

# SKRINING OBESITAS DAN EDUKASI DAMPAK OBESITAS PADA ANAK DI SDN 49/IV KOTA JAMBI

Fadliyana Ekawaty, Luri Mekeama, Yuliana, Andika Sulistiawan

Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi  
email : [fadliyana\\_ekawaty@unja.ac.id](mailto:fadliyana_ekawaty@unja.ac.id)

## ABSTRAK

Kejadian obesitas pada anak dapat disebabkan oleh banyak faktor diantaranya faktor genetic, factor hormonal dan gaya hidup seperti pola makan, jenis makanan, kuantitas mengkonsumsi makanan dan juga aktifitas fisik. Hampir 70% kejadian obesitas disebabkan oleh pengaruh gaya hidup dan lingkungan. Perilaku masyarakat yang semakin konsumtif berdampak pada transisi pola makan tinggi kalori, tinggi lemak dan tinggi garam yang menimbulkan mutu gizi yang tidak seimbang. Seperti junkfood, hamburger, sosis, mie instant, gorengan dan minuman bersoda.

Dari hasil skrining didapatkan sebanyak 60% anak dengan kategori obesitas, 26% dengan kategori normal, 9% dengan kategori underweight dan 5% dengan kategori Overweight Kegiatan pengabdian ini juga memberikan edukasi terkait dampak kesehatan yang dapat ditimbulkan dari obesitas berupa dampak kesehatan dan dampak sosial. Selain itu tim pengabdian masyarakat juga memberikan tips untuk mencegah obesitas seperti pembatasan gadget, perbanyak sayur dan buah dan perbanyak aktivitas di luar ruangan.

**Kata Kunci : Skrining, Obesitas, Edukas**

## PENDAHULUAN

Masa depan suatu negara ditentukan oleh kualitas sumber daya manusianya untuk mewujudkan pembangunan dan kemajuan negara. Sumber daya manusia yang berkualitas tentu saja mencakup manusia yang memiliki derajat kesehatan setinggi-tingginya. Anak terus tumbuh dari tahun ke tahun, terjadi perubahan antropometri dan komposisi tubuh secara drastis. Maka dibutuhkan suatu pemantauan status gizi agar mengetahui setiap perubahan yang terjadi.<sup>1</sup>

Di negara-negara berkembang kecepatan peningkatan obesitas dan kelebihan berat badan pada anak - anak lebih tinggi 30% bila dibandingkan dengan negara-negara maju.<sup>2</sup> Perkiraan prevalensi

overweight dan obesitas anak di Afrika pada tahun 2010 adalah 8,5% dan diperkirakan akan mencapai 12,7% pada tahun 2020.<sup>3</sup> Secara nasional masalah kelebihan berat badan pada anak umur 5-12 tahun masih tinggi yaitu 18.8%, terdiri dari overweight 10,8% dan obesitas 8,8%.<sup>4</sup>

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Jambi rekapitulasi penjarangan kesehatan peserta didik di wilayah puskesmas pada tingkat sekolah SD/MI/SDLB tahun ajaran 2018/2019, jumlah obesitas sebanyak 121 anak pada wilayah kerja Puskesmas Talang Banjar. Sementara terbanyak kedua terjadi di wilayah kerja Puskesmas Kenali Besar sejumlah 89 anak. Selanjutnya wilayah kerja Puskesmas Simpang Kawat dengan jumlah 39 anak.<sup>5</sup>

Perubahan gaya hidup yang menjurus ke westernisasi dan pola hidup yang kurang gerak (sedentary life styles) sering ditemukan di kota-kota besar di Indonesia. Beberapa tahun terakhir terlihat adanya perubahan gaya hidup yang menjurus pada penurunan aktivitas fisik seperti ke sekolah naik kendaraan, kurangnya aktivitas bermain dengan teman, dan lingkungan rumah yang tidak memungkinkan anak-anak bermain diluar sehingga anak lebih sering bermain. omputer/games, menonton TV, atau video dibandingkan melakukan aktivitas fisik.<sup>6</sup> Hasil survey pendahuluan yang dilakukan di dua sekolah yaitu SDN 49/IV Kota Jambi dan SDN 140/IV Kota Jambi, didapatkan anak dengan tampilan klinis obesitas terbanyak di SDN 49/IV dan SDN 140/IV Kota Jambi.

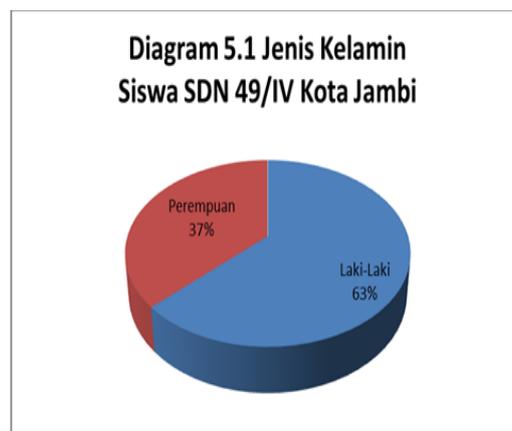
#### METODE

Kegiatan ini dilakukan dalam bentuk skrining obesitas terhadap 62 siswa SDN 49/IV Kota Jambi. Skrining dilakukan dengan cara melakukan pengukuran Tinggi Badan (TB)

dan Berat Badan (BB) dengan 62 anak untuk mengetahui nilai IMT setiap anak. Setelah itu, menentukan status IMT anak menggunakan grafik *Centers for Disease Control and Prevention* (CDC 2000). Dikatakan *underweight* apabila kurang dari persentil ke 5, normal apabila antara persntil ke 5 hingga kurang dari persentil ke 85, *overweight* antara persentil ke 85 hingga kurang dari persentil ke 95, dan dikatakan obesitas apabila sama dengan atau lebih dari persentil ke 95.<sup>7</sup> Dalam kegiatan ini juga dilakukan pemberian edukasi atau materi tentang dampak yang dapat ditimbulkan pada anak dengan obesitas. Pada pemberian materi yang disampaikan tentang pengertian obesitas, ciri-ciri, factor yang menyebabkan obesitas, dampak obesitas dan tips mencegah obesitas.

#### HASIL

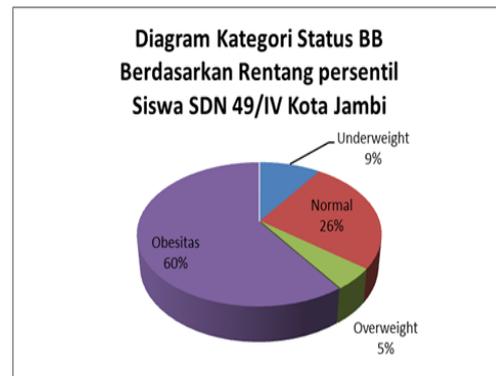
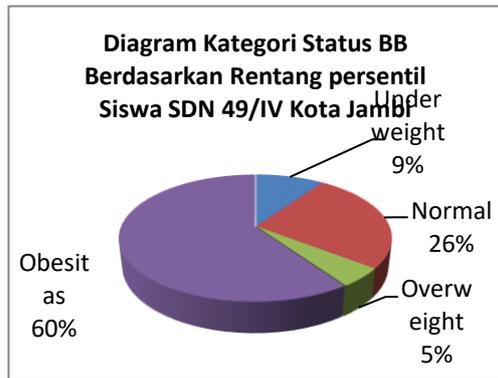
Dari hasil skrining didapatkan sebaran data demografi anak yang diperiksa terdiri dari 39 orang anak berjenis kelamin laki-laki dan 23 berjenis kelamin perempuan



Gambar 1. Jenis Kelamin

Persentase obesitas di beberapa kota besar dan beberapa negara lain pada umumnya lebih tinggi pada anak laki-laki seperti yang disampaikan oleh penelitian sebelumnya

bahwa anak laki-laki memiliki resiko mengalami obesitas sebesar 1,4 kali dibandingkan anak perempuan



Gambar 2. Status Gizi

Dari hasil skrining didapatkan sebanyak 60% anak dengan kategori obesitas, 26% dengan kategori normal, 9% dengan kategori underweight dan 5% dengan kategori Overweight.

Obesitas merupakan suatu kondisi yang menunjukkan ketidakseimbangan antara tinggi badan dan berat badan akibat jaringan lemak dalam tubuh sehingga mengakibatkan kondisi berat badan yang melampaui ukuran ideal. Terjadinya obesitas juga ditentukan oleh terlalu banyaknya makan, terlalu sedikitnya aktivitas atau latihan fisik, tingginya konsumsi junkfood dan kurangnya durasi tidur. Tidak semua anak yang memiliki berat badan lebih dikatakan obesitas maka harus ditemukan gejala klinis obesitas dan pemeriksaan antropometri.<sup>9</sup>

Kejadian obesitas pada anak dapat disebabkan oleh banyak factor diantaranya

factor genetic, factor hormonal dan gaya hidup seperti pola makan, jenis makanan, kuantitas mengkonsumsi makanan dan juga aktifitas fisik. Hampir 70% kejadian obesitas disebabkan oleh pengaruh gaya hidup dan lingkungan. Perilaku masyarakat yang semakin konsumtif berdampak pada transisi pola makan tinggi kalori, tinggi lemak dan tinggi garam yang menimbulkan mutu gizi yang tidak seimbang. Seperti junkfood, hamburger, sosis, mie instant, gorengan dan minuman bersoda

Untuk menambah pengetahuan siswa SDN 49/IV Kota Jambi Pada kegiatan ini Tim Pengabdian masyarakat juga memberikan edukasi terkait dampak obesitas yang terjadi pada anak seperti dampak kesehatan (penyakit-penyakit degenerative)<sup>10</sup> dan dampak social (penampilan kurang menarik, kurang percaya diri , lamban dalam bergerak),

selain itu TIM pengabdian masyarakat juga memberikan tips mencegah obesitas seperti batasi penggunaan gadget, tidak makan sambil nonton TV, banyak makan sayur dan buah, perbanyak aktivitas di luar ruangan, biasakan sarapan sehat, biasakan membawa bekal makanan sehat dan air putih dari rumah.<sup>10</sup>

### KESIMPULAN DAN SARAN

Skrining obesitas merupakan pemeriksaan yang dilakukan untuk

mencegah komplikasi atau mencegah dampak yang ditimbulkan dari obesitas berupa dampak kesehatan dan sosial. Dari hasil skrining didapatkan sebanyak 60% anak dengan kategori obesitas, 26% dengan kategori normal, 9% dengan kategori underweight dan 5% dengan kategori Overweihgt.

Perlu keberlanjutan kegiatan untuk megevaluasi edukasi yang sudah diberikan dan perlu skrining obesitas untuk siswa-siswa yang lain.

### REFERENSI

1. [RISKESDAS] Riset Kesehatan Dasar. (2010). Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI
2. WHO International. Childhood overweight and obesity. 2015. [online] Available at: <http://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood/en>
3. Halminah. (2013). Hubungan Aktivitas Fisik Dan Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas Di Sekolah Dasar Kartika XX-I Makassar. 2013;
4. Kemenkes RI. Riskesdas. Riset Kesehatan Dasar. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI tahun 2014
5. Jambi DKK. (2018). Rekapitulasi Hasil Penjaringan Kesehatan Peserta Didik Di Wilayah Puskesmas Tingkat SD/MI/SDLB
6. Hidayati S, Irawan R HB. (2006). Obesitas Pada Anak. Surabaya: Divisi Nutrisi Dan Penyakit Metabolic. Bagian/SMF Ilmu Kesehat Anak FK Unair.
7. CDC Gov. Obesity Prevention | Healthy Schools | CDC. 2015. [online] Available at: <http://www.cdc.gov/healthyschools/obesity/facts.htm>
8. Sartika R. Faktor risiko obesitas pada anak 5-15 tahun di indonesia. Makara Kesehatan. 2011;15(1):37 - 43.
9. Sjarif DR. (2005). Obesitas pada anak dan permasalahannya.( Dalam: Trihono PP, Purnamawati S, Sjarif DR, Hegar B, Gunardi H, Oswari H, et al, ed. Hot topics in pediatrics II. Jakarta: FKUI.
10. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014. Tentang Pedoman Gizi Seimbang