

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Balita ialah usia prasekolah dimana anak masih membutuhkan konsumsi gizi optimal demi mendukung tumbuh kembang balita. Balita memiliki sifat konsumen aktif dimana balita mulai selektif dalam konsumsi makanan. Pada usia ini pola makanan anak harus menjadi fokus utama, karena pola makan yang berlebih akan menyebabkan asupan gizi berlebih (Sulistyoningsih, 2011).

Obesitas merupakan kelainan dimana terjadi penumpukan lemak yang berlebih, dengan demikian obesitas menjadi masalah kesehatan yang penting, hal ini berpotensi terkena masalah pada kesehatannya dan cenderung menjadi orang dewasa gemuk (Nirwana, 2012). Obesitas yang terjadi pada anak dikarenakan dampak dari gizi yang berlebih sehingga dapat mengganggu penampilan dan memicu munculnya berbagai penyakit seperti gangguan pernafasan, gangguan bergerak, dan terganggunya pertumbuhan serta perkembangan pada organ – organ dalam tubuh anak yang dikarenakan timbunan lemak yang berlebih (Nirwana, 2012).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2016 mengatakan bahwa nilai BB berlebih pada anak umur dibawah 5 tahun mencapai lebih dari 41 juta anak di seluruh dunia (WHO, 2016). Angka kejadian status gizi gemuk terhadap balita umur kurang dari 5 tahun di Indonesia menurut Badan Litbangkes (2018) mencapai 8% (Badan Litbangkes, 2018), sementara itu menurut Kemenkes (2018) anak usia 5 – 12 tahun dimana terjadi berat badan berlebih sebesar 18,8% (Kementes RI, 2018). Sedangkan menurut Dinkes Provinsi Jawa Timur tahun

2018 kejadian gizi gemuk pada usia 5 tahun mencapai 9,3% lebih rendah dibandingkan tahun 2013 sebesar 11,8% (Dinkes Jawa Timur 2018). Angka kejadian obesitas di Ponorogo tahun 2020 per bulan Februari 2020 pada anak balita prosentase tertinggi berada di Puskesmas Kunti sebesar 16,3% balita mengalami kegemukan (Dinas Kesehatan Ponorogo, 2020).

Pola makan pada balita bisa mempengaruhi kejadian obesitas pada anak balita, hal tersebut dikarenakan pola makan balita dalam sehari hari akan dipengaruhi oleh pola makan orang disekitarnya, keluarga dirumah dan disekolahnya. Kebiasaan makan balita akan berpengaruh terhadap resiko terjadinya obesitas, dimana jika dalam sehari anak konsumsi makanan berlebih maka akan menyebabkan obesitas (Lestari Saraswati, 2017). Secara umum obesitas ialah terjadinya ketidakseimbangan input energy dengan outputnya sehingga terjadi penumpukan lemak pada jaringan. Penyebab umumnya adalah ketidakteraturan pola makan, aktivitas yang kurang dan suka ngemil (Lestari Saraswati, 2017).

Faktor penyebab obesitas adalah ketidakteraturan kebiasaan makan-makanan yang tidak terkontrol, dan faktor pertama kali balita mulai dibiasakan makanan padat. Kebiasaan makan balita memegang peran vital dalam tahap tumbuh kembang, pemeliharaan tubuh, tumbuh kembang kognitif, dimana pola makan anak yang optimal ialah yang dapat menghasilkan energy (Sulistyoningsih, 2011). Pola makan dengan asupan gizi yang berlebih akan obesitas. Dampaknya terhadap balita yang terjadi antara lain meningkatnya risiko terkenanya DM type 2, *cholesterol*, *hypertention* akan memicu terjadinya risiko penyakit jantung, terjadi henti napas sesaat ketika tidur, gangguan

ortopedi, penyakit hati serta penyakit asma. Dampak dari obesitas pada penyakit kardiovaskuler meliputi meningkatnya insulin, trigliserida, LDL dan tekanan darah sistolik serta penurunan kadar kolesterol (*high density lipoprotein*) (Verani, 2013). Selain menyerang pada kesehatan fisik dampak obesitas pada anak juga bisa menimbulkan konsekuensi psikososial seperti anak kurang percaya diri, penurunan nafsu makan, rendahnya kualitas hidup dan gangguan kesehatan. Meningkatnya status ekonomi dapat mempengaruhi pola makan seseorang ditambah dengan banyaknya sajian makanan cepat saji, aktivitas yang kurang akan menjadi resiko tinggi terjadinya obesitas (Suriani Sari, 2019).

Usaha yang dapat dilakukan anak penderita obesitas disini adalah pengaturan pola makan. Diet untuk anak harus memperhatikan asupan gizi karena usia anak adalah usia dimana untuk tumbuh dan berkembang (Budiwiarti, 2012). Dalam upaya pemenuhan asupan gizi maka penting untuk membentuk kebiasaan makan yang optimal pada anak dengan memberikan pola makan yang sehat, selain itu aktivitas yang cukup pada anak juga dapat mengurangi terjadinya obesitas pada anak dan dapat membuat berat badan anak menjadi ideal (Ikatan Dokter Anak Indonesia, 2014). Sedangkan risiko terjadinya penyakit yang disebabkan oleh kelebihan gizi (Sulistyoningsih, 2011).Maka peneliti perlu melakukan penelitiannya dengan judul hubungan pola makan dengan kejadian obesitas pada anak.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan pola makan dengan kejadian obesitas pada anakbalita diwilayah kerja Puskesmas Kunti Ponorogo.

1.3 Tujuan Peneliti

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian obesitas pada anak balita di wilayah kerja Puskesmas Kunti Ponorogo.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi pola makan pada anak balita.
2. Mengidentifikasi kejadian obesitas pada anak balita.
3. Menganalisis hubungan pola makan dengan kejadian obesitas pada anak balita.

1.4 Manfaat Peneliti

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan bisa menambah pengetahuan dalam menjalankan diet obesitas pada anak selain itu bisa menjadi sumber bacaan ilmiah untuk penelitian selanjutnya.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti

Penelitian tentang hubungan pola makan dengan kejadian obesitas pada anak diharapkan dapat memberikan sumber bacaan untuk peneliti selanjutnya.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini bisa bermanfaat bagi institusi pendidikan dan dapat menjadi bahan referensi dalam pengetahuan terhadap diet pada anak dengan penyakit obesitas.

3. Bagi Instansi Kesehatan

Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi instansi kesehatan untuk mengetahui seberapa tahu pola makan pada anak dengan penyakit obesitas.

4. Bagi Keperawatan

Penelitian ini diharapkan menjadi bahan acuan untuk mengadakan penelitian lebih lanjut tentang kesehatan, khususnya mengenai pola makan pada anak obesitas.

1.5 Keaslian Penelitian

1. (Saraswati, 2017) yaitu hubungan pola makan dengan kejadian obesitas pada anak usia 3-8 tahun di TK dan SD Budi Mulia Seturan Yogyakarta. Tujuan dari penelitiann ini adalah mengidentifikasi hubungan pola makan dengan kejadian obesitas pada anak usia 3-8 tahun di TK dan SD Budi Mulia Seturan Yogyakarta tahun 2017. Peneliti menggunakan populasi sebesar 422 anak dengan sampel yang memenuhi kriteria sebesar 124 anak. Penelitian ini menggunakan desain penelitian survey analitik dengan pendekatan cross sectional dan pengambilan sampelnya menggunakan teknik total sampling serta menggunakan uji analisis chi-square. Alat ukur pada penelitian ini menggunakan antropometri berat badan dan tinggi badan dengan cara melakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan. Dari hasil penelitian tersebut didapatkan nilai P value $0,002 < 0,05$ maka ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian obesitas pada anak TK dan SD Budi Mulia Dua Yogyakarta. Persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah variabelnya yaitu pola makan dan obesitas pada

anak, uji analisis menggunakan chi-square, dan teknik penentuan obesitas yang dilihat dari BB dan TB anak. Sedangkan perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah letak penelitian yang berbeda yaitu dilakukan di wilayah Puskesmas Kunti Sampung Ponorogo, teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling, dan instrument pengukuran pola makan dengan menggunakan kuesioner.

2. (Mery Sambo, 2020) yaitu hubungan pola makan dengan status gizi pada anak usia prasekolah di TK Kristen Tunas Rama. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan pola makan dengan status gizi pada anak usia prasekolah di TK Kristen Tunas Rama. Penelitian ini dilakukan di TK Kristen Tunas Rama dengan populasi sebesar 78 anak dan sampel sebesar 78 anak juga. Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan cross sectional study dan menggunakan teknik pengambilan sampel dengan total sampling serta menggunakan uji analisis chi-square. Instrument pengukuran pola makan menggunakan kuesioner FFQ. Hasil penelitian ini adalah $P\text{-value} = 0,015 < \alpha$ dengan $\alpha = 0,05$ yang artinya ada hubungan pola makan dengan status gizi pada anak usia prasekolah di TK Kristen Tunas Rama. Persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah uji analisis menggunakan chi-square dan instrument pengukuran pola makan anak menggunakan kuesioner. Sedangkan perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling serta tempat penelitiannya yang berbeda yaitu di Ponorogo.

3. (Sri Ngatin, 2020) yaitu hubungan pola makan dengan kejadian obesitas pada balita di BPM "F" Desa Guluk-Guluk Kecamatan Guluk-Guluk Kabupaten Sumenep. Tujuan penelitian ini adalah untuk menentukan hubungan diet dengan insiden obesitas pada balita di Desa BPM "F" Guluk-Guluk Kota Sumenep. Penelitian ini menggunakan metode analitik dengan pendekatan *cross sectional* dengan hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar pola makan balita memiliki kategori > 1550 kkal yaitu sebesar 48% atau 12 balita, pola makan yang cukup atau dalam kategori normal sebesar 40% atau 10 balita, dan pola makan kategori kurang dari 1550 kkal sebesar 12% atau 3 balita. Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada hubungan kebiasaan makan terhadap kejadian obesitas pada balita. Persamaan peneliti dengan penelitian yang akan dilakukan adalah responden yang akan diteliti adalah balita, sedangkan perbedaan penelitian dari penelitian yang akan diteliti adalah alat ukur penelitian menggunakan kuesioner teknik pengambilan sampel yaitu dengan *purposive sampling*, uji penelitian menggunakan uji chi-square dan tepat dilakukan penelitian yang berbeda yaitu di Ponorogo.