

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar belakang

Obesitas telah menjadi masalah kesehatan di berbagai negara, pada tahun 2014 lebih dari 1,9 miliar orang dewasa gemuk dan lebih dari setengah miliar mengalami obesitas. Paling sedikit 2,8 juta orang meninggal setiap tahun karena gemuk atau obesitas. Prevalensi obesitas lebih dari dua kali lipat antara tahun 1980 dan 2014.⁽¹⁾

Menurut Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2013, 8 dari 100 anak di Indonesia mengalami obesitas.⁽²⁾ Secara nasional masalah gemuk pada anak umur 5-12 tahun masih tinggi yaitu 18,8 persen, terdiri dari gemuk 10,8 persen dan sangat gemuk (obesitas) 8,8 persen. Prevalensi gemuk terendah di Nusa Tenggara Timur (8,7%) dan tertinggi di DKI Jakarta (30,1%).⁽³⁾

Menurut *World Health Organization*, pengertian obesitas itu sendiri adalah akumulasi lemak abnormal atau berlebihan yang menimbulkan risiko terhadap kesehatan. Ukuran kasar obesitas adalah dengan menghitung indeks massa tubuh (IMT), berat badan seseorang (dalam kilogram) dibagi dengan kuadrat tinggi badannya (dalam meter). Seseorang dengan indeks massa tubuh 30 atau lebih umumnya dianggap obesitas.⁽⁴⁾ Sedangkan pada anak jika *Z-Score* lebih dari 2SD dianggap obesitas.⁽³⁾

Menurut *National Institute of Health*, faktor risiko yang meningkatkan kejadian obesitas dibagi menjadi dua yaitu faktor risiko yang dapat diubah dan tidak dapat

diubah. Faktor yang dapat diubah antara lain, kurangnya aktivitas fisik, mengonsumsi makanan dengan jumlah kalori yang melebihi kalori yang diperlukan, kurang tidur, dan faktor psikologis seperti stres. Sedangkan faktor yang tidak dapat diubah antara lain, usia, jenis kelamin, faktor genetik, ras atau etnis.⁽⁵⁾

Aktivitas fisik adalah gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang memerlukan pengeluaran energi, termasuk aktivitas yang dilakukan saat bekerja, bermain, melakukan pekerjaan rumah tangga, bepergian, dan terlibat dalam kegiatan rekreasi.⁽⁶⁾ Aktivitas dibagi menjadi dua yaitu aktivitas fisik "aktif" dimana individu yang melakukan aktivitas fisik berat atau sedang atau keduanya, sedangkan kriteria 'kurang aktif' adalah individu yang tidak melakukan aktivitas fisik sedang ataupun berat. Prevalensi aktivitas fisik yang tergolong kurang aktif secara umum adalah 26,1%. Terdapat 22 provinsi dengan penduduk aktivitas fisik tergolong kurang aktif berada diatas rata-rata Indonesia. Lima provinsi yang tertinggi adalah provinsi penduduk DKI Jakarta (44,2%), Papua (38,9%), Papua Barat (37,8%), Sulawesi Tenggara dan Aceh (masing-masing 37,2%).⁽³⁾

Dari beberapa penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Tao Zang di Tiongkok pada tahun 2017 memiliki hasil bahwa aktivitas fisik berpengaruh terhadap terjadinya obesitas pada anak umur 6-18 tahun.⁽⁷⁾ Selain itu, penelitian yang dilakukan di Universitas Udayana, Bali pada tahun 2013 memiliki hasil bahwa aktivitas fisik juga memiliki hubungan terhadap terjadinya obesitas pada anak kelas 1 dan 2 sekolah dasar.⁽⁸⁾ Namun, penelitian yang dilakukan di *Polish School Children* di Polandia pada

tahu 2017, memiliki hasil bahwa aktivitas fisik memiliki hubungan yang relative lemah dengan indeks masa tubuh dan tidak konsisten antar jenis kelamin dan kelompok usia.⁽⁹⁾ Begitu juga dengan penelitian yang dilakukan di Pekanbaru pada tahun 2010, bahwa penelitiannya mengatakan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada siswa SMPN.⁽¹⁰⁾ Sedangkan penelitian di daerah Tangerang masih belum ada mengenai hubungan antara aktifitas fisik dengan kejadian obesitas pada anak.

Berdasarkan yang sudah dijelaskan bahwa kejadian obesitas di Indonesia masih cukup tinggi sementara aktivitas fisik yang dilakukan juga tergolong kurang aktif.

Oleh karena perbedaan hasil mengenai hubungan aktivitas fisik dengan risiko terjadinya obesitas pada penelitian-penelitian sebelumnya, maka peneliti ingin meneliti lebih lanjut mengenai hubungan keduanya, khususnya di daerah Tangerang.

1.2. Perumusan Masalah

Walaupun sudah banyak penelitian yang dilakukan sebelumnya namun hasil dari penelitian masih ada perbedaan. Dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Tao Zang di Tiongkok pada tahun 2017 memiliki hasil bahwa aktivitas fisik berpengaruh terhadap terjadinya obesitas pada anak umur 6-18 tahun. Selain itu, penelitian yang dilakukan di Universitas Udayana, Bali pada tahun 2013 memiliki hasil bahwa aktivitas fisik juga memiliki hubungan terhadap terjadinya obesitas pada anak kelas 1 dan 2 sekolah dasar. Namun, penelitian yang dilakukan di *Polish School Children* di Polandia pada tahun 2017, memiliki hasil bahwa aktivitas fisik memiliki hubungan yang relative

lemah dengan indeks masa tubuh dan tidak konsisten antar jenis kelamin dan kelompok usia. Begitu juga dengan penelitian yang dilakukan di Pekanbaru pada tahun 2010, bahwa penelitiannya mengatakan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada siswa SMPN. Penelitian di Tangerang mengenai hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada anak pun masih belum ada.

Oleh karena itu, maka perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dan peneliti ingin meneliti khususnya di daerah Tangerang mengenai hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada anak usia sekolah dasar.

1.3. Pertanyaan Penelitian

- 1.3.1. Bagaimana gambaran kejadian obesitas pada anak usia sekolah dasar di SDN Rawabuntu 3?
- 1.3.2. Bagaimana gambaran tingkat aktivitas fisik pada anak usia sekolah dasar di SDN Rawabuntu 3?
- 1.3.3. Apakah ada hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada anak usia sekolah dasar di SDN Rawabuntu 3?

1.4. Tujuan umum dan khusus

1.4.1. Tujuan Umum

Mengetahui adanya hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada anak usia sekolah dasar di SDN Rawabuntu 3.

1.4.2. Tujuan Khusus

- Mengetahui gambaran kejadian obesitas pada anak usia sekolah dasar di SDN Rawabuntu 3
- Mengetahui gambaran tingkat aktivitas fisik pada anak usia sekolah dasar di SDN Rawabuntu 3.
- Mengetahui adanya hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada anak usia sekolah dasar di SDN Rawabuntu 3.

1.5. Manfaat

1.5.1. Manfaat akademik

- Memberikan pengalaman bagi peneliti untuk melakukan penelitian dalam bidang kesehatan anak.
- Hasil penelitian diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan bagi para pembaca.
- Sebagai bahan bacaan atau informasi tambahan bagi peneliti yang akan melakukan penelitian ini selanjutnya.

1.5.2. Manfaat praktis

- Memberikan informasi mengenai salah satu faktor risiko yang dapat menyebabkan obesitas.