

BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Identifikasi	Database : <i>Googlescholar</i>	Kata kunci : <ol style="list-style-type: none">1. Lingkungan sosial anak obesitas2. Pemilihan makanan anak obesitas3. Frekuensi konsumsi <i>junk food</i> anak obesitas
Seleksi	10.520 artikel ditemukan di database 14 artikel dipilih di database	10.499 artikel dikecualikan melalui pembacaan judul
kelayakan	11 artikel dipilih di database	3 artikel dikeluarkan karena berupa skripsi
inklusi	9 artikel dipilih di database	2 artikel dikeluarkan karena tidak dapat diakses (berbayar)

Dari 3 artikel ilmiah yang didapat melalui database *Googlescholar* mengenai lingkungan sosial anak obesitas, setelah diidentifikasi 1 artikel berupa jurnal termasuk dalam kriteria inklusi dan 2 artikel berupa skripsi masuk dalam kriteria eksklusi, 2 artikel ilmiah yang didapat melalui database *Googlescholar* mengenai pemilihan makanan anak obesitas, setelah

diidentifikasi 1 artikel berupa jurnal termasuk dalam kriteria inklusi dan 1 artikel berupa skripsi masuk dalam kriteria eksklusi dan 9 artikel ilmiah yang didapat melalui database *Googlescholar* mengenai frekuensi konsumsi *junk food* anak obesitas, setelah diidentifikasi 6 artikel berupa jurnal masuk dalam kriteria inklusi, 3 artikel berupa jurnal yang berbayar dan tidak dapat diakses masuk dalam kriteria eksklusi. Berdasarkan variabel lingkungan sosial, lingkungan keluarga dan lingkungan teman sebaya memengaruhi frekuensi konsumsi *junk food* pada anak obesitas.

1. Lingkungan Sosial Anak Obesitas

Berdasarkan penelitian Astuti Pavilianingtyas (2017), lingkungan sosial anak obesitas yang paling mempengaruhi adalah lingkungan keluarga dan lingkungan di tempat tinggal. Presentase lingkungan keluarga yang menyebabkan terjadinya obesitas sebanyak 93,6% meliputi kebiasaan mengkonsumsi *fast food* karena orangtua bekerja dan tidak sempat memasak dirumah untuk anak sebanyak 30,6%, membiarkan anak makan sepuasnya di pesta tanpa memperhatikan apa yang dimakan sebanyak 29,4%, dan menyediakan camilan yang tidak sehat dirumah 22,3% dan ada keturunan anggota keluarga yang obesitas dengan persentasi 11,3%.

Persentase lingkungan teman sebaya yang menyebabkan terjadinya obesitas sebanyak 48,3% meliputi tingkat aktivitas fisik rendah sebanyak 31,7% karena anak lebih suka didepan layar, ngemil dan tidak ada teman sebaya di lingkungan rumah untuk diajak bermain, sedangkan durasi *screen time* < 2 jam per hari sebanyak 16,6% karena anak menghabiskan waktu didepan layar seperti *handphone*, televisi, laptop, komputer, *play station* maupun *tablet*. Yang berhubungan dengan inaktivitas yang menyebabkan anak mengalami obesitas.

2. Pemilihan Makanan Pada Anak Obesitas

Berdasarkan penelitian Kartika Juniari Ningsih (2020) , anak yang status gizinya termasuk dalam kategori obesitas lebih menyukai makan di tempat terbuka dengan persentase 68,5 %. Hal ini dikarenakan mereka menyukai pilihan jajanan yang ada didepan sekolah mereka.

Dari segi kandungan gizi, anak obesitas lebih menyukai jajanan yang tinggi gula dan lemak sebanyak 66,25 %. Hal ini dikarenakan mereka kurang pengetahuan tentang gizi.

Dari segi BTM , anak obesitas menyukai jajanan yang mengandung BTM atau bumbu yang tidak aman sebanyak 58,9%. Hal ini dikarenakan mereka menyukai jajanan instan dalam kemasan yang sering mereka beli di kantin sekolah.

Dari segi kebersihan, anak obesitas yang menyukai jajanan yang bersih sebanyak 34,9%. Hal ini dikarenakan jajanan di wilayah sekolah dan tempat tinggal mereka tidak memperhatikan standar kebersihan yang baik.

3. Frekuensi Konsumsi *Junk Food* Anak Obesitas

Berdasarkan penelitian Surono (2016) , persentase anak yang obesitas karena sering mengonsumsi *junk food* sebanyak 72,2%. Dari uji statistic chi-square didapatkan nilai $p = 0,001$ ($P < 0,05$) sehingga dikatakan bahwa terdapat hubungan antara frekuensi konsumsi *junk food* dengan anak obesitas.

Berdasarkan penelitian Riswanti Septiani (2017) persentase anak obesitas dengan frekuensi konsumsi *junk food* 1-2 kali dalam seminggu sebanyak 19,4 % dan dengan frekuensi konsumsi *junk food* > 2 kali dalam seminggu sebanyak 69,4 %.

Berdasarkan penelitian Esti Nurwanti (2017) , persentase anak obesitas dengan frekuensi konsumsi *junk food* >3 kali dalam seminggu sebanyak 47,18%. Selain itu, berdasarkan asupan zat gizi yang berasal dari *junk food*, diketahui bahwa asupan energi, lemak jenuh, dan natrium memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian obesitas ($p < 0,05$)

Berdasarkan penelitian dari Fadliyana Ekawaty (2017) presentase anak obesitas dengan frekuensi konsumsi *junk food* 2-5 kali dalam seminggu sebanyak 43%, sedangkan persentase anak obesitas dengan frekuensi konsumsi *junk food* < 2 kali seminggu sebanyak 2,8 %

Berdasarkan jurnal internasional dari Journal Of The Royal Of Medicine penyebab tingginya frekuensi konsumsi *junk food* yang menyebabkan anak obesitas yaitu iklan makanan.

Berdasarkan jurnal internasional dari Internasional Journal Of Obesity ,penyebab tingginya frekuensi konsumsi *junk food* adalah kebiasaan menonton televisi.

Berdasarkan jurnal internasional penelitian Erik Hemmingsson (2018), tingginya frekuensi konsumsi *junk food* yang menyebabkan *obesitas adalah* disfungsi keluarga. Anak-anak dalam keluarga yang tidak harmonis lebih besar berisiko, dibandingkan dengan anak-anak yang tumbuh dalam keluarga yang harmonis, disfungsi kebiasaan makan dimana mereka secara teratur mengkonsumsi *junk food* untuk menghilangkan perasaan sedihnya.

B. Pembahasan

1. Lingkungan Sosial Anak Obesitas

Menurut Setiadi dan Kolip (2011) , lingkungan sosial adalah tempat atau suasana dimana sekelompok orang merasa sebagai anggotanya, seperti lingkungan kerja, lingkungan RT, lingkungan pendidikan, lingkungan pesantren, dan sebagainya Jadi lingkungan sosial adalah semua orang dan suasana tempat yang dapat mempengaruhi kita baik secara langsung maupun tidak langsung.

Lingkungan sosial yang paling mempengaruhi anak obesitas adalah lingkungan rumah dan lingkungan teman sebaya. Obesitas adalah suatu penyakit serius yang dapat mengakibatkan masalah emosional dan sosial. Seorang dikatakan overweight bila berat badannya 10% sampai dengan 20% berat badan normal, sedangkan seseorang disebut obesitas apabila kelebihan berat badan mencapai lebih 20% dari berat normal. Obesitas saat ini menjadi

permasalahan dunia bahkan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mendeklarasikan sebagai epidemic global.

Berdasarkan penelitian Astuti Pavilianingtyas (2017) , lingkungan sosial anak obesitas yang paling mempengaruhi adalah lingkungan keluarga dan lingkungan di tempat tinggal. Presentase lingkungan keluarga yang menyebabkan terjadinya obesitas sebanyak 93,6% meliputi kebiasaan mengkonsumsi *fast food* karena orangtua bekerja dan tidak sempat memasak dirumah untuk anak sebanyak 30,6%, membiarkan anak makan sepuasnya di pesta tanpa memperhatikan apa yang dimakan sebanyak 29,4%, dan menyediakan camilan yang tidak sehat dirumah 22,3% dan ada keturunan anggota keluarga yang obesitas dengan persentasi 11,3%.

Fast food atau ready-to-eat-food jadi pilihan utama orang tua yang sibuk atau konsumsi ketika menghabiskan waktu bersama keluarga pada masyarakat modern. Hal ini disebabkan karena pengolahannya yang cenderung cepat karena menggunakan tenaga mesin, terlihat bersih karena penjamahnya adalah mesin, restoran yang mudah ditemukan serta karena pelayanannya yang selalu sedia setiap saat, bagaimanapun cara pemesanannya (Jassen, 2004). Selain kebiasaan konsumsi fastfood, faktor keluarga yang menyebabkan anak obesitas adalah membiarkan anak makan sepuasnya di pesta tanpa memperhatikan apa yang dimakan, dan menyediakan camilan yang tidak sehat dirumah dan ada keturunan anggota keluarga yang obesitas.

Ibu yang gemuk memiliki peluang yang besar untuk mempunyai anak gemuk pula (Wirakusumah , 2004) Apabila ada faktor keturunan obesitas, maka ada kecenderungan pada seseorang untuk membangun lemak lebih banyak dari orang lain karena ada sifat metabolisme yang diturunkan, misalnya ada gen bawaan pada kode untuk enzim Adipose Tissue Lipoprotein Lipase lebih aktif. Tidak hanya pengaruh gen saja, kegemukan anak pada penelitian ini kemungkinan didukung pula oleh faktor lingkungan (kebiasaan makan orang

tua). Soelistijani dan Herlianty (2003) menyatakan bahwa anak-anak yang mempunyai bakat gemuk karena faktor genetik akan cepat menjadi gemuk, apalagi jika didukung kebiasaan makan orang tua yang menyukai makanan berkalori tinggi dan anak meniru kebiasaan makan orang tuanya tersebut.

Selain lingkungan keluarga, Persentase lingkungan teman sebaya yang menyebabkan terjadinya obesitas sebanyak 48,3% meliputi tingkat aktivitas fisik rendah sebanyak 31,7 %. Hal ini disebabkan selain waktu belajar di sekolah yang memakan waktu sekitar \pm 6 jam, juga adanya les pelajaran tambahan di luar jam pelajaran di sekolah dan mengerjakan PR di rumah. Sehingga alokasi waktu untuk kegiatan sekolah di hari sekolah menjadi lebih banyak. Saat libur sekolah, anak lebih suka menghabiskan waktu didepan layar , ngemil dan tidak ada teman sebaya di lingkungan rumah untuk diajak bermain. Selain itu, sedangkan durasi *screen time* < 2 jam per hari sebanyak 16,6 % karena anak menghabiskan waktu didepan layar seperti *handphone* , televisi, laptop, komputer, *play station* maupun *tablet*. Yang berhubungan dengan inaktivitas yang menyebabkan anak mengalami obesitas.

2. Pemilihan Makanan Anak Obesitas

Pemilihan makanan jajanan secara sehat dan baik itu penting untuk dikenalkan kepada anak-anak usia sekolah. pemahaman tentang perilaku Hidup Berish dan Sehat (PHBS) yang perlu dimulai dari diri sendiri itu sangat penting untuk anak-anak. Pemahaman tentang bagaimana PHBS ini juga sangat penting ditunjukkan pada bagaimana pemilihan makanan jajanan. (Wulansari et al., 2019)

Berdasarkan penelitian Kartika Juniari Ningsih (2020) , anak yang status gizinya termasuk dalam kategori obesitas lebih menyukai makan di tempat terbuka dengan persentase 68,5 %. Hal ini dikarenakan mereka menyukai pilihan jajanan yang ada didepan sekolah mereka. Di wilayah sekolah biasanya banyak jajanan yang dijual mulai dari jajanan yang dijual di gerobakan atau sepeda, jajanan yang dijual di warung , sampai jajanan yang dijual

di trotoar. Dari segi kandungan gizi, anak obesitas lebih menyukai jajanan yang tinggi gula dan lemak sebanyak 66,25 %. Hal ini dikarenakan mereka kurang pengetahuan tentang gizi. Pengetahuan gizi yang dimaksud adalah pengetahuan tentang pedoman gizi seimbang. Dari segi BTM , anak obesitas menyukai jajanan yang mengandung BTM atau bumbu yang tidak aman sebanyak 58,9%. Hal ini dikarenakan mereka menyukai jajanan instan dalam kemasan yang sering mereka beli di kantin sekolah. Dari segi kebersihan, anak obesitas yang menyukai jajanan yang bersih sebanyak 34,9%. Hal ini dikarenakan jajanan di wilayah sekolah dan tempat tinggal mereka tidak memperhatikan standar kebersihan yang baik.

3. Frekuensi Konsumsi *Junk Food* Anak Obesitas

Menurut Oetoro, S (2013) , *Junk food* kerap dikenal sebagai makanan yang tidak sehat (makanan sampah) karena mengandung jumlah lemak yang besar, rendah serat, banyak mengandung garam, gula, zat aditif dan kalori tinggi tetapi rendah nutrisi, rendah vitamin, dan rendah mineral. *Junk food* juga mengandung banyak sodium, lemak jenuh, dan kolesterol. Bila jumlah ini terlalu banyak didalam tubuh, maka akan menimbulkan banyak penyakit, seperti obesitas, jantung dan kanker. Faktor-faktor penyebab konsumsi *junk food* yaitu gaya hidup, pengetahuan gizi, uang saku, pola makan, rasa *junk food* , dan kebiasaan konsumsi

Berdasarkan penelitian Surono (2016) , persentase anak yang obesitas karena sering mengonsumsi *junk food* sebanyak 72,2%. Data lain yang mendukung tingginya persentase anak obesitas karena sering mengonsumsi *junk food* dari penelitian Riswanti Septiani (2017) yaitu 69,4%, penelitian dari Esti Nurwanti (2017) yang membuktikan persentase anak obesitas dengan frekuensi konsumsi *junk food* >3 kali dalam seminggu sebanyak 47,18%, dan penelitian dari Fadliyana Ekawaty (2017) presentase anak obesitas dengan frekuensi konsumsi *junk food* 2-5 kali dalam seminggu sebanyak 43 Tingginya presentase ini disebabkan karena frekuensi konsumsu *junk food* nya sangat tinggi yaitu > 2 kali dalam seminggu. Anak obesitas senang mengonsumsi *junk food* karena *junk food* memiliki rasa yang gurih, manis, dan

memberikan rasa berkesan pada lidah jika dibandingkan dengan sayur atau buah-buahan. Selain itu, berdasarkan asupan zat gizi yang berasal dari junk food, diketahui bahwa asupan energi, lemak jenuh, dan natrium memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian obesitas ($p < 0,05$)

Anak yang obesitas cenderung malas dan sulit bergerak karena banyak penumpukan lemak dalam tubuhnya. Berdasarkan jurnal internasional dari Internasional Journal Of Obesity, anak yang obesitas cenderung memiliki kebiasaan menonton televisi yang tinggi daripada beraktifitas fisik. Televisi sendiri merupakan salah satu dari delapan faktor risiko penyebab obesitas yang telah teridentifikasi. Iklan di televisi sering menayangkan iklan *junk food* dengan gambar dan animasi yang menarik. Semakin sering anak menonton televisi yang menayangkan iklan produk makanan *junk food*, semakin tinggi juga keinginan anak membeli dan mengonsumsi *junk food* sehingga memengaruhi frekuensi konsumsi *junk food* nya. Selain itu, edukasi dan perhatian orang tua juga memengaruhi frekuensi konsumsi *junk food* anak. Hal ini selaras dengan hasil jurnal internasional penelitian dari Erik Hemmingsson (2018) yang menyatakan bahwa tingginya frekuensi konsumsi *junk food* anak obesitas disebabkan karena disfungsi keluarga atau keluarga yang kurang harmonis. Biasanya anak yang berada di keluarga yang kurang harmonis kurang diperhatikan asupan dan pola konsumsinya. Anak yang obesitas dan berada di keluarga yang kurang harmonis cenderung memiliki pola makan yang tidak baik salah satunya adalah mengonsumsi junk food dengan frekuensi yang tinggi. Pentingnya memberikan edukasi pada anak untuk dapat memilih makanan yang sehat dan bergizi seimbang.

