

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Obesitas pada anak adalah kondisi penumpukan lemak tubuh berlebih yang dapat membahayakan kesehatan. Kondisi ini merupakan bentuk yang lebih berat dari overweight dan menjadi masalah kesehatan serius karena dampaknya dapat berlanjut hingga masa dewasa (UNICEF, 2025). WHO melaporkan bahwa prevalensi obesitas pada anak dan remaja usia 5–19 tahun secara global meningkat dari 2% pada tahun 1990 menjadi 8% pada tahun 2022, dengan jumlah lebih dari 160 juta anak dan remaja hidup dengan obesitas (WHO, 2025). Pada tingkat global, prevalensi overweight dan obesitas pada anak dan remaja usia 5–19 tahun menunjukkan variasi yang cukup besar antarnegara. Prevalensi tertinggi ditemukan di Niue sebesar 63%, Cook Island sebesar 62%, dan Chile sebesar 58% (UNICEF, 2025).

Prevalensi overweight pada anak usia 5–12 tahun di Indonesia menurut SKI 2023 tercatat sebesar 11,9%. Provinsi dengan prevalensi overweight tertinggi adalah Papua Pegunungan (23,6%), disusul Bali (14,9%), DKI Jakarta (14,6%), dan Bangka Belitung (14,5%). Prevalensi obesitas pada anak usia 5–12 tahun di Indonesia tercatat sebesar 7,8%. Provinsi dengan prevalensi obesitas tertinggi adalah DKI Jakarta (12,7%), diikuti Bangka Belitung (12,6%), Bali (11,8%), dan Kalimantan Utara (11,2%) (Kemenkes, 2023).

Berdasarkan data RISKESDAS (2018), prevalensi obesitas pada anak usia 5–12 tahun di Provinsi Bali menunjukkan variasi antar kabupaten/kota. Kota

Denpasar memiliki prevalensi tertinggi sebesar 15,12%, diikuti oleh Kabupaten Badung sebesar 11,44%, Kabupaten Klungkung sebesar 11,41%, dan Kabupaten Tabanan sebesar 11,16%. Angka tersebut menunjukkan bahwa prevalensi obesitas anak di Kabupaten Badung berada di atas rata-rata Provinsi Bali yang sebesar 10,57%. Kondisi ini mengindikasikan bahwa obesitas pada anak di Kabupaten Badung masih menjadi masalah kesehatan yang perlu mendapat perhatian.

Obesitas merupakan masalah kesehatan yang perlu mendapat perhatian serius karena dapat menimbulkan berbagai dampak jangka pendek maupun jangka panjang. Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Obesitas dari Kementerian Kesehatan RI menjelaskan bahwa obesitas meningkatkan risiko berbagai penyakit tidak menular, seperti diabetes melitus tipe 2, hipertensi, penyakit kardiovaskular, dislipidemia, perlemakan hati, gangguan muskuloskeletal, beberapa jenis kanker, serta penurunan kualitas hidup (Kemenkes, 2025). Pada anak dan remaja, obesitas juga berdampak pada aspek psikososial, seperti stigma, diskriminasi, perundungan, penurunan performa belajar, dan kualitas hidup yang lebih rendah, sehingga obesitas perlu dicegah dan ditangani sejak dini (Nirwana, 2020).

Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap meningkatnya kejadian obesitas pada anak adalah tingginya konsumsi minuman berpemanis dalam kemasan (MBDK) atau *sugar-sweetened beverages* (SSB) (WHO, 2023). Minuman berpemanis dalam kemasan (MBDK) merupakan minuman yang mengandung gula bebas, baik berkarbonasi maupun non-karbonasi, seperti minuman energi, teh, kopi, susu berperisa, serta minuman buah olahan (WHO, 2023)

Berbagai penelitian menunjukkan adanya hubungan yang konsisten antara konsumsi sugar-sweetened beverages (SSB) dengan peningkatan kejadian kelebihan berat badan dan obesitas pada anak. UNICEF (2025) menyatakan bahwa meningkatnya konsumsi minuman berpemanis dan makanan tidak sehat menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap peningkatan prevalensi overweight dan obesitas anak di berbagai negara. Temuan tersebut didukung oleh penelitian Oktaviani *et al.* (2023) pada 6.090 anak usia 6–12 tahun di Indonesia yang menunjukkan bahwa konsumsi makanan dan minuman obesogenik, termasuk minuman manis (sweet beverages), berhubungan dengan kejadian overweight dan obesitas pada anak. Selain itu, penelitian Yu *et al.* (2022) di Shandong, China, yang melibatkan 1.819 anak dan remaja, termasuk 1.068 anak usia 6–12 tahun, menemukan bahwa konsumsi gula dari minuman berpemanis ≥ 25 gram per hari meningkatkan risiko overweight dan obesitas sebesar 1,391 kali dibandingkan konsumsi < 25 gram per hari (OR=1,391; 95% CI=1,115–1,734).

Penelitian Ferretti & Mariani (2019) menunjukkan bahwa negara-negara dengan tingkat konsumsi sugar-sweetened beverages (SSB) yang tinggi umumnya memiliki harga minuman yang relatif lebih terjangkau. Dalam penelitian tersebut Amerika Serikat tercatat sebagai negara dengan konsumsi SSB tertinggi, yaitu sekitar 236,58 liter per kapita per tahun, diikuti oleh Meksiko sebesar 166,98 liter, Jerman 150,65 liter, dan Jepang 144,27 liter per kapita per tahun. Indonesia menempati peringkat ketiga di kawasan Asia Tenggara dengan tingkat konsumsi sekitar 20,23 liter per kapita per tahun.

Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi konsumsi minuman berpemanis ≥ 1 kali per hari di Indonesia mencapai 47,5% pada

penduduk usia ≥ 3 tahun. Provinsi dengan proporsi konsumsi tertinggi antara lain Jawa Tengah sebesar 60,3%, Kalimantan Selatan 60,0%, dan DI Yogyakarta 57,9%. Sementara itu, Provinsi Bali memiliki prevalensi konsumsi minuman berpemanis ≥ 1 kali per hari sebesar 19,2%. Namun, pada frekuensi konsumsi 1–6 kali per minggu, proporsinya mencapai 60,0% (Kemenkes, 2023).

Menurut kelompok umur, proporsi konsumsi minuman berpemanis ≥ 1 kali per hari pada kelompok dewasa berada pada kisaran 44,3%–48,3%, dengan angka tertinggi pada usia 35–39 tahun dan 40–44 tahun, masing-masing sebesar 48,3%. Pada kelompok remaja usia 15–19 tahun, proporsi konsumsi tercatat sebesar 45,8%. Sementara itu, pada kelompok anak-anak proporsi konsumsi cenderung lebih tinggi, yaitu 51,4% pada usia 3–4 tahun, 53,0% pada usia 5–9 tahun, dan 50,7% pada usia 10–14 tahun. Data ini menunjukkan bahwa anak merupakan kelompok dengan proporsi konsumsi minuman berpemanis tertinggi dibandingkan kelompok usia lainnya (Kemenkes, 2023).

Berdasarkan hasil *literature review*, didapatkan bahwa pemahaman anak dan remaja mengenai dampak kesehatan akibat konsumsi minuman berpemanis masih belum optimal. Studi di Amerika Serikat oleh Park *et al.* (2023) menunjukkan bahwa sekitar 25,4% remaja belum mengetahui kaitan *sugar-sweetened beverages* (SSB) dengan kenaikan berat badan, dan remaja yang tidak mengetahui hubungan tersebut cenderung lebih sering mengonsumsi SSB setiap hari. Penelitian oleh Rahmani dkk. (2025) pada siswa kelas 5A SDIP Insan Robbani Tangerang juga menunjukkan bahwa hanya 35,71% siswa yang menyebut obesitas sebagai risiko konsumsi minuman manis dan berwarna.

Temuan tersebut sejalan dengan hasil studi pendahuluan di SDN 7 Jimbaran. Berdasarkan hasil wawancara dengan Kepala SDN 7 Jimbaran, diketahui bahwa siswa di sekolah tersebut belum pernah mendapatkan edukasi kesehatan mengenai minuman berpemanis. Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa jumlah siswa kelas IV, V, dan VI pada tahun ajaran 2025/2026 sebanyak 114 siswa. Wawancara terhadap 10 siswa juga menunjukkan bahwa 7 dari 10 siswa belum mengetahui risiko obesitas yang dapat timbul akibat konsumsi minuman berpemanis secara berlebihan. Selain itu, hasil observasi selama studi pendahuluan menunjukkan bahwa kantin sekolah dan warung di sekitar SDN 7 Jimbaran masih menyediakan berbagai merek minuman berpemanis dalam kemasan, serta pada saat pengamatan terlihat beberapa siswa sedang mengonsumsi minuman tersebut. Pada saat studi pendahuluan juga diperoleh gambaran bahwa siswa lebih tertarik pada penyampaian materi yang disertai gambar, warna, dan cerita sederhana sehingga informasi lebih mudah dipahami dan tidak membosankan. Kondisi ini menunjukkan bahwa siswa memiliki paparan yang cukup tinggi terhadap minuman berpemanis, sementara pemahaman mereka mengenai dampak kesehatannya masih terbatas. Oleh karena itu, SDN 7 Jimbaran dipandang layak menjadi lokasi penelitian karena memiliki kondisi yang relevan dengan fokus penelitian mengenai edukasi minuman berpemanis dan risiko obesitas pada siswa.

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan media edukasi yang sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar untuk meningkatkan pemahaman mereka mengenai risiko konsumsi minuman berpemanis. Media komik dipilih karena mampu menyajikan informasi kesehatan secara visual, sederhana, dan mudah dipahami oleh siswa. Komik menggabungkan unsur gambar dan teks secara terpadu

sehingga dapat membantu siswa memahami pesan kesehatan dengan lebih baik (Mikamahuly, Fadieny dan Safriana, 2023)

Beberapa penelitian membuktikan bahwa komik merupakan media edukasi yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar. Penelitian oleh Kusumarani (2018) yang dilakukan di SD Aisyiyah dan SDN Kalicilik 2, Kabupaten Demak, Jawa Tengah, menggunakan desain quasi-experimental dengan rancangan *pretest–posttest control group*, melibatkan 64 siswa yang terdiri atas 32 siswa kelompok perlakuan dan 32 siswa kelompok kontrol. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian edukasi gizi dengan menggunakan media komik berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan siswa sekolah dasar mengenai konsumsi sayur dan buah. Hasil serupa juga dilaporkan oleh Darni (2020), yang menemukan bahwa edukasi gizi menggunakan media komik “Isi Piringku” berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan gizi pada anak dengan status gizi lebih. Dalam penelitian tersebut, rata-rata skor pengetahuan pada kelompok perlakuan meningkat dari 53,0 menjadi 77,6 poin, dengan selisih peningkatan sebesar 24,54 poin, sedangkan pada kelompok kontrol peningkatan skor hanya sebesar 8,9 poin.

Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis “Pengaruh Edukasi Media Komik Terhadap Tingkat Pengetahuan Siswa Tentang Risiko Obesitas Terkait Minuman Berpemanis Di SDN 7 Jimbaran”, sebagai salah satu upaya meningkatkan pengetahuan siswa dalam rangka pencegahan obesitas sejak usia dini.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan pemaparan latar belakang tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah edukasi media komik efektif meningkatkan pengetahuan siswa tentang risiko obesitas terkait minuman berpemanis di SDN 7 Jimbaran?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi media komik terhadap tingkat pengetahuan siswa tentang risiko obesitas terkait minuman berpemanis di SDN 7 Jimbaran.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dalam penelitian ini adalah:

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden berdasarkan usia dan jenis kelamin pada siswa di SDN 7 Jimbaran.
- b. Mengukur tingkat pengetahuan siswa tentang risiko obesitas terkait minuman berpemanis sebelum diberikan edukasi media komik di SDN 7 Jimbaran.
- c. Mengukur tingkat pengetahuan siswa tentang risiko obesitas terkait minuman berpemanis sesudah diberikan edukasi media komik di SDN 7 Jimbaran.
- d. Menganalisis pengaruh edukasi media komik terhadap tingkat pengetahuan siswa tentang risiko obesitas terkait minuman berpemanis di SDN 7 Jimbaran.

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, peneliti berharap penelitian ini dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis.

1. Manfaat Teoritis

a. Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang pendidikan kesehatan, serta menambah wawasan mengenai pengaruh edukasi media komik terhadap tingkat pengetahuan siswa tentang risiko obesitas terkait minuman berpemanis.

b. Penelitian Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan pustaka, referensi, dan dasar pengembangan bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan edukasi media komik, minuman berpemanis, dan risiko obesitas pada siswa.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan informasi dan pertimbangan bagi tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi kepada siswa menggunakan media komik untuk meningkatkan pengetahuan tentang risiko obesitas terkait minuman berpemanis.

b. Bagi Sekolah dan Siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan siswa mengenai risiko obesitas terkait minuman berpemanis serta menjadi masukan bagi sekolah dalam upaya pemberian edukasi kesehatan melalui media komik.