaya Hidup dengan Kejadian Obesitas pada Siswa SD, Negeri 08 Alang Lawas Padang. *Jurnal kesehatan Andalas*. 2014;3(2):131-2.
 5. **WHO.** Obesity: Preventing and Managing The Global Epidemic, WHO Technical Report Series 2000; Geneva, p. 89.
 6. **Barus EB.** Teori Pengetahuan. <http://digilib.unimus.ac.id/download.php?id=7021>. Diakses 08 agustus 2015.
 7. **Darwin E.** Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dengan Kejadian Obesitas Anak Di SD Islam Al-Ahzar 32 Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*. 2015;4(1):178-9.
 8. Ilmu Gizi Untuk Mahasiswa dan Profesi Jilid I. www.perpus.stikeppnjabar.ac.id/index.php?p=show_detail&id=490.
 9. **Nurjanah N.** Keperawatan Anak. Pkko.fik.ui.ac.id/files/UTS%20SIM%20Nunung%20Kep%20Anak.rtf.
 10. **Allo B.** Hubungan antara Pengetahuan Dan Kebiasaan Konsumsi Fast Food dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri Sudirman 1 Makasar. Available from: repository.unhas.ac.id/bitstream/handle/123456789/5547/JURNAL.pdf.