

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **I.1 Latar Belakang**

Overweight merupakan suatu keadaan berat badan melebihi normal dan obesitas adalah keadaan yang dianggap lebih berat akibat terdapatnya proses menumpuknya jaringan lemak dalam tubuh yang melebihi normal (Fikawati et al., 2017). Menurut laporan dari Organisasi Kesehatan Dunia (2014), terdapat beberapa jenis penyakit non- menular yang umum dijumpai seperti penyakit jantung koroner, kanker, diabetes, tekanan darah tinggi, dan penyakit paru-paru kronis. Kebiasaan-kebiasaan tertentu seperti merokok, kurang mengonsumsi sayur dan buah-buahan, minum alkohol secara berlebihan, kurangnya aktivitas fisik, serta kelebihan berat badan atau obesitas dapat menyebabkan terjadinya penyakit-penyakit tersebut (Masi, G., & Oroh, 2018). Menurut Nugroho pada tahun 2020, Obesitas merupakan faktor yang umum menyebabkan penyakit tidak menular yang banyak terjadi di seluruh dunia. Penyakit tidak menular adalah jenis penyakit kronis yang tidak menyebar melalui penularan dari satu orang ke orang lainnya dan sering disebabkan oleh faktor-faktor lain selain infeksi (Sidjabat, 2011).

Obesitas menjadi faktor risiko utama yang dianggap memberikan bahaya dan mengakibatkan terjadinya PTM terutama pada anak yang memiliki berat badan berlebih berupa tumpukan lemak, maupun gangguan pada penyakit jantung dan memiliki risiko untuk mengalami hipertensi (Kemenkes RI. 2012) kemudian menjelaskan bahwa anak yang sedang berada di usia sekolah umumnya rentan untuk mengalami berat badan berlebih yang mana kondisi ini memerlukan perhatian karena dapat memberikan dampak yang besar ketika anak tersebut dewasa yaitu mengakibatkan munculnya risiko terjadinya PTM yang merupakan penyakit metabolic dan degeneratif misalnya seperti penyakit pada jantung, diabetes melitus, kanker, osteoarthritis, gangguan pertumbuhan, insomnia, sleep apnea, bahkan gangguan pada sistem pernapasan. Di wilayah Eropa, diketahui bahwa Inggris menempati nomor satu sebagai negara yang memiliki kasus Obesitas paling tinggi

khususnya pada usia anak-anak, dengan jumlah kasus mencapai 36% yang kemudian di nomor kedua, diisi oleh negara Spanyol dengan jumlah kasus 27% (Hadi, 2013).

*Organisation for Economic Cooperation and Development (OECD) (2017)* mengemukakan bahwa sekitar 1 dari enam anak-anak secara global telah menderita berat badan berlebih atau obesitas. Data ini juga sesuai dengan data dari WHO, yaitu bahwa *overweight* dan obesitas menjadi penyebab terjadinya kematian di urutan kelima. Diperkirakan lebih dari 2,8 juta orang meninggal dunia setiap tahun diakibatkan obesitas, bahkan obesitas mengakibatkan terjadinya kematian dengan angka yang jauh lebih tinggi secara global bila dibandingkan dengan kasus *underweight*. Tidak hanya itu, berdasarkan data ditunjukkan bahwa kasus jumlah anak kelebihan berat badan dengan rentang usia lebih dari 5 tahun diketahui mencapai lebih dari 42 juta kasus. Data yang cukup tinggi juga terdapat di wilayah Provinsi Jawa Barat dengan kasus obesitas yang mencapai lebih dari 9%, selain itu anak obesitas dengan rentang usia 6 hingga 12 tahun di wilayah Depok pada dasarnya memiliki tingkat kasus sebanyak 16% (Kemenkes RI, 2012). Menurut informasi dari Riskesdas nasional tahun 2018, isu kegemukan pada anak-anak yang bersekolah menjadi perhatian dengan rentang usia 5-12 tahun cukup tinggi dengan persentase mencapai lebih dari 18%, dengan kategori gemuk 10,7%, dan sangat gemuk mencapai 9,2%, kemudian kasus gemuk terendah di wilayah Nusa Tenggara Timur (8,7%) dan paling tinggi di wilayah Papua (13,2%). Keadaan ini menandakan bahwa obesitas menjadi fokus yang paling utama khususnya untuk memperhatikan asupan gizi pada anak di usia sekolah. Hal ini dikarenakan pada dasarnya masa pertumbuhan dan perkembangan anak menjadi masa krusial bagi anak untuk dapat terdapat terserang beberapa penyakit, baik penyakit menular, infeksi, cedera maupun masalah asupan gizi (Allender, et al 2014)

IMT atau Indeks Massa Tubuh dapat menunjukkan risiko terjadinya obesitas pada anak. Seorang anak dapat dikatakan mengalami kelebihan berat badan apabila anak tersebut mempunyai skor IMT yang lebih dari skor IMT anak normal seusianya, dengan nilai lebih dari 1 standar deviasi sampai dengan 2 standar deviasi (Kusumaningsih et al., 2020) Problematika asupan gizi pada anak memerlukan dampak signifikan pada indeks massa tubuh atau IMT, yang mengakibatkan terjadinya IMT kurang dari rerata atau angka normal dari anak

seusianya. IMT dapat menjadi salah satu penyebab utama yang memberikan dampak terhadap perkembangan fisik pada anak baik di masa sekarang maupun di masa depan. Mayoritas anak yang memiliki permasalahan berat badan umumnya mempunyai kualitas hidup yang sama dengan teman sebaya, namun kondisi ini berubah seiring beranjak dewasa akibat penumpukan lemak yang terus terjadi dan mempengaruhi berbagai proses pertumbuhan dan perkembangan anak. (Minett, 2017).

Indikasi kelebihan berat badan pada anak dapat dilihat dari nilai Indeks Massa Tubuh (IMT) yang melebihi rata-rata IMT anak sebaya dalam skala 1 atau 2 standar deviasi. Oleh karena itu, apabila nilai IMT seorang anak melebihi standar tersebut, maka anak tersebut dapat dianggap mengalami masalah kelebihan berat badan (Pemenkes RI, 2020) Nilai tersebut menunjukkan bahwa pada anak usia sekolah terdapat kenaikan nilai yang melebihi nilai normal, dengan variasi kenaikan Indeks Massa Tubuh (IMT) yang berbeda-beda pada setiap anak. IMT dihitung dengan membagi berat badan dalam kilogram dengan kuadrat tinggi badan. (Nuttall, 2015)

Kemenkes RI (2018) menegemukakan bahwa minimnya aktifitas fisik menjadi salah satu penyebab yang mengakibatkan terjadinya kelebihan berat badan atau obesitas pada anak usia sekolah. Minimnya sarana bagi anak untuk dapat bermain di lingkungan rumah, menjadikan anak kini cenderung lebih pasif dan enggan untuk bermain di luar rumah. Beberapa faktor selain kurangnya aktivitas fisik dapat menyebabkan obesitas pada anak, seperti kebiasaan makan tidak sehat yang melibatkan konsumsi makanan yang kaya gula dan lemak, gaya hidup modern yang cenderung kurang bergerak, status sosial ekonomi yang rendah, serta faktor keturunan. (Budiyati., 2011). Untuk mengatasi obesitas pada anak, dapat dilakukan dengan memberikan latihan fisik yang disesuaikan dengan usia dan kemampuan motorik anak. Contohnya, bersepeda, berenang, menari, atau senam yang dilakukan minimal 2 kali dalam seminggu selama 20-30 menit (Fikawati. et all 2017).

Keperawatan merupakan penyedia layanan kesehatan entah itu untuk perseorangan, keluarga, maupun komunitas yang diperkirakan dapat menjadi target sasaran yang tepat dalam penanganan obesitas di lingkungan publik. Sebagai penyedia layanan kesehatan, keperawatan komunitas dapat melakukan keperawatan dapat melakukan intervensi secara langsung atau membantu individu dan keluarga

mencapai status Kesehatan salah satunya adalah *overweight* maupun kondisi obesitas pada anak yang berada di usia sekolah (Harnilawati., 2013). Umumnya, fungsi afektif melibatkan kemampuan ibu dan keluarga untuk mengatasi obesitas di rumah dengan dukungan, perhatian, dan menjadi teladan yang baik bagi anak dalam mengubah perilakunya. Selain itu, ibu juga perlu memahami masalah obesitas dan risiko kesehatannya pada anak, serta memiliki motivasi untuk mendorong perubahan perilaku sehat tidak hanya pada anak, tetapi juga pada seluruh anggota keluarga. Hal ini penting dalam menjaga kesehatan keluarga secara keseluruhan (Darmawati, 2017a).

Penelitian yang dilakukan oleh (Hasniyati & Ismanilda, 2021) menunjukkan bahwa pengaruh edukasi indeks masa tubuh pada anak *overwirght* atau obesitas, menunjukkan bahwa hasil presentase anak dengan jenis kelamin laki-laki lebih tinggi apabila dibandingkan dengan perempuan yaitu 51,9% sedangkan presentase perempuan 48,1%. Dalam penelitian tersebut, didapati bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara indeks massa tubuh (IMT) sebelum dan sesudah pemberian konseling gizi, dengan nilai p sebesar 0, yang menunjukkan hasil yang sama. Karena nilai p lebih besar dari 0,05, dapat disimpulkan bahwa hasil tersebut tidak signifikan. Selain itu, temuan dari penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang berarti antara indeks massa tubuh sebelum dan setelah tanpa adanya konseling gizi, karena nilai p sebesar 0,061 lebih besar daripada 0,05.

Pada tanggal 10 September 2022, dilakukan studi pendahuluan di Rt 02 Rw 07 Kelurahan Grogol Kecamatan Limo Kota Depok untuk mengukur berat badan anak usia sekolah. Dengan menggunakan timbangan berat badan, hasil pengukuran diolah menggunakan rumus IMT/U. Dari hasil pengukuran tersebut, terdapat 5 anak usia sekolah yang diukur, di mana 1 anak memiliki masalah kelebihan berat badan atau *overweight*, dan 1 anak lainnya mengalami obesitas. Kondisi ini mengindikasikan diperlukannya intervensi terhadap anak dengan permasalahan kelebihan berat badan tersebut agar dapat dilakukan penurunan IMT. Setelah melakukan studi pendahuluan, penulis telah memilih satu keluarga sebagai keluarga yang akan dikelola dan satu keluarga sebagai keluarga kontrol. Berdasarkan hasil penjelasan sebelumnya mengenai masalah kelebihan berat badan pada anak usia sekolah dan upaya edukasi terkait obesitas pada anak usia sekolah, penulis memutuskan untuk

menerapkan "Asuhan Keperawatan Keluarga dengan Intervensi Pendidikan Gizi untuk Meningkatkan *Body Mass Index* (BMI) pada Anak Usia Sekolah dengan Obesitas di RT 02 RW 07 Kelurahan Grogol, Kecamatan Limo, Kota Depok."

## **I.2 Tujuan Penulisan**

Pembahasan dalam tujuan penelitian ini dapat diklasifikasikan sebagai tujuan umum dan tujuan khusus.

### **I.2.1 Tujuan Umum**

Tujuan dari penelitian Karya Akhir Ilmiah Ners (KIAN) ini adalah menerapkan analisis asuhan keperawatan dengan menggunakan intervensi Pendidikan Kesehatan yang berkaitan dengan obesitas dan kelebihan berat badan pada anak-anak usia sekolah.

### **I.2.2 Tujuan Khusus**

Tujuan tertentu dari studi ini ialah sebagai yang berikut:

- a. Menelaah situasi anak-anak usia sekolah yang mengalami obesitas di RT 02 RW 07 Kelurahan Grogol, Kecamatan Limo, Kota Depok.
- b. Memberikan penyuluhan kesehatan tentang obesitas pada keluarga yang memiliki kasus obesitas di RT 02 RW 07 Kelurahan Grogol, Kecamatan Limo, Kota Depok.
- c. Memberikan penyuluhan kesehatan tentang obesitas pada keluarga yang menghadapi masalah obesitas di RT 02 RW 07 Kelurahan Grogol, Kecamatan Limo, Kota Depok.
- d. Memberikan Asuhan Keperawatan kepada klien di RT 02 RW 07 Kelurahan Grogol, Kecamatan Limo, Kota Depok

## **I.3 Manfaat Penulisan**

Dalam konteks manfaat penelitian, dibahas mengenai manfaat yang diperoleh oleh anak-anak sekolah yang mengalami kelebihan berat badan dan obesitas, pelayanan kesehatan, institusi pendidikan, dan peneliti berikutnya.

### **I.3.1 Bagi Klien dengan Overweight dan Obesitas**

Dalam konteks anak sekolah yang mengalami kelebihan berat badan atau obesitas, manfaatnya adalah bahwa anak-anak dapat mengikuti panduan konsumsi makanan yang direkomendasikan untuk menurunkan indeks massa tubuh (IMT) mereka. Selain itu, tindakan ini juga dapat membantu mencegah anak dari penyakit yang berhubungan dengan kelebihan berat badan atau obesitas.

### **I.3.2 Bagi Pelayanan Kesehatan**

Perawat dapat menjadikan penelitian ini sebagai sarana dalam meningkatkan pengetahuan mengenai pendidikan kesehatan khususnya bagi anak usia sekolah dengan kondisi overweight dan obesitas. Seorang perawat memiliki kemampuan untuk memberikan penjelasan atau pembelajaran mengenai obesitas kepada anak-anak usia sekolah yang mengalami kelebihan berat badan atau obesitas. Selain itu, perawat juga bisa memberikan informasi mengenai terapi yang sesuai untuk menurunkan Indeks Massa Tubuh (IMT), khususnya pada anak-anak usia sekolah yang mengalami kelebihan berat badan atau obesitas, melalui penyuluhan di puskesmas.

### **I.3.3 Bagi Institusi Pendidikan**

Temuan dari penelitian ini bisa memberikan rekomendasi bagi institusi pendidikan kesehatan untuk menentukan terapi yang efektif dalam menurunkan indeks massa tubuh (IMT) pada siswa yang mengalami kelebihan berat badan atau obesitas di sekolah. Selain itu, diharapkan bahwa mahasiswa dapat memberikan dampak positif dengan mengajarkan terapi ini kepada keluarga dengan anak usia sekolah yang mengalami masalah kelebihan berat badan atau obesitas.

### **I.3.4 Bagi Peneliti**

Referensi dari penelitian ini dapat dimanfaatkan oleh penelitian-penelitian berikutnya. Penelitian-penelitian berikutnya dapat melakukan eksplorasi dan pengembangan intervensi Pendidikan Kesehatan yang berkaitan dengan obesitas untuk mengatasi masalah kesehatan lain yang mungkin ada.