

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Obesitas Menurut WHO dalam Kemenkes RI 2018 adalah penumpukan lemak yang berlebihan akibat ketidakseimbangan asupan energi (*energy intake*) dengan energi yang digunakan (*energy expenditure*) dalam waktu lama. Menurut CDC 2018 kegemukan didefinisikan sebagai BMI \geq persentil ke-85 dan di bawah persentil ke-95 untuk anak-anak dan remaja pada usia dan jenis kelamin yang sama. Sedangkan obesitas didefinisikan sebagai BMI \geq persentil ke-95 untuk anak-anak dan remaja pada usia dan jenis kelamin yang sama. BMI dihitung dengan membagi berat badan seseorang dalam satuan kilogram dengan tinggi badan dalam satuan meter. Diketahui saat ini obesitas pada anak menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius yang dapat mempengaruhi semua usia dalam rentang kehidupan anak.

Kejadian obesitas yang merugikan ini berpotensi menimbulkan efek mendalam pada kesehatan anak-anak sekarang maupun untuk prospek kesehatan jangka panjang mereka. Disebutkan dalam (Deborah, 2018) obesitas pada anak dikaitkan dengan peningkatan risiko berbagai kondisi kesehatan yang merugikan termasuk hipertensi, diabetes tipe 2 resistensi insulin, kolesterol tinggi, sleep apnea, penyakit jantung koroner dan beberapa jenis kanker. Obesitas pada masa kanak-kanak juga berkorelasi kuat dengan obesitas hingga dewasa. Terdapat berbagai macam factor yang menyebabkan kelebihan berat badan dan obesitas di masa anak usia sekolah menurut (Kristin, 2018) diantaranya adalah pengaruh lingkungan dan genetik yang mencakup pengaruh genetic dan factor biologis. Peran lingkungan sekitar anak mencakup karakteristik pribadi dan perilaku, seperti pengaturan diri, paparan media, dan waktu tidur anak. Kebiasaan serta gaya hidup dalam keluarga dan mencakup pola asuh, pemberian makan, serta kebiasaan yang dilakukan di rumah, pergaulan anak termasuk teman sebaya, lingkungan sekolah, akses ke makanan sehat, dan tempat bermain yang aman serta aktivitas fisik yang dilakukan anak.

Nessa IshmahMunyati, 2021

PENATALAKSANAAN KEPERAWATAN TENTANG PENCEGAHAN OBESITAS PADA ANAK USIA SEKOLAH

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Keperawatan Program Sarjana

[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]

Berdasarkan penelitian (Septiani dan Bambang, 2017) di dapatkan hasil bahwa anak usia sekolah yang mengalami kegemukan atau obesitas dikarenakan banyak mengonsumsi *fastfood* atau makanan cepat saji dengan frekuensi >2 kali dalam seminggu. Asupan makanan yang banyak tanpa di iringi aktifitas fisik yang seimbang akan menyebabkan penumpukan lemak dalam tubuh anak, sehingga dapat menyebabkan anak mengalami obesitas. Hal ini sejalan dengan penelitian (Stelmach et.al, 2016) yang memaparkan bahwa *fastfood* merupakan makanan yang mengandung tinggi energi, tinggi lemak dan gula yang menyebabkan bertambahnya kadar lemak dalam tubuh karena ketidakseimbangan asupan dan pengeluaran energi.

Keluarga khususnya orang tua memiliki peranan yang besar dalam membentuk pola makan pada anak usia sekolah. Kebiasaan yang harus diterapkan di lingkungan keluarga untuk mencukupi gizi anak usia sekolah adalah mengatur pola makan yang cukup dan tidak berlebihan seperti saat sarapan, makan siang saat anak di sekolah, jajanan anak saat di sekolah dan juga makan malam anak (Sandra dkk, 2017). Pola makan yang baik diikuti dengan gaya hidup yang sehat akan berpengaruh besar dalam keseimbangan berat badan anak. Membiasakan anak untuk mengonsumsi sayur sejak dini juga merupakan hal yang penting agar anak mulai mengenali dan menyukai makanan sehat. Konsumsi makan yang sesuai kebutuhan gizi anak dan diimbangi dengan aktivitas fisik dapat dilakukan untuk menghindari terjadinya obesitas pada anak usia sekolah.

Menurut (Bo et al 2018) saat ini beberapa penelitian telah mengevaluasi efektivitas hipnosis sebagai terapi tambahan untuk menurunkan berat badan. Hipnosis klinis adalah prosedur dalam perubahan sensasi, persepsi, pikiran, dan perilaku yang disarankan oleh terapis. Selain itu, pada penelitian (Maria, dkk 2020) didapatkan hasil responden pada kelompok yang melakukan penatalaksanaan hypnoterapi mengalami penurunan berat badan sebanyak 11 responden (73,3%) dari data distribusi yang di dapat, semua responden dalam kelompok terapi mengalami penurunan berat badan dan dilihat dari nilai $r = 0.683$ yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara hypnoterapi dengan penurunan berat badan sebelum dan sesudah diberikan terapi tersebut. Hal ini sejalan dengan pemaparan (Ersan,2020) bahwa penatalaksanaan terapi hipnosis yang dilakukan

ataupun dikombinasikan dengan terapi lain, memfasilitasi penurunan berat badan pada pasien obesitas. Efektivitas hipnosis pada peningkatan penurunan berat badan sebagai terapi tunggal atau bersama-sama dengan terapi lain telah ditunjukkan dalam beberapa penelitian dalam 50-60 tahun terakhir.

Keperawatan komunitas merupakan suatu penerapan asuhan keperawatan yang memadukan ilmu keperawatan dan kesehatan masyarakat dalam melibatkan dukungan dan peran aktif masyarakat dalam melaksanakan pelayanan preventif dan kuratif. Tujuan dari asuhan keperawatan komunitas adalah meningkatkan kemampuan masyarakat dalam memelihara kesehatannya sehingga dapat mencapai derajat kesehatan yang optimal (Eka, dkk 2017). Menurut Ibrahim, (2018) perawat memiliki salah satu perannya sebagai edukator, yang bertujuan untuk mencegah terjadinya penyakit serta meningkatkan kesehatan dengan memberikan edukasi dan pendidikan kesehatan terhadap anak usia sekolah, orang tua serta pihak sekolah agar dapat membantu dan memfasilitasi serta menerapkan gaya hidup sehat pada anak di lingkungan rumah maupun di lingkungan sekolah dalam mencegah obesitas pada anak. Menurut Claire, (2010) dalam Ika (2016) pendidikan kesehatan adalah metode pendekatan edukatif yang dirasa efektif dalam memberikan informasi kepada individu atau masyarakat yang dapat meningkatkan perbaikan pengetahuan serta perilaku terutama mengenai pola makan dan status gizi. Salah satu media edukasi yang memiliki beberapa keunggulan adalah *booklet*, yang dapat dibaca kapan saja, serta memiliki desain berbentuk buku kecil dan mengandung informasi yang relatif banyak mengenai pendidikan kesehatan dan demonstrasi berupa gambar – gambar yang sangat menarik (Ilya, dkk 2017).

Berdasarkan pemaparan yang telah disampaikan diatas maka penulis tertarik untuk membahas topik penatalaksanaan keperawatan tentang pencegahan obesitas pada anak usia sekolah dengan media *booklet*. Terbukti bahwa media *booklet* mudah di bawa karena ukurannya yang tidak terlalu besar serta dipadukan dengan berbagai gambar yang menarik sehingga akan mudah untuk dipahami baik oleh orangtua, anak maupun guru dan pihak sekolah. Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik untuk menciptakan *Booklet* dalam upaya mengedukasi anak usia

sekolah serta para orang tua dan pihak sekolah untuk mengetahui penatalaksanaan yang dapat dilakukan dalam mencegah obesitas pada anak usia sekolah.

I.2 Tujuan

I.2.1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk pemberian informasi, edukasi serta mengetahui bagaimana cara mencegah obesitas pada anak usia sekolah kepada orang tua dan juga pihak sekolah melalui media edukasi berupa booklet

I.2.2. Tujuan Khusus

- a. Memberikan informasi berdasarkan evidenced based di area keperawatan komunitas terkait dengan penatalaksanaan dalam pencegahan obesitas pada anak usia sekolah
- b. Mengidentifikasi jurnal yang berhubungan dengan penatalaksanaan terkait pencegahan obesitas pada anak usia sekolah
- c. Meningkatkan pengetahuan pembaca khususnya orang tua dan pihak sekolah terkait penatalaksanaan dalam mencegah obesitas pada anak usia sekolah

I.3 Target Luaran

Target luaran dari karya ilmiah ini merupakan terciptanya sebuah karya tulis yang dapat mencegah serta mengatasi permasalahan obesitas pada anak sehingga penulis memberikan pemahaman dan edukasi beserta dengan tindakan pengendaliannya. Sementara luaran yang di hasilkan berupa “Penatalaksanaan Keperawatan Tentang Pencegahan Obesitas pada Anak Usia Sekolah“ yang telah mendapatkan sertifikat Hak kekayaan Intelektual (HKI) dengan jenis HKI hak cipta.