

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

Obesitas pada anak adalah suatu kelainan yang ditandai oleh penimbunan jaringan lemak yang berlebih dalam tubuh. Salah satu kelompok usia yang mempunyai resiko tinggi mengalami masalah obesitas adalah kelompok anak dengan usia 6-12 tahun. Pengetahuan gizi ibu berhubungan dengan kejadian obesitas pada anak. Hal tersebut mempengaruhi pemilihan nutrisi yang dikonsumsi anak (Riyanti, dkk. 2020). Di Indonesia terutama di daerah kota besar sudah terjadi peningkatan angka yang cukup signifikan mengenai faktor resiko terjadinya obesitas dikalangan masyarakat terutama pada anak usia sekolah yang sering mengalami perubahan pola gaya hidup, sehingga berakibat pada perubahan pola makan menjadi tinggi kalori, lemak, dan kolesterol, dan tinggi gula sederhana (Riyanti, dkk. 2020).

Menurut WHO (*World Health Organization*) tahun 2019, sekitar 38 juta balita dan lebih dari 340 juta anak-anak dan remaja berusia 6-12 tahun mengalami kelebihan berat badan atau obesitas. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Andriyani, dkk, 2014 mengemukakan bahwa data survey yang dilakukan oleh Lembaga Survey Gizi dan Kesehatan Nasional (NHANES) atau *National Health and Nutrition* obesitas di lingkungannya yang terus meningkat dan itu banyak terjadi pada anak usia 6-12 tahun dengan angka kejadian 6,5% meningkat menjadi 17%. Fenomena ini terjadi akibat rendahnya kesadaran masyarakat dalam memberi pendidikan terhadap anak anaknya untuk selalu hidup sehat (Riyanti, dkk. 2020).

Menurut Data Riskesdes 2018, prevalensi obesitas pada anak usia 6-12 tahun di Indonesia yaitu 31,0 %. Prevalensi kegemukan dan obesitas pada anak sekolah usia (6-12 tahun) di Jawa Tengah mencapai 10,9%. Kabupaten di Provinsi DIY dengan prevalensi *overweight* dan obesitas yang masih tinggi di Kabupaten Sleman sebesar 4,9%. Berdasarkan hasil studi pendahuluan di dinas kesehatan

dari 17 puskesmas yang berada di Kabupaten Sleman, jumlah anak yang mengalami *overweight* dan obesitas tertinggi terdapat di Puskesmas Depok II mencapai angka 321 anak.

Pada anak sekolah, kejadian kegemukan dan obesitas beresiko berlanjut hingga usia dewasa. Kegemukan dan obesitas pada anak merupakan faktor resiko terjadinya berbagai penyakit metabolik dan degeneratif (Kemenkes, 2012). Dr. Sheila Mc Kenzie, seorang dokter konsultan penyakit anak di RS Penyakit Anak di London mengatakan bahwa obesitas pada anak akan mengakibatkan meningkatnya kejadian diabetes tipe 2 pada saat nanti usia dewasa, meningkatnya kejadian penyakit jantung akibat kolestrol darah yang tinggi dan tekanan darah yang tinggi, meningkatnya kejadian *sleep apnea*, gangguan tulang dan otot rangka, penyakit hati dan penyakit asma.

Pada era globalisasi saat ini, anak usia sekolah atau yang bisa dikatakan usia 6-12 tahun merupakan usia yang rentan untuk menderita obesitas sejak dini. Untuk itu, sebagai orang tua harus senantiasa selalu memperhatikan berat badan anak. Kebiasaan anak menonton televisi dalam waktu yang lama, pola makan yang tidak sehat, dan kurangnya ruang gerak yakni diyakini menjadi beberapa faktor penyebabnya. Orang tua berperan penting dalam membentuk kebiasaan dan pola makan anak-anak mereka. Anak sering kali bersikap pasif dan hanya mengkonsumsi makan yang telah disediakan orang tuanya. Kurangnya pengetahuan orang tua tentang kebutuhan makanan dan nilai makanan juga merupakan salah satu penyebab obesitas (Aulia, 2016). Untuk mengurangi angka terjadinya obesitas pada anak adapun strategi yang bisa dilakukan orang tua kepada anaknya untuk mencegah obesitas yaitu dengan cara memperhatikan asupan makanan anak, mengurangi konsumsi *fastfoods* atau *junkfood*, melakukan aktivitas fisik/ olahraga, mengurangi aktivitas menonton tv/games (Junita Elvira, 2016).

Pendidikan kesehatan adalah segala upaya untuk mempengaruhi orang lain, baik individu, kelompok atau masyarakat, sehingga mereka melakukan apa yang diharapkan oleh pelaku pendidikan atau promosi kesehatan (Andjani, 2019). Pendidikan kesehatan merupakan bagian dari tingkat pencegahan penyakit berupa aplikasi atau penerapan pendidikan dalam bidang kesehatan. Pendidikan

kesehatan diartikan sebagai upaya memasarkan, menyebarluaskan mengenalkan pesan-pesan kesehatan melalui media atau alat peraga sehingga masyarakat menerima atau mengeal pesan-pesan kesehatan tersebut dan masyarakat mau berperilaku hidup sehat. Media atau alat peraga dalam promosi kesehatan dapat diartikan sebagai alat bantu untuk promosi kesehatan yang dapat dilihat, didengar, diraba atau dicium, untuk memperlancar komunikasi dan penyebaran informasi. Berdasarkan fungsinya sebagai penyalur pesan-pesan kesehatan, media ini dibagi menjadi tiga yaitu media cetak, media elektronik dan media papan. Adapun media cetak salah satunya bentuknya adalah *booklet*.

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk membuat media KIE dalam bentuk media *booklet* dengan judul “Strategi Pencegahan Obesitas Pada Anak Usia Sekolah” luaran ini dibuat oleh penulis yang bertujuan untuk memberikan informasi kepada masyarakat terutama kepada orang tua tentang upaya strategi pencegahan obesitas pada anak. Upaya ini diharapkan dapat bermanfaat, materi bisa diterima oleh masyarakat secara detail dan juga orang tua bisa menikmati dengan membaca booklet tersebut kapan saja saat bersantai dirumah serta membantu dalam pengambilan keputusan bagi seorang ibu dalam pemberian gizi kepada anak sebagai salah satu upaya untuk mencegah terjadinya obesitas. Media ini juga dapat bermanfaat bagi pihak sekolah bisa dijadikan sebagai referensi.

