BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa anak-anak usia 6-12 tahun adalah waktu yang penuh dengan pertumbuhan fisik dan motorik yang penting, seperti kemampuan berlari dan melompat. Perkembangan ini bisa dibagi menjadi dua tahap pada usia 6-9 tahun dan 10-12 tahun, masing-masing dengan ciri khasnya sendiri (Rizal STIT Palapa Nusantara, 2021). Di masa ini, anak-anak mulai memahami hal-hal seperti kecerdasan, kepribadian, dan cara berinteraksi dengan orang lain. Ini adalah periode yang krusial untuk menanamkan pengetahuan dan keterampilan dasar, di mana anak-anak mulai belajar membedakan antara perilaku baik dan buruk. (Lubis *et al*., 2024).

Obesitas merupakan suatu keadaan yang terjadi jika kuantitas jaringan lemak tubuh dibandingkan dengan berat badan total lebih besar dari keadaan normalnya, atau suatu keadaan di mana terjadi penumpukan lemak tubuh yang berlebih sehingga berat badan seseorang jauh di atas normal (Septiyanti & Seniwati, 2020).

World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa pada tahun 2022 1 dari 8 orang di seluruh dunia mengalami obesitas. Selama beberapa dekade terakhir, angka obesitas di kalangan orang dewasa telah meningkat dua kali lipat, sementara pada anak-anak dan remaja, angkanya meningkat empat kali lipat sejak tahun 1990 sampai dengann tahun 2022.

Pada tahun 2022, 43% orang dewasa berusia 18 tahun ke atas mengalami kelebihan berat badan, sedangkan 16% mengalami obesitas. Selain itu, terdapat juga 390 juta anak-anak dan remaja berusia 5–19 tahun juga mengalami kelebihan berat badan, termasuk 160 juta yang menderita obesitas.(WHO,2022)

Prevalensi obesitas di Indonesia menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam beberapa tahun terakhir,tahun 2010 prevalensi obesitas sebesar 14,8%,tahun 2013 prevalensi obesitas meningkat menjadi 21,8%, 2023 Prevalensi obesitas mencapai 23,4%, dan dari data riskesdas menunjukkan bahwa anak dan remaja usia 5-12 tahun mengalami prevalensi obesitas tertinggi, yaitu sekitar 7,8% (Riskesdas, 2018).

Menurut data dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) pada tahun 2023, prevalensi obesitas di Provinsi Bengkulu pada anak usia 5-12 tahun mencapai 9,6%. Melalui kegiatan penjaringan kesehatan pada anak sekolah dasar menurut data Dinas

Kesehatan Kota Bengkulu (2024) melaporkan bahwa dari 20 Puskesmas, terdapat 6.678 anak yang terdata, terdiri dari 3.351 laki-laki dan 3.327 perempuan.

Dari jumlah tersebut, ditemukan kejadian obesitas pada anak sebanyak 204 anak, dengan angka tertinggi tercatat di Puskesmas Sawah Lebar, yaitu berjumlah 55 anak. Selanjutnya, berdasarkan survei awal di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar, ditemukan tiga sekolah dengan kejadian obesitas terbanyak kejadian kasus obesitas yaitu, di SD IT Iqra 1 kejadian kasus obesitas sebanyak 28,4%, di SD IT IQRA 2 25,6% dan di SD Negeri 19 15,5% kasus kejadian obesitas. Dengan demikian, SD IT Iqra 1 menjadi sekolah dengan angka obesitas tertinggi di Kota Bengkulu

Pada tahun 2030, Kementerian Kesehatan mentargetkan penurunan obesitas hingga 3%. Pemerintah melalui Inpres No. 1 Tahun 2017 membuat kebijakam tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) yang mendorong gerakan hidup sehat,upaya strategis meliputi aktivitas fisik minimal 30 menit setiap hari,selain itu, dihimbau untuk mengonsumsi buah dan sayur setiap hari. Program ini juga fokus pada edukasi hidup sehat,semua komponen bangsa diharapkan berpartisipasi aktif (Kemenko, 2023).

Penyebab obesitas pada anak dijelaskan sebagai masalah kompleks yang disebabkan oleh beberapa faktor seperti konsumsi kalori berlebihan dan pola makan buruk, contohnya dengan makanan olahan tinggi lemak dan gula dan minimnya melakukan aktivitas fisik, selain itu umumnya di lingkungan perkotaan yang menyediakan akses mudah ke makanan cepat saji mempengaruhi kebiasaan makan dan faktor genetik dan durasi tidur yang tidak cukup turut meningkatkan risiko obesitas, aspek psikologis, seperti stres, juga berperan dalam kebiasaan makan yang tidak sehat pada anak (Alkautsar, 2022).

Menurut Kementerian Kesehatan, sekitar 64% anak sekolah dasar memiliki pengetahuan yang kurang mengenai pencegahan obesitas. Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar anak belum memiliki pemahaman yang memadai tentang cara mencegah obesitas, yang dapat berkontribusi pada peningkatan prevalensi obesitas pada kalangan anak-anak di Indonesia (Pramillenia, 2022).

Umumnya obesitas terjadi karena kurangnya pengetahuan tentang gizi seimbang yang merupakan salah satu faktor yang berkontribusi terhadap terjadinya obesitas,kurangnya pengetahuan mengenai gizi seimbang dapat mengakibatkan berbagai masalah terkait gizi dan kesehatan. Salah satu masalah yang mungkin

timbul yaitu kelebihan gizi, yang dapat berujung pada obesitas. Hasil penelitian oleh (Kusbandiyah *et al.*, 2022)

Dari data *United Nations International Children's Emergency Fund* (UNICEF) menunjukkan bahwa anak-anak sering kali memiliki pemahaman yang kurang mendalam tentang dampak obesitas dan cara pencegahannya. Banyak dari mereka yang tidak sepenuhnya setuju dengan pernyataan yang seharusnya mendukung pola makan sehat dan aktivitas fisik. Kondisi ini mengindikasikan adanya tantangan besar dalam membangun sikap positif anak terhadap upaya pencegahan obesitas. Dengan kata lain, kurangnya sikap yang mendukung di kalangan anak-anak menjadi salah satu hambatan utama dalam mencegah obesitas.(Unicef, 2023)

Peningkatan pengetahuan seseorang dapat menyebabkan perubahan dalam sikapnya, pada jangka waktu tertentu sikap seseorang akan menjadi positif sehingga terjadinya perubahan perilaku kesehatan hasil penelitian (Jannah & Kusumaningrum, 2021).Untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap anak mengenai pencegahan obesitas, diperlukan media yang interaktif dan menarik. Salah satu contohnya adalah penggunaan kartu dalam permainan yang disebut "kartu leopas," yang merupakan modifikasi dari permainan tradisional engklek. Permainan engklek dapat mendorong aktivitas fisik, yang merupakan faktor kunci dalam pencegahan obesitas (Candra et al., 2020).

Metode permainan ini tidak hanya berfungsi sebagai sarana hiburan, tetapi juga sebagai alat pembelajaran yang efektif. Dengan adanya tim, permainan ini memungkinkan variasi strategi dan interaksi antar pemain, sehingga menciptakan pengalaman belajar yang lebih dinamis dan menyenangkan. Melalui permainan ini, anak-anak dapat memperoleh pengetahuan tentang definisi obesitas dan cara pencegahannya.

Menurut penelitian Aliftia Salsabila (2023), permainan engklek terbukti efektif dalam edukasi pencegahan obesitas bagi siswa sekolah dasar. Menurut penelitian(Retty Nirmala.,dkk.,2021) Kartu Masega adalah permainan yang mengajarkan strategi dan pengambilan keputusan melalui interaksi sosial, di mana pemain harus memilih kartu dengan bijak.

Dengan menggabungkan elemen Kartu Masega dan permainan engklek tradisional, maka terciptalah permainan Kartu Leopas yang dimana kepanjangan leopas itu adalah (Lompat Energi Optimal Pencegahan Obesitas)yang mengajarkan

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

anak-anak tentang makanan sehat dan tidak sehat, membantu mereka membuat pilihan yang lebih baik dalam pola makan. Selain itu, permainan ini juga mengintegrasikan aktivitas fisik yang menyenangkan, seperti melompat,yang mendorong anak-anak untuk lebih aktif.

Melalui pendekatan ini, permainan Kartu Leopas dapat untuk mencegah obesitas di masa depan. Dengan demikian, permainan ini berperan penting dalam mendukung upaya pencegahan obesitas di kalangan anak-anak.

Berdasarkan uraian permasalahan pada latar belakang diatas penulis tertarik untuk meneliti "Pengaruh Permainan Kartu Leopas Terhadap Pengetahuan dan Sikap Anak Dalam Pencegahan Obesitas di SD IT Iqra 1 Kota Bengkulu".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, tingginya angka kejadian obesitas di kalangan anak sekolah dasar, khususnya di SD IT Iqra 1 Kota Bengkulu, menjadi perhatian utama. Oleh karena itu, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah "Apakah ada pengaruh permainan kartu LEOPAS terhadap pengetahuan dan sikap anak dalam pencegahan obesitas di SD IT Iqra 1 Kota Bengkulu?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui pengaruh permainan kartu LEOPAS (Lompat Energi Optimal Pencegahan Obesitas) terhadap pengetahuan dan sikap anak dalam pencegahan obesitas di SD IT Iqra 1 Kota Bengkulu.

2. Tujuan Khusus

a. Diketahui karakteristik siswa-siswi SD IT Iqra 1 Kota Bengkulu meliputi umur dan jenis kelamin.
b. Terciptanya Media permainan kartu LEOPAS sebagai media edukasi untuk anak dalam pencegahan obesitas di SD IT Iqra 1 Kota Bengkulu
c. Diketahui rerata pengetahuan anak tentang pencegahan obesitas sebelum dan sesudah diberikan permainan kartu LEOPAS di SD IT Iqra 1 Kota Bengkulu
d. Diketahui rerata sikap sebelum dan sesudah diberikan selisi data mean dari rerata pengetahuan dan sikap anak tentang pencegahan obesitas di SD IT Iqra 1 Kota Bengkulu.
e. Diketahui perbedaan rerata pengetahuan dan sikap anak tentang pencegahan obesitas di SD IT Iqra 1 Kota Bengkulu sebelum dan sesudah diberikan permainan kartu LEOPAS .

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Responden

Diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap responden dalam pencegahan obesitas.

2. Bagi Tempat Penelitian

Sebagai bahan masukan kepada pihak pengelolah sekolah agar dapat meningkatkan informasi yang memamdai tentang pencegahan obesitas.

3. Bagi Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Diharapkan dapat menjadi bahan pembelajaran dan sebagai refrensni bagi yang akan melakukan penelitian khususnya tentang pencegahan obesitas.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat menjadi referensi penelitian selanjutnya,dengan variabel dan teknik yang berbeda.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

NO	Nama Peneliti danTahun	Jurnal Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan
1.	(Kubillawati et al., 2022)	Pengaruh penyuluhan kesehatan tentang obesitas pada remaja	Hasil dari penelitian ini Ada peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap siswa/i sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan kesehatan tentang pencegahan obesitas pada remaja	Desain penelitian, Tempat penelitian media penelitian,populasi,sampel
2.	(Yakobus Lau De Yung Sinaga et al., 2023)	Pengaruh edukasi gizi seimbang melalui permainan engklek pada remaja di Kota Bandung	Penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan permainan engklek yang dimodifikasi secara signifikan meningkatkan pengetahuan remaja tentang gizi seimbang.	Desain penelitian, Tempat penelitian, sampel penelitian,sasaran penelitian,populasi penelitian
3.	(Retty Nirmala S.,et al.2021)	Cegah Obesitas Dengan Makan Sehat Gerak Aktif (Masega) Di Pgtk Kristen Dharma Mulya	Hasil penelitian menunjukkan bahwa program Cegah Obesitas dengan MASEGA efektif meningkatkan pemahaman anak-anak di PGTK Kristen Dharma Mulya tentang makanan sehat dan aktivitas fisik.	Desain penelitian, populasi sampel,metode penelitian, sasaran penelitian

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

NO	Nama Peneliti dan Tahun	Jurnal Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan
4.	(Aliftia Salsabila, 2023)	Pengaruh edukasi menggunakan media engklek terhadap pencegahan obesitas pada siswa sekolah dasar di makassar	Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi menggunakan media permainan "Engklek Cegah Obesitas" mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan, sikap, dan perilaku siswa sekolah dasar dalam pencegahan obesitas.	Desain Penelitian, Tempat penelitian, sampel,populasi
5.	(Kusbandiyah et al., 2022)	Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Pop Up Book Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Gizi Seimbang Pada Anak Obesits Di SDII AL Abidin Surakarta	Kurangnya pengetahuan tentang gizi seimbang merupakan salah satu faktor yang berkontribusi terhadap terjadinya obesitas,kurangnya pengetahuan mengenai gizi seimbang dapat mengakibatkan berbagai masalah terkait gizi dan kesehatan. Salah satu masalah yang mungkin timbul yaitu kelebihan gizi, yang dapat berujung pada obesitas.	Desain penelitian, Populasi dan Sampel, Metode Penelitian, media penelitian
6.	(Jannah & Kusumaningrum, 2021)	Analisis Obesitas pada Anak Sekolah Dasar Berdasarkan Pengetahuan, Sikap, dan Paparan Informasi tentang Gizi Seimbang	Peningkatan pengetahuan seseorang dapat menyebabkan perubahan dalam sikapnya, pada jangka waktu tertentu sikap seseorang akan menjadi positif sehingga terjadinya perubahan perilaku kesehatan.	Desain penelitian, Populasi dan Sampel, Metode penelitian, Tempat penelitain, media penelitian

Kemenkes Poltekkes Bengkulu