

GAMBARAN KEJADIAN OBESITAS PADA ANAK USIA SEKOLAH DASAR DI KECAMATAN TELANAIPURA KOTA JAMBI 2022

Rizki Aryandi¹, Ima Maria², Erisca Ayu Utami²

¹Mahasiswa Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi

²Dosen Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi

e-mail: rizki123aryandi@gmail.com

ABSTRACT

Background: Obesity is abnormal fat accumulation or excess fat which can pose a risk of health problems. In 2016 the prevalence of obesity in children and adolescents aged 5-19 years was more than 340 million. Age, gender, genetics, diet, and social economic status are risk factors for obesity. This study aims to knowing the incidence of obesity in elementary school-age children. **Methods:** This research was an descriptive with a cross sectional design. The population is 197 elementary school students who are in the Telanaipura District, Jambi City and the sample is taken using the multistage sampling method. The instrument of this study was measuring height and weight and filling out a questionnaire. **Results:** The results of this study found that the most obesity occurred at the age of 9 years, in male sex, in children whose parents had a history of obesity, in children whose parents had an income above the UMP, and in children who consumed different types of food. **Conclusion:** Characteristics of the most obese respondents at the age of 9 years, male sex, parents have a history of obesity, parents have an income above the UMP, and do not consume various types of food. **Keywords:** Obesity in children, Obesity history of parents, Types of food.

ABSTRAK

Latar Belakang: Obesitas merupakan akumulasi lemak yang abnormal atau kelebihan lemak yang dapat menimbulkan risiko gangguan kesehatan. Pada tahun 2016 prevalensi obesitas pada anak-anak dan remaja berusia 5-19 tahun yaitu lebih dari 340 juta. Usia, jenis kelamin, genetik, pola makan, dan status ekonomi sosial merupakan faktor risiko terjadinya obesitas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kejadian obesitas pada anak usia sekolah dasar. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan rancangan *cross sectional*. Populasinya adalah 197 siswa sekolah dasar yang berada di Kecamatan Telanaipura Kota Jambi dan pengambilan sampel dengan metode *multistage sampling*. Instrumen penelitian ini dengan pengukuran tinggi badan serta berat badan dan pengisian kuesioner. **Hasil:** Hasil penelitian ini didapatkan obesitas terbanyak terjadi pada usia 9 tahun, pada jenis kelamin laki-laki, pada anak yang orang tuanya memiliki riwayat obesitas, pada anak yang orang tuanya memiliki pendapatan di atas UMP, dan pada anak yang mengkonsumsi jenis makanan tidak beragam. **Kesimpulan:** Karakteristik responden obesitas terbanyak pada usia 9 tahun, jenis kelamin laki-laki, orang tua memiliki riwayat obesitas, orang tua memiliki pendapatan di atas UMP, dan mengkonsumsi jenis makanan tidak beragam. **Kata Kunci:** Obesitas pada anak, Riwayat obesitas orang tua, Jenis makanan.

PENDAHULUAN

Obesitas merupakan akumulasi lemak yang abnormal atau kelebihan lemak yang dapat menimbulkan risiko gangguan kesehatan.¹ Obesitas berasal dari bahasa Latin yaitu *'obesus'* dan *'obedere'* yang artinya gemuk atau kegemukan.² Obesitas pada anak dapat menyebabkan penyakit kronis seperti gangguan metabolisme glukosa, resistensi insulin, diabetes tipe 2 pada remaja, hipertensi, dyslipidemia, steatosis hepatic, gangguan gastrointestinal dan obstruksi pernafasan waktu tidur.³ Obesitas memiliki faktor penyebab yang bersifat multifaktorial seperti peningkatan konsumsi makanan cepat saji (*fast food*), rendahnya aktivitas fisik, faktor genetik, status sosial ekonomi, dan jenis kelamin.⁴

Prevalensi obesitas yang terjadi di dunia pada tahun 2016 yaitu anak-anak dan remaja berusia 5-19 tahun lebih dari 340 juta mengalami kelebihan berat badan dan obesitas.⁵ Prevalensi obesitas di Indonesia menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2013, terjadi 8,8% pada anak usia 5-12 tahun.⁶ Sedangkan pada tahun 2018 mengalami peningkatan menjadi 9,2% pada anak 5-12 tahun. Di Provinsi Jambi pada tahun 2018 sebesar 11,4% pada anak 5-12 tahun.⁷

Berdasarkan penelitian Lailatun Nimah, dkk⁸ data pendidikan menunjukkan tingkat pendidikan sekolah dasar merupakan nilai tertinggi dengan kejadian obesitas. Obesitas pada anak sekolah

bisa disebabkan karena pola konsumsi makan yang salah, yaitu anak menyukai makanan jajanan yang tinggi lemak, dan tinggi gula serta karena kurangnya aktivitas fisik.⁹ Menurut Tanjung, dkk¹⁰ anak-anak yang kesehariannya memiliki intensitas dan frekuensi yang lebih tinggi dalam penggunaan media berbasis layar seperti televisi, video game, dan komputer akan mempunyai risiko lebih tinggi untuk mengalami obesitas dibandingkan anak dengan intensitas durasi dan frekuensi lebih rendah. Menurut Soetjningsih¹¹ jika salah satu orang tua yang obesitas maka anaknya mempunyai risiko 30-40% menjadi obesitas, namun risikonya meningkat menjadi 70-80% jika kedua orang tuanya yang mengalami obesitas. Menurut Hadi¹² status IMT berbanding lurus dengan status sosial ekonomi atau gaji orang tua karena jika status sosial ekonomi yang tinggi mengakibatkan tingginya kemampuan membeli makanan mahal dan cenderung mengonsumsi makanan cepat saji yang mengakibatkan ketidakseimbangan gizi pada anak. Pada anak usia sekolah, obesitas juga dapat menyebabkan konsentrasi menurun, mudah mengantuk, dan mengurangi tingkat keaktifan siswa dalam proses belajar mengajar sehingga dapat mempengaruhi prestasi belajar siswa.¹³

METODE

Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan rancangan *cross sectional*. Penelitian dilaksanakan di sekolah dasar

yang masuk kedalam wilayah Kecamatan Telanaipura Kota Jambi. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Agustus – Oktober 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa sekolah dasar di Kecamatan Telanaipura Kota Jambi tahun 2022. Metode pengambil sampel pada penelitian ini adalah *multistage sampling*. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah siswa sekolah dasar yang berusia 6-12 tahun di Kecamatan Telanaipura Kota Jambi, sekolah dasar yang berada di Kecamatan Telanaipura Kota Jambi, siswa aktif sekolah dasar di Kecamatan Telanaipura Kota Jambi, orang tua yang bersedia menjadi subjek penelitian, orang tua yang mengizinkan anaknya menjadi subjek penelitian. Kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah siswa yang sedang sakit pada saat pengambilan data dan tidak hadir pada saat pengambilan data.

HASIL

Hasil dari penelitian yang telah dilaksanakan di SDN 47 Kota Jambi dan SD IT Al-Azhar yang berada di Kecamatan Telanaipura Kota Jambi disajikan dalam bentuk tabel dan narasi yang telah dianalisis secara univariat.

Tabel 1 menunjukkan bahwa 14 orang (7,1%) responden berusia 6 tahun, 26 orang (13,2%) responden berusia 7 tahun, 40 orang (20,3%) responden berusia 8 tahun, 33 orang (16,8%) responden berusia 9 tahun, 20 orang (10,2%) responden berusia 10 tahun, 31 orang (15,7%) responden berusia 11

tahun dan responden yang berjenis berusia 12 tahun sebanyak 33 orang (16,8%).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Gambaran Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	%
6 Tahun	14	7,1%
7 Tahun	26	13,2%
8 Tahun	40	20,3%
9 Tahun	33	16,8%
10 Tahun	20	10,2%
11 Tahun	31	15,7%
12 Tahun	33	16,8%
Total	197	100%

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Gambaran Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	%
Laki-laki	100	50,8%
Perempuan	97	49,2%
Total	197	100%

Tabel 2 menunjukkan bahwa 100 orang (50,8%) responden berjenis kelamin laki-laki dan responden yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 97 orang (49,2%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Gambaran Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Riwayat Obesitas Orang Tua

Riwayat Obesitas Orang tua	Frekuensi	%
Iya	84	42,6%
Tidak	113	57,4%
Total	197	100%

Tabel 3 menunjukkan bahwa 84 orang (42,6%) responden orang tuanya memiliki riwayat obesitas, sedangkan 113 orang (57,4%) responden orang tuanya tidak memiliki riwayat obesitas.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Gambaran Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Status Ekonomi Sosial

Status Ekonomi Sosial	Frekuensi	%
>UMP	180	91,4%
<UMP	17	8,6%
Total	197	100%

Tabel 4 menunjukkan bahwa 180 orang (91,4%) responden orangtuanya memiliki pendapatan di atas UMP, sedangkan 17 orang (8,6%) responden orangtuanya memiliki pendapatan di bawah UMP.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Gambaran Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Makanan

Jenis Makanan	Frekuensi	%
Beragam	121	61,4%
Tidak Beragam	76	38,6%
Total	197	100%

Tabel 5 menunjukkan bahwa responden yang mengkonsumsi jenis makanan beragam sebanyak 121 orang (61,4%). Sementara itu, responden yang mengkonsumsi jenis makanan tidak beragam terdapat 76 orang (38,6%).

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Gambaran Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan IMT

IMT	Frekuensi	%
Sangat Kurus	1	0,5%
Kurus	3	1,5%
Normal	112	56,9%
Gemuk	6	3,0%
Obesitas	75	38,1%
Total	197	100%

Tabel 6 menunjukkan bahwa 1 orang (0,5%) responden sangat kurus, 3 orang (1,5%) responden kurus, 112 orang (56,9%) responden normal, 6 orang (3,0%) responden gemuk, dan responden yang obesitas sebanyak 75 orang (38,1%)

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Gambaran Karakteristik Kejadian Obesitas Siswa SD Berdasarkan Usia

Usia	Gambaran Status Gizi										Total	
	Sangat Kurus		Kurus		Normal		Gemuk		Obesitas		n	%
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%		
6 Tahun	0	0	2	66,7	7	6,3	3	50	2	2,7	14	7,1
7 Tahun	1	100	0	0	18	16,1	2	33,3	5	6,7	26	13,2
8 Tahun	0	0	1	33,3	28	25	1	16,7	10	13	40	20,3
9 Tahun	0	0	0	0	14	12,5	0	0	19	25	33	16,8
10 Tahun	0	0	0	0	13	11,6	0	0	7	9,3	20	10,2
11 Tahun	0	0	0	0	14	12,5	0	0	17	23	31	15,7
12 Tahun	0	0	0	0	18	16,1	0	0	15	20	33	16,8
Total	1	100	3	100	112	100	6	100	75	100	197	100

Berdasarkan tabel 7 di atas diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki status gizi yang normal dan terdistribusi

secara merata diberbagai usia. (20%), sedangkan pada responden yang memiliki status gizi obesitas terbanyak berada pada

kelompok usia 9 tahun berjumlah 19 orang (25%), diikuti pada usia 11 tahun berjumlah 17 orang (23%), dan pada usia 12 tahun berjumlah 15 orang. Hasil penelitian

didapatkan dengan cara pengisian kuesioner oleh responden.

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Gambaran Karakteristik Kejadian Obesitas Siswa SD Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Gambaran Status Gizi										Total	
	Sangat Kurus		Kurus		Normal		Gemuk		Obesitas		n	%
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%		
Laki-laki	0	0	1	33,3	43	38,4	3	50	53	70,7	100	50,8
Perempuan	1	100	2	66,7	69	61,6	3	50	22	29,3	97	49,2
Total	1	100	3	100	112	100	6	100	75	100	197	100

Berdasarkan tabel 8 di atas diketahui bahwa pada responden yang memiliki status gizi normal lebih banyak didapati pada jenis kelamin perempuan berjumlah 69 orang (61,6%) dibandingkan dengan laki-laki berjumlah 43 orang (38,4%). Sedangkan pada responden yang memiliki status gizi obesitas

lebih banyak didapati pada jenis kelamin laki-laki berjumlah 53 orang (70,7%) dibandingkan dengan perempuan berjumlah 22 orang (29,3%). Hasil penelitian didapatkan dengan cara pengisian kuesioner oleh responden.

Tabel 9. Distribusi Frekuensi Gambaran Karakteristik Kejadian Obesitas Berdasarkan Riwayat Obesitas Orang tua

Riwayat Obesitas Orangtua	Gambaran Status Gizi										Total	
	Sangat Kurus		Kurus		Normal		Gemuk		Obesitas		n	%
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%		
Iya	0	0	0	0	7	6,2	6	100	71	94,7	84	42,6
Tidak	1	100	3	100	105	93,8	0	0	4	5,3	113	57,4
Total	1	100	3	100	112	100	6	100	75	100	197	100

Berdasarkan tabel 9 diatas diketahui bahwa responden yang memiliki status gizi normal lebih banyak didapati pada orang tuanya yang tidak memiliki riwayat obesitas berjumlah 105 orang (93,8%) dibandingkan dengan orang tuanya yang memiliki riwayat obesitas berjumlah 7 orang (6,2%). Pada responden yang memiliki status gizi obesitas

lebih banyak didapati pada orang tuanya yang memiliki riwayat obesitas berjumlah 71 orang (94,7%) dibandingkan dengan orang tuanya yang tidak memiliki riwayat obesitas berjumlah 4 orang (5,3%). Hasil penelitian didapatkan dengan cara pengisian kuesioner oleh responden

Tabel 10. Distribusi Frekuensi Gambaran Karakteristik Kejadian Obesitas Berdasarkan Status Ekonomi Sosial

Status Ekonomi Sosial	Gambaran Status Gizi										Total	
	Sangat Kurus		Kurus		Normal		Gemuk		Obesitas			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
>UMP	0	0	2	66,7	97	86,6	6	100	75	100	180	91,4
<UMP	1	100	1	33,3	15	13,4	0	0	0	0	17	8,6
Total	1	100	3	100	112	100	6	100	75	100	197	100

Berdasarkan tabel 10 di atas diketahui bahwa responden yang memiliki status gizi normal lebih banyak didapati pada responden yang status ekonomi sosial orang tuanya di atas UMP berjumlah 97 orang (86,6%) dibandingkan dengan orang tuanya yang memiliki status ekonomi sosial di bawah UMP

berjumlah 15 orang (13,4%). Pada responden yang memiliki status gizi obesitas didapati pada responden yang status ekonomi sosial orang tuanya di atas UMP berjumlah 75 orang (100%). Hasil penelitian didapatkan dengan cara pengisian kuesioner oleh responden.

Tabel 11. Distribusi Frekuensi Gambaran Karakteristik Kejadian Obesitas Berdasarkan Jenis Makanan

Jenis Makanan	Gambaran Status Gizi										Total	
	Sangat Kurus		Kurus		Normal		Gemuk		Obesitas			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Beragam	0	0	1	33,3	106	94,6	3	50	11	14,7	121	61,4
Tidak Beragam	1	100	2	66,7	6	5,4	3	50	64	85,3	76	38,6
Total	1	100	3	100	112	100	6	100	75	100	197	100

Berdasarkan tabel 11 di atas diketahui bahwa responden yang memiliki status gizi normal lebih banyak didapati pada responden yang mengkonsumsi jenis makanan beragam berjumlah 106 orang (94,6%). Pada responden yang memiliki status gizi obesitas lebih banyak didapati pada responden yang mengkonsumsi jenis makanan tidak beragam berjumlah 64 orang (85,3%) dibandingkan dengan responden yang mengkonsumsi jenis makanan beragam berjumlah 11 orang (14,7%). Hasil penelitian didapatkan dengan cara pengisian kuesioner oleh responden.

PEMBAHASAN

Gambaran Karakteristik Kejadian Obesitas Siswa SD Berdasarkan Usia

Pada penelitian ini, didapatkan bahwa prevalensi anak yang obesitas terbanyak terjadi pada usia 9 tahun. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hadi, dkk¹⁴ bahwa hasil penelitian yang dilakukan oleh mereka menyebutkan angka kejadian obesitas banyak ditemukan pada rentang usia lebih dari 9 tahun dibandingkan dengan usia kurang dari atau sama dengan 9 tahun. Penelitian lain oleh

Fikri, dkk¹⁵ bahwa didapatkan jumlah responden yang obesitas paling banyak pada usia 9 tahun. Pada penelitian yang dilakukan oleh Abdel, dkk¹⁶ bahwa kejadian obesitas paling tinggi terjadi pada kelompok usia 6-9 tahun.

Hal ini dapat terjadi karena anak usia sekolah dasar terjadi peningkatan nafsu makan dikarenakan tubuhnya memerlukan persiapan menjelang usia remaja. Selain itu di era perkembangan zaman menyebabkan perubahan pola makan cenderung mengalami peningkatan konsumsi makanan cepat saji seperti *fast food* atau *junk food* yang mengandung banyak lemak, berkurangnya ruang terbuka tempat bermain serta makin tersedianya hiburan dalam bentuk tontonan televisi, dan permainan *video games* menyebabkan berkurangnya aktivitas fisik yang dapat memicu risiko obesitas pada anak-anak.¹⁵

Gambaran Karakteristik Kejadian Obesitas Siswa SD Berdasarkan Jenis Kelamin

Pada penelitian ini, didapatkan bahwa prevalensi anak yang obesitas lebih banyak didapatkan pada jenis kelamin laki-laki dibandingkan dengan perempuan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati, dkk¹⁷ menyatakan bahwa anak laki-laki lebih banyak mengalami obesitas dibandingkan dengan anak perempuan. Hasil penelitian serupa juga dilaporkan oleh Rizona, dkk¹⁸ bahwa obesitas pada anak usia sekolah dasar lebih banyak ditemukan pada anak laki-laki dibandingkan anak perempuan. Hal yang sama juga didapatkan dari penelitian yang dilakukan oleh Karki, dkk¹⁹ bahwa anak laki-laki ditemukan dua kali lebih banyak mengalami kelebihan

berat badan atau obesitas dibandingkan anak perempuan.

Hal ini disebabkan karena anak laki laki lebih sering menghabiskan waktu bermain di depan layar seperti bermain *game* pada *smartphone* maupun *computer* dan lainnya, dibandingkan dengan anak perempuan. Aktivitas tersebut cenderung kurang gerak dan mengeluarkan energi yang banyak sehingga memicu tidak terpakainya energi yang dimiliki anak dan dapat mengakibatkan terjadinya penimbunan lemak yang terakumulasi menjadi peningkatan berat badan.¹⁷

Gambaran Karakteristik Kejadian Obesitas Siswa SD Berdasarkan Riwayat Orang Tua

Pada penelitian ini, didapatkan bahwa prevalensi anak yang obesitas lebih banyak pada anak yang orang tuanya memiliki riwayat obesitas dibandingkan anak yang orang tuanya tidak memiliki riwayat obesitas. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suryamulyawan, dkk¹ menyebutkan bahwa anak yang kedua orang tuanya obesitas, cenderung mengalami obesitas dibandingkan dengan anak dari orang tua yang tidak obesitas. Hasil penelitian lain oleh Vidia, dkk²⁰ bahwa obesitas dapat dipengaruhi oleh faktor genetik dari orang tuanya. Penelitian lain yang dilakukan oleh Bahreynian, dkk²¹ mendapatkan hasil yang serupa bahwa anak-anak dari keluarga dengan orang tua yang obesitas memiliki risiko obesitas yang jauh lebih tinggi dibandingkan dengan anak dari orang tua dengan berat badan normal.

Hal ini dapat terjadi karena obesitas dapat diturunkan dari orang tua ke anaknya. Seringkali ditemui di masyarakat bahwa orang tua gemuk memiliki anak yang gemuk juga,

terjadi karena kerentanan genetik terhadap obesitas yang dipengaruhi oleh efek *resting metabolic rate*, *thermogenesis no exercise*, kecepatan lipid dan kontrol nafsu makan. Pada ibu yang obesitas saat hamil unsur lemak akan bertambah besar sehingga ukurannya melebihi normal, hal ini dapat menurun pada bayi dalam kandungannya. Sehingga bayi yang lahir akan cenderung memiliki ukuran yang besar juga. Selain itu, orang tua yang memiliki kebiasaan makan kalori tinggi dan kurang aktivitas fisik maka kemungkinan besar akan mewariskan pada anaknya sehingga dapat meningkatkan risiko obesitas.²⁰

Gambaran Karakteristik Kejadian Obesitas Siswa SD Berdasarkan Status Ekonomi Sosial

Pada penelitian ini, didapatkan bahwa prevalensi anak yang obesitas lebih banyak pada anak yang orang tuanya memiliki pendapatan di atas UMP dibandingkan anak yang orang tuanya memiliki pendapatan di bawah UMP. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Widyantari, dkk²² bahwa responden yang obesitas didapati pada anak yang orang tuanya memiliki pendapatan yang tinggi dibandingkan anak yang orang tuanya memiliki pendapatan rendah. Hasil penelitian serupa juga dilaporkan oleh Jannah, dkk²³ bahwa anak yang memiliki orang tua dengan pendapatan tinggi memiliki resiko 3 kali menjadi obesitas dibandingkan dengan anak yang memiliki keluarga dengan pendapatan rendah. Penelitian lain yang dilakukan oleh Choukem, dkk²⁴ mendapatkan hasil yang serupa bahwa hampir dua setengah kali lebih mungkin mengalami kelebihan berat badan

atau obesitas dibandingkan anak-anak dari sekolah dengan status sosial ekonomi rendah.

Hal ini dapat terjadi karena anak yang memiliki orang tua yang pendapatannya tinggi dapat berpengaruh terhadap kualitas belanja dan juga gaya hidup anak, pendapatan orang tua yang tinggi mendukung kemampuan dalam membeli makanan cepat saji inilah yang menjadi penyebab meningkatnya konsumsi makanan berenergi tinggi. Anak yang memiliki orang tua dengan pendapatan tinggi sering mendapatkan fasilitas serba praktis yang akan mengurangi aktifitas anak, dimana anak yang memiliki orang tua yang berkecukupan, cenderung memiliki *handphone* yang berisikan *video game*.²²

Gambaran Karakteristik Kejadian Obesitas Siswa SD Berdasarkan Jenis Makanan

Pada penelitian ini, didapatkan bahwa prevalensi anak yang obesitas lebih banyak pada anak yang mengkonsumsi makanan tidak beragam dibandingkan anak yang mengkonsumsi makanan beragam. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Golpour, dkk²⁵ menyatakan bahwa menunjukkan hubungan positif antara keberagaman jenis makanan dengan kejadian obesitas melalui asupan energi yang lebih tinggi. Penelitian lain oleh Dingga²⁶ juga didapatkan hasil bahwa anak obesitas cenderung mengkonsumsi jenis makanan yang tidak beragam. Hal serupa juga ditemui pada penelitian Sari, dkk²⁷ bahwa apabila anak tidak mengkonsumsi makanan yang beragam akan lebih berisiko terjadinya obesitas. Pada penelitian yang dilakukan oleh Dinku, dkk²⁸ menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara keragaman makanan anak dengan status gizi anak tersebut, apabila

makanan yang dikonsumsi tidak beragam dan cenderung mengarah mengonsumsi makanan berlemak akan meningkatkan kejadian obesitas.

Hal ini dapat terjadi karena perilaku konsumsi makanan yang tidak beragam, seperti makanan tinggi energi, tinggi lemak, tinggi karbohidrat, rendahnya konsumsi buah-buahan dan sayur, rendahnya konsumsi susu rendah lemak, tingginya konsumsi makanan *fast food*, tingginya konsumsi minuman ringan serta kebiasaan tidak sarapan sehingga dapat menyebabkan terjadinya obesitas, dikarenakan kondisi asupan energi yang masuk dalam tubuh lebih besar dibandingkan dengan energi yang diperlukan oleh tubuh, kelebihan asupan energi tersebut akan disimpan dalam bentuk lemak.²⁹

Keterbatasan Penelitian

Pada penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, penelitian ini direncanakan akan dilaksanakan pada beberapa sekolah dasar yang berada di wilayah Kecamatan Telanaipura Kota Jambi, namun pada pelaksanaannya hanya terlaksana pada dua sekolah dasar dikarenakan pengurusan administrasi yang membutuhkan waktu yang cukup lama dan penjadwalan penelitian dengan sekolah terkait sering tertunda sehingga memakan waktu yang cukup lama. Kedua, penelitian ini hanya bersifat deskriptif sehingga lebih baik jika penelitian ini bersifat analitik sehingga hasil yang didapatkan lebih representatif.

KESIMPULAN

1. Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa prevalensi obesitas terbanyak terjadi pada usia 9 tahun.

2. Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa prevalensi obesitas terbanyak terjadi pada jenis kelamin laki-laki.
3. Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa prevalensi obesitas terbanyak terjadi pada anak yang orang tuanya memiliki riwayat obesitas
4. Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa prevalensi obesitas terbanyak terjadi pada anak yang orang tuanya memiliki pendapatan di atas UMP.
5. Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa prevalensi obesitas terbanyak terjadi pada anak yang mengonsumsi jenis makanan tidak beragam.

SARAN

1. Kepada sekolah dasar terkait agar dapat mendorong siswanya untuk menerapkan perilaku hidup sehat melalui pemantauan status gizi, asupan makanan siswa, dan pemberian edukasi kepada siswa mengenai bahaya obesitas serta pencegahannya. Menyediakan kantin sehat yang menjual berbagai makanan utama dan makanan ringan yang menyehatkan, yaitu bergizi, higienis, dan aman untuk dikonsumsi.
2. Kepada Puskesmas untuk melakukan pemantauan rutin terhadap status gizi siswa sekolah dasar di wilayah kerjanya dengan cara pengukuran IMT, serta sosialisasi mengenai edukasi gizi yang baik dan cara pencegahan obesitas.
3. Kepada masyarakat agar lebih memperhatikan asupan gizi anak-anaknya supaya tidak berlebih, dan rutin melakukan pengukuran IMT kepada anak-anak mereka. Sehingga dapat mencegah terjadinya obesitas

yang dapat menimbulkan berbagai macam penyakit di masa yang akan datang.

4. Kepada peneliti selanjutnya untuk dapat menggunakan penelitian ini sebagai acuan, dengan mengembangkan

variabel yang lebih lengkap dan penulisan menggunakan desain yang lebih bagus serta sampel yang lebih representatif

REFERENSI

1. Suryamulyawan KA, Arimbawa IM. Prevalensi dan karakteristik obesitas pada anak di Sekolah Dasar Saraswati V Kota Denpasar tahun 2016. *Intisari Sains Medis*. 2019;10(2):342-6.
2. Pratiwi W. Pengaruh Edukasi Gizi Dan Frekuensi Senam Aerobik Terhadap Pengetahuan Dan Penurunan Berat Badan Pada Peserta Aerobik Di Sanggar Senam Elbina Jaya (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta).
3. Sihadi S, Sari K, Kusumawardani N. Metaanalisis: Pencegahan Obesitas pada Anak Sekolah. *Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*. 2017;27(1):39-48
4. Pratiwi I, Arsyati AM, Nasution A. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Obesitas pada Remaja di Smpn 12 Kota Bogor Tahun 2021. *Promotor*. 2022 Feb 2;5(2):156-64.
5. Angely C, Nugroho KP, Agustina V. Gambaran Pola Asuh Anak Obesitas Usia 5–12 Tahun di SD Negeri 09 Rangkang, Kabupaten Bengkayang, Kalimantan Barat. *Jurnal Sains dan Kesehatan*. 2021 Dec 29;3(6):816-25.
6. Kemenkes RI. Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia tahun 2013. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kemenkes RI; 2013.
7. Kemenkes RI. Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia tahun 2018. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kemenkes RI; 2018
8. Nimah L. Kejadian Hipertensi Pada Anak Dan Remaja Dengan Status Gizi Obesitas. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*. 2019 Oct 24;8(2):88-93.
9. Nisak AJ, Mahmudiono T. Pola konsumsi makanan jajanan di sekolah dapat meningkatkan resiko overweight/obesitas pada anak. *Jurnal Berkala Epidemiologi*. 2017;5(3):298-382.
10. Estin Sutriani Tizar P, Faturrahman T, Kusumawati E. Hubungan Kebiasaan Makan Fast Food, Durasi Penggunaan Gadget Dan Riwayat Keluarga Dengan Obesitas Pada Anak Di Sdn 84 Kendari (Doctoral dissertation, Jurusan Gizi).
11. Telisa I, Hartati Y, Haripamilu AD. Faktor risiko terjadinya obesitas pada remaja SMA. *Faletehan Health Journal*. 2020 Dec 2;7(03):124-31.
12. Bhaswara AG, Saraswati MR. Hubungan Status Sosial Ekonomi Keluarga dengan Kegemukan pada Remaja SMA di Denpasar. *Medika Udayana*. 2018:4-6.
13. Ulilalbab A, Anggraeni E, Lestari IA. Obesitas anak usia sekolah. *Deepublish*; 2017 Dec 19.
14. Hadi RF, Afriwardi A, Jurnalis YD. Gambaran Obesitas pada Siswa Sekolah Dasar di SD Pertiwi dan SD Negeri 03 Alai Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*. 2015 Jan 1;4(1).
15. Fikri HK, Husna CA. Hubungan kualitas tidur dengan obesitas pada anak sekolah dasar (SD) negeri di Desa Kampung Jawa Lama dan Lancang Garam Kota Lhokseumawe. *AVERROUS: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Malikussaleh*. 2018 Sep 27;4(1):41-9.
16. Abdel Wahed WY, Hassan SK, Eldessouki R. Malnutrition and its associated factors among rural school children in Fayoum governorate, Egypt. *Journal of environmental and public health*. 2017 Oct 23;2017.
17. Rahmawati T, Marfuah D. Gambaran status gizi pada anak sekolah dasar. *Profesi (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*. 2016 Sep 1;14(1):72-6.
18. Rizona F, Herliawati H, Latifin K, Septiawati D, Astridina L, Sari UM, Fadhilah NF. Distribusi Karakteristik Faktor Penyebab Obesitas pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*. 2020 Aug 12;7(1):54-8.
19. Karki A, Shrestha A, Subedi N. Prevalence and associated factors of childhood overweight/obesity among primary school children in urban Nepal. *BMC public health*. 2019 Dec;19(1):1-2.
20. Vidya N, Ratnawati D. Genetik Mempengaruhi Kejadian Obesitas Pada Anak Usia Sekolah. *Journal of Health, Education and Literacy (J-Healt)*. 2022 Sep 30;5(1):1-7.
21. Bahreynian M, Qorbani M, Khaniabadi BM, Motlagh ME, Safari O, Asayesh H, Kelishadi R. Association between obesity and parental weight status in children and adolescents. *Journal of clinical research in pediatric endocrinology*. 2017 Jun 1;9(2):111.
22. Widyantari NM, Nuryanto IK, Dewi KA. Hubungan aktivitas fisik, pola makan, dan pendapatan keluarga dengan kejadian obesitas pada anak sekolah dasar. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*. 2018 Nov 3;2(2):214-22.
23. Jannah M, Utami TN. Faktor yang memengaruhi terjadinya obesitas pada anak sekolah di SDN 1 Sigli Kabupaten Pidie. *Jurnal Kesehatan Global*. 2018 Dec 11;1(3):110-8.

24. Choukem SP, Kamdeu-Chedeu J, Leary SD, Mboue-Djeka Y, Nebongo DN, Akazong C, Mapoure YN, Hamilton-Shield JP, Gautier JF, Mbanya JC. Overweight and obesity in children aged 3–13 years in urban Cameroon: a cross-sectional study of prevalence and association with socio-economic status. *BMC obesity*. 2017 Dec;4(1):1-8.
25. Golpour-Hamedani S, Rafie N, Pourmasoumi M, Saneei P, Safavi SM. The association between dietary diversity score and general and abdominal obesity in Iranian children and adolescents. *BMC Endocrine Disorders*. 2020 Dec;20(1):1-8.
26. Dunga EF. Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak. *Jambura Nursing Journal*. 2020 Feb 6;2(1):103-11.
27. Sari YA, Rahfiludin MZ, Kartasurya MI, Aruben R. Hubungan Asupan Makanan, Keanekaragaman Pangan, Dan Lama Tidur Dengan Persen Lemak Tubuh Pada Anak Sekolah Dasar (Studi Di Sd Hj. Isriati Baiturrahman 1 Semarang Tahun 2017). *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*. 2018 Jan 2;6(1):554-61.
28. Dinku AM, Mekonnen TC, Adilu GS. Child dietary diversity and food (in) security as a potential correlate of child anthropometric indices in the context of urban food system in the cases of north-central Ethiopia. *Journal of Health, Population and Nutrition*. 2020 Dec;39(1):1-1.
29. Sineke J, Kawulusan M, Purba RB, Dolang A. Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi Dan Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas Pada Siswa Smk Negeri 1 Biaro. *Jurnal GIZIDO*. 2019 Nov 1;11(01):28-35.