

Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Gizi dengan Kejadian Obesitas Anak di SD Islam Al-Azhar 32 Padang

Merisya¹, Eryati Darwin², Detty Iryani³

Abstrak

Obesitas adalah kelainan yang ditandai oleh penimbunan berlebihan jaringan lemak dalam tubuh. Salah satu kelompok usia yang berisiko mengalami obesitas adalah kelompok usia 6-12 tahun. Pengetahuan gizi ibu berhubungan dengan kejadian obesitas pada anak. Hal tersebut mempengaruhi pemilihan nutrisi yang dikonsumsi anak. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan ibu tentang gizi dengan kejadian obesitas pada anak usia sekolah dasar. Penelitian ini bersifat analitik dengan rancangan studi *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas 1-3 di SD Islam Al-Azhar 32 Padang dengan subyek penelitian sebanyak 102 orang. Pengambilan data dilakukan dengan pembagian angket kepada ibu yang berisi pertanyaan seputar gizi. Status gizi anak ditentukan dengan pengukuran berat dan tinggi badan. Hasil pengukuran dikategorikan berdasarkan standar antropometri penilaian status gizi anak menurut Departemen Kesehatan Indonesia. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat dan bivariat *fisher's exact test*. Hasil penelitian didapatkan subyek obesitas sebanyak 17,6% dengan rerata IMT adalah $16,6 \pm 3,20$. Tingkat pengetahuan gizi ibu ditemukan hampir seluruhnya dalam kriteria cukup baik, yaitu sebesar 98%. Hasil uji statistik didapatkan bahwa tidak terdapat hubungan bermakna antara pengetahuan gizi ibu dengan kejadian obesitas ($p = 0,323$)

Kata kunci: obesitas anak, pengetahuan ibu, gizi

Abstract

Obesity is a disorder that is marked by excessive accumulation of body fat. Age group 6-12 years is one group that is at risk of childhood obesity. Mother's nutritional knowledge is related to childhood obesity. The knowledge influence mother's decision on child's daily consumption. The objective of this research was to investigate the relationship between mother's knowledge of nutrition and childhood obesity among elementary school students. This research was analytic research with cross sectional study. The research population was class 1-3 in Al-Azhar 32 elementary school with 102 subjects. Sample collection was conducted by distributing questionnaire upon child's mother. Nutrition status was determined by measuring weight and height of children. The result was categorized by using children's nutritional status assessment of standard anthropometry according to Indonesian Health Department. The data was analyzed by univariate and bivariate analysis by using fisher's exact test. From the research, obtained obesity rate for about 17,6% with average BMI $16,6 \pm 3,20$. Mother's nutritional knowledge levels is good criteria (98%). From Fisher's exact test statistic, obtained that there is no significant relationship between mother's nutritional knowledge with incidence of childhood obesity ($p = 0,323$).

Keywords: childhood obesity, mother's knowledge, nutrition

Affiliasi penulis : 1. Pendidikan Dokter FK UNAND (Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Padang), 2. Bagian Patologi Anatomi FK UNAND, 3. Bagian Fisiologi FK UNAND

Korespondensi : Merisya, E-mail : meisya@rocketmail.com. Telp: 087897457983

PENDAHULUAN

Obesitas atau kegemukan adalah suatu kelainan atau penyakit yang ditandai oleh penimbunan jaringan lemak dalam tubuh secara berlebihan. Keadaan ini disebabkan karena ketidakseimbangan antara energi yang masuk bersama makanan ke dalam tubuh, terutama karbohidrat dan lemak, dengan energi yang dipakai.¹ Obesitas dapat terjadi pada semua usia, namun yang tersering terjadi pada tahun pertama kehidupan, pada usia sekolah dan pada masa remaja.² Di seluruh dunia prevalensi kegemukan dan obesitas anak meningkat dari 4,2% pada tahun 1990 menjadi 6,7% pada tahun 2010. Tren ini diperkirakan akan mencapai 9,1% atau 60 juta, pada tahun 2020. Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2010, terjadi peningkatan dari 6,4% pada tahun 2007 menjadi 9,2% pada tahun 2010 pada anak umur 6-12 tahun. Prevalensi obesitas pada anak laki-laki umur 6-12 tahun lebih tinggi dari prevalensi pada anak perempuan berturut-turut sebesar 10,7% dan 7,7%.³ Setelah dianggap sebagai masalah negara berpenghasilan tinggi, kelebihan berat badan dan obesitas sekarang meningkat di negara berpenghasilan rendah dan menengah, khususnya di perkotaan. Lebih dari 30 juta anak-anak kelebihan berat badan hidup di negara berkembang dan 10 juta di negara maju.⁴ Kejadian kegemukan pada anak usia 6-12 tahun di Sumatera Barat sebanyak 3,8%.³ Di kota Padang, berdasarkan pengukuran status gizi berdasarkan IMT pada 4 buah Sekolah dasar (SD) favorit didapatkan, 6,46% anak dalam kondisi gemuk.⁵

Masalah obesitas pada anak adalah masalah yang kompleks. Banyak faktor yang berhubungan dengan kejadian obesitas pada anak. Khomsan mengatakan bahwa hereditas (keturunan) menjadi salah satu faktor penyebab obesitas. Peluang seorang anak mengalami Obesitas adalah 10% meskipun bobot badan orangtua termasuk dalam kategori normal.⁶ Kurangnya pengetahuan dan salah persepsi tentang kebutuhan makanan dan nilai makanan juga merupakan merupakan salah satu yang mempengaruhi status gizi seseorang.⁷ Faktor lingkungan lainnya seperti gaya hidup dan budaya daerah tampaknya memainkan peranan penting dalam peningkatan prevalensi obesitas di dunia. Dalam kasus yang cukup sedikit juga dijumpai adanya pengaruh hormon dalam terjadinya obesitas.

Dalam hal ini akan dibahas lebih lanjut mengenai obesitas pada anak sekolah dasar (SD) karena anak-anak dalam usia ini umumnya sudah dapat memilih dan menentukan makanan yang disukai dan gemar sekali jajan. Jajanan yang mereka beli seperti es, gula-gula atau makanan lain yang tinggi kalori dan lemak, serta rendah serat.⁸ Oleh karena itu, anak dalam rentang usia ini perlu mendapat perhatian dari sudut perubahan pola makan sehari-hari karena makanan yang biasa dikonsumsi sejak masa anak akan membentuk pola kebiasaan makan selanjutnya.⁹

SD Islam Al-Azhar 32 Padang merupakan SD swasta yang berlokasi di daerah perkotaan, jumlah murid seluruhnya sebanyak 467 orang, terdiri dari 17 lokal, jumlah anak laki-laki sebanyak 206 orang dan jumlah anak perempuan sebanyak 261 orang, serta sebagian besar orangtua anak memiliki pendidikan terakhir yang tinggi sehingga kemungkinan pengetahuan tentang gizi anak juga lebih baik. Berdasarkan survey awal pada tanggal 15 Januari 2014, dari 350 anak yang sedang melakukan senam massal didapatkan sekitar 42 anak yang mengalami kelebihan berat badan. Dari uraian di atas, masalah yang terjadi adalah kejadian obesitas pada anak terus meningkat, dan kurangnya pengetahuan ibu. Pengetahuan yang kurang ini dapat menyebabkan perilaku yang salah dalam memberikan dan mengawasi pola makan anaknya.

METODE

Penelitian yang dilakukan bersifat *cross sectional* pada Februari 2014 sampai Maret 2014. Lokasi penelitian di SD Islam Al-Azhar 32 Padang. Subjek penelitian adalah siswa SD Islam Al-Azhar 32 Padang kelas I-III yang berjumlah 102 siswa. Cara pengambilan sampel yaitu *Total Sampling*. Data yang dikumpulkan diolah dengan menggunakan metode *fisher's exact test*.

HASIL

Hasil penelitian yang dilakukan terhadap siswa kelas I-III SD Islam Al-Azhar 32 Padang mendapatkan distribusi siswa kelas I-III yang termasuk kriteria obesitas dan tidak obesitas pada tabel 1. Hasil penelitian yang didapatkan adalah sebagian besar

(82,6%) siswa tidak mengalami obesitas sedangkan yang mengalami obesitas sebanyak (17,6%) siswa.

Distribusi pengetahuan ibu tentang gizi dapat dilihat pada tabel 2. Hasil penelitian ini mendapatkan hampir semua ibu dari siswa kelas I-III memiliki pengetahuan gizi cukup baik (98%), sedangkan sisanya (2%) memiliki pengetahuan gizi kurang baik.

Hubungan pengetahuan ibu tentang gizi dengan kejadian obesitas pada siswa kelas I-III SD Islam Al-Azhar 32 Padang dapat dilihat pada tabel 3. Hasil penelitian ini didapatkan bahwa sebagian besar ibu yang memiliki pengetahuan cukup baik mengenai gizi memiliki anak yang tidak obesitas sebanyak 83% dan 17% sisanya mengalami obesitas. Hasil uji statistik menunjukkan $p = 0,323$ ($p > 0,05$) dengan demikian tidak terdapat hubungan bermakna antara hubungan pengetahuan ibu tentang gizi dengan kejadian obesitas anak pada siswa kelas I-III SD Islam Al-Azhar 2 Padang.

PEMBAHASAN

Pada penelitian yang dilakukan dari kelas 1 sampai dengan kelas 3 di SDI Al-Azhar 32 Padang, ditemukan prevalensi obesitas sebanyak 17,6%. Angka ini lebih tinggi daripada prevalensi obesitas pada penelitian yang dilakukan oleh Riskesdas terhadap anak usia 6 – 12 tahun pada tahun 2010 yaitu sebesar 3,8%. Perbedaan prevalensi ini terjadi karena adanya perbedaan pengambilan sampel, dimana pada penelitian Riskesdas, sampel diambil di daerah rural dan urban. Sedangkan pada penelitian ini sampel diambil pada daerah urban. Hal ini dijelaskan dalam penelitian yang dilakukan oleh Andriani *et al*, bahwa obesitas ditemukan lebih banyak pada daerah urban jika dibandingkan dengan daerah rural.¹⁰

Penelitian lain juga dilakukan di Sekolah Dasar Hj. Isriati Baiturrahman Kota Semarang, dimana didapatkan prevalensi obesitas pada 44 siswa kelas IV dan V tahun 2005 cukup tinggi yaitu 70,5%.¹¹ Angka ini lebih tinggi dibandingkan dengan prevalensi di SDI Al-Azhar 32 Padang. Hal ini dikarenakan metode pengambilan sampel dan jumlah sampel dari penelitian yang berbeda.

Dari 102 responden yang diteliti, didapatkan bahwa 98% responden memiliki pengetahuan gizi cukup baik. Tingkat pengetahuan sangat dipengaruhi oleh latar

belakang pendidikan, semakin tinggi tingkat pendidikan akan semakin baik tingkat pemahaman tentang suatu konsep disertai cara pemikiran dan penganalisaan yang tajam dengan sendirinya memberikan persepsi yang baik.¹² Pada penelitian ini, tingkat pendidikan terakhir responden sebagian besar yaitu sebesar 84,4% adalah diploma/sarjana. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Yueniwati dan Rahmawati yang menyatakan terdapat hubungan antara pendidikan terakhir ibu dengan pengetahuan ibu.¹³

Pengetahuan gizi responden cukup baik juga didukung oleh pekerjaan responden. Dimana, sebagian besar responden bekerja diluar rumah baik sebagai PNS, pegawai swasta maupun wiraswasta yaitu sebesar 60,8%. Dengan banyaknya interaksi responden dengan orang lain maka akan lebih memperluas pengetahuan responden. Seperti yang diungkapkan oleh Suhartono bahwa sumber pengetahuan salah satunya berasal dari otoritas kesaksian orang lain.¹⁴ Pengetahuan juga dipengaruhi oleh faktor usia, dimana dari 102 responden sebagian besar memiliki usia 30-40 tahun. Hal ini berarti responden telah memiliki berbagai macam pengalaman indrawi yang merupakan salah satu sumber dari pengetahuan. Semakin banyaknya pengalaman yang didapatkan seseorang maka pengetahuannya juga cenderung semakin luas.¹⁴

Pengetahuan gizi ibu sangat mempengaruhi status gizi keluarga tersebut. Hal ini dikarenakan ibu akan dapat membentuk pola konsumsi pangan, terutama untuk anaknya. Selain itu, tingkat ekonomi juga merupakan tantangan bagi ibu untuk pandai memilih makanan yang sehat bagi keluarganya, karena sosial ekonomi yang baik memberikan kemudahan untuk mendapatkan makanan yang sesuai dengan pilihan dan selera. Hal ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Padmiari, menyebutkan bahwa pendapatan keluarga yang mendukung kemampuan dalam membeli makanan cepat saji inilah yang menjadi penyebab meningkatnya konsumsi makanan berenergi tinggi.¹⁵

Dalam penelitian ini secara statistik menunjukkan hubungan yang tidak bermakna antara pengetahuan gizi dengan kejadian obesitas ($P > 0,05$) yang berarti bahwa pengetahuan gizi bukan merupakan faktor yang berhubungan dengan kejadian obesitas. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Anggraini

yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan gizi ibu dengan kejadian obesitas anak ($P=0,472$).¹⁶

Penelitian lainnya juga menyebutkan bahwa pengetahuan gizi bukan merupakan faktor yang berhubungan dengan kejadian obesitas, meskipun kejadian obesitas cenderung lebih tinggi pada responden yang memiliki pengetahuan gizi rendah (47,3%) dibandingkan dengan yang memiliki pengetahuan gizi tinggi (29,4%).¹⁷ Namun hal ini berlawanan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hadi *et al* di Semarang yang menemukan bahwa terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan gizi ibu dengan kejadian obesitas anak dengan ($P= 0,001$).¹¹ Perbedaan hasil penelitian ini terjadi karena adanya perbedaan dalam metode dan uji hipotesis yang digunakan.

Pengetahuan gizi merupakan faktor tidak langsung yang mempengaruhi status gizi seseorang, sehingga jika tidak terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan kejadian obesitas, maka hal ini dipengaruhi oleh faktor langsungnya yaitu konsumsi makanan. Hal ini didukung oleh penelitian yang lainnya yang menemukan bahwa adanya hubungan bermakna antara konsumsi *junk food* dengan kejadian obesitas.¹⁸

Seseorang yang memiliki pengetahuan baik belum tentu status gizinya baik pula. Hubungan pengetahuan gizi dengan status gizi, khususnya obesitas adalah hubungan yang tidak langsung. Pengetahuan terlebih dahulu mempengaruhi konsumsi zat gizi. Orang yang sudah mengetahui tentang jumlah, frekuensi, kandungan, jenis, cara pemberian dan manfaat zat gizi akan berusaha memperoleh makanan yang mengandung zat gizi yang sesuai seperti yang dibutuhkan oleh tubuhnya.

Tabel

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kejadian Obesitas Anak di SDI Al-Azhar 32 Padang

Pengetahuan gizi ibu	f	%
Cukup Baik	100	98
Kurang Baik	2	2
Total	102	100

Keterangan : f = frekuensi , % = persentasi kejadian

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Gizi Responden di SDI Al-Azhar 32 Padang

Kejadian obesitas	f	%
Tidak obesitas	84	82,4
Obesitas	18	17,6
Total	102	100

Keterangan : f = frekuensi , % = persentase kejadian

Tabel 3. Hubungan antara Pengetahuan Gizi Ibu dengan Kejadian Obesitas pada Anak di SDI Al-Azhar 32 Padang

Pengetahuan ibu tentang gizi	Tidak obesitas		obesitas		Total		Nilai P
	f	%	f	%	n	%	
Cukup Baik	83	83	17	17	100	100	0,323
Kurang Baik	1	50	1	50	2	100	

Keterangan : f = frekuensi , % = persentase kejadian, n = jumlah

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian pada siswa-siswi kelas I-III SD Islam Al-Azhar 32 Padang didapatkan kesimpulan sebagai berikut; hanya 17,6% anak di SD Islam Al-Azhar 32 Padang mengalami obesitas. Ditemukan tingkat pengetahuan ibu tentang gizi hampir semuanya dengan kriteria cukup baik. Tidak ada hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi dengan kejadian obesitas anak di SD Islam Al-Azhar 32 Padang.

DAFTAR PUSTAKA

1. Sjarif DR. Obesitas pada anak dan permasalahannya. Dalam: Trihono PP, Purnamawati S, Sjarif DR, Hegar B, Gunardi H, Oswari H, *et al*, editor. Hot Topics in Pediatrics II. Jakarta: FKUI; 2005.219-34.
2. Soetjningsih. Obesitas pada anak. Dalam: Tumbuh Kembang Anak. Jakarta: EGC; 2008.
3. Riskesdas. Laporan nasional 2010 Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Depkes RI. (diunduh 23 Desember 2012). Tersedia dari: URL: HYPERLINK http://www.litbang.depkes.go.id/bl_riskesdas2010

4. WHO. Overweight and obesity. (diunduh 26 November 2012). Tersedia dari: URL: HYPERLINK <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/>
5. Lubis G, Nazardi O. Hubungan lingkaran pinggang dengan faktor risiko penyakit kardiovaskular pada anak obesitas usia sekolah dasar. Sari Pediatri. 2006;8(2):147-53.
6. Khomsan A. Teknik pengukuran pengetahuan gizi. Bogor: Jurusan Gizi Masyarakat dan Sumber daya Keluarga, Fakultas Pertanian, Institut Pertanian Bogor; 2000.
7. Budiyanto AK. Dasar-dasar ilmu gizi. Malang: UMM Press; 2004.
8. Sari F. Faktor-faktor yang berhubungan dengan terjadinya obesitas pada anak di TK YPI Ibnu Syam, Cempaka Putih dan Waladun Shaleh kecamatan Banuhampu Kabupaten Agam tahun 2011. Padang: Universitas Andalas; 2011.
9. Toschke AM, Grote V, Koletzko B, Kries R. Identifying children at high risk for overweight at school entry by weight gain during the first 2 years. Arch. Pediatr. Adolesc. Med. 2004;158(5):449-52.
10. Andrissi L, Giovanni M, Valleria S, Laura B, alexandro G. Dietary habits and growth: an urban/rural comparison in the Andean region of Apurimac, Peru. Ann 1st super sanita. 2013; 49(4): 340-6.
11. Hadi SM, Enik S, Mifbakhudin. Hubungan pendapatan perkapita, pengetahuan gizi ibu dan aktifitas fisik dengan obesitas anak. J kesehatan Masy Indones. 2005;2(1):7-12.
12. Notoatmodjo S. Pendidikan dan perilaku kesehatan. Jakarta : Asdi Maha Surya; 2005.
13. Yueniwati T, Rahmawati. Hubungan karakteristik sosial ibu dengan pengetahuan tentang obesitas anak. (diunduh 23 Februari 2014). Tersedia dari : URL: HYPERLINK <http://www.tempointeraktif.com>
14. Suhartono S. Filsafat ilmu pengetahuan. Yogyakarta: Ar Ruzz; 2008.
15. Padmiari IAE, Hadi H. Prevalensi obesitas dan konsumsi fast food sebagai faktor terjadinya obesitas pada anak SD di Kota Denpasar, Provinsi Bali (tesis). Yogyakarta: Program Pasca Sarjana UGM; 2002.
16. Anggraini S. Faktor risiko obesitas pada anak taman kanak-kanak kota Bogor (skripsi). Bogor: Program studi Gizi Masyarakat dan Sumber Daya Keluarga Fakultas Pertanian ITB; 2008.
17. Yuska D. Hubungan pengetahuan gizi, konsumsi sayuran dan buah dengan kejadian obesitas pada ibu rumah tangga di kota Padang tahun 2010. Padang. Universitas Andalas; 2010.
18. Amalia RN. Hubungan konsumsi junk food dengan kejadian gizi lebih pada siswa SD Pertiwi 2 Padang (skripsi). Padang: Fakultas Kedokteran Universitas Andalas; 2013.