

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kegemukan saat ini merupakan suatu epidemik global, lebih dari 1 miliar penduduk dunia kelebihan berat badan dan sedikitnya 300 juta diantaranya menderita kegemukan. Kegemukan terjadi pada semua kelompok umur, termasuk anak-anak. Prevalensi kegemukan pada anak meningkat baik di negara maju maupun negara yang sedang berkembang. Menurut laporan *International Obesity Task Force* (IOTF) pada tahun 2004, 1 dari 10 anak di dunia mengalami kelebihan berat badan, kurang lebih sebanyak 155 juta dan sebanyak 30-45 juta anak menderita obesitas. Di Indonesia, berdasarkan hasil Riskesdas 2013, 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%. Prevalensi gemuk terendah di Nusa Tenggara Timur (8,7%) dan tertinggi di DKI Jakarta (30,1%). Sebanyak 15 provinsi dengan prevalensi sangat gemuk diatas nasional, yaitu Kalimantan Tengah, Jawa Timur, Banten, Kalimantan Timur, Bali, Kalimantan Barat, Sumatera Utara, Kepulauan Riau, Jambi, Papua, Bengkulu, Bangka Belitung, Lampung dan DKI Jakarta. Sebuah studi yang dilakukan Rijanti dan Rosmida tahun 2007 di wilayah Depok dan Jakarta Timur menemukan sebanyak 29,8% dan 17,9% anak memiliki berat badan lebih pada anak SD kelas IV sampai VI dengan kelompok umur yang sama, sedangkan penelitian oleh Putri tahun 2009 di SD Vianney Jakarta Barat prevalensi gizi lebih sebanyak 28% dengan obyek penelitian siswa kelas III, IV dan V.

Keadaan gizi dan kesehatan masyarakat dapat dipengaruhi oleh tingkat konsumsi. Masalah gizi lebih terjadi bersamaan dengan kemajuan ekonomi pada lapisan masyarakat tertentu, seperti masyarakat di daerah perkotaan (Setyowati, 2014). Pola makan yang salah mudah menyebabkan kelebihan masukan energi yang dapat menimbulkan kegemukan bahkan gizi lebih. Maraknya restoran *fast food* di Indonesia, dapat meningkatkan terjadinya prevalensi kegemukan pada anak-anak (Purwati, 2010). Daya beli masyarakat yang meningkat berdampak pula kepada sikap orang tua yang memanjakan anak-anaknya dalam hal pemberian makanan, khususnya makanan cepat saji (*fast food*) dan minuman ringan (*soft drink*) (Do Wendt, 2009). Berdasarkan penelitian Fauzul tahun 2009 yang dilakukan pada 60 anak SD Negeri 11 Manado menunjukkan bahwa siswa yang mengkonsumsi *fast food* lebih dari 3 kali per minggu mempunyai risiko 3,28 kali lebih besar menjadi gizi lebih dibandingkan dengan yang jarang atau 1-2 kali per minggu mengkonsumsi *fast food*. Menurut Prancis (2001), konsumsi harian rata-rata minuman ringan di Amerika Serikat mencapai hampir dua kaleng standar (24 oz/700ml) untuk anak laki-laki dan lebih dari satu kaleng standar untuk anak perempuan (12 oz/350 ml), sedangkan rata-rata konsumsi *soft drink* di Indonesia pada tahun 2010 mencapai 2,4 liter per minggunya (Riskesdas, 2010).

Kurangnya aktivitas fisik memiliki pengaruh besar terhadap kegemukan karena memiliki peranan yang penting dalam pengaturan sistem tubuh dan juga berperan dalam menurunkan risiko penyakit lain yang disebabkan oleh gizi lebih (Kelly, 2006). Permainan anak yang umumnya dilakukan adalah permainan fisik yang mengharuskan anak berlari, melompat, atau gerakan lainnya namun kini digantikan dengan permainan anak yang kurang melakukan gerak badannya

seperti *game* elektronik, komputer, internet atau televisi yang cukup dilakukan dengan hanya duduk didepannya tanpa harus bergerak.

Menurut St-Onge *et al.* (2003) asupan energi yang besar pada anak-anak yang mengonsumsi *fast food* dan *soft drink* dalam jumlah yang banyak tanpa diimbangi dengan aktivitas fisik yang cukup dapat menyebabkan terjadinya kegemukan. Masa anak-anak adalah masa pertumbuhan dan perkembangan sehingga kegemukan pada masa anak menyebabkan semakin banyaknya jumlah sel otot dan tulang rangka sedangkan kegemukan pada orang dewasa hanya terjadi pembesaran sel-sel saja sehingga kemungkinan penurunan berat badan ke normal akan lebih mudah. Anak yang mengalami kegemukan 75% akan menderita kegemukan pada masa dewasa dan berpotensi mengalami berbagai penyebab kesakitan dan kematian antara lain penyakit kardiovaskular dan diabetes melitus serta akibat yang ditimbulkan kegemukan ini akan mempunyai dampak terhadap tumbuh kembang anak itu sendiri (Agoes,2003). Pada sebuah studi kohort di Amerika Serikat menunjukkan bahwa anak usia 6-12 tahun yang *overweight*, berisiko menderita PJK (penyakit jantung koroner) pada saat dewasa 1,7 kali sampai 2,6 kali dibandingkan dengan mereka yang berat badannya normal (Freedman, 2004). Persen lemak tubuh di atas 35% pada anak laki-laki dan 25% pada anak perempuan merupakan faktor resiko PJK (Wickramasinghe, ICN 2009). Berdasarkan uraian diatas aktivitas fisik, konsumsi *fast food* dan *soft drink* merupakan faktor yang mempengaruhi status gizi lebih pada anak di usia sekolah dasar, untuk itu peneliti tertarik untuk mengetahui Hubungan, Konsumsi *Fast food*, *Soft drink* dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Status Gizi Lebih pada Anak Usia Sekolah Dasar.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan Riskesdas (2013) prevalensi kegemukan lebih tinggi di perkotaan dibandingkan dengan prevalensi di pedesaan yaitu sebesar 9,7% dan 8%. Di daerah perkotaan lebih tinggi dikarenakan oleh banyaknya tempat-tempat makan yang menawarkan berbagai macam makanan hidangan cepat saji, seperti *burger, pizza, hot dog, fried chicken, kentang goreng, nugget* dan *spagheti*. Kebiasaan mengkonsumsi makanan tersebut pada akhirnya telah menjadi kebiasaan gaya hidup sebagian besar masyarakat kota-kota besar. Faktor lain yang meningkatkan resiko kegemukan selain konsumsi makanan siap saji (*fast food*) yaitu minuman ringan berkadar gula tinggi dan mengandung pengawet.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Padmiari tahun 2001, tentang konsumsi *fast food* sebagai faktor risiko kegemukan pada anak SD ditemukan bahwa anak SD yang memiliki uang saku tinggi yang diberikan oleh orang tuanya mempunyai risiko mengalami kegemukan 1,3 kali lebih tinggi dibandingkan dengan anak SD yang mendapat uang saku lebih rendah. Hal ini ditimbulkan oleh adanya hubungan antara tingkat pendapatan orang tua. Pendapatan orang tua yang tinggi akan meningkatkan pemberian uang saku yang tinggi dan akan memberi kemudahan dalam membeli serta mengkonsumsi makanan cepat saji (Padmiari & Hadi, 2001).

Penelitian di negara maju mendapatkan hubungan antara aktivitas fisik yang rendah dengan kejadian kegemukan. Individu dengan aktivitas fisik yang rendah mempunyai risiko peningkatan berat badan sebesar 5 kg (Kopelman, 2000). Kegemukan yang parah terjadi karena tidak adanya keseimbangan energi, dimana energi konsumsi jauh lebih besar dibandingkan energi *expenditure* atau

energi yang terpakai dalam aktivitas fisik. Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk mengetahui Hubungan Konsumsi *Fast food*, *Soft drink* dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Status Gizi Lebih pada Anak Usia Sekolah Dasar.

C. Pembatasan Masalah

Penelitian ini dibatasi pada variabel aktivitas fisik, konsumsi *fast food* dan *soft drink* pada anak sekolah dasar dengan status gizi lebih dan status gizi normal berdasarkan IMT/U di usia 10-12 tahun, pembatasan masalah ini dilakukan agar tidak menyimpang dari permasalahan dan dapat mencapai sasaran yang diharapkan.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah penelitian adalah sebagai berikut : Bagaimana Hubungan Konsumsi *Fast food*, *Soft drink* dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Status Gizi Lebih pada Anak Usia Sekolah Dasar.

E. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara Konsumsi *Fast food*, *Soft drink* dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Status Gizi Lebih pada Anak Usia Sekolah Dasar

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik sampel meliputi usia, jenis kelamin, uang saku, persen lemak tubuh, lingkaran pinggang (*waist circumference*), dan status gizi (status gizi lebih dan status gizi normal) anak di SDN 01 Kebon Jeruk Jakarta Barat.

- b. Mengidentifikasi aktivitas fisik siswa di SDN 01 Kebon Jeruk Jakarta Barat
- c. Mengidentifikasi kebiasaan makan utama dan asupan gizi siswa di SDN 01 Kebon Jeruk Jakarta Barat.
- d. Mengidentifikasi kebiasaan konsumsi *fast food* dan *soft drink* siswa di SDN 01 Kebon Jeruk Jakarta Barat.
- e. Menganalisis hubungan jenis kelamin dengan kejadian status gizi lebih di SDN 01 Kebon Jeruk Jakarta Barat
- f. Menganalisis hubungan aktivitas fisik dengan kejadian status gizi lebih di SDN 01 Kebon Jeruk Jakarta Barat
- g. Menganalisis hubungan konsumsi *fast food* dan *soft drink* dengan kejadian status gizi lebih di SDN 01 Kebon Jeruk Jakarta Barat
- h. Menganalisis perbedaan asupan energi dan zat gizi makro dengan kejadian status gizi lebih di SDN 01 Kebon Jeruk Jakarta Barat
- i. Menganalisis perbedaan persen lemak tubuh dengan kejadian status gizi lebih di SDN 01 Kebon Jeruk Jakarta Barat
- j. Menganalisis perbedaan lingkaran pinggang dengan kejadian status gizi lebih di SDN 01 Kebon Jeruk Jakarta Barat

F. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini dilakukan sebagai salah satu persyaratan memperoleh gelar (S1) Sarjana Gizi di Universitas Esa Unggul Jakarta serta diharapkan dapat menambah pengetahuan mengenai hubungan antara Konsumsi *Fast food*, *Soft*

drink dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Status Gizi Lebih pada Anak Usia Sekolah Dasar.

2. Bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pembendaharaan kepustakaan Universitas Esa unggul Jakarta, juga berguna bagi para pembaca yang ingin memanfaatkan penelitian ini sebagai bahan studi banding dan menambah pengetahuan serta sebagai sumber informasi bagi yang membutuhkan.

3. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan tambahan dalam pembelajaran kesehatan dan bahan penyuluhan bagi siswa di sekolah.

4. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi seputar status gizi anak di sekolah dasar dan faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi anak, yang dapat dilihat dari aktivitas fisik, konsumsi *fast food* dan *soft drink* sehingga berkurangnya kejadian kegemukan pada anak usia sekolah.