

KEJADIAN OBESITAS PADA ANAK USIA 6-12 TAHUN

Maria O. Klise¹, M. C. da Silva², Vervando J. Sumilat^{3*}

^{1,2,3*} Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado

*vsumilat@unikadelasalle.ac.id

ABSTRAK

Pendahuluan: Obesitas dan kegemukan merupakan dua hal yang berbeda, tetapi keduanya sama-sama menunjukkan adanya penumpukan lemak yang berlebihan dalam tubuh yang di tandai dengan peningkatan nilai Indeks Massa Tubuh (IMT). Penyebab terjadinya kejadian obesitas pada anak belum di ketahui secara pasti namun ada beberapa faktor yang berpengaruh dengan terjadinya obesitas dan kegemukan pada anak yaitu faktor genetik/keturunan, pola makan, pola aktivitas, jenis kelamin dan pendidikan orang tua. **Tujuan:** Untuk mengetahui apakah ada hubungan antara genetik/keturunan, pola makan, pola aktivitas, jenis kelamin dan pendidikan orang tua dengan kejadian obesitas pada anak usia 6-12 tahun. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian *case control*. Kelompok kasus yaitu anak yang obesitas dan kelompok kontrol yang tidak obesitas. Penelitian ini dilakukan di SD Gmim 54 Lapangan. Instrumen pada penelitian ini menggunakan lembar kuesioner dan obesitas yang diukur dengan IMT menggunakan meteran untuk mengukur tinggi badan dan timbangan untuk berat badan. Teknik pengambilan sampel yaitu *purposive sampling* dengan besar sampel 68 orang tua dengan anak usia 6-12 tahun (38 orang adalah kelompok kasus dan 30 orang kelompok kontrol). **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola Makan (*p-value* 0,000), Pola Aktivitas (*p-value* 0,000), Genetik (*p-value* 0,012), Jenis Kelamin (*p-value* 0,003), dan Pendidikan Orang Tua (*p-value* 0,017) secara signifikan berhubungan dengan Kejadian Obesitas. **Kesimpulan:** Pola Makan, Pola Aktivitas, Genetik, Pendidikan Orang Tua dan Jenis Kelamin berhubungan dengan kejadian obesitas di SD GMIM 54 Lapangan.

Kata Kunci: Genetik/Keturunan, Jenis Kelamin, Obesitas, Pendidikan Orang Tua, Pola Makan, Pola Aktivitas

THE INCIDENCE OF OBESITY IN CHILDREN AGED 6-12 YEARS

ABSTRACT

Background: Obesity and overweight are two different things, but both of them show an excessive accumulation of fat in the body which is marked by an increase in the value of Body Mass Index (BMI). The cause of obesity in children is not known for certain, but there are several factors influence the occurrence of obesity in children, namely genetic/hereditary factors, eating patterns, activity patterns, gender, and parental education. **Objective:** To determine whether there is a relationship between genetics/heredity, eating patterns, activity patterns, gender, and parental education with the incidence of obesity in children aged 6-12 years. **Methods:** This research is a quantitative study using a case-control research design. The case group is obese children and the control group is not obese. This research was conducted at GMIM 54 Lapangan Elementary School. The instrument in this study used a questionnaire sheet and obesity was measured by BMI using a meter to measure height and a scale for weight. The sampling technique was purposive sampling with a sample size of 68 parents with children aged 6-12 years (38 people are the case group and 30 people are the control group). **Results:** The results showed that eating patterns (*p-value* 0.000), activity patterns (*p-value* 0.000), genetics (*p-value* 0.012), gender (*p-value* 0.003), and parental education (*p-value* 0.017) were significantly related to the incidence of obesity. **Conclusion:** Diet, activity patterns, genetics, parental education, and gender are significantly associated with the incidence of obesity in GMIM 54 Lapangan Elementary School

Keywords: Activity Pattern, Diet, Gender, Genetics/Hereditiy, Obesity, Parental Education.

PENDAHULUAN

Obesitas atau kelebihan berat badan merupakan salah satu permasalahan yang mulai menjadi masalah kesehatan diseluruh dunia. Menurut Lestari dan Solikah (2017), obesitas adalah keadaan patologis dimana terjadinya penimbunan lemak yang berlebihan dari yang diperlukan untuk fungsi tubuh yang normal. Obesitas dan *overweight* adalah dua hal yang berbeda, tetapi keduanya sama-sama menunjukkan adanya penumpukan lemak yang berlebihan dalam tubuh yang di tandai dengan peningkatan nilai Indeks Massa Tubuh (IMT) di atas normal (Yensasnidar, Nurhamidah, & Putri, 2018).

Prevalensi obesitas di Amerika Serikat pada tahun 2011-2014 pada anak usia pra sekolah (2-5 tahun) sebesar 8,9%, pada usia sekolah (6-11 tahun) yaitu sebesar 17,5% dan pada usia remaja (12-19 tahun) yaitu sebesar 20,5% (Wahyuni & Hidayati, 2019). Menurut NCMP (*National Child Measurement Program*) data di Inggris menunjukkan bahwa 19,8% anak-anak usia 10-11 mengalami obesitas dan 14,3% kelebihan berat badan, dari anak-anak usia 4-5 tahun 9,3% mengalami obesitas dan 12,8% lainnya kelebihan berat badan, ini berarti sepertiga dari 10-11 tahun dan seperlima dari anak usia 4-5 tahun kelebihan berat badan obesitas. Pada tahun 2009 Prevalensi anak obesitas di Spanyol mencapai 13,9%. Di Asia Tenggara, Malaysia merupakan negara dengan prevalensi obesitas tertinggi, yaitu sebesar 14% lalu selanjutnya Thailand yaitu sebesar 8,8% dan disusul Singapura, Filipina dan Indonesia (Asrifuddin, Angela & Sakti, 2019). Jadi prevalensi kejadian obesitas tertinggi di dunia yaitu di Amerika dengan presentase anak usia sekolah 17,5% , sedangkan kejadian obesitas tertinggi di Asia yaitu di Malaysia dengan presentase 14%.

Prevalensi kejadian Obesitas di Indonesia terjadi kenaikan, yaitu obesitas pada dewasa diatas 18 tahun berdasarkan Hasil Riskesdes (2013) prevalensi obesitas yaitu sebesar 14,8% dan hasil Riskesdas tahun 2018 prevalensi obesitas sebesar 21,8%. Pada tahun 2013, anak-anak dengan umur 13-15 tahun memiliki prevalensi gemuk sebesar 8,3% dan obesitas 2,5%. Sementara pada anak usia 5-12 tahun sebanyak 18,8% kelebihan berat badan dan 10,8% mengalami obesitas (Asrifuddin, Angela & Sakti, 2019). Hasil ini menunjukkan bahwa prevalensi kejadian obesitas di indonesia mengalami peningkatan di tahun 2018.

Menurut Riskesdes (2013) prevalensi gemuk dan sangat gemuk (obesitas) di Sulawesi Utara pada anak sekolah sebanyak 19,1% dan pada remaja sebanyak 16,0%. Prevalensi gemuk pada remaja umur 16-18 tahun sebanyak 7,3% yang terdiri dari 5,7% gemuk dan 1,6% obesitas (Kemenkes, 2013). Di Wilayah Kerja Puskesmas Bahu Kota Manado Provinsi Sulawesi Utara, sejak bulan Januari tahun 2017 hingga bulan Desember tahun 2017 didapatkan data, dari 1.425 balita yang ditimbang 89 balita (5,65%), diantaranya laki-laki sebanyak 55 balita (8,7%), perempuan sebanyak 31 balita (5,6%) mengalami gizi lebih (obesitas) dan tertinggi di wilayah kleak (Molintao, Sulaeman, & Purwanti, 2019).

Penyebab kejadian obesitas pada anak belum diketahui secara pasti hingga saat ini namun berbagai penelitian menunjukkan bahwa penyebab kegemukan dan obesitas pada anak bersifat multifaktor. Faktor-faktor yang berpengaruh dengan terjadinya obesitas dan kegemukan pada anak yaitu faktor genetik/keturunan, pendidikan orang tua, jenis kelamin dan kebiasaan hidup sehari-hari seperti pola makan dan pola aktivitas (Maharani & Hernanda, 2020). Obesitas menjadi masalah kesehatan yang jika tidak segera ditangani akan meningkatkan resiko timbulnya berbagai macam keluhan dan penyakit pada anak.

Berdasarkan survey awal yang dilakukan oleh peneliti ditemukan bahwa ada beberapa siswa yang mengalami berat badan lebih di SD GMIM 54 Lapangan. Saat dilakukan wawancara dengan para guru tentang tinggi badan dan berat badan siswa, guru mengatakan ada beberapa murid yang memiliki berat badan lebih. Pada saat peneliti menghitung IMT dari

para murid didapatkan beberapa yang mengalami obesitas. Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti hendak melakukan penelitian yang bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian obesitas pada anak usia 6-12 Tahun di SD GMIM 54 Lapangan

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, menggunakan desain penelitian *case control*. Penelitian ini dilakukan dengan membagi sampel penelitian kedalam kelompok *case* yaitu responden yang obesitas dan kelompok *control* bagi responden yang tidak obesitas untuk mencari faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian obesitas dengan obesitas pada anak usia 6-12 tahun. Penelitian ini akan dilakukan di SD GMIM 54 Lapangan Manado. Populasi dari penelitian ini adalah anak usia 6-12 tahun yang berjumlah 214. Penentuan sampel menggunakan rumus *slovin* dan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Jumlah sampel yang telah diperoleh yaitu 68 orang (38 responden kelompok kasus dan 30 responden kelompok kontrol). Kriteria inklusi yaitu orang tua dengan anak kelas 1-6 di SD yang bersedia menjadi responden.

Instrumen penelitian menggunakan lembar kuesioner tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian obesitas seperti pola aktivitas, pola makan, jenis kelamin, pendidikan orang tua dan genetik/keturunan. Sedangkan untuk obesitas menggunakan IMT dengan meteran untuk mengukur tinggi badan dan timbangan untuk mengukur berat badan. Kuesioner pola makan dan pola aktivitas telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas terlebih dahulu.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik Responden menurut Jenis Kelamin, Umur, dan Kelas di SD GMIM 54 Lapangan (n=68)

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	34	50.0
Perempuan	34	50.0
Umur		
6 Tahun	13	19.1
7 Tahun	21	30.9
8 Tahun	10	14.7
9 Tahun	7	10.3
10 Tahun	2	2.9
11 Tahun	7	10.3
12 Tahun	8	11.8
Kelas		
Kelas 1	15	22.1
Kelas 2	21	30.9
Kelas 3	9	13.2
Kelas 4	7	10.3
Kelas 5	8	11.8
Kelas 6	8	11.8
Total	68	100%

Sumber: Data Primer, 2021

Tabel 1 menunjukkan bahwa jenis kelamin perempuan dan laki-laki yaitu sebanyak 34 orang (50.0%). Selain itu, usia paling banyak adalah 7 tahun yaitu 21 orang (30,9%) dan paling sedikit yaitu 10 tahun berjumlah 2 orang (2,9%). Sedangkan untuk kelas pada umumnya adalah siswa kelas 2 yaitu sebanyak 21 orang (30,9%) dan paling sedikit siswa kelas 4 berjumlah 7 orang (10,3%).

Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Obesitas

Tabel 2. Hubungan pola makan dengan kejadian obesitas di SD GMIM 54 Lapangan

Pola Makan	Kejadian Obesitas				OR (95% CI)	<i>p-value</i>
	Tidak Obesitas		Obesitas			
	n	%	n	%		
Baik	21	30.9	5	7.4	15,4 (4,53-52,2)	,000
Kurang Baik	9	13.2	33	48.5		
Total	30	44.1	38	55.9		

Sumber: Data Primer, 2021

Tabel 2 menunjukkan bahwa pada umumnya responden dengan pola makan kurang baik memiliki obesitas yaitu sebanyak 33 orang (48,5%). Hasil ini juga menunjukkan bahwa pola makan berhubungan secara signifikan dengan kejadian obesitas. Sehingga orang yang memiliki pola makan yang kurang baik akan meningkatkan resiko terhadap kejadian obesitas sebanyak 15,4 kali lebih besar dibandingkan dengan orang yang memiliki pola makan baik ($p=0,000$; OR=15,4, CI: 4,53-52,2).

Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas

Tabel 3. Hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas

Aktivitas Fisik	Kejadian Obesitas				OR (95% CI)	<i>p-value</i>
	Tidak Obesitas		Obesitas			
	n	%	n	%		
Baik	30	44.1	14	20.6	0,31 (0,20-0,49)	,000
Kurang Baik	0	0.0	24	35.3		
Total	30	44.1	38	55.9		

Sumber: Data Primer, 2021

Tabel ini menunjukkan bahwa pada umumnya responden dengan aktivitas fisik yang baik tidak memiliki obesitas yaitu sebanyak 30 orang (44,1%). Hasil ini juga menunjukkan bahwa pola aktivitas berhubungan secara signifikan dengan kejadian obesitas. Sehingga orang yang memiliki pola aktivitas kurang baik akan meningkatkan resiko terhadap kejadian obesitas sebanyak 3,2 kali lebih besar dibandingkan dengan orang yang memiliki pola aktivitas baik ($p=0,000$; OR=0,31, CI: 0,20-0,49).

Hubungan Jenis Kelamin dengan Kejadian Obesitas

Tabel 4. Hubungan jenis kelamin dengan kejadian obesitas

Jenis Kelamin	Kejadian Obesitas				OR (95% CI)	<i>p-value</i>
	Tidak Obesitas		Obesitas			
	n	%	n	%		
Laki-laki	21	30.9	13	19.1	4,48 (1,60-12,5)	,003
Perempuan	9	13.2	25	36.8		
Total	30	44.1	38	55.9		

Sumber: Data Primer, 2021

Tabel 4 menunjukkan bahwa pada umumnya responden dengan jenis kelamin perempuan memiliki obesitas yaitu sebanyak 25 orang (36,8%). Hasil ini juga menunjukkan bahwa jenis kelamin berhubungan secara signifikan dengan kejadian obesitas. Sehingga orang yang memiliki jenis kelamin perempuan dapat meningkatkan resiko kejadian obesitas sebanyak 4,48 kali dibandingkan dengan laki-laki ($p=0,003$; OR=4,48, CI: 1,60-12,5).

Hubungan Genetik dengan Kejadian Obesitas

Tabel 5. Hubungan genetik dengan kejadian obesitas

Genetik (Riwayat keluarga)	Kejadian obesitas				OR (95% CI)	<i>p-value</i>
	Tidak Obesitas		Obesitas			
	n	%	n	%		
Ada	14	20.6	29	42.7	0,27 (0,09-0,76)	,012
Tidak ada	16	23.5	9	13.2		
Total	30	44.1	38	55.9		

Sumber: Data Primer, 2021

Tabel ini menunjukkan bahwa pada umumnya responden dengan ada riwayat keluarga/genetik memiliki obesitas yaitu sebanyak 29 orang (42,7%). Hasil ini juga menunjukkan bahwa genetik berhubungan secara signifikan dengan kejadian obesitas. Sehingga orang yang mempunyai riwayat keluarga obesitas akan meningkatkan resiko terhadap kejadian obesitas sebanyak 3,7 kali lebih besar dibandingkan dengan orang yang tidak memiliki riwayat keluarga obesitas ($p=0,012$; OR=0,27, CI: 0,09-0,76).

Hubungan Pendidikan Orang Tua dengan Kejadian Obesitas

Tabel 6. Hubungan pendidikan orang tua dengan kejadian obesitas

Pendidikan orang tua	Kejadian obesitas				OR (95% CI)	<i>p-value</i>
	Tidak Obesitas		Obesitas			
	n	%	n	%		
Pendidikan rendah	4	5.9	15	22.1	0,23 (0,06-0,81)	,017
Pendidikan tinggi	26	38.2	23	33.8		
Total	30	44.1	38	55.9		

Sumber: Data Primer, 2021

Tabel 6 menunjukkan bahwa pada umumnya responden dengan Pendidikan tinggi (SMA-Perguruan Tinggi) tidak memiliki obesitas yaitu sebanyak 26 orang (38,2%). Hasil ini juga menunjukkan bahwa pendidikan orang tua berhubungan secara signifikan dengan kejadian obesitas. Sehingga orang yang mempunyai pendidikan tinggi akan meningkatkan resiko terhadap kejadian obesitas sebanyak 4,34 kali lebih besar dibandingkan dengan orang yang pendidikan rendah ($p=0,017$; OR=0,23, CI: 0,06-0,81).

Pembahasan

Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas

Pola makan yang berlebihan dapat menjadi faktor terjadinya obesitas. Obesitas terjadi jika seseorang mengonsumsi kalori melebihi jumlah kalori yang di bakar. Tubuh memerlukan asupan kalori untuk kelangsungan hidup namun untuk menjaga berat badan perlu adanya

keseimbangan antara energi yang masuk dengan energi yang keluar. Keseimbangan energi yang terjadi dapat mengarah pada kelebihan berat badan dan obesitas. Berdasarkan asumsi yang didapat dari penelitian yang dilakukan bahwa anak-anak yang memiliki pola makan kurang baik lebih banyak menderita obesitas karena anak-anak sering memakan makanan *fast food* maupun *junk food*, minuman bersoda serta jajan-jajan lainnya yang dapat menyebabkan obesitas dan juga karena masa pandemi ini orang tua melarang anak untuk keluar rumah dan anak hanya berdiam diri di rumah sehingga orang tua menyediakan makanan cepat saji maupun jajan-jajan yang lebih banyak untuk anak, karena hal ini maka anak-anak mengonsumsi makanan cepat saji dan jajan yang berlebihan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni & Hidayati (2019) dengan judul “faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian obesitas pada anak sekolah dasar usia 9-12 tahun di SD Muhammadiyah Sidoarum” terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian obesitas. Penelitian ini pula sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yensasnidar, Nurhamidah, & Putri (2018) di SD Negeri Lubuk Buaya Kota Padang bahwa hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian obesitas.

Pada penelitian ini pada umumnya responden yang pola makan kurang baik menderita obesitas. Hal tersebut dikarenakan walaupun responden makan teratur namun dengan jenis makanan *fast food*, *junk food* dan *soft drink* dengan jumlah makanan dan minuman yang berlebihan sehingga mengakibatkan responden menderita obesitas. Hasil penelitian ini juga diperkuat dengan oleh Misnadiarly (2007) yang mengatakan bahwa kebiasaan makan *fast food* maupun *junk food* akan berpengaruh terhadap kejadian obesitas karena makanan cepat saji memiliki kandungan gizi yang tidak seimbang dan juga banyak mengandung kalori tinggi, rendah serat dan kandungan lemak yang tinggi. Menurut Freitag (2017) mengatakan bahwa kebiasaan meminum minuman *soft drink* akan berpengaruh terhadap kejadian obesitas dikarenakan asupan energi dalam tubuh akan semakin meningkat dan semua kandungan zat seperti kafein dan zat pewarna sintesis dalam minuman *soft drink* tidak ada yang bermanfaat untuk tubuh.

Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas

Aktivitas fisik sangat berperan dalam kejadian obesitas karena jika kurang melakukan aktivitas fisik dapat menyebabkan banyak energi yang tersimpan sebagai lemak, sehingga cenderung pada orang-orang yang kurang melakukan aktivitas fisik akan menderita obesitas. Berdasarkan asumsi yang didapat dari penelitian yang dilakukan bahwa terdapat beberapa anak yang cenderung lebih aktif dalam beraktivitas dan terdapat beberapa anak yang cenderung lebih malas dalam beraktivitas. Anak-anak yang memiliki pola aktivitas baik dikarenakan memiliki halaman rumah besar sehingga bisa berlarian dan bermain dengan anggota keluarga yang lain, sedangkan untuk anak yang memiliki pola aktivitas kurang dikarenakan tuntutan dari orang tua yang tidak membiarkan anak untuk keluar rumah dikarenakan masa pandemi ini.

Hasil penelitian ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Maharani & Hernanda (2020) dengan judul “faktor yang berhubungan dengan kejadian obesitas pada anak usia sekolah” terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni & Hidayati (2019) di SD Muhammadiyah Sidoarum bahwa hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Wahyu (2009) yang mengatakan bahwa pola aktivitas yang minim berperan besar dalam peningkatan resiko obesitas pada anak karena jumlah kalori yang dibakar lebih sedikit dibandingkan kalori yang diperoleh dari makanan yang dikonsumsi sehingga terjadi penimbunan lemak yang berlebihan pada tubuh. Anak yang malas bergerak atau beraktivitas jasmani akan cenderung lebih cepat mengalami kegemukan. Bermain atau beraktivitas jasmani selain untuk rekreasi dan menyalurkan hobi, beraktivitas jasmani juga dapat digunakan sebagai sarana untuk menyalurkan kelebihan energi, meningkatkan pengalaman gerak dan memperhalus keterampilan atau teknik selain itu juga dapat membakar timbunan lemak dalam tubuh (Nurcahyo, 2011).

Hubungan Jenis Kelamin dengan Kejadian Obesitas

Jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang dapat menyebabkan obesitas dan lebih banyak di jumpai pada perempuan karena perempuan secara alami memiliki cadangan lemak tubuh terutama di daerah perut lebih banyak dibandingkan laki-laki. Selain itu pengaruh hormonal pada perempuan terutama setelah kehamilan dan pada saat *menopause* juga menyebabkan obesitas lebih sering dijumpai pada perempuan dibandingkan dengan laki-laki. Begitupun dengan obesitas yang terjadi pada anak-anak dan remaja. Pernyataan ini berbanding lurus dengan hasil penelitian yang didapat yaitu jenis kelamin perempuan lebih banyak menderita obesitas dibandingkan dengan laki-laki. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lubis dkk (2020) dan Puspitasari (2018) tentang hubungan jenis kelamin dengan kejadian obesitas bahwa hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan kejadian obesitas.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pada umumnya perempuan lebih cenderung menderita obesitas di bandingkan dengan laki-laki. Hasil ini berbanding lurus dengan Sulistyoningsih (2013) yang mengatakan perbedaan antara zat gizi antara laki-laki dan perempuan berbeda yang disebabkan oleh jaringan penyusun tubuh dan aktivitasnya, jaringan lemak pada perempuan cenderung lebih tinggi dari pada laki-laki, sedangkan pada laki-laki cenderung lebih banyak memiliki jaringan otot sehingga dapat menyebabkan *lean body mass* laki-laki menjadi lebih tinggi dari pada perempuan.

Meskipun demikian, pada ras-ras tertentu termasuk di Asia, jenis kelamin laki-laki juga diketahui lebih banyak *overweight* dibandingkan perempuan. Anak laki-laki cenderung mengasup makanan lebih banyak sedangkan anak perempuan cenderung membatasi asupan makanan karena pengaruh *body image* (Prasetyo, 2017).

Hubungan Genetik dengan Kejadian Obesitas

Obesitas sudah dapat terjadi pada bayi, balita, pada anak usia 6 tahun, usia remaja dengan salah satu orang tua obesitas akan menetap sampai dewasa. Jadi bila kedua orang tua obesitas, sekitar 80% anak-anak mereka akan menjadi obesitas dan bila kedua orang tua tidak obesitas maka prevalensi obesitas akan menurun menjadi 14%. Peningkatan resiko obesitas tersebut kemungkinan dipengaruhi oleh gen atau faktor lingkungan dalam keluarga. Berdasarkan asumsi yang didapat dari penelitian yang dilakukan bahwa banyak keluarga responden yang memiliki riwayat obesitas.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pada umumnya responden yang memiliki riwayat keluarga obesitas akan memungkinkan anak menderita obesitas. Hasil penelitian ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni dan Hidayati (2019) di SD Muhammadiyah Sidoarum bahwa hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara genetik dengan kejadian obesitas. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Indarwati

(2019) yang menunjukkan ada hubungan antara keturunan dengan kejadian obesitas dalam keluarga.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori dari Wahyu (2009) yang mengatakan bahwa keterlibatan faktor genetik dalam meningkatkan faktor resiko obesitas diketahui berdasarkan fakta adanya perbedaan kecepatan metabolisme tubuh antara satu individu dan individu lainnya. Individu yang memiliki kecepatan metabolisme lebih lambat memiliki resiko lebih besar menderita obesitas. Faktor genetik sangat berperan dalam peningkatan berat badan karena terdapat beberapa sel yang menunjukkan predisposisi untuk menimbulkan obesitas. Kegemukan dan obesitas pada anak merupakan konsekuensi dari asupan kalori (energi) yang melebihi jumlah kalori yang dibakar pada proses metabolisme di dalam tubuh.

Hubungan Pendidikan Orang Tua dengan Kejadian Obesitas

Tingkat pendidikan orang tua sangat berpengaruh terhadap pemilihan kuantitas dan kualitas makanan yang dikonsumsi oleh anaknya. Semakin tinggi tingkat pendidikan orang tua maka pengetahuan tentang gizi semakin baik. Pengetahuan gizi yang baik akan berpengaruh terhadap kebiasaan makan anak karena pengetahuan tentang gizi mempunyai peran yang sangat penting dalam pembentukan kebiasaan makan seseorang. Pengetahuan gizi akan mempengaruhi seseorang dalam memilih jenis dan jumlah makanan. Berdasarkan asumsi yang didapat dari penelitian yang dilakukan bahwa banyak orang tua responden yang memiliki pendidikan tinggi dan sebagian memiliki pendidikan rendah. Orang tua yang memiliki pendidikan tinggi namun anaknya menderita obesitas disebabkan karena orang tua yang sibuk sehingga tidak memperhatikan makanan yang di makan anak dan juga terlalu sering menyediakan makanan *fast food* dan *junk food* sehingga anak memakannya secara berlebihan.

Hasil penelitian ini di perkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Melinda (2016) di SD NU 1 Trate Gresik tentang hubungan antara pendidikan dan pengetahuan ibu dengan status gizi lebih (*overweight* dan obesitas) pada anak sekolah dasar yang menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara pendidikan orang tua dengan status gizi lebih anak sekolah dasar. Penelitian dari Kurniasari dan Nurhayati (2017) juga menunjukkan hasil yang sama, dimana ada hubungan antara pendidikan orang tua dengan status gizi anak.

Tingkat pendidikan orang tua memiliki hubungan yang positif dengan status gizi anak karena semakin tinggi tingkat pengetahuan orang tua maka akan semakin baik status gizi anak. Hal ini disebabkan karena orang tua dengan tingkat pendidikan yang tinggi memiliki kecenderungan untuk lebih banyak mencari informasi tentang zat gizi ataupun kesehatan anaknya secara umum dan juga lebih mudah dalam menyerap informasi-informasi baru yang dapat meningkatkan pengetahuannya (Indarwati, 2019).

KESIMPULAN

Pola makan, pola aktivitas, jenis kelamin, riwayat keluarga dan pendidikan orang tua berhubungan dengan kejadian obesitas pada anak usia 6-12 tahun. Penelitian ini menunjukkan bahwa faktor-faktor diatas sangat mempengaruhi kejadian obesitas.

Penelitian ini dapat menjadi bahan masukan bagi orang tua maupun pihak sekolah sebagai dasar pencegahan obesitas pada anak dan juga dapat dijadikan acuan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian terkait dengan kejadian obesitas untuk dapat menjelaskan lebih luas lagi faktor-faktor lain yang bisa dikaitkan dengan kejadian obesitas ataupun intervensi-intervensi lain dalam pengelolaan kejadian obesitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Asrifuddin, A., Angela, F.C., & Sakti, R.P. (2019). Hubungan Antara Obesitas Dengan Kualitas Hidup Pada Pelajar Di SMP Negeri 1 Manado. *Jurnal KESMAS*. 8 (6), 277-282
- Freitag, H. (2017). *Obesitas Translasional : aspek klinik dan molekuler dari kejadian obesitas*. Gajah Mada University Press.
- Indarwati, M.P. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Obesitas Pada Anak Usia 9-11 Tahun Di SD Ma'arif Kecamatan Ponogoro. *Skripsi Stikes Bhakti Husada Mulia*. <http://repository.stikes-bhm.ac.id/id/eprint/618>
- Kemendes RI. (2013). Hasil Riskesdas 2013. Kementerian Kesehatan RI. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan: Jakarta.
- Kemendes RI. (2018). Hasil Utama Riskesdas 2018. Kementerian Kesehatan RI. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan: Jakarta
- Kurniasari, A. D., & Nurhayati, F. (2017). Hubungan antara tingkat pendidikan, pekerjaan dan pendapatan orang tua dengan status gizi pada siswa SD Hangtuah 6 Surabaya. *J Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 5(02), 163-70.
- Lubis, M. Y., Hermawan, D., Febriani, U., & Farich, A. (2020). Hubungan antara faktor Keturunan, Jenis Kelamin dan tingkat sosial ekonomi orang tua dengan kejadian obesitas pada mahasiswa di Universitas Malahayati tahun 2020. *Human Care Journal*, 5(4), 891-900.
- Maharani, S., & Hernanda, R. (2020). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*. 12 (2), 285-299.
- Melinda, V. Y. (2016). Hubungan Antara Pendidikan Dan Pengetahuan Ibu Dengan Status Gizi Lebih (Overweight Dan Obesitas) Pada Anak Sekolah Dasar Di Sd Nu 1 Trate Gresik: The Relationship Between Education and Maternal Knowledge with Over Nutritional Status Affecting SD NU 1 Trate Gresik Students. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (Scientific Journal of Midwifery)*, 2(2), 12-20.
- Misnadiarly. (2007). *Obesitas Sebagai Faktor Resiko Beberapa Penyakit*. Jakarta: Pustaka Populer
- Molintao, W. P., Sulaeman, S., Purwanti, N. H. (2019). Hubungan Kompetensi Ibu, Aktivitas Fisik, Dan Konsumsi Junk Food Dengan Kejadian Obesitas Pada Balita. *Journal of Telenursing*, 1 (1), 119-130. <https://media.neliti.com/media/publications/282061-hubungan-kompetensi-ibu-aktivitas-fisik-3035d213.pdf>
- Nurcahyo, F. (2011). Kaitan Antara Obesitas dan Aktivitas Fisik. *Medikora*, Vol 7 (1), 87-96. <https://doi.org/10.21831/medikora.v0i1.4663>
- Prasetyo, W. (2017). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Obesitas Pada Anak Usia Sekolah 7-12 Tahun (Studi Korelasi Di Sekolah Dasar Kristen Petra Jombang). *Skripsi Stikes Insan Cendekia Medika*. <http://repo.stikesicme-jbg.ac.id/78/1.pdf>
- Puspitasari, N. (2018). Kejadian obesitas sentral pada usia dewasa. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 2(2), 249-259.
- Sulistyoningsih, H. (2013). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Man Ciawi Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2012. *Jurnal Kesehatan Bidkesmas Respati*, 2(4), 8-19. <https://doi.org/10.48186/bidkesmas.v2i4.21>
- Wahyu, G. G. (2009). *Obesitas Pada Anak*. Yogyakarta: Bentang Pustaka.
- Wahyuni, N., & Hidayati, W.R. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar Usia 9-12 Tahun Di SD Muhammadiyah Sidoarjo. <http://digilib2.unisayogya.ac.id/xmlui/handle/123456789/608>

Yensasnidar., Nurhamidah., & Atika Dewi Kumala Putri. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Obesitas Pada Murid Sekolah Dasar Negeri 11 Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan Perintis*. 5 (2) 156-161.