BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masalah gizi di Indonesia dewasa ini menunjukkan kecenderungan masalah gizi ganda dimana masalah gizi kurang bukanlah satu-satunya masalah gizi yang sedang dihadapi namun Indonesia juga mulai menghadapi masalah gizi lebih atau obesitas. Organisasi kesehatan dunia *World Health Organization* (WHO) mengatakan lebih dari 1,9 miliar orang dewasa berusia 18 tahun ke atas mengalami berat badan berlebih dan 600 juta orang diantaranya mengalami obesitas (WHO, 2016).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar menunjukkan prevalensi obesitas meningkat sejak tiga periode Riskesdas yaitu pada 2007 10,5%, 2013 14,8%, dan 2018 21,8% (Litbangkes, 2018). Peningkatan obesitas penduduk Indonesia ini juga diikuti dengan peningkatan pola hidup tidak sehat yang dilakukan oleh masyarakat Indonesia khususnya pada proporsi aktivitas fisik kurang pada penduduk juga naik dari 26,1% menjadi 33,5%. Masalah kegemukan dan obesitas di Indonesia terjadi pada semua kelompok umur dan pada semua strata sosial ekonomi. Menurut Kemenkes RI anak berusia 5-12 tahun mengalami masalah berat badan berlebih sebesar 18,8% yang terdiri dari kategori gemuk 10,8% dan obesitas 8,8% (Litbangkes, 2013). 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

(Litbangkes, 2013). Menurut penelitian Dewi dan Sidiartha pada tahun 2013 menyebutkan bahwa prevalensi gizi lebih di daerah perkotaan di Bali adalah sebesar 28%, sedangkan pada daerah perdesaan sebesar 10%. Hal ini menunjukkan bahwa tidak hanya daerah perkotaan yang memiliki masalah gizi lebih tetapi di daerah perdesaan pun mengalami hal sama.

Obesitas pada anak dapat terjadi karena beberapa faktor yaitu faktor lingkungan terutama melalui ketidakseimbangan antara pola makan, perilaku makan dan aktivitas fisik. Hal ini terutama berkaitan dengan perubahan gaya hidup yang mengarah pada *sedentary life style.* Pola makan yang merupakan pencetus terjadinya kegemukan dan obesitas adalah mengkonsumsi makanan porsi besar (melebihi dari kebutuhan), makanan tinggi energi, tinggi lemak, tinggi karbohidrat sederhana dan rendah serat. Sedangkan perilaku makan yang salah adalah tindakan memilih makanan berupa *fast food*, makanan dalam kemasan dan minuman ringan (*soft drink*) (Kemenkes RI, 2012). Hal tersebut terlihat pada penelitian Junaidi dan Noviyanda (2013) diperoleh ada pengaruh yang signifikan antara kebiasaan konsumsi *fast food* terhadap obesitas pada anak sekolah dasar Banda Aceh, terlihat dari 64 sampel terdapat 30 orang (46,87%) yang tingkat konsumsi *fast foodnya* pada kategori sering dan dari jumlah tersebut 20 orang (68,7%) yang mengalami obesitas.

Selain pola makan dan perilaku makan, kurangnya aktivitas fisik juga merupakan faktor penyebab terjadinya kegemukan dan obesitas pada anak sekolah. Keterbatasan lapangan untuk bermain dan kurangnya fasilitas untuk beraktivitas fisik menyebabkan anak memilih untuk bermain di dalam rumah serta kemajuan teknologi berupa alat elektronik seperti *video games*, *playstation*,

televisi dan komputer menyebabkan anak malas untuk melakukan aktivitas fisik (Kemenkes RI, 2012). Hal tersebut ditunjukkan pada penelitian Wulandari, dkk (2015) mengenai asupan energi dan aktivitas fisik berhubungan dengan z-score IMT/U anak sekolah dasar di daerah Pedesaan dimana untuk aktivitas fisisknya dari 52 sampel terdapat 34 sampel diantaranya berada dalam kategori ringan dan 18 sampel dalam ketegori sedang.

Desa Nyitdah merupakan sebuah desa yang terletak di Kecamatan Kediri Kabupaten Tabanan Bali. Secara geografis Desa Nyitdah terletak ± 6 km dari daerah pariwisata Tanah Lot dan memiliki dua sekolah dasar. Berdasarkan lokasi, SD Negeri 1 Nyitdah dan SD Negeri 2 Nyitdah merupakan sekolah dasar yang berada cukup dekat dengan gerai-gerai *fast food* lokal maupun internasional seperti C'bezt, ACK, JFC, dan KFC. Gerai *fast food* lokal dewasa ini tidak hanya menjamur di daerah perkotaan namun sudah masuk pula ke kecamatan-kecamatan hingga desa-desa. Berdasarkan hasil survey lapangan diperoleh terdapat gerai *fast food* lokal dengan radius ± 5 km dari Desa Nyitdah sebanyak 13 gerai dan 2 gerai *fast food* internasional. Berdasarkan pengamatan awal penelitian di sekolah dasar di Desa Nyitdah Kabupaten Tabanan tepatnya pada SD Negeri 1 Nyitdah dan SD Negeri 2 Nyitdah ditemukan ada beberapa anak yang mengalami obesitas dengan jumlah yang belum dapat ditentukan. Dari hasil wawancara diketahui di kantin sekolahnya pun di jual makanan *fast food* berupa *chicken nugget.*

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara kebiasaan konsumsi *fast food*, aktivitas fisik dan kejadian obesitas pada anak sekolah dasar di Desa Nyitdah Kabupaten Tabanan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah obesitas harus dicegah sejak dini karena banyaknya dampak buruk berupa penyakit tidak menular yang akan diperoleh dikemudian hari. Maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara kebiasaan konsumsi *fast food*, aktivitas fisik dan kejadian obesitas pada anak sekolah dasar di Desa Nyitdah Kabupaten Tabanan?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara kebiasaan konsumsi *fast food*, aktivitas fisik dan kejadian obesitas pada anak sekolah dasar di Desa Nyitdah Kabupaten Tabanan.

2. Tujuan Khusus

a. Mengidentifikasi kebiasaan konsumsi *fast food* pada anak sekolah dasar di Desa Nyitdah Kabupaten Tabanan.
b. Mengidentifikasi aktivitas fisik pada anak sekolah dasar di Desa Nyitdah Kabupaten Tabanan.
c. Menentukan status obesitas pada anak sekolah dasar di Desa Nyitdah Kabupaten Tabanan.
d. Menganalisis hubungan kebiasaan konsumsi *fast food* dengan kejadian obesitas pada anak sekolah dasar di Desa Nyitdah Kabupaten Tabanan.
e. Menganalisis hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada anak sekolah dasar di Desa Nyitdah Kabupaten Tabanan.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan informasi empiris bagi seluruh tenaga kesehatan khususnya ahli gizi dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi khususnya dalam melakukan kajian kebiasaan konsumsi *fast food* dan aktivitas fisik terhadap obesitas.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat memberikan wawasan dan informasi kepada guru, tenaga kesehatan khususnya ahli gizi, puskesmas pembantu, puskesmas Kecamatan Kediri Kabupaten Tabanan serta masyarakat terkait dengan hubungan kebiasaan konsumsi *fast food*, aktivitas fisik terhadap obesitas. Disamping itu, dapat sebagai salah satu acuan untuk mencegah dan menanggulangi obesitas.