Jurnal Masker Medika
e-ISSN : 2654-8658
p -ISSN :2301-8631

Volume 11, Nomor 1. Juni 2023
http://jmm.ikestmp.ac.id
10.52523/maskermedika.v11i1.601

HUBUNGAN POLA MAKAN KELUARGA DENGAN KEJADIAN OBESITAS PADA ANAK SEKOLAH DI RT. 006 RW. 069 KELURAHAN 16 ULU

THE RELATIONSHIP OF FAMILY EATING PATTERNS WITH THE INCIDENCE OF OBESITY IN SCHOOL CHILDREN IN RT. 006 RW. 069 DISTRICT 16 ULU

Siti Sholeha[1]*, R.A Putri Rasuna[2]**
**Institut Ilmu Kesehatan dan Teknologi Muhammadiyah Palembang
Korespodensi Email: sisol0300@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: *Obesitas* merupakan keadaan patologis, yaitu dengan terdapatnya penimbunan lemak yang berlebihan dari yang diperlukan untuk fungsi tubuh yang normal. Tetapi masih banyak pendapat di masyarakat yang mengira bahwa anak gemuk adalah sehat. Obesitas merupakan masalah gizi lebih yang saat ini prevalensinya terus meningkat dimana penderitanya tidak hanya pada orang dewasa akan tetapi juga anak usia sekolah. Gaya hidup masa kini yang cenderung tidak seimbang anatar asupan makanan dan aktivitas fisik memicu timbulnya kejadian ini. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara Pola Makan Keluarga dengan Kejadian Obesitas pada Anak Sekolah di RT 006 RW. 069 Kelurahan 16 Ulu Palembang. **Metode**: metode penelitian ini dilakukan menggunakan rancangan *analitik deskripsi* dengan pendekatan *cross sectional.* Yang ditunjukan dengan **Hasil:** uji *Chi Square* diketahui bahwa anak responden yang menerpakan pola makan yang buruk dengan kejadian obesitas sebanyak 19 orang (70,4%) dan anak responden yang menerapkan pola makan baik dengan kejadian obesitas sebanyak 2 orang (22,2%), sedangkan anak responden yang menerapkan pola makan yang tidak baik dengan IMT normal sebanyak 8 orang (29,6%) dan anak responden yang menerapkan pola makan yang baik dengan IMT normal sebanyak 7 orang (77,8%). **Diskusi**: Dari hasil analisis statistic diketahui nilai p value 0,016 ini menunjukkan ada hubungan antara pola makan dengan kejadian obesitas pada anak dengan OR 8,31

Kata Kunci: Pola Makan, Obesitas, Anak Sekolah, Gaya Hidup

ABSTRACT

Introduction: *Introduction: Obesity is a pathological condition, namely the accumulation of excess fat than is required for normal body function. But there are still many opinions in society that think that fat children are healthy. Obesity is a problem of excess nutrition whose prevalence continues to increase, with sufferers not only adults but also school-aged children. Today's lifestyle, which tends to be unbalanced between food intake and physical activity, triggers this incident. The aim of this research is to analyze the relationship between family eating patterns and the incidence of obesity in school children in RT 006 RW. 069 Subdistrict 16 Ulu Palembang.* ***Methode:*** *Methode this research was conducted using a descriptive analytical design with a cross sectional approach.* ***Result****: What is shown by the results of the Chi Square test is that 19 children of respondents who had a poor diet had an incidence of obesity (70.4%) and children of respondents who had a good diet had an incidence of obesity of 2 people (22.2%). Meanwhile, there were 8 children of respondents who adopted poor eating patterns with a normal BMI (29.6%) and 7 children of respondents who adopted a good eating pattern with a normal BMI (77.8%).* ***Discussion*** *from the results of statistical analysis, it is known that the p value is 0.016, indicating that there is a relationship between diet and the incidence of obesity in children with an OR of 8.31.*

Keywords*: Diet, Obesity, School Children, Lifestyle*

Jurnal Masker Medika
e-ISSN : 2654-8658
p -ISSN :2301-8631
Volume 11, Nomor 1. Juni 2023
http://jmm.ikestmp.ac.id
10.52523/maskermedika.v11i1.601

PENDAHULUAN

Obesitas merupakan masalah gizi lebih yang saat ini prevalensinya terus meningkat dimana penderitanya tidak hanya pada orang dewasa akan tetapi juga anak usia sekolah. Gaya hidup masa kini yang cenderung tidak seimbang anatar asupan makanan dan aktivitas fisik memicu timbulnya kejadian ini. Oleh karena itu, diperlukan suatu gagasan inovatif yang berorientasi pada peningkatan pengetahuan dasar bagi anak terkait aspek gizi dan kesehatan yang dikmbinasikan dengan permainan tradisonal anak sebagai perwujudan aktivitas fisik. Obesitas terjadi karena pola makan yang kurang baik.

Masyarakat bisa memilih makanannya sendiri sehingga lebih mudah mengalami kelebihan asupan makanan dan kelebihan berat badan pun susah untuk di hindari. (Freitag, 2018). Pola makan yang serba gampang menjadi makanan kegemaran kebanyakan anak, sehingga dapat mengakibatkan kegemukan atau bahkan mencapai obesitas level tertinggi. kelebihan berat badan atau obesitas juga merupakan keadan tubuh yang mengkakibatkan berat dan tinggi badan tidak seimbang baik di seleuruh tubuh maupaun pada bagian bagian tertentu saja, obesitas jika dibiarkan terus menerus akan meningktkan berbagai macam resiko peyakit seperti jantung,hipertensi dan diabetes (Nughraha, 2014).

National Health and Nutrition Examination Survey pada tahun 2011-2014 di Amerika persentase obesitas pada usia 2-19 tahun sebesar 17% dengan kategori berdasarkan kelompok umur, anak usia 2-5 tahun sebesar 8,9%, usia 6-11 tahun sebesar 17,5% dan usia 12-19 tahun sebesar 20,5%. Prevalensi obesitas di beberapa negara Asia Tenggara juga menunjukkan cukup tinggi. Berdasarkan *United Nations Children's Fund* UNICEF di Indonesia, Indonesia menempati urutan kedua setelah Singapura dengan jumlah anak dan remaja obesitas terbesar yaitu 12,2% kemudian Thailand sebesar 8%, Malaysia sebesar 6% dan Vietnam sebesar 4,6%.

Dari hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas,2015) menunjukkan terjadi peningkatan prevalensi anak usia 10-16 tahun untuk kategori gemuk dari 1,4% pada tahun 2014 menjadi 7,3% yang terdiri dari gemuk 5,7% dan obesitas 1,6% pada tahun 2013, Di provinsi Riau prevalensi obesitas untuk anak usia 16- 18 tahun adalah 1% pada tahun 2014 dan meningkat menjadi 2,4% pada tahun 2017, penelitian yang dilakukan oleh Anisa M pada tahun 2018 yang di tujukan pada pelajar di salah satu Sekolah Menengah Atas (SMA) di Pekanbaru menunjukan proporsi obesitas pada pelajar SMAN di pekanbaru sebesar 26,2 %.

Penyebab obesitas sangat kompleks dalam arti banyak sekali faktor yang menyebabkan obesitas terjadi. Beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya obesitas seperti faktor lingkungan, genetik, psikis, kesehatan, obat-obatan.pola makan yang berlebih dapat menjadi faktor terjadinya obesitas.(Thasim, 2013). Penelitian lain oleh Rizki Yulaeni, menunjukan bahwa pengaruh pola makan dengan kejadian obesitas pada anak usia 7- 12 tahun di SD Mardi Rahayu Ungaran Kabupaten Semarang pada tahun 2015. Merode penelitian yang digunakan deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah Populasi dalam penelitian ini seluruh siswa kelas 1-6 di SD Mardi Rahayu Ungaran yang berjumlah 173 siswa. Teknik sampling yang digunakan adalah Sampling Aksidental dengan jumlah sampel sebanyak 64 orang. Uji statistik yang dilakukan adalah uji *kolmogorof smirnov* dan hasilnya sebagian besar responden mempunyai pola makan berlebihan yaitu sebanyak 31 responden (48,4 %). Sedangkan pada tingkat obesitas diketahui bahwa sebagian besar responden mengalami obesitas yaitu sebanyak 39 responden (60,9 %). Dari hasil uji statistik menggunakan uji *kolmogorov smirnov* diketahui ada hubungan pola makan dengan kejadian obesitas pada anak usia 7-12 tahun di SD Mardi Rahayu Ungaran dengan nilai p = 0,00. Hasil penelitian sesuai dari hasil penelitian Ada hubungan pola maka dengan kejadian obesitas pada anak usia 7-12 tahun di SD Mardi Rahayu Ungaran dengan nilai p = 0,001

Jurnal Masker Medika
e-ISSN : 2654-8658
p -ISSN :2301-8631
Volume 11, Nomor 1. Juni 2023
http://jmm.ikestmp.ac.id
10.52523/maskermedika.v11i1.601

BAHAN DAN METODE

Jenis atau rancangan penelitian ini adalah penelitian kuantitatif menggunakan desain penelitian *analitiik deskripsul* dengan pendekatan *cross-sectional* yaitu penelitian untuk mencari hubungan antar variable. Variabel dependen pada penelitian ini adalah obesitas dan variabel independen pada penelitian ini adalah pola makan.

Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh ibu rumah tangga yang memiliki anak usia sekolah (6-12 tahun) sebanyak 36 orang di RT. 006, RW.069 Kelurahan 16 Ulu Palembang dengan sampel sebanyak 36 orang. Pada penelitian ini peneliti menggunakan teknik *Total Sampling*. Uji statistik yang digunakan untuk mengetahui hubungan tingkat kebisingan dengan stress kerja pada pekerja pabrik batu alam adalah menggunakan uji *chi-square.* Penelitian ini dilaksanakan pada Bulan Maret-April 2023 di RT. 006, RW.069 Kelurahan 16 Ulu Palembang.

HASIL

Tabel 1. Kategori Pola Makan

Pola Makan	n	Percent
Baik	27	75
Tidak Baik	9	25
Total	36	100,0

Tabel 2 Frekuensi Makan

Tingkat Kebisingan	Frequency	Percent
Tidak Normal	21	58,3
Normal	15	41,7
Total	36	100.0

Tabel 3 Distribusi Hubungan Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Obesitas pada Anak

Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Obesitas pada Anak

Pola Makan	IMT				Total		OR (95%CI)	P value
	Obesitas		Normal					
	n	%	n	%	N	%		
Tidak Baik	19	70,4	8	29,6	27	100	8,31 (1,408 – 49,)063	0,016
Baik	2	22,2	7	77,8	9	100		
Total	21	58,3	15	41,7	38	100		

PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 1 dapat disimpulkan bahwa tingkat bising di lingkungan pabrik batu alam di desa kepuh kabupaten cirebon sebagian besar ada di dalam kategori bising dengan presentase 79,7%. Bising adalah sesuatu yang tidak dapat kita hindari dalam kehidupan sehari-hari, termasuk di tempat kerja. Bahkan bunyi yang kita tangkap melalui telinga kita merupakan bagian dari kerja misalnya, bunyi telepon, bunyi mesin ketik, mesin cetak dan sebagainya. Namun seringnya bunyi-bunyi tersebut meskipun merupakan bagian dari kerja kita, tetapi tidak kita inginkan. Misalnya teriakan orang, bunyi mesin diesel yang melebihi ambang batas pendengaran, bunyi yang tidak kita inginkan inilah yang sering disebut bising atau kebisingan (Notoatmodjo, 2011).

Sesuai dengan teori Harap,VY (2012) dimana pada masa usia anak anak biasanya membutuhkan kalori yang cukup tinggi karena pada umumnya aktivitas diluar rumah padat. Biasanya anak usia 6–12 senang dengan pola makan yang tidak sehat misalnya makanan cepat saji,soft drink, mie instan sehingga menimbulkan efek yang kurang bagus terhadap kesehatan mereka. Tetapi sebagian anak juga yang mempunyai aktivitas padat di luar rumah sering kali melupakan waktu untuk makan sehingga menimbulkan rasa sakit. Oleh sebab itu perlu ada pengawasan dari orang tua mengenai pola makan anak sehingga semua kebutuhan kalorinya terpenuhi dengan baik.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa 22,2% anak-anak dalam penelitian memiliki gejala obesitas dan 63,9% anak-anak dengan IMT normal dimana kejadian ini berpotensi pada anak-anak usia sekolah dasar. Meskipun dapat terjadi pada semua kelompok umur obesitas memang sering dianggap terjadi di umur pertengahan. Walaupun juga obesitas juga dapat terjadi pada semua jenis kelamin namun faktanya obesitas lebih sering terjadi pada wanita karena faktor endokrin,terlebih lagi obesitas muncul pada awal awal masa perubahan hormonal (Guyton 2012).

Pola makan juga dapat mempengaruhi kejadian obesitas. Contohnya pola makan yang tidak teratur seperti mengkonsumsi makanan mendekati jam tidur, senang dengan makanan dan minuman manis. Sedangkan menurut Papalia dan Olda (2012) seorang anak pada tahap ini masih terheran-heran terhadap perubahan yang terjadi pada tubuhnya dan dorongan-dorongan yang menyertai perubahan tersebut. Pada tahap ini, anak mengalami perubahan fisik terhadap tinggi badan dan berat badan.

Menurut asumsi peneliti, anak-anak yang memiliki berat badan berlebih yaitu ini disebabkan karena tingginya frekuein makan yang mencapai 58, 3 % yang terjadi akibat kurangnya pengawsan dari orang tua. Untuk itu perlu di tingkatkan lagi pengawasan tersebut agar anak anak terbiasa dalam melakukan pola makan yang teratur untuk menjaga berat badan ideal.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang Hubungan antara Pola Makan Keluarga dengan Kejadian Obesitas pada Anak Sekolah di RT 006 RW. 069 Kelurahan 16 Ulu Palembang didapat :

1. Terdapat sebesar 75 % responden menerapkan pola makan yang tidak baik bagi anak-anak nya dan 25% responden menerapkan pola makan yang baik bagi anak-anak mereka
2. Terdapat 22,2% anak-anak dalam penelitian memiliki gejala obesitas dan 63,9% anak-anak dengan IMT normal
3. Dari hasil analisis statistic diketahui nilai p value 0,016 ini menunjukkan ada hubungan antara pola makan dengan kejadian obesitas pada anak dengan OR 8,31 artinya, anak yang menerapkan pola makan yang tidak baik berpeluang 8,31 kali mengalami kejadian obesitas

Saran

Berdasarkan penelitian ini, penulis memberikan saran kepada peneliti selanjutnya yaitu sebagai berikut:

1. Perlu dilakukan lebih mempersiapkan diri dalam proses pengambilan, pengumpulan, pemeriksaan sampel dan segala sesuatunya agar penelitian yang dilaksanakan berjalan dengan baik. Penelitian selanjutnya perlu melakukan pendekatan yang lebih lagi terhadap responden agar tidak mengalami kendala dalam proses penelitian.
2. Pada penelitian ini menggunakan *sphygmomanometer* dengan tekanan sama untuk setiap sampel. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penggunaan *sphygmomanometer* dengan tekanan yang divariasikan.

KONFLIK KEPENTINGAN

“Tidak ada potensi konflik kepentingan yang dilaporkan oleh penulis, jika tidak memiliki konflik kepentingan terhadap penelitian yang akan dipublikasikan”.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini.

KEPUSTAKAAN

MDGs, (*Millenium Development Goals),2013. Double Burden of Malnutrition* (DBM).http://indonesiamdgs.org /articles/view/pasca2015-5-memastikan ketahanan-pangandan-gizi-yang-baik-1. Diakses 8 juni 2014. Diakses tanggal 9 Juni 2014

Santosa, (2004). *Kesehatan dan Gizi*.Jakarta: PT Rinda Cipta

Hendro Bidjuni, Sefti, Meisy. Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas PadaAnak Usia 8-10 Tahun di SDKatolik 03 Frater Don Bosco Manado. 2016

Himawan Samodra. Hubungan Pola Makan dengan kejadian Obesitas Pada Anak Usia Sekolah Dasar di SDN 01Bancong Kecamatan Wonoasri Kabupaten Madiun.tahun 2020

Nadimin. Obesitas pada Orang Dewasa Anggota Keluarga Miskin di Kecamatan Lembang Kabupaten Pinrang. Tahun 201

Pencegahan dan Penanganan Kegemukan Pada Anak: http:// dokterindonesiaonline.com/ 2013/ 08/23/pencegahan-danpenanganan-kegemukan-padaanak.

Waters, E., Swinburn, B., Seidell, J., Uauy, R., 2010, Preventing Childhood Obesity Evidence Policy and Practice, A John Wiley & Sons, Ltd., Publication

Nugraha, G. I,. 2014. *Etiologi dan Patofiolog Obesitas*. Dalam : Soegih, R.R.,dan Wiramihardja, K. K (Editor). Obesitas Permasalahan dan Terapi. Jakarta:Sagung Seto.

Nursalam . 2010.*Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Kesehatan.* Papalia, D. E ., Old, S. W., Feldman, dan R. D . 2012. *Perkembangan Manusia*.
Jakarta : Salemba Humanika.

Ramadhani M.T. 2012. *Pengaruh Pemebrian Diet Rendah Karbohidrat terhadap Perubahan Berat Badan , Indeks Massa Tubuh dan Prensentase Lemak Tubuh di Catering Slim.* Depok.

RISKESDAS. 2012. *Riset Kesehatan Dasar*. Diakses pada 03 Desember 2019

Himawan Samodra. Hubungan Pola Makan dengan kejadian Obesitas Pada Anak Usia Sekolah Dasar di SDN 01Bancong Kecamatan Wonoasri Kabupaten Madiun.tahun 2020

Nadimin. Obesitas pada Orang Dewasa Anggota Keluarga Miskin di Kecamatan Lembang Kabupaten Pinrang. Tahun 201

Pencegahan dan Penanganan Kegemukan Pada Anak: http:// dokterindonesiaonline.com/ 2013/ 08/23/pencegahan-danpenanganan-kegemukan-padaanak.

Waters, E., Swinburn, B., Seidell, J., Uauy, R., 2010, Preventing Childhood Obesity Evidence Policy and Practice, A John Wiley & Sons, Ltd., Publication

Nugraha, G. I,. 2014. *Etiologi dan Patofiolog Obesitas*. Dalam : Soegih, R.R.,dan Wiramihardja, K. K (Editor). Obesitas Permasalahan dan Terapi. Jakarta:Sagung Seto.

Nursalam . 2010.*Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Kesehatan.* Papalia, D. E ., Old, S. W., Feldman, dan R. D . 2012. *Perkembangan Manusia*.