# BAB I

# PENDAHULUAN

## 1.1 Latar Belakang

Status gizi masyarakat menjadi tolak ukur penilaian kesehatan di suatu negara. Dalam pemenuhan status gizi terkadang pengaturan pola makan masyarakat kurang baik. Salah satu dampak dari pola makan yang kurang baik dapat menyebabkan obesitas. Faktor penyebab obesitas pada anak-anak bersifat multifaktorial. Peningkatan konsumsi makanan cepat saji (fast food), rendahnya aktivitas fisik, faktor genetik, pengaruh iklan, faktor psikologis, status sosial ekonomi, program diet, usia, dan jenis kelamin merupakan faktor-faktor yang berkontribusi pada perubahan keseimbangan energi dan berujung pada kejadian obesitas (Jebeile et al., 2022).

Obesitas menjadi masalah kesehatan global karena prevalensinya yang meningkat setiap tahunnya, tidak hanya di negara maju tapi juga di negara-negara berkembang (Mardiana et al., 2022). Menurut WHO (*World Health Organization*) Prevalensi obesitas diseluruh dunia meningkat pada 2016 dari 4% menjadi lebih dari 18%. Lebih dari 340 juta anak-anak dan remaja berusia 5-19 tahun mengalami obesitas. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Kemenkes RI, 2018) obesitas sentral di Indonesia pada usia kurang dari 15 tahun mengalami peningkatan pada tahun 2018 dari 26,6% menjadi 31,0%. Prevalensi obesitas pada anak usia kurang dari 15 tahun di Provinsi Jawa Timur sebanyak 30%. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Blitar tahun 2023 terdapat 109 anak dengan usia kurang dari 19 tahun mengalami obesitas. Berdasarkan hasil studi pendahuluan di MI Perwanida Kota Blitar terdapat sekitar 27 siswa dengan usia 7-12 tahun mengalami berat badan lebih dari normal.

Faktor kecukupan gizi pada anak- anak ditentukan oleh kecukupan konsumsi pangan, sedangkan pada masa tersebut anak cenderung lebih aktif untuk memilih sendiri makanan yang disukainya. Hal ini perlu diperhatikan, karena kebiasaan makan sejak masa kanak-kanak akan membentuk pola kebiasaan makan selanjutnya yang dapat menyebabkan obesitas. Obesitas pada anak dapat menimbulkan resiko terhadap kesehatan yaitu daya tahan tubuh anak menurun, gangguan pertumbuhan, gangguan psikologis, radang sendi, bahkan penyakit tidak menular seperti darah tinggi, diabetes tipe 2 dan lain-lain. Penanganan obesitas harus dilakukan sejak dini dengan menjaga pola makan yang baik dan sehat serta meningkatkan aktivitas fisik menjadi manajemen obesitas. Pola makan yang sehat memiliki dampak yang baik bagi anak antara lain membantu menjaga berat badan tetap ideal, memperkuat tulang, mendukung perkembangan otak, mendukung pertumbuhan yang sehat (Asmin et al., 2021).

Berdasarkan fenomena dan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait pola makan anak usia sekolah dengan obesitas.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat dirumuskan masalah sebagai berikut : Bagaimanakah Pola Makan Anak Usia Sekolah dengan Obesitas ?

## 1.3 Tujuan Penelitian

### 1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui bagaimana pola makan anak usia sekolah dengan obesitas.

### 1.3.2 Tujuan Khusus

Mengidentifikasi pola makan anak usia sekolah dengan obesitas

## 1.4 Manfaat

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi sumber informasi tambahan untuk mengembangkan penelitian selanjutnya.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

a. **Bagi Orang Tua**

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat diaplikasikan orangtua untuk menjaga pola makan anak.

b. **Bagi Tempat Peneliti**

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan ajar untuk memberikan pengetahuan lebih kepada anak agar lebih memperhatikan pola makan

c. **Bagi Peneliti**

   Dapat menambah pengetahuan tentang pola makan anak usia sekolah dengan obesitas.