

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Status gizi anak dapat menjadi gambaran untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Kebutuhan nutrisi tiap individu dapat berbeda tergantung dari banyak faktor. Faktor yang mempengaruhi antara lain usia, jenis kelamin, berat badan, tinggi badan, dan aktivitas fisik yang dilakukan. Indonesia mengalami masalah gizi ganda dimana masih terdapat banyak kasus gizi kurang dan gizi berlebih. Menurut data Riskesdas 2010, ada peningkatan prevalensi kegemukan untuk anak usia 6-12 tahun sebesar 9,2%. Kelebihan berat badan ini dapat meningkatkan resiko berbagai penyakit seperti diabetes, aterosklerosis, penyakit jantung, gangguan ortopedi, gangguan mental, dan penurunan fungsi kognitif anak (Thamaria, 2017).

Kelebihan berat badan atau obesitas adalah suatu kelainan multifaktorial dan ditandai dengan adanya penumpukan lemak yang berlebihan di tubuh. Obesitas menjadi suatu epidemi global dan memiliki nama lain “*The New World Syndrome*” (Heri, 2021). Seorang anak usia 5-18 tahun dikatakan obesitas apabila pada indikator IMU/U didapatkan $Z\text{-score} > +2 \text{ SD}$ (Permenkes RI, 2020). Faktor yang mempengaruhi obesitas adalah genetik, lingkungan, nutrisi, dan sosial-ekonomi (Aprilia, 2015). Obesitas disebabkan karena ketidakseimbangan energi yang masuk dengan energi yang keluar. Energi masuk yang tinggi dapat disebabkan karena mengkonsumsi makanan dengan sumber energi tinggi. Energi keluar yang rendah dapat disebabkan karena ada *sedentary lifestyle* (Departemen Kesehatan Republik Indonesia, 2013). Di Indonesia, *sedentary lifestyle* memberikan pengaruh 53,9% terhadap angka obesitas remaja (Rahmad, 2019).

Obesitas adalah suatu epidemi global. Menurut WHO, obesitas adalah faktor resiko kematian terbesar ke-5 di dunia (Robert, 2012). Data dari *National Child Measurement Program* (NCMP) menunjukkan bahwa 14,3% anak usia 10-11 tahun mengalami kelebihan berat badan dan 19,8% mengalami obesitas (Jannah, 2018). Laporan WHO dalam *Technical Report Series* 2015 di Jenewa, Swiss menunjukkan bahwa $\frac{1}{3}$ anak obesitas di Jepang akan menjadi obesitas juga di masa dewasanya dan berpotensi mengalami penyakit degeneratif (Lubis, 2020). Di Surabaya, dari 1.051.440 (46,38%) penduduk yang diukur indeks massa tubuhnya, ada 163.036 (15,51%) orang yang obesitas (Dinas Kesehatan Kota Surabaya, 2018). Berdasarkan data Riskesda oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2013, prevalensi obesitas untuk anak usia 5-12 tahun mencapai 18,8% (Septiani, 2017). Dengan tingginya prevalensi ini, penduduk Indonesia dapat menyandang gelar “obesogenik” di tahun 2025 (Soegih, 2016).

Orang dengan obesitas akan meningkatkan resiko mengalami diabetes sebesar 44%, penyakit jantung iskemik sebesar 23%, dan kanker sebesar 7-41% (Kemenkes RI, 2017). Selain itu, obesitas dapat meningkatkan resiko terkena sindroma metabolik. Di Indonesia, prevalensi untuk sindroma metabolik sebesar 23,34% dengan perbedaan pada laki-laki sebanyak 26,2% dan pada perempuan sebanyak 21,4% (Hadaegh, 2013). Pada remaja yang mengalami obesitas, didapatkan 45,8% mengalami sindroma metabolik (Widjaja, 2020). Dengan resiko ini, penting untuk melakukan deteksi dini status obesitas pada anak. Hal ini dikarenakan menurut Pi-Sunver dalam *Modern Nutrition in Health and Disease*, pada 26,5% bayi dan anak yang obesitas akan tetap obesitas di 20 tahun berikutnya. Dan pada 80% remaja yang obesitas akan menjadi dewasa obesitas juga (Lubis, 2020).

Berdasarkan data tingkat obesitas pada pengunjung puskesmas dengan usia > 15 tahun di Surabaya yang diperiksa, persentase tertinggi berada di Puskesmas Ketabang, Kecamatan Genteng yaitu sebesar 57,05%. Selanjutnya diikuti oleh Puskesmas Pegirian, Kecamatan Semampir dengan persentase sebesar 49,17% dan Puskesmas Banyu Urip, Kecamatan Sawahan dengan persentase sebesar 47,89%. Pada kecamatan sawahan, terdapat 3 puskesmas lain dengan persentase data obesitas sebagai berikut : Puskesmas Putat Jaya (17,37%), Puskesmas Pakis (16,66%), dan Puskesmas Sawahan (3,92%) (Dinas Kesehatan Kota Surabaya, 2018).

Penelitian dilakukan pada anak usia 6-12 tahun yang bersekolah di SD Negeri Banyu Urip III/364 Kecamatan Sawahan, Surabaya untuk melihat apakah terdapat hubungan antara asupan karbohidrat, protein, lemak, serat dan aktivitas fisik terhadap tingkat kejadian obesitas di lokasi tersebut. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Iswati (2018), Widyantari (2018), dan Hamalding (2019), aktivitas fisik berpengaruh terhadap kejadian obesitas di masyarakat Indonesia. Beberapa penelitian terdahulu telah membuktikan bahwa terdapat pengaruh antara asupan karbohidrat, protein, lemak, serat yang kurang baik terhadap kejadian obesitas. Ada juga penelitian yang menyatakan bahwa asupan zat gizi tersebut tidak berpengaruh, seperti penelitian yang dilakukan oleh Ariani (2017) dan Iswati (2018). Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah faktor asupan karbohidrat, protein, lemak, serat dan aktivitas fisik berpengaruh terhadap tingkat obesitas pada anak usia 6-12 tahun di SD Negeri Banyu Urip III/364 Surabaya dan menganalisis faktor mana yang lebih berpengaruh. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjelaskan faktor resiko dari asupan karbohidrat, protein, lemak, serat dan aktivitas fisik anak usia sekolah terhadap status gizinya dan dapat mengurangi resiko menderita sindroma metabolik pada usia dewasanya.

1.2.Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, rumusan masalah pada penelitian ini adalah :

1. Bagaimana status gizi anak usia 6-12 tahun di SD Negeri Banyu Urip III/364 Surabaya tahun 2022?
2. Bagaimana asupan zat gizi (karbohidrat, protein, lemak, serat) yang dikonsumsi sehari-hari oleh anak usia 6-12 tahun di SD Negeri Banyu Urip III/364 Surabaya tahun 2022 yang mengalami obesitas?
3. Bagaimana tingkat aktivitas fisik anak usia 6-12 tahun di SD Negeri Banyu Urip III/364 Surabaya tahun 2022 yang mengalami obesitas?
4. Bagaimana hubungan asupan zat gizi (karbohidrat, protein, lemak, serat) pada anak usia 6-12 tahun di SD Negeri Banyu Urip III/364 Surabaya tahun 2022 yang mengalami obesitas?
5. Bagaimana hubungan aktivitas fisik pada anak usia 6-12 tahun di SD Negeri Banyu Urip III/364 Surabaya tahun 2022 yang mengalami obesitas?

1.3.Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan, maka tujuan dari penelitian ini adalah :

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan asupan zat gizi (karbohidrat, protein, lemak, serat) dan aktivitas fisik terhadap obesitas pada anak usia 6-12 tahun di SD Negeri Banyu Urip III/364 Surabaya tahun 2022.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui status gizi anak usia 6-12 tahun di SD Negeri Banyu Urip III/364 Surabaya tahun 2022.
2. Mengetahui asupan zat gizi (karbohidrat, protein, lemak, serat) yang dikonsumsi sehari-hari oleh anak usia 6-12 tahun di SD Negeri Banyu Urip III/364 Surabaya tahun 2022 yang mengalami obesitas.
3. Mengetahui tingkat aktivitas fisik anak usia 6-12 tahun di SD Negeri Banyu Urip III/364 Surabaya tahun 2022 yang mengalami obesitas.
4. Mengetahui hubungan asupan zat gizi (karbohidrat, protein, lemak, serat) pada anak usia 6-12 tahun di SD Negeri Banyu Urip III/364 Surabaya tahun 2022 yang mengalami obesitas.
5. Mengetahui hubungan aktivitas fisik pada anak usia 6-12 tahun di SD Negeri Banyu Urip III/364 Surabaya tahun 2022 yang mengalami obesitas.

1.4. Manfaat Penelitian

1. 4. 1. Manfaat Akademis

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman tentang hubungan asupan karbohidrat, protein, lemak, serat dan aktivitas fisik terhadap obesitas pada anak usia 6-12 tahun di SD Negeri Banyu Urip III/364 Surabaya tahun 2022.

1. 4. 2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran status gizi dan informasi terkait asupan karbohidrat, protein, lemak, serat dan aktivitas fisik yang dilakukan anak usia 6-12 tahun di SD Negeri Banyu Urip III/364 Surabaya tahun 2022 di masa pertumbuhannya, serta memberikan pemahaman tentang keterkaitan asupan karbohidrat, protein, lemak, serat dan aktivitas fisik

terhadap kasus obesitas pada anak, dan juga mengetahui faktor mana yang lebih berpengaruh, dimana hal tersebut akan meningkatkan resiko terkena sindroma metabolik pada usia dewasanya. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada responden terkait status gizi, asupan makanan, aktivitas fisik, dan bagaimana kedua faktor tersebut mempengaruhi status gizinya. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada masyarakat / orang tua agar lebih memperhatikan asupan asupan karbohidrat, protein, lemak, serat dalam makanan anak serta perilaku aktivitas fisik yang dilakukan anak sebagai langkah pencegahan dini terhadap obesitas dan mengurangi resiko mengalami sindroma metabolik di usia dewasa anak.