

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Ramadona (2018) mengatakan bahwa pada era globalisasi ini menyebabkan perubahan perilaku yang menimbulkan ketidakseimbangan antara aktivitas fisik dan asupan makanan. Hal ini dapat mengarah pada masalah kesehatan pada masyarakat yang mana saat ini masalah tersebut sangat kompleks dan sangat beragam yang muncul dan ditentukan oleh kebiasaan masyarakat mengenai perilaku hidup bersih dan sehat (Rosidin, dkk, 2009), khususnya anak-anak. Kualitas hidup generasi mendatang akan dipengaruhi oleh masalah gizi dan menjadi beban negara akibat besarnya nilai ekonomi yang harus dikeluarkan sebagai dampak masalah kesehatan yang ditimbulkan (Purwati, 2019). Hal ini didukung oleh Supariasa, dkk (2017) yang mengatakan bahwa masalah gizi pada hakikatnya adalah masalah kesehatan masyarakat, tetapi penanggulangannya tidak dapat dilakukan dengan pendekatan medis dan pelayanan kesehatan saja. Maka sari itu, masalah kesehatan tersebut tentunya tidak terlepas dari masalah gizi.

Masalah gizi adalah gangguan kesehatan dan kesejahteraan seseorang, kelompok orang atau masyarakat sebagai akibat adanya ketidakseimbangan antara asupan (intake) dengan kebutuhan tubuh akan makanan dan pengaruh interaksi penyakit infeksi (Swaninda, dkk, 2019). Menurut Berg (1985) dalam Sudikno, dkk (2010), masalah gizi seringkali timbul karena ketidaktahuan atau kurangnya informasi mengenai zat gizi yang memadai. Ketidakseimbangan antara asupan dengan kebutuhan tubuh dapat menyebabkan terjadinya masalah status gizi, baik gizi kurang maupun gizi lebih yang umumnya banyak terjadi pada siswa sekolah dasar (Swaninda, dkk, 2019). Ketidakseimbangan makanan yang melebihi energi yang dikeluarkan oleh tubuh salah satunya adalah dari aktivitas fisik (Patimah, 2007:88). Hal ini dikarenakan penyebab asupan energi tinggi adalah konsumsi sumber energi dan lemak tinggi, sedangkan penyebab pengeluaran energi yang rendah adalah kurangnya aktivitas fisik dan sedentary lifestyle (Susilowati dan Kuspriyanto, 2016:192). Pernyataan ini didukung oleh Adriani dan Wirjatmadi (2014) yang mengatakan bahwa seseorang yang cenderung mengonsumsi makanan kaya lemak dan tidak melakukan aktivitas fisik yang seimbang akan mengalami obesitas.

Pada anak usia sekolah, melakukan aktivitas fisik dalam bagian hidupnya sangat penting. Hal ini dikarenakan dapat membantu dalam pertumbuhan dan perkembangan sejalan dengan usianya. Berdasarkan data dari Riskesdas (2018), proporsi aktivitas fisik kurang pada penduduk umur lebih dari 10 tahun menurut provinsi di Indonesia

meningkat dari 26,1% pada tahun 2013 menjadi 33,5% pada tahun 2018. Terjadinya peningkatan seperti ini, maka tiap orang perlu memerhatikan banyak asupan makanan (d disesuaikan dengan kebutuhan tenaga sehari-hari) dan aktivitas fisik yang dilakukan (Susilowati dan Kuspriyanto, 2016:55), khususnya anak-anak. Dengan demikian, aktivitas pun juga diseimbangkan dengan makanan yang dikonsumsi oleh anak.

Salah satu masalah gizi yang biasa terjadi pada anak usia sekolah adalah obesitas. Damapoli (2013) dalam Maesarah, dkk (2019) mengatakan bahwa dewasa ini masalah kegemukan atau obesitas merupakan masalah global yang melanda masyarakat dunia baik di negara maju maupun negara berkembang. Hal ini didukung oleh Rahmawati (2019) yang mengatakan bahwa pada anak sekolah, dan remaja kejadian kegemukan dan obesitas merupakan masalah yang serius karena akan berlanjut hingga usia dewasa. Pada anak-anak, Rachmalia dan Fitri (2012) mengatakan bahwa masalah obesitas secara khusus akan menjadi masalah karena berat ekstra yang dimiliki si anak pada akhirnya akan mengantarkannya pada masalah kesehatan yang biasanya dialami orang dewasa, seperti diabetes, tekanan darah tinggi, dan kolesterol. Padahal kesehatan anak merupakan modal utama untuk pertumbuhan yang optimal (Widanti, 2017). Dengan demikian, didukung penelitian oleh Bel-Serrat, dkk (2018) bahwa prevalensi kelebihan berat badan dan obesitas lebih tinggi dengan definisi WHO 2007 (35,5%-28,5%) dibandingkan dengan IOTF (27,2%-18,4%) atau CDC 2000 (27,5%-20,3%).

Menurut James, dkk, diperkirakan tingkat obesitas bervariasi secara geografis dari 2-3% di beberapa negara. WHO menyebutkan bahwa pada tahun 2016, lebih dari 340 juta anak-anak dan remaja berusia 5-19 tahun mengalami kelebihan berat badan atau obesitas. Ariani dan Masluhiya (2017) mengatakan bahwa peningkatan prevalensi obesitas tidak hanya terjadi pada kelompok usia dewasa, melainkan hampir merata pada seluruh kelompok usia. Dari tahun 1975, prevalensi kelebihan berat badan dan obesitas di kalangan anak-anak dan remaja berusia 5-19 sebesar 4% telah meningkat menjadi 18% pada tahun 2016 (WHO, 2020). Di Indonesia, pada anak usia 5-12 tahun sebanyak 18,8% mengalami kelebihan berat badan dan 10,8% mengalami obesitas (Kemenkes, 2018). Dinas Kesehatan Kota Malang (2019) mencatat dari 436.375 orang, terdapat 8,92% atau 38.934 orang masuk ke dalam kategori obesitas pada tahun 2018.

Seiring perkembangan zaman yang semakin maju, banyaknya anak-anak yang memilih bermain permainan melalui gadget atau handphone saat di sekolahnya sehingga melakukan aktivitas fisik seperti bermain di luar ruangan saat istirahat sangat kurang.. Dengan demikian, obesitas tentunya sangat berdampak bagi kelangsungan hidup seseorang, khususnya anak-anak. Pencegahan obesitas harus tetap dilakukan untuk meminimalkan terjadinya obesitas, khususnya pada anak usia sekolah.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Apakah terdapat hubungan antara aktivitas fisik dan konsumsi *fast food* dengan obesitas pada anak usia sekolah?

## **1.3 Tujuan**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

- a. Untuk mengetahui hubungan antara aktivitas fisik dan konsumsi *fast food* dengan obesitas pada anak usia sekolah

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Menganalisis hubungan aktivitas fisik dengan obesitas pada anak usia sekolah
- b. Menganalisis hubungan konsumsi *fast food* dengan obesitas pada anak usia sekolah

## **1.4 Manfaat**

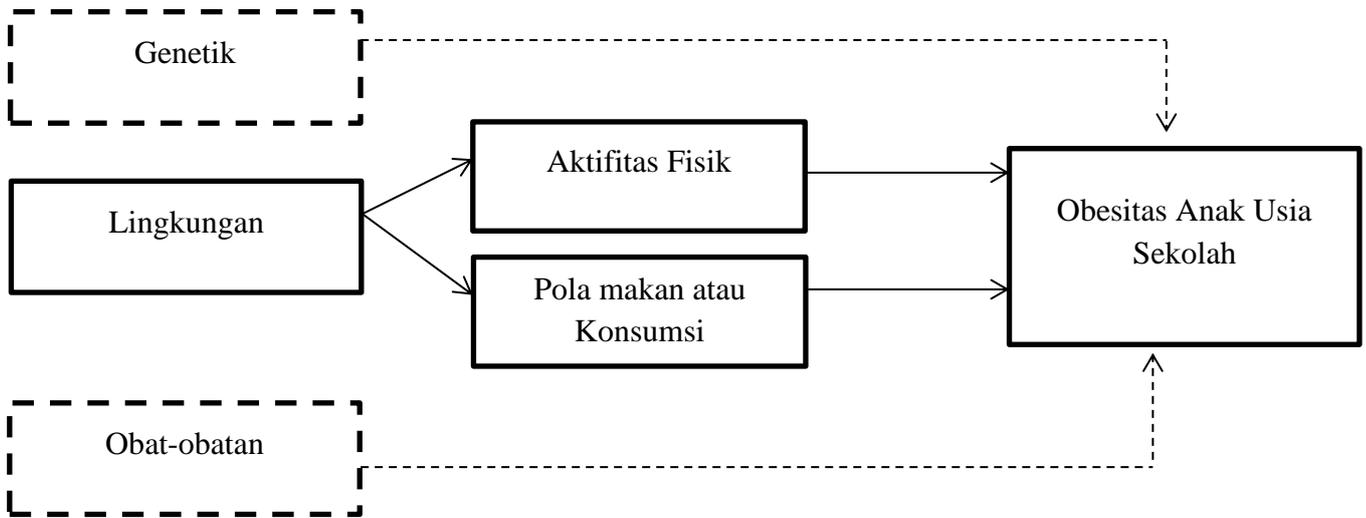
### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Dapat digunakan sebagai referensi dan menambah pengetahuan mengenai aktivitas fisik, konsumsi *fast food* dan terjadinya obesitas pada anak usia sekolah

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

Dapat digunakan sebagai materi penyuluhan bagi penelitian selanjutnya

### 1.5 Kerangka Konsep



Variabel Bebas

Variabel Terikat

Sumber: Adriani dan Wirjatmadi (2014)

Keterangan:

- - - - - : variabel tidak diteliti
- \_\_\_\_\_ : variabel yang diteliti